

začnishvala

PostneDuhovneVaje2016

**Gradivo za
animatorje**

#začnishvala

Postne duhovne vaje 2016

Gradivo za animatorje

Salezijanska mladinska pastoralna

Gradivo so pripravili animatorji PDV 2016

Odgovarja: Boštjan Jamnik

Za interno uporabo

Rakovnik, 1. februar 2016

Nedelja

7.30 dobro jutro

8.00 jutranja molitev

8.30 zajtrk

9.00 sestanek za animatorje

9.30 delo po skupinah (III. tema)

11.00 sv. maša

12.30 kosilo

TEMA PDV 2016

#začnishvala

Začni s hvala. Ker je prvi hvala kot domina, ki sproži plaz hvaležnosti. Ker brez hvaležnosti v srcu ni prostora za veselje in mir. Ker smo tako zelo obdarjeni, pa pogosto dovolimo, da najlepši darovi kar spolzijo mimo. Ker slavljenje Boga za vse, kar nam daje, spreminja naša življenja. Ker Pavel pravi, da je Božja volja, da se v vsem zahvaljujemo. In ker je hvaležnost način življenja, drža, za katero se je potrebno vsakič znova odločiti in se zanjo boriti. Zato – začni s hvala.

I. tema Hvaležnost kot drža, način življenja

II. tema: Hvaležnost za to, kar prejemam po drugih in po zakramentih

III. tema: Živeti hvaležnost danes

Pričevalci:

Bled, 19.–21. februar: ...

Podbočje, 26.–28. februar: ...

Pohorje I., 4.–6. marec: ...

Pohorje II., 11.–13. marec: ...

21.00 SPOZNAVNI VEČER

Spoznavna igra

Vsak udeleženec pri vходу dobi VELIKO DOMINO in se usede na svoje mesto v krogu. Že prej animatorji na sredini prostora pripravijo ZNAK HVALEŽNOSTI (na tla z belim trakom prilepijo znak – »salezijansko hišico« (hišica predstavlja dom, sprejetost; dom je kraj, kjer smo mnogo prejeli in kamor tudi sami nekaj prispevamo; za vse to smo hvaležni). Vsakega udeleženca povabimo, da pove svoje ime, od kod prihaja, kam hodi v šolo/na faks/na delo, ter nazadnje nadaljuje stavek: Kot domina v to skupino prinašam ... (npr. veselje, posluh).

Ko se predstavi, izbere naslednjega – nekoga, ki ima domino, ki se ujema z njegovo. Potem svojo domino odnese na sredino, da postane del znaka salezijanske hišice, in jo postavi pokonci. Na koncu bomo domine podrli. Udeležence opomnimo k previdnosti pri postavljanju domin, saj le-ta ponazarja pozornost in spoštovanje do soudeležencev. Na začetni domini piše HVALA in je druge barve. Ob koncu predstavitve sprožimo to domino.

22.15 UVOD V TEMO

/predlog/

Napovedovalec: In zadnji finalni skok ... Peter Prevc!

Peter Prevc (eden od animatorjev) pride v prostor. Če je mogoče, naj ima kak del smučarske opreme (smuči, kombinezon, čelado ...).

Novinarka (animatorka – zelo pikro in negativno nastrojeno): Peter, danes se vam skok ni najboljše posrečil. Pristali ste samo na 8. mestu. Kako bi to komentirali?

Peter Prevc: Osebnostno mislim, da je bil skok dober. Sem zelo zadovoljen, so pač drugi skočili več.

Novinarka: Zdelo se nam je, kot da bi lahko iz tega skoka iztržili veliko več. Predvsem doskok ni bil najlepši.

Peter Prevc: Razmere na skakalnici so bile danes zelo spremenljive. Imel sem zelo težke razmere in sem vesel in hvaležen, da sem sploh lepo doskočil v teh razmerah.

/Novinarka lahko postavi še kakšno vprašanje. Išče, kaj je bilo narobe. So krivi serviserji, razmišlja o menjavi trenerja? Peter pohvali trenerje, vzdušje v ekipi; pravi, da je vse super in jim je neizmerno hvaležen./

Novinarka (ob koncu): Bi želeli še kaj sporočiti ljudem?

Peter Prevc: Vi želite imeti samo prvo mesto. Jaz pa sem hvaležen vsem, ki še vedno verjamejo vame in me podpirajo, kljub 8. mestu.

Komentar duhovnega voditelja.

SOBOTA DOPOLDNE

I. tema in prvi del II. teme

9.00 SKUPNI VSEBINSKI UVOD

- Pesmi
- Uvod v dopoldanski temi
- Vsebinska izhodišča za delo po skupinah

9.15 DELO PO SKUPINAH (prvi del)

I. TEMA: Hvaležnost kot drža, način življenja

Cilj: Udeleženci ozavestijo, da je hvaležnost življenjska drža, ki je dejanje vere in volje in ni odvisna od konkretnega položaja, v katerem se nahajajo, in od izpolnitve ali neizpolnitve želja.

Predstavitve udeležencev (naj ne traja predolgo, max. 20 min)

Spoznavna igra I: Živali

Vsak udeleženec si zamisli eno žival, ki ga najbolje predstavlja. Pove svoje ime, nato pa to žival ponazori s pantomimo (TIHO!!!). Ostali ugotavljajo. Potem to žival še zvočno oponaša. Pove eno do dve lastnosti, zaradi katerih je izbral to žival, in pove, kaj dela to žival edinstveno in za kaj je lahko hvaležna (domišljija!). Ni potrebno, da igra poteka v krogu.

Ko to naredijo vsi, še vsak pove, za kaj je hvaležen v tem jutru.

Spoznavna igra II: 10 prstov

Udeležence razporedimo v pare in jih postavimo v dva kroga, notranjega in zunanjega, tako da se par med sabo gleda. Tisti, ki so v zunanjem krogu, dvignejo 10 prstov. Tisti, ki stoji v notranjem krogu, je

v vlogi spraševalca. Sebi nasprotnemu postavi vprašanje, na katerega lahko odgovori z DA ali NE. Če je vprašani odgovoril z NE, pokrči en prst, če odgovori z DA, dvigne en prst (v primeru, da že ima dvignjenih vseh 10 prstov, se stanje ne spremeni). Po vsakem vprašanju se samo notranji krog zavrti v smeri urinega kazalca za eno mesto in postavi naslednje vprašanje. Ko se prvotni par spet sreča, si vlogi zamenjata: kdor je bil v notranjem krogu, gre v zunanjega in obratno. Trenutno število dvignjenih prstov v paru ostane enako. Pri menjavi vlog tisti, ki gre iz notranjega kroga v zunanjega, prevzame število prstov svojega partnerja. Ko se krog spet obrne, zmaga tisti par, ki ima največ dvignjenih prstov.

Igre za vstop v temo

1. Balonska pomoč (potrebujemo balone – priskrbi pisarna)

Na začetku vsi stojijo v krogu, roke imajo na hrbtu. V roke jim animator da 0–3 balone tako, da drug za drugega ne vedo, koliko jih ima kdo. voditelj začne sredi kroga odbijati 3 balone. Ko mu postane težko vse obdržati v zraku, zakliče »IME, pomagaj!« Kdor je poklican, gre takoj na sredo kroga, vrže v zrak še svoje balone in nato skupaj odbijata. Ko je spet pretežko, novi pokliče naslednjega. Če balon pade na tla, ga je treba nemudoma pobrati in vreči v zrak.

2. Odbij balon (potrebujemo balone – priskrbi pisarna)

Različica igre *ujemi balon*. Balon je treba obdržati v zraku. Ko pokličemo naslednje ime, povemo tudi del telesa, s katerim naj odbije balon.

3. Kriči HVALA!

Za večje skupine. Vsi stojijo v krogu tako, da vsak lahko vsakogar pogleda v oči. Voditelj poveljuje: »Glave dol!« Nato čez nekaj trenutkov: »Gor!« Takrat mora vsak pogledati komu v oči. Če se dva istočasno pogledata, zakričita besedo HVALAAA in teatralično pokažeta drug na drugega. Tisti iz para, ki zakriči drugi, izpade iz igre. Tisti, ki jih nihče istočasno ne gleda, ostanejo tiho in nadaljujejo z igro.

Dinamika

Potrebujemo: listi, pisala

Cilj dinamike: Pomen besede HVALA. Udeleženci vidijo, da stvari niso samoumevne, jih zato bolj cenijo in to prenesejo v vsakdanje življenje in v življenjsko držo.

Na list napišejo lastnosti/odnose/stvari ... kar koli, za kar so hvaležni (5 primerov). Nato se vživijo v to, kako bi bilo, če tega ne bi imeli (to lahko napišejo poleg tistega, za kar so hvaležni). Nato vsak v skupini predstavi eno od teh stvari in pove, kako bi bilo brez tega.

Pogovor o temi

1. Kaj mi sploh pomeni hvaležnost ? Kako jo razumem? Ali ima hvaležnost isti pomen kot beseda hvala?
 - Če bi vas kdo vprašal, ali ste hvaležni, kakšen bi bil odgovor? Kako uporabljaš frazo »hvala Bogu«? Ali se ti zdi, da za vsem, kar se ti zgodi, stoji Bog? Kaj pa, ko rečeš hvala vrstniku? Je to zgolj navada, vljudnostna fraza ali si mu iskreno hvaležen?
 - Ali takrat, ko rečeš hvala, čutiš ponižnost, ker se zaveš, da nisi sam sebi dovolj in potrebuješ pomoč/vodenje drugih/Boga?
 - Na kakšen način lahko izkazujemo hvaležnost? Povej kak izviren primer iz svojega življenja (besede, molitev, dejanja).

2. Hvaležnost kot način, kako grem skozi življenje:

- Si lahko hvaležen, če ne sprejemaš samega sebe?
- V čem je razlika med ljudmi, ki živijo držo hvaležnosti, in tistimi, ki je ne? (Veselje, optimizem, zadovoljstvo, mir, upanje.)
- Ali večkrat na dan rečeš prosim ali hvala? Ali lažje prosiš ali se zahvaljuješ?
- Jemlješ vse, kar se ti zgodi in kar imaš, kot samoumevno? Vidiš le tisto, česar nimaš, ali pa vse vidiš kot Božji dar? Ali je realno, da v življenju vse vidimo kot Božji dar? Ali čutiš, da te hvaležnost približuje Bogu, da bolj občutiš njegovo ljubezen, da je vse, kar se dogaja, res rezultat njegove ljubezni?
- Kako okoliščine vplivajo na našo hvaležnost? Smo vsi ljudje v različnih okoliščinah poklicani k temu, da smo v enaki meri hvaležni? Na primer: nam nič osnovnega za življenje ne manjka, drugje po svetu pa je nenehna vojna ali lakota ali zastrahovanje (aktualne teme: migranti, teroristični napadi ...). Ali je njihova hvaležnost drugačna od naše? Če smo notranje mirni, ker imamo Boga na prvem mestu, ni toliko pomembno, kakšne so zunanje okoliščine.
- Ali poznaš človeka, za katerega bi lahko rekel, da res živi to držo hvaležnosti? Ti je zgled in te opogumlja, ali pa se ob takem človeku ne počutiš dobro, se počutiš majhnega, ker veš, da sam tega ne zmoreš ali ne znaš?

3. Hvaležnost kot odločitev, dejanje volje:

- Ali misliš, da je hvaležnost čustvo, trenutno počutje, razumevanje? (Hvaležnost je vera v to, da zaupamo, da Bog ve, kaj je najbolje za nas, da ima za nas popoln načrt.)
- Od kod izvira hvaležnost – iz družine, nam je prirojena, ali izhaja od kod drugod?
- Ali se ti zdi, da se je treba za hvaležnost odločiti? (Ali pa računamo na to, da se bo že od nekod vzela?) Je dovolj, če se

zanjo odločiš enkrat, in to velja za celo življenje? Ali gre morda za vsakodnevni proces?

- Kaj hvaležnost doprinese k mojemu odnosu z Bogom? Ali se odnos kaj spremeni?

11.00 ODMOR

11.30 DELO PO SKUPINAH

II. TEMA: Hvaležnost za to, kar prejemam po drugih

Cilj: Udeleženci preko konkretnega razmišljanja o svojem vsakdanjem življenju in odnosih, ki jih živijo, ozavestijo, da se lahko vsak odloči za hvaležnost. Vedno lahko najde nekaj, kar bi lahko bilo drugačno ali boljše, lahko pa je hvaležen za vse, kar prejema. Udeleženci to spoznanje dopolnijo s primeri iz svojega življenja.

Dinamike

1. Situacije

Vsak udeleženec na listu dobi opisano situacijo, v katero se čim bolj vživi, in v sebi prebuja hvaležnost za to situacijo – kakor da se mu je opisano zares zgodilo. *(Animator naj glede na svojo skupino oceni, katere situacije bo izbral.)*

Situacije:

- Si žena/mož, imata 5 otrok, partner/ka te zapusti.
- Zmagal/a si na novoletni turneji v smučarskih skokih.
- Si redovnik/ca in vodiš duhovne vaje, na katerih te nihče ne posluša.
- Si maturant/ka in si ravno izvedel/a, da nisi opravil/a mature.
- Si zaljubljen/a, tisti nekdo pa te nikoli ne opazi.
- Si brezposeln/a in ravno tvoja srečka je zadela glavni dobitek na Loteriji Slovenije.

- Si berač/ica in si namesto denarja v klobuk dobil/a jabolko.
- Po dolgem dnevu si na krožnik za večerjo dobil/a velik dunajski zrezek.
- Starši ti težijo zaradi slabih ocen in neopravičene ure.
- Tik pred zmenkom se ti na čelu naredi ogromen mozolj.
- Na poti v šolo/na faks te je zbil avto.
- V nedeljo si šel/šla k maši.
- Na poti domov si deležen/na čudovitega sončnega zahoda.
- Prišel/a si na morje, voda ima 27°C, vlažnost v zraku je 78%, na plaži ni niti malo sence in nimaš denarja za hladno pivo/cedevito.
- Zamudil/a si svoje letalo.
- Na koncertu tvoja najljubša glasbena skupina z odra meče CD-je in ti si ga ujel/a.

Sporočilo: Udeleženci opazijo, da se na prvi pogled v pozitivnih situacijah lažje zahvaljujejo, vendar lahko kljub vsemu v vsaki situaciji najdejo marsikaj, za kar se lahko zahvalijo. Vse je stvar našega pogleda na situacijo.

2. Trening hvaležnosti

Z eno roko se primeš za nos, z drugo za uho, tako da so si roke navzkriž, nato se z rokama udariš po nogah in zamenjaš stran/roki. Med držanjem za nos in uhlja vsak po vrsti z besedo pove, za kaj je hvaležen (npr. avto, prijatelj, pomaranča, zajtrk, kinderpingui, alu folija ...)

Sporočilo: Spoznamo, da tudi za zahvaljevanje potrebujemo trening, kot ga potrebujemo za vse drugo (drža rok za uho in nos, šport, glasbila, petje, šola ...).

3. Vodeno razmišljanje o običajnem dnevu.

Animator razloži, da bo vodil razmišljanje o običajnem dnevu, med katerim naj bodo udeleženci pozorni na hvaležnost. (Ob tej vaji naj

eden od animatorjev nežno igra na kitaro, če to ni mogoče, naj se predvaja mirna glasba – lahko jo ima kdo od animatorjev na telefonu). »Zapri oči, udobno se namesti. Zamisli si, da si se prebudil v običajen dan. Zelo dobro si spal. Počasi se usedeš, se pretegneš in narediš nekaj prvih korakov v nov dan. Pomisli, za kaj si v tem trenutku hvaležen. (Animator po vsakem vprašanju pusti nekaj trenutkov za razmislek.) Ves zaspan odideš v kopalnico. V lončku te čakata zobna ščetka in ... prazna pasta. Pomisliš: »Pa ne že spet, kako nihče ni mogel povedati, da je je zmanjkalo ...« V istem hipu ugotoviš, da si bil ti tisti, ki je zvečer iztislil zadnji pljunek paste na ščetko. Odpreš omarico in vesel zagledaš novo zobno pasto, ki jo je kupila mama. Pomisliš: »Nekateri nimajo kopalnice in zobne ščetke ter mame, ki kupi, še preden prosiš.« Greš v sobo in začneš brskati po omari. Popolna štala! Nič primernega ne najdeš, vsaj ne v tvoji barvi dneva. Na koncu se le oblečeš, pohitiš v kuhinjo in hitro pozajtrkuješ, ker se ti že mudi naprej, da ujameš vlak oziroma avtobus. Je zajtrk res nekaj samoumevnega – kaj pa, če ga ne bi imel? Z nekaj slabe volje zaradi zamude vlakov/avtobusov/gneče na cesti si prispel v šolo/na faks/v službo. Pomisliš: nekateri nimajo možnosti, da bi se izobraževali ali imeli delo ... Pozdravijo te sošolci, prijatelji ti razlagajo, da so končno naredili 25. level pri neki igrici, da jim je mama dovolila, da greste skupaj v petek v kino ... V drugem kotu so tisti, s katerimi se ne pogovarjaš vsak dan, ti pa vseeno radi priskočijo na pomoč, ko ne znaš matematične naloge, ali pa ti posodijo zapiske. Pomisliš: kljub šoli in obveznostim je lepo. Po koncu pouka greš v menzo na kosilo. Zamudiš avtobus, ampak opaziš, da nisi edini. S sošolko gresta zato na kavo in prijetno klepetata. Ko prideš domov, ti mama ponudi kosilo. Vsak dan ji sicer poveš, da si že jedel, pa vseeno skuha. Popoldne pa si vzameš čas zase. Kaj počneš? Kako zaključiš dan? Počasi pojdi skozi preostanek svojega običajnega dneva, pomisli na drobne situacije, ki se ti zdijo samoumevne ...«

(Animator pusti, da udeleženci še kako minuto premišlujejo, nato jih povabi, da zapišejo na list čim več stvari, na katere so se spomnili ...

Pogovor vodimo o tem, na koliko reči v dnevu pozabimo ali jih niti ne opazimo – koliko priložnosti za zahvalo je v vsakem dnevu, pa se redko ali celo nikoli ne zahvalimo Bogu za te malenkosti, ki nam bogatijo dneve.)

Sporočilo: Udeleženci ozavestijo, koliko drobnih stvari je v vsakem dnevu, za katere smo lahko hvaležni, mi pa jih niti ne opazimo in se nam zdijo samoumevne.

Pogovor o temi

Hvaležnost lahko primerjamo pripravi na maraton. Potrebno je veliko treninga, pretečenih kilometrov, dobra oprema, motivacija, namen, da se tega projekta sploh lotiš, cilj. Prvi pogoj pa je seveda odločitev za ta maraton hvaležnosti.

Trening

1. *Ogrevanje:* Kako začnem dan? Ali sem negativno nastrojen (vstanem z levo nogo) ali pa je v meni hvaležnost in veselje nad dnem, ki je pred mano? Si zjutraj vzamem čas in se Bogu zahvalim?
2. Kakšen odnos imam do ljudi, s katerimi se srečujem?
3. *Kondicija:* Se zavedam, da nič v življenju ni samoumevno? (Telefon, internet, elektrika, poln hladilnik, računalnik, novi čevlji, starši, šola, tečna profesorica ...)
4. *Osvežujoča voda na poti:* Na kakšen način drugim izražam hvaležnost? (Bomboni, rože, pismo, pomita posoda ...)
5. *Sotekači:*
 - Družina: Kako lahko v družini živiš hvaležnost? S kakšno držo odhajaš iz družine? Kaj ti družina daje? Si hvaležen za družino, v kateri živiš, čeprav ni popolna?
 - Prijatelji: Kako med prijatelji izražaš hvaležnost? Si hvaležen zanje tudi takrat, ko ni najlažje, si hvaležen za vse prepire, ki lahko dvignejo odnos na višjo raven?

6. *Iti preko sebe – čez mejo*: Znam biti hvaležen za tisto, kar je na prvi pogled slabo, težko, boleče, nerazumljivo?

7. *Ciljna ravnina*: pozitivno razmišljanje. Ali iščemo v sebi, okolici in svetu predvsem dobro? (TV, mediji, FB, družba ...)

8. *Cilj*: vztrajnost, ki nas pripelje do drža hvaležnosti. Se vsem oviram navkljub trudim in vztrajam v hvaležnosti?

Ovire

- *Prehiteti*: PRIMERJANJE. Se morda kdaj primerjaš z drugimi? Kako to vpliva na tvojo držo hvaležnosti?

- *Obleka*: GODRNJANJE. Si morda želiš vedno več (nisi z ničimer zadovoljen)?

- *Čevlji*: SEBIČNOST. Ali hočeš vse dobiti v istem trenutku?

- *Tekaška podlaga*: NEGATIVNO OKOLJE. Ali čutiš, da te družina spodbuja k dobremu ali ne? Kakšno družbo si izbiraš? Te tvoji prijatelji spodbujajo k drža hvaležnosti?

Pregled

- *Analiza teka*: Konec teka. Potreben je pogled nazaj. Ali si zvečer vzameš čas, da pogledaš na pretekli dan? Znaš videti slabe in dobre trenutke – blagoslove v dnevu?

Dodatek za študente

– Pomisli na zadnjo težko preizkušnjo ali odločitev, s katero si se soočil. Zmoreš tudi v tem videti nekaj dobrega za svoje življenje? Si se za to sposoben zahvaliti?

– Soočate se z brezposelnostjo, samostojnostjo, zaključkom študija, prihodnostjo, samskostjo – kako v teh situacijah živeti hvaležnost? Ali se zmoremo zahvaliti za prihodnost, ki je še ne poznamo, pa je kljub vsemu pred nami?

– V luči hvaležnosti verjamemo, da ima Bog za nas popoln načrt. Ali verjameš to tudi takrat, ko se ti zgodi nekaj težkega? Ali se v takih

primerih zavedaš, da se moraš odpovedati potrebi po razumevanju? Včasih šele čez nekaj let vidiš, zakaj je bilo nekaj dobro, čeprav tega sprva nisi razumel.

- Razumevanje – prepuščanje. Kako v življenju krmariš med tem, da hočeš vse obvladati, in tem, da se znaš tudi za težke stvari zahvaljevati?
- Kako drži hvaležnosti v tebi prebuja željo, da bi iz svojega življenja naredil nekaj več, bil dar za drugega? Bog ne želi pasivne drže.

SOBOTA POPOLDNE

15.30 PRIČEVANJE

16.45 DELO PO SKUPINAH

Pogovor o pričevanju gosta

- Vsak dokonča stavek: Hvaležen sem za pričevanje, ker ... (Lahko pove več razlogov za hvaležnost.)
- V čem sem v zahvaljevanju podoben pričevalcu?
- Moja življenjska situacija je drugačna – kako lahko jaz živim hvaležnost v svojih okoliščinah?

III. TEMA: Hvaležnost za to, kar prejmem po zakramentih

Cilj: V drugem delu udeleženci ozavestijo pomen evharistije, živega Boga, ki se nam podarja; spovedi, pri kateri imamo vedno znova možnost biti očiščeni in začeti znova; in odrešenja, vesele novice, da smo rešeni – predvsem skozi vidik hvaležnosti za vse naštetu, kar nam je po milosti vsakodnevno na dosegu.

Dinamika – odprta drža

Vsi udeleženci vstanejo in razprejo roke kakor duhovnik pri molitvi očenaš pri sveti maši. Vsi zapremo oči, vztrajamo eno minuto.

- Vsak z eno besedo izrazi svoje občutje.
- Kdaj se ta drža pojavlja pri maši, kdaj v vsakdanjem življenju (konkretni primeri)?
- Animator udeležence pripelje do hvaležnosti. Smo občutili hvaležnost?
- Odprta drža: Če se ne boš odprl Kristusu, milosti ne bo.
- Kakšno telesno držo zavzemamo, ko se nekomu zahvaljujemo in ko nekaj sprejemamo? (Težko je povedati zahvalo v zaprti drži.)

1. Evharistija je zahvala

Pričevanje francoske svetnice Marthe Robin – njeno življenje je bilo maša.

Marthe Robin se je rodila v revni kmečki družini v Franciji. Pri 18-ih letih je zbolela, imela je hudo vnetje možganov, težje se je gibala, izgubila skoraj ves vid, sčasoma je bila priklenjena na posteljo. Deset let je trpela hude telesne bolečine, bila je tesnobna, osamljena, v življenju ni videla smisla. Med župnijskim misijonom se je odločila, da svoje življenje daruje Jezusu in da bo živela tako, kot Bog hoče. Svoje trpljenje je od tedaj podarjala Kristusu. Kmalu so se ji na rokah pojavile stigme in do smrti je štiri dni v tednu podoživljala njegovo trpljenje. Vmes je en dan počivala, dva dneva pa je bila popolnoma na voljo drugim ljudem, ki jim je svetovala in se z njimi pogovarjala. Do smrti ni uživala nobene hrane razen hostije, ta ji je sama poletela iz duhovnikovih rok naravnost v usta. Na poseben način je razumela trpeče, govorila je, da je trpljenje rodovitno in lažje, če je združeno z Jezusom: »Ne ustvarjajmo si sami trpljenja, če pa se pojavi, ga tako kot Jezus in Marija pogumno nosimo. Trpljenje dobi takšno vrednost, kakršno mu jo da tisti, ki ga nosi. Prosim, ne trpimo zastonj, to je preveč žalostno ... Vzemite svoje življenje in recite Jezusu: Gospod, vse to je zate, vse ti podarjam. Vsako krščansko življenje je maša in vsaka duša na tem svetu je hostija.«

- Marthe je doživljala hvaležnost kot sprejemanje in darovanje trpljenja Jezusu (sveta maša je tudi darovanje trpljenja in sprejemanje – prejmeš Jezusa).
- Kako jaz osmišljam svoje trpljenje?

Pogovor v skupini

- Maša se pojavlja v najbolj pomembnih trenutkih našega življenja (dan krsta, poroka, pogreb). Kaj če v teh trenutkih maše ne bi bilo? Kakšna bi bila razlika?

- Izhodišče za pogovor: *Hvaležen sem, ker lahko praznujem s sveto mašo.*
- Ali kdaj čutimo, da maša ni praznovanje (npr. v trenutkih, ko nam je težko, ko Boga ne začutimo)?
- Pomen skupnosti: Ali nam drugi lahko pomagajo? Kaj pa njihovo pričevanje? Kdaj začutim veselje v skupnosti? Kdaj se lažje zahvaljujem?
- *Hvaležen sem, ker sem del občestva – to so ljudje, ki molijo zame, ko jaz ne zmorem.*
- Se ti zdi, da so bili apostoli privilegirani, ko je bil Jezus človek v telesu? Zakaj tako misliš?
- Verjameš, da ko prejmeš sv. obhajilo, prejmeš Jezusa?
- *Jezus živi tudi danes med nami, še več, lahko ga prejmemo, zaužijemo. Največji dar je Jezus, kruh življenja, če njega ne bi bilo, ne bi bilo zahvale.*
- Kako nas sv. maša uči hvaležnosti v vsakdanjem življenju?
- Ali v svojem življenju opaziš kakšno spremembo, kadar bolj pogosto prejemaš sveto obhajilo ali druge zakramente? (Konkretne izkušnje.)
- Ko se nekemu zahvališ, mu ponavadi podariš darilo. Kako pa v duhovnem smislu izražaš hvaležnost?
- S čim polniš svoje življenje – imaš prostor za milost, za hvaležnost? Ali s tem kar počnem, dam Jezusu možnost, da deluje preko mene?
- V katerem trenutku sv. maše imam najbolj intenziven odnos z Jezusom? Kako razumem ta odnos? Čutim hvaležnost za ta odnos?
- Kakšna je moč tega konkretnega odnosa z Jezusom (moje sprejemanje, njegovo dajanje)?
- Kaj mi pomeni prejemanje sv. obhajila?
- Kdor uživa ta kruh, bo živel vekomaj. Kaj te besede pomenijo? Jih razumeš?

Dodatek za študente

- Kaj pa hvaležnost za druge zakramente? Bolniško maziljenje ...
- Kaj mi pomeni zakrament poroke? Kaj mi cerkvena poroka daje? Kakšna je moč poroke?

2. Spoved, zakrament hvaležnosti za svobodo in mir

Osebno delo za dijake (5–10 min)

(Delovni list pripravi pisarna.)

(Nekaj minut premišljujemo o spodnjih dveh vprašanjih. Pomagamo si z listki, na katere zabeležimo kako svojo misel.)

- Kaj občutiš pred spovedjo, med njo in po njej?
- Ali smo hvaležni za naše šibkosti in za vest, ki nas vodi?

Osebno delo za študente (10–15 min)

(Delovni list pripravi pisarna.)

Prošnja za usmiljenje in hvaležnost (Ps 51)

V Davidovem psalmu poiščemo različne drže hvaležnosti, ki jih izraža kesanje in zaupanje v Božje usmiljenje (na primer: hvaležen sem Bogu za njegovo dobroto, hvaležen sem mu za to, da me očiščuje krivde (Ps 51, 3)). Kako lahko te drže prepoznamo v našem življenju in jih živimo? Nato na list napišemo dve ali tri drže hvaležnosti, v katerih se mi najbolj prepoznamo. List položimo na sredo, da ga vsi vidijo. Potem naj steče pogovor.

Ps 51

3 Izkaži mi milost, o Bog, po svoji dobroti,
po obilnosti svojega usmiljenja izbriši moje pregrehe!
4 Popolnoma me operi moje krivde,
mojega greha me očisti!

5 Zakaj svoje pregrehe priznavam,
moj greh je vedno pred mano.

6 Zoper tebe, tebe samega, sem grešil,
hudobijo v tvojih očeh sem storil,
da se izkažeš pravičnega, kadar govoriš,
neoporečnega, kadar sodiš.

7 Glej, v krivdi sem bil rojen,
v grehu me je spočela moja mati.

8 Glej, veseliš se zvestobe v notranjosti,
v skrivnostih mi daješ spoznanje modrosti.

9 Očisti me greha s hizopom, da postanem čist,
operi me, da postanem bel bolj kot sneg.

10 Daj, da bom slišal radost in veselje,
naj se radujejo kosti, ki si jih potrl.

11 Skrij svoje obličje pred mojimi grehi,
vse moje krivde izbriši.

12 Čisto srce, o Bog, mi ustvari,
stanovitnega duha obnovi v moji notranjosti.

13 Ne poženi me izpred svojega obličja,
svojega Svetega Duha ne vzemi od mene.

14 Vrni mi veselje svojega odrešenja,
z voljnim duhom me podpiraj.

16 Reši me krvi, o Bog, Bog moje rešitve:
moj jezik bo vzklikal tvoji pravičnosti.

17 Gospod, odpri moje ustnice,
in moja usta bodo oznanjala tvojo hvalo.

19 Moja daritev Bogu je potrta duha,
potrtega in pobitega srca, o Bog, ne preziraj.

Pogovor o temi (za dijake in študente):

Po osebnem delu se v skupini pogovorimo o vprašanjih, o katerih smo razmišljali.

Spoved in njeno doživljanje razčlenimo na tri dele.

a) Pred spovedjo:

Kako to, da veliko ljudi tako težko pristopi k spovedi? V čem je razlog? Včasih je lažje iti k svetemu obhajilu, ker smo pač tam in gredo vsi. Za spoved pa je potrebna konkretna odločitev in priprava.

Ali spoved čutimo kot priložnost ali kot prisilo? V osnovnošolskih letih smo k spovedi hodili pri verouku. Marsikdo je šel k spovedi zgolj zaradi prisile, ne pa zato, ker bi se zares zavedal, da je grešnik. Tudi pri taki spovedi nam je bilo odpuščeno in je veljavna. V čem pa je razlika med tako »šablonsko« spovedjo in bolj osebno spovedjo, na katero se dobro pripravim? V čem je spoved priložnost?

b) Med spovedjo

Ti je težko priznati in povedati svoje grehe? Zakaj?

Kakšen pomen daješ iskreni spovedi? Kaj pomeni, da si iskren?

Duhovnik je Jezusov namestnik. Kako gledaš na duhovnika, ki te spoveduje? Si že kdaj občutil hvaležnost, da te želi poslušati, da ti je ob koncu izrekel besede spodbude? Si zaradi njegovih besed bolj hvaležen tudi Bogu za dar odpuščanja? Ti te besede pomagajo na nadaljnji poti?

c) Po spovedi

Kaj pa tvoji sklepi?

Kaj občutiš po spovedi?

Postaneš novi človek. Je to zate nova priložnost?

V čem podeljeno odpuščanje postane hvaležnost?

Pogovor o letu usmiljenja

Leto usmiljenja nas vabi, da čim pogosteje pristopimo k sveti spovedi. S tem se odpiramo velikim milostim, ki jih še kako potrebujemo, da bomo znali živeti hvaležnost. Večkrat ko greš k spovedi, bolj se boš zavedal, kaj ti je darovano. Papež Frančišek nas vabi, da s tremi konkretnimi dejanji živimo leto usmiljenja: pogosta sveta spoved, romanje, vstop skozi sveta vrata. Cilj teh dejanj je, da lahko pridobimo popolni odpustek.

Kaj je popolni odpustek? *(Spodnji odstavek je namenjen animatorju, ni pa namenjen podrobni obravnavi, če se vprašanja ne pojavijo.)*

V Katekizmu Katoliške Cerkve imamo na vprašanje, kaj so odpustki, tale odgovor: »Odpustek je odpuščanje časne kazni pred Bogom za tiste grehe, katerih krivda je že odpuščena. Prejme ga kristjan, ki je pravilno pripravljen pod določenimi pogoji ob pomoči Cerkve, katera v službi odrešenja z oblastjo razdeljuje in naklanja zaklad zadostitev Kristusa in svetnikov. Odpustek je delen ali popoln v tem smislu, da nas delno ali popolnoma reši časnih kazni (časnih posledic), ki jih dolgujemo za grehe. Odpustke moremo prejeti zase ali pa jih naklonimo rajnim« (št. 1471).

Za velike grehe zaslužimo večno kazen, ki se nam odpusti pri dobri spovedi. V primeru, da je naše spreobrnjenje, ki izhaja iz goreče ljubezni, tako popolno, da doseže naše popolno očiščenje, se nam izbrišeta obe kazni, večna in časna. Če bi v tem stanju umrli, bi prišli brez vic v nebesa.

Običajno pa za velike in male grehe, katerih krivda nam je odpuščena, ostanejo časne kazni. Za zadoščevanje teh kazni bomo trpeli v vicah, če ne bomo zanje zadostili že na zemlji ali pa se jih rešili s prejemom odpustkov.

Časne kazni se nam odpustijo tudi z deli usmiljenja in ljubezni, z molitvijo in različnimi oblikami pokore, s potrpežljivim prenašanjem trpljenja in preizkušenj ter z vedrim sprejemom svoje smrti (prim. Katekizem, št. 1472–1473).

Povabimo k sveti spovedi

Animatorja osebno spodbudita udeležence, naj gredo k sveti spovedi. Tu se vključi duhovni vodja, ki sam kratko pove nekaj o spovedi.

Dinamika ob zaključku (20 min)

(Pripomočki: čajne svečke, listki; pripravi pisarna)

Dinamika je kompleksna, animatorja jo morata dobro prebrati in sproti razložiti simboliko, da jo udeleženci razumejo.

Udeleženci vstanejo in se pomaknejo na rob prostora. Animatorja prostor razdelita na polovico (navidezna meja) in po eni polovici razporedita toliko čajnih svečk, kot je udeležencev. Ta stran prostora je cona udobja (animatorja to povesta udeležencem), kjer živimo lagodno. Udeleženci se posedejo vsak k svoji svečki in vsak dobi svoj listek. Animatorja se postavita na navidezno mejo in se primeta za roke (kot pri igri kamen-most). Vsak udeleženec na listek napiše eno svojo negativno lastnost oz. slabost, ki ga najbolj obremenjuje in bi se je rad znebil.

Ko je pripravljen na to, da se »poboljša«, se znebi slabe lastnosti, ki jo je napisal na listek, gre do animatorjev, ki predstavljata prehod hvaležnosti (da pridemo do usmiljenja, moramo zavzeti držo hvaležnosti). Animatorja ga vprašata:

»Ali je kaj trden sklep?«

Ko udeleženec odgovori z DA, mu rečeta, naj v cono udobja odvrže zmečkan listek, na katerem je napisana njegova slaba lastnost.

Animatorja mu prižgeta svečko, kot simbol odločitve za dobro.

Udeleženec tako pride v drugo polovico prostora, ki predstavlja cono usmiljenja. V coni usmiljenja dobi nov listek, na katerega napiše, zakaj vse je Bogu hvaležen, in ga odloži na tla (lahko anonimno).

Ko vsi udeleženci pridejo v cono usmiljenja, jih animator vpraša, če jih kaj moti v coni udobja (namen je, da pridemo do tega, da jih motijo listki po tleh, ker se jih nismo še dokončno znebili).

Animatorja povabita udeležence, da se vrnejo v cono udobja po listek, ki so ga odvrgli, in ga dajo v koš (na košu piše spoved), ki ga animatorja postavita medse. To pomeni, da človek v življenju ves čas doživlja duhovni boj in tako prehaja med conami in se mora vsak dan odločati za držo hvaležnosti. Koš predstavlja zakrament spovedi. Pri spovedi si poravnal s preteklostjo in v usmiljenju postaneš novi človek.

Vprašanja po dinamiki:

- Kaj vas je spodbudilo, da ste napravili sklep, da se prestavite iz cone udobja v cono hvaležnosti?
- Kako ste se počutili, ko ste prišli v cono usmiljenja?
- Ali ste bili presenečeni, ko sta vas animatorja povabila, da se vrnite v cono udobja in za seboj pospravite »smeti«?
- Ni dovolj samo odločitev, da se bomo spremenili in poboljšali, ampak nam Bog preko zakramenta sv. spovedi odpusti grehe, kjer vedno prejmemo milost za nov začetek.

19.30 SPOKORNO BOGOSLUŽJE, SPOVED, KRIŽEV POT

22.00 SV. MAŠA

23.00 DRUŽABNI VEČER

V ospredju je zabava in druženje. Dva animatorja vodita večer.

24.00 ADORACIJA

9.00 SESTANEK ZA ANIMATORJE

- Priprava na sv. mašo: pesmi, uvod v mašo, berila, prošnje, darovanje, uvod v očenaš, pozdrav miru, zahvale.
- Kratko ovrednotenje dela v skupinah.

9.30 DELO PO SKUPINAH

IV. TEMA: Živeti hvaležnost danes

Cilj: Udeleženci ozavestijo, da smo poklicani k hvaležnosti že danes, da je hvaležnost osnovni pogoj za mir in pravo veselje. Udeleženci ozavestijo, da je pogoj za hvaležnost zaupanje Bogu, da nam v svoji ljubezni vsak dan daje natanko to, kar najbolj potrebujemo. Šele v tem zaupanju in veri se nato lahko resnično zahvalim za vsako stvar in situacijo. Znova poudarimo pomen odločitve za hvaležnost, tokrat v kontekstu duhovnega boja. Udeležence spodbudimo k pripravi sklepov.

Uvodna dinamika

Na voljo imamo dve dinamiki, ki sta vsebinsko enaki. Animator glede na skupino izbere med prvo dinamiko, ki temelji na pantomimi ter skupni refleksiji, in drugo dinamiko, ki je osebno delo v tišini. Vendar tudi pri drugi dinamiki priporočamo, da po koncu osebnega dela vsak podeli, kar odmeva v njem.

1. Igra pantomime (liste z navodili pripravi pisarna)

Skupina se razdeli na tri podskupine. Skupina A šteje dve osebi. Skupina B šteje dve osebi. Skupina C so vsi ostali. Vsak član skupine dobi listek, na katerem je napisana njegova vloga. Animator naj

poskrbi, da bo uprizarjanje realno in ne bo iz tega nastala burleska. Po vsaki uprizoritvi sledi reflektiranje prizora z vprašanji.

Skupina A (dva člana):

Oseba 1 : Si otrok in hočeš jesti pesek, ne glede na vse. Oseba 2: Si mama/oče in moraš poskrbeti za svojega otroka in ga zaščititi.

Za animatorja: Bistvo zgodbe je, da je mami težko, ker otroku ne more dati, kar si želi, vendar bolje od njega ve, kaj je dobro zanj, in mu želi dobro. Mama je simbol za Boga, ki tudi nam pogosto ne da tega, kar ga prosimo tisti trenutek, ker kot ljubeči oče vidi širšo sliko našega življenja in ve, kaj je dobro za nas.

Pogovor:

Odziv skupine: Kaj so videli?

Odziv igralcev: Kako sta se počutila vsak v svoji vlogi?

Ali se spomniš kakšne situacije v svojem življenju, ko si se znašel v eni ali drugi vlogi?

Ali se spomniš situacije, ko si Boga prosil za nekaj, kar si si zelo želel, pa ti tega ni dal? Si mu zameril, si mislil, da te ne sliši? Si morda kdaj kasneje videl, da bi ti izpolnitev te želje v tistem trenutku v resnici škodila?

Skupina B (dva člana):

Oseba 1: Si starejša oseba, ki je slepa in dementna. Ne prepoznaš osebe B in misliš, da ti hoče škodovati, ne zaupaš ji in se upiraš. Oseba 2: Si sin/hči osebe A, želiš jo spraviti v bolniško posteljo, ker skrbiš zanjo.

Za animatorja: Bistvo zgodbe je, da želi sin materi pomagati. Mati se upira, ker ga ne prepozna in mu ne zaupa in ne ve, kam jo pelje, zato se oklepa prostora, ki ga pozna. Tako tudi mi ne zaupamo Bogu, da ima za nas načrt sreče in nas pelje tja, kjer bo za nas najbolje.

Pogovor:

Odziv skupine: Kaj so videli?

Odziv igralcev: Kako sta se počutila vsak v svoji vlogi?

Ali se spomniš kakšne situacije v svojem življenju, ko si se krčevito oklepal znanega, namesto da bi kaj spremenil – čeprav v trenutni situaciji nisi bil zadovoljen? Zakaj? Zaradi občutka varnosti?

Ali Boga doživljaš kot nekoga, ki ima za tvoje življenje načrt in te vodi ali se oklepaš znanega in se bojiš vsake spremembe, ker mu ne zaupaš, da bo cilj dober zate, čeprav ga ne poznaš?

Ali hočeš vse narediti sam in se zanašaš le nase? Ali skušaš vse kontrolirati in vedno vedeti, kam greš, ali prepustiš Bogu, da te pelje?

Skupina C (ostali člani):

Oseba 1: Si kirurg, izvajaš operacijo črevesja. Ne odgovarjaš na vprašanja ostalih. Delaš v tišini. Oseba 2: Si bolnik, ležiš na mizi, nisi pod anestezijo, zelo te boli. Ostali: Ste marsovci, na zemljo ste prišli z namenom, da raziščete ljudi, njihovo kulturo in navade. Vidite prizor pred sabo in opazujete. Ne smete komunicirati z zemljani, saj ste na skrivni misiji.

Za animatorja: Bistvo zgodbe je, da marsovci prizor razumejo, kot da zdravnik pacientu škoduje, saj ga zelo boli. Marsovci ne poznajo tega sveta in ne vidijo širše slike, zato ne razumejo, da gre za zdravljenje, ki je za pacienta koristno in potrebno.

Pogovor:

Odziv igralcev: Najprej povabimo marsovce, da povejo, kaj so videli in kaj menijo, da se dogaja, kaj lahko iz prizora sklepajo o teh ljudeh. Nato povabimo k besedi še zdravnika in pacienta.

Odziv skupine: Ali se mi v odnosu z Bogom kdaj vedemo kot marsovci – mu ne zaupamo, da on vidi širšo sliko našega življenja in ve, zakaj je neka situacija, zaradi katere trpim in je ne razumem, zame potrebna in mi je v ozdravljenje?

2. Osebno delo:

(delovni list pripravi pisarna, na njem bo tudi prostor za pisanje)

1. V odnosu z Bogom se ti je zagotovo že zgodilo, da si si nekaj zelo želel in si ga za to močno prosil, pa te ni uslišal. Kako si takrat videl Boga? Kako je to vplivalo na tvoj odnos z Bogom?

Zamisli si naslednjo situacijo: Nek otrok si za vsako ceno želi jesti pesek. V svoji otroški neizkušeni ne ve, da bi mu škodil, in si tega resnično želi. Svojo mamo vsak dan prosi za pesek in je potrta, ko mu ga ne dovoli jesti. Mama nadvse ljubi svojega otroka in mu želi to, kar je najboljšje zanj. Ker ve, da mu bo pesek škodoval, mu ga seveda ne dovoli jesti, hkrati pa jo boli, ko vidi svojega ljubljenega sina potrtega. Kljub temu ne bo dopustila, da bi si škodoval.

Premisli – ali verjameš, da je Bog ljubeči oče? Da on natanko ve, kaj je v vsakem trenutku najboljše zate in kaj ti škoduje?

Verjameš, da si želi izpolniti tvoja hrepenenja in želje, vendar včasih tega iz ljubezni ne stori zato, ker vidi širše in ve, da bi ti izpolnitev te želje dolgoročno škodovala?

Se zmoreš Bogu zahvaliti tudi za neizpolnitev prošnje v veri, da on najboljše ve, kaj te bo resnično izpolnilo in pritegnilo k njemu?

Kaj se v meni prebuja?

Tolikokrat smo kot otroci, vidimo le del slike, saj je naše razumevanje omejeno. Bog pa ima za nas načrt sreče, načrt polnega življenja, ne dovoli nam, da bi jedli pesek, čeprav si ga včasih neizmerno želimo, saj ima za nas pripravljene prvovrstne jedi, ki nas bodo resnično nasitile.

2. V našem življenju se nam dogaja, da se oklepamo tistih stvari, ki jih poznamo. Ne zaupamo Bogu, da nam želi dobro in nas želi videti srečne.

Zamisli si ostarelo dementno gospo, ki ne prepozna svojega sina, ki ji želi pomagati priti po stopnicah do njene sobe. Gospa se ob vsakem koraku oprime ograje stopnišča, saj pozabi, kam je namenjena in kdo je sin. Ta jo vsakič znova prepričuje in ji prigovarja, da nadaljujeta pot.

Razmisli, kolikokrat in kdaj se oklepaš poznanega? Zakaj?

Zaupaš Gospodu, da on vodi tvoje življenje, da ti želi dobro, ker ve, kaj te čaka na vrhu stopnic?

Zaupaš Bogu, da je ljubeči Oče, ki ti vsak dan podari natanko to, kar je najboljše zate in kar najbolj potrebuješ?

Zaupaš Bogu, da ima za tvoje življenje načrt sreče in da mu nobena podrobnost tvojega življenja ni preveč podrobna?

Si pripravljen kot Marija reči "zgodí se", kljub temu da ne veš, kaj te čaka na vrhu stopnic?

Kaj se v meni prebujá?

Velikokrat smo kot ostarela starka zelo nezaupljivi do Boga. Raje se oklepamo tistega, kar poznamo, hočemo imeti vse pod kontrolo; nočemo prepustiti Bogu volana svojega življenja, ne želimo, da nas vodi. Ne zaupamo Bogu, da je vse, kar nam vsak dan podari, natanko to, kar najbolj potrebujemo – morda ne ta trenutek, ampak malo kasneje, na vrhu stopnic.

3. Včasih se nam dogajajo nerazumljive stvari in zdi se, da je vse narobe in brez smisla. Občutek imamo, da nas je Bog pozabil, da nam ne želi dobro, da nas noče uslišati. Vendar imamo le ozek, omejen pogled na naše dogajanje, Bog pa vidi celoto in ni omejen s časom in prostorom. Za vsakega izmed nas pa ima pripravljen popoln načrt sreče in prav vsak dogodek je del tega.

Zamislímo si, da smo marsovci, ki se odpravíjo na zemljo. Vsa dejanja in vse navade zemljanov se nam zdíjo neznane in nerazumljive. Znajdemo se v operacijski sobi, kjer kirurg operira pacienta. Vidímo, da en človek reže drugega, le-ta pa stoka, se zvija od bolečin in je ves krvav.

Kaj si mislimo o tem kot marsovci? Kot zemljani pa vemo, da je ta prizor le del celotnega procesa zdravljenja, ki je pacientu v korist. Ali se ti kdaj zdi, da se v odnosu z Bogom obnašaš kot marsovec? Ti je težko zaupati Bogu, ko ne razumeš njegovih načrtov? V katerih situacijah ti je to najtežje?

Se spomniš kakšne situacije, ko sprva nisi razumel, zakaj je dobra, kasneje pa si to razumel in si bil zanjo hvaležen? Se zmoreš v veri za težave in trpljenje zahvaljevati že takrat, ko jih še ne razumeš?

Kaj se v meni prebuja?

Zaupajmo Bogu, da ima veliko širši pogled na dogajanje okoli nas. Da le on pozna celotno sliko našega življenja. Pustimo se voditi ter se venomer zahvaljujmo za vse, kar nam je dano na naši življenjski poti.

Pogovor o temi

- Ali hvaležnost pogosto **prelagaš** na trenutek, ko se ti bo neka prošnja izpolnila, neka situacija uredila?
- Vsak trenutek v življenju je kombinacija polnosti in praznine, le razmerje se spreminja. Verjameš, da se lahko sam **odločiš**, kam boš usmeril svoj pogled? Da se lahko odločiš, da boš hvaležen za polnost in ne potrta zaradi praznine?
- Kako živeti hvaležnost **ne glede na okoliščine**? V dobrem in slabem? Je to sploh mogoče? Zakaj (ne)?
- Zaupaš, da je Bog neskončno dober in ljubeč? Ali pa meniš, da ti želi vzeti tisto, po čemer najbolj hrepeniš? Da ti ne privoščiti? Premisli o tem, kako vidiš Boga.
- Verjameš, da Bog vodi vsako podrobnost tvojega življenja in ima vse »pod kontrolo«?
- Kateri so osnovni »**pogoji**«, da sem lahko iskreno hvaležen? Ali je zaupanje Bogu eden izmed njih? Zakaj? Če zaupam, da me Bog neskončno ljubi, in verjamem, da ima vse pod nadzorom, lahko zaupam tudi, da je to, kar se mi zgodi čez dan, točno to,

kar potrebujem in je najboljše zame. S tem zaupanjem pa se lahko **zahvaljujem za vse**, za dobro in slabo.

- »Če je Bog za nas, kdo je zoper nas? On ni prizanesel lastnemu Sinu, temveč ga je dal za nas vse. Kako nam torej ne bo z njim tudi vsega podaril?« (Rim 8,31–33). Razmisli ob odlomku – če je Bog dal lastnega Sina, da ne bi izgubil tebe, lahko že zaradi tega verjameš, da je vse, kar ti daje, iz ljubezni in v tvoje dobro. Če ti je dal svojega sina, torej največ, kar je imel – kako lahko potem verjameš, da ti noče dati, kar ga prosiš, ker ti ne želi dobro?
- »Bog ima na vsako tvojo prošnjo le tri odgovore: da, ne še in ne, imam nekaj boljšega.« Verjameš, da to drži? Zakaj (ne)? Se spomniš v povezavi s to trditvijo kakšne situacije iz svojega življenja?
- »Sicer pa vemo, da njim, ki ljubijo Boga, vse pripomore k dobremu, namreč njim, ki so bili poklicani po njegovem načrtu« (Rim 8,28). – Premisli o tem odlomku. Ali verjameš, da lahko Bog vsako stisko, težavo, zablodo, padec in še tako nemogočo situacijo **obrne v dobro**? Kako to razumeš? Se spomniš kakega konkretnega primera iz svojega življenja?
- Meniš, da se lahko za hvaležnost kot držo odločiš enkrat za vselej ali se moraš zanjo odločati vsak dan znova? Se moraš za hvaležnost celo boriti? Kdo je tisti, ki nam ves čas skuša ukrasti hvaležnost ter veselje in mir, ki ga ta prinaša? Božji načrt za nas je veselje in mir, hudičev pa ravno nasproten, zato se je potrebno za hvaležnost vsakič znova boriti, saj je duhovni boj realnost vsakdana (animator kratko spregovori o realnosti duhovnega boja).
- Ali moram hvaležnost vedno občutiti? Je hvaležnost več kot le **čustvo**? Se lahko zahvaljujem tudi, če se ne počutim hvaležnega? Kaj je za to potrebno? Vera, zaupanje, volja?
- Hvaležnost kot **osnovni pogoj za mir, zadovoljstvo, veselje** – sem lahko resnično vesel in miren, če ves čas premišlujem o tem, česa nimam?

Zaključna dinamika

Listi – Hvaležen si lahko za ...)

(Liste pripravi pisarna.)

Na črte, kjer piše »_____, hvaležen si lahko za ...«, udeleženci napišejo svoja imena, ter podajo liste naslednjemu. Sedaj vsak za osebo na listu dokonča stavek, in list poda naprej.

Plakat situacij (za dijake)

(Vsak animator sam pripravi ta plakat.)

Na plakat animator napiše nekaj situacij, v katerih ni videl smisla, vendar je čez čas ugotovil, da so bile dobre (npr.: mama ti teži, da se moraš učiti; oče ti ne pusti, da bi si kupil motor; starši ti ne pustijo iti v sredo na žur, ker imaš v četrtek test; nisi naredil predmeta, imel si popravca, moral si se naučiti, da si ga naredil, in zdaj znaš; špricaš pouk, zato dobiš družbeno koristno delo). Nato spodbudi dijake, da še sami povejo najbolj pogoste situacije, ki se jim dogajajo in za katere takrat niso bili hvaležni, sedaj pa so.

Sklep

Vprašanja:

- Kaj se me je na vikendu dotaknilo, kaj v meni odmeva?
- Kakšno spremembo si želim v življenju?
- Kaj sem za to pripravljen narediti? Napiši dva sklepa!

Delo za doma

- Animator udeležencem predstavi dnevnik hvaležnosti in jim razdeli listke s tabelami.

DNEVNIK HVALEŽNOSTI (delovni list pripravi pisarna)

Vsak dan zvečer si v tabelo napišem dve dobri stvari, ki sta se mi zgodili čez dan, dve slabi stvari ter dve, za kateri sem hvaležen. Tako lažje ozavestimo, za kaj znamo biti hvaležni.

	+	-	Za kaj sem hvaležen
Ponedeljek			
Torek			
Sreda			
Četrtek			
Petek			
Sobota			
Nedelja			

*Ideja za po PDV: Spodbujanje prek Fb, družabnih omrežij, sms-ih – nekaj v smislu: **Si se danes že zahvalil?** (Poudarimo, da so sporočila na osebni ravni – v okviru zaprte Fb skupine.)*

Sprostitutvene igre

- Ščit in bomba: Vsak udeleženec si izbere nekoga za bombo in nekoga za ščit. Igralci se prosto gibajo po prostoru ter pri tem pazijo da je med njimi in bombo vedno ščit. Ko se konča glasba ali na žvižg animatorja vsi obstanejo na mestih. Če med igralcem in bombo ni ščita, je ta izpadel. Nadaljujemo, dokler ne dobimo zmagovalca/ev.
- Enakostranični trikotnik: Vsak udeleženec si izbere dve osebi – oglišči. Igralci se prosto gibajo po prostoru ter pri tem pazijo da skupaj z izbranimi osebama vedno tvorijo enakostranični trikotnik. Ko se konča glasba ali na žvižg animatorja vsi obstanejo na mestih. Če trikotnik ni enakostraničen, je izpadel iz igre (samo nepopolno oglišče). Nadaljujemo, dokler ne dobimo zmagovalca/ev.
- Krog imen: Vsi se postavite v krog, enemu zavežite oči. Vsi ostali se v krogu pomešajte. Ta po imenu pokliče dva v krogu. Njuna naloga je, da zamenjata svoji mesti, vendar tako, da ju igralec v sredini ne ujame. Dovolj je že dotik. Če se igralec v sredini ne dotakne nobenega, mu to, ko je zamenjava končana, povedo. Potem se vsi presedejo in igralec spet imenuje dva. To poteka tako dolgo, dokler ne ujame zamenjave zase. Če osebo ujame, mora tudi ugotoviti, koga je ujel. Igra se odvija samo znotraj kroga, nihče ga ne sme zapustiti.

Refleksija za udeležence

1. Kaj odmeva v meni po tem vikendu?
2. Kaj bi še posebej pohvalil?
3. Kaj bi naredil drugače?
4. Predlogi za naprej.

11.00 SVETA MAŠA

REFLEKSIJA ZA ANIMATORJE

- Ocena skupine,
- Ocena celotnega poteka PDV: urnik, skupne molitve, sv. maša,
- Ocena animatorskega tima: priprava, izvedba, odnosi.

