

Back **AGAIN** to  
the Garden

Marriage as God Intended



Back **AGAIN** to  
the Garden

Marriage as God Intended

## Obsah

1. Zpět do zahrady .....	1
a. Jaká je podstata muže a ženy?.....	3
b. Jaký je smysl manželství? .....	5
c. Jaký je výsledek manželství? .....	6
d. Jak se stanete "jedním"? .....	7
e. Jaká je zkušenost manželství? .....	8
2. Tvář v tvář Pádu .....	9
a. Náš hřích nás rozděluje .....	9
b. Prokletí .....	10
c. Vykoupení v Kristu .....	12
3. Komunikace a konflikt .....	20
a. Klíče k dobré komunikaci a řešení konfliktu .....	21
b. Mužský a ženský styl komunikace.....	23
4. Vést a milovat, Podřídit se a respektovat .....	25
a. Zodpovědnosti muže .....	26
b. Zodpovědnosti ženy.....	27
5. Cesta obloukem vykoupení .....	29
6. Vášeň a romance .....	30
a. Proč bychom měli bojovat o zachování vášně? .....	30
b. Tlumiče vášně .....	31
c. Posilovače vášně .....	33

7. Sex a intimita .....	36
a. Teologie sexuality .....	36
b. Jak můžete zlepšit váš sexuální život? .....	37
• Závazek .....	37
• Komunikace .....	38
• Čistota .....	41
• Kreativita .....	42
8. Péče o zahradu .....	43
9. Seznam knih .....	47





# Zpět do zahrady

## Úvod

Přemýšlejte o těch nejlepších snech, které máte

o manželství – může být daleko lepší

Přemýšlejte o tom, čeho se nejvíc bojíte

v manželství – může být daleko horší

*Je vaše manželství v bezpečí? Odpověď by vás mohla překvapit. Největší hrozbou pro jakékoli manželství není nevěra nebo špatná komunikace. Největším nepřítelem je obyčejnost a všednost. Všední manželství ztrácí naději. Všední manželství postrádají vizi. Všední manželství ustupují kompromisům. Všednost je přesvědčení, že lepší už to nebude. A když se začneme smířovat se všedním, je snadné přejít od angažovanosti k rezignaci.*

*Justin a Trisha Davis, "Za hranicí všednosti:  
Když dobré manželství prostě není dost dobré"*

## **Proč byste měli pracovat na vašem manželství?**

1. Dobré manželství se vždycky může zlepšovat
2. Dobré manželství je jedním z nejlepších dárků, který můžete dát svým dětem
3. Dobré manželství výrazně rozšíří dopad vaší služby
4. Dobré manželství vám pomůže poznat Krista hlouběji
5. Dobré manželství vás ochrání od pokušení a selhání
6. Dobré manželství vás změní a uzdraví

## Jak pracovat na svém manželství?

Nechte Boha, aby vás vedl dále obloukem

vykoupení

Stvoření ----- Pád ----- Vykoupení ----- Obnova

## Co je k tomu třeba?

1. Upřímnost
2. Odvaha
3. Oběť
4. Vytrvalost
5. Víra, naděje a láska

## Co může být výsledkem?

*"Takový je milý můj, takový je můj přítel."*

*(Píseň písní 5:16)*

## Zastav se a začni snít

1. Jakým způsobem bys ty osobně chtěl /chtěla v příštích 12 měsících vyrůst jako manžel / manželka?
2. V jakých oblastech tvého manželství bys rád viděl/viděla změnu od "všedního" k "nevšednímu" v následujících 12 měsících?

Připrav své srdce v modlitbě, odevzdej se Bohu tak, že ho budeš následovat, jak tě povede "obloukem vykoupení".

Nyní můžeme začít – stvořením.



## Jaká je podstata muže a ženy?

Poznej, kdo jsi!

Podstata určuje funkci

„Bůh stvořil člověka **ke svému obrazu**, k obrazu Božímu stvořil jej: **jako muže a ženu** stvořil je.“

1Moj 1:27

### Lidstvo

#### Byl mu vdechnut dech života – 1Moj 2:7

Živá bytost – 2:7

Podle Božího obrazu - 1:27

Vládnu nad zemí – 1:28

Požehnání Bohem – 1:28

Plodní – 1:28

Velmi dobří – 1:31

#### Co znamená Boží obraz? – 1Moj 1:24

Vztahový – “učiňme”, “podle naší podoby” – 1:26

Tvořivý – “a Bůh stvořil..” – 1:7

Mluvicí – “Budiž...” “A bylo.” – 1:9

Vidící – “A Bůh viděl, že to je dobré...” 1:12

Žehnající – “Bůh jim požehnal a řekl jim...” 1:22

## Male

### Adam - "from the earth"

Tend and protect - 2:15

Speak words of identity and life – 2:19-20

Loving engagement

## Female

### Eve – "Mother of all the living" – 3:20

Nurture and nourish

Be a "suitable helper" – 2:18

*"Suitable" – means "opposite", "against", "before"*

*"Helper" – 21 times in OT – 16 of these refer to God"*

Vulnerable nurture

### Genes

**XY** – determines gender in offspring

### Hormones

#### Testosterone

Competitive, action oriented, assertive, problem solving, conquest, focused, driven

#### Vasopressin

Sexual persistence, aggressive response to danger, creates a desire to stay with his mate and drives him to protect his territory and his offspring

### Brain

Separate sides

Systemized

Focused

Logical

High ability to control emotion

Project oriented

### Body

Designed to vulnerably enter and give life

### Genes

**XX** – double dose of femininity

### Hormones

#### Estrogen

Has a calming effect and aids memory. Makes a woman superior in tasks requiring rapid, skillful, fine movements, as well as everything requiring verbal fluency and articulation

#### Oxytocin

Creates a desire to tend and befriend, to experience warmth and nurture

#### Serotonin

Calming effect, creates desire for conversation and bonding

#### Progesterone

Causes a woman to feel parental and nurturing, giving her an overall feeling of well-being and contentment

### Brain

Twice as many connections

Empathetic

Multitasking

Intuitive

Low ability to control emotion

Relationally oriented

### Body

Designed to openly welcome and nurture life

*“Žena používá svou inteligenci, aby našla důvody podporující její intuici.”*

*G.K. Chesterton*

Čím víc budou muži skutečně mužní a ženy ženské, tím víc budeme přitahováni k našim protějškům a budeme i pro ně víc žádoucí.

Pomoc – není ponižující – objevuje se 21x, z toho 16x odkazuje na Boha, 2x na Evu, 2x na „žádná pomoc“ a 1x na pomocníky babylonského krále.

## Jaký je smysl manželství?

### **Vyřešit problém, že člověk je “sám”**

- “Není dobré člověku samotnému” – 1Moj 2:18
- Samotný – “oddělený”, „odloučený“

### **Adamova reakce**

- “To je kost z mých kostí, tělo z mého těla...”  
1Moj 2:23  
Kost – podstata, já sám  
Maso - tělo
- Když někdo chtěl říct, že jsme si blízcí, řekl  
“Podívej, jsme tvou kostí a tělem” 1Moj 29:14,  
Soudců 9:2, 2 Sam 5:1
- Jsem s tebou, tělem a duší. Doplnuješ mě.
- “Konečně!” vykřikl Adam. “Ona je část mého těla a mých kostí!” (NLT)

## Jaký je výsledek manželství?

### “Jedno tělo” – 1Moj 2:23-24

Kost z mých kostí, tělo z mého těla

### Pět druhů „jednoty“:

1. Jeden dům – spolubydlíci  
Sdílíte domov
2. Jedna rodina – rodiče  
Sdílíte děti
3. Jedno družstvo – partneři  
Sdílíte, co máte společného
4. Jedna osoba – splynutí  
Jeden se ztratí v totožnosti toho druhého
5. Jedno tělo – manželství  
Všechno, co je v každém z vás, náleží oběma

Jedno tělo neznamená ...

- Zrcadlené hard disky – Nemusím vědět všechno, abych byl spojený/spojená
- Siamská dvojčata – Nemusím být přítomný/á, abych byl přítomný/á
- Synchronizované plavání – nemusíme vypadat stejně, abychom byli jedno

„Jedno tělo“ není ztráta, ale zisk.

Celek je více, než suma jeho částí.

Tvoří se něco nového, není to jen půlka z každého z nás (splynutí barev)

Je to hluboce naplňující a obohacující

## Jak se stanete “jedním”? – Gen 2:24

### 1. Opuštíte

- Svou rodinu
- Své předchozí vztahy
- Otroctví hříchu
- Falešné obrazy sebe sama (lži)
- Bolest z minulosti (zranění)

### 2. Přilnete

- Navzdory strachu
- Navzdory nejistotě
- Navzdory pochybám
- Navzdory soběstřednosti

## Jaká je zkušenost manželství? Gen 2:25

### Nazí

- Bez sebeobran
- Bez ukrývání se
- Bez odpírání (nechávání si věcí pro sebe)
- Beze strachu

Kdy to zakouším?

Kdy ne?

### Beze studu

- Bez viny
- Bez odsouzení
- Bez pocitu selhání
- Beze studu

Kdy to zakouším?

Kdy ne?

## Reflexe s partnerem

1. Když Adam uviděl Evu, řekl: „Doplňuješ mne – tělo i duši!“. Jak prožíváte, že vás váš manžel/vaše manželka doplňuje, tělo i duši? Za jaké oblasti jste obzvlášť vděční?
2. Řekněte partnerovi, jak konkrétně prožíváte, že „nejste sami“ od chvíle, kdy vás Bůh obdařil manželstvím. Proč je to pro vás tak dobré?
3. Božím plánem pro vás je být „jedním tělem“. Jaký druh „jednoty“ zažíváte v současnosti? Jak to prožíváte?
4. V jakých věcech se cítíte pohodlně „nazí (bez potřeby chránit a skrývat) a nestydíte se“ jeden před druhým? V čem se tak ještě necítíte?
5. Společně se modlete a odevzdejte se Pánu Bohu, že ho budete následovat tak, jak vás povede „obloukem vykoupení“ ve vašem manželství tento týden.



## Tváří v tvář Pádu

*“Všechny naše problémy proudí z naší neschopnosti odrážet Boží podobu. Kvůli pádu Adama a Evy do hříchu v zahradě Edenu jsme si nevyvinuli Boží podobu v nejdůležitějších oblastech naší osobnosti a nepracujeme podle toho, jak jsme byli stvořeni. Proto prožíváme bolest.”*

*Dr Henry Cloud – “Změny, které uzdravují”*

*“Abychom se dostali k srdci manželství, musíme se vypořádat se srdcem hříchu.”*

*Dave Harvey - “Když hříšníci řeknou „Ano“*

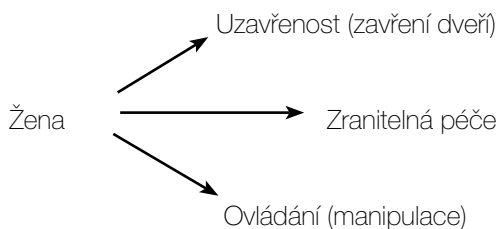
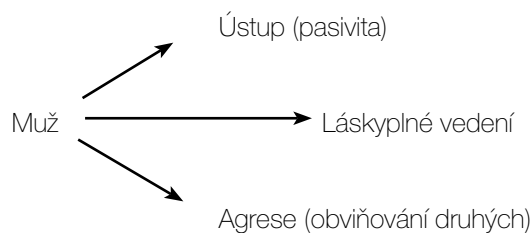
### Náš hřích nás rozděljuje

1. Selhání poslušnosti – 3:6  
Vybrali si něco, co vypadalo dobře, místo aby poslechli Boha  
Co se jeví jako nejlepší, je často velmi ničující
2. Selhání rolí – 3:6  
Muž – tichý a neangažující se  
Žena – nepoddajná a oklamaná
3. Emocionální selhání – Nechali se ovládat destruktivními emocemi. – 3:10  
Strachem  
Studem  
Pokřivuje mé chování

#### 4. Selhání reakcí – 3:7-12

Muž – ústup, agrese

Žena – uzavřenost, ovládání



*“Svět je jako opilý sedlák; když mu někdo pomůže do sedla na jedné straně, spadne na druhé.”*

*Martin Luther*

Tento hříšný vzorec vedl k...

### Prokletí

#### Eva

*“Velice rozmnožím tvé trápení i bolesti v těhotenství; syny budeš rodit v utrpení, budeš dychtit po svém muži a on nad tebou bude vládnout.”*

1Moj 3:16

*“bolesti”* – znamená úmorné bolesti

*“On bude vládnout...”* - stejné slovo jako

v 1Moj 1:16 “Slunce, aby vládlo ve dne...”

(ne stejné slovo jako v 1:25 – “ať vládnou nad rybami...”)

Znamená to ovládat nebo mít autoritu nad někým



*"Budeš dychtit..."* – stejné slovo jako v 1Moj 4:7  
– "hřích bude po tobě dychtit..." aby tě ovládal  
(toto slovo se nachází jen třikrát ve SZ)

**Žena** – budete zakoušet bolest ve vztahu a ovládnutí mužem – samy budete toužit ovládat

Kvůli prokletí má žena obrovskou potřebu **bezpečí a ochrany**

### **Adam**

*"Kvůli tobě nechť je země prokleta; po celý svůj život z ní budeš jíst v trápení. Vydá ti jenom trní a hloží a budeš jíst polní byliny. V potu své tváře budeš jíst chléb, dokud se nenavrátiš do země, z níž jsi byl vzat. Prach jsi a v prach se navrátiš."*

1Moj 3:17-19

*"V trápení..."* - stejné slovo jako

v 1Moj 3:16 – bolest

*"navrátiš se do země..."* – "adamah"

(hra se slovy – jako Adam)

*"prach v prach"* – symbol marnosti

**Muž** – budeš bolestně pracovat proti trní – budeš se cítit frustrovaný a nemohoucí.

Kvůli prokletí má obrovskou potřebu **úspěchu a významu**.

### **Vyhánění ze zahrady**

Po prokletí není do zahrady žádná cesta zpět.

Nemůžete jen "pracovat na vašem vztahu" a čekat, že se problémy vyřeší. To je jako byste splétali fíkové listy na zakrytí své nahoty.

## Papsek naděje

*“...Ono ti rozdrtí hlavu a ty jemu rozdrtíš patu.”*

– 3:15

*“Hospodin Bůh udělal Adamovi a jeho ženě kožené suknice a přioděl je.” – 3:21*

## Vykoupení v Kristu

*“Ale Kristus nás vykoupil z kletby zákona tím, že za nás vzal prokletí na sebe, neboť je psáno: „Proklet je každý, kdo visí na dřevě. To proto, aby požehnání dané Abrahamovi dostaly v Ježíši Kristu i pohanské národy, abychom zaslíbeného Ducha přijali skrze víru.” Gal 3:13-14*

*“Ale podle Písma je všechno v zajetí hříchu, aby se zaslíbení, dané ve víře v Ježíše Krista, splnilo těm, kdo věří.”*

*Gal 3:22*

## Předpoklady

1. To, čím máme podle Božího stvoření být a co máme prožívat v manželství, je velmi dobré
2. Kvůli pádu a prokletí je toto požehnání nedosažitelné
3. Pouze skrze Kristovo vykoupení se můžeme vrátit do zahrady
4. Potřebujeme na to pomoc Ducha Svatého
5. Není žádná pravá a trvalá změna bez pokání a víry

## Bez Krista...

1. Nebude žena nikdy prožívat dostatek bezpečí. Kvůli tomu bude přecházet od zranitelné péče a dávání života k uzavřenosti nebo ovládnutí.

2. Nebude muž nikdy dost úspěšný a důležitý.  
Kvůli tomu nebude láskyplně vést, ale bude utíkat nebo bude agresivní.
3. Nebude nikdy dost, co vám partner bude pro naplnění vašich tužeb poskytovat. Budete neustále zklamáni.
4. Kvůli studu a sebeochraně bude pravá intimita a "jednota těla" nedostupná.

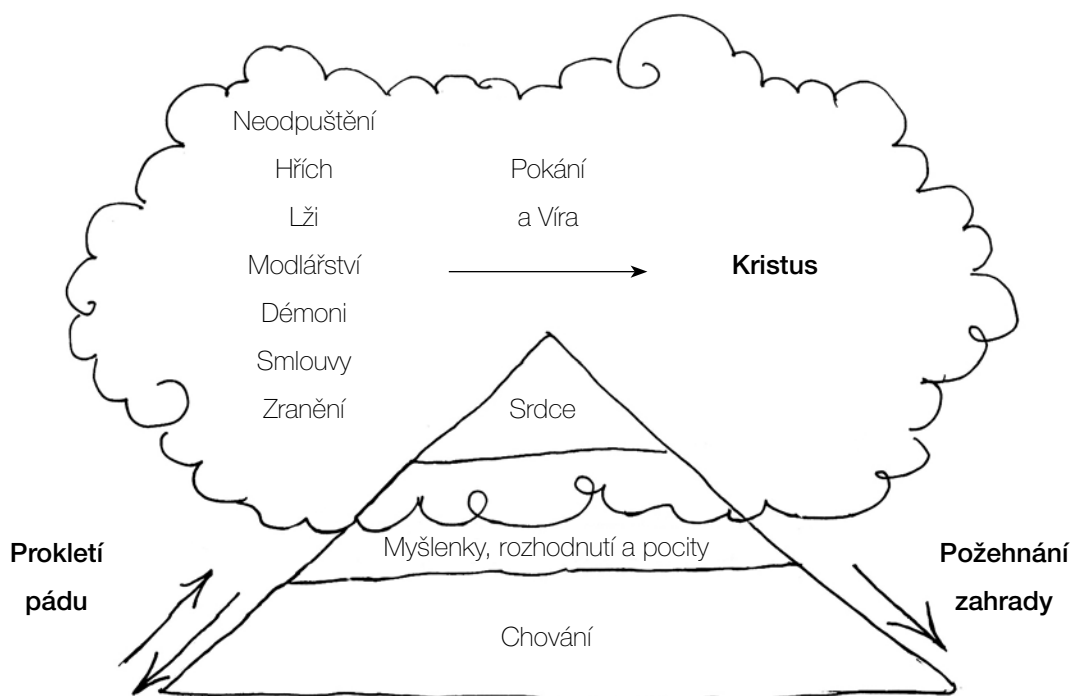
### **Zopakujme si – abych se mohl vrátit do zahrady, musím...**

1. Žít obraz Boha v pravé mužskosti (láskyplné vedení) a ženskosti (zranitelná péče a dávání života)
2. Žít " nahý" – bez ukrývání a sebeochrany
3. Žít "beze studu" – bez deformace vinou a studem
4. Žít v "jednom těle" s partnerem
5. Žít svou Bohem danou roli jako milující hlava (muž) a vhodná pomoc (žena)
6. Každodenně zakoušet radost z toho, že nejsem sám

### **Jaká je cesta od pádu zpět do zahrady?**

1. Na našem chování lze poznat, když žijeme v prokletí. Nicméně, nemůžeme se změnit jen přizpůsobením svého chování. To bychom zkoušeli získat spravedlnost dodržováním zákona. Důvod, proč máme zákon, není, abychom byli ospravedlněni, ale abychom si uvědomili hřích. (Řím 3:19-20)
2. Když vidíš chování, které odráží pád, popros Ducha Svatého, aby tě zavedl hlouběji do záležitostí duše (úroveň myšlenek, rozhodnutí a pocitů) a srdce (duchovní úroveň), které jsou za tím. Pravděpodobně budou nejdříve ukryté, ale Duch Svatý ti je může odhalit.

3. Popros Boha, aby ti ukázal, kde se spoléháš sám na sebe (fílkové listy, přehazování viny na druhé, skrývání, modlářství) více než na Krista. Popros ho, aby ti ukázal na hřích, který je za tvým chováním, anebo na lži, které dodávají energii tvým reakcím.
4. Tento proces je nejlepší udělat nahlas, v modlitbě s tvým manželem/manželkou. Tvůj partner bude mít často pohledy a vhledy, které ty sám nevidíš. Duch Svatý ti bude komunikovat konkrétní věci skrze něj!
5. Když ti Duch Svatý vyjasní, co je hlavní příčinou tvého chování, odpověz mu pokáním a vírou. Vždy to bude vyžadovat obrácení se od soběstačnosti k závislosti a důvěře Kristu.
6. Teď můžeš začít s novým chováním, které odráží, kým jsi v Kristu a to, jak jsi byl stvořen pro život v zahradě. Odevzdej se v modlitbě tomuto novému stylu života a popros Boha o pomoc a posílení.

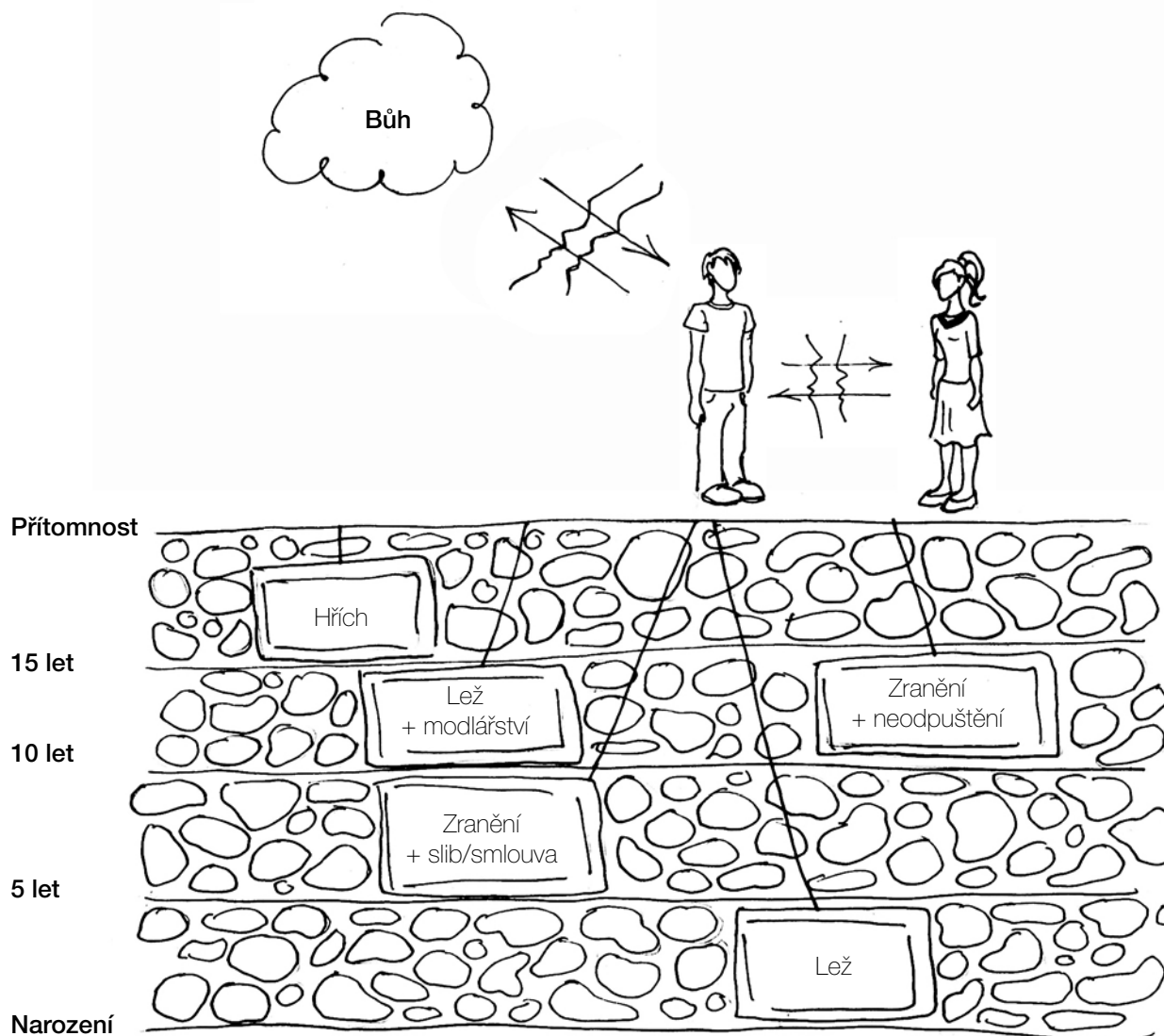


## A co minulost?

"Mnohá manželství zápasí rok za rokem s opakujícím se problémem, který, zdá se, nikdy nevyřeší. Pravda je taková, že tyto problémy mají jen málo co dělat se současnou situací. Jsou zakořeněny ve starých nevyřešených vzpomínkách. Uzdravení původních zranění je jediným východiskem."

Dr. Edward Smith, "Opravdové uzdravení"

Tady vidíme, jak to vypadá v manželství:



## Jak opustíš a příliš?

1. Popros Boha, aby ti skrze Ducha Svatého ukázal, jestli má tvé nynější chování kořeny v nevyřešených problémech z minulosti.  
V modlitbě jej popros, aby tě vzal zpátky v čase k situacím nebo zkušenostem, které se týkají tvého současného problému.
2. V modlitbě jej popros, aby ti zjevil jakékoliv informace o následujících problémech srdce, jež souvisí s touto záležitostí. Neodpuštění, hřích, lež, modlářství, démoni, smlouvy, zranění.
3. Poproste Ducha Svatého, aby do této vzpomínky zjevil Krista. Co potřebuješ vědět o podstatě tvého Otce (zjeveného v Kristu), nebo o dostatečnosti Kristovy oběti za tebe na kříži? Jak se On dívá na tebe a tvou situaci? Jak ti chce zjevit a zosobnit pravdu způsobem, který činí lež bezmocnou?
4. V hlasité modlitbě se s vírou a pokáním posuňte kupředu! Odpusťte těm, kdo vám ublížili, vyznejte své hříchy, odmítněte lži, odkloňte se od modlářství, vzepřete se ďáblu, zrušte své smlouvy a poproste Krista, aby zahojil vaše rány. Obratťe se k němu ve víře, že odpustí, očistí, ochrání, pomůže, uzdraví a obnoví.
5. Ve víře se oddejte životu podle vaší identity v Kristu a vaší dostatečnosti v Kristu ve vztahu k vašemu partnerovi.

Naše tendence budou, buď se naučit žít s chronickými manželskými problémy tak, že se pokusíme změnit okolnosti, nebo se je pokusíme vyřešit povrchně jejich opravením. Ale trvající a opravdová změna přichází skrze naši proměnu.

*“Ke komu mám mluvit, koho varovat, aby to slyšel?  
Hle, jejich uši jsou neobřezané, nemohou tomu věnovat pozornost. Hle, Hospodinovo slovo je jim potupou, nelíbí se jim...”*

*“Těžkou ránu mého lidu léčí lehkovážnými slovy:  
‘Pokoj, pokoj!’ Ale žádný pokoj není.”*

*Jer 6:10,14*

Pamatujte na problém Adama a Evy, když se setkali s pádem. Dva pocity vám budou bránit v přistoupení k Bohu pro opravdové uzdravení a proměnu.

## 1. Strach

- že to zkusím a nebude to fungovat
- že zjistím, že se mnou opravdu něco není v pořádku
- že se mnou Bůh nebude komunikovat
- že mne Bůh doopravdy nemiluje
- že se ztratíme a nebudeme vědět, co dál
- že Kristus nebude stačit
- že budu zakoušet odsouzení
- že nejsem dost duchovně vyzrálý
- že mne budeš chtít mít takového, jako jsi ty – změnit to, kým jsem
- že budu opravdu hluboce zraněn
- že zneužiješ, co jsi zjistil

## 2. Stud

- že uvidíš věci, které způsobí, že mne odmítneš
- že mnou budeš zklamaný/á
- že se mi lidé vysmějí nebo se budou posmívat
- že je všechno moje vina
- že je vlastně všechno mnohem horší, než jsem si myslel/a
- že jsem zodpovědný/á a nemohu s tím nic dělat
- že na to nemám a nestačím
- že nejsem skutečný muž/žena
- že je se mnou něco od základu v nepořádku a brzy se to všichni dozvedí

*“ Lidé vytvořili postupnou změnu, protože nemáme rádi bolest změny proměňující. Nepotřebujete postupnou změnu ve vašem manželství; potřebujete proměňující změnu. Nepotřebujeme vylepšenou verzi svého starého já; potřebujete úplně novou verzi. Nepotřebujete mírné zlepšení vašeho manželství; potřebujete totální proměnu. Skvělá zpráva je, že Bůh vám tuto proměnu nabízí. Špatná zpráva je, že má svou cenu – vysokou cenu: cenu celého vašeho já. Ale život na druhé straně vyznání a pokání a bolesti a vydání se a odpuštění bude ten život, který jste dosud předstírali, že ho máte, po všechny ty roky, kdy jste se snažili věci měnit kousek po kousku.”*

*Justin a Trisha Davis “Za hranicí všednosti:*

*Když dobré manželství prostě není dost dobré”*

*„Bůh k nám šeptá v našem potěšení, mluví v našem svědomí, ale křičí v naší bolesti: je to jeho megafon, kterým burcuje hluchý svět.“* CS Lewis



## Osobní reflexe s partnerem

1. Promyslete si rozhovory, které jste až dotud měli se svým partnerem. Kterou oblast byste chtěli změnit? Měla by to být oblast, která vás zavede k původnímu plánu. Měla by to být oblast, která partnera frustruje, a když ji změníte, přinese jí/jemu skvělé požehnání. Napište si ji.
2. Sdílejte se se svým partnerem. Přijměte jeho pohled a zpětnou vazbu a společně se dohodněte, že toto je klíčová oblast vhodná pro změnu. Měla by to být pouze jedna věc pro každého z vás.
3. Teď začněte s jedním z vás a „postupujte vzhůru na horu“. Společně nahlas promyslete, jak se toto chování projevuje. Mluvte o tom, co víte o myšlenkách, pocitech a rozhodnutích, které jsou za tím. Buďte otevření a upřímní, když mluvíte o sobě, a když dáváte zpětnou vazbu svému partnerovi. Dělejte to s láskou a citlivě.
4. Teď poproste Boha, aby vám skrze Ducha Svatého ukázal, co je skryto v „mlze“. Co ještě je pravda o tom, co se děje ve vaší duši (úroveň mysli, vůle a emocí) a v srdci (duchovní úroveň).
5. Zeptej se, zdali toto je aktuální problém, nebo jen „odraz“ nějakého jiného nevyřešeného problému z minulosti. Jestliže ano, poproste Ducha Svatého, aby vám tuto vzpomínku nebo zážitek ukázal.
6. Poproste Ducha Svatého, aby vám ukázal, jestli nejsou některé z následujících věcí spojeny s vaším problémem. Neodpuštění, hřích, lež, modlářství, démoni, smlouvy, zranění.
7. Poproste Ducha Svatého, aby vám zjevil Krista v této konkrétní věci. Jaký je jeho pohled, jeho práce, jeho charakter, jeho pravda, jeho dostatečnost apod.
8. Zareagujte vírou a pokáním na to, co vám Duch Svatý ukázal. Udělejte to konkrétně a nahlas. V modlitbě a ke svému partnerovi se zavažte k novému, správnému chování, které bude odrážet to, jak vás Bůh stvořil a jak on chce, abyste žili v manželství. Poproste Boha, aby vás posílil a připomeňte si, že jej potřebujete.
9. Celé to opakujte s tím druhým.



## Komunikace a konflikt

*„Předpoklad byl, že kdybych měl zdravé manželství, pak by v něm nebyl konflikt. To vůbec není pravda. Zdravé manželství není zbavené konfliktu; je zbavené nevyřešeného konfliktu.“*

*“Nevyřešený nebo obcházený konflikt se stává rakovinou, která šíří intimitu, důvěru, vášeň a sexuální přitažlivost. Když je ve vašem manželství nevyřešený konflikt a vy to ignorujete, přecházíte nebo zlehčujete, pak váš manžel/manželka, nevidí vás, když se na vás dívá. Vidí konflikt nebo problém, kterému se vyhýbáte“.*

*Justin a Trisha Davis , “Za hranicí všednosti:  
Když dobré manželství prostě není dost dobré”*

*“Čtyři fáze vysoce efektivního týmu – tvořit, bouřit, srovnat, konat“*

*Bruce Tuckmanův model rozvoje skupiny*

## Klíče k dobré komunikaci a řešení problémů

### 1. Obléct správné šaty

*„Jako vyvolení Boží, svatí a milovaní, oblecte milosrdný soucit, dobrotu, skromnost, pokoru a trpělivost.“ Ko 3:12*

### 2. Říci pravdu v lásce

*„Budme pravdiví v lásce, ať ve všem dorůstáme v Krista. On je hlava...“ Ef 4:15*

*„Proto zanechte lži a mluvejte pravdu každý se svým bližním, vždyť jste údy téhož těla...“ Ef 4:25*

### 3. Ubránit se dvěma jedům hněvu

**– hřích a slunce**

*„Hněváte-li se, nehřešte. Nenechte nad svým hněvem zapadnout slunce a nedopřejte místa ďáblu.“ Ef 4:26-27*

### 4. Vyřešit to hned

*„Přinášíš-li tedy svůj dar na oltář a tam se rozpomeneš, že tvůj bratr má něco proti tobě, nech svůj dar před oltářem a jdi se nejprve smířit se svým bratrem; potom teprve přijď a přines svůj dar.“ Mt 5:23-24*

### 5. Předpokládat nejlepší úmysly

*„Nesudte, abyste nebyli souzeni. Neboť jakým soudem soudíte, takovým budete souzeni, a jakou měrou měříte, takovou Bůh naměří vám.“ Mt 7:1-2*

## 6. Začít trámem, pak řešit třísku

*„Jak to, že vidíš třísku v oku svého bratra, ale trám ve vlastním oku nepozoruješ? Anebo jak to, že říkáš svému bratru: 'Dovol, ať ti vyjmu třísku z oka' - a hle, trám ve tvém vlastním oku! Pokrytče, nejprve vyjmi ze svého oka trám, a pak teprve prohlédneš, abys mohl vyjmout třísku z oka svého bratra...“*

*Mt7:3-5*

## 7. Zabrzdit unáhlená slova

*„Unáhlené řeči bodají jako meče, jazyk moudrých je ale jako lék.“*

*Přísloví 12:18 (NBK)*

*„Z vašich úst ať nevyjde ani jedno špatné slovo, ale vždy jen dobré, které by pomohlo, kde je třeba, a tak posluchačům přineslo milost.“*

*Ef 4:29*

## 8. Poprosit o odpuštění a přijmout ho

*„Snášejte se navzájem a odpouštějte si, má-li kdo něco proti druhému. Jako Pán odpustil vám, odpouštějte i vy. Především však mějte lásku, která všechno spojuje k dokonalosti.“*

*Ko 3:13-14*

Pochopte rozdíl mezi mužským  
a ženským stylem komunikace

Muži –

Ženy –

## Reflexe s partnerem

1. Projděte si zmíněných 8 klíčů a zhodnoťte, jak se vám daří je používat ve vašem manželství. Ohodnoťte každý klíč na škále 1-5 (1 nejhorší, 5 nejlepší). Nejdříve to udělejte každý sám, pak si porovnejte vaše myšlenky.
2. Jaké jsou nejčastější oblasti vašich konfliktů?
3. Jaké jsou nejčastější oblasti nedorozumění?
4. Na kterých z výše uvedených osmi oblastí (klíčů) by bylo nejdůležitější pracovat?
5. Jak byste mohli zlepšit svou schopnost manévrovat v rozdílech mužské a ženské komunikace?



## Vést a milovat, Podřídit se a respektovat

*„To, jak manžel a manželka budují své manželství den ze dne a rok za rokem je od základu formováno jejich teologií. Ta určuje, jak přemýšlíte, co říkáte a jak jednáte. Vaše teologie určuje váš celý život. A také určuje, jak žijete v manželství.“*

*Dave Harvey, Když hříšníci řeknou své „ano“*

Ef 5:21 – Hlavní verš k tématu

Podřídit – vojenský výraz – „zařad se“

Hupotasso

Hupo – pod

Tasso – umístit se

Každý vztah má třetího člena – není to řada ale trojúhelník

To nám dává

Hloubku a obsah

Referenční bod

## Muž má v manželství dvě hlavní zodpovědnosti – Ef 5:22-33

**1. Vést** - v.23 - být hlavou, hlava musí vést a převzít zodpovědnost

Vedení není.....

Vedení je...

Co když...?

**2. Milovat** - v. 25-33

Co to znamená milovat?

**Obětovat se** – v. 25-27

V. 27 – výsledkem je „zářící“ manželka.

To je mužovo vysvědčení.

**Pečovat** – v. 28-31

V. 28 – výsledkem je, že miluješ sebe

– sklídíš ovoce

Když se vaše manželka necítí vedena a milována, má pravdu. Předpokládejte, že je její vyhodnocení správné a přijměte zodpovědnost za vaši proměnu.



## Žena má v manželství dvě hlavní zodpovědnosti – 5:22, 24, 33

### 1. Podřídit se – v. 22-24

Podřízení není...

Podřízení se je...

Co když...?

Podřízenost ve své nejprostší formě je důvěra Bohu, který je plně důvěryhodný.

Jsem připravena důvěřovat Bohu, že povede mého manžela v mém vedení.

### 1. Respektovat – v. 33

Respekt není...

Respekt je...

Co když...

Pokud váš manžel necítí, že se podřizujete nebo že ho respektujete, má pravdu. Předpokládejte, že jeho vyhodnocení je správné a přijměte zodpovědnost za vaši proměnu.

Láska a respekt jsou jako kyslík – co by se stalo, kdyby z místnosti zmizel kyslík?

Co když ten druhý nedrží svou pozici?

## Reflexe s partnerem

### Ženy

1. Ženy, sdílejte se svými manželi, kdy jste cítili jeho vedení. Čeho si vážíte na způsobu jeho vedení? Jak se v tom cítíte?
2. Stává se někdy, že cítíte jeho odstoupení z vedoucí role a vy jste ponechána bez ochrany nebo „hlavy“? Promluvte si s ním o tom.
3. Máte nějaké návrhy, nebo zpětnou vazbu, jak by se mohl stát efektivnějším vůdcem? V duchu přijetí a podpory mu to předejte.
4. Ženy, sdílejte se svými manželi příklady, kdy zakoušíte jeho lásku. Čeho si nejvíce vážíte na způsobu, jakým vás miluje? Jak se potom cítíte?
5. Jsou nějaké chvíle, kdy jeho lásku nezakoušíte, ale rády byste? Citlivě mu to řekněte.
6. Máte nějaké tipy nebo návrhy, které by mu mohli pomoci vás lépe milovat? Buďte konkrétní ve svém sdílení, ale nebudte kritické a netlačte na něj.

### Muži

1. Muži, sdílejte se svými manželkami, kdy jste se z její strany cítili respektováni. Čeho si vážíte na tom, že vám komunikuje respekt? Jak se v tom cítíte?
2. Stává se vám někdy, že od ní respekt necítíte, nebo že zakoušíte z její strany neúctu? Sdílejte se o tom jemně, bez hněvu a odsuzování.
3. Máte nějaké návrhy, nebo zpětnou vazbu, jak by se mohla stát více efektivní v komunikaci respektu a úcty k vám? V duchu přijetí a podpory jí to předejte.
4. Muži, sdílejte se svými ženami příklady, kdy jste od ní cítili ochotné podřízení se. Čeho si nejvíce vážíte na způsobu, jak se vám podřizuje? Jak se potom cítíte?
5. Jsou chvíle, kdy její podřízení se nezakoušíte? Jak vás to ovlivňuje?
6. Máte nějaké tipy nebo návrhy, které by jí mohli pomoci se vám lépe podřídit? Buďte konkrétní ve svém sdílení, ale nebudte kritičtí a netlačte na ni.



## Cesta „obloukem vykoupení“

Pamatujete si oblouk vykoupení? Stvoření, pád, vykoupení, obnova. Zkusme ji projít s některými konkrétními věcmi, které řešíte.



## Vášeň a romance

Proč by jste měli bojovat  
o zachování vášně ve vašem  
manželství?

### **Píseň písní 8:6-7**

*„Polož si mě na srdce jako pečeť,  
jako pečeť na své rámě.*

*Vždyť silná jako smrt je láska,  
neúprosná jako hrob žárlivost lásky.*

*Žár její - žár ohně, plamen Hospodinův.*

*Lásku neuhásí ani velké vody*

*a řeky ji nezaplaví.*

*Kdyby za lásku chtěl někdo dávat*

*všechno jmění svého domu,  
sklidil by jen pohrdání.“*

Vášnivá láska vám dává...

Tak jaká je právě teď úroveň vaší vášně?

Když je vaše vášeň silná... (Píseň písní, 1. kapitola)

- Máte fantazie o druhé osobě – 1:2
- Zakoušíte radost a potěšení v jejich přítomnosti – 1:3
- Spontánně se jimi chlubíte – 1:3
- Nemůžete se dočkat, až s nimi budete – sami – 1:4

Když je vaše vášeň silná, ostatní ...

- Zažívají zprostředkovaně radost a potěšení – rádi se na to dívají – 1:4

Vášnivá láska se neděje náhodou. Jako u každého ohně, jsou věci, které ji rozdmýchají a živí, a další věci, které ji dusí a hasí. Každý oheň je třeba udržovat. Je toho mnoho, co můžete dělat pro to, abyste nastavili podmínky, které udržují žhavý oheň vášnivé lásky ve vašem vztahu.

V každém manželství jsou:

Tlumiče vášně

Posilovače vášně

## Tlumič vášně #1 – Žena si je nejistá svým tělem

### Proč?

Neshoduje se s ideálem – 1:5

Nepečovala jste o něj, jak byste chtěla – 1:6

Nevíte, jestli se mu bude líbit – jestli byste se

neměla stáhnout a přikrýt – 1:7

Jak to ovlivňuje vašeň?

**Pamatujte** – jste pro svého muže tou nejkrásnější ženou – 1:8, 6:8-9

### Co pomůže?

1. Šperky, vůně a oblečení – 1:10-14
2. Jeho komplimenty o její kráse – 1:15
3. Její sebedůvěra ve svou ženskost – 2:1
4. Ona se svobodně vydává, protože její oči hledí na něj – 1:16, 2:3-6

Tlumič vášně #2 – Když se ona skryje a on zmizí

**Ona se skrývá – 2:14-15**

**5:2-5**

Proč?

Jak ho to ovlivňuje?

Co by měl dělat?

**On zmizí – 5:6-8**

Proč?

Jak ji to ovlivňuje?

Co by měla dělat?

Když se žena skryje, muž má tendenci použít svou sílu, aby ji získal zpět. Když on zmizí, žena má tendenci trestat, aby ho získala zpět. Ani jedno nepovede k obnově vaší intimity a vášně.

## Posilovač vášně #1 – Jeho slova

Vášníví muži nešetří slovy

Jak používají slova?

1. Kreativně, hojně a štědře říkají ženě komplimenty – 4:1-5
2. Říkají jí romantické příběhy – 4:6-8
3. Popisují své emoce – 4:9-12

## Posilovač vášně #2 – Její obdiv

Vášnivě ženy vyjadřují svůj obdiv nahlas

Jak vyjadřují obdiv svému muži?

1. Říkají mu, co je na něm přitahuje – 1:16
2. Říkají nahlas, co obdivují na jeho práci – 1:16-17, 3:6-10
3. Dávají mu najevo, jaký na ně má vliv – 2:3-6
4. Chlubí se jím ostatním – 3:11, 5:10-13

## Posilovač vášně #3 – Jeho iniciativnost

Vášniví muži, pamatujte na toto ohledně vaší iniciativnosti

1. Ona po ní touží – 1:4, 2:4
2. Množství úsilí, které vložíte, pro ni mnoho znamená – 2:8-9
3. Neměli byste být váhaví nebo s polovičným srdcem – 2:8- 13
4. Pokud váš první pokus nevyjde, buďte iniciativní znovu- 2:14-15

V písni Šalamounově ona reaguje na jeho iniciativu tím, že přichází k němu a zve ho k sobě – 2:16-17

## Posilovač vášně #4 – Její vnímavost a odezva

Vášnivé ženy, pamatujte si toto o vaší vnímavosti  
On po ní touží – 4:12-5:1

Vizuální štědrost se ho hluboce dotýká – 6:13-7:9

Vášnivá žena se nebojí jeho touhy – a chce, aby si ji on plně užíval – 7:8-11

Vášnivá žena jen nečeká na svého muže, je iniciativní, navrhuje, usiluje o něj a mluví 7:11-8:12



## Shrnutí

### Tlumiče vášně

1. Žena si je nejistá svým tělem
2. Muž zmizí a žena se skryje

### Posilovače vášně

1. Jeho slova
2. Její obdiv
3. Jeho iniciativnost
4. Její vnímavost a odezva

## Reflexe s partnerem

1. Co vás nejvíce zaujalo v této sekci o vášni a romantice?
2. Vzpomeňte si na časy, kdy byla vaše vášeň veliká a mluďte o tom, co ve vás rozdmýchávalo oheň.
3. Každý z vás si vyberte jeden ze zesilovačů vášně, který budete během dalších 24 hodin praktikovat.



## Sex a intimita

### Teologie sexuality

1. Sex je „splynutí“ – fyzické vyjádření duchovní a duševní reality – 1.Moj 2:24, Ef 5:31-32
2. Moje sexualita a sexuální touha byly stvořeny Bohem a jsou dobré, jsou-li vyjádřeny správně (1.Moj 1:27-28). Mezi manželi by v sexu neměl být žádný stud. 1.Moj 2:25
3. Dobrý sex vytváří pouta, která drží manželský pár dohromady navzdory tlakům, které se je snaží rozdělit. Mat 19:4-6

*„Je velmi smutné, že mnohé nevěrnosti začínají z důvodu nedostatku citu (u žen) a nedostatku sexu (u mužů). Jí se nedostává citu, takže jej odmítá po sexuální stránce, a jemu se nedostává sexu, takže ta poslední věc, kterou by chtěl komunikovat, je vyjádření citů.“*

*Willard F. Harley, PhD, „Jeho potřeby, její potřeby“*

4. Hebrejský výraz pro sex je „Yada“ – „znát, hluboce a důvěrně“ – 1.Moj 4:1

Srovnejte to se slovy, která používáme my?

## Jak můžete zlepšit váš sexuální život?

Čtyři klíčové investice:

**Závazek**

**Komunikace**

**Čistota**

**Kreativita**

### 1. Závazek

Často nejsou jeden nebo oba z manželů v jejich vztahu uspokojeni nebo sexuálně naplněni. Zde jsou obvyklé stížnosti:

- a. Málo nebo žádná touha na straně partnera
- b. Sex není pro mě dost často
- c. Naplňuje potřeby mého partnera/partnerky, ale ne mé potřeby
- d. Cítím se nedotčen/á a nenaplněn/á
- e. Můj manžel/manželka po mně něco chce, ale já nemám, co dát
- f. Můj manžel/manželka chce příliš mnoho sexu a příliš často
- g. není mi příjemné dělat věci, které po mne můj partner/partnerka žádá

Co byste měli dělat?

*"Muž ať prokazuje ženě, čím je jí povinen, a podobně i žena muži. Žena nemá své tělo pro sebe, ale pro svého muže. Podobně však ani muž nemá své tělo pro sebe, ale pro svou ženu. Neodpírejte se jeden druhému, leda se vzájemným souhlasem a jen na čas, abyste byli volni pro modlitbu. Potom zase buďte spolu, aby vás satan nepokoušel, když byste se nemohli ovládnout."*

1 Kor 7:3-5

Změna začíná u vás. Změna začíná jedním klíčovým rozhodnutím.

„Z poslušnosti Bohu a z lásky ke svému manželovi (své manželce) je mým cílem plně naplnit jeho (její) sexuální potřeby. Chci, aby se mnou prožíval (prožívala) sexuální uspokojení a sexuální naplnění.“

Proč?

1. Je to moje zodpovědnost před Bohem
2. Mé tělo patří mému partnerovi
3. Pokud nenaplním jeho (její) potřeby, nechávám ho (ji) zranitelnou vůči Satanovým útokům

Jak se tento závazek projevuje v praxi?

Co s věcmi, se kterými mám problém?

## 2. Komunikace

Aby bylo možné „yada“ (vyjádření lásky fyzicky), váš partner potřebuje „vědět“. A často nebude vědět, dokud mu neřeknete.

Proč je často těžké mluvit se svým partnerem o sexuálních touhách nebo frustracích?

Podívejte se na způsob sexuální komunikace mezi Šalamounem a jeho milou

1. Upřímná a zranitelná – 1:2
2. Detailní a konkrétní – 6:2-3, 7:6-9
3. Taktní a citlivá – 6:2-3, 7:6-9
4. Srdce i ruce – jak city, tak činy – 7:10-11
5. Rozsáhlá a podrobná – věnují tomu hodně času a nevdají jim vracet se na stejná místa.

## What do I need to “know” about my spouse to fulfill them sexually?

Male	Female
<p><b>What arouses a man?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sight</li><li>• An invitation</li><li>• Desire</li></ul> <p><b>What blocks his desire?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Her lack of focus or desire</li><li>• Feelings of impotence</li><li>• Stress and overwork</li></ul> <p><b>How does a man like to be touched</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Polarity – genitals “+” body “-“</li><li>• Start with genitals and genital area</li><li>• Move out to rest of body, returning to maintain arousal</li><li>• Pace your touch to keep him highly engaged without going over the top</li><li>• Remember that he doesn't need as much time as you do.</li><li>• Give him feedback about your enjoyment</li><li>• Don't leave him without bringing him to climax</li></ul> <p><b>What gives a man the greatest pleasure?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Your pleasure</li><li>• His climax</li></ul> <p><b>How does a man's response change day to day?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Not much</li></ul>	<p><b>What arouses a woman?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Emotional connection and care</li><li>• Loving touch</li><li>• Gentle pursuit</li></ul> <p><b>What blocks her desire?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Unresolved conflict</li><li>• Feeling unloved or unheard</li><li>• Distractions (sights, smells, sounds, lack of safety or privacy)</li></ul> <p><b>How does a woman like to be touched</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Polarity – “genitals” –“ body “+”</li><li>• Start with the back, shoulders, face, hair</li><li>• Loving kisses</li><li>• Don't forget feet, legs, inner places on thigh, back of knee, etc.</li><li>• Only after she is feeling touched and connected do you move to the breasts</li><li>• Leave the genital area for the very end</li><li>• Take as much time as you need</li></ul> <p><b>What gives a woman the greatest pleasure?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Emotional connection</li><li>• Feeling adored and treasured</li></ul> <p><b>How does a woman's response change day to day?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Huge differences based on hormones, emotions, environment, events of the day, how she is feeling about herself, etc.</li><li>• What is great one day may be totally wrong the next day.</li></ul>

## Male

### How does a man's body respond to sex?

- Increase in Vasopressin – wants to defend and protect her
- Increase in Oxytocin – sensitivity, bonding, "tend and befriend"
- Deep relaxation and release (Prolactin makes them want to go to sleep)

### What happens if the man does not get sexual release?

- Physical pressure builds up. He becomes more and more sensitive to sexual stimuli and may experience restlessness and frustration.
- 72 hour cycle

## Female

### How does a woman's body respond to sex?

- Increase in Oxytocin – sensitivity, bonding, feelings of intimacy
- Release in endorphins (the body's natural pain relievers)
- Increase in Serotonin – calming effect, feeling of well being

### What happens if the woman does not get sexual release?

- She does not experience physical pressure, but may begin to feel emotionally untouched. Sometimes she begins to turn off her sexuality.

### Common sexual misconnects

## Man

- Goes too fast
- Needs sex to relieve stress
- Needs sex in order to connect with his emotions
- Touches her sexual organs too soon
- Touch is too heavy
- Can't speak because of his physical response
- Wants to enjoy his wife visually

## Woman

- Goes too slow
- Needs to relieve stress in order to want sex
- Needs to connect with her emotions in order to want sex
- Touches his sexual organs too late
- Touch is too light
- Needs words in order to respond physically
- Feels self conscious or used when he looks at her.

These are general characteristics, but each man and woman is unique. What is most important is that you honestly and openly communicate so that your partner knows how to best meet your particular needs.

### 3. Čistota

Sex je okno do vaší duše

1. Nevyřešený hřích nebo zranění z minulosti bude mít vliv na vaše současné sexuální spojení
2. Nevyřešené problémy a bolesti ve vašem vztahu se objeví ve vašem sexuálním spojení
3. Vaše osobní nejistoty vyjdou najevo ve vašem sexuálním spojení
4. Váš stud bude bránit vašemu sexuálnímu propojení
5. Vaše soběstřednost a sobectví vyjde na povrch ve vašem sexuálním spojení
6. Chronický stres a nezdravý životní styl mohou bránit vašemu sexuálnímu spojení

Sexuální potíže jsou příležitostí k růstu!

Když... budete věnovat čas a energii odhalení a vyčištění věcí, které vám brání

Příklady:

#### 4. Kreativita

Váš sexuální život je tak důležitý, že si zaslouží to nejlepší z vaší energie a kreativity.

Budte kreativní ...

1. Ve vašem přirozeném prostředí – pořádku si zámek na dveře, přidejte svíčky, hudbu, vůni, květiny, začněte dříve, dejte tomu více času, vytvořte krásu
2. Nové prostředí – jiný čas, jiná místa v domě, únik pryč, jiná místa (7:10-8:3)
3. Způsoby, jak přinést partnerovi potěšení – olej, masáž, pozice, zkoumání (6:2-3), použití rukou (7:7-8), očí (6:11), úst a jazyka (4:16-5:1, 2:3)
4. Rychlost a délka milování – labužnický sex, hlavní jídlo, rychlovka
5. Způsoby, jakými používáte slova a dotyky ke vzrušení vašeho milého (vaší milé) (8:14)
6. Způsoby, kterými vyjadřujete svou sexualitu během dne (polibek, dotek, smska, vzkaz, pohled, signál, telefonát, dárek)
7. Riskujte, buďte ochotni dělat chyby, smát se, neberte to příliš vážně.



## Reflexe s partnerem

1. První krok na cestě k vylepšení vašeho sexuálního života je závazek. Pamatujete na 1 Kor 6:3-5? Jste na tento závazek vůči vašemu partnerovi připraveni (strana 38)? Mluvte o tom spolu.
2. Pokud ano, řekněte svému partnerovi: "Z poslušnosti Bohu a v lásce k tobě (řekněte jejich jméno) si dávám za cíl uspokojit tvé sexuální potřeby. Chci, aby jsi prožíval/a sexuální uspokojení a naplnění se mnou.
3. Komunikace. Teď si musíte promluvit o tom, co to znamená. Aby jste svého partnera "znali", musíte chápat jeho sexuální touhy a potřeby. Projděte si přehled na straně 38-39. Jeden z vás ať začne. Zvýrazněte věci, které vás popisují a přidejte vysvětlení. Buďte co nejvíce otevření a upřímní. Pro toho, který poslouchá, snažte se svého partnera opravdu pochopit a také dát najevo, že jsou v bezpečí a mají vaši plnou podporu. Ptejte se a dejte jim dost času na odpověď. Potom si vyměňte role a otevřeně mluvte o svých sexuálních touhách a potřebách.
4. Čistota. Zastavte se a modlete se. Poproste Pána aby vám ukázal, jestli je třeba cokoliv v oblasti sexu a intimity pročistit. Pečlivě naslouchejte Duchu Svatému. Může poukázat na nevyřešené zranění nebo hořkost, zlobu nebo neodpuštění, nebo také na oblasti hříchu, které očistě zabraňují. Pokud Duch Svatý na něco poukáže, udělejte co je potřeba pro vyčištění této oblasti. Může to znamenat, že budete muset něco vyznat, modlit se, prosit a přijmout odpuštění, nebo něco vynést na světlo. Nemusí to být vůbec jednoduché. Cokoliv, co však nebude čisté, nebude fungovat naplno tak, jak to zamýšlel Bůh.
5. Kreativita. Je váš fyzický vztah nudný a zaseknutý na jednom místě? Začněte s partnerem mluvit o momentech, kdy jste ve vašem sexuálním spojení prožívali radost a moc to pro vás znamenalo. Co nastartovalo vaši vášeň? Co se vám obzvlášť líbilo? Teď popřemýšlejte o budoucnosti. Je něco, co byste si rádi zopakovali, nebo něco, co byste chtěli vyzkoušet? Máte představy, o které byste se s partnerem rádi podělili a možná i uskutečnili? Naslouchejte partnerovi bez jakýchkoliv předsudků. To, co uslyšíte si mentálně "založte" jako zdroj pro lepší naplnění sexuálních potřeb partnera v budoucnosti (a nebo třeba hned!).
6. Pokud jste všechno prošli a rádi byste vyzkoušeli něco navíc, co napomůže vaší kreativě, vyberte si pár listů papíru, které jsme pro vás připravili. Pokud chcete, vyzkoušejte, co tam je napsáno. Pokud ne, vyberte si něco jiného. V budoucnu si můžete vytvořit vlastní. Pokud něco nepůjde podle vašich představ, zasmějte se tomu společně. Vzpoměňte si na svobodu a kreativní vášeň, kterou prožíval Šalamoun se svou milou.



## Péče o zahradu

*"Lišky nám schyťte, lištičky malé, plenící vinice,  
vinice naše, když kvetou!"*

*Píseň písni 2:25*

Musíte žít svůj manželský vztah uprostřed mnoha dalších požadavků a tlaků.

Jak můžete ochránit svou zahradu, aby zůstala zdravá navzdory hlodavcům a počasí?

1. Služba
2. Tchán a tchýně
3. Finance
4. Únava
5. Děti
6. Domácnost
7. Manželství více kultur

“Jsi pramen zahradní, studna vody živé, bystřina z Libanónu.”

*Píseň písní 4:15*

Je důležité, aby studna nepřestala vydávat vodu, aby zahrada zůstala zavlažovaná a zelená. Jak zajistit, aby voda z Libanónu stále přitékala?

1. Dovolená
2. Odpočinek
3. Zdraví a cvičení
4. Přátelství
5. Vzpomínky

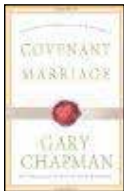
„Zpětné plánování“ vašeho manželství

## Reflexe s partnerem

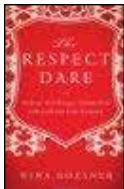
1. Co je pro vás nejvýznamnější myšlenka z tohoto vyučování? Proč?
2. Jsou nějaké „lištičky“, kterým musíte věnovat pozornost, tlaky a požadavky, které zbytečně kradou zdraví vašemu manželství?
3. Jsou nějaké vzorce nebo zvyky, které je třeba změnit, aby zahrada zůstala zelená (aby přitékaly vody z Libanónu)?
4. Zkuste si představit, jak byste chtěli, aby vaše manželství a rodina fungovalo za 12 měsíců. Jak můžete na základě této budoucí představy pracovat a „zpětně naplánovat“, abyste si vytyčili na mapě cestu, která vás k této vysněné realitě dovede?



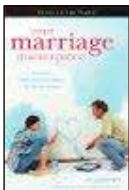
## Seznam knih



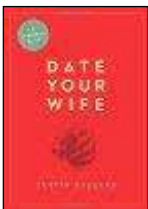
Covenant Marriage: Building  
Communication and Intimacy  
*Gary Chapman*



The Respect Dare: 40 Days to a  
Deeper Connection with God and  
Your Husband  
*Nina Roesner*



Your Marriage Masterpiece: God's  
Amazing Design for Your Life Together  
(Focus on the Family Books)  
*Al Janssen*



Date Your Wife  
*Justin Buzzard*



The Good Girl's Guide to Great Sex:  
(And You Thought Bad Girls Have All  
the Fun)  
*Sheila Wray Gregoire*



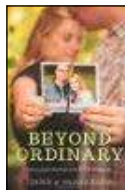
What Did You Expect? (Paperback  
Edition / Redesign): Redeeming the  
Realities of Marriage  
*Paul David Tripp*



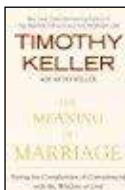
No Ordinary Marriage: Together for  
God's Glory  
*Tim Savage*



This Momentary Marriage (Paperback  
Edition): A Parable of Permanence  
*John Piper, Noël Piper*



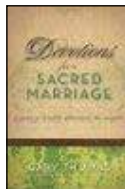
Beyond Ordinary: When a Good  
Marriage Just Isn't Good Enough  
*Justin Davis, Trisha Davis*



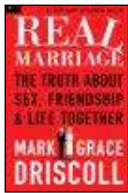
The Meaning of Marriage: Facing the  
Complexities of Commitment with the  
Wisdom of God  
*Timothy Keller, Kathy Keller*



Sexperiment: 7 Days to Lasting  
Intimacy with Your Spouse  
*Ed Young, Lisa Young*



Devotions for a Sacred Marriage:  
A Year of Weekly Devotions for  
Couples  
*Gary Thomas*



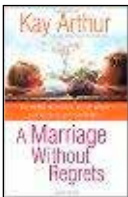
Real Marriage: The Truth About Sex,  
Friendship, and Life Together  
*Mark Driscoll, Grace Driscoll*



Red-Hot Monogamy: Making Your  
Marriage Sizzle  
*Bill Farrel, Pam Farrel*



Love Life for Every Married Couple  
*Ed Wheat, Gloria Okes Perkins*



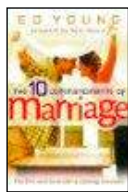
A Marriage Without Regrets: No matter  
where you are or where you've been,  
you can have...  
*Kay Arthur*



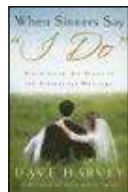
Marriage Matters: Extraordinary  
Change Through Ordinary Moments  
*Winston T. Smith*



Surfing for God: Discovering the Divine  
Desire Beneath Sexual Struggle  
*Michael John Cusick*



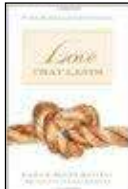
The 10 Commandments of Marriage:  
The Do's and Don'ts for a Lifelong  
Covenant  
*Ed Young, Beth Moore*



When Sinners Say "I Do": Discovering  
the Power of the Gospel for Marriage  
*Dave Harvey*



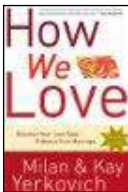
Sacred Influence: How God Uses  
Wives to Shape the Souls of Their  
Husbands  
*Gary Thomas*



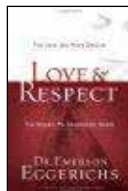
Love That Lasts: When Marriage  
Meets Grace  
*Gary and Betsy Ricucci, et al*



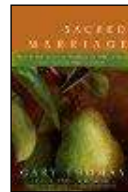
Just How Married Do You Want to  
Be?: Practicing Oneness in Marriage  
*Jim Sumner, Sarah Sumner*



How We Love: Discover Your Love  
Style, Enhance Your Marriage  
*Milan Yerkovich, Kay Yerkovich*



Love & Respect: The Love She Most  
Desires; The Respect He Desperately  
Needs  
*Emerson Eggerichs*



Sacred Marriage: What If God  
Designed Marriage to Make Us Holy  
More Than to Make Us Happy  
*Gary Thomas*

**instructions to find these books online**

Search Google for "Listmania"

Select the first results (takes you to Amazon)

Search "Josiah Venture" in the Amazon search menu

The only list should be "2013 Josiah Venture  
Marriage Retreat"



