

SLUŽBA KÁZNIA PRI SOBOTNÝCH BOHOSLUŽBÁCH

Júl	7.	14.	21.	28.
Cablkova	M. Majtán	M. Riečan	D. Márfoldi	K. Badinský
Ferienčíkova	H. Becz	M. Majtán	T. Braun	J. Valky
Petržalka	BA1	BA1	v Dúbravke	BA1
Dúbravka	BA2	BA2	M. Riečan	BA2

August	4.	11.	18.	25.
Cablkova	E. Bališ	M. Riečan	M. Majtán	K. Badinský
Ferienčíkova	M. Bossanyiová	P. Januška	H. Becz	M. Majtán
Petržalka	BA1	B. Soós	BA1	BA1
Dúbravka	BA2	v Petržalke	BA2	BA2

PRAVIDELNÉ TÝŽDENNÉ STRETNUTIA:

Pondelok:	biblické štúdium, kniha Genezis	Dúbravka	18:30 hod.
Utorok:	biblické štúdium, kniha Skutky ap.	Cablkova	11:00 hod.
Streda:	stretnutie seniorov, kniha Veľký spor	Ferienčíkova	10:00 hod.
Sobota:	stretnutie učiteľov sobotnej školy	Cablkova	08:40 hod.
	sobotná škola, štúdium Biblie		09:30 hod.
	kázanie z Božieho slova		10:50 hod.
	populárnejšia pobožnosť	Cablkova	14:00 hod.

DÔLEŽITÉ DÁTUMY A PODUJATIA:

1.	Spoločný výlet s varením guláša	Kačín, Železná studnička
6.-13. 7.	Spoločná dovolenka Kresťanského domova	Ferienčíkova
21. 7.	Spoločná bohoslužba Dúbravky a Petržalky	Dúbravka
29.7 – 5.8.	Týždeň duchovnej obnovy – SK	Sátoralújhely, Maďarsko
11. 8.	Spoločná bohoslužba Petržalky a Dúbravky	Petržalka

Odchody autobusu č. 43 (sobota, nedeľa, sviatok)

Patrónka - Kačín: 8:10; 9:10; 9:50; 10:30; 11:10; 11:50; 12:30 hod.

Kačín - Patrónka: 12:04; 12:44; 13:24; 14:04; 14:44; 15:24; 16:04; 16:44 17:24 hod.

KONTAKTY:

Zbor Bratislava 1, Cablkova ul. č. 3, 821 04; ba1.casd.sk, zodpovedný kazateľ K. Badinský
 Zbor Bratislava 2, Ferienčíkova ul. č. 5, 811 04; ba2.casd.sk, zodpovedný kazateľ M. Riečan
 Skupina Petržalka, Wolkrova ul. č. 4, zodpovedný kazateľ M. Riečan
 Skupina Dúbravka, M. Sch. Trnavského 2/A (kostol ECAV), zodpovedný kazateľ K. Badinský
 Kazatelia: Marek Riečan, ☎ 0917 338 362, @: mrieccan@casd.sk, hlavný kazateľ
 Karol Badinský, ☎ 0905 302 793, @: kbadinsky@casd.sk
 Marek Majtán Černák, ☎ 0948 322 663, @: masomajtan@gmail.com
 Redakcia, preklady a úprava textu: Karol Badinský



CIRKEV ADVENTISTOV SIEDMEHO DŇA

B·ADVENT

SPRAVODAJ
BRATISLAVSKÝCH ZBOROV

JÚL - AUGUST 2018

ČO ROBIA/NEROBIA DUŠEVNE SILNÍ LUDIA VI

Slovo riziko nemá v slovenčine dobrý zvuk, chápeme ho skôr negatívne. V skutočnosti sa však s rizikom stretávame či sa nám to páči alebo nie. Súvisí s rozhodovaním a odvahou. Premýšľaním nad rizikom nevylučujeme opatrnosť, práve naopak. Opatrnosť je dôležitá a užitočná, ale sama o sebe môže byť niekedy brzdou. Keď nás Ježiš Kristus pozýva k nasledovaniu tiež je v tom určitá miera rizika, dokonca tým, že sa pre Ježiša rozhodneme môžeme niečo stratiť, napr. aj priazeň vlastnej rodiny. Byť odvážnym, alebo inak premyslene riskovať je téma, ktorej sa budeme v tomto článku venovať.

„Nebudte príliš nespeli a vypätý vo svojich činoch. Celý život je experiment. Čím viac experimentov spravíte, tým lepšie.“ Ralph Waldo Emerson

6. NEBOJA SA PODSTÚPIŤ PREMYSLENÉ RIZIKO

Averzia voči riziku

V živote sa stretávame s rôznymi druhmi rizika (finančné, emocionálne, sociálne, riziko v podnikaní). Ľudia sa však občas zo strachu vyhýbajú rizikám, ktoré by im mohli pomôcť viac rozvinúť ich potenciál. Odpovedali by ste kladne na niektoré z nasledujúcich bodov?

- bojujete s dôležitými rozhodnutiami v živote.
- celé dni snívate o tom, čo by ste chceli robiť, ale nič konkrétne pre to nespravíte.
- rozhodujete sa impulzívne pretože myšlienka rozhodovania vás vzbudzuje úzkosť.
- často premýšľate nad tým, že by ste mohli robiť v živote niečo zaujímavejšie alebo podnikavejšie, ale brzdia vás vaše obavy.
- keď zvažujete, či sa do niečoho pustíte, zvyčajne vám napadne najhorší možný scenár, a tak to radšej ani neskúsite.
- zvyčajne dovoľíte, aby za vás rozhodli iní, len aby ste to nemuseli urobiť vy.
- vyhýbate sa riskovať v istých oblastiach svojho života, pretože sa bojíte.
- zakladáte svoje rozhodnutia na stupni svojho strachu. Ak máte menšie obavy, možno sa do plánovanej aktivity pustíte.
- žijete v presvedčení, že výsledok vo veľkej miere závisí od šťastia.

Nedostatok vedomostí o tom ako správne odhadnúť riziko, vedie k zvýšením obavám. Strach riskovať následne vedie k tomu, že sa riziku vyhýbate. Existujú však kroky, ako sa naučiť riziko správne odhadnúť a s praxou sa tieto schopnosti dajú vycibriť.

Prečo sa vyhýbame rizikám

Aj v prípade, že naše emócie nemajú žiadny racionálny základ, občas im dovoľíme, aby získali prevahu nad racionálnym uvažovaním. Namiesto toho, aby sme si položili otázku: „Čo by sa mohlo

reálne stať...?“ si povieme: Čo ak náhodou...?“ Často sa stáva, že zakladáme svoje rozhodnutia na pocitoch, nie na logike. Nesprávne predpokladáme, že stupeň nášho strachu je priamo úmerný stupňu rizika. Naše pocity však často nepramenia z reality, sú iracionálne a sú možno ovplyvnené len jednou negatívnou skúsenosťou z detstva.

Aby sme dokázali odhadnúť možné riziko musíme rátať s tým, že výsledok nášho správania môže mať isté pozitívne alebo negatívne dôsledky a následne zmerať aký na nás budú mať tieto dôsledky vplyv. Riziko začína ako vopred premyslený proces. Či rozmyšľate nad kúpou domu alebo sa rozhodujete pre niečo nové v živote vaše rozhodnutie prináša určitý druh rizika. Skutočnosťou je, že väčšina z nás neinvestuje dostatok času do toho, aby prehodnotila, ktoré riziká podstúpiť a ktorým sa vyhnúť. Riskovať premyslene často predstavuje rozdiel medzi priemerným a výnimočným životom.

Prehodnoťte riziko a zmiernite svoje obavy

Nespoliehajte sa príliš na svoje pocity, môžu byť veľmi nespoľahlivé. Mnoho ľudí sa bojí lietania. Niektorí si radšej vyberú dlhú cestu autom ako omnoho kratší let, samozrejme kvôli bezpečnosti, resp. schopnosti kontrolovať situáciu. V lietadle to má pod kontrolou len jeden alebo dvaja piloti. To je jedno z uvažovaní, ktoré je založené na emóciách. Cestovanie autom vyvoláva menšiu úzkosť. Podľa štatistík je pravdepodobnosť úmrtia pri autonehodách 1:5 000, zatiaľ čo pri leteckých nešťastiach je 1:11 000 000.

Väčšina prieskumov ukazuje, že sme na tom pri odhadovaní rizika dosť zle. Až príliš veľa našich rozhodnutí je postavených na iracionálnosti:

- nesprávne odhadujeme akú kontrolu máme nad situáciou. Zvyčajne sa odhodláme použiť väčšie riziko ak predpokladáme, že dokážeme my sami kontrolovať situáciu.
- ak máme pocit, že sme podnikli všetky bezpečnostné opatrenia, zvykneme to s rizikom preháňať. Poisťovacie spoločnosti si vedú štatistiku, ktorá ukazuje, že keď sa v aute pripútame, alebo je v aute viac bezpečnostných prvkov, máme pocit, že môžeme ísť rýchlejšie.
- nerozoznáme rozdiel medzi vlastnou šikovnosťou a náhodou.
- sme ovplyvnení rôznymi poverami. V priemere o 10 000 ľudí menej si kúpi letenku v piatok trinásteho. Do tejto oblasti patrí aj pozeranie horoskopu, alebo obliekanie sa do „šťastného kusu oblečenia“ (sveter sako, ponožky...). Asi si nemusíme dokazovať, že tieto veci skutočne neznižujú riziko, rovnako ako ho čierna mačka nezvyšuje.
- často nás poľahky oklame vidina vlastného zisku, napr. lotéria. Je to preceňovanie šance na úspech.
- čím častejšie riskujeme, tým sa nám to javí prirodzenejšie. Ak sme často vystavení riskantným situáciám, mávame tendenciu nesprávne odhadnúť možný zisk, napr. rýchlosť pri riadení vozidla.
- prehnane dôverujeme schopnosti iných správne odhadnúť stupeň rizika. Ak ste v dave ľudí, ktorí nereagujú na dymový zápach, pravdepodobne nebudete cítiť ani vy nič. Naopak, ak sa začne šíriť panika, preniesie sa to aj na vás. Emócie sú nákazlivé.
- médiá majú vplyv na to ako vnímame riziko. Správy o nejakej zriedkavej chorobe alebo prírodných katastrofách vyvolávajú pocit, že sme vo väčšom ohrození ako to naozaj je.

Minimalizujte riziko, maximalizujte šancu na úspech.

- Čo vás to môže potenciálne stáť? Niekedy je riziko hmatateľné napr. peniaze, niekedy nehmatateľné napr. odmietnutie.
- Aké sú potenciálne výhody? Zvážte, čo by vám prípadné riziko mohlo priniesť. Čo by sa stalo v prípade pozitívneho výsledku?
- Ako mi riziko pomôže priblížiť sa k cieľu? Zvážte svoje ciele – nakoľko by vám dané riziko mohlo pomôcť.
- Aké sú iné možnosti? Je dôležité, aby ste ich zvážili a vybrali si tú najvhodnejšiu.
- Čo by sa stalo, ak by sa vám podaril ten najlepší možný scenár? Stanovte si reálne očakávanie, čo by ste mohli získať, ak by to dopadlo najlepším možným spôsobom.
- Čo najhoršie by sa mohlo prihodiť a ako dokážete znížiť riziko, že sa to skutočne stane? Rovnako dôležité je zvážiť aj túto možnosť a následne určiť kroky ako sa tomu vyhnúť.
- Čo by sa stalo, ak by situácia dopadla podľa najhoršieho možného scenára? Máte pripravený plán „B“? Nebolo by rozumné ísť do rizika bez toho, aby ste vedeli ako sa z toho „dostanete von“.
- Ako veľmi bude na tomto rozhodnutí záležať o niekoľko rokov? Je riziko veľké alebo malé? Aký to bude mať vplyv na vašu budúcnosť?

Riešenia problémov a typické nástrahy

Sledujte riziká, ktoré podstupujete, a pocity, ktoré pritom máte. Zamyslite sa nad tým, ktoré šance ste nevyužili. Uistíte sa tak, že podstupujete riziká, z ktorých môžete niečo získať, i keď sú občas spojené s istými obavami. Majte pritom na pamäti, že správne odhadnúť možné riziko si vyžaduje istú prax a práve praxou sa učíme a napredujeme.

Čo pomáha:

- uvedomiť si, aké máme pri podstupovaní rizika pocity.
- určiť, ktoré riziko považujeme za obzvlášť vysoké.
- odhaliť iracionálne myšlienky, ktoré ovplyvňujú naše rozhodnutia.
- zistiť si jednotlivé fakty.
- pred každým rozhodnutím zvážiť možné riziká.
- pravidelne sa púšťať do premysleného rizika, zvážiť výsledok a poučiť sa z každej riskantnej situácie.

Čo nepomáha:

- zakladať rozhodnutie na svojich pocitoch.
- vyhýbať sa riziku, ktoré v nás vzbudzuje najväčšie obavy.
- dovoliť iracionálnym myšlienkam, aby ovplyvnili našu ochotu vyskúšať niečo nové
- nevšímať si fakty, alebo sa nesnažiť získať čo najviac informácii, na základe ktorých by ste mohli urobiť čo najlepšie rozhodnutie.
- reagovať impulzívne, bez toho aby ste zvážili možné riziko.
- odmietnuť riskovať v situácii, keď by ste museli opustiť svoju zónu bezpečia.

Na záver: uvažujte o biblických postavách, ktoré zápasili úspešne alebo neúspešne s týmto problémom a všimajte si ako sa s tým vyrovnali. Napr. Abrahám, Pilát, Ananiáš (Sk 9,10-17, nie manžel Zafiry), Tomáš, Peter,...

Spracoval: Karol Badinský