

Pripravljajo: s. Andreja Čakš, Boštjan Jamnik, Fani Pečar, Mojca Štruc
Junij 2016

JETNIKE REŠEVATI, ŽALJIVCEM IZ SRCA ODPUSTITI (junij 2016)



Ambientacija: v sredini prostora so v krogu polmera približno en meter postavljeni tulci (ki ostanejo po uporabi papirnatih brisač), na katerih so zapisane različne oblike človeške ujetosti (na vsakem ena): *zasvojenost z delom, odvisnost od odnosov, odvisnost od iger na srečo, jeza, sanjarjenje, odvisnost od drog, nečimrnost, odvisnost od nakupovanja, seksualna zasvojenost, internet in mediji, zasvojenost s hrano, šport, telefon, nevoščljivost, laž, duhovnost ...* Stoli za udeležence so postavljeni v širši krog.

Pripomočki: vse potrebno za ambientacijo, plastični zamašek za vsakega, predvajalnik glasbe in glasba, Sveto pismo, kartonasta silhueta Jezusa, tri kartonasta vrata v podobi rešetk (na prvih piše telesna stiska, na drugih psihična stiska, na tretjih duhovna stiska), rdeč A4 papir in škarje ter pisalo za vsakogar, čajna svečka za vsakogar, vžigalnik ter eno izrezano srce iz rdečega papirja, predlagan posnetek iz youtubea in vse potrebno za predvajanje.

Primerne pesmi: Mladost več kot norost; Bog je ljubezen; Jezus, Ti si me spremenil; Jezus Kristus je naš Rešenik; Nad vsem; Spremenil srca je; Vsi, ki ste žejni; Luč; Kakor sem jaz ljubil vas.

Mesec junij je namenjen razmišljanju o telesnem delu usmiljenja JETNIKE REŠEVATI in duhovnem delu usmiljenja ŽALJIVCEM IZ SRCA ODPUSTITI. Gradivo lahko prilagodite tako, da bo boljše nagovorilo vašo skupino.

Potek:

Vstopna točka

Ob zbiranju je primerno, da z mladimi zapojemo kakšno pesem.

Ko so vsi zbrani, jim razdelimo plastične zamaške (vsakemu enega) in jih nagovorimo: Za večino se šolsko leto bliža zaključku – kooooočno, ker v glavnem komaj čakate, da odložite skrbi okrog testov in ocen, ki jih testi prinašajo. Torej: ravno pravi čas, da si skupaj rečemo »le v šolo nikar«. Naučimo se bans »Le v šolo nikar«, pri čemer namesto mize uporabljamo del noge tik nad kolenom. Ko obvladamo, se seveda igramo na izpadanje 😊 Poberemo zamaške, zmagovalcu čestitamo in ga izzovemo: Če si zmagal/a v temle uvodnem bansu, si najbrž pravi naslov, da prav ti odgovoriš, v čem je šola »kriva«, da tako radi prepevamo, da nas tja ne vleče? Kaj se torej tebi zdi, da ti šola jemlje? Voditelj naj bo na tem mestu dobro pripravljen voditi pogovor, ga tudi razviti s celotno skupino. Njegov namen je, da bi znali mladi sami izraziti, ali se in zakaj se v šoli počutijo ujete. Ko mu uspe, voditelj nadaljuje: Šolske obveznosti so resda naporne, toda če pomislim, zelo dobro vem, da se učim zato, da nekaj znam. Namen šole gotovo ni jemanje svobode, temveč napredek v znanju. Četudi se*

torej počutim ujetega pod kupom gradiva, ki se običajno nabere ob koncu delovnega leta, si lahko samo iskreno priznam, da sem še najbolj ujet v svoji neorganizaciji, morda celo lenobi, ki mi tekom leta ni dopustila sprotnega učenja. Vsi smo ujetniki. Vsi smo grešniki, ja. To je nekaj povsem vsakdanjega - zdi se celo, da je načinov ujetosti vsak dan več. Strokovnjaki komaj sprotno definirajo nove in nove oblike odvisnosti, psihologi nove in nove stiske. Nekaj najbolj pogostih je predstavljenih v temle imitiranem zaporu v naši sredini (*voditelj nakaže na tulce*). Pa vas povabim, da se v naslednjih treh minutah v tišini sprehodite okrog in na posameznih »rešetkah« preberete zapisano ter pri sebi skušate odgovoriti le na vprašanje, ali je to res nekaj, kar lahko človeka zaslužni, ujame.

Primerno je, da med dejavnostjo predvajamo mirno glasbo, na primer:

<https://www.youtube.com/watch?v=CcsUYu0PVxY&list=PLptiw7mXv9ZuwfBlouT2LML9Sqz5inb1>

Ko čas poteče, voditelj mlade povabi, da vsak vzame enega od tulcev – lahko tistega, o katerem je najbolj razmišljal, če je tistega vzel kdo drug, pa kakšnega od preostalih. Sedejo na svoja mesta. Če so se člani skupine navajeni odprto pogovarjati, lahko voditelj posameznike takoj izzove, da predstavijo obliko zaslužnosti, ki so jo izbrali ter skušajo odgovoriti (po možnosti z razvojem pogovora) na naslednja vprašanja:

- Ali se vam zdi, da lahko na tulcu opisano stanje konkretno zasvoji, zaslužni človeka?
- Koliko se vam zdi, da je v današnji družbi razširjena tovrstna ujetost ljudi?
- Se vam zdi, da se družba ukvarja s to težavo; jo sploh prepozna kot težavo?
- Ste se sami že srečali s to ujetostjo?
- V čem se najbolj kaže? Kako ljudje, ki so ujeti v na tulcu opisano stanje, živijo, kaj v življenju zaradi te ujetosti izgubljajo, zamujajo?
- Kaj so po vašem mnenju koraki za rešitev tovrstne ujetosti? Kako bi prepoznali prijatelja, ki se je izgubil v tem in kako bi mu pomagali?

Če se skupina težje takoj samostojno odpira za pogovor, bo bolje, če vprašanja razdelimo po trojicah in jim odmerimo 6 minut časa za razmišljanje ter nato povabimo predstavnika, da odgovore podeli z vsemi in skušamo pogovor razviti na tej točki.

/Preostale tulce odstranimo iz sredine prostora/

**Besedilo bansa: Le v šolo nikar, ti buci-buci-buc, primi, drži, da ne boš tepen. (Posnetek bansa je na voljo na DVD-ju »Bansi«, ki je bil izdan leta 2000 pri založbi Salve).*

Oznanilo

Ko je imel vsak možnost spregovoriti, voditelj nadaljuje: Nevarnosti, da se ujamemo v neka stanja, iz katerih ne moremo izstopiti sami, je veliko na vsakem koraku življenja. Lahko smo uradno popolnoma svobodni, pa smo vendar ujeti mnogo bolj od tistih, ki so fizično zaprti v zaporih. Lahko smo zaporniki v svojem srcu. Vemo, kaj dela zapor: jemlje nam svobodo. In prav nekaj takšnega dela s človekom vsaka od ujetosti, o katerih smo govorili. To je naš notranji zapor. Pa vendar Cerkev uči, da delo usmiljenja »jetnike reševati« spada med telesna in ne med duhovna dela usmiljenja – ali torej Jezus sploh ne govori o tovrstnih ujetostih in nam naroča, naj se odpravimo v zaporniške celice in z žagami in drugimi pripomočki rešujemo izza rešetak tiste, ki so ravnali kriminalno? Seveda ne. »Jetnike reševati« je telesno delo usmiljenja zato, ker sem lahko zaslužjen telesno (odvisnost od drog, od hrane, alkohola ...), in ker se – tudi, če sem zaslužjen duhovno – to odraža na mojem telesu. Gotovo ste že slišali za rek »oči so ogledalo duše«; ja, moje notranje ujetosti (moja ujetost v jezo, moja ujetost v gospodovalnost, moja ujetost v ... kar koli, iz česar ne znam) se kažejo kot rešetke na mojem obrazu. Seveda ne v obliki narisanih črt, se pa npr. človeku, ki je ves čas jezen, že na daleč vidi njegov

nejevoljen izraz na obrazu. Sam s sabo takšen nihče ni zadovoljen, ni srečen.

Te naše ujetosti veselijo le tistega, ki nam jih nastavlja. Nastavlja pa nam jih nato, da bi ne mogli izpolnjevati največje Jezusove zapovedi, in ta je »da se ljubite med seboj!« (Jn 13, 34) Ko smo ujetniki v svoji notranjosti, je kot bi bili zaprti v zaporniško samico; veliko se ukvarjamo sami s samo, pa vendar ne zmoremo iz tistega majhnega, poznanega okvirja ravnanja. In če smo v samici, ne moremo imeti radi drugega in torej tudi ne moremo izpolnjevati Jezusovega naročila. Jasno je, komu je to v interesu. Kako ne bi skušal nas, če je skušal Njega samega.

Voditelj na tla v sredino položi silhueto Jezusa, odpre Sveto pismo in doživeto bere:

Iz evangelija po Mateju (Mt 4,1-11):

Tedaj je Duh odvedel Jezusa v puščavo, da bi ga hudič skušal. Ko se je postil štirideset dni in štirideset noči, je postal naposled lačen. In pristopil je skušnjavec in mu rekel: »Če si Božji Sin, reci, naj ti kamni postanejo kruh.« On pa je odgovoril: »Pisano je: Človek naj ne živi samo od kruha, ampak od vsake besede, ki prihaja iz Božjih ust.« Tedaj ga je hudič vzel s seboj v sveto mesto in ga postavil vrh templja ter mu rekel: »Če si Božji Sin, se vrzi dol, kajti pisano je: Svojim angelom bo zate zapovedoval in: Na rokah te bodo nosili, da z nogo ne zadeneš ob kamen.« Jezus mu je odgovoril: »Pisano je tudi: Ne preizkušaj Gospoda, svojega Boga!« Spet ga je hudič vzel s seboj na zelo visoko goro. Pokazal mu je vsa kraljestva sveta in njihovo slavo ter mu rekel: »Vse to ti bom dal, če padeš predme in me moliš.« Jezus mu je tedaj dejal: »Poberi se, satan, kajti pisano je: Gospoda, svojega Boga, mōli in njemu samemu služi!« Tedaj ga je hudič pustil, in glej, angeli so pristopili in mu stregli.

Voditelj nagovori: Tudi Jezusa, ki je sam Bog in je nedvomno močnejši, hudič ni pustil pri miru. Tudi Njega je skušal ujeti v pasti človečnosti.

Na Jezusovo silhueto voditelj položi prva kartonasta vrata z motivom rešetk in napisom »telesna stiska«. Prva past: telesna stiska. Jezus je bil v puščavi in dolgo ni jedel, bil je lačen. Tudi naše telo se hitro znajde v telesni stiski, lahko je lačno, lahko je preobremenjeno od nočnega učenja, lahko je pod pritiski družbe o idealni postavi ... Skratka, z našim telesom nekaj ni kot bi moralo biti. Hudič ima takoj na razpolago recept, takoj najde rešitev. V Jezusovem primeru »reci, naj ti kamni postanejo kruh« (Mt 4, 3), utrujenemu študentu morda »vzemi nekaj, da boš lažje buden«, deklici, ki si želi vitke postave pa npr. »hitro pojej in nato izbruhaj«. Seveda bi to lahko bila rešitev za tisti trenutek, toda hudič ne razkriva stranskih učinkov. Bog jih pozna in zato Jezus odgovarja »človek naj ne živi samo od kruha« (Mt 4,4). Jezus se ne pusti ujeti. *Voditelj umakne prva kartonasta vrata (položi jih ob silhueto Jezusa, simbolno nakazujemo, da jih je Jezus potisnil proč od sebe).*

Morda se tudi vi ne pustite ujeti na te očitne in v družbi v glavnem prepoznane (ali celo prepovedane) odvisnosti. Toda, če ne gre tu, bo hudič poskusil drugje. *Voditelj na silhueto Jezusa položi druga katonasta vrata, tokrat z napisom »psihična stiska«.* »Če si Božji Sin, se vrzi dol« (Mt 4, 6) pravi Jezusu. Tudi vsakega od nas redno preizkuša pri vprašanju lastne identitete: »če si res dober, ustreži vsem, delaj namesto drugih«. Jezus odgovarja »ne preizkušaj Gospoda, svojega Boga« (Mt 4, 7). Tu vidimo popolno zaupanje v Boga. Kdor ga ima, mu noben negativen psihični občutek (osamljenost, stres ipd.) ne more do živega – ker vem, kdo sem jaz za Boga (Njegov ljubljani otrok!) in tega ne rabim dokazovati nikomur. *Voditelj umakne druga kartonasta vrata.*

Pa tudi, če sem tako prepričan, hudič še ne odneha. Če ni uspel z običajnimi razvadami, če ni uspel s potvarjanjem verske resnice, bo poskusil s čistimi lažmi in praznimi obljubami. *Voditelj na silhueto Jezusa položi tretja vrata z napisom »duhovna stiska«.* Seveda bo vse zavil v celofan, da bo videti kar se da resnično. Jezusa je peljal na visoko goro in mu pokazal kraljestva. »Vse to ti bom dal, če padeš

predme in me moliš.« (Mt 4,9) Tudi k nam pripelje povsem otipljive ljudi – pričevalce, ki obljublajo srečo ali ozdravljenje, če le nekoliko spremenimo svoje molitve. Vse to bomo imeli. Življenje bo bolj pestro, če namesto praznika vseh svetih proslavljamo noč čarovnic, bolj navdušujoče, če namesto Jezusovega rojstva pričakujemo prihod božička, bolj razgibano, če namesto strašne zgodbe o smrti in vstajenju na travnik pošljemo zajčka, ki barva jajčka, ob tem pa še vedno uživamo ob mastnih kosih šunke. /.../ Jezus pravi: »Poberi se, satan!« (Mt 4, 10) *Voditelj umakne še tretja kartonasta vrata.* Kaj pa mi? Se mu pustimo ujeti? Na to lahko odgovori le vsak sam. Dobili boste delovne liste, za katere vas prosim, da jih rešujete odkrito (ostanejo samo vam), v tišini, brez da bi skušali kogar koli motiti. *Voditelj razdeli delovni list iz priloge A, pripravi ustrezno glasbo za osebno razmišljanje (npr. <https://www.youtube.com/watch?v=wGMhOTli1wc>) in mladim odmeri 10 minut časa.*

Ko se čas izteka, voditelj iz sredine umakne Jezusovo silhueto in kartonasta vrata ter tja položi iz rdečega papirja izrezano srce, nanj pa čajno svečko. Ko čas poteče, mlade povabi, da delovne liste zložijo in jih obdržijo pri sebi. Nagovori jih: Premišljevali ste ob »zaporniškem listu«. Zato da bi znali prepoznati tudi svoje ujetosti. Veste, da mora vsak odvisnik za uspešno zdravljenje najprej narediti prav ta korak: priznati svojo težavo. Tudi če ne gre za odvisnost od alkohola ali mamil, temveč npr. za ujetost v jezo, moram najprej priznati, kje imam težavo, da bi jo mogel premagati. To je zares pomembno.

Ker je za kristjane Bog naš Prijatelj in spremljevalec v življenju tako v lahkih kot v težkih trenutkih, je jasno, da želi biti z nami tudi, ko premagujemo težave. Neprecenljiv dar je zakrament svete pokore. V njem vse svoje ujetosti izročamo Bogu čisto konkretno. Ko pred Bogom priznam, kaj je moja težava, mi jo bo ob moji pripravljenosti in trudu On sam pomagal premagati! Sveta spoved je dotik Boga ranjenemu srcu, ki morda ne vidi izhoda. Dobra sveta spoved ta izhod pokaže in ga pomaga doseči.

Ob pripravi in razmišljanju o svojih ujetostih, pa je zares pomembno opozoriti še, da ni dovolj gledati samo nase. Hudi duh nas namreč skuša ujeti tudi prek drugih. Ko nekdo svoje ujetosti v jezo, agresijo ali razočaranje sprošča nad nami, nas to prizadane. Tudi bolečine, ki nam jih povzročajo drugi, nosimo s seboj. Ko ne zmoremo odpustiti, ostajamo ujeti v bolečino svojega srca. Zato Jezus ne pravi samo »To vam naročam, da se ljubite med seboj« (Jn 15, 17), ampak tudi »ljubite svoje sovražnike« (Lk 6, 27). Cerkev nas uči, da je eno od duhovnih del usmiljenja »žaljivcem iz srca odpustiti«. Ne gre torej zato, da drezate v tiste, ki so vas prizadeli, da bi morali do njih in jim (do)povedati, da jim odpuščate – gre za odpuščanje iz srca. Iz vašega srca! Ker samo, ko odpustim, odvržem rešetke na svojem srcu, ki me držijo v bolečini ali celo zameri, sovraštvu. Ko odpustim, najprej osvobodim sebe. Šele tako svoboden imam možnost uresničevati Jezusovo zapoved in ljubiti kot je ljubil On.

Primerno je, da zapojemo pesem (npr. Kakor sem jaz ljubil vas, Spremenil srca je ...)

Dejavnost

Voditelj vsakemu od mladih razdeli po en rdeč list, pripravi tudi škarje in pisala. Povabi jih, da iz lista vsak izreže srce. Ko končajo, nadaljuje: čeprav ste še mladi, je gotovo vsak že imel izkušnjo človeka, ki ga je žalil in s tem prizadel. Pomislite na tega človeka (če jih je več, izberete enega), pomislite na besede ali dejanja, ki so vas ranila. Zdaj z drobnimi črkami zapišite ime tega človeka na izrezano srce. /.../ Jezus te vabi, da mu odpustiš. Da greš preko tega, da greš naprej. Da podreš rešetke užaljenosti in bolečine. Zaslužiš si to, ustvarjen si bil namreč za srečo. Odpusti temu človeku iz srca. Odpusti tako, da njegovo ravnanje zate ne bo več pomembno, da te ne bo več bolelo. Pusti to ravnanje v

preteklosti. Odpusti. /.../ Če si pripravljen, v sredino srca z večjimi črkami zapiši ODPUŠČAM TI, nato vzemi čajno svečko. Izrezano srce položi na tla (v sredino prostora), čajno svečko pa prek zapisanega imena osebe. Nato se vrni na svoje mesto.

Če kdo od mladih ne zmore, ga ne silimo.

Ljudje padamo. In tako kot nas hudič vedno znova skuša ujeti, smo mi vedno znova povabljeni, da te ujetosti premagujemo in se mu po zgledu in s pomočjo Jezusa Kristusa ne pustimo. Kam lahko pademo, če se tega ne zavedamo, zna dobro pojasniti slovenski zaporniški duhovnik Robert Friškovec. Prisluhnilo bomo delu pogovora z njim.

Ogledamo si posnetek <https://www.youtube.com/watch?v=XqLTeD3yF30>, in sicer od 16.00-20:15 & 21:55-23:00 minute.

Da bi zmogli preseči zaporniški način razmišljanja, bomo prosili Gospoda. *Voditelj mlade povabi, da prižgejo svečke.*

Znamenje križa.

Odlomek iz Svetega pisma (bere voditelj ali kdo od mladih):

Ali mar ne veste, da smo bili vsi, ki smo bili krščeni v Kristusa Jezusa, krščeni v njegovo smrt? S krstom smo bili torej skupaj z njim pokopani v smrt, da bi prav tako, kakor je Kristus v moči Očetovega veličastva vstal od mrtvih, tudi mi stopili na pot novosti življenja. Če smo namreč z njim zraščeni v podobnosti njegove smrti, bomo tudi v podobnosti njegovega vstajenja. Vemo, da je bil naš stari človek križan z njim vred, da bi bilo telo greha uničeno in da bi mi več ne hlapčevali grehu. Kajti kdor je umrl, je opravičen greha. Če pa smo s Kristusom umrli, verujemo, da bomo z njim tudi živeli, saj vemo, da Kristus, potem ko je bil obujen od mrtvih, več ne umre; smrt nad njim nima več oblasti. Kajti kar je umrlo, je umrlo zaradi greha enkrat za vselej, kar pa živi, živi Bogu. Tako tudi vi: mislite, da ste mrtvi za greh, a da živite za Boga, v Kristusu Jezusu. (*Rim 6, 3-11*)

Gospod, Ti nas rešuješ vsake ječe. Pomagaj nam, da bomo znali prepoznati tvojo Luč, ki nam sveti tudi takrat, ko se ob slabih odločitvah čutimo ujete v temi. Daj, da se bomo vselej zatekali k Tebi in s Teboj rušili rešetke, ki nam ne dovoljujejo ljubiti.

Pesem Luč.

Molimo posebej za tiste, ki so nas žalili: Oče naš ...

Slava Očetu ...

Znamenje križa.

Voditelj se lahko z mladimi pogovori možnosti za sveto spoved in predlaga poti, da bi prav vsak iz skupine mogel pristopiti k zakramentu usmiljenja.

Priloga A: »Zaporniški« delovni list

- Veliko je vrst ujetosti. Morda o nekaterih doslej niti nisi razmišljal/a kot o ujetostih. Kaj pa meniš sedaj; so vse oblike ujetosti zares nevarne, te hitro zasvojijo?
- Ali je mogoče biti srečen, če si odvisen od nečesa – česar koli že?
- Je lahko človek samo malo ujet?
- Ali pri sebi prepoznaviš kakšno ujetost?
- Kaj ti ujetost jemlje?
- Bi lahko preživel popolnoma brez cigaret? Povsem brez alkohola? Brez seksualnosti? Brez telefona? Brez Facebooka? Brez udobja? Morda brez koga od tebi ljubih? Brez česa ali koga ne bi mogel preživeti niti enega dne?
- Se kdaj čutiš ujeta v samega sebe (ko ne obvladaš svoje jeze, nejevolje ipd.)? Kje najdeš izhod?
- Poskusi določiti, kdaj uporaba nadomestkov v iskanju sreče postane ujetost.
- Ali Cerkev pozna načine za reševanje ujetosti?
- Ali je mogoče, da je človek popolnoma svoboden, nevezan na zemeljske dobrine in odnose?