**Slika, ki vsebuje besede oblikovanje

Opis je samodejno ustvarjen s srednjo stopnjo zanesljivosti**Vrednota 4. dne: ODPUŠČANJE

Kazalo:

[A) RAZLAGA VSEBINE DNEVA](#_Toc194587989)

[B) DINAMIKA O VREDNOTI ODPUŠČANJA](#_Toc194587990)

[C) POGOVOR OB SVETOPISEMSKEM ODLOMKU DNEVA (Lk 23,33-34a.39-43)](#_Toc194587991)

[D) POGOVOR OB POSNETKU O ODPUŠČANJU](#_Toc194587992)

[E) MOLITEV](#_Toc194587993)

[F) IGRE NA TEMO ODPUŠČANJA](#_Toc194587994)

VSEBINE DNEVA

1. RAZLAGA VSEBINE DNEVA

**Vrednota:** ODPUŠČANJE  
**Simbol:** MOST  
**Svetopisemski odlomek:** Jezus na križu odpušča (Lk 23,33-34a.39-43)

Povzetek zgodbe

Kljub vojni je hotel Lojze za božične praznike obiskati svoje domače. 1. 1. 1943 prispe v Stično, kjer opravi sveto spoved in prejme sveto obhajilo. Pot nadaljuje vse do Mirne, kjer ga ustavi vojaška (partizanska) patrulja. Odvedejo ga v štab, kjer ga zaslišujejo in mučijo. Zaradi domnevnega izdajstva ga usmrtijo.

Razlaga vrednote

Čeprav ne moremo vedeti, kaj si je Lojze mislil, ko so ga zasliševali, in čeprav nimamo poročil o njegovih besedah med zasliševanjem in obsodbi na smrt, lahko zaradi njegovega življenjskega sloga upravičeno sklepamo, da je tistim, ki so ga mučili in peljali v smrt, odpustil.

Odpuščanje je za Jezusovega učenca izjemnega pomena. Jezus neštetokrat reče: »Odpuščeni so ti tvoji grehi.« Pri zadnji večerji pravi: »To je kelih moje krvi, nove in večne zaveze, ki se za vas in za vse preliva v odpuščanje grehov.« V odpuščanje naših grehov daruje svoje življenje na križu ter izreče besede odpuščanja: »Oče, odpusti jim, saj ne vedo, kaj delajo.« Na križu tudi odpusti razbojniku, ki se je pokesal.

Jezus nam naroča, naj odpuščamo vedno, ko nas nekdo prosi odpuščanja: »Peter je rekel Jezusu: ʽGospod, kolikokrat naj odpustim svojemu bratu, če greši zoper mene? Do sedemkrat?ʼ Jezus mu je dejal: ʽNe pravim ti do sedemkrat, ampak do sedemdesetkrat sedemkrat.ʼ« (Mt 18,21-22) Ena od prošenj v molitvi očenaša je: »In odpusti nam naše dolge, kakor tudi mi odpuščamo svojim dolžnikom« (Mt 6,12). Odpuščanje podarimo v ponižnosti, nikakor ne tako, da bi se čutili več in boljši od tistega, ki mu odpuščamo. Če zares odpustimo, ne očitamo več dejanja, ki smo ga odpustili.

Odpustiti nekomu, ki nas je prizadel ali odpustiti sebi, ob tem ko storim napako, je najbrž odločilen korak k okrevanju. Odpuščanje je naučeno vedenje. Lahko se ga naučimo in večkrat, kot ga ponovimo, bolje ga znamo. Odpustiti drugemu, ki me je prizadel, ne pomeni, da pozabim za prizadejano bolečino. Pomeni, da spustim potrebo po maščevanju in spremljajoče občutke jeze in zamere. Ko te občutke spustimo, nam to pomaga, da se osvobodimo bremena krivice, ki nam je prizadejana. Odpuščanje je dvojni proces, ki zajema na eni strani konkretne korake odpuščanja tistemu, ki nas je prizadel, in na drugi strani iskanje smisla v preživeti izkušnji in prepuščanje svoje stiske in trpljenja. Cilj odpuščanja ni nujno sprava, čeprav je to nedvomno dober zaključek vsakega konflikta. Sprava se zgodi, ko si dva človeka drug drugemu odpustita in ponovno zaživita odnos, kakor da se medsebojni spor ne bi zgodil. Pri odpuščanju pa gre predvsem in najprej za izboljšanje življenja in dobrega počutja prizadete osebe ter vzpostavljanje ravnovesja v njeno oz. njegovo življenje. Zato lahko odpustimo tudi, če se sprava ne zgodi in nas druga oseba ni prosila odpuščanja.

Ko nekomu storimo krivico, so prizadete vsaj tri osebe: oseba, ki ji je bila storjena krivica, saj je utrpela takšna ali drugačno škodo; oseba, ki je krivico storila, saj je škodovala tudi lastni integriteti in je delovala proti svoji vesti; navsezadnje pa tudi Bog, ki ima rad vse svoje otroke in si za vse želi, da bi živeli polno življenje v medsebojni ljubezni. Zato za ponovno vzpostavitev harmonije poleg odpuščanja osebe, ki smo jo prizadeli, potrebujemo tudi odpuščanje samemu sebi in Božje odpuščanje.

Bog nam je vedno pripravljen odpustiti v moči Jezusove daritve na križu. Božje odpuščanje kot dar prejemamo pri zakramentu svete spovedi, zato lahko ta dan posebej poudarimo sveto spoved. Včasih je težko odpustiti tudi samemu sebi, toda Bog nam odpušča, zato bodimo usmiljeni tudi do samih sebe.

Eden od petih vzgojnih namenov aktualnega slovenskega katehetskega načrta je Odpuščanje in sprava. V jubilejnem letu, ki ga obhajamo v letu 2025, smo še posebej povabljeni k medsebojnemu odpuščanju.

Razlaga svetopisemskega odlomka dneva

Ko so prišli na kraj, ki se imenuje Lobanja, so tam križali njega in oba hudodelca, enega na desnici in enega na levici. Jezus je govoril: »Oče, odpústi jim, saj ne vedo, kaj delajo.« Eden od hudodelcev, ki sta visela na križu, ga je preklinjal in mu govoril: »Ali nisi ti Mesija? Reši sebe in naju!« Drugi pa mu je odgovoril in ga grajal: »Ali se ti ne bojiš Boga, ko si v isti obsodbi? In midva po pravici, kajti prejemava primerno povračilo za to, kar sva storila; ta pa ni storil nič hudega.« In govoril je: »Jezus, spomni se me, ko prideš v svoje kraljestvo!« In on mu je rekel: »Resnično, povem ti: Danes boš z menoj v raju.« *(Lk 23,33-34a.39-43)*

Ko se ti zgodi krivica in si v neki situaciji nedolžen, po navadi zelo težko odpustiš tistemu, ki ti je povzročil krivico. Še težje pa je narediti potezo, ki jo je naredil Jezus – še preden ga je kdorkoli prosil odpuščanja, jim je odpustil (popolnoma, iz srca). Zato je ravno križ postal simbol odpuščanja.

Jezusove besede na križu nam dajejo moč, da tudi sami odpuščamo drugim. Čeprav nas lahko prizadene misel, da je nekdo zavestno škodoval, Jezus uči, da so ljudje pogosto vodeni z nevednostjo, slabostjo, pohlepom ali sovraštvom. Ko ponavljamo Jezusove besede odpuščanja, lahko postopoma presežemo svojo bolečino, najdemo notranji mir in pogledamo na druge z novimi očmi. Odpuščanje nas osvobaja negativne energije in nam prinaša ozdravljenje.

Pomembno je, da ko naredimo napako, krivico, storimo tako kot desni razbojnik. Zavedal se je svoje grešnosti, a je vseeno zbral pogum in prosil odpuščanja. Krivda pogosto povzroči občutek ločenosti in samo izolacije, ki je ne moremo razrešiti sami. Le pogled na križ, kjer Jezus ponuja odpuščanje, lahko prodre do srca in nam omogoči, da resnično verjamemo v Božje usmiljenje. Ko gledamo Križanega, ki odpušča svojim morilcem, lahko verjamemo, da nam je vse odpuščeno in da v nas ni ničesar, česar Bog ne bi mogel odpustiti. Na nas je, da krivdo priznamo in prosimo odpuščanja. Jezus nas čaka z odprtimi rokami.

Razlaga simbola

Most je tisto, kar združuje, povezuje, kar je oddaljeno. Povezuje dva bregova reke, dve osebi, dva naroda, dve mesti … Graditi most pomeni vzpostaviti povezavo, ustvarjati vezi, utreti pot, po kateri lahko hodimo. Ko odpuščamo, gradimo most v odnosu do druge osebe in ohranjamo ali ponovno vzpostavljamo povezavo z osebo, ki nas je prizadela. V simbolni govorici je nasprotje gradnji mostu to, da ostanemo vsak na svojem bregu in trmasto vztrajamo pri »svojem prav«. Pri sveti maši je pred prejemom svetega obhajila pozdrav miru, pri katerem si podamo oz. sklenemo roke. Sklenjeni roki med dvema človekoma izgledata kot nekakšen most med njima.

1. POGOVOR OB SVETOPISEMSKEM ODLOMKU DNEVA   
   (Lk 23,33-34a.39-43)

**Preberemo svetopisemski odlomek dneva** (Lk 23,33-34a.39-43).

*Svetopisemski odlomek dneva in kratko razlago v pomoč najdemo v poglavju [A) Razlaga vsebine dneva]. Nato se o odlomku pogovorimo, lahko s pomočjo spodnjih vprašanj.*

Vprašanja za pogovor

* Kaj se zgodi v tem odlomku? *(Jezusa križajo skupaj z dvema razbojnikoma, Jezus odpusti svojim mučiteljem, eden od hudodelcev Jezusa preklinja, drugi ga prosi za milost, Jezus drugemu hudodelcu obljubi nebesa.)*
* V tem odlomku smo priče dvema primeroma odpuščanja - katerima in kako se razlikujeta? *(Jezus odpusti svojim mučiteljem oz. prosi Boga, naj jim odpusti; Jezus odpusti hudodelcu njegove grehe - ga sprejme v nebesa; razlika je v tem, da v prvem primeru Jezus odpusti nekomu, ki ga ni prosil za odpuščanje, v drugem pa odpusti grehe nekomu, ki se jih je pokesal.)*
* Kateri primer nam je lahko za zgled in ga lahko primerjamo z Grozdetovo zgodbo? *(Prvi.)*
* V naših življenjih upajoče nimamo takih “ekstremnih” izkušenj, da bi morali odpustiti kaj tako težkega, kot sta Jezus in Lojze Grozde. Ali lahko vseeno najdemo primere, ko bi se lahko zgledovali po Jezusovem odpuščanju?
* Kaj nam sporoča drugi primer? *(Med drugim to, da nam je Jezus vedno pripravljen odpustiti, le prositi ga moramo za to.)*

1. DINAMIKA OB POSNETKU O ODPUŠČANJU

**Pripomočki:** projektor in računalnik, plakat ali tabla za miselni vzorec, pisala (dve barvi)

Kot iztočnico za pogovor o odpuščanju predlagamo posnetek na YouTube kanalu Ascension Present »[Forgiveness](https://www.youtube.com/watch?v=ZoyoFEmk3Vk)«, kjer oče Mike Schmitz na kratko predstavi bistvo odpuščanja. Posnetek traja približno 5 minut in je v angleščini, a lahko vklopimo slovenske podnapise, ki so prevedeni iz angleških.

Najprej si ogledamo posnetek. Nato poskušamo skupaj (če je skupina velika, lahko v več manjših skupinah) oblikovati miselni vzorec o odpuščanju, na katerega izpišemo poudarke, ki jih v videu izpostavi Mike Schmitz. Posnetek si lahko tudi večkrat ogledamo in ga vmes ustavimo. Na koncu vzamemo pisalo druge barve in dodamo svoje misli o odpuščanju, ki v posnetku morda niso bili omenjeni.

Nekateri poudarki iz videoposnetka:

* V Očenašu molimo, naj nam Bog odpusti le toliko, kolikor mi odpustimo drugim.
* Odpuščanje ne pomeni, da nismo več prizadeti.
* Odpustiti ne pomeni, da moramo ponovno vzpostaviti odnos, ki smo ga imeli prej z osebo, ki nas je prizadela.
* Odpustiti ne pomeni, da moramo ponovno zaupati osebi, ki nas je prizadela.
* Odpuščanje je povezano s pravičnostjo:
  + premisliti moramo, kaj nam oseba, ki nas je prizadela dolguje oziroma, kaj nam je odvzela/povzročila,
  + po tem se odločimo - z Božjo pomočjo - da tega ne bomo zahtevali od te osebe - odpustimo dolg te osebe do nas.
* Za odpuščanje potrebujemo Božjo pomoč, povabimo Svetega Duha, naj nam pomaga.

1. DINAMIKA O VREDNOTI ODPUŠČANJA

Zavezan vozel

**Pripomočki:** vrvica (za vsakega udeleženca vsaj 30 cm), mobitel za predvajanje mirne glasbe

*Udeležencem razdelimo vrvico ali trak, vsakemu vsaj 30 cm. Udeležencem beremo ali s svojimi besedami povemo spodnja navodila.*

Danes se bomo malce potopili v naše življenje. Ko slišiš besede: »To me je prizadelo« - ali se spomniš sebe v kakšni takšni situaciji? Skušaj si te besede predstavljati v svojem življenju. Ob vsakem spominu na bolečo situacijo naredi vozel na vrvici.

*Udeležencem predvajamo mirno glasbo in pustimo vsaj 2 minuti za osebno delo.*

Kdo si bili ljudje, ki so ti “pomagali” narediti vse te vozle? Kdo so to? Kakšen odnos imaš z njimi?

*Udeležence usmerimo, da v roki držijo ta svoj vozel.*

*Preberemo svetopisemski odlomek dneva (Lk 23,33-34a.39-43) (glej poglavje A).*

*Po nekaj trenutkih tišine še enkrat ponovimo besede:* »Oče, odpusti jim, saj ne vedo, kaj delajo.«

*Ponovno pustimo trenutek tišine, nato nadaljujemo:*

Ko je vrvica polna vozlov, je to težko razvozlati in traja dolgo. Ta vrvica lahko simbolizira tudi naše srce. Vabim vas, da zaprete oči.

*Pustimo še nekaj trenutkov tišine za razmislek, nato začnemo pogovor:*

* Kaj potrebujemo, da lahko odvozlamo vozle? *(Moč, spretnost rok. Ne potrebujemo nujno drugega za pomoč.)* Tako je tudi pri našem odpuščanju. Na nas je, da odpustimo, četudi nas drugi morda ne prosijo za odpuščanje.
* Kdaj nam je težko odpustiti? Kaj lahko zato naredimo?
* Kaj pa vrvice mojih bližnjih? Kaj lahko naredimo zanje?

**Odvozlavanje vozlov**

*(Opomba: Nadaljevanje dinamike - odvozlavanje vozlov - lahko izvedemo takoj po tem pogovoru, lahko pa si udeleženci vozle shranijo ali celo privežejo nase ter jih razvežejo šele ob molitvi (glej poglavje [E) MOLITEV OB VREDNOTI ODPUŠČANJA]). V vsakem primeru priporočamo, da udeleženci vozle razvežejo v okviru molitve).*

Sedaj je čas, da postopoma skušamo odvozlati - vsak vozel posebej. Ob vsakem vozlu se spomni ljudi, o katerih si razmišljal prej. Preden odvežeš vozel, poskusi tej osebi odpustiti. Če ti je ob kateri še posebej težko, ponovi besede: »Oče, odpusti mu/ji.« Če zmoreš, lahko rečeš tudi: »Jezus, odpuščam mu/ji,« ali le prosiš za pomoč: »Bog, pomagaj mi odpustiti.«

*Na koncu povzamemo z vprašanjem zaključno mislijo, ki jo lahko tudi nadgradimo ali zmolimo v ta namen, da bi zmogli odpuščati.*

* Kakšna je vrvica sedaj? *Lahko ima sledi vozlov; a je kljub temu uporabna.*

Kljub temu se večino vozlov da odvezati, z odpuščanjem pa gre včasih težje. V ta namen je prav, da prosimo za milost odpuščanja - da bi zmogli odpustiti.

1. MOLITEV OB VREDNOTI ODPUŠČANJA

*Če imamo možnost, se odpravimo v kapelo ali pa pripravimo prostor tako, da prižgemo nekaj sveč in v sredino postavimo križ. Vsi smo obrnjeni proti sveči in križu. Če poznate taizejske napeve, jih lahko zapojete sami, v nasprotnem primeru pa lahko uporabite priložene posnetke.*

**Znamenje križa**

*Preberemo ali – še bolje – povemo s svojimi besedami:*

Kot animatorji smo poklicani biti pričevalci odpuščanja – v majhnih stvareh, v nesporazumih, v vsakodnevnih preizkušnjah. V tej molitvi prosimo, da bi bilo naše srce odprto za Božjo ljubezen, in bi znali najprej sami sprejeti Njegovo odpuščanje ter ga nato velikodušno deliti z drugimi.

**Pesem:** [Bog je ljubezen](https://youtu.be/glHehYSheBY?si=xJPxACtzqGqv8i5p)

*Preberemo odlomek iz Svetega pisma – Mt 18,22:*

Tedaj je pristopil Peter in mu rekel: »Gospod, kolikokrat naj odpustim svojemu bratu, če greši zoper mene? Do sedemkrat?« Jezus mu je dejal: »Ne pravim ti do sedemkrat, ampak do sedemdesetkrat sedemkrat.«

*Opomba: Če ste izvajali dinamiko D) in še niste odvezali vozlov, lahko preberete spodnje vrstice in to storite sedaj. V nasprotnem primeru preberete samo svetopisemski citat in pustite nekaj trenutkov tišine za osebno molitev. Nato nadaljujete s pesmijo.*

Sedaj je čas, da postopoma skušamo odvozlati - vsak vozel posebej. Ob vsakem vozlu se spomni ljudi, o katerih si razmišljal prej. Preden odvežeš vozel, poskusi tej osebi odpustiti. Če ti je ob kateri še posebej težko, ponovi besede: »Oče, odpusti mu/ji.« Če zmoreš, lahko rečeš tudi: »Jezus, odpuščam mu/ji,« ali le prosiš za pomoč: »Bog, pomagaj mi odpustiti.«

**Pesem:** [V tebi je izvir življenja](https://youtu.be/5NfPrxBuTcY?si=1SMVEa0QhRv7BIer)

*Preberemo odlomek iz Svetega pisma – Efežanom 4,32:*

Bodite drug do drugega dobrosrčni in usmiljeni ter si med seboj odpuščajte, kakor vam je Bog odpustil v Kristusu.

**Pesem:** [Jesus, remember me](https://youtu.be/RGB2E0NzO2A?si=tc-ItnaZIlnfeZka), [Wait for the lord](https://youtu.be/s7GexIvX8HU?si=d4D93Fli0ACTOLtt)

*Zaključimo z molitvijo:*

Dobri Bog, pred Tebe smo prišli, vsak s svojimi vozli, križi in ranami.

Hvaležni smo ti, da si bil danes z nami,  
da si odprl naša srca in nas učil odpuščanja.

Včasih je težko odpustiti,  
včasih rane ostanejo globoko v nas.  
A ti si usmiljen in nas vedno sprejemaš nazaj.  
Daj nam pogum, da bomo znali odpuščati,  
kot si tudi ti odpustil nam.

Naj tvoje usmiljenje preobrazi naša srca,  
da bomo prinašalci miru in ljubezni povsod, kamor gremo.  
Zaupamo ti vse naše bolečine, vse naše vozle,  
in jih polagamo v tvoje roke.

Naj tvoja luč vedno sveti v temi,  
naj tvoja ljubezen vodi naše korake.

Amen.

**Pesem:** [V Gospodu je moja moč](https://youtu.be/hlz9NDPxL-0?si=yxE02-Tn3RDECFe9)

**Znamenje križa**

1. IGRE NA TEMO ODPUŠČANJA

Baloni odpuščanja

**Pripomočki:** (alkoholni) flumastri in baloni iste barve

Vsak animator napiše na balon nekaj, kar bi rad odpustil (lahko sebi ali drugim). Vsi se postavijo v krog in balone vržejo v zrak. Kot skupina je vaša naloga, da balone ohranite v zraku določeno količino časa, npr. 5 minut. Po tem času je vaša naloga, da vsak najde svoj balon. Ko ima animator svoj balon, ga lahko simbolično izpusti, da "izpusti" negativne občutke. Pri tem naj bo izziv, da nikomur ne poči balon. Dodaten izziv za celo skupino je lahko, da balon ob izpustu proizvede pisk, zmaga tisti animator, čigar balon proizvede najdaljši pisk.

Težek nahrbtnik

**Pripomočki:** nahrbtniki (toliko kot je skupin), večji kamni (toliko, kolikor je animatorjev)

Udeležence razdelimo v ekipe in postavimo poligon z ovirami. Na začetku vsaka ekipa dobi nahrbtnik (simbol vsega, kar jih teži oz. za kar iščejo odpuščanje), ki je napolnjen s kamenjem (večji, težki kamni; za vsakega animatorja po en, vendar poskrbimo, da bo število kamnov enako med skupinami ne glede na število animatorjev). Vsak član ekipe more premagati poligon. Ko se vrne v bazo, lahko naslednji iz nahrbtnika vzame en kamen. Kamen se lahko odstrani iz nahrbtnika le v primeru, da je animator na drugi strani poligona s pinkponk žogico zadel lonček. Zmaga ekipa, ki ji prvi uspe izprazniti nahrbtnik.

Zgradimo most

**Pripomočki:** lego kocke

Po prostoru predhodno poskrijemo legokocke ali druge predmete, iz katerih bodo udeleženci lahko gradili most. Animatorji imajo nato nekaj minut časa, da kocke tudi najdejo. Nato iz teh kock sestavijo most (oratorijski simbol odpuščanja, razlago najdemo v poglavju [A]). Udeležencem razložimo simbol mostu v povezavi z odpuščanjem.

Zaklad odpuščanja

**Pripomočki:** predmeti, ki so simbolno povezani z odpuščanjem

Po prostoru predhodno poskrijemo predmete, ki so povezani z odpuščanjem. Predlogi za predmete: ovčke, golob, križ, oljka, (blagoslovljena) voda, pasijonski prizori (predvsem 12. postaja), ogledalo. Vsi predmeti služijo kot namig, za katero vrednoto gre. Ko udeleženci najdejo vse predmete, ugibajo, s katero vrednoto so povezani, nato razložimo vrednoto ali začnemo širši pogovor o njej.

Pot odpuščanja

**Pripomočki:** plastenke po 1,5 l, vrvice, krede/pleskarski lepilni trak, alkoholni flomastri

Na vsaki strani igralnega prostora zarišemo črto. Vsi animatorji se zberejo za eno od črt, za drugo črto pa nastavimo plastenke, ki smo jih napolnili z vodo. Po dva animatorja si skupaj zavežeta nogi in tečeta do plastenk. Nato si lahko razvežeta nogi in s flomastrom napišeta na plastenko, kaj ju teži, kar še nista odpustila. Vsak piše na svojo plastenko (v primeru, da jih imamo dovolj, drugače oba na isto). Nato se skupaj postavita v položaj samokolnice in na začetno pozicijo preneseta plastenko, tako da je plastenka na hrbtu tistega, ki je “samokolnica”. Ko dosežeta začetno pozicijo, odložita plastenko, ter stečeta še po drugo plastenko ter še to preneseta na začetno pozicijo, s tem da zamenjata vlogi pri samokolnici.