**Kdo jsem?**

**INSPIRACE PRO II. STUPEŇ ZŠ**

**Publikováno v Katechetickém věstníku**

**Katechetické centrum Brno**

**2007/2008**

**OBSAH:**

1. **Křesťanství v mém životě**
2. **Kdo jsem?**
3. **Přítomnost dobra a zla ve světě a v mém životě**
4. **Střed mého života**
5. **Jsem stvořen, abych byl milován a abych miloval**
6. **Identita muže a ženy**
7. **Pohled na druhého člověka**
8. **Láska a zamilovanost**
9. **O osobním povolání člověka**
10. **Křesťanství v mém životě**

V následujícím textu je navržen jedno až dvouhodinový program pro mladé pubescentního až adolescentního období (tj. 8. – 9. třída). Lze ho pojmout jako zhodnocení dosavadního náboženského vzdělávání (např. při výuce náboženství), nebo jako katechezi, která má mladým lidem pomoci upevnit vztah k víře a povzbudit je k dalšímu životu z víry.

***Obsah:*** V první části se účastníci zamýšlejí nad dosavadním průběhem svého života, který připodobňují k toku řeky. Ve druhé části se zamýšlejí nad svým vztahem ke křesťanství či k životu z víry.

***Cíle:*** Mladí rozvíjejí svoji schopnost vyjádřit své vnitřní stavy a postoje viditelným způsobem (výtvarně, hudebně, pohybově, slovem…). Učí se vnímat, respektovat a pochopit vyjádření svých spolužáků. Mladí si mají uvědomit roli náboženství (víry) ve svém životě, objevit jeho důležitost a najít k němu kladný postoj.

**První část: Život jako řeka**

***Pomůcky:*** obrazová prezentace fotografií řeky Vltavy v PowerPointu (dále PP), promítací technika, při menším počtu účastníků alespoň počítač. V případě absence této techniky kniha fotografií řeky Vltavy či jednotlivé obrázky různých řek; hudební nahrávka symfonické básně Vltava od B. Smetany; čtvrtky a kreslicí křídy nebo pastely (případně jiné pomůcky podle zvoleného způsobu ztvárnění obrazu – viz bod 3.), tabule na psaní.

***Uvedení do tématu (motivace):***

1. Povídání o řece Vltavě – co o ní víme a jaký je vztah českého národa k ní (nejdelší česká řeka, vlastenecký vztah Čechů vyjádřený uměleckými díly, např. symfonickou básní Vltava, cykly fotografií, obrazy, filmy…).

2. Hudební ukázka ze symfonické básně Vltava, obrazová prezentace (tok řeky Vltavy: prameny Studené a Teplé Vltavy, horní tok, vodáci, přehrady a elektrárny, hrady a zámky, mosty, Mělník – soutok s Labem, alegorické sochy Vltavy, vodárna v Podolí atd.). Prezentaci v PP lze stáhnout na www.diecezehk.cz/biskupstvi/katecheticke centrum – rubrika Texty.

***Zpracování tématu:***

3. Řeka jako obraz života – tvorba vlastního obrazu či jiné vyjádření. Účastníci si představí svůj život jako řeku. Její pramen představuje narození. Jak asi vypadá řeka, aby co nejlépe vystihovala život, který dosud prožili? Kde se rodí? Co křižuje? Protéká městy, horami a nížinami? Je velká, nebo malá? Jaká je její voda? Žijí v ní ryby? Jsou na ní vodopády nebo přehrady? Jaký je tok řeky – mírný, nebo je to živel? Kam by mohl směřovat v budoucnu? Jaké obavy a jaké naděje při tomto přemýšlení pociťuji? Účastníci pak mají 20 minut na promyšlení a ztvárnění vlastního obrazu (výtvarně – např. koláž, hudbou – např. pomocí Orffových nástrojů, pohybem či textem (podobenství, fejeton, báseň…). Po skončení díla (ne na začátku!) přemýšlejí účastníci o názvu, kterým by ho představili kamarádovi, spolužákovi…

4. Představení obrazu. Až všichni svá díla dokončí, vytvoří se dvojice, ve kterých si své výtvory vymění a seznámí se s nimi (v případě hudebních a pohybových si je předvedou). Společně o nich hovoří, kladou si vzájemně otázky, vysvětlují své postřehy a pocity. Učitel nebo katecheta do tohoto dění nezasahuje a citlivě se ho účastní podle zájmu účastníků.

***Závěr první části:***

Ve společné diskusi se hledají odpovědi na otázky:

 Co jste si vyzkoušeli tím, že jste udělali toto dílo?

 Objevili jste něco sobě vlastního, originálního?

Učitel nebo katecheta může typy odpovědí zapisovat na tabuli nebo arch papíru. Výtvarná díla lze podle možností vystavit, nafotit… Může následovat spontánní modlitba.

**Druhá část: Moje náboženská historie**

***Pomůcky:*** papíry na psaní, tabule, případně prezentace v PP a promítací technika.

***Uvedení do tématu:*** V předešlé části si účastníci vyzkoušeli, jaký přínos pro ně může mít zastavit se a chvíli přemýšlet o svém životě. (Lze připomenout důležité závěry z první části.) Druhá část je pokusem prohloubit poznání o sobě samých a získat představu, jak se může náš život dále ubírat, a to především ve vztahu k víře a k náboženství, kvůli kterým se scházíme.

***Zpracování tématu:***

1. Každý účastník dostane několik listů papíru. Učitel či katecheta je pak vyzve: Zkuste si představit, že máte před sebou svůj deník, kterému můžete bez obav svěřit své myšlenky, nejistoty, zklamání i otázky. Zkuste si uvědomit svou „náboženskou historii“ a své přemýšlení si zapište do deníku. Bude to váš zápis, který nemusíte nikomu ukazovat. Jako vodítko k přemýšlení můžete (ale nemusíte) použít následující otázky v uvedeném pořadí:

a) Jak a kde začala tvoje náboženská cesta („cesta víry“, „cesta s Bohem“)? Byla dobrovolná, vlastní, nebo o ní rozhodla tvoje rodina?

b) Účastníš se pravidelně nějakého náboženského obřadu (např. mše svaté)? Spolu se svou rodinou?

c) Existovaly ve tvém náboženském životě nějaké důležité momenty? Nějaká událost, na kterou si vzpomínáš a které jsi přisuzoval zvláštní význam?

d) Navštěvuješ nějaké společenství spojené s náboženským životem?

e) Jaká je tvoje osobní zkušenost s modlitbou?

f) Znáš osoby, které jsou pro tebe důležité právě v náboženské oblasti?

g) Vykonal jsi někdy nějaký skutek nebo rozhodnutí důležité pro tebe nebo pro někoho jiného, gesto, které bylo motivované vírou nebo tvým vztahem k náboženství?

h) Jaké jsou nejdůležitější vzpomínky, pokud je máš, ve tvém životě z víry? Není nezbytné zmiňovat velké události, ale ty, které pro tebe mají význam.

2. Přibližně po 20 minutách si účastníci znovu prohlédnou napsané stránky deníku a přemýšlejí o dalších otázkách:

a) Jak bylo pro tebe důležité náboženské vzdělávání, kterého se ti do nynějška dostalo? Bylo pro tebe velmi důležité, méně důležité, nebo ti bylo jedno?

b) Ovlivňuje náboženství tvůj způsob jednání?

c) Chtěl/a bys a dokázal/a bys říci, jak se k tobě chovaly osoby, které tě nábožensky vzdělávaly? Inspirovaly tě ve tvém vztahu k Bohu nebo ke křesťanství? Otázky může psát katecheta postupně na tabuli, nebo je promítat v prezentaci. Může na ně navázat diskuse, ale jen pokud se chce někdo vyjádřit. Názory druhých se nevhodně nekomentují, nehodnotí, neshazují, všichni se učí je respektovat a co nejlépe formulovat vlastní. Učitel či katecheta by se měl dokázat vzdát touhy dozvědět se, co si jeho žáci nebo účastníci katecheze opravdu myslí. Důležitější je vytvořit prostor pro ně samé, aby se nad těmito otázkami pravdivě zamysleli. Nepřípustné je proto nabízet odpovědi katechety a ještě přitom moralizovat. Účastníkům je nutné projevit maximální důvěru, aby dokázali být k sobě co nejpravdivější. Výsledky se nedostaví ihned, ale vytvoříme prostor Duchu Svatému, aby mohl působit v nitru účastníků. Svými představami bychom mu mohli stavět překážky.

***Závěr:***

V závěru není nutné dobrat se nějakých formulací, necháme působit to, na co si účastníci přišli sami, případně co slyšeli v diskusi. Podle situace ve skupině můžeme navrhnout uzavření tématu ve společné modlitbě podobně jako v první části.

*Inspirace: Flavio Pajer: La religione 1, str. 22– 23 (aktivity k prohloubení tématu „Lidé na cestě“).*

*Zpracovala Marie Zimmermannová*

1. **Kdo jsem?**

Návrh programu je určen pro mladé přibližně 8.– 9.třída a je jedním z témat, která na sebe budou volně navazovat a budou se zabývat sebereflexí s cílem pomoci v pochopení a přijetí sebe sama a svého místa v životě. Témata se dotknou oblastí od sebepřijetí, životních hodnot, identity a důstojnosti člověka až k osobnímu povolání. Program je vhodný do hodin náboženství i pro společenství ve farnosti.

***Obsah:*** Účastníci jsou vedeni k tomu, aby si uvědomili, jak vidí sami sebe, co je jejich ideál sebe sama a jaká je realita; mají zjistit, že ani ideál ani přílišné podceňování nebo přeceňování se nejsou jejich reálným obrazem a že setkání a vztahy s druhými lidmi a s Bohem se uskutečňují v rovině reality.

***Cíl:*** Zamyslet se nad svou osobností, nad svými přednostmi a slabými stránkami. Učíme se je pojmenovávat a přijímat, učíme se sdílet s ostatními.

***Hra (motivace):***

Každý si vytáhne jméno někoho ze skupiny a pokusí se v 5 minutách napsat:

1) čím by ten člověk byl, kdyby byl: stromem, zvířetem, květinou, nábytkem, autem (jakým stromem, jakým zvířetem…);

2) **jakékoliv** slovo, které toho člověka nejlépe vystihuje.

Cílem je pouze se „rozehřát“, navodit atmosféru; nejde o to doopravdy vystihnout vlastnosti vybraného člověka, to by potřebovalo více času; odpovědi tedy mají být spíše humorné. Potom jeden ze skupiny přečte svou charakteristiku bez udání jména a ostatní hádají, o koho jde (zdůraznit, že se moc neznáme, a proto je naše přirovnání nedokonalé, někdy i úplně špatné). Pokračujeme, dokud neuhádneme všechny členy skupiny.

***Diskuse:*** Podařilo se druhým vystihnout, jaký jsem? V čem ano, v čem ne? Proč? (Kdo chce, řekne, jak to vnímá…)

***Samostatná práce:*** Každý dostane papír a má za úkol napsat jen pro sebe (nikdo to nebude číst, ani to nebude muset říkat nahlas):

1) jméno nejméně jednoho člověka, který mě bere takového, jaký jsem

(kamarád/kamarádka, sourozenec, rodiče…);

2) jaký bych chtěl být (můj ideál sebe sama);

3) do jednoho sloupečku napsat své přednosti, schopnosti… a vedle toho do druhého sloupečku své slabé stránky…

***Sdílení:***

Až všichni dopíší, začneme procházet, co napsali, a **začneme od posledního úkolu** (cílem není vyjmenovat, co kdo konkrétně napsal, konkrétní může být jen ten, kdo chce):

Ad 3) Který sloupeček je delší – ten s obdarováními, které mám, nebo ten s mými slabostmi? (Účastníky vedeme k tomu, aby si uvědomili, že mají jak dobré stránky – a opravdu je mají, tak i slabé stránky – ale určitě to není žádná pohroma!)

Ad 2) Každý má pěkné i slabé stránky. Náš ideál sebe sama často vychází právě z toho, co na sobě vnímáme jako negativní. Podívejte se, co jste napsali jako ideál sebe sama… Je dobré mít touhu něco na sobě změnit. Ale ideál vždy zůstane ideálem, i když se k němu možná někdy v něčem přiblížíme. Takže: ideální „Petr, Katka…“ neexistuje…

Ad 1) Přesto se najde alespoň jeden člověk (ale určitě mnohem víc), který mě bere takového, jaký jsem, který se mnou kamarádí, který se mnou počítá… Ale nenajde se ani jeden člověk, který by kamarádil s mým ideálním já. Proč? Z jednoduchého důvodu: protože ideální „Petr, Katka…“ neexistuje. A těžko budu kamarádit, bavit se, sportovat… s  někým, kdo neexistuje.

***Závěr našich úvah:*** Stejné je to i s Bohem: Bůh mě zná a má rád takového jaký jsem – i přes moje chyby a nedostatky. Kdo si o sobě myslí, že je dokonalý, říká tím, že vlastně *nepotřebuje pomoc ani lidí, ani Boha*. Ale Bůh přišel a je s námi právě proto, že moc dobře ***ví, že jeho pomoc potřebujeme***. Jestliže tedy cítíš, že v něčem nejsi dokonalý, že máš některé ne zrovna dobré vlastnosti, že se ti občas něco nedaří…, pak ***potřebuješ Boha***. A Bůh je tady, je připraven ti pomoci, jestliže ho o to požádáš a začneš s ním spolupracovat.

***K příštímu tématu:*** Zjistěte, co nám svět nabízí za modely, jaké nám nabízí příklady k následování. Přineste ukázku časopisů, reklam…, kde vám „odborníci“ radí, jací máte být, abyste byli dokonalí, úspěšní, prostě „in“. Zamyslete se nad tím, co vám svět kolem vás představuje pod slovem „dokonalost“.

Poznámka: Téma je zpracováno pro použití při výuce náboženství (jak časově, tak i tematicky).

*Zpracovala Helena Johnová, KC Hradec Králové*

1. **Přítomnost dobra a zla ve světě a v mém životě**

Návrh programu je určen pro mladé cca 8. – 9. třída a je jedním z témat, která na sebe volně navazují. Zabývají se sebereflexí s cílem pomoci v pochopení a přijetí sebe sama a svého místa v životě. Témata se dotknou oblastí od sebepřijetí, životních hodnot, identity a důstojnosti člověka až k osobnímu povolání. Je vhodný do hodin náboženství i pro společenství ve farnosti.

***Obsah:*** Zamyšlení nad tím, jaké vlivy na nás působí, jaké hodnoty nám nabízí svět kolem nás a čeho si v životě cením já; zamyšlení nad rozdílem v hodnotách a nad příčinami těchto rozdílů.

***Cíl:*** Uvědomit si, že okolo nás je mnoho vlivů dobrých i špatných, ale že je jen na mně, jak naložím se svým životem; uvědomit si, že ke svému životu musím zaujmout aktivní postoj, jinak mě to může „semlít“ (lhostejnost či nezájem už je formou zla). Vést k rozlišení, co chci, co nechci, s čím souhlasím, s čím nesouhlasím… První část tématu je zaměřena spíše na rovinu lidskou, v druhé části (kterou najdete na internetu: *http://kc.diecezehk.cz*) se věnujeme zamyšlení nad hodnotami, které nabízí Bible.

***Aktivita:*** Každý sám za sebe napíše nebo jinak vyjádří na jednu stranu papíru, co dobrého vnímá kolem sebe, na druhou stranu, co vnímá zlého. Po určité době se navzájem sdílíme o tom, co jsme napsali nebo vyjádřili.

***Zamyšlení nad větami (formou diskuse, brainstormingu):***

1) Dobro **okolo** mě ještě není dobro **ve mně**.

2) Největším nebezpečím není zlo **okolo** mě, ale zlo **ve mně** = zlo, které nechám proniknout do svého srdce, ať už pasivně nebo aktivně.

Co mají ty dvě věty společného?

Myslíte si, že jsou celé ty věty pravdivé? Co vlastně znamenají? Co znamená nechat proniknout pasivně? Co aktivně?

**Příklady různých postojů vůči zlu:**

 ***pasivní postoj***

**–** lhostejnost ke zlu, nezájem = moje srdce je prázdné, není ve střehu, a proto může zlo vejít;

**–** pocit vzrušení = podvědomě nebo i vědomě mě to přitahuje.

 ***aktivní postoj***

*–* pokušení vyzkoušet = např. vzít si něco, co mi nepatří, nebo drogy…

– touha po pomstě, odplatě; nastolit „spravedlnost“ = „přece to tak nenechám“, „jen ať zkusí, jaké to je“,…

Během zamyšlení a rozhovoru nad větami je cílem uvědomit si, že jsou v životě situace, kdy nelze zůstat lhostejný, „neutrální“, protože „dobro“ (dobré postoje, chování, jednání) se ve mně nevynoří samo od sebe, a na druhou stranu je někdy zlem už „nekonání dobra“.

**Co nám svět nabízí za modely, příklady?**

 **Společně:** Podíváme se na ukázky časopisů, knížek apod., co je nám v nich předkládáno jako vzor, jako příklad jednání.

 **Každý sám:** Zamyslí se nad tím, co si pod slovem „dokonalost“ představuje svět (např. štíhlá postava, mít kluka, holku už ve 12 letech…) a co si představuje on sám. Své názory a postřehy účastníci zapisují do tabulky (na papír), kde na jedné straně píší, co nám jako ideál nabízí svět okolo nás, na druhé straně to, co je ideálem podle nich osobně. (Dáme čas na zapsání postřehů.)

 **Společně:** Po chvíli společně porovnáváme hodnoty, které si mladí zapsali a které nám podle nich nabízí svět kolem nás. Vidíme, že ne všichni lidé považují za dobro a zlo to samé. Proč? Protože každý má v životě jinak srovnané hodnoty… Tomuto srovnání hodnot, priorit říkáme žebříček hodnot.

 **Každý sám:** Ke „svým“ hodnotám, které si mladí zapsali, přiřadí každý číslo podle důležitosti, kterou jim přisuzuje (1 = největší hodnota).

 **Sdílení, diskuse:** Jaké hodnoty v životě vyznávám na prvním místě? Kterými hodnotami se chci řídit? Odkud se ty hodnoty berou? Existuje nějaké absolutní dobro a absolutní zlo? Je možné zůstat vždy neutrální, když někdo druhý má jinak srovnané hodnoty než já? Kdy ano? Kdy ne? Proč? *(Je dobré během diskuse zmínit existenci zákonů v každé společnosti, společenských pravidel, ale i existenci Desatera a hodnot předkládaných v Novém zákoně.)*

***Závěr:*** Ne všechno, co okolo sebe vidím, slyším, co čtu v novinách, časopisech, co vidím v televizi, na internetu, v počítači… je dobré, správné, pravdivé. Musím se naučit být sám sebou, sám si najít ty hodnoty, které vnímám jako důležité, a za těmi si stát. Když budou v novinách psát, v televizi hlásat,… že je normální chodit po hlavě a ne po rukou, když to tak i většina lidí bude dělat, neznamená to, že to opravdu normální je. A já musím mít dost síly říct „NE!“ Myslíte, že je to těžké? Můžeme si v tom nějak vzájemně pomoci? (Námět na přemýšlení doma.)

*Zpracovala Helena Johnová, KC Hradec Králové*

1. **Střed mého života**

***Téma:*** Navazuje na minulou úvahu o dobru a zlu a o životních hodnotách.

***Cíl:*** Uvědomit si, co je pro mě v mém životě důležité, co mám ve „středu“ svého života. Od tohoto středu se odvíjí i můj žebříček hodnot.

***Obsah:*** Pozorováním kompozic obrazů se zamýšlím nad svým životem a nad tím, co v něm vnímám jako důležité. K ukázce můžeme použít obrazy z metodik pro 6. a 7. třídu ostravsko-opavské diecéze.

Praktická poznámka: Kompozice obrazu mohou být různé, jeden obraz je často výsledkem použití vícero způsobů. V tomto tématu nejde o teorii kompozice, ale na příkladu kompozice obrazu si máme uvědomit něco ze svého života. Proto není důležité rozebírat všechna pravidla a možnosti, které byly použity u jednotlivých obrazů, ale jde jen o příklady.

Kompozice, které můžeme najít v některých obrazech:

Centrální kompozice: V Božích dlaních – S. Köder (6. tř.)

Zlatý řez, zlatý bod: Narození Ježíše – S. Köder (6. tř.)

Zlatý řez: Cesta do Emauz – T. Zacharias (6. tř.)

Kompozice s využitím diagonály: Žid se svitkem tóry – M. Chagall (6.  tř.)

Pyramidální kompozice: Emauzy – S. Köder (6. tř.); Stvoření – S.  Köder (7. tř.); Poutník – C. D. Friedrich (7. tř.)

**Pozorování obrazu/ů a diskuse**

Máme připraveny dva nebo tři obrazy různých kompozic, prohlížíme je společně a povídáme si o nich (v tomto bodě jde jen o zamyšlení, diskusi, vyslovení různých názorů; není důležité znát „správné“ odpovědi).

***Co vidíme na našem obrazu?*** Co chtěl autor nechat vyniknout? Proč? Co tím sděluje?

Kam nebo jak to umístil a znázornil? Pozorujeme obrazy a popisujeme z hlediska kompozice (není třeba dojít ke shodě v názorech; naopak existence více různých názorů nás může učit tomu, že každý můžeme vidět věci trochu jinak a neznamená to, že je to špatně). Můžeme také zkoušet dávat obrazům názvy a až na konec uvést, jaký název jim dal autor. Jak se tvoří kompozice obrazu? Kam se umísťují věci důležité, kam nedůležité? – Podle různých kompozic různě, ale vždy tak, aby nějak vynikly. Cílem každé kompozice je, aby – když se zadívám na obraz – vyniklo to, co považuje autor za důležité. Někdy to může být

jedna věc, jindy událost nebo vztah nebo kontrast.

***Shrnutí a převedení do života:*** Kompozice obrazu bývají různé, ale vždy jsou voleny tak, aby to, na co chce autor upozornit, bylo zvýrazněno. V životě, když chceme pojmenovat něco důležitého, používáme např. tyto obraty: v jádru (věci, problému), v srdci (člověka), ve středu (pozornosti). Podle toho, co v životě považuji za důležité, co je ve „středu mého zájmu“, si tvořím hodnotový žebříček, o kterém jsme mluvili minule. Když jsou středem mého života peníze, majetek, vše se kolem nich točí. Budu všechno posuzovat v jejich světle: „Co mi to vynese?“ „Co tím získám?“ „Jak se mi to vrátí?“ Když je to např. kariéra, tak se ptám, kdo nebo co mi pomůže vystoupat nahoru. Ostatní mě nezajímá… Když to bude vztah k nějakému člověku, tak v případě, že toho člověka ztratím, ztratím i smysl života…

***Přemýšlíme:*** Vzpomeňme si na naše povídání o tom, co nám společnost a lidé okolo nás nabízejí za hodnoty, ideály. Můžeme podle těchto hodnot odhadnout, co je asi „středem života“ pro různé lidi nebo skupiny okolo nás? (Necháme účastníky vyslovovat jejich názory; někdy je vhodné nechat je bez komentáře, jindy se rozvine diskuse.)

**Co nám k tomu říká Bible**

Křesťané se snaží mít za střed svého života Boha. (Můžeme to vidět např. i v uspořádání kostela, kde máme také místo, které je „středem pozornosti“ – obětní stůl… Proč? Protože se tam při eucharistii odehrává to hlavní: zpřítomňování Kristovy oběti. Je umístěn tak, aby byl přirozeně „středem pozornosti“ – většinou vpředu na vyvýšeném místě, někdy bývá i ve středu kostela.) Slovy to možná není vždy správně vyjádřeno; říká se, že „Bůh je v nebi“ nebo někdo řekne, že „Bůh je v oblacích“… Podívejme se, jak o Bohu mluví Bible (každý účastník může vyhledat a přečíst jeden úryvek; zjišťujeme, že když Bible mluví o přítomnosti Boha, používá často slovo „střed“ nebo „uprostřed“):

Sofoniáš 3,17; Exodus 25,8; Jan 19,18; Žalm 46,6; 1. Královská 6,13; Exodus 29,45; Jan 20,19; Zachariáš 2,15; Aggeus 2,5; Joel 2,27; Matouš 18,20; Izaiáš 12,6; Deuteronomium 7,21; Ezechiel 37,26; Ezechiel 39,7; Zjevení 21,3.

***Diskuse:*** Co pro člověka znamená, když je středem jeho života Bůh? Jak se to v jeho životě může projevit? Jaké jsou důsledky?

***Osobní zamyšlení v tichu:*** A co já? Je pro mě zajímavé, aby se Bůh stal středem mého života, nebo to považuji za hloupost? Kde mám umístěného Boha v „obraze svého života“? Uprostřed, na okraji, v rohu (aby moc nepřekážel)…?

**Závěr:** Každý si může vzít jeden ze čtených úryvků s sebou domů a přemýšlet nad tím, co je pro něho středem života.

Podle času můžeme pokračovat ***tvorbou vlastního obrazu***:

Zkuste vytvořit obraz, kde necháte vyniknout tomu, co je pro vás ve vašem životě důležité (účastníci mohou pracovat realisticky i abstraktně). Můžete svému obrazu vymyslet i jméno, např. „krajina klidu“; „já“, „vypuštěná střela“…, podle toho, co je tou hlavní myšlenkou.

***Představení obrazu:*** Každý představí svůj obraz – vysvětlí, co na něm je, případně jak by ho pojmenoval. Zkuste si (zde nebo doma, podle času) dát vedle sebe to, co jste dnes vytvořili, a to, co jste minule pojmenovali jako své hodnoty. Má to nějakou souvislost? Opakuje se vám tam něco? Námět k prohloubení tématu a hlubší práci s Biblí můžete najít na http://kc.diecezehk.cz.

*Zpracovala Helena Johnová, KC Hradec Králové*

1. **Jsem stvořen, abych byl milován a abych miloval**

Toto téma je velmi citlivé, u účastníků může vyvolávat různé emoce. Je třeba brát ohled na jednotlivé členy skupiny, na jejich osobní osudy a být připraven i na jejich negativní reakce, které mohou pramenit ze špatných zkušeností.

***Cíl:*** Cílem tohoto setkání je ukázat účastníkům, odkud a kam směřuje náš život. Ukázat, že na jeho počátku i konci je Láska s velkým „L“ (láska Boží), a že tato Láska nás provází po celý náš život. Láska s malým „l“ (lidská) je jejím odrazem a zůstává jen nedokonalá. Proto tak často ve svém životě pociťujeme prázdnotu, zklamání.

***Obsah:*** Připomenout si skrze výtvarnou činnost svůj život a za pomoci úryvků z Bible si uvědomit, že je tu Bůh, který o mně nejen ví, ale který po mně vždy toužil a má mě rád dokonalou láskou.

***Úvod:*** Pustíme nějakou moderní píseň o lásce, např. od skupiny No Name, od zpěvačky Evy Farna apod. Společně posloucháme, pak následuje diskuse: Znáte tu píseň? Líbí se vám? Proč ano, proč ne? – Cílem je uvolnit atmosféru, dát prostor k vlastnímu vyjádření se. Nejde o hodnocení písní a jejich textů, je dobré nechat zaznít všechny názory bez posuzování a hodnocení. Každý napíše 2 až 3 písničky, které poslouchá a které se mu nejvíc líbí. Po chvíli necháme prostor k vyjmenování skladeb a důvodů jejich obliby. Znovu jde spíše o chvíle sdílení než srovnávání (také ostatní účastníky vedeme k tomu, aby nehodnotili, co se druhému líbí, ale s respektem každého vyslechli).

***Diskuse:*** O čem jsou ty písně? Jaká témata se v nich nejčastěji objevují? (Mohou se objevit různá témata, nejčastěji asi o vzpouře, revoltě a o lásce – na to můžeme navázat). Nejčastější témata písní, které posloucháte, jsou: … Tato témata patří k vašemu věku (jsou pro něj typická). Láska patří k celému našemu životu. Ve vašem věku si ji začínáte uvědomovat ve smyslu partnerském. Je přirozené, že vás přitahuje opačné pohlaví, prožíváte první zamilované vztahy. Ale láska nebo touha po lásce provází člověka od počátku…

***Výtvarné zpracování*** (malba, kresba, koláž…):

Zkuste teď na pruh papíru znázornit důležité okamžiky svého života (pruh papíru můžeme předem rozdělit na 4 části). Mohou to být odpovědi na tyto otázky:

 Odkud jsem přišel, kde jsem se tady vzal (mí rodiče, jejich vztah)?

 Co jsem už prožil? – Zachytit základní období života – znázornit čas od početí po narození, od narození do 3 let, od 3 do 6 let, od 6 do 11 let, od 11 do 15 let.

 Kdo jsem? Znázornit sebe v tuto chvíli – jak bych sám sebe popsal, vyjádřil?

 Kam jdu? Co je cílem mého života?

Necháme dostatečný čas na zpracování (podle časových možností si promyslíme a předem upozorníme, kolik času účastníci na zpracování mají). Práci můžeme podbarvit vhodnou hudbou. Znázornění jednotlivých období mohou žáci udělat symbolicky. Důležité je zdůraznit, že vyjadřují svůj život (co prožívali oni sami, na co si vzpomínají, nebo co jim řekli rodiče), ne co se obecně děje v jednotlivých etapách lidského vývoje. Předem upozorníme, že si tuto mapu svého života tvoří především pro sebe a nemusejí ji ostatním ukazovat. Své dílo mohou představit jen ti, kdo chtějí.

***Povídání o životě:*** Nyní navážeme svými slovy na to, co zaznělo v předcházející části. Katecheta může klást například takovéto otázky: Myslíte, že se shodneme na tom, že by člověk měl být počat z lásky? Možná jste se setkali s někým, kdo pociťoval jako velkou bolest, či dokonce bytostný problém, že tomu tak v jeho případě nebylo. O čem to svědčí?

Vypovídá to například o tom, co je v nás „zakódováno“, jak jsme byli „naprogramováni“ už od počátku: Bůh stvořil člověka z lásky… a k lásce.

První roky života jsou o pevném poutu lásky dítěte s maminkou i s tatínkem. Vším, co dítě dělá, se ptá: máš mě rád? Nemůže existovat bez neustálého ujišťování o lásce. Teprve až se cítí jisté, začne se od rodičů odpoutávat. Batole začíná odbíhat od maminky, aby se k ní zase vracelo, ve 3 letech si dítě začne uvědomovat své „já“, a tak ho neustále prosazuje. Může si to však dovolit tehdy, když je neustále ujišťováno o  tom, že je milováno. V předškolním věku začne člověk víc objevovat okolní svět, do 11 let se mu otvírá svět poznání. Od 11 let začíná přicházet otázka „Kdo jsem já?“. A až si na tuto otázku budu umět dát odpověď, začnu vnímat i svět kolem sebe, začne se ve mně probouzet i touha lásku nejen dostávat, ale i dávat. A to je důležitá změna v mém životě, když zjistím, že opravdová láska nehledá sebe, své potěšení, ale opravdová láska touží naopak dávat. Vidíme, že naší **nejhlubší touhou od počátku je touha být milován**. Ale jen Bůh ji může naplnit dokonale, člověk nikdy, protože je jen slabým tvorem. Může se o ni snažit, ale nikdy nenaplní srdce druhého člověka úplně. Jsem na světě díky lásce mých rodičů, nebo možná také ne (*pokud jsou zde děti, u nichž to tak není, musíme toto téma citlivě navodit*), ale určitě je ve mně zakořeněná touha, abych tu byl z lásky, aby mě někdo miloval. Člověk byl Bohem stvořen z lásky – Bůh mě miluje takového, jaký jsem, miluje mě i v mé slabosti a hříšnosti. Vložil do mě nekonečnou touhu po lásce, touhu být milován bez podmínky, bez výjimky, úplně, takový, jaký jsem. (Viz minulé téma: Bůh je uprostřed mě, já jsem chrám, ve kterém on přebývá.) Má zkušenost je však jiná: Jsem milován, jen když se chovám určitým způsobem, když jsem takový, jak po mně chtějí rodiče, učitelé a okolí.

Když pomineme rodinu, je tu právě ještě naše okolí, které nás velmi silně ovlivňuje. Hluboká touha být milován absolutně a všemi mě vede po cestě hledání lásky a přízně druhých. Ne vždy to je ale dobré. Snažit se získat přízeň a pozornost druhých za každou cenu mě může i zavést někam, kam bych se pravděpodobně ani dostat nechtěl.

***Bůh v mém životě:*** Bůh chce tuto moji touhu po lásce naplňovat. Je se mnou v každém období mého života. Když čteme pozorně Boží slovo – Bibli, najdeme tam nádherné úryvky o Boží lásce k člověku. Tady můžeme s mladými doplňovat k jednotlivým výtvarně znázorněným obdobím života

Boží slovo. Buď společně, nebo zadáme odkazy na úryvky a děti mají za úkol úryvek najít a např. říct, ve kterém životním období by si ho přály slyšet, nebo kam by ho zařadily. Úryvky z Bible o Boží lásce k člověku, vztahující se k jednotlivým obdobím života, jsou vybrány subjektivně. Proto je možné i žádoucí, aby se katecheta nebál použít úryvky jiné, které mu připadají výstižnější, lepší…

***Početí:***

 Dříve, než jsem tě vytvořil v životě matky, znal jsem tě, dříve než jsi vyšel z lůna, posvětil jsem tě. *(Jer 1,5)*

 Hospodin mě povolal z života mateřského, od nitra mé matky připomínal moje jméno. *(Iz 49,1)*

***Dětství:***

 Copak může zapomenout žena na své pacholátko, neslitovat se nad synem vlastního života? I kdyby některé zapomněly, já na tebe nezapomenu. Hle, vyryl jsem si tě do dlaní, tvé hradby mám před sebou stále. *(Iz 49,15-16)*

 … sám jsem naučil Efrajima chodit… *(Oz 11,3)*

 Jako když někoho utěšuje matka, tak vás budu těšit. *(Iz 66,13)*

***Rodič:***

 Budu tě opatrovat… (Iz 49,8)

 Miloval jsem tě odvěkou láskou. (Iz 31,3)

 Hle, já jsem s tebou. Budu tě střežit všude, kam půjdeš. *(Gn 28,15)*

***Dospívání:***

 Sám Hospodin půjde před tebou, bude s tebou, nenechá tě klesnout a neopustí tě; neboj se a neděs. *(Dt 31,8)*

 Neříkej: Jsem chlapec. Všude, kam tě pošlu, půjdeš, a všechno, co ti přikážu, řekneš. Neboj se jich, já budu s tebou a vysvobodím tě, je výrok Hospodinův. *(Jer 1,7-8)*

***Vztah snoubence:***

 Zasnoubím si tě navěky, zasnoubím si tě spravedlností a právem, milosrdenstvím a slitováním, zasnoubím si tě věrností a poznáš Hospodina. *(Oz 2,21-22)*

***Vztah zamilovaného:***

 Hospodin, tvůj Bůh, je uprostřed tebe, bohatýr, který zachraňuje, raduje se z tebe a veselí, láskou umlká a opět nad tebou jásá a plesá. *(Sof 3,17)*

 Protože jsi v mých očích tak drahý a vzácný, protože jsem si tě zamiloval… *(Iz 43,4)*

***Vztah přítele:***

 Neboj se. Já jsem tvá pomoc, je výrok Hospodinův. *(Iz 41,14)*

***Vztah krále:***

 Ty jsi můj služebník, tebe jsem vyvolil, nezavrhl jsem tě. *(Iz 41,9)*

 Povolal jsem tě tvým jménem, jsi můj. (Iz 43,1)

**Závěr:** Podle místních podmínek končíme buď v kruhu s rozžatou svíčkou uprostřed, nebo – pokud je to možné – v kapli před svatostánkem. Můžeme mít před sebou naše obrazy a úryvky z Bible. V modlitbě děkujeme za Boží lásku, která byla a je přítomná v celém našem životě, od početí až do dnešní chvíle.

*Zpracovala Helena Johnová, KC Hradec Králové*

1. **Identita muže a ženy**

***„Nikdo nezná mé srdce tak jako ty, Pane*…*“***

***Cíl:*** Ukázat krásu a jedinečnost, která je přítomna ve stvoření muže a ženy. Každý z účastníků by měl odcházet s pocitem hrdosti na sebe sama a pokud možno i s obdivem k druhému pohlaví. Tento cíl a  citlivost tématu klade vysoké nároky na katechetu i na žáky. Je velmi důležité, aby se katecheta nedopustil ironie, vtipů, nebo i nadržování jednomu pohlaví. V účastnících je třeba od počátku probouzet postoj respektu a obdivu k druhému pohlaví. Ze strany účastníků mohou přicházet různé negativní reakce způsobené vlastní nejistotou, špatnými zkušenostmi apod. Katecheta by si měl být jistý, že je zvládne s respektem k žákům, potřebným nadhledem a dokáže je citlivě „posunout“ kam patří – mimo naši pozornost.

***Postup:*** Na začátku má každý za úkol napsat typické vlastnosti muže a ženy, kladné i záporné. Nejdříve je naším cílem zamyslet se nad tématem a uvědomit si, jaké názory a pohledy v sobě nosíme. Některé nemusí být ani naše vlastní, ale někde jsme je slyšeli a pamatujeme si je. Názory, které říkají lidé kolem nás, sepíšeme do tabulky *(mluvíme o muži a ženě, i když před sebou máme chlapce a dívky*…*)*.

Co říkají o ženě, Co říkají o muži

ženy muži ženy muži

kladné

vlastnosti

slabé

stránky

kladné

vlastnosti

slabé

stránky

kladné

vlastnosti

slabé

stránky

kladné

vlastnosti

slabé

stránky

***Otázky k diskusi:*** Jsou tyto pohledy objektivní? Na čem se shodneme? Na čem se neshodneme? Proč? – V této části se snažíme o opravdové zamyšlení a vedeme diskutující k poznání, že někdy mohou být naše názory na sebe sama nebo na druhé příliš zjednodušené nebo i nepravdivé.

***Vlastní téma:*** Minule jsme mluvili o Boží lásce ke každému z nás osobně. Mluvili jsme také o tom, že každý člověk si hluboko v sobě nese touhu být milován a milovat. Tato touha souvisí s naším počátkem (láska rodičů), s naším celým životem (láska partnera a k partnerovi) i s tím, co očekáváme (nebo neočekáváme?) po smrti (život v Boží lásce). Dnes se zamyslíme nad láskou partnerskou – nad tím, k čemu jsme byli Bohem povoláni jako muži a ženy. Bůh stvořil člověka jako muže a ženu s určitým záměrem, dal jim specifické povolání. Abychom tomuto povolání porozuměli, podívejme se na biblický text a jeho výklad podle židovské tradice.

***Z knihy Genesis 1,26-28; 2,7.15.18-24:***

K výkladu textu je použit jeden určitý výklad vycházející z židovské tradice, ale není jediný. Židovská kultura je velice bohatá a přemýšlení o různých významech písmen a slov je jí vlastní. Následující text je určen hlavně katechetovi a lze ho dále didakticky zpracovat. Např. jako přípravu na celé dnešní téma je možné se zabývat hebrejštinou jako jedním z jazyků Bible, najít různé významy písmen apod. K výkladu textu je dobré si připravit hebrejská slova, jejich složení a výklad ve zjednodušeném schématu v takové formě, aby ji účastníci během výkladu mohli mít před očima. Kořen slova muž a žena je v hebrejštině stejný. Muž se řekne *íš* a žena *iššá*. Přepsáno písmeny hebrejské abecedy vypadá takto: *íš = alef – jod – šin, iššá = alef – šin – hé.* Písmena *alef* a *šin* mají oba společné. Liší se v písmenech *jod* a *hé*. Když se muž a žena v lásce spojí, spojí se i písmena *jod* a *hé*, která jsou zároveň součástí Božího jména: *jod* – *hé* – *vav* – *hé* = *Jahve*. Možná teď v trochu jiném světle pochopíme větu „Kde je opravdová láska, tam přebývá Bůh.“ V hebrejské abecedě má každé písmeno symbolický význam. Ve slově muž je písmeno *jod* (které není ve slově žena) symbolizující Boží ruku. Písmeno *jod* ve slově muž má tedy muži připomínat, že byl stvořen „Boží rukou“, že tato Boží ruka ho chrání, ale také mu připomíná, že je „jenom“ stvořením, že je tu někdo větší než on sám – Bůh. *Jod* tedy muži připomíná, aby zůstal v pokoře před Bohem. Ženu odlišuje písmeno *hé*, které v hebrejské tradici označuje duchovní vanutí. Toto písmeno je v Božím jménu obsaženo dokonce dvakrát: *jod – hé – vav – hé*. Žena vnímá duchovní věci bezprostředněji než muž. Je povolána k tomu, aby muži, skrze svůj vztah k němu, usnadnila hlouběji vstoupit do Boží přítomnosti, aby v něm probudila zájem Boha poznávat, milovat a sloužit mu. Muž a žena mají společná písmena *alef* a *šin*, která tvoří slovo *eš =* oheň. Když oba ztratí svou identitu (to, co je každému z nich vlastní, jedinečné), zapomenou na pokoru a vztah s Bohem, zbude jen oheň, který všechno spálí na prach. Když muž a žena ztratí svou identitu, ztratí Boha a mohou se navzájem zničit. Pro muže a ženu existují v hebrejštině ještě jiné výrazy: *zachar* a *nekeva*. *Muž – zachar* znamená „připomínat“ a zpřítomňovat to, co si připomínáme. Muž oslavuje Boží stvořitelské dílo tím, že plodí a že oslavuje Boha v náboženském obřadu. Jeho tělo i duch jsou přizpůsobeny k zápasu a dobývání země, aby mohl být jejím pánem a vládcem v souladu se svým prvotním povoláním. Ve svém prvotním povolání, kterého se mu dostalo od Boha, má muž úlohu kněze: zpřítomňuje to, co přichází od Boha. Muž nese odpovědnost za Boží přítomnost ve svém domě, vede společnou modlitbu a dbá na život z víry ve své rodině. Zároveň materiálně zajišťuje chod rodiny a její vztahy s vnějším světem. V židovském náboženství je muž povinen zachovávat 613 přikázání, jejichž plnění mu má neustále připomínat Boží existenci a má ho k Bohu bez přestání přivádět.

*Žena – nekeva* znamená dutinu, lůno, vytvoření vnitřního prostoru. Její tělo je poddajnost a něha sama. Bylo stvořeno, aby přijímalo, utěšovalo, dávalo život. „Žena bude tím, kdo přijímá Boží lásku, Boží slovo, protože je povolána, aby o něm spíše přemýšlela ve svém srdci, než aby je hlásala. Je od přirozenosti duchovnější a religióznější a díky tomu nemusí dodržovat všech 613 přikázání. Právě ona je duší domu, je odpovědná za vztahy uvnitř rodiny a má starost o všechny její členy.“

Muž a žena byli tedy stvořeni ke vzájemnému vztahu, jejich odlišnosti dávají vzniknout hluboké přitažlivosti, jejímž cílem je vzájemné harmonické doplňování se. Jednoho je možné charakterizovat mocí a odvahou jednat, druhého přítomností a bytím. Aby se žena mohla plně rozvinout, potřebuje být milována a obdivována (je to právě pohled Adama, pohled plný úžasu a obdivu, který jí pomůže stát se plně ženou) a také ochraňována. Toto jí může poskytnout muž, když se mu žena poddá. Muž, aby byl mužem, potřebuje obdiv ženy a potřebuje „bojovat“, „dobývat“, „vládnout“ nad světem, který mu byl svěřen. Muž také potřebuje samotu (než byla s Adamem Eva, byl

sám), žena už byla stvořena do vztahu…

Muž bude plně mužem, když žena bude plně ženou, protože tehdy se vzájemně doplňují.

*(podle knihy Jo Croissant: Žena neboli kněžství srdce, vyd. Paulínky, 2005)*

***Závěr:*** Podle skupinky, kterou právě vyučujeme, zakončíme buď zamyšlením v tichu, nebo společnou modlitbou.

***Zamyšlení*** *(mluví katecheta):* „Jsem rád/-a, že tu mám před sebou tolik nadějných opravdových mužů a opravdových žen. Jsem vděčný/-a za každého z vás. Díky, že jsi... Že jsi tím, kým jsi…“

***Modlitba:*** Na úvod můžeme znovu přečíst oba texty o stvoření člověka a pak, každý tak, jak to má na srdci, může vyjádřit poděkování, vděčnost za krásu muže i ženy, za to, že se doplňují, že je každý jiný…

*Zpracovala Helena Johnová, KC Hradec Králové*

1. **Pohled na druhého člověka**

***Cíl:*** Pomoci účastníkům setkání uvědomit si, že to, jak se každý člověk projevuje navenek, není vždycky věrným obrazem jeho opravdového „já“. Každý člověk má různé vlastnosti, obdarování, touhy, ale i nedostatky, špatné zkušenosti apod. A jeho chování je ovlivňováno více faktory, které mohou být někdy i protichůdné. Je proto důležité dívat se na sebe sama i na druhé pohledem, který vidí v člověku to pěkné, a jako Bůh dává vždy znovu a znovu šanci nám, tak abychom i my sami dávali šanci sami sobě i druhým lidem.

***Obsah:*** Na jednoduchém příkladu podobných kreseb si uvědomit, že ten „první pohled“ nemusí být správný, protože člověk je „bytost složitá“, a pomocí výtvarného zpracování se pokusit poodkrýt tuto svoji vlastní složitost.

***Aktivita:*** Jednotlivě nebo do dvojic zadáme úkol nakreslit určitou situaci. Zadání dáváme na papírku nebo takovým způsobem, aby ho ostatní nevěděli:

1) Vandal rozbíjí okno u auta.

2) Sklenice napůl prázdná.

3) Opilec padá na zem.

4) Mladý zloděj se šperhákem v ruce se pokouší otevřít dveře, aby šel krást.

5) Mladík rozbíjí okno u auta, aby zachránil omdlelé dítě.

6) Sklenice napůl plná.

7) Člověk uklouzl.

8) Mladý muž si zabouchl dveře a šperhákem se zkouší dostat domů.

*Pozn.: Cílem je situaci jen načrtnout (během 1 minuty), není třeba ji vykreslovat do detailů (lépe pak splní účel).*

***Zamyšlení:*** Každý postupně (je jedno v jakém pořadí) ukazuje svůj obrázek a ostatní mají co nejrychleji odpovídat na otázku „Co vidíš?“. Po odpovědích ostatních řekne autor název obrázku. Pokud jsou obrázky dostatečně jednoduché, měly by se sobě vždy dva podobat: 1 a 5; 2 a 6; 3 a 7; 4 a 8. Můžeme si i vyzkoušet, zda se ke každému obrázku hodí obě zadání.

Jak je možné, že tak odlišné situace jsme nakreslili hodně podobně? Co odlišuje situaci, kdy vandal rozbíjí okénko u auta, od situace, kdy podobné okénko rozbíjí mladík, aby zachránil omdlelé dítě? – Měli bychom přijít na to, že důvodem není vnější podobnost, ale vnitřní odlišnost (mimo sklenice s vodou, tu si necháme na konec: tam jde o postoj pozorovatele). To, co odlišuje ty dvě napohled stejné situace, je příčina jednání, která nemusí být z vnějšku vždy viditelná. To, co vidíme „na první pohled“, nemusí být pravdivé. Všichni jsme posuzováni, souzeni a odsuzováni. Je důležité vidět nejen to vnější, ale vidět do srdce druhého, jaké jsou motivace, důvody, příčiny, touhy… V každém člověku je více „vrstev“ – od vnější (jak vypadám, jak se tvářím, jak se navenek projevuji), přes např. vrstvu mých názorů, které možná nedávám vždy najevo, až po tu nejvnitřnější vrstvu, moje nejvnitřnější já, jeho touhy, přání, ideály…

***Výtvarné zpracování:*** Každý si zkusí nějak symbolicky ztvárnit tyto vrstvy v sobě (např. na tři různé listy papíru nebo na jeden list rozdělený na třetiny, či úplně jinak…). Ta vnější vrstva je to, jak se druhým ukazuji, jak chci, aby mě vnímali, jak chci na druhé působit anebo jak na ně působím, aniž bych chtěl. Někdy je to trochu taková maska, která zakrývá mé opravdové já (např. někdy člověk, který si není moc jistý sám sebou, vystupuje jako „suverén“, aby tuto svoji nejistotu zakryl; jindy, aby člověk nepůsobil jako „měkotina“, tak se tváří jako „tvrďák“). – Další vrstvou mohou být mé vnitřní postoje, názory; můj pohled na svět… – Poslední vrstvou je to nejvnitřnější „já“. Jaké je? Kdo doopravdy jsem? Tyto vrstvy můžeme také přirovnat k hradu: uvnitř je úžasný poklad (mé srdce), který je chráněn několikero hradbami a opevněnými zdmi.

*Při této činnosti (ideální je, pokud je doprovázena tichou meditativní hudbou) jde o to, aby účastníci mohli a měli čas objevit, že jejich osobnost je složitější, než se na první pohled zdá i jim samotným. Protože se ale toto zamyšlení dotýká hodně hlubokých věcí, pro které nám pouze o jakýsi „náhled“. Je důležité vůbec si tyto věci uvědomit a zpovzdálí je zahlédnout a pojmenovat*… *Proto i zachycování „vrstev“ může být jen velmi jednoduché, např. „počmárat“ papír 3 různými barvami*… *Nechceme po účastnících, aby rozebírali to, co vytvořili. Je to určeno jen pro ně.*

***Téma:*** Po čase, kdy každý nějak své „já“ znázornil a má svůj „výtvor“ před sebou, se vrátíme k povídání o pohledu: První a nejdůležitější je pravdivý pohled na sebe sama. Když se díváme na své „vrstvy“, vidíme, že osobnost člověka je „složitá“. Často to, co je vidět na povrchu, vůbec nemusí odpovídat tomu, jaký člověk opravdu je. Proto se tak často setkáváme s neporozuměním druhých. Vyznat se sám v sobě a porozumět sám sobě je velmi těžké.

Tím těžší je porozumět druhému, protože druhý člověk má v sobě také různé „vrstvy“, stejně jako já. Posuzovat ho tedy jen podle povrchního zdání, podle vnějších projevů je nejen nespravedlivé, ale i zavádějící. Jak často se nám něco nepovede vyjádřit tak, jak bychom chtěli! Jak často se stane, že druhý pochopí má slova úplně opačně, než jak jsem je myslel. Proto je velmi důležité přistupovat k sobě i k druhému člověku s velikou úctou, respektem a touhou poznat sebe i druhého opravdově; porozumět a poznat ho „zevnitř“.

Každý člověk je člověkem slabým a zraněným, ale zároveň v sobě má potenciál. V každém je ukryto mnoho dobrého, jen je to někdy skryto pod různými „vrstvami“. Nejlépe do člověka vidí Bůh, jen On má tu úžasnou schopnost vidět až do srdce člověka, a proto také člověku nejlépe rozumí. My se můžeme tomuto pohledu učit. Boží pohled je pohled pozitivní. Vidí lidi a situace z té lepší stránky. Neznamená to zavírat oči před realitou, ale vidět ji z toho lepšího úhlu. Rozdíl můžeme vidět na obrázku sklenice s vodou ze začátku našeho setkání. Dvě stejné sklenice zaplněné do poloviny vodou mohu popsat dvěma pravdivými výroky: sklenice je poloprázdná, sklenice je poloplná. Oba výroky přesně popisují realitu, jsou pravdivé. Ten první si víc všímá prázdnoty sklenice, její nenaplněnosti, toho, co chybí (negativní pohled). Druhý si všímá plnosti, i když ještě není úplná; klade důraz na to, co je, ne na to, co chybí (pozitivní pohled). V tom je velký rozdíl.

Jako lidé víme, že nejsme dokonalí. A když nám někdo zdůrazňuje, kolik nám toho ještě chybí, jak daleko jsme ještě od cíle, tak nás může pěkně odradit. Naopak každé povzbuzení, pochvala, ocenění nás motivuje, dává nám chuť pokračovat, jít dál. Pohled, který vidí sklenici „poloplnou“, zároveň oceňuje a dává smysl i tomu „málu“, které už tu je.

Boží pohled:

 vidí v člověku to nejlepší, co v něm je; proto se na každého dívá s obdivem, jistotou, radostí;

 nezastavuje se u toho, čeho člověk je nebo není schopen teď; ví o jeho potenciálu a dává mu vždy znovu a znovu šanci;

 lidská slabost, zraněnost přitahuje Boží slitování, milosrdenství, pochopení…, ne jeho odsouzení, zavržení.

Na závěr jeden citát od člověka, který se na druhé lidi snaží dívat Božím pohledem:

„Není každý člověk vrcholným dílem z rukou Stvořitele, zrozený z jeho Srdce? Dívej se na něj s obdivem; pohledem, který není jako ostatní: ať skrze tvůj pohled vnímá, že existuje, že je. Dívej se na něj tak, jak se na něj dívá Bůh: vidí v něm vždy to nejlepší… Jako lidé jsme si dáni jedni druhým a navzájem jedni druhé přijímáme. Své bratry a sestry sis nevybral, byli ti darováni Pánem. Hledej ve svém bratru to, co je mu vlastní, v čem je jeho jedinečnost. To, co je skvělé v něm, tak jako v tobě, je dar Boží k vzájemnému obohacení. Miluj druhého v jeho minulosti i v jeho budoucnosti. Nepošlapej nikoho, nikoho neshoď, roztrhej všechny nálepky… Každý je pro tebe důležitý.“

*(Podle Daniela Ange z knihy „Livre de vie“)*

Křesťané v katolické církvi mají ve své tradici „adoraci Nejsvětější svátosti oltářní“. Je to takový jednoduchý způsob, jak na sebe nechat spočinout Ježíšův pohled, a zároveň tím, že se já dívám na něj, se můžu učit dívat na druhé lidi jako on.

***Závěr:*** podle místních podmínek končíme nejlépe buď v kruhu s rozžatou svíčkou uprostřed, nebo, pokud je to možné, např. v kapli před svatostánkem.

Můžeme mít před sebou obrazy svého „já“ a zakončíme buď jednoduchou chvílí ticha, ve které se každý „podívá sám na sebe“ a zkusí si v sobě najít něco pěkného, nebo můžeme formou modlitby díků a chvály vyjádřit Bohu vděčnost za jeho pohled na každého z nás, na každého člověka.

*Poznámka: úvodní aktivita je v upravené podobě převzata z materiálů Jozefa Šelingy „Rozsévač vyšel rozsévat“.*

*Zpracovala Helena Johnová, KC Hradec Králové*

1. **Láska a zamilovanost**

Téma tohoto setkání navazuje na předcházející, kdy jsme se zabývali osobní identitou a skutečností, že jsme byli stvořeni z Boží lásky a pro lásku. Láska k druhému člověku se inspiruje a opírá o Boží lásku k nám. V tomto setkání nejsou uvedeny odkazy na Bibli, ale můžeme se vrátit k těm, které byly použity v minulých tématech a které mluví o Boží nezištné lásce.

***Cíl:*** Pomoci účastníkům uvědomit si rozdíly v různých typech mezilidských vztahů. Poznat, že podmínkou každého vztahu je ochota nejen brát, ale hlavně dávat, která narůstá s kvalitou vztahu.

***Obsah:*** Na obrazu domu si můžeme lépe představit, že i lidské vztahy mají své „základy“, „hrubou stavbu“, „střechu“. Že vše má svůj řád, který je třeba respektovat, abychom dokázali „vystavět“ kvalitní vztahy, ve kterých se budeme cítit dobře („jako doma“) a které budou stabilní (nemůžeme přece začít stavět dům od střechy).

***Příprava:*** Pro lepší znázornění tématu je třeba si připravit dostatečné množství papírů, které budou tvořit „kameny stavby" (kameny můžeme vystřihnout z papíru a vybarvit je, nebo můžeme pracovat s celými listy, které pak budeme klást vedle sebe a nad sebe).

***Úvod:*** Na začátku vyzveme účastníky setkání, aby uvedli příklady různých mezilidských vztahů (kamarádství, přátelství, zamilovanost, láska), které znají z literatury, z filmů, z Bible nebo ze života. Sami si takové příklady připravíme (kamarádství: v různých seriálech; přátelství: David a Jonatan; zamilovanost a láska: z filmu Božský Bruce – na začátku je vztah k jeho dívce zamilovaností nebo sebeláskou, na konci filmu je tento vtah již láskou – chce, aby ona byla šťastná). Zkusíme na těchto příkladech společně hledat rozdíly mezi kamarádstvím a přátelstvím, mezi zamilovaností a láskou.

***Aktivita:*** Účastníky rozdělíme do čtyř skupin a každé přidělíme jeden z typů vztahů: kamarádství, přátelství, zamilovanost a láska. Členové skupiny se zamýšlejí, jaké vlastnosti, postoje, hodnoty, dovednosti či jaké vzájemné chování k danému typu vztahu patří. Každou skutečnost, kterou vztahu přiřadí, napíší na samostatný „kámen“ (list papíru). Příklady pojmů: nezištnost, obětavost, milosrdenství, věrnost, vůle, vztah, skutky, důvěra, bezpečí, pravda, rozum, cit, emoce, pudy, slova, růžové brýle, potěšení, touha vlastnit, sobectví, dávat, brát, svoboda, dobro druhého, jednorázová pomoc, intimní spojení dvou lidí, čas, společná činnost, spolehnutí se jeden na druhého…

***Společné zamyšlení:*** V místnosti vytvoříme dostatečně velký prostor, na němž pak „stavíme“ čtyři domy. Každý dům stavíme od jeho základů, tzn., že u každého typu vztahu si řekneme, co tvoří jeho základy, na čem musí stát, bez čeho by nemělo cenu vůbec jít dál (a položíme vedle sebe ty pojmy napsané na „kamenech“). Pak následuje „hrubá stavba“ (do dalších řad klademe nové „kameny“): co je podstatou vztahu, co všechno patří do tohoto vztahu. Nakonec přijde na řadu „střecha“ (z našich „kamenů“ můžeme sestavit něco, co bude střechu připomínat). Termínem „střecha“ máme na mysli jakési dovršení vztahu.

Cílem je nad těmito vztahy ***přemýšlet***, důležité jsou názory účastníků, kteří se snaží své názory zdůvodnit; nejde tedy o něco, co je předem dané. „Stavby“ nám pomohou porovnávat, co která obsahuje, domlouvat se např., jestli něco, co jsme dali do kamarádství, nepatří už spíše do přátelství, a zároveň vidět, co je „v základech“ a co tvoří až „střechu“. A navíc to, co je „střechou“, tedy dovršením jednotlivých vztahů, to přece nemůžeme dávat do základů. Z výsledných obrazů poznáváme, že jiné je dovršení zamilovanosti (tam je vyvrcholením např. trávení času s druhým, vzájemné poznávání se, učit se dávat) a jiné je dovršení lásky. Něco jiného je zamilovanost a něco jiného přátelství.

***Zakončení:*** Celé setkání můžeme zakončit zamyšlením nad těmito „stavbami“. Posadíme se do kruhu a vlastními slovy nebo s použitím následujícího textu zkusíme rozvést myšlenku opravdové a nezištné lásky; případně pak nechat prostor pro spontánní modlitbu díků za lásku, za kamarádství, přátelství, zamilovanost; můžeme svěřovat do Božích rukou vztahy, ve kterých žijeme…

***Myšlenky, kterými je možné setkání zakončit*** *(jinou variantou je zvolit vhodný text z některé knihy pro mladé a pomalu ho s přestávkami číst a nechat přitom hrát klidnou hudbu):*

Každý z nás byl stvořen nejen proto, aby byl milován, ale také aby tuto lásku dával dál. Co si moje okolí představuje pod pojmem „láska“? Heslem dnešní společnosti je často „chci všechno a hned“ *(pro ilustraci je možné využít např. píseň Teraz alebo nikdy od skupiny Elán)*. Co to znamená pro lásku? Tento postoj má na mysli „lásku“, kterou mám pro čokoládu: mám ji „rád“, protože mi působí určité potěšení. Když už na ni nemám chuť, když jsem se nasytil, tak ji prostě odhodím. „Však když budu zase chtít čokoládu, koupím si jinou.“ Tímto způsobem se často chováme i k druhým lidem. Máme je rádi jen do té míry a tak dlouho, dokud nám přinášejí potěšení, dokud z nich máme nějaký „užitek“. Ve chvíli, kdy nám začnou být nějak nepříjemní, kdy nás omrzí, tak se jich prostě zbavíme. Přestaneme s nimi mluvit, nestýkáme se s nimi. Je toto opravdová láska? Nikdo z nás by určitě nechtěl být tou nakousnutou a odhozenou čokoládou. Po čem toužíme? Abychom byli milováni takoví, jací jsme, bezpodmínečně, nezištně.

Tak nás miluje Bůh a tak chce, abychom se milovali navzájem. Proto je potřeba naučit se dávat lásku jiným způsobem. Dávat ji opravdu, bezpodmínečně, nezištně. Jak? Nejprve tak, že se navzájem přijmeme jako dar od Boha. Hledejme v každém člověku jeho jedinečnost; to obdarování, které je absolutně vlastní jen tomu jednomu člověku. Otevřme své „uši“, abychom vnímali, co nám Duch Sv. říká skrze charakter, povahu a dary našich bližních. Otevřme také své „oči“, abychom viděli Boží zázrak, kterým každý člověk je, a buďme pokaždé okouzleni tímto divem Boží stvořitelské lásky.

Tak, jako toužím, aby druzí milovali mě, tak se mám já snažit mít rád je. Přistupovat ke každému člověku s hlubokým respektem a úctou. Cesta lásky, která vede dopředu, je cesta, na které nehledám v druhém člověku to špatné. Nezkouším, jak intenzivně mohu druhého dráždit, provokovat nebo si ho nevšímat, aby to bylo „ještě snesitelné“. Ptám se naopak: Jak mohu druhého ještě víc a lépe milovat? Jak mohu ještě více druhému dělat radost?

Pravá láska je dar. Milovat znamená dávat, ne brát. Příklad sobecké lásky je láska k čokoládě. Mám rád čokoládu, protože mi přináší určitý požitek potěšení. Nesobecká láska však nemá chuť polapit, uchopit, vlastnit předmět své touhy. Vždyť druhý není „předmět“. Když se druhého zmocníš pro sebe, zničíš ho, protože vlastně miluješ jen sebe v domnění, že miluješ druhého. Úžas a okouzlení, tužby a rozechvění, dojetí a omámení, to vše je krásné a nezbytné jak v muži, tak v ženě, ale jsou to jen prostředky, které nám mají pomoci na cestě k opravdové lásce. Tyto pocity samy o sobě láskou nejsou. Milovat znamená chtít, aby druhý zůstal svobodný. Milovat znamená chtít dobro druhého, a to dokonce víc než své vlastní. Má láska druhému pomáhá, aby rostl a stával se více sám sebou, ne tím, kým ho chci mít já. Pomáhat druhému často znamená, že já se musím menšit, aby on mohl růst: znamená to ustoupit, přijmout, že druhý se nechová tak, jak bych si já představoval, že nedělá to, co já bych chtěl, aby dělal…

V dnešním světě často platí zásada „všechno a hned“. Neumíme čekat, neumíme být trpěliví, přeskakujeme etapy růstu a lidského zrání, abychom mohli ochutnat to, po čem tolik toužíme. Nedokážeme dopřát rostlině dostatek času, aby pomalu a přirozeně rostla do krásy. Přitom vše, co je krásné, roste pomalu a potřebuje čas, hodně času. Darujme tento čas sami sobě, učme se krok za krokem milovat nejprve v opravdovém přátelství. Učme se zapomínat na sebe a myslet na druhé, učme se úctě, respektu, abychom se stávali lidmi s otevřeným srdcem. A pak, až přijde čas, budeme schopni opravdu zodpovědně, vědomě a dobrovolně říct: „dávám se ti“, „přijímám tě“.

Zpracovala *Helena Johnová, KPC Hradec Králové*

1. **O osobním povolání člověka**

***Cíl:*** Pomoci účastníkům pochopit krásu Božího povolání jak k manželství, tak k zasvěcenému životu a ukázat, že obě povolání jsou povoláním k lásce a plnému a šťastnému životu. Pomocí tohoto zamyšlení nadchnout každého pro hledání svého osobního povolání, své osobní cesty. Bylo by výhodou, pokud na tomto setkání může být přítomen vedle katechety i člověk, který žije jiné povolání než katecheta. Společné přemýšlení a diskuse tak nebudou jen teorií, ale zároveň svědectvím.

***Obsah:*** Přemýšlením a vypsáním pojmů, které se týkají obou povolání, objevit, že obě povolání jsou si v mnohém podobná, že obě cesty mají svou krásu, ale i úskalí.

***Brainstorming:*** Nejdříve vyzveme účastníky k tomu, aby říkali, jaké asociace (pojmy nebo obrazy) se jim vybaví, když se řekne manželství, a jaké se jim vybaví, když se řekne celibát nebo zasvěcený život. Cílem této chvíle je nechat vyplout na povrch nejen to, co si myslí a jaké mají názory, ale co je v nich i podvědomě usazeno a s těmito pojmy spojeno. Vše, co bude řečeno, necháváme bez jakéhokoliv komentáře! Povzbudíme k vyjádření opravdu všeho (mohou zaznít i velmi negativní pojmy…). Tato chvíle nám pomůže uvědomit si, že jsme velmi ovlivněni tím, co kolem sebe vidíme a slyšíme, i když sami všechny ty vjemy vědomě nezpracováváme. Pak poskytneme chvíli k osobnímu zamyšlení.

***Osobní zamyšlení:*** Každý sám přemýšlí a píše hesla, která má spojena (teď už vědomě) s manželstvím a zasvěceným životem.

***Společné zamyšlení:*** Pojmy, které si účastníci napsali, píšeme na společný plakát (na tabuli), kde označujeme, co patří k manželství a co k zasvěcenému životu. Na listech papíru můžeme mít připravena následující hesla nebo citáty z minulých témat a setkání: *odpovědnost, dar, bezpodmínečná láska, život pro druhé, samota, nedostatek soukromí, prožitek, city, být milován, milovat, úžas a okouzlení, tužby a rozechvění, dojetí a omámení, vztahy s druhými lidmi, zapomenutí na sebe sama, vydanost pro druhé, oběť, úcta, respekt, svoboda, radost, pokoj, rozhodnutí, slib na celý život*…

Citáty z minulých setkání:

 *Vidíme, že naší nejhlubší touhou od počátku je touha být milován. Ale jen Bůh ji může naplnit dokonale, člověk nikdy, protože je jen slabým tvorem.*

 *Opravdová láska nehledá sebe, své potěšení, ale opravdová láska touží dávat.*

 *Každý z nás si hluboko v sobě nese touhu být milován a milovat.*

 *Nejlépe do člověka vidí Bůh, jen on má tu úžasnou schopnost vidět až do srdce člověka, a proto také člověku nejlépe rozumí.*

 *Pravá láska je dar. Milovat znamená dávat, ne brát. Pocity samy o sobě nejsou láskou.*

*Milovat znamená chtít, aby druhý zůstal svobodný. Milovat znamená chtít dobro druhého, a to dokonce víc než své vlastní. Má láska druhému pomáhá, aby rostl a stával se více sám sebou, ne tím, kým ho chci mít já. Pomáhat druhému často znamená, že já se musím menšit, aby on mohl růst.*

***Diskuse:*** Hovoříme o tom, které pojmy a citáty se hodí ke kterému povolání. Dojdeme k závěru, že většinu lze přiřadit k obojímu (pokud nám naopak vyšlo něco jiného, hledáme společně, proč tomu tak je). V čem je tedy rozdíl? Samozřejmě v konkrétní formě, v praktickém denním životě. Cílem tohoto zamyšlení je ukázat, že obě povolání jsou povolání z lásky a k lásce. Je také dobré zdůraznit, že povolání k zasvěcenému životu je stejně jako povolání k manželství „příběhem lásky“ – lásky k Bohu.

Nejde jen o „sociální celibát“, kdy se lidé nežení nebo nevdávají, protože je to praktičtější a mají tak víc času pro druhé lidi. Můžeme zůstat u našeho srovnání a pokusit se společně pojmenovat silná a slabá místa (výhody a nevýhody, úskalí či obdarování) obou povolání vzhledem k naší lidské povaze. Tady možná bude prostor pro pojmy, které jsme jmenovali nebo zapisovali hned v úvodu setkání. Můžeme přemýšlet o těch negativních, z čeho vycházejí, proč máme my nebo lidé kolem nás s těmito povoláními spojeny i negativní emoce. Katecheta shrne společné zamyšlení nad Božím povoláním, vyzdvihne krásu a jedinečnost obojího povolání a důležitost postoje otevřenosti (ptát se Boha, kde budu šťastný). „I já i ty, všichni jsme povoláni do vztahu lásky.“

***Závěr:*** Může následovat chvíle, kdy se každý zamyslí sám nad sebou, jestli by některému z těchto povolání dal přednost a proč, zda má vůči některému z těchto povolání výhrady a proč, jestli má strach, obavy… (je možné, aby si každý toto své zamyšlení vyjádřil pro sebe buď písemně, nebo výtvarně, podle času, který máme k dispozici). Katechezi můžeme uzavřít společnou modlitbou, kdy každý dostane prostor vyjádřit nahlas, nebo jen v srdci, co prožívá ve vztahu ke svému osobnímu povolání, a odevzdat svoji budoucnost do Božích rukou.

*Následující úvaha, k níž byla použita kniha Hanse Buoba „Povolání k vydanosti“ (vyd. Karmelitánské nakladatelství, 1995), je určena pro katechetu, ne přímo pro účastníky setkání. Má pomoci v přípravě setkání a poskytnout katechetovi myšlenky, které pak použije dle vlastního uvážení.*

**Bůh povolává**

Člověk si často obraz o sobě vytváří „z vnějšku“, tedy v závislosti na druhých lidech, na práci apod. Tak se někdy maminky vidí skrze to, co dělají pro své děti, někdo jiný skrze práci, sport… Tato činnost se pak stává největším smyslem jejich života. Mnozí se také třeba vidí jen skrze pohled druhých lidí: jsem úspěšný řidič, člověk, na kterého je spolehnutí, jsem lenoch, dříč, alkoholik, dobrý zpěvák…

Každý z nás má však svou identitu danou od Boha. To Bůh, který po mně toužil už od věčnosti, řekl, kým jsem. Z jeho úst však neuslyším na prvním místě slova typu: jsi dobrý žák, jsi příkladný otec…, ale jen JSI, existuješ, žiješ. Ty nejsi to, co děláš, ty prostě JSI. Dnes máš možná dobré známky, ale zítra třeba propadneš – to však neznamená, že budeš horší, že ztratíš na ceně. Tvá „cena“ zůstává stále stejná, ať máš dobré nebo špatné známky, ať pracuješ hodně nebo málo. Tvá cena je v tom, kdo jsi, ne v tom, co děláš.

Bůh stvořil každého z lásky a pro lásku a vtiskl nám do srdce naši jedinečnost. Nikdo jiný než Bůh mi nemůže říct, kdo jsem, protože lidé mě vidí jen z vnějšku. Otázka, kterou si pokládám, by neměla být: „Jak mě vidí druzí?“, ale „Jak mě vidí Bůh?“, „Kým jsem v Božích očích?“, „K čemu mě povolal?“ Bůh sám vidí až do hlubin mého srdce. Tak jen on sám také ví, jaké povolání, jaké místo v mém životě mě naplní opravdovou radostí. Jen on sám ví, kde se budu moci opravdu plně otevřít a růst v lásce. Tak jako Bůh volá člověka, aby se podílel na tajemství předávání lásky v lásce partnerské, tak také volá některé lidi, aby zasvětili svůj život na prvním místě lásce k Bohu. Podstatou je tajemství nadpřirozené lásky mezi Kristem a člověkem. Je to odpověď na lásku, která zahrnuje celého člověka – s tělem i duší. Kristova láska k člověku a člověka ke Kristu je podobou snoubenecké lásky; lásky ve své nesobecké, nejčistší podobě. Znamená to být úplně jenom pro Boha, zaměřit se na Ježíše (tzn. otevřít se mu a odevzdat se mu): plně, bezprostředně. Tak, jak to jednou udělají na věčnosti všichni.

*Zpracovala Helena Johnová, KPC Hradec Králové*