

Š A B A T



ÚVOD

#01 ŠABAT - Žijeme alebo prežívame?

#02 ŠABAT - Radosť zo života

#03 ŠABAT - Rytmus do života

#04 ŠABAT - Pán nad Šabatom

#05 ŠABAT - Q&A + Šabat v praktickom živote

KNIHY

03

04

08

14

20

26

32

ZABUDNUTÉ CESTY

je podcast, v ktorom José a Janči hovoria o skutočne kvalitnom živote. Nanovo objavujú kľúčové spôsoby života, ktoré v súčasnej spoločnosti zapadajú prachom.

TENTO MATERIÁL

bol vypracovaný vďaka patreonom podcastu. Ak by ste nás chceli podporiť, [kliknite sem](#). Ďakujeme!

ŠABAT - ŽIJEME ALEBO PREŽÍVAME?



Ďakujeme, že ste si vypočuli podcast Šabat – Žijeme alebo prežívame?

Šabat je v našej spoločnosti jednou zo zabudnutých ciest, ktorá zapadá prachom a mnohí z nás na ňu už úplne zabudli. Poďme ju teda spolu oprášiť.

Čo je to ŠABAT?

Šabat je oddelený deň pre Hospodina alebo tiež výnimočný deň, ktorý nie je ako ostatné. Je to deň, ktorý robí niečo s našim telom, s našou dušou a s našim duchom. Je to výnimočný deň, kedy odpočívame, ale zároveň oslavujeme a radujeme sa.

Ďalší rozmer šabatu je retrospektívne hodnotenie minulého týždňa (alebo dlhšieho obdobia). Premýšľame nad tým, čo sme zažili v poslednom týždni a ako to súvisí s nami, s Bohom, s našimi životnými príbehmi a s Božím príbehom.

„Život, ktorý nie je podrobený skúmaniu, nemá cenu žiť.“

Sókratés

Prečo by mal šabat zaujímať našu spoločnosť?

1. V dnešnej dobe síce žijeme, ale častokrát nežijeme naozaj. Skôr len prežívame a nemáme ten skutočne kvalitný život, po ktorom všetci túžime.
2. Vyhorenie je čím ďalej tým väčší problém, rovnako ako aj úzkosti z práce a workoholizmus.
3. Nemáme priestor pre chyby. Neustále pracujeme a určujeme si ciele a deadlines, ktoré musíme splniť.
4. Elektronické a iné zariadenia ako mobily, notebooky, tablety nám umožňujú pracovať nonstop a kdekoľvek. Prácu si so sebou nosíme aj domov, čo má vplyv na naše rodiny a medziľudské vzťahy.

Ak spoločnosť preukazuje tieto symptómy, je to prejav toho, že niečo chýba v našom systéme. Symptómy, problémy, ktoré prejavujú ľudia v spoločnosti sú dôsledkom toho, na čo nám poukazuje Biblia. Proroci naznačovali, že problémy sú prejavom chýbajúceho alebo nedostatočného šabatu.

Šabat je životná disciplína, ktorá našej duši môže priniesť pokoj. Je to tiež životná cesta, ktorá je vyvážená - keďže ľudia v dnešnej spoločnosti majú tendenciu ísť z extrém do extrém. Buď robíme všetko, ale neužívame si nič, alebo si užívame všetko, ale nerobíme nič.

Cvičenie

Vnímaš vo svojom živote nejaký symptóm, niečo, čo nefunguje, alebo nefunguje správne? Je niečo také v spoločnosti okolo teba? Napadajú ti aj iné symptómy, ktoré takáto spoločnosť prejavuje?

Ako by si zhodnotil/a svoj minulý týždeň?

Máš čas vyhradený na odpočinok, čas zastaviť sa? Ak áno, ako tento čas tráviš?

ŠABAT - RADOŠŤ ZO ŽIVOTA



Šabat nie je len voľný deň, len „day off.“ Má to iný rozmer. Je to sviatok, ktorý ľudia dodržiavali nielen preto, aby si odpočinuli.

V Biblii je až dvakrát prikázanie, že máme dodržiavať šabat, ale každé ponúka iný dôvod, prečo by sme ho mali dodržiavať:

1. V príbehu o stvorení sveta sa v Biblii zvykneme pozastaviť pri šiestom dni, kedy bol stvorený človek. Bol to výnimočný deň, to áno, ale človek nebol to posledné, čo bolo stvorené. Ako posledný bol stvorený šabat. Niečo, čo nie je fyzické, ale je to posledná časť, ktorú Boh stvoril, a posvätil tým siedmy deň. Boh nemal svoje posvätené miesto, ale mal posvätený čas.

„Pamätaj na sobotný deň, že ho máš svätiť! Šesť dní budeš pracovať a konať všetku svoju prácu. Siedmy deň je sobota pre Hospodina, tvojho Boha. Nebudeš konať nijakú prácu ani ty, ani tvoj syn, ani tvoja dcéra, ani tvoj sluha, ani tvoja slúžka, ani tvoj dobytok, ani cudzinec, ktorý je v tvojich bránach. Veď Hospodin za šesť dní utvoril nebo a zem, more a všetko, čo je v nich, a v siedmy deň odpočíval. Preto Hospodin požehnal sobotný deň a posvätil ho.“ – Exodus 20:8-11 (SEB)

2. Izraelci žili 400 rokov v otroctve a Boh ich vyslobodil. Dáva im nový zákon a učí ich novému životu bez otroctva, životu v slobode.

„Zachovávaj sobotný deň, aby si ho svätil, ako ti prikázal Hospodin, tvoj Boh! Šesť dní budeš pracovať a konať všetku svoju prácu. Siedmy deň je sobota pre Hospodina, tvojho Boha. Nebudeš konať nijakú prácu ani ty, ani tvoj syn, ani tvoja dcéra, ani tvoj sluha, ani tvoja slúžka, ani tvoj vôl, ani tvoj osol, ani tvoj ostatný dobytok, ani cudzinec, ktorý je v tvojich bránach, aby si tvoj sluha i tvoja slúžka odpočinuli ako ty. Pamätaj, že si bol otrokom v Egypte a že ťa Hospodin, tvoj Boh, odtiaľ vyviedol mocnou rukou a vystretým ramenom. Preto ti Hospodin, tvoj Boh, prikázal zachovávať sobotný deň.“ – Deuteronomium 5:12-15 (SEB)

Šabat nie je len day off, ale je to oddelený deň, ktorý je iný ako ostatné. V deň šabat sa zastavíme a hodnotíme. Premýšľame o svojom živote, o tom dobrom aj o tom zlom. Učíme sa tešiť zo života tak ako Boh, keď hovorí „je to dobré“ po tom, čo stvoril nebesá a zem a všetko, čo je v nich. Keď hodnotíme dobré, tešme sa z toho. Keď hodnotíme to zlé, premýšľame, čo s tým.

Veľkou časťou šabat je tiež radosť a oslava. Je dôležité sa v deň šabat tešiť a radosť, a to aj z fyzických vecí. Môžeme sa radosť z dobrého jedla, z prechádzky v prírode keď sme v kontakte s Jeho stvorením, z dobrého filmu alebo dobrej knihy. Tešme sa zo skutočne dobrého fyzického stvorenia, ktoré je darom od Boha.

„Počas šabat sme vyzývaní k tomu, aby sme sa tešili a kochali v stvorenstve a v Jeho daroch. Mali by sme spomaliť a venovať pozornosť nášmu jedlu, tomu ako vonia, ako chutí, mali by sme spomaliť a vidieť tú krásu stromu, listu, kvetu, oblohy. To všetko bolo stvorené s veľkou precíznosťou naším Bohom.“

Pete Scazzero „Sabbath“

Čo keď nemáme radosť?

Počas šabat je dôležité tiež pracovať na svojej radosti. Mali by sme sa tešiť z dobrých vecí. V dnešnej dobe sa necháme často a ľahko ovplyvniť okolnosťami. To, ako sa dnes máme alebo ako sa cítime, závisí najčastejšie na okolnostiach v našom živote. Dôležité je si uvedomiť, že náš pohľad na svet a to, čomu veríme bude zdrojom našej radosti. Mali by sme sa zamyslieť, na čom stojí naša radosť a čo nám prináša radosť. Ak je niečo, z čoho by sme mali byť smutní a máme tú možnosť, tak by sme sa tomu mali v deň šabat vyhýbať a ak sa dá, hľadať spôsoby ako oživovať našu radosť.

„Sladké je svetlo a očiam lahodí vidieť slnko. Ak bude žiť človek mnoho rokov, počas všetkých nech sa raduje; nech pamätá na dni temnosti, lebo tých bude veľa. Všetko, čo príde, je márnosť. Raduj sa, mladík, vo svojej mladosti, nech sa ti srdce rozveseľuje v mladých dňoch! Kráčaj cestami, ktorými ťa povedie tvoje srdce a kam si žiadajú tvoje oči! No vedz, že za všetko toto ťa Boh predvolá na súd. Odstráň mrzutosť zo svojho srdca a odháňaj zlo od tela, lebo mladosť a čerň vlasov je márnosť.“ – Kazateľ 11:7-10 (SEB)

Cvičenie

Čo by si zhodnotila/a ako dobré za minulý týždeň? Máš z toho radosť?

Čo je zdrojom tvojej radosti?

Čo bolo naopak zlé? Napadá ti, čo s tým, nejaký spôsob, ako to zlepšiť?

ŠABAT - RYTMUS DO ŽIVOTA



Spoločnosť poukazuje na to, že niečo nefunguje v systéme správne. Niečo chýba v rytme života našej spoločnosti. Nikto nestíha a nemá čas si urobiť raz týždenne šabat. Často si to nemôžeme ani dovoliť.

Zároveň by sa ale šabat nemal stať bremenom, nejakou povinnosťou, ktorej musíme venovať až príliš veľa času. Niektorí kresťania môžu mať dokonca výčitky svedomia, pokiaľ si neurobia deň voľna. Jedným z hlavných dôvodov, prečo by sme mali dodržiavať šabat je, že nám bol darovaný Bohom, keďže nás vyslobodil z otroctva. Život otroka je životom bez rytmu. Všetky dni sú rovnaké, stále pracuje, neexistuje žiadne voľno ani odpočinok. Faraón trápil svojich otrokov, dával im veľmi náročnú prácu a hodnota otrokov spočívala iba v ich výkone. V prípade, že nesplnili zadanú úlohu, boli potrestaní a bičovaní.

„Preto povedz Izraelitom: „Ja som Hospodin. Ja vás vyvediem spod egyptského jarma, vyslobodím vás z otroctva a vykúpim vás vystretým ramenom a tvrdými trestami. Prijmem vás za svoj ľud a budem vašim Bohom. Poznáte, že ja som Hospodin, váš Boh, ktorý vás vyvedie spod egyptského jarma.“ - Exodus 6:6-7 (SEB)

Boh vyslobodil Izraelcov, vyviedol ich z Egypta, ale nedokázal vyviešť Egypt zo srdca otrokov. Stále ich učí a pripomína im deň odpočinku.

„Zachovávaj sobotný deň, aby si ho svätzil, ako ti prikázal Hospodin, tvoj Boh! Šesť dní budeš pracovať a konať všetku svoju prácu. Siedmy deň je sobota pre Hospodina, tvojho Boha. Nebudeš konať nijakú prácu ani ty, ani tvoj syn, ani tvoja dcéra, ani tvoj sluha, ani tvoja slúžka, ani tvoj vôl, ani tvoj osol, ani tvoj ostatný dobytok, ani cudzinec, ktorý je v твоjich bránach, aby si tvoj sluha i tvoja slúžka odpočinuli ako ty. Pamätaj, že si bol otrokom v Egypte a že ťa Hospodin, tvoj Boh, odtiaľ vyviedol mocnou rukou a vystretým ramenom. Preto ti Hospodin, tvoj Boh, prikázal zachovávať sobotný deň.“ - Deuteronomium 5:12-15 (SEB)

Naozaj odpočívame počas voľného dňa?

Mimo pracovnej doby máme stále pri sebe telefón, tablet, notebook, vďaka čomu sme stále online, dostupní, na príjme. Keby sme sa nad tým zamysleli metaforicky a priviedli to do extrému, tak sme stále v Egypte, pod faraónom v otroctve. V Egypte práca nikdy nekončila, vždy bolo čo robiť. Bolo treba vybudovať novú pyramídu, postaviť nové mesto, a to platí aj dnes pre nás. Vždy je nejaká práca, ktorú musíme dokončiť alebo začať niečo nové. Musíme si ale uvedomiť, že svet sa nerozsype na kúsky, ak sa na jeden deň v týždni zastavíme. Na našich ramenách nestojí celý svet. Boh je ten, ktorý drží svet vo svojich rukách.

V deň šabatu by sme nemali robiť žiadnu prácu, či už platenú alebo neplatenú, počas ktorej si neodpočinieme a nemáme z nej radosť (upratovanie, nakupovanie, žehlenie, varenie a mnoho iného). Mali by sme sa strániť odpisovaniu na pracovné správy, e-maily, pokiaľ nejde o život. Pokiaľ využívame deň šabatu na neplatené práce ako je upratovanie, platenie účtov a iné povinnosti, potom je to „bastardský šabat.“ Píše o tom aj Eugene H. Peterson. Takému šabatu by sme sa mali vyhnúť, keďže tento výnimočný deň potom stráca svoj význam.

Náplňou šabatu by nemala byť žiadna práca, čo neznamená, že budeme celý deň ležať v posteli. Šabat má byť aktívny, ale nie prácou. Zároveň to nie je deň na to, aby sme boli efektívni a zvýšili svoju efektivitu. Nemá to byť ani prestávka, ale naopak vyvrcholenie v živote. Boh odpočíval, zastavil sa, ale nie preto, že by bol unavený.

„Šabat neexistuje v prospech pracovných dní v týždni, ale pracovné dni v týždni existujú v prospech šabatu.“

Abraham Joshua Heschel, „Šabat“

Tento výnimočný deň by sme nemali vnímať ako povinnosť a nutnosť ho aplikovať do svojich životov, ale ako dar od Boha a ako prejav našej slobody.

„Sabbath because I can. / Šabat, lebo môžem.“

Janči Máhrík

Cvičenie

Máš elektronické zariadenia stále pri sebe? Si schopný/á byť offline alebo ignorovať pracovné správy mimo pracovnú dobu? Ak nie, napadá ti niečo, čo by ti v tom mohlo pomôcť?

Nie je tvoj šabat niekedy „bastardský šabat?“ Dokážeš si predstaviť nerobiť v ten deň žiadne neplatené domáce práce?

„Šabat neexistuje v prospech pracovných dní v týždni, ale pracovné dni v týždni existujú v prospech šabatu.“ Ako rozumieš tomuto citátu?

ŠABAT - PÁN NAD ŠABATOM



Platí šabat aj dnes? Nie je to niečo zastarené, historické, niečo, čo sa nás už v dnešnej dobe netýka?

Šabat je zakorenený do rytmu stvorenstva. Je to súčasťou desiatich prikázaní a nemáme žiadny dôvod alebo príkaz, ktorý by šabat rušil. Tým pádom je stále aktuálny a mali by sme ho aplikovať do svojich životov.

Čo hovorí o šabate Ježiš?

Ježiš konfrontuje farizejov, keď Ho napomínajú, že Jeho učeníci pracujú v deň šabat:

„Sobota bola ustanovená pre človeka, a nie človek pre sobotu! Preto Syn človeka je pánom aj soboty.“ - Marek 2:27-28 (SEB)

Šabat je dar od Boha pre človeka, aby sme sa z neho tešili, radovali sa a užívali si ho – na túto časť často zabúdame a sústredíme sa na časť, v ktorej človek nebol stvorený pre šabat. Človek je stvorený na prácu, zmysluplnú a tvorivú prácu. Šabat je dar od Boha, ktorým sa nemáme nechať zotročiť. Preto tiež Syn človeka určuje a rozhoduje o tom, ako má šabat vyzeráť.

Ježiš veľmi často v deň šabat uzdravoval ľudí, či už z fyzických, duševných alebo duchovných nemocí. Uzdravuje ich a obnovuje ľudí do plnosti, aby mali kvalitný a plnohodnotný život.

Ježiš prichádza ako Pán nad šabatom a ponúka nám skutočný oddych, čo je viac ako len si dobre pospať a poležať na gauči. Keďže Mu na nás záleží a miluje nás, tak nám ponúka kvalitný odpočinok. Šabat je ako chrám – sväté miesto, svätý čas, ktorý nám ponúka viac ako len day off, dovolenka alebo posedenie s kamarátmi.

Mal šabat inú kvalitu, hodnotu pred tým, ako prišiel Ježiš?

Šabat mal tento zámer už od začiatku stvorenia, ale Ježiš na túto hodnotu a význam ešte viac poukázal. Ukázal, ako funguje šabat a prečo sme ho dostali od Boha ako dar.

„Si unavený, vyčerpaný, vyhorený kvôli náboženstvu? Poď ku mne, poď so mnou a vráti sa Ti život. Ja Ti ukážem ako mať skutočný oddych. Kráčaj a pracuj so mnou. Pozri sa, ako to robím ja. Nauč sa nevynútené rytmy milosti. Ja na teba nepoložím nič ťažké ani nič, čo by nesadlo tvojej miere. Drž sa pri mne a naučíš sa žiť slobodne a ľahko.“

Eugene H. Peterson

Ako si vysvetliť, že Ježiš uzdravuje? Čo to znamená a ako to funguje?

To, čo robí šabat šabatom je čas, ktorý nie je naplnený prácou ani myšlienkami o práci, ale je to čas naplnený radosťou, oslavou a hodnotením. To, čo robíme, poprípade nerobíme, robí šabat šabatom. Nie je to o žiadnej mágii, ale o tom, čo v ten deň robíme. V deň šabatu sa približujeme k Bohu, čo je jeden z ďalších rozmerov šabatu, práve vďaka čomu to uzdravovanie funguje.

„Podriadte sa teda Bohu, ale vzoprite sa diablovi a ujde od vás. Priblížte sa k Bohu a on sa priblíži k vám. Očistite si ruky, hriešnici, a vy, vnútorne rozpoltení, posväťte si srdcia!“ – Jakub 4:7-8 (SEB)

Cvičenie

Ako sa cítiš v deň šabatu a týždeň po ňom? Vnímaš zmenu v priebehu týždňa?

Aké sú Tvoje prvé myšlienky a kroky, keď si vyčerpaný/á alebo vyhorený/á?

Stalo sa ti, že si sa musel/a nútiť k šabatu? Aké to bolo?

ŠABAT - Q&A + ŠABAT V PRAKTICKOM ŽIVOTE



Ako zistíme, že je niečo zlé v oblasti šabatu?

Pokiaľ sa vyhýbame stretnutiam a rozhovorom, o ktorých vieme, že sú ťažké alebo stresujúce, tak niečo nie je v poriadku. Pokiaľ ohýbame a meníme pravdu vo chvíľach, kedy je príliš ťažké byť úprimný. Keď sa vyhýbame hodnoteniu práce niekoho, kto neurobil svoju prácu dobre, alebo keď chodíme na stretnutia bez toho, aby sme mali čas stanoviť si svoj cieľ a svoju agendu, premýšľať a modliť sa – niečo nie je dobré. Šabat potrebujeme, aby sme sa mohli všetkým týmto zlým rozhodnutiam vyhnúť.

Musí byť šabat v sobotu?

Nemusí to byť nutne sobota, pretože každého týždeň vyzerá inak. Šabat by mal byť koniec týždňa. Pre kazateľov, doktorov, ľudí, ktorí pracujú v gastronómii nedeľa alebo sobota nemusí byť koniec týždňa. Pointou je, aby to bol koniec týždňa, aby sme mali čas pozrieť sa späť na uplynulý týždeň a zároveň premýšľali o ďalšom a o tom, čo nás čaká.

Nemal by šabat celotýždenný proces?

Áno, mal by byť. Nemali by sme pracovať 6 dní 15 hodín vkuse, a potom len jeden deň odpočívať. To by sme sa dostali späť do otroctva, práca by určovala našu hodnotu. Všetci potrebujeme nejaký životný rytmus a potrebujeme sa na nejakú chvíľu každý deň zastaviť. Mali by sme mať čas na rodinu, oddych, priateľov. Sú rôzne rytmy – denné, týždenné, mesačné a ročné, ktoré nemusia byť v rozpore. V každom z nich môžeme nájsť spôsob ako odpočívať.

Čo ak pre mňa „chodenie do kostola“ nie je oddychom?

Šabat nie je o nás, a nie je ani len o oddychu, nie je to day off. To, ako trávim tento deň by malo oslavovať Boha, mali by sme sa tešiť z Jeho stvorenstva. Tak ako John Mark Comer vo svojej knihe „Garden City“ by sme sa mali pýtať dve otázky:

1. Je toto oddych/odpočinok?
2. Je toto chvála Boha? Oslavuje to Boha?

Pokiaľ si odpovedal na jednu z týchto otázok nie, tak by si sa mal zamyslieť, či je to niečo, čo sa ti nechce, ale za to to oslavuje Boha. Väčšina pre nás dobrých vecí sa nám nechce. Všetci chceme šoférovať, ale nikomu sa nechce učiť v autoškole. Nie je to o tom, čo sa nám chce, ale o tom, čo je pre nás dobré. Boh nie vždy od nás žiada to, čo chceme my. Ale On vie, čo je pre nás dobré. Máme tendenciu naplniť čas vecami, ktoré nás síce bavia, ale v konečnom dôsledku nás rovnako vyčerpávajú a nie sme odpočinutí.

Ako sa prakticky pripraviť na šabat?

Príprava je veľmi dôležitá, tak ako i Susan Heschel spomína na svojho otca: „Príprava na Svätý deň, hovoril môj otec, je taká dôležitá ako samotný deň.“ Mali by sme si vyhradiť čas a nerobiť žiadne pracovné činnosti, ideálne nechodiť nakupovať, nevariť, neupratovať, ale venovať tento svoj čas iným činnostiam.

Možností, ako môže vyzeráť taký deň šabatu je mnoho a záleží na každom osobne, čo je mu príjemné, čo je pre neho prirodzené a čo vníma ako odpočinok.

Môže to byť napríklad:

- Čítanie kníh, Biblie (Žalmy, Príslovia)
- Prechádzka v prírode
- Počúvanie hudby alebo podcastu
- Oddychový seriál alebo film
- Večerné pivo s kamarátmi (pokiaľ o tom, ako sa máte, neriešiť pracovné povinnosti)

Predstavte si aké by to bolo, keby sme dokázali jeden deň nerobiť žiadnu prácu, žiadne búchanie, kosenie trávy, vrtanie, umývanie, úplné ticho. Vypli by sme internet a venovali sa jeden druhému, hľadali radosť a reflektovali nad svojimi životmi. Spoločne by sme hľadali radosť i v ťažkých časoch a pokiaľ by radosť bola, tak by sme spolu oslavovali. Dokážete si predstaviť, akú veľkú zmenu by to urobilo?

Čo ak sú ľudia, ktorí majú komplikovanú životnú situáciu, musia mať dve práce a nemôžu si dovoliť deň voľna?

Taká situácia je skutočne ťažká. Sú ľudia, ktorí si taký voľný deň naozaj nemôžu dovoliť a dokonca spia iba 4-5 hodín denne. Sú naozaj vyčerpaní. V tomto prípade je to skôr výzva pre ľudí, ktorí si šabat a voľné dni môžu dovoliť – mali by sme takýchto ľudí povzbudiť, podporiť a pomôcť im či už finančne alebo prakticky (ísť nakúpiť, postrážiť deti, upratať, vyprať a vyžehliť...). Nie sme zodpovední len za svoj šabat, ale aj za šabat ľudí v našom okolí. Mali by sme sa zaujímať o ľudí okolo nás, či majú možnosť si oddýchnuť a či nepotreujú našu pomoc.

„Pamätaj na sobotný deň, že ho máš svätiť! Šesť dní budeš pracovať a konať všetku svoju prácu. Siedmy deň je sobota pre Hospodina, tvojho Boha. Nebudeš konať nijakú prácu ani ty, ani tvoj syn, ani tvoja dcéra, ani tvoj sluha, ani tvoja slúžka, ani tvoj dobytok, ani cudzinec, ktorý je v tvojich bránach. Veď Hospodin za šesť dní utvoril nebo a zem, more a všetko, čo je v nich, a v siedmy deň odpočíval. Preto Hospodin požehnal sobotný deň a posvätil ho.“ – Exodus 20:8:11 (SEB)

Cvičenie

Ako sa pripravuješ na šabat a ako potom vyzerá tvoj deň šabatu?

Dokážeš si predstaviť, ako vyzerá deň šabatu bez prípravy a ako s prípravou? Skús si napísať konkrétne príklady, ako konkrétna príprava môže ovplyvniť tvoj deň šabatu.

Napadajú ti ďalšie iné spôsoby, ako by sa dalo pripraviť na šabat?

— KNIHY

ODPORÚČANÉ KNIHY:

