

PÔSTNA DOBA – PREMENA SRDCA

Námet na pôstnu dobu pre deti

Liturgický rok A

Pôstna doba je opätovnou príležitosťou k premene srdca. Naše obrátenie k Bohu sa v živote neuskutočňuje iba raz, ale je to proces, ktorý sa stále opakuje. Čas pôstu je obzvlášť vhodným obdobím k tomu, aby sme dovolili Bohu vstúpiť do nášho života, do nášho srdca a nechali sa ním premeniť.

Cieľ:

Cieľom tohto námetu je prežiť pôstnu dobu ako cestu premeny srdca pre deti a ich rodičov. Božím pôsobením a našou snahou môžeme svoje srdce premeniť, aby dokázalo viac milovať. Námet môžeme použiť vo farnosti, v škole ale i v rodinách.

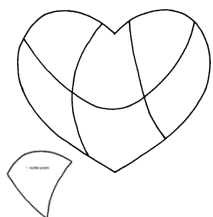
Základný motív: SRDCE

„Bože, stvor vo mne srdce čisté a v mojom vnútri obnov ducha pevného“ (Ž 51, 12).

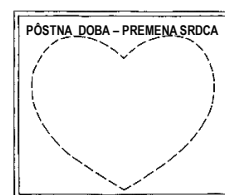
„Odstránim z ich tela srdce kamenné a dám im srdce z mäsa, aby kráčali podľa mojich príkazov,... aby boli mojím národom a ja aby som bol ich Bohom“ (Ez 11, 19-20).

Pomôcky a priebeh aktivity:

Na veľkú nástenku nakreslíme obrys srdca. Môžeme použiť napr. polystyrénovú dosku obalenú baliacim papierom alebo látkou. Nad srdce umiestnime nápis **Pôstna doba – premena srdca**. Z kartónu alebo z lepenky vystrihneme



rovnaké srdce ako je obrys na nástenke a rozdelíme ho na šesť častí. Každú pôstnu nedeľu pridáme na nástenku do pripraveného obrysu jeden diel. Môže ho tam umiestniť kňaz alebo katechéta s pomocou detí na začiatku sv. omše (alebo na začiatku kázne, pričom pripomenie koľkú pôstnu nedeľu slávime, ktorý týždeň je pred nami a o čom sme počuli v evanjeliu). Zároveň ukáže symbolický predmet (uvedené nižšie pri jednotlivých týždňoch), ktorý nám dané evanjelium pripomína, a umiestni ho do

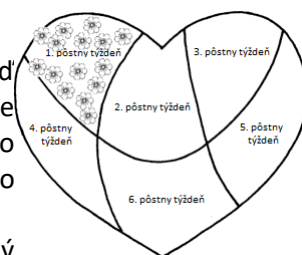


blízkosti nástenky so srdcom. Po sv. omši budú deti do príslušného dielu srdca vlepuvať alebo pomocou špendlíkov pripínať papierové kvietky. Kvietky budú počas celej pôstnej doby pribúdať, takže na Veľkú noc budeme mať pred očami srdce celé a rozkvitnuté.

Papierové kvietочки môžu byť pripravené dopredu. V tomto prípade ich deti dostanú hneď po sv. omši a umiestnia ich na nástenku ako vyjadrenie svojej ochoty pracovať na premene svojho srdca. Druhá možnosť je, že si deti pripravujú kvietочки doma a prinesú ich ako výsledok svojho snaženia. Kňaz alebo katechéta už na začiatku rozhodne aký spôsob vo farnosti (alebo v škole) zvolí.

Kvietочки môžu vložiť deti aj do pripraveného košíka a priniesť počas sv. omše ako obetný dar.

Kartičky na každý pôstny týždeň (s obrázkom, úlohou, kvietčekom a modlitbou) dostanú deti po sv. omši (v nedeľu alebo počas týždňa – podľa toho, kedy sa táto aktivita realizuje). Úlohu v kartičke si môžu deti s pomocou rodičov skonkretizovať a poznačiť na zadnú stranu.



Na každú pôstnu nedeľu teda potrebujeme (okrem základnej nástenky):

- jeden diel srdca s označením týždňa (napr. 1. pôstny týždeň);
- symbolický predmet pripomínajúci evanjelium;
- kartičky pre deti;
- dostatočný počet kvietkov pre deti.

(potrebné materiály sú k dispozícii v prílohách)

Postup:

Pri prvej spoločnej katechéze na začiatku pôstnej doby (na 1. pôstnu nedeľu alebo pred ňou) kňaz/katechéta vysvetlí deťom o čo sa budeme snažiť, čo budeme robiť a aký to má význam.

Na jednotlivé nedele ponúkame niekoľko myšlienok, ktoré môžete ľubovoľne prispôbiť svojim podmienkam.

1. PÔSTNA NEDEĽA

Evanjelium: Pokúšanie Ježiša (Mt 4, 1-11)

Symbolický predmet: kameň a piesok – symbol púšte a pokúšenia, ktoré na nás môže doliehať.

Téma: Pán Ježiš odišiel na púšť a tam sa 40 dní postil a modlil. Keď k nemu prišiel diabol, aby ho pokúšal, Ježiš pokúšeniu odolal a nepodľahol mu (na rozdiel od prvých ľudí, ako sme to počuli v prvom čítaní). Ako sa Ježiš pripravoval na boj s pokúšením? Modlitbou a pôstom. Nespoliehal sa na svoje sily, ale celkom dôveroval svojmu nebeskému Otcovi. I nám modlitba a pôst dávajú silu, aby sme mohli pokúšenia premáhať.

Úloha: Zamyslieť sa nad tým, čo je pre mňa pokúšením, čo je pre mňa „kameňom“, o ktorý sa potkýnam. Čo robím a nemal/a by som? Pokúsím sa pokúšenie prekonať.

Modlitba: Pane Ježišu, ty si prekonal veľké pokúšenia. Daj mi prosím silu, aby som aj ja každý deň dokázal/a bojovať s pokúšeniami.

2. PÔSTNA NEDEĽA

Evanjelium: Ježišovo premenenie (Mt 17, 1-9)

Symbolický predmet: Nový zákon (Sväté Písmo) – symbol Ježišových slov, ktoré máme počúvať.

Téma: Pán Ježiš vystúpil na horu (podľa tradície na horu Tábor) a vzal so sebou Petra, Jakuba a Jána, aby sa osamote modlili. Tam sa pred nimi premenil. „Tvár mu zažiarila sťa slnko a odev mu zbelel ako svetlo...a zaznel hlas: „Toto je môj milovaný syn, ... počúvajte ho“. Počúvať a poznávať Ježiša môžeme aj zo Svätého Písma – z evanjelií, ktoré nám približujú ako Ježiš hovoril, zmyšľal a konal. Počúvať Pána Ježiša môžeme aj v modlitbe.

Úloha: Každý deň si prečítať krátky úryvok z evanjelií (najlepšie spoločne v rodine). Potom Ježišovi porozprávať čo som prežil/a pekné počas dňa, a poprosiť ho o odpustenie vín.

Modlitba: Pane Ježišu, nauč ma počúvať tvoje slová v Svätom Písme. Nauč ma modliť sa tak, aby modlitba premieňala moje srdce.

3. PÔSTNA NEDEĽA

Evanjelium: Stretnutie so Samaritánkou (Jn 4, 5-42)

Symbolický predmet: sklenený džbán s vodou – symbol daru krstu a symbol Božej lásky, ktorá je pre každého človeka ako *živá voda*.

Téma: Ježiš sa stretol pri studni so ženou – Samaritánkou. Veľmi sa divila, keď sa s ňou Ježiš začal rozprávať. Vtedy to nebolo obvyklé, aby sa muži rozprávali s cudzími ženami. A navyše, Židia a Samaritáni žili v nepriateľstve. Tento Žid – Ježiš – ju oslovil a dokonca jej povedal, že jej dá *živú vodu*, takže už nikdy nebude smädná. Keď jej potom povedal všetko, čo v živote urobila, uverila, že on je ten prisľúbený Mesiáš, na ktorého čakajú. Hneď nechala džbán a bežala do mesta. Vďaka nej potom v neho uverilo mnoho ľudí.

Voda je pre nás dôležitým symbolom. Pripomína nám náš krst. Bez vody nie je možný život. V niektorých krajinách je voda veľkou vzácnosťou a musia ňou šetriť. Deti, zažili ste niekedy smäd? V živote však môže existovať aj iný smäd – po láske, po šťastí, po zmysle života, po priateľstve, po mieri,... . Ježiš môže utíšiť každý smäd, pretože je Boží Syn a na každom človeku mu záleží.

Úloha: Zistiť kedy a kde som bol/a pokrstený/á. Všímať si, na čo všetko je v každodennom živote potrebná voda a neplyvať ňou, pretože mať vodu nie je samozrejmosť.

Modlitba: Pane Ježišu, ďakujem ti že som pokrstený/á a patrím do rodiny Božích detí. Daj prosím, nech nezabúdam, že priateľstvo s tebou je ako živá voda pre moju dušu a môj život.

4. PÔSTNA NEDEĽA

Evanjelium: Uzdravenie slepého (Jn 9, 1-41)

Symbolický predmet: sviečky – symbol svetla, ktoré očiam umožňuje vidieť a tiež symbol svetla viery.

Téma: Ježiš uzdravil slepého od narodenia. Uzdravil nielen jeho zrak, ale dal mu i svetlo viery. Slepota je hrozná vec aj napriek tomu, že existuje veľa pomôcok, ktoré môžu slepým uľahčiť život, napr. Braillovo písmo. Existuje však ešte jedna slepota – slepota srdca. Tou trpia ľudia, ktorí majú síce dobré oči ale napriek tomu nevidia ľudí okolo seba. Vidia iba seba, svoje záujmy a na druhých vidia iba ich chyby.

Úloha: Poďakovať Bohu za dar zraku. Snažiť sa vidieť, čo kto potrebuje, ponúknuť svoju pomoc a takto sa učiť vidieť srdcom.

Modlitba: Pane Ježišu, ďakujem ti za dar zraku. Prosím ťa, nech dokážem vidieť aj srdcom, nech si všímam čo kto potrebuje a viem druhým pomôcť.

5. PÔSTNA NEDEĽA

Evanjelium: Vzkriesenie Lazára (Jn 11, 1-45)

Symbolický predmet: obväzy (pruhy plátna) – symbol zmŕtvychvstania a nového života.

Téma: Ježiš plakal nad hrobom svojho priateľa Lazára. Vidíme, že bol nielen Božím Synom ale aj skutočným človekom, ktorý prežíval radosť a smútok rovnako ako my. Potom sa Ježiš obrátil v modlitbe k nebeskému Otcovi a Lazára vzkriesil. Lazár vyšiel z hrobu obviazaný pruhmi plátna. Ježiš povedal: „Porozväzujte ho a nechajte ho odísť!“ Mnoho ľudí, ktorí videli čo Ježiš urobil, v neho uverilo.

Ježiš nielen uzdravuje chorých a pomáha utrápeným, ale dokonca vracia život. On je Pánom nad životom i smrťou. Ježiš povedal: „Ja som vzkriesenie a život. Kto verí vo mňa, bude žiť, aj keď umrie.“ A potvrdil to svojim zmŕtvychvstaním. My už vieme, že náš život smrťou nekončí a spolu s Kristom vstaneme k večnému životu. To je radosná správa pre každého. Privlastniť si ju však môže iba ten, kto verí.

Úloha: Násť v okolí svojho bydliska nejaký symbol viery (kríž, kaplnka,...) a na tomto mieste poďakovať Bohu (nahlas alebo v duchu) za dar viery.

Modlitba: Pane Ježišu, ďakujem ti za dar viery a za tvoje slová, že každý kto v teba verí, neumrie naveky.

6. KVETNÁ NEDEĽA

Evanjelium: Ježišov príchod do Jeruzalema (Mt 21, 1-11)

Symbolický predmet: kráľovská koruna (napr. z papiera) a trňová koruna – symboly rôznych predstáv o kráľovi.

Téma: Kvetná nedeľa je pripomienkou Ježišovho príchodu do Jeruzalema a toho, čo potom nasledovalo. Ľudia víтали Ježiša ako svojho kráľa a volali mu na slávu (ukázať kráľovskú korunu). Ale o niečo neskôr žiadali Piláta: „Ukrižuj ho!“ (ukázať trňovú korunu). Ľudia si predstavovali iného kráľa, nie toho, ktorý prijíma utrpenie. Chceli mať kráľa podľa svojej predstavy, podľa svojho obrazu.

Aj nám by sa mohlo stať, že chceme mať Boha podľa svojho obrazu (predstáv) – Boha, ktorý splní všetky naše priania, Boha, ktorý nedopustí žiadnu bolesť, Boha, ktorý zatočí s tými, ktorí v neho neveria,... .Ale Boh sám v osobe Ježiša

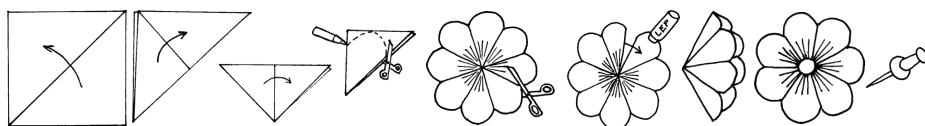
Krista je iný. Berie na seba ľudské utrpenie, aby nám ukázal, že i v utrpení je nám Boh blízko a že smrť v živote nemá posledné slovo.

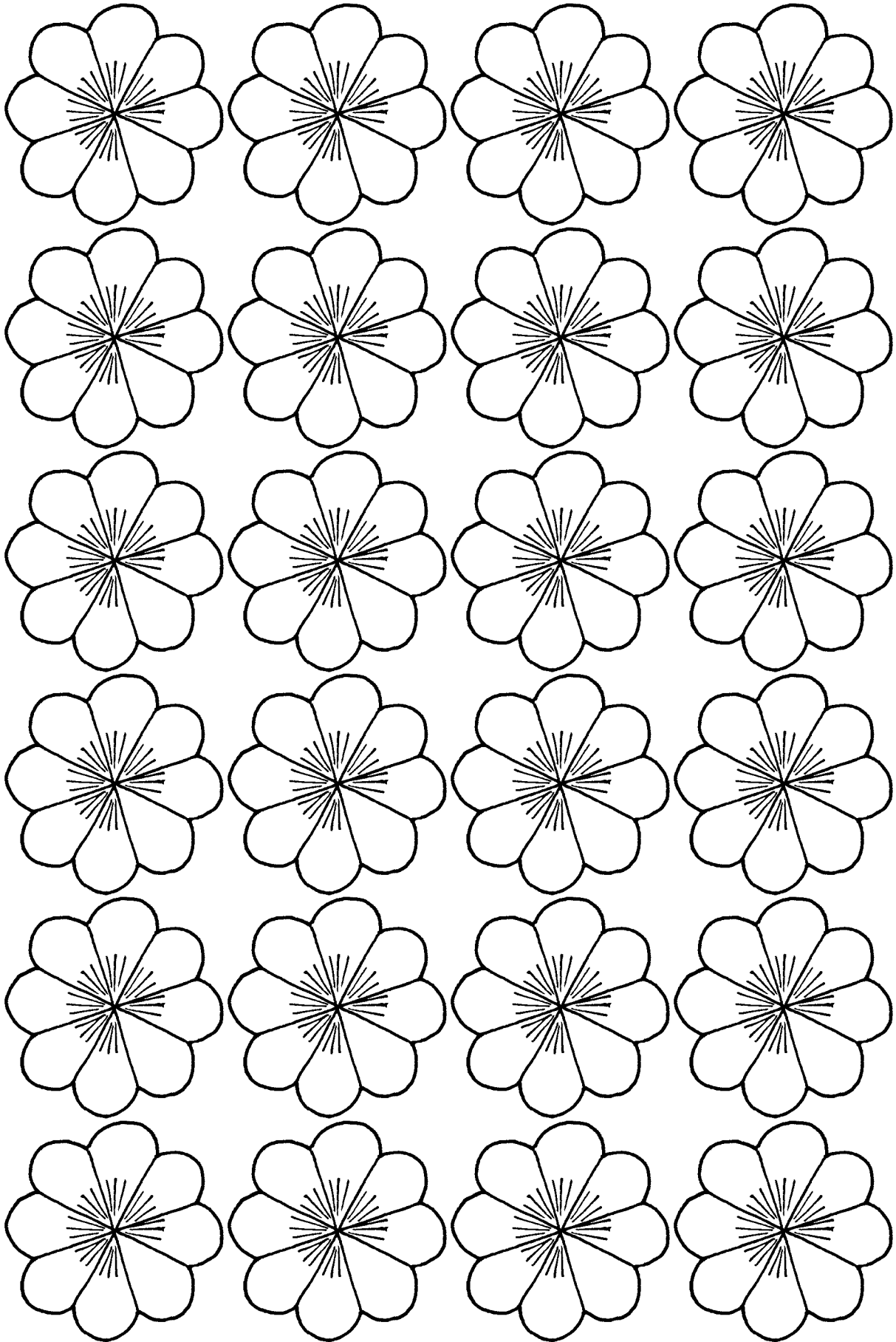
Úloha: Priniesť domov z bohoslužby Kvetnej nedele vetvičku a umiestniť ju napr. za kríž na stene. Úprimne prežiť Veľký týždeň i samotnú Veľkú noc.

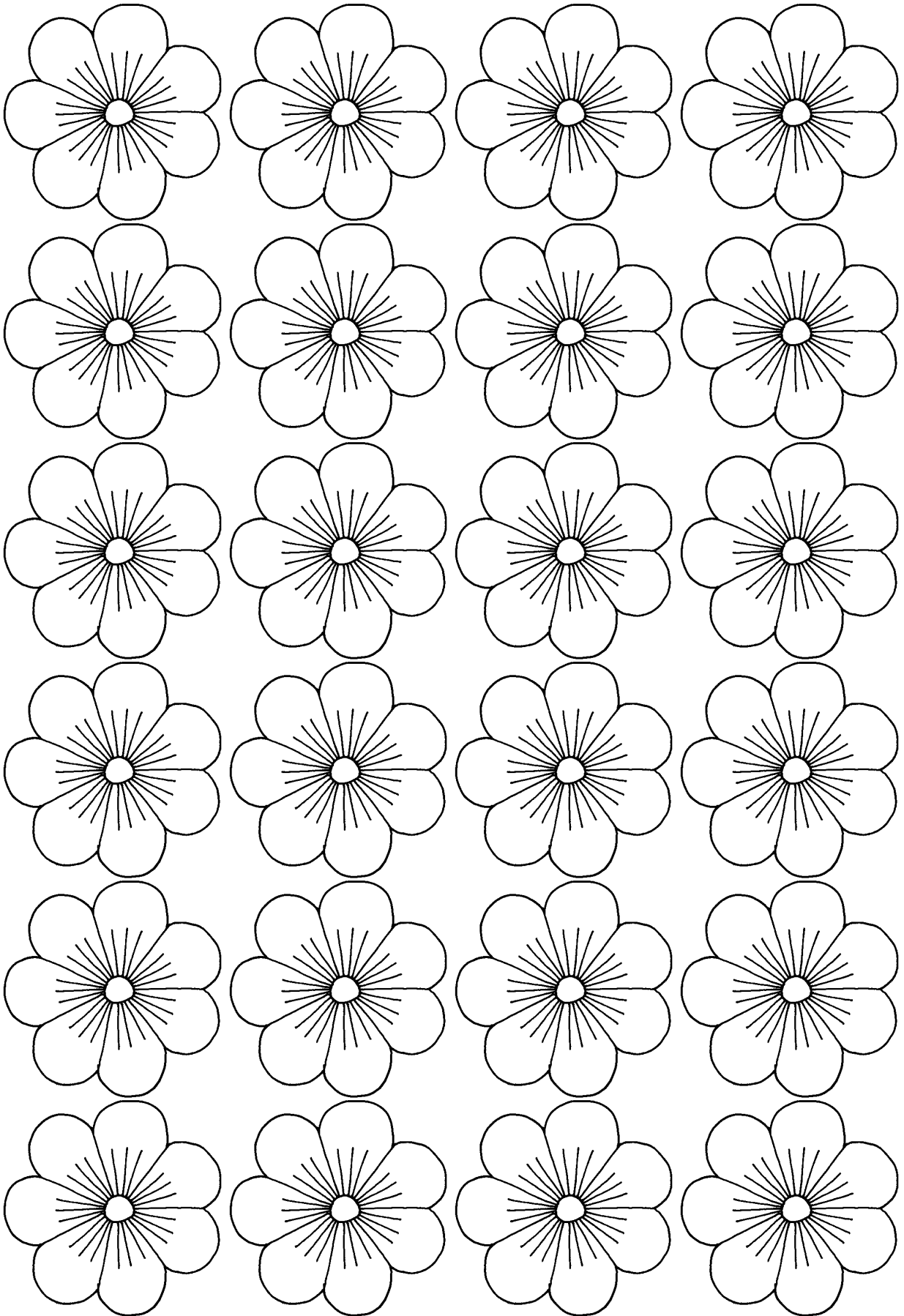
Modlitba: Pane Ježišu, ďakujem ti za to, že si vzal na seba utrpenie a smrť, aby si nás – hriešnikov – zachránil. Vždy buď mojim kráľom, aj keby tebou a tvojou Cirkvou iní pohrdali.

Návod na výrobu kvietkov :

Pokiaľ si deti pripravujú kvietčky sami, vyfarbia a vystrihnú si tie, ktoré majú na kartičke. Ak im ich pripravíme dopredu, môžeme ich vyrobiť podľa tohto návodu (budú vyzerat' „plasticky“):







Námet uverejnený s dovolením Diecézneho katechetického centra Biskupství brněnského (KPKC 001-5/2020).

Autori námetu: M. Špačková, J. Šebková. Obrázky: I. Fukalová.

Preklad a úprava obrázkov: Zuzana Floreková, KPKC, n. o.