

ZPRAVODAJ SBORU CASD BRNO-LESNÁ

ŘÍJEN 2021

ročník 4, číslo 10

Tvůrcové pokoje aneb „svatováclavské zamyšlení“

Den před svátkem české státnosti 28. září, kdy si naše země mimo jiné připomínala zavraždění sv. Václava, jsem společně s rodinou navštívil botanickou zahradu a arboretum při Zemědělské fakultě v Brně. Hned u vchodu jsme narazili na skupinku dětí provázených paní učitelkou, která se svými svěřenci právě probírala význam nadcházejícího svátečního dne a v této souvislosti se jich ptala: „Jestlipak víte, milé děti, jakou významnou historickou osobnost si v těchto dnech budeme připomínat?“ „Svatého Václava!“ odpovědělo jakési aktivní dítě. Pedagožka dítě pochválila a ihned položila druhou otázku: „A víte vy, milé děti, kdo to sv. Václav vlastně byl?“ Rozhostilo se mlčení a nikdo se neměl k odpovědi. Vzhledem k tomu, že děti na otázku paní učitelky nereagovaly, snad ze studu nebo z nevědomosti, odpověděla si paní učitelka sama: „Svatý Václav byl kníže, který kdysi dávno v naší zemi vládl. Byl to člověk, který neměl rád válku a násilí, a proto usiloval o mír mezi lidmi.“

Když jsem nad touto epizodou přemýšlel, uvědomil jsem si, že způsob, jakým paní učitelka dětem postavu světce vyličila je možná z historického hlediska trochu zjednodušující a naivní, nicméně zároveň odhaluje hlubokou touhu mnohých z nás, touhu po pokoji (míru) ve vzájemných vztazích. Zejména v naší velmi rozhádané době je třeba hledat pozitivní vzory mírotvorců (pozn.: Otázkou samozřejmě je, zda takovým pozitivním vzorem může být zesnulý světec z 10. století) a přemýšlet, co k míru mezi námi vlastně vede. Inspirací nám v našem přemýšlení a hledání mohou být třeba i slova apoštola Pavla z listu Efezským 2:14-18: *V něm je náš mír, on dvojí spojil v jedno, když zbořil zeď, která rozděluje a působí svár. Svou obětí odstranil zákon ustanovení a předpisů, aby z těch dvou, z žida i pohana, stvořil jednoho nového člověka, a tak nastolil mír. Oba dva usmířil s Bohem v jednom těle, na kříži usmrtil jejich nepřátelství. Přišel a zvěstoval mír, mír vám, kteří jste dalecí, i těm, kteří jsou blízcí. A tak v něm smíme obojí, židé i pohané, v jednotě Ducha stanout před Otcem.*

Tato slova vedou na hlubinu. Ukazují nám, že mír – pokoj vychází ze vztahu s Kristem. Konkrétněji řečeno, vychází z osobní zkušenosti s Boží milostí, která nás hříšné lidi rovná pěkně do jedné řady, pokořuje nás a učí nás, že nemáme žádnou přednost, pro kterou bychom se jeden nad druhé mohli vynášet. Budeme-li z této pokory žít, pak jistě pro nás nebude obtížné budovat pokojné vztahy, neboť hlavní příčinou konfliktů je často právě nedostatek této pokory a z něj vyplývající ješitnost a arogance.

Petr Rohan

Narozeniny

týden 1. - 3. 10.

Petra J.

týden 9. - 17. 10.

Michaela H.

týden 17. - 23. 10.

Martin Š.

Výročí křtů

týden 25. - 31. 10.

Tereza H.

Kalendář

2. 10.	so		Den modlitby a půstu
2. 10.	so	11:45	Kázání: Michal SCHEJBAL (10:00 Studium Bible)
5. 10.	út	19:00	Modlitební online https://meet.jit.si/CASDBrnoLesna
6. 10.	st	18:00	Výbor sboru
9. 10.	so		Den kazatelské služby
9. 10.	so		Bohoslužba na Lesné se nekoná
12. 10.	út	19:00	Modlitební online https://meet.jit.si/CASDBrnoLesna
16. 10.	so		Den daru proroctví / Sběrka pro potřeby DC ADRA ČR
16. 10.	so	10:45	Kázání: Vlastimil FÜRST (10:00 Studium Bible)
19. 10.	út	19:00	Modlitební online https://meet.jit.si/CASDBrnoLesna
23. 10.	so		Sobota stvoření
23. 10.	so	10:45	Kázání: Jaroslav STEJSKAL (10:00 Studium Bible)
23. 10.	so	17:00	Atmosféra, Impact Hub Brno, Cyrilská 7
26. 10.	út	19:00	Modlitební online https://meet.jit.si/CASDBrnoLesna
30. 10.	so		
30. 10.	so	10:45	Kázání: Petr ROHAN (10:00 Studium Bible)
30. 10.	so	15:00	Vycházka z Lelekovic



Vycházka Rudice 18. 9. 2021

V sobotu 18. 9. jsme opět po roce vyrazili na výlet do Rudice. V místním lomu jsme si zahájili sestupem a výstupem po strmém svahu. Pokračovali jsme lesem ke studánce Karla Klostermanna, kde jsme se občerstvili. Po přesunu k Rudickému propadání následovaly lezecké výkony v jeskyních. Pokračovali jsme obdobně na místní skalce Kolíčky a vrátili se do Rudice k větrnému mlýnu.

Podzimní úklid 17. 9. 2021

V pátek odpoledne jsme se sešli k již tradičnímu úklidu okolí sboru v rámci celorepublikové akce "Uklidme Česko". Počasí nám přálo, a tak jsme ve čtyřech lidech sesbírali odhadem 200 kg různého odpadu. Díky všem sběračům :)



Oznámení

- 9.10.2021 se na Lesné bohoslužba nekoná.
- Sborová setkání modlitebního týdne od 6. do 13. 11. budou upřesněna později.

Posílení imunitního systému

Spolek Prameny zdraví ve spolupráci s celosvětovou organizací lékařů AMEN vydal jednoduchou a praktickou brožurku, ze které si dovolím vypsát pár dobrých rad. Celá brožurka je na přání dostupná elektronicky na brnolesna@casd.cz.

V první části jsou uvedeny zdravé návyky pro správnou funkci naší imunity, ve druhé pak ozdravné postupy pro období, kdy už se cítíme být nemocní, včetně příkladového rozvrhu suplementace (to vše na bázi výsledků celkem 86 vědeckých studií).

Optimalizace imunitního systému:

- SPÁNEK (dopřejte si 7–9 hodin spánku každou noc (dospělí))
- VODA (pijte 6–8 sklenic čisté vody denně)
- CVIČENÍ (30 minut svižné chůze 5 až 7 dní v týdnu)
- PO JÍDLE (vyjděte si do 30 minut po každém jídle na procházku v délce 10–15 minut nebo si vyberte jinou lehkou fyzickou aktivitu)
- ČERSTVÝ VZDUCH (vyhradte si alespoň 20 minut každý den na pobyt venku, nejlépe v zeleni, nabijte se energií!)
- STŘÍDÁNÍ HORKÉ A STUDENÉ SPRCHY (každý den si dopřejte jednoduchou horko-studenou kontrastní sprchu, začněte obvyklou teplotou sprchy, poté zvyšte teplotu vody na hranici vaší tolerance, ale neopařte se, otočte se pod sprchou tak, aby vám voda nahřála hrudník i záda, po 3–5 minutách horké vody teplotu snižte na studenou a vydržte 30–60 vteřin, pak se osušte a oblečte jako obvykle)
- ZVLÁDÁNÍ STRESU (když se dostanete do stresu, zkuste následující: hluboké dýchání, protažení těla – směrem nahoru k obloze i směrem dolů k zemi, krátké pohoupání, například v houpacím křesle, pomáhá vyvážit primární stresový systém, postupné uvolňování svalů – začněte u chodidel, vždy nejprve zatněte svalovou skupinu, držte 10–15 vteřin a poté svaly uvolněte, systematicky postupujte nahoru přes všechny svalové skupiny těla)
- SLUNEČNÍ SVIT (snažte se denně 10–20 minut vystavovat slunečním paprskům, nepřehřejte to a nespalte se)
- CHODIDLA V TEPLE (udržujte svá chodidla v teple, zejména za chladnějšího počasí)
- PRAKTIKUJTE SVOU VÍRU (každý den si najděte čas pro spojení s Bohem skrze modlitbu, čtení Bible nebo inspirativních knih, účastněte se každý týden bohoslužby ve společenství věřících)
- VDĚČNOST (navykněte si každý den vyjadřovat vděčnost druhým lidem i Bohu, jeden odborník na vděčnost navrhuje věnovat denně 15 minut sepsání událostí, vztahů nebo zkušeností, za které jste vděční, když toto cvičení uděláte během hodiny, ve které se připravujete na usínání, pocítíte příznivý účinek na váš noční spánek)

Výživa a doplňky stravy:

- OVOCE A ZELENINA (jezte nejméně 5–9 porcí ovoce a zeleniny každý den)
- FAZOLE A ČOČKA (sněžte nejméně půl šálku fazolí nebo čočky každý den)
- BYLINKY A KOŘENÍ (kdykoliv je to možné, přidejte do vašich pokrmů čerstvé bylinky a koření včetně česneku, kurkumy, zázvoru, oregana a sladké papriky)
- SELEN (denně sněžte 1–2 para ořechy, celozrnné obiloviny a celá semínka také ...)
- vyvarujte se cukru
- VITAMÍN D (dospělí lidé by měli zvážit denní užívání 1 000 až 4 000 IU vitamínu D ...)
- N-ACETYLCYSTEIN (NAC užívejte 600 mg jednou denně)
- ZINEK (... dobrými zdroji zinku jsou luštěniny, ořechy a semena, ...)
- MELATONIN (zejména u starších lidí může být vhodné, aby užívali 2–3 mg melatoninu ...)

Z brožury Posílení imunitního systému

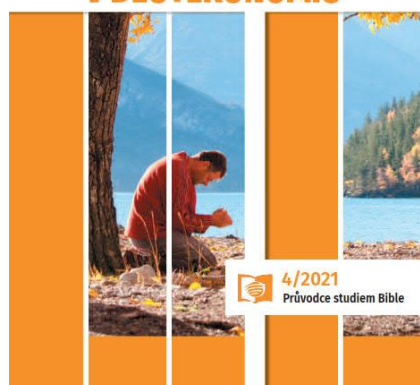
HopeTV - pořad Bible pro dnešek

Čeká nás čtvrtletí plné studia biblické Páté knihy Mojžíšovy. Každý týden nový díl. Celý seriál na YouTube <https://www.youtube.com/user/studioAWR>
Více na stránkách Sobotní školy <http://sobotniskola.casd.cz>.
Audio verze "úolků" je také na YouTube rádia Oreb
<https://www.youtube.com/channel/UC2H6y99aQFPCsCGAL9h-isg>.



Průvodce studiem Bible 4/2021 (Pravda pro dnešek v Deuteronomiu)

<https://www.adventorion.cz/ke-stazeni/zobrazit/830>



Advent 8/2021 Poselství tří andělů a poslání církve (Přednášky modlitebního týdne)

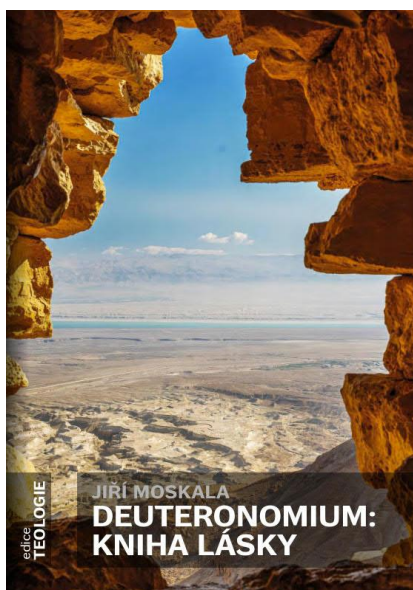
<https://www.adventorion.cz/ke-stazeni/zobrazit/831>

DEUTERONIUM: KNIHA LÁSKY

Stručný komentář k hlavním tématům poslední z knih Pentateuchu. Ve 13 kapitolách se spolu s autorem – děkanem a profesorem výkladu a teologie Starého zákona na Teologickém semináři CASD na Andrewsově univerzitě (Berrien Springs, Michigan, USA) – přesvědčíme o tom, že poslední z knih Pentateuchu hovoří především o pozitivním postoji Boha k jeho lidu a o tom, jak my reagujeme na Boží lásku.

<https://www.adventorion.cz/knihy/deuteronomium-kniha-lasky>

Cena: 150 Kč (advent-orion)



Sbor Církve adventistů sedmého dne Brno-Lesná
Společenské centrum Brno-sever (velký sál v 1. poschodí)
Okružní 823/21, 638 00 Brno-Lesná
<http://brnolesna.casd.cz>, brnolesna@casd.cz,
<https://www.facebook.com/sbor.CASD.Brno.Lesna/>
https://www.youtube.com/channel/UC13c5b7P-ug0mk_A1wyVcUA
Sobotní bohoslužby: 10:00 – Studium Bible, 11:00 – Kázání
Redakce: Tomáš Knobloch, 777645066
Zpravodaj vychází v 1. týdnu každého měsíce, kromě měsíce srpna.