

POGLOBIMO POSTNI ČAS



*Post je čas,
za dobra dela,
odpoved in molitev
za ljudi v stiski.*



Postni tedni

GRADIVO ZA OBLIKOVANJE BOGOSLUŽJA

Post je čas za molitev, dobra dela
in odpoved za ljudi v stiski.

POGLOBIMO POSTNI ČAS

Gradivo za oblikovanje bogoslužja



Izdala: Slovenska karitas

Odgovarja: Peter Tomažič

Uredila: Nina Stenko Primožič

Avtorji: s. Slavka Cekuta, dr. Roman Globokar, Vera Horjak Kravos, Jožica Marija Ličen, s. Meta Potočnik, Nina Stenko Primožič, Alojzij Štefan, Peter Tomažič, s. Zala Vrabec, Helena Zevnik Rozman

Lektorirala: Marta Novak

Slika na naslovnici: Jože Bartolj

Sliki in fotografija: Miloš Marc, Patricija Simonič Rijavec, Zdenka Sfiligoj

Oblikovanje solzice, zadnja stran: Gapro design

Stavek in tisk: Antus d.o.o., Jesenice

Naklada: 1300 izvodov

Slovenska karitas, Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana

01 300 59 60, info@karitas.si, www.karitas.si

Ljubljana, februar 2023

Vsa gradiva so na voljo na spletni strani www.karitas.si/post



BESEDA ZDRAVI

Letošnji post smo na Slovenski karitas naslovili z geslom »Beseda zdravi«. »V začetku je bila Beseda in Beseda je bila pri Bogu in Beseda je bila Bog,« zapiše evangelist Janez. Človek je s pojavom besede, najprej v sliki in nato v črkah ter številkah, pridobil možnost predajanja znanja, spoznanj, izkušenj, jasnega izražanja čustev, preverjanja razumevanja drugega človeka in tudi izražanja najglobljih hrepenenj ter presežnega.

Beseda ima izjemen pomen v našem življenju. Vemo, da če človek dalj časa ne govori z drugim človekom ali vsaj z Bogom, lahko nazaduje v svojih kognitivnih sposobnostih. Lahko se mu celo popolnoma zamaje um. Besede nas lahko ranijo, ponižajo, zavedejo in na drugi strani ozdravijo. Pozitivne besede so hrana za našo dušo in srce. To so besede zahvale, pohvale, sprejetosti, naklonjenosti, upoštevanja, opravičila, pa tudi molitve. Z njimi izražamo tudi resnico, ki je podlaga za pravičnost. Besede, ki se v iskrenosti potrjujejo tudi v sporočilih našega telesa, barvi in tonu sporočanja, imajo lahko velik učinek na naše sogovornike in na nas same. Če drug drugega začutimo, slišimo in želimo razumeti, se lahko celo spremenimo.

Post nam za ozdravitev naše duše in utrditev dobrih navad ponuja prav besedo. Najprej molitev slavljenja, prošenj in zahval, ki veje iz obrazcev ali našega srca. Tu je Božja beseda Svetega pisma, ki nas vedno znova nagovarja k dobremu. Še posebej evangelij je neizmerna zakladnica človečnosti, ljubezni in priznavanja človekovega dostojanstva. Vsakega človeka na njemu lasten način nagovarja k dobremu v odnosu do Boga, sebe in bližnjih.

V postu nas nagovarja tudi križev pot, ki je posebna molitev, v kateri se približujemo Jezusovemu trpljenju in vstajenju. V njem se na mnogotere načine združujeta naše trpljenje in trpljenje vseh ljudi. Poskušamo razumeti, zakaj tudi sami padamo, kje nam zmanjka moči in kdo nam lahko pomaga. Vedno

znova se trudimo sprejemati svoj križ, ki ga imamo v družini, med sodelavci, v kraju bivanja, v bolezni in drugih preizkušnjah, ki jim nihče ne uide. Vendar se želimo premikati naprej. Poskušajmo tudi drugim brisati solze in kaplje krvi, jim pomagati nositi bremena, se zavzeti zanje in za pravičnost, kot bi bil pred nami Jezus. On je ta, ki zaupa Očetu in se vedno pobere, kljub temu da občuti tudi neskončno trpljenje in celo samoto. Izpolnjuje Očetovo voljo in preko smrti vstopa v večno življenje v Božjem kraljestvu.

Prijazna beseda pa je tudi temelj dobrih del. Kako malo je potrebno, da razveselimo sozakovca s pohvalo za nekaj, kar mu je drugače samoumevno, da naredi za nas. Tudi otroci ne potrebujejo nešteto ur naše prisotnosti. Hitro pa zaznajo, če smo z mislimi drugod. »Oči, ali me poslušáš?« me zaskrbljeno vpraša moja hčerka. Nič nas ne stane, če smo prijazni s sodelavcem, pripravljeni na pogovor s starejšim gospodom na ulici ... Še več – prijaznost je neizmeren dar, zdravi srce in bolečine, lahko reši celo življenje.

Post je v resnici veselo sporočilo. Z Božjo pomočjo se je mogoče spremeniti na bolje in ozdraviti svoje rane. Je tudi sporočilo, da je mogoče odpustiti drugim in celo sebi ter da je mogoče rasti v pravičnosti in iskrenosti. Bog nam sporoča, da sta vera in upanje resnična ter da nismo za večno zapečateni s svojimi stranpotmi. Še manj pa smo dokončno in nemočno določeni z ravnanji svojih prednikov in njihovo vzgojo.

Bog in naši bližnji so z nami, če jim le pustimo do sebe.

Peter Tomažič, generalni tajnik Slovenske karitas



PRIČETEK POSTA

pepelnica, sreda, 22. februar 2023

Spreobrnimo se!

Postni čas je s svojo simboliko trpljenja navidezno nasprotje predbožične svetlobe, lepega in pričakovanja Jezusovega rojstva. Bog se v jaslicah rodi iz žene in kot človek vstopa v svet. A ravno postni čas doseže globino našega verovanja. Božji Sin se nam v vseh razsežnostih približa: v trpljenju, bolečini in odpovedi, z zaupanjem v Očeta in končno zmago nad smrtjo. Jezus nam pokaže, da z odločitvijo za dobra dela, odpoved in molitev lahko premagujemo temo in praznino, ki se kažeta tudi v današnjem svetu.

Nespoštovanje svetosti življenja jemlje življenja ter rani v vojnah in nasilju, v spolnih zlorabah in izkoriščanju. Bogata družba se z evtanazijo vse bolj otepa starejših in jih opredeljuje predvsem kot strošek in breme. Razviti svet se brani otrok, ker so napor, in jih odpravlja. Enako hudo je zanemarjanje otrok. **Brezbrižnost** nam zoži pogled samo na naš lastni vrtiček. Vse ostalo nas ne zanima in ni naša stvar. Jezus nam večkrat pove, da ni pomembno samo, kaj smo naredili, ampak tudi, kaj smo opustili. **Zanikanje Božjega in napuh** nas prepričujeta, da Boga ne rabimo, saj vse zmoremo sami, s pomočjo znanosti, tehnike in splošne blaginje. **Samovšečnost** je dobila širne razsežnosti z digitalno preobrazbo, ki nas vrti okrog lastne osi in samoreklame. **Pohlep** nas žene k veliko večjemu kopičenju dobrin, kot jih potrebujemo za varnost. Temu je dodana še želja po užitku ter neskončnem ponavljanju dražljajev. **Relativizem in popolna predaja nagonom** sta odraz nezrelosti in nesprejemanja odgovornosti, ki jo kot ljudje razuma zmoremo. Govori o predaji in naši nemoči, da bi lahko sprejeli odločitve za spremembo.

Vse te pasti so vsak dan pred nami. Post nam ponuja priložnost, da spregledamo ter naredimo korak naprej od telesnega k svoji duši, od sebičnosti k dobroti, od zmede do poti k sočloveku, od neznanja k znanju in od napuha ter samovšečnosti k ponižnosti. Dejaven ljubezen do bližnjega je predpogoj za človečnost. Brez daru za druge, brez sočutja, z nenehnim iskanjem zadovoljevanja potreb ostajamo talci nagonov, lupina brez vsebine, ulična svetilka brez

luči. Kaj konkretno naj storimo, je preprosto zapisano v telesnih in duhovnih delih usmiljenja. Zaključek je preprost, zate in zame. Za nami lahko ostanejo samo dobra dela ali pa ruševine. Slišali smo: »POMNI, ČLOVEK, DA SI PRAH IN DA SE V PRAH POVRNEŠ.« Smo umrljiva bitja iz prahu zemlje, a vendarle z dušo. Zato je vsaka minuta prihodnosti dragocena, da v njej naredimo nekaj dobrega za bližnjega in to bogastvo poneseemo v večnost.

četrtek, 23. februar 2023

Vsak ima svoj križ. Četudi se zdi, da so nekateri majhni, celo malenkostni, pa smo povabljeni, da ne presojava križev drugih. Jezus vsakogar izmed nas vabi, da se odpove samemu sebi in vsak dan vzame svoj križ ter hodi za Njim. **Ozrimo se na lasten križ in pomislimo, kako lahko po njem pripomoremo k dobremu za druge in v slavo Jezusa Kristusa.**

petek, 24. februar 2023

Povabljeni smo v veselje. Naj z veselim srcem prenašamo Jezusovo neizmerno ljubezen do tistih, ki ga še niso spoznali. Jezus nas v evangeliju imenuje za prijatelje: izbral nas je, pomembni smo v njegovih očeh. Ljubi nas skozi trpljenje in smrt v Življenje. Kaj več bi si še želeli? **Spomnimo se danes svojih prijateljev, zanje kaj zmolimo, jih pokličimo in se jim zahvalimo za prijateljstvo.**

Peter Tomažič

PROŠNJE ZA VSE POTREBE

Bratje in sestre, v svojih potrebah in stiskah se obrnimo na Gospoda in ga ponižno prosimo:

1. Pastirjem Cerkve si zaupal skrb za naše duše. Naj nas z zgledom in besedo usmerjajo na pot, ki vodi v življenje.
2. Pomagaj nam, da bomo v medsebojne odnose prinašali mir in veselje.
3. Gospod, pomagaj nam, da se bomo zavedali svoje vrednosti v tvojih očeh.
4. Gospod, daj nam modrost, da bomo prepoznali, kaj je v življenju zares vredno, in si za to prizadevali.
5. Usmili se vseh rajnih, da se bodo v večnosti veselili z Marijo in svetniki.

Gospod, vse to Te prosimo, ki živiš in kraljuješ vekomaj. Amen

I. POSTNI TEDEN

Izziv: Delam dobra dela.

ponedeljek, 27. februar 2023

Naše krščansko življenje se odraža v izkazovanju dejavne ljubezni ljudem okoli sebe, v katerih prepoznavamo Kristusa. **Najprej poskrbimo za družino (če smo bili vanjo poklicani), nato se obrnimo do tistih, ki so najbolj potrebni pomoči.** Jezus nam daje konkreten načrt, kje lahko pričnemo: lačne nasičevati, žejne napajati, popotnike sprejemati, nage oblačiti, bolnike obiskovati, jetnike reševati. Po svojih dobrih delih bomo sojeni ob koncu časov.

torek, 28. februar 2023

Bodimo stebri miru v nemirnih časih. Delajmo za mir v svojem srcu, v svoji družini, skupnosti, župniji, domovini. Le iz mirnega srca vzniknejo dobra dela, ki plemenitijo sočloveka. Mirno srce zaupa v Božjo dobroto, loči dobro od slabega. Ko skrbimo za mir v svojem okolju, prispevamo svoj košček k svetovnemu miru. Gospod, podari nam mir s Teboj, mir z ljudmi, mir s samim seboj. Osvobodi nas strahu. **Delimo svoj mir vsem tistim, ki prihajajo k nam z vojnih območij, zanje smo znanilci upanja. Delimo ga tudi tistim, ki nemirnega duha iščejo pravo pot, da bodo izbirali dobro.**

sreda, 1. marec 2023

Dobra dela so različnih oblik. Nekatera so bolj mikavna in odmevna, veliko pa je takih, ki so nam manj v veselje. Delamo jih iz dneva v dan, lahko so nam tudi v nadlego, zdi se celo, da jih nihče ne opazi. Stanovitnost v drobnih vsakodnevnih dobrih delih je vaja za tistega, ki jih izvršuje, in dar za onega, ki jih je deležen. **Ozrimo se naokrog in opazimo dobra dela, ki jih za nas delajo naši bližnji, sosedje, sodelavci, prijatelji in celo neznanci. Smo tudi mi tako vztrajni kot oni?**

četrtek, 2. marec 2023

Ne delajmo dobro iz preračunljivosti ali strahu. Naj delamo dobro z veseljem in predanostjo, ker nas Ti, Gospod, kličeš po bratih in sestrah v stiski. »Vse

torej, kar hočete, da bi ljudje storili vam, storite tudi vi njim!« (Mt 7,12a)
Bodimo mi prvi, ne čakajmo na dobroto drugih, mi storimo dobro najprej.

petek, 3. marec 2023

Delati dobro tistim, ki me imajo radi, delati dobro tistim, ki me cenijo in spoštujejo, to nam gre vsem kar dobro od rok. Delati dobro tistim, ki nam delajo hudo, in to celo zanalašč? Delati dobro tistim, ki zasmehujejo naše vrednote, nas ponižujejo, o nas lažejo, se okoriščajo z našim delom? Kakšna naivnost ali norost! Zmoremo tudi to? Lahko presežemo človeško logiko in se približam Božji matematiki, Božjemu pogledu ljubezni? Podajmo se danes v globine Presvetega Srca Jezusovega. Prosil si za tiste, ki so te s trnjem kronali, pljuvali, pribili na križ, te sramotili do zadnjega diha. **Naj naša dobrota ne ugasne sredi krivic, ki jih doživljamo. Naj delamo dobro, tudi ko se nam z dobrim ne povrne. Naj se spočijemo v tvojem Srcu in žarimo s tvojo Ljubeznijo. Delajmo dobro brez razloga ali z največjim Razlogom, saj smo vsi otroci nebeškega Očeta.** Kot je razmišljal Nikola Tesla: »Potrebno je delati dobro do meje norosti. In čez. Namerno, vsak dan nekomu segreti dušo.« Naj dobro premaga zlo.

Nina Stenko Primožič

PROŠNJE ZA VSE POTREBE

Bratje in sestre, obrnimo se na nebeškega Očeta in ga prosimo:

1. Dobri Bog, naj se tvoja ljubezen pretaka skozi nas, da Te bomo prepoznali in vzljubili v naših najmanjših bratih.
2. Hvala Ti, Gospod, ker nas po toliko dobrih rokah nasičuješ, nam tešiš žejo in nas obiskuješ – odpri naša srca za hvaležnost.
3. Gospod, okrepi nas, da bomo stanovitni v dobrem.
4. Ozri se na vse osamljene in obupane ter jim po dobrih ljudeh pošlji pomoč in tolažbo.
5. Blagoslovi našo župnijsko skupnost, da bomo v njej gojili slogo in medsebojno spoštovanje.

Nebeški Oče, iz vsega srca se Ti zahvaljujemo za vse, kar nam daješ. Dobrotno sprejmi naše prošnje po Kristusu, našem Gospodu. Amen.

II. POSTNI TEDEN

Izziv: Govorim dobre/lepe besede.

ponedeljek, 6. marec 2023

»Ne sodite in ne boste sojeni; oproščajte in boste oproščeni«. Zelo razširjena oblika obsojanja je opravljanje. Papež Frančišek vztrajno ponavlja, da je opravljanje sodobna kuga, hujša od covida!« Vsi smo grešniki in potrebujemo odrešenje.

Ne opravljajmo, ampak govorimo o drugih le dobro, napake pa odpuščajmo.

torek, 7. marec 2023

»Po njih delih pa se ne ravnajte; govorijo namreč, pa ne delajo.« Bog hoče dejanja, ne besed. Beseda je meso postala in med nami prebivala. Bog deluje po Besedi, ki se udejanja v dobroti in usmiljenju.

Dobronamerne misli in prijazne besede naj spodbudijo in rodijo v nas dejanja ljubezni.

sreda, 8. marec 2023

Rekli so: »Dajte, udariti ga hočemo z jezikom«. Prerok Jeremija pa je prosil Gospoda, naj se spomni, kako je govoril v njihov prid, da bi odvrnil njegovo jezo! Hudobni jezik stori mnogo hudega, Gospod pa ljubi resnico.

Prosimo Gospoda, da blagoslovi besede zagovornikov revnih in zapostavljenih.

četrtek, 9. marec 2023

»Ako ne poslušajo Mojzesa in prerokov, ne bodo verjeli, tudi če kdo od mrtvih vstane.« Dobra beseda lepo mesto najde. Blagoslov, ki pomeni dobro besedo, prihaja od poslušanja Božjih zapovedi. Bratsko svarilo lahko vrne človeka v Božji objem.

Naj bodo to besede skrbne nežnosti, ki dajejo upanje.

petek, 10. marec 2023

Beseda v Jožefovi zgodbi pošilja na pot, zaznamuje ljudi in jih rešuje. Besede vedno prihajajo iz srca. Če je v njem zvijačen naklep, potem se ne more

zgoditi nič dobrega. Ruben je izrekel besedo rešitve, Juda je s svojo besedo preprečil bratomor in družini odprl možnost preživetja ob egiptovski lakoti. Bratje so Jožefu in vsej Jakobovi družini storili veliko hudega, a Bog je vse obrnil v dobro, ker je Jožef bratom odpustil in jim dal novo možnost. Trudimo se postati podobni Jezusu in govorimo njegove besede, ki so besede življenja, in postale bodo rodovitne. »Nobena umazana beseda naj ne pride iz vaših ust, marveč le dobra, da bi bila ob potrebi v izgrajevanje, da bi podelila milost tistim, ki poslušajo.« (Ef 4,29).

Z dobro besedo širimo Božjo dobroto in njegovo usmiljeno ljubezen.

Alojzij Štefan

PROŠNJE ZA VSE POTREBE

Gospod Jezus Kristus, Ti poznaš naše želje in skrbi, ki jih včasih tako težko izrečemo. Z zaupanjem se obračamo k Tebi in Te prosimo:

1. Gospod, naš dobri Bog, na toliko načinov se nam razodevaš. Daj, da bomo z veseljem prebirali tvojo sveto besedo in njeno veselo oznani-lo odrešenja ponašali tudi drugim ljudem.
2. Gospod, Ti preiskuješ naša srca – naj ne obsojamo, temveč v vsakem človeku iščemo dobro.
3. Hvala Ti, Gospod, za svetega očeta, ki nosi veliko breme in skrbi za vso Cerkev. Podpiraj in blagoslavljalj ga.
4. V naših družinah je veliko trpljenja, mnogokrat padajo težke besede, ki ranijo. Po svojem Svetem Duhu v nas polagaj besede sočutja, tolaž-be in upanja.
5. Gospod, ozri se na vse rajne, ki so nam bili v besedi in dejanju zgled dejavne ljubezni. Povrni jim po njihovih dobrih delih.

Gospod Jezus, odvrčaj nas od hudega in nas nagibaj k dobremu, ki živiš in kraljuješ vekomaj. Amen.

III. POSTNI TEDEN

Izziv: Dobro poslušam.

ponedeljek, 13. marec 2023

»Vsi v shodnici so se razsrdili, ko so to slišali.« (Lk 4,28)

Iz današnjega evangelija bi lahko razbrali, da so bili ljudje v Jezusovem času dobri poslušalci. Pa so bili res? Ali so, tako kot danes, slišali samo tisto, kar so sami želeli slišati?

Naučiti se poslušati je resno delo. Danes se bom potrudil, izbral bližnjega in ga poslušal z vso pozornostjo, odprtimi ušesi in zaprtimi usti.

torek, 14. marec 2023

Jezus je bil izvrsten poslušalec. Danes smo v evangeliju srečali Petra, ki je spraševal, do kolikokrat naj odpusti svojemu bratu. Jezus je videl dlje in mu odgovoril v priliki. Takšnega poslušanja se moramo naučiti: brez vrivanja svojih mislih, zgodb in prekinjanja.

Preskusi se v tem, da zgodbo poslušáš do konca, brez pripomb, brez prekinjanja.

sreda, 15. marec 2023

Trudim se poslušati, pa kljub temu ne slišim vsega. Zato opazujem sogovornika, kaj pove s svojimi kretnjami in obrazno mimiko, kakšna je njegova telesna drža, kakšen je očesni stik, kako glasno pripoveduje. Vse opazujem. Ne ocenjujem njegovih izkušenj in stališč. Če česa ne razumem, vprašam: »Sem tole razumel pravilno?«

Izziv za danes: če sogovornika nisem dobro razumel, ga o tem povprašam in mu zastavim še dodatno vprašanje.

četrtek, 16. marec 2023

Večkrat ti je zaupana kakšna zgodba (o bolečini, brezupu, lepem dogodku, veselju, radosti). Ti si tisti, ki je bil izbran, da poslušá. Morda te je povedano prizadelo, razveselilo. Povej to sogovorniku.

Ponovi nekaj besed iz njegove pripovedi, predvsem pa se mu zahvali, da ti je zaupal in da lahko nosiš del njegovega bremena.

petek, 17. marec 2023

»Ljubi svojega bližnjega kakor samega sebe.« (Mr 12,31) V današnjem evangeliju imamo krasen primer in navodilo, kako moramo poslušati drugega. Skozi ves teden so nas spremljali namigi, kakšen naj bi bil dober poslušalec. Predvsem je pomembno, da se potrudimo poslušati brez prekinitev, brez svojih pripomb, brez sodb. Če česa ne razumemo, to preverimo z dodatnimi vprašanji in se na koncu sogovorniku zahvalimo za povedano. Toda vse to ni dovolj. Bližnjega moramo poslušati tudi s srcem in ga ljubiti v njegovi enkratnosti, mu nastaviti svojo ramo, na katero se lahko nasloni.

Ja, učenje poslušanja je delo! Dobro poslušati se lahko naučimo, samo vztrajati moramo. Ni dovolj en teden ali dva, temveč je treba vaditi vsak dan. Tako bo po treh mesecih naše poslušanje gotovo veliko boljše. Poskusimo!

Vera Horjak Kravos

PROŠNJE ZA VSE POTREBE

Dragi bratje in sestre, prinesimo svoje prošnje pred oltar in se z zaupanjem obrnimo na našega Gospoda:

1. Jezus Kristus, prosimo Te za vse, ki obupani hodijo skozi življenje – naj jih z razumevanjem poslušamo, jih slišimo ter s tolažbo opogumimo.
2. Gospod, daj, da bomo tvojo ljubezen, ki smo jo doživeli v srečanju s Teboj, posredovali vsem, s katerimi se srečujemo.
3. Dobri Oče, bodi Ti izvir naše tolažbe in moči.
4. Gospod, naročil si nam, naj poslušamo tvoj glas. Naj ne zapiramo src Božjemu klicu, četudi v nas vladata nezaupanje in nemir.
5. Gospod, prosimo Te za vse nas, da bi imeli posluh za dobre nauke, ki so nam jih pokojni predniki v zaupanju Vate predali.

Usliši, Gospod, naše ponižne prošnje in nas podpri s svojo milostjo, ki živiš in kraljuješ vekomaj. Amen.

IV. POSTNI TEDEN

Izziv: Ustvarjam.

ponedeljek, 20. marec 2023

Ustvarjanje prinaša radost, veselje, človeka izpolnjuje, delu doda posebno vrednost. Ni le domena umetnikov. Ustvarjalno je lahko vsako delo, ki ga opravimo z veseljem.

Poiščimo ustvarjalnost pri svojem delu in ga opravljajmo z veseljem.

torek, 21. marec 2023

Vprašanje je, kje se napajam, od kod črpam za svoje delo. Včasih je rutina tista, ki nas varuje. Morda pa je kdaj dobro, da poskusimo kaj narediti drugače in bo to notranje obogatilo nas in naše bližnje.

Sprejmimo izziv, da razveselimo svoje bližnje, pa naj bo to posebno kosilo ali doma narejeno darilce.

sreda, 22. marec 2023

Jezus zase pravi, da ne more delati ničesar sam od sebe, ampak le to, kar vidi, da dela Oče.

Tudi naša dela pričajo o nas, o tem, komu sledimo, kaj nam je pomembno.

Prosimo Gospoda, da bi se odprli Božji ljubezni in dopustili, da preko svojih del pričujemo o Njem.

četrtek, 23. marec 2023

Ljudje smo ponosni na svoje delo, pa naj bodo to naše hiše, ki smo si jih postavili, morda naše podjetje ali projekt v službi, umetniška dela, športni dosežki ... Žal lahko zelo hitro postanejo ulito tele, ki ga častimo.

Naj vse svoje dosežke sprejemamo v ponižnosti in v Njegovo slavo.

petek, 24. marec 2023

V tem tednu smo se ustavili pri svojem delu in se vprašali o tem, ali vanj vnašamo veselje ter svojo lastno ustvarjalnost in o čem pričajo naša dela. Še več: ali so lahko znamenje dobrega ali so le naša osebna potrditev. Kako lepo je, ko v svojem delu prepoznamo svoje poslanstvo, tako kot je Jezus poznal pos-

lanstvo, ki ga je dobil od Očeta. Ko delo postane poslanstvo, ni več delo, ki ga moramo opravljati in je dolgočasno, ampak za vsakega pomeni ustvarjanje, nekaj, kar mu je v navdih in veselje. Si lahko zamislimo sebe, če bi se vsakega dela lotili v tem duhu? Svet bi bil popolnoma drugačen: ne bi bilo slabe volje, pritoževanja, grdih besed ali celo nasilja.

Ustvarjalnost nas vodi v prepoznavanje svojega poslanstva, ki smo ga prejeli od Očeta. Poiščimo ga, da bomo lahko delili Božjo ljubezen naprej.

Helena Zevnik Rozman

PROŠNJE ZA VSE POTREBE

Sestre in bratje, Gospod je vir našega veselja in sreče. Zato Ga z zaupanjem prosimo:

1. Gospod, Ti meriš z zvrhano mero in tvoja dobrota prekipeva. Pomagaj nam, da bomo z ljubeznijo služili svojim bližnjim tudi preko vsakdanje skrbi zanje.
2. Vsemogočni Bog, učiš nas, da je človek vedno pred pravili. Naj ne iščemo izgovorov, da bi se izogibali dobrim delom.
3. Po Svetem Duhu nam daj poguma, da bomo odkrivali svoje talente, Te z njimi oznanjali in Ti zvesto služili.
4. Gospod, bodi blizu vsem, ki so potrtega srca.
5. Gospod, Ti nikoli nikogar ne pozabiš. Usmili se naših rajnih in jih sprejmi v svojo ljubečo navzočnost.

Gospod, bodi nam blizu in nas usliši v vsem, kar Te prosimo, da ne bomo nikdar spregledali znamenj tvoje navzočnosti, ki živiš in nas ljubiš vekomaj. Amen.

V. POSTNI TEDEN

Izziv: Molim za druge.

ponedeljek, 27. marec 2023

Molitev je najvišja oblika dobrega dela, ki ga lahko podarimo drugim, ne da bi jih prizadeli ali se dotaknili njihove osebne svobode. V Božji besedi bomo slišali, kako pomembno je, da smo pravični, usmiljeni, prizanesljivi do nas samih in do bližnjih, ker smo vsi grešniki. Nikar ne obsojamo in ne sodimo po videzu deklet in žena, ki s prodajo svojega telesa služijo svoj vsakdanji kruh.

Molimo za deklice, dekleta in žene, ki so prodane in prisiljene v prostitucijo.

torek, 28. marec 2023

Bog nam polaga na pot življenja znamenja, po katerih nas želi še bolj pritegniti v občestvo s seboj ter z brati in sestrami. Kadar grešimo ali nas zadenejo trpljenje, preizkušnja in stiska, smo povabljeni, da se ozremo na križanega Jezusa kakor Izraelci v puščavi na bronasto kačo, da molimo in v veri zaupamo.

Molimo danes za vse bolnike, ki trpijo zaradi neozdravljivih, nalezljivih bolezni, za njihove družine in vse prizadete.

sreda, 29. marec 2023

Jezus sam nam naroča, naj molimo in se ne naveličamo, da bomo trdni v veri in zvesti v služenju bližnjim. V današnjem berilu bomo slišali, kakšna vera (celo za ceno življenja) je včasih potrebna, če želimo biti zvesti Bogu in ostati v resnici.

Molimo za tiste, ki trpijo zaradi rasnega zatiranja in verske nesvobode v družbi.

četrtek, 30. marec 2023

Nihče ni tako ubog, da ne bi mogel tega, kar ima, pa naj bo še tako malo, deliti z drugimi. Ravno v tej delitvi se dogaja »čudež« pomnožitve kruha, ki vsem daje občutek, da so bogatejši: tistim, ki dajejo, in tistim, ki prejemajo. »Naučite se delati dobro, skrbite za pravico. Pomagajte zatiranemu, zagovarjajte siroto, branite vdovo« (Iz 1,17), nas vabi prerok Izaija. Včasih nam ostane le molitev, ki je sila ljubezni.

Molimo danes za družine, zakonce in otroke, da bodo zvesti drug drugemu.

petek, 31. marec 2023

V evangeliju pogosto srečamo Jezusove besede, kot so: »Pridite k meni vsi« (Mt 11,28) ali »kdor pride k meni, ga nikoli ne bom zavrzel« (Jn 6,37). Vedno moramo biti pripravljeni sprejemati drug drugega, odpuščati in ljubiti z Jezusovo ljubeznijo. To pa ni lahko in je brez Božje pomoči skoraj nemogoče. Jezus postavlja Judom vprašanje: »Mnogo dobrih del sem vam pokazal od Očeta; zaradi katerega teh del me hočete kamnati?« (Jn 10,32). V začetku tedna smo slišali, da so pravičniki želeli kamnati grešno ženo. Danes želijo kamnati Jezusa, ki živi v ubogih. Ti so kamen spotike tistim, ki bi lahko pomagali, pa ne pomagajo. Morda se nam kdaj zgodi, da se težko srečamo s človekom, ki potrebuje pomoč, ki ga ne srečamo radi, ker je nadležen, in v njem ne prepoznamo brata ali sestre.

Molimo danes za vse tiste, ki nam grejo na živce in se z njimi težko srečujemo.

s. Slavka Cekuta

PROŠNJE ZA VSE POTREBE

Naš odrešenik Jezus Kristus, z zaupanjem se obračamo Nate in Te prosimo:

1. Gospod, naj v vsakodnevni molitvi in izročanju svojih skrbi Tebi ohranjamo mir v svojih srcih.
2. Jezus, kot kristjani smo odgovorni drug za drugega. Naj v svoje molitve (poleg svojih bližnjih) vključujemo tudi trpeče in tiste, s katerimi nismo v dobrih odnosih.
3. Ohrani in razsvetluj papeža, škofo in duhovnike v njihovi odgovorni službi Tebi in vsem nam.
4. Jezus, naj Te kličemo in Ti na stežaj odpiramo vrata svojega srca. Vžgi v nas ogenj svoje ljubezni, da bomo svetili in kazali pot tudi drugim.
5. Zahvaljujemo se Ti, Gospod, za vse molivce v naših župnijah. Nakloni jim zdravja na duši in na telesu, po smrti pa zaslužno plačilo v nebesih.

Bog, Oče vse dobrote, prinašamo Ti svoja hrepenenja. Usliši nas in nam bodi vedno blizu, da bomo skozi življenje hodili kot tvoji ljubljeni otroci. Ki živiš in kraljuješ vekomaj. Amen.

VI. POSTNI TEDEN

Izziv: Dobro se pripravim.

ponedeljek, 3. april 2023

Pravijo, da je dobra priprava že pol opravljenega dela. Naj bo naša priprava na veliko noč v prvi vrsti duhovna. Psalmist nas spodbuja, naj upamo v Gospoda, naj bomo pogumni v srcu. **Spodbudimo drug drugega, da se bomo pogumno uprli pritiskom potrošništva in najprej poskrbeli za blagor duše in duha.**

torek, 4. april 2023

»Življenje dam Zate,« pravi Peter. Kolikokrat smo pogumni kristjani za zidovi svojega doma, v župnijskih občestvih, ko smo varni, ko smo med enako mislečimi! Težje je hoditi za Kristusom v javnosti, med tistimi, ki so proti krščanstvu, in takrat, ko ni vse lepo. **Bodimo v tem tednu pogumni v hoji za Jezusom in pričujmo zanj.**

sreda, 5. april 2023

Jezus se je pripravljaj na obhajanje pashe. Učenci so našli in pripravili prostor za to. Skupaj so obedovali, a Jezus je na koncu ostal sam. Tudi mi smo pred odločitvijo, kako bomo obhajali veliko tridnevje. Ali bomo vse posvetili samo pripravi prostora in zadostili vsem običajem, povezanim s hrano? Ali bomo šli v notranjost svojega srca, v odnos z Jezusom, ki nas vabi, da smo z njim v vseh teh dneh? **Povabljeni smo, da vstopimo in se pridružimo obredom, da prehodimo pot od trpljenja do vstajenja ter veselje velike noči prinašamo v vsakodnevno življenje.**

PROŠNJE ZA VSE POTREBE

Gospod Jezus Kristus! Kot Božji otroci, zbrani okrog oltarja, ponižno prosimo:

1. Gospod, tudi v temnih trenutkih trpljenja in smrti bodi z nami in nas reši.
2. Jezus, ne dopusti, da bi nam trpljenje zastrlo veselje do življenja, temveč naj prav v trpljenju raste in se krepí naša vera.
3. Dobri Bog, naj sprejmemo svoj križ vdano in ponižno, saj pot križa in trpljenja odpira vrata večnega življenja.
4. Gospod, daj nam moči, da bomo zmogli odpustiti krivice, ki so nam prizadejane.
5. Gospod, vsem, ki so se poslovili od zemeljskega življenja v teh dneh, nakloni večni mir in veselje pri Tebi.

Usmiljeni in dobrotljivi Bog, usliši naše prošnje, ki živiš in kraljuješ vekomaj. Amen.

Prošnje za vse potrebe je pripravila: s. Zala Vrabec

Upreti se sodobnim skušnjavam in obrniti svoj pogled v Boga

Dragi bratje in sestre!

S pepelnico smo začeli postni čas. Postni čas je 40-dnevno obdobje priprave na praznik velike noči. V teh dneh smo povabljeni, da bolj poglobljeno živimo svoj odnos z Bogom, da več časa posvetimo molitvi in premišljevanju Božje besede, da smo pripravljeni na različne odpovedi in da smo bolj pozorni na stiske ter potrebe ljudi okrog nas. Postni čas je priložnost, da preverimo, kam je naravnano naše življenje, kaj usmerja naše odločitve, katere so temeljne vrednote našega življenja, za kaj smo se še pripravljeni žrtvovati. Pomislimo lahko tudi, kateri so naši temeljni strahovi: kaj nas še posebej skrbi, kaj nas vznemirja in jezi.

Evangelij prve postne nedelje nam predstavi Jezusovo soočenje s skušnjavami v puščavi. Jezus je bil Božji Sin, a mu ni bilo prizaneseno s skušnjavami, ki so ga želele odvrniti od Očetovega načrta. Jezusove skušnjave predstavljajo temeljne skušnjave vsega človeštva od začetka do današnjih dni: vsakega človeka namreč napadejo skušnjave užitka, oblasti in slave. Skušnjave se vedno prikazujejo kot nekaj dobrega, kot najboljša rešitev za naše življenje. Skušnjavec zlo vedno obleče v dobro in nas skuša pretentati. V prvem berilu smo slišali, kako je prekanjena kača v raju nagovarjala ženo, da je vzela od prepovedane drevesa. Žena je mislila, da bo postala kakor Bog, dejansko pa sta skupaj s svojim možem stopila na pot trpljenja in smrti.

Tudi danes hoče človek sesti na Božji prestol. Želi do skrajnosti obvladati vse zakonitosti v stvarstvu. Človek, ki je ustvarjen po Božji podobi, ima sicer to vzvišeno nalogo, da raziskuje stvarnost in nadaljuje Božje stvarjenjsko delo. Znanost in tehnika sta zato v prvi meri Božji dar, če ju seveda uporabljamo v blagor vseh ljudi, drugih živih bitij in celotnega naravnega okolja. Vendar pa lahko sodobni človek hitro podleže skušnjavi, da ne bi priznal svojih omejitev. Mnogi ljudje so danes povsem zaslepljeni od hitrega napredka v zadnjih desetletjih. Prepričani so, da ima človek v svojih rokah popolno oblast nad življenjem in da lahko s svojim ter tudi z življenjem drugih ljudi naredi, kar hoče. Tudi v Sloveniji se čedalje bolj širi liberalna miselnost, da s svojim življenjem vsakdo razpolaga sam in da mora zato država omogočiti, da lahko vsakdo tudi odloči o trenutku svoje smrti.

Če Boga ne priznamo več kot darovalca in gospodarja življenja in smo prepričani, da je življenje vsakega izmed nas zgolj slučaj naravne loterije življenja, potem življenje posameznika nima več nobenega višjega smisla. Za človeka, ki ne priznava Boga, je življenje zgolj iskanje koristi, užitka ter sreče tukaj in zdaj. Ko posameznik ni več koristen, ko ne vidi več nobene možnosti za uživanje in srečo, potem tudi njegovo življenje nima več nobenega smisla. Sploh pa nimata nobenega smisla trpljenje ter soočanje z omejitvami in krhkostjo življenja.

Nekaj držav v Evropi je že sprejelo zakonodajo, ki omogoča evtanazijo oziroma zdravniško pomoč pri samomoru. Gre za veliko prevaro, ki jo skuša skušnjavec prikazati kot rešitev, dejansko pa prinaša v celotno družbo spremenjen pogled na trpljenje, na človeško krhkost, na bolezen in končno na vrednost samega človeškega življenja. Na prevaro nakazuje že sama beseda »evtanazija«, ki v grščini pomeni »lepa smrt«. Vemo, da se v državah, kjer so uzakonili evtanazijo oziroma zdravniško pomoč pri samomoru, dogajajo zlorabe in da se število smrti po tej poti iz leta v leto povečuje. Najprej imajo dostop do evtanazije samo bolniki z najhujšo obliko raka, po nekaj letih pa tudi psihiatrični bolniki, osebe z demenco, otroci z različnimi boleznimi. Gre za tipično delovanje skušnjavca, ki nam ponuja hitro rešitev za naše stiske in probleme, vendar nas zapelje v še večje trpljenje in še hujše krivice. Zato moramo biti zelo previdni, da ne nasedamo različnim propagandam, ki nas prepričujejo, kako želijo pomagati ljudem ob koncu njihovega življenja. Zelo pomembno je, da poglobljamo svoje duhovno življenje in znamo biti pozorni na različne skušnjave, ki nas želijo spraviti stran od tistega, kar je resnično dobro.

Povabim vas, da gremo na začetku tega postnega časa tudi mi z Jezusom v puščavo. V puščavi človek izkusi svojo revščino, svojo krhkost, svojo ranljivost: okoli njega sta le prah in neizmerna samota. V takem položaju je prisiljen, da se sooči s samim seboj. Ker smo nepopolni in ranljivi, ker priznavamo svoje meje, smo tudi odprti za odnos z Bogom in drugimi ljudmi. Ker vemo, da nismo samozadostni, da ne moremo živeti in preživeti sami, moramo razviti odnos zaupanja in držo prepuščanja. Bog nas nikoli ne bo zapustil, saj smo ustvarjeni po njegovem ljubezenskem načrtu, po katerem vedno skrbi za vsakega izmed nas.

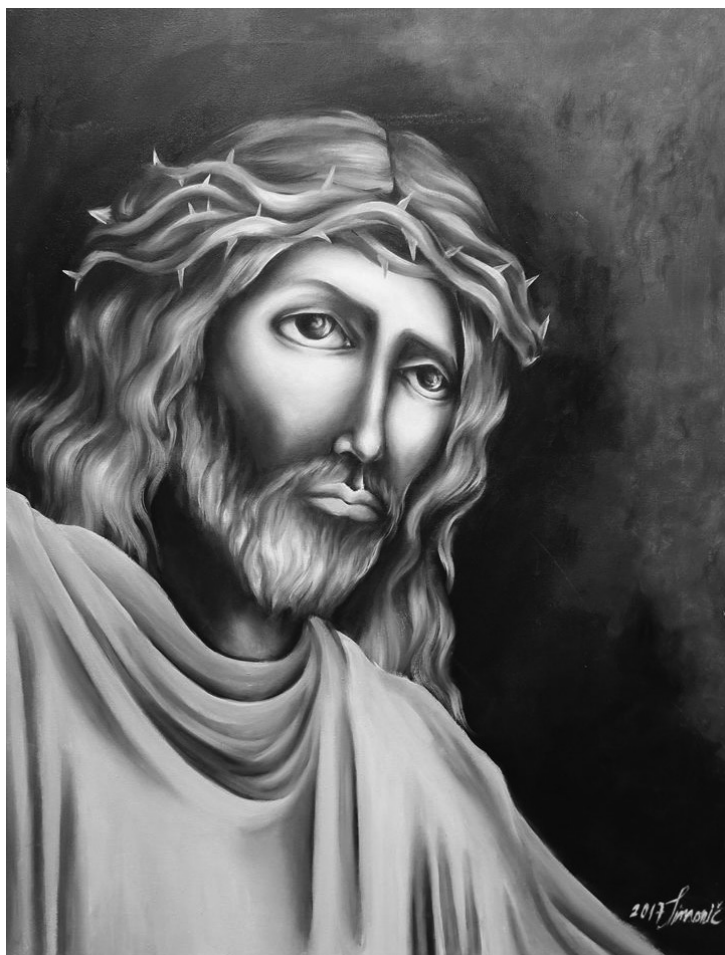
Kako se je Jezus odzval na skušnjave? Prva skušnjava je bila možnost, da bi naredil čudež v svojo korist. Skušnjavec Jezusa, ki po 40 dneh v puščavi ni ničesar jedel in je bil zagotovo lačen, spodbudi, da bi spremenil kamen v kruh. Hudič vznemirja Jezusove čute, njegovo lakoto. Jezus pa odgovarja: »Človek ne živi samo od kruha.« Seveda človek potrebuje hrano in druge materialne stvari za življenje, ampak bolj pomembne so duhovne vrednote in beseda, ki prihaja od Boga. Božja beseda je orožje v boju proti skušnjavam.

Druga skušnjava je skušnjava slave. Hudič želi organizirati odmevni spektakel, ki bi Jezusa naredil popularnega. Povede ga na vrh templja in mu reče: »Če si Božji Sin, se vrzi od tukaj dol« in pri tem navaja dva odlomka Svetega pisma, ki zagotavljata, da se mu ne bo nič zgodilo. Jezus odgovori: »Ne preizkušaj Gospoda, svojega Boga!« Tudi v življenju sodobnega človeka je ta skušnjava, da bi izzval Boga, zelo prisotna. Velikokrat slišimo: »Če bi Bog obstajal, se to ne bi zgodilo.« Kot da bi moral Bog ubogati naše zahteve. Odnos med Bogom in človekom se spremeni: namesto da bi bil človek poslušen Bogu, zahtevamo, da bi moral biti Bog poslušen človeku.

Tretja skušnjava je skušnjava moči. V trenutku je skušnjavec Jezusu pokazal vsa kraljestva zemlje in mu ponudil oblast nad vsemi ljudmi. Jezus bi lahko sprejel hudičev predlog in z močjo in silo primoral vse ljudi, da bi sledili evangeliju – imel je možnost evangelizacije s silo. Vendar ni sprejel hudičeve ponudbe. Jezus ne sprejema nasilnih sredstev za doseg dobrega cilja. Ne želi, da bi sledili Bogu kot sužnji, ampak kot svobodni ljudje. Besede življenja ne želi prinašati na silo, ampak s ponižnostjo. Zato Jezus odgovori hudiču: »Poberi se, satan, kajti pisano je: Gospoda, svojega Boga, môli in njemu samemu služi!« Danes smo v veliki skušnjavi, da bi podlegli skušnjavi moči, da bi vzeli oblast v svoje roke in ne bi služili Bogu.

Dragi bratje in sestre! Skušnjave so del našega življenja in same po sebi še ne pomenijo zla. Lahko so tudi priložnosti, ki razkrivajo našo zvestobo Bogu. V času skušnjav sledimo Jezusovemu zgledu, saj je zaupal v Boga Očeta in z močjo Božje besede premagal vsako skušnjava. Amen.

dr. Roman Globokar



KRIŽEV POT ČLOVEŠTVA 2023

Križ – znamenje trpljenja in ljubezni Boga in Človeka

Uvod

***O, pridite, stvari,
kaj, glejte, se godi:
edini Božji Sin
strašno za nas trpi.***

Smisel trpljenja in ljubezni

Ljubezen in trpljenje ne moreta drug brez drugega. Skozi vso zgodovino človeštva se srečujeta. Ljubezen in sovraštvo si stojita nasproti. Težko verjameмо, da sta par. Pa vendar pričujeta, vabita k razločevanju.

Prav razločevanje je naloga vsakega kristjana, saj je križ skrivnost, ki si jo danes v svetu razlagamo različno.

Papež Frančišk nas vabi, da si prizadevamo za konkretne rešitve.

Nasproti si stojita bolezen in zdravje, starost in mladost, nemoč in moč, pohlep in delitev, vojna in mir. Vse to in še marsikaj ima skupni imenovalec: smrt in življenje.

Nebeški Oče! Danes hočemo skupaj s tvojim Sinom stopati po križevem potu. Svetega Duha prosimo, da nam razsvetli misli in srca, da bomo začutili resnične nadloge človeštva in vsak po svoji moči tudi pripomogli, da na koncu zmaga ljubezen.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

1. postaja:

PILAT OBSODI JEZUSA NA SMRT

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Pravičnost in mir

»Pilat je rekel Judom: 'Poglejte, to je vaš kralj!' Oni pa so zavpili: 'Proč, proč, križaj ga!'« (Jn 19,14b)

Pilat je poslušal glas ulice, si umil roke in sodil, obsodil na smrt nedolžnega človeka – Boga.

Po rimskih zakonih bi Jezus že takrat imel pravico do zagovornika, kot ga imajo ljudje danes, tudi zato, da se prepreči krivica. Vendar so se učenci razbežali, celo zatajili Jezusa, pravičniki pa so molčali. Kristjani! Pomislimo na svoje reakcije, saj se tudi mi prevečkrat umaknemo, ko krivo govorijo o naši sestri ali bratu, prijatelju, dobrotniku. Pritrjujemo medijem, glasu ljudstva in se nad čim celo naslajamo.

Koliko podtikanj in grdih besed so deležni Cerkev, duhovniki, verniki, ljudje, ki so nam še včeraj delali dobro. Mi pa molčimo, obsojamo in vpijemo: »Križaj ga!« Ljubimo svoje bližnje, poslušajmo svojo vest in bodimo pogumni zagovorniki resnice – ene in edine!

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

2. postaja:

JEZUSU NALOŽIJO KRIŽ

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Dostojanstvo

»Ko so vojaki nehali Jezusa zasmehovati, so mu slekli plašč in ga oblekli v njegovo obleko ter ga odvedli, da bi ga križali.« (Mt 27,31)

Križ je naložen vsakomur. Kakšen je lažji, drugi težji. Rečeno je, da je za vsakega narejen po meri, torej ga nosimo, ker zmoremo.

Še vedno so med nami ljudje, ki v naši družbi nosijo veliko križev. Nekateri so lažji, drugi bolj grenki in težji. Nespoštovanje človeškega dostojanstva, predvsem žensk, je velika rana naše družbe. Za zaprtimi vrati domov se odvija trpljenje zaradi nasilja, večinoma nad ženskami in otroki. V trgovini z ljudmi so prav ženske najpogosteje predmet izživiljanja, izkoriščanja, ponižanja.

Veliko je zgodb o podobnem trpljenju. Ustanovili smo varne hiše in materinske domove, kar je prav. Treba pa se je usmeriti tudi v preprečevanje nasilja, da ženam in otrokom ne bo potrebno zapuščati doma in še poglobljati stiske.

Čas je, da razmislimo o osnovnih vzrokih, o novodobnih vojaki, ki slačijo plašče dostojanstva in nalagajo križe na rame.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

3. postaja:

JEZUS PADE PRVIČ POD KRIŽEM

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Kultura odnosov

Iz knjige preroka Izaija:

»V resnici pa je nosil naše trpljenje, naložil si je naše bolečine. Mi pa smo ga imeli za zadetega, udarjenega od Boga in ponižanega.« (Iz 53,4)

Prostitucija je z zakonom prepovedana. Križe in bolečine njenih posledic nosijo dekleta, kazni zanje pa zvodniki, kar je tudi prav. Hote ali nehote pa pozabljamo, da so največji križ tisti, ki si z denarjem kupujejo ljubezen, ki se bahajo, da lahko z denarjem plačujejo ponižanje drugega človeka. V zadnjem času se tovrstnim storitvam pridružujejo še hujše: droge, ki zadenejo dekleta in fante in žal tudi otroke, ko nevede stopijo na pot ponižanja. Nekaterim se uspe iztrgati iz obroča grdobije, drugi zdrsnejo še globje.

Človek! Spoznaj, da so prav ti, neštetokrat ponižani in zlorabljeni, potrebni usmiljene roke Boga in človeka. Ne skomignimo z rameni, ne recimo, da se to nas ne tiče. Že ko prvič padejo pod križem, je naša dolžnost, da jim pomagamo vstati.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

4. postaja:

JEZUS SREČA SVOJO ŽALOSTNO MATER

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Skrb in bolečina

Iz evangelija po Luku:

»Simeon jih je blagoslovil in rekel Mariji, njegovi materi: 'Glej, ta je postavljen v padec in vstajenje mnogih v Izraelu in v znamenje, ki se mu nasprotuje – pa tudi tvojo lastno dušo bo presunil meč, da se razodenejo misli mnogih src.'«
(Lk 2,34-35)

Marija je ponižno sprejela besede angela in vse, kar ji je napovedal starček Simeon, in to ohranila v svojem srcu. Kljub temu je presunjena spremljala sina na križevem potu. Tudi otroci današnjega časa doživljajo padce in vstajenje. Tudi njihove matere dan za dnem prebada meč skrbi in bolečin. Za mnoge matere se Kalvarija začne, takoj ko začutijo, da nosijo otroka, ki želi dihati, ljubiti, živeti. Vse prevečkrat se tem materam vsiljuje in šepeta misel, da so one same edine poklicane in odgovorne za odločitev o življenju ali smrti teh malih bitjec. Očetje teh otrok žal pred zakonom nimajo besede. Morda sploh nimajo notranje moči ali razvite odgovornosti, da bi otroka zavarovali.

Gospod, prebudi našo brezbrižnost. Prebudi medicinsko osebje, žene in može, da bodo v blagor Cerkve in naroda ostali odprti za življenje. Daj materam močno vero in ljubezen, ki jo zmore le nežno materino srce.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

5. postaja:

SIMON POMAGA JEZUSU NOSITI KRIŽ

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Pomoč

Iz evangelija po Luku:

»Ko so ga odvedli, so prijeli nekega Simona iz Cirene, ki je prihajal s polja, in mu naložili križ, da ga je nesel za Jezusom.« (Lk 23,26)

Simon ni bil Jezusov učenec. Bil je človek, ki je šel mimo, in je prisilno, neprostoVOLjno moral priti na pomoč. Ni se ponujal, ni se branil, ponižno je sprejel križ, ki ga je zaznamoval.

Ko trpljenje potrka na vrata, spoznamo, da smo brez dobrih ljudi ne bogljeni in sami. Po dveh letih zdravljenja v bolnišnicah spoznavam, da so še na svetu Simoni, ki pomagajo iz dolžnosti in ljubezni do bližnjega. Vsa nemočna in ne bogljena ženica na sosednji postelji je spraševala zdravnika, kaj jo čaka. Lahko bi odgovoril na kratko in odvihral, vendar ni. Usedel se je poleg nje, jo pobožal po glavi in jo spoštljivo tolažil. Vprašala sem ga, kako to zmore, in mi je odgovoril: »Ko srčnosti in usmiljenja ne bom več čutil, si bom poiskal drugo delo.«

Gospod! Saj vidiš, da smo prišli v čase, ko smo prisiljeni ceniti človeka po plačilnih razredih, in ne po dobroti srca. Naj bo Simon iz Cirene zgled vsem, ki skrbijo za bolne, ostarele in invalide.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

6. postaja:

VERONIKA OBRIŠE JEZUSU OBRAZ

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Sočutje

Iz knjige preroka Izaija:

»Ni imel podobe ne lepote, da bi ga hoteli videti, ne zunanosti, da bi si ga želeli. Bil je zaničevan in zapuščen od ljudi, mož bolečin, izkušen v trpljenju, kakor tisti, pred katerim si zakrivajo obraz, preziran.« (Iz 53,2-3)

Ob Jezusovi poti na Kalvarijo se pojavi Veronika, žena, za katero ni prej slišal nihče. V izmaličenem Jezusovem obrazu Veronika prepozna ljubezen. Ni se bala množice, pogumno je pristopila in Jezusu obrisala obraz. Tudi Jezus je v hipu vedel, da je ta žena polna sočutja, in ji v prtju pustil odtis svojega obraza za spomin. To je opomin sodobnemu svetu, ki želi bolečino in trpljenje izbrišati iz svoje srede. Izmislili so si evtanazijo. Še več: ker sami ne bi hoteli odtisa trpljenja, bi to nizkotno dejanje »iz sočutja« naložili kar zdravnikom. Ljudi, ki jih Hipokratova prisega zavezuje k reševanju življenja, bi tako spremenili v najete morilce.

Gospod! Tudi Ti vidiš veliko trpljenja in poslušaj prošnje, naj se trpljenje vsakega človeka konča po tvoji volji. Preplašen in opravičujoč pogled ostarelih, bolnih, invalidov, ki čutijo, da so v breme, pusti odtis, ne na Veronikinem prtju, temveč v srcu in duši svojcev, medicinskega osebja, vseh nas.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

7. postaja:

JEZUS PADE DRUGIČ POD KRIŽEM

Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.

Ker si s svojim križem svet odrešil.

Vsi pademo

Iz knjige preroka Izaija:

»Bil je ranjen zaradi naših grehov, strt zaradi naših krivd. Kazen za naš mir je padla nanj, po njegovih ranah smo bili ozdravljeni. (Iz 53,5)

Sprejel si ponižanje, saj si padel vpričo vseh. Nekaterim si se smilil, večina pa se je naslajala nad tvojim padcem in si izmišljala zgodbe, za katere nihče ne ve, ali so resnične.

Vedno znova smo priče medijski gonji proti ljudem v javnih službah, v politiki, na vidnih mestih ali v službi oznanjevanja Božje besede. Podobno, le v manjšem krogu, se dogaja v službah in v zaselkih. Ne glede na to, ali so novice resnične ali ne, pozabljamo na evangelijsko opozorilo:

»Ne obsojajte in ne boste obsojeni, oproščajte in boste oproščeni!« (Lk 7,37).

Jezus, le Ti, ki si izkusil zasmehovanje svojih rojakov, razumeš, kako lahko je pasti, in tudi, kako težko se je pobrati iz blata. Kar naenkrat zmanjka roka, ki bi Ti pomagala.

Gospod! Ti si sprejel ponižanje, ko si padel pred očmi vseh. Nočemo Te gledati v blatu, zato obraz obračamo proč.

Daj nam, da se bomo zavedali tudi svojih grehov, da bomo sredi lastne bolečine razumeli ali vsaj molčali. Daj vsej svoji Cerkvi, da se bo zavedala trpljenja svojih preskušanih sester in bratov.

Usmili se nas, o Gospod.

Usmili se nas.

8. postaja:

JEZUS NAGOVORI JERUZALEMSKE ŽENE

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Trpljenje družin

Iz evangelija po Luku:

»Za njim je šla velika množica ljudstva, tudi žená, ki so se tolkle po prsih in ga objokovale. Jezus pa se je obrnil k njim in rekel:

Hčere jeruzalemske, ne jokajte nad menoj, temveč jokajte nad seboj in nad svojimi otroki! Glejte, prišli bodo dnevi, ko porečejo: 'Blagor nerodovitnim in telesom, ki niso rodila, in prsim, ki niso dojile!'« (Lk 23,27-31)

Te besede so namenjene ženskam, materam skozi vso zgodovino. Naše matere, ki so okusile trpljenje vojne, so večkrat rekle: »Če bi bile ženske poveljnice, v vojnah ne bi bilo toliko mrtvih, saj le one vedo, koliko trpljenja je pri porodu in vzgoji otroka.« Jezus je ob pogledu na objokane žene povedal prav to, kar se danes dogaja. Kruta je beseda »blagor nerodovitnim«, vendar se prav v današnjih časih družine ne odločajo za otroke. Ni le vojna, prišli so dnevi, ko otroci in mladi umirajo na obroke: pred rojstvom, v otroštvu zaradi lakote, v mladosti zaradi zasvojenosti in zlorab. Tako ostane za rodovitno življenje bore malo.

Gospod, prosimo Te, s križa poglej na naše družine. Daj poguma materam in očetom, da bodo upanje, zelenje ob lesu križa.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

9. postaja:

JEZUS PADE TRETJIČ POD KRIŽEM

Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.

Ker si s svojim križem svet odrešil.

Križev pot »potohodcev«

Božji Sin do skrajnosti izkuša človeškost. S tem padcem še bolj trdno vstopi v zgodovino človeštva in ga spremlja v vsakem trenutku. »Jaz sem z vami vse dni, do konca sveta.« (Mt 28,20)

Ko mislimo, da se je svet malo umiril, se pojavijo novi padci. Tako kot Jezus so po dolgi poti trpljenja ljudje utrujeni, ponižani, padajo. Nekateri se dvignejo, drugi umirajo. Navadili smo se poročanja o prevrnjenih čolnih, utopljenih otrocih, o izmikanju odgovornosti. Že desetletja govorimo, da je potrebno odpraviti izvor preseljevanja, v resnici pa je tudi smrt zaslužek. Bojimo se prišlekov, ne pomislimo pa, da so se v begunskih taboriščih rodili otroci, ki so že najstniki in še niso izkusili varnosti doma.

Podobno je z begunci iz Ukrajine, pa tudi Rusije. Ali razumemo, da ljudje rešujejo življenje svojih družin? Ali razumemo, da v vojni ne zmaga nihče? Poznamo matere, ki so z otroki prišle v našo deželo? Mnogi mislimo, da jim je lepo. Slišimo komentarje v stilu: »Kaj jim pa manjka?« Toda daleč je dom, kjer je doma njihova duša.

Jezus s padci pod križem spremlja vso krutost človeštva. Lahko je verjeti in slaviti, ko smo na varnem. Ali nas sploh skrbi vera stokrat preizkušenih? Bodimo sočutni, misijonarji na domačih tleh. Z dejanji vračajmo upanje, da je On z nami.

Usmili se nas, o Gospod.

Usmili se nas.

10. postaja:

JEZUSA SLEČEJO IN MU PONUDIJO Z ŽOLČEM MEŠANO VINO

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Svetost telesa

Iz evangelija po Janezu: »Ko so vojaki križali Jezusa, so mu vzeli oblačila in jih razdelili na štiri dele, za vsakega vojaka po en del; in suknjo. Suknja pa je bila brez šiva, od vrha scela stkana.« (Jn 19,23)

Po vseh padcih Jezus izmučen in dotolčen pride na Golgoto, kjer ga čaka največje ponižanje – telesa in duše. Brez sramu ga oropajo dostojanstva, mu slečejo suknjo, zanj ožrebajo in si jo razdelijo. Perverznost do skrajnosti.

Vprašajmo se, kdo so bili ti ljudje, ki jim trpljenje človeka – Boga ni bilo sveto. Kdo so danes tisti ljudje, ki jim nedotakljivost telesa in človeško dostojanstvo nista sveta? Govorimo o svetosti življenja in sklonimo glavo ob vedno novih odkritjih. Včasih se sicer sprašujemo, komu koristi govoriti o teh grdobijah, ki se dogajajo skozi zgodovino sveta, žal tudi zgodovino Cerkve. Slišimo vedno nove zgodbe zlorab, mučenja, perversnosti brez meja. Opravičila svetega očeta brez konca in kraja. Verjetno je ob tem neštetokrat tudi sam rekel: »naj gre ta kelih mimo mene«. Opravičilo ne opravičuje dejanj, toda potiskati glavo v pesek, ne spregovoriti, se ne opravičiti je še hujše. Bodimo pametni in ne dovolimo, da se sovražniki Cerkve in našega Jezusa, ki je toliko pretrpel, naslanjajo in dodajajo še svoje, tudi namišljene zgodbe.

Predvsem pa izrazimo sočutje z žrtvami, jih sprejmimo in jim omogočimo, da varno spregovorijo.

Zakaj toliko trpljenja, toliko žolča, ko pa je Božja ljubezen tako lepa, čista?

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

11. postaja:

JEZUSA PRIBIJEJO NA KRIŽ

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Odtujevanje

Iz evangelija po Luku:

»In ko so prišli na kraj, ki se imenuje Lobanja, so tam križali njega in oba hudo-delca, enega na desnici in enega na levici. Jezus je govoril: 'Oče, odpusti jim, saj ne vedo, kaj delajo.'« (Lk 23, 33-34)

Papež Frančišek nas opominja, da v današnji družbi vse bolj odtujujemo ne-močne in manj uporabne od tistih, ki pripomorejo k ustvarjanju dobička. Kot bi rekli: »Dajmo jih na varno, da nas ne bodo motili.« Odtujevanje nam je postalo nekaj normalnega, že ko se odločamo: malčke v vrtec, ostarele v dom, invalide v skupnosti. Oni ne spadajo med človeške vire, saj ne ustvarjajo dobička. Hvala Bogu, za telo je poskrbljeno, kaj pa za dušo? Tudi v družini, župniji in službi pogosto mislimo, da nekateri spadajo na desnico, drugi na levico. Glas množice se je zarezal v vse pore življenja. Le redko se vprašamo, kam danes spadamo sami, predvsem po svoji duši in dejanjih, še redkeje pa, kam bomo spadali jutri.

Dobri Jezus je že več kot dve tisočletji nazaj Očetu opravičeval vse tiste, ki se pokesajo, in prosil odpuščanja zanje. Prosil je tudi za vse nas, pa čeprav vemo, kaj delamo.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

12. postaja:

JEZUS UMRJE NA KRIŽU

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Umiranje

Iz evangelija po Luku:

»Bilo je že okrog šeste ure, ko se je stemnilo po vsej zemlji do devete ure. Sonce je otemnelo in zagrinjalo v templju se je pretrgalo po sredi. Jezus je zaklical z močnim glasom in rekel: 'Oče, v tvoje roke izročam svojega duha.' In ko je to rekel, je izdihnil.« (Lk 23,44-47)

Za vsakim od nas se bo nekega dne zagrinjalo pretrgalo in skozi odprtino bomo zagledali Njega, ki je prvi umrl za nas. Njegov pogled je bil usmerjen k Očetu. Sprašujemo se, ali bo tudi nam dano, da bomo zmogli reči, kot je rekel pokojni papež Benedikt: »Gospod, ljubim Te«.

Poznamo ljudi, ki dnevno molijo za »srečno zadnjo uro.« Tudi moj pokojni stari oče je vedno dodal ta stavek. Včasih se je tudi pohecal na svoj račun, češ: »Ne jokajte za menoj, ker bom srečen.« In to mu je bilo res dano. Še zvečer mi je pomagal pri pripravi večerje, rekli smo si »Lahko noč!« in ponoči nas je mama poklicala, da je očetova roka mrzla. Verjamem, da je zaspal srečen, nam pa (tudi malim vnukinjam), ki smo bili ob njegovi postelji, je zapustil najboljši recept za srečno zadnjo uro.

Dovolimo sebi in svojim otrokom bližino človeka, ki se je poslovil. Le tako bodo spoznali, da je srečna zadnja ura milost, za katero je potrebno prositi.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

13. postaja:**JEZUSA SNAMEJO S KRIŽA IN GA DAJO MARIJI V NAROČJE**

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Spoštovanje mrtvih

Iz evangelija po Janezu

»Potem je Jožef iz Arimateje – ki je bil Jezusov učenec, toda naskrivaj, iz strahu pred Judi – prosil Pilata, da bi odnesel Jezusovo telo. In Pilat je dovolil. Prišel je torej in odnesel njegovo telo. Prišel pa je tudi Nikodém, tisti, ki je najprej ponoči prišel k Jezusu, in prinesel okrog sto funtov zmesi mire in aloje. Vzela sta torej Jezusovo telo in ga skupaj z dišavami povila s povoji, kakor imajo Judje navado pokopavati. (Jn 19,38-40)

Marijino srce je ob pogledu na mrtvega sina prebodel meč. Koliko mater prav danes objokuje svoje mrtve sinove! Mnogim izmed njih ni dano, da bi jih vzele v naročje in jih poljubile. Ostaja le tisoč vprašanj (kje, kdaj, zakaj ...) in tisoč odgovorov (skupni grobovi na bojiščih, globina morja ...). Papež Frančišek pravi, da je Sredozemsko morje največje pokopališče. Žal ni več Jožefov iz Arimateje, ki bi poskrbeli za pokop ljudi brez imena.

Gospod, Ti nisi Bog mrtvih, temveč Bog živih. V Tebi živijo vsi, ki si jih poklical k sebi. Spomnimo se vseh rajnih, ki smo jih imeli radi. Spomnimo se tudi vseh pozabljenih – sprejmi jih v svoje naročje.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

14. postaja:

JEZUSA POLOŽIJO V GROB

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Dobra dela usmiljenja – pravica do groba

Iz evangelija po Janezu

»Na kraju, kjer je bil križan, pa je bil vrt in na vrtu nov grob, v katerega še nihče ni bil položen. Ker je bil grob blizu, sta zaradi judovskega dneva pripravljanja Jezusa položila tja. (Jn 19,41-42)

Po Božjem načrtu si je tudi Jezus, čeprav križan in zasramovan, zaslužil grob. Na vrtu sta Jožef iz Arimatije in Nikodem po judovskih običajih pripravila Jezusovo telo in ga položila v prazen grob. Telesno delo usmiljenja od nekdaj velevala: »mrtve pokopavati«.

Ob številnih katastrofah, kot so potresi, viharji, cunamiji, nesreče na morju in v zraku, se zganejo države in dobri ljudje, ki z velikimi napori iščejo preživele, pa tudi mrtve. To so norme civilizacije. Današnje odkrivanje jam in skupnih grobišč v Ukrajini, Afriki ter drugod po svetu kaže, da je beseda civilizacija pozabljena. Tudi v slovenski zemlji so brezna in jame, v katerih naše sestre in bratje čakajo civiliziran pokop.

Gospod, daj poguma vsem nam, da bomo izpolnili svojo krščansko dolžnost.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

SKLEP

**Molimo te, Kristus, in Te hvalimo.
Ker si s svojim križem svet odrešil.**

Molitev:

Usmiljeni Oče, ki daješ, da sonce vzhaja nad dobrimi in hudobnimi! Veš, da je veliki petek rana in upanje za človeštvo, da se zamisli nad smrtjo in vstajenjem. Pomagaj nam, da v življenju spoznamo tvoj načrt odrešenja. Naj vsem nesrečnim in žalostnim prižigamo luč evangelija, ki razsvetljuje veselje in žalost, napore in upe. Vsak dom, vsaka dežela naj odseva obličje Cerkve, kjer naj zavlada ljubezen. Ob pomoči tvojega Duha nam pomagaj, da bomo slekli starega človeka in se preoblekli v novega, ki je ustvarjen po pravičnosti in svetosti. Drži nas za roko kakor Oče, da se ne oddaljimo od tebe. Obrni k svojemu srcu naša uporna srca, da se bomo naučili slediti načrtom pravičnosti in miru. Naj si sestre, bratje in vsi narodi podajo roke in sprejmejo odpuščanje, ki nas združuje. Naj se prenehajo prepiri, naj utihne orožje, naj bo pomoč namenjena lačnim kruha in žejnim pravice. Naj se končajo zlorabe, nasilje in trpljenje otrok. Gospod, prosimo Te, daj odgovornim modrost in usmiljeno srce, da bodo spoznali ljubezen do bližnjega. Kristjani naj si prizadevamo biti luč sveta in sol zemlje. Amen.

**Usmili se nas, o Gospod.
Usmili se nas.**

Jožica Marija Ličen

BESEDE, KI ZDRAVIJO IN TOLAŽIJO

Človek je krhko bitje, ki za svoje preživetje potrebuje precej stvari. Vse, kar ima, pa lahko tudi izgubi. To je slaba novica. Izkusimo lahko izgubo dostojanstva, službe ali zdravja. Najtežje pa so izgube naših bližnjih, tistih, ki za nas skrbijo ali mi skrbimo zanje, saj so postali del nas samih. Med nami se je splela vez naklonjenosti in ljubezni, kot nekakšna popkovnica. Ko življenje zareže vanjo, se pojavi bolečina izgube. Občutimo žalost, jezo, izgubljenost in otopelost. Takrat na poseben način še bolj potrebujemo sočloveka in Božjo tolažbo. Vsaj del te tolažbe nam je vedno na voljo. To pa je dobra novica – evangelij. Tukaj je tudi skupina bratov in sester, kjer smo lahko pristni in resnični. Brez mask. Naj nam to srečanje pomaga k temu.

(op. Vsebinska je delno vzeta iz programa Svetopisemske družbe Zdravilna beseda.)

Tvoje boleče izgube

Voditelj prebere ali pove s svojimi besedami:

»Ko nekaj izgubimo, žalujemo. Takrat se odtrga del našega srca in tam nastane odrgnina ali rana, ki nas boli in muči, da ne moremo več živeti kakor prej. Morda celo dvomimo v Božjo dobroto. Kakšne so naše možnosti?

Prvi primer: Gospa je zaradi bolezni izgubila moža, ki ga je zelo ljubila. Še po enem letu se ni mogla sprijazniti s tem. V tem času ni pospravila njune spalnice, ni pospravila moževih stvari. Zdaj spi kar v kuhinji na kavču, v službi dela cele dneve, ne skrbi za redno prehrano, ne vzame si dopusta, ne veseli se hčerkinе poroke, najraje bi kmalu umrla ... Na prigovarjanje prijateljice se oglasi pri psihoterapevtu, a v njej se nič ne premakne. Po nekaj srečanjih je ni več blizu in nadaljuje s svojim načinom življenja.

Drugi primer: Poročena upokojena gospa je izgubila sestro, s katero sta si bili že iz otroštva zelo blizu. Po njeni smrti se je začela povsem posvečati vnukom in preobremenjeni snahi. Kuhala jim je kosila in jim jih vozila celo na dom. Postala je aktivna v bližnjem društvu. A ni se počutila dobro. Ko je zvečer ostala sama, jo je preplavila žalost. Niti mož je ni mogel potolažiti. Po nasvetu sina je poiskala pomoč. Našla je strokovno in sočutno osebo, s katero se je

lahko pogovorila o svojih otroških spominih na sestro in občutkih krivde, ki so bili zakopani globoko v njej. V pomoč ji je postala tiha osebna molitev, ki jo je pomirjala. Ugotovila je, da je pretirana pomoč vnukom le beg pred lastno bolečino. Odkrila je moč Božje besede in po nekaj mesecih se je spet pojavilo njeno veselje do življenja.«

Voditelj prebere molitev:

»Oče, danes se odločam za življenje, in ne za smrt, zato ti prinašam svoje ranjeno srce. Ti me poznaš in vidiš mojo žalost zaradi izgube, ki me je doletela, in tudi že poznaš pot moje ozdravitve. Pomagaj mi jo najti. Vem, da bo brazgotina ostala za vedno, a ne bo več bolela, ker bo odrešena in ozdravljena v tvoji ljubezni. Postala bo kakor rane tvojega Sina Jezusa po vstajenju. Zdaj so kakor zlate rane, ki ne bolijo več, saj so odrešene v tvoji ljubezni. Postale so spomin na usmiljenje, postale so razlog za hvaležnost. Naj se tako zgodi tudi meni. Amen.«

Prvi izziv: Vsak pove 5 stvari iz preteklega meseca, za katere je Bogu hvaležen.

Drugi izziv: V čem pa je moja stiska in preizkušnja?

Namig: lahko se pogovorimo v skupini ali v parih. Pomembno je, da drug drugega le poslušamo. Brez nasvetov in komentarjev. Udeleženci delijo toliko, kolikor želijo.

Molitev: (Lepo je, če jo vsak dobi na lepem listu.)

*»Pridi, Sveti Duh, Ti razlivaš luč,
da razumevam stvari.*

Nauči me prepoznavati sporočilo življenja.

Kadar včasih pogledam nazaj,

vidim črne in žalostne trenutke svoje preteklosti.

Rojevajo se spomini, ki mi povzročajo trpljenje.

Pomagaj mi, da bom gledal na lastno življenje z drugačnimi očmi,

da bom mogel prepoznati tvojo prisotnost

v vseh trenutkih in bom tako odkril,

kaj si me želel naučiti s temi dogodki.

Pridi, Sveti Duh, da bom videl, da ima vse svoj smisel,

svojo luč, svoj čemú.

Ne dovoli, da bi mi oblaki prekrili sonce

in bi ne videl,

da je sijalo skozi vse moje življenje.

Razsvetli moje oči, Sveti Duh,

da bom to lahko prepoznal

in se ti znal iskreno zahvaliti za svoje večno življenje.

Amen.»

(Pov. po V. M. Fernández, 5 minut s Svetim Duhom; Družina 2020.)

Tretji izziv: KAMNI ŽIVLJENJA

Namen: pomoč udeležencem pri medsebojnem spoznavanju in večje zavedanje, da na poti ozdravitve nihče ni sam – Bog in člani skupine ti ponujajo roko. Res je: lahko smo doživeli težke preizkušnje, a nismo sami. Ni namreč najtežje trpljenje. Najtežje je, če si v stiski sam. Težko je tudi, ko nismo slišani, ko drugi našo stisko zmanjšuje in jo dela nepomembno. Ko nam ob njej začne govoriti o svojih težavah ...

Potek vaje

V skupini odgovorimo na spodnji vprašnji.

1. Kako ti drugi lahko pomaga, kadar trpiš? S katerim dejanjem ali besedo? Ali imaš takšno izkušnjo?
2. Kateri nasveti/oblike pomoči so bili napačni in ti niso bili v pomoč? Ali imaš izkušnjo tega?

Odgovore lahko zapišemo v dva stolpca na tablo ali plakat.

Pripravljenih imamo več večjih ploščatih rečnih kamnov, vsaj deset. Imamo tudi dve barvi flomastrov. Voditelj z rdečo barvo na vsak kamen napiše eno izmed besed, ki smo jih izbrali pri drugem vprašanju – na eno stran kamna. Z zeleno pa napiše odgovore na prvo vprašanje. Kamne razporedimo po prostoru kot stopinje. Torej, na vsak kamen eno besedo/besedno zvezo.

Primer odgovora 1: sočutje, Bog ti daje moč, bližina, čas, poslušanje ... To so kamni, ki nam odpirajo pot, da gremo lahko naprej.

Primer odgovora 2: »Pozabi.«, »Nekaj delaš narobe.«, »Saj veruješ, zakaj se vznemirjaš?«, »Trpiš zaradi grehov drugih.«, »Ti si kriv zaradi svojih grehov.« To so kamni, ki nas obtežijo.

Razdelimo se v pare. Nato eden iz para vodi za roko drugega. Ta stopa po kamnih, ki so z zelenimi besedami obrnjeni navzgor. Nato vlogi zamenjata.

Premislek, zapis in kratka podelitev

Kaj sem opazil/a ali spoznal/a v tej vaji?

Četrti izziv: ODLOČITEV ZA JEZUSA

Za kristjana, ki veruje v Jezusovo moč, pa je zelo pomembno tudi, da v svojih stiskah postane boljši prijatelj Božje besede. Tako preidemo iz zgolj razumskega razglabljanja do osebnega pogovora z ljubečim Bogom.

Nekateri ljudje včasih ne morejo takoj spregovoriti o svoji stiski. Lahko pa jim pomagamo, da se začnejo soočati s svojo bolečino skupaj z Bogom, kakorkoli že Boga v tem trenutku razumejo. Spomnimo jih na to, da je sv. Pavel spodnje svetopisemske besede zapisal po mnogih preizkušnjah svojega življenja, potem ko se mu je prikazal Jezus na poti v Damask. Pismo veselja – Filipljanom – je pisal iz ječe! Razumel je, da ga od Boga nič več ne more ločiti: niti trpljenje, bolezen, lastni grehi ... celo smrt ne. Kajti naš Gospod je vstali Gospod, ki živi. Bog po Pavlu govori tudi vsakemu od nas. Tega morda ne bomo mogli takoj razumeti in začutiti v srcu, a potrebna je temeljna odločitev, da Bogu zaupam svoje ranjeno srce in se predam njegovemu zdravljenju.

Potek

Na glas preberemo svetopisemski odlomek: Rim 8, 35-39.

Vsak udeleženec naj ima besedilo tega odlomka skopirano na listu A5 ali A4, z velikimi črkami, ki naj pokrijejo celoten list. To simbolno pomeni, da je resnica, ki jo Pavel zapiše, zapisana v vsak košček našega življenja, četudi zdaj tega še ne razumemo. Vse naše izkušnje so se zgodile znotraj Božje ljubezni.

Vsak je povabljen, da znotraj tega teksta v prostor med vrstice zapiše ali simbolno nariše svoje stiske in si podčrta stavek Božje besede, s katerim se Bog nanj obrača prav danes.

Sklepna molitev (v tišini drug za drugega)

Voditelj izreče ime, npr.: »Tanja«. Vsi nekaj trenutkov molimo za Tanjo. In tako za vse člane.

Sklepna pesem: O, nepričakovani dar

Refleksija srečanja: Kaj mi po tem srečanju ostaja v srcu in bi lahko bilo tolažba od Boga? Ali lahko vidim, kaj si Bog želi zame? Kako sem se počutil/a v skupini?

Duhovna drža v vsakdanjem življenju:

Ne bom se zapiral/a v svoje stiske in težave, temveč bom o njih spregovoril/a ljudem, ki jim zaupam.

Skušal/a bom osebi, ki mi pripoveduje o svojih težavah, priti nasproti s poslušanjem.

V pomoč so nam tri vprašanja:

Kaj se je zgodilo?

Kako si se počutil/a?

Kaj je bilo zate najtežje?

s. Meta Potočnik

NOVA ORODJA ZA PREPOZNAVNO OSEBNIH STISK

eSOS aplikacija - vprašalniki za oceno tveganja in dvig motivacije

Kdaj težave v medosebnih odnosih, zasvojenost z alkoholom v družini in duševne stiske zahtevajo naše ukrepanje? Preverite in ovrednotite osebne izkušnje ali doživetja vaših bližnjih s pomočjo presejalnih vprašanj v aplikaciji.

Video svetovanje

Potrebujete nasvet? Informativni pogovor s strokovnjakom pomaga poiskati odgovore na vprašanja pri najpogostejših osebnih stiskah. Posvet je dostopen, brezplačen in zaupen.



Prosimo vas, da ocenite v kolikšni meri ste zadovoljni s posameznimi področji vašega življenja.

1. Kako zadovoljni ste s svojim zdravjem?

Sploh nisem zadovoljen/a

Zelo zadovoljen/a



☐ Ne morem odgovoriti

Več informacij

www.karitas.si/esos

ENO DOBRO DELO NA DAN

Dobra dela spreminjajo svet in prinašajo življenje! K dobrim delom spodbudimo že najmlajše, da bo ta oblika služenja postala njihova vrednota. Želimo si vesele kristjane, ki jim ni težko delati dobrih del. Odrasli pa jim bodimo pri tem zgled.

1. postni teden: Delam dobra dela.

- Pospravim, čeprav nisem razmetal.
- Vprašam starše, če potrebujejo pomoč.
- Se nečemu odpovem in prihranjen denar darujem.



Prisluhni!

2. postni teden: Govorim dobre besede.

- Nekomu povem, zakaj sem zanj hvaležen.
- Se potrudim, da ne jezikam.
- Večkrat rečem hvala, oprosti in prosim.



Prisluhni!

3. postni teden: Dobro poslušam.

- Ne skačem v besedo.
- Poslušam, kaj mi naročijo starši.
- Pozorno poslušam prijatelja, ko mi pripoveduje.



Prisluhni!

4. postni teden: Ustvarjam in podarjam.

- Kaj izdelam, ustvarim, narišem in podarim.
- Skuham večerjo.
- Napišem svojo molitev.



Prisluhni!

5. postni teden: Molim za druge.

- Molim za družino, starše, prijatelje.
- Molim za učitelja, kateheta, župnika.
- Molim za tistega, ki mi gre na živce.



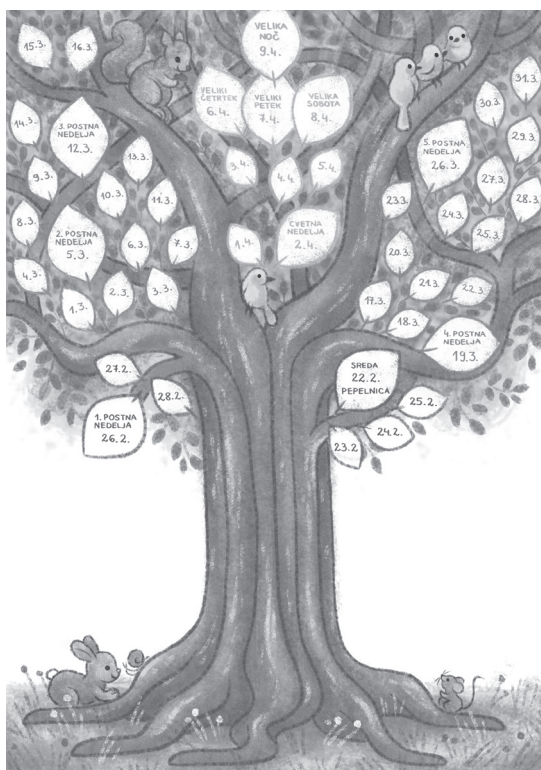
Prisluhni!

6. postni teden: Dobro se pripravim.

- Grem k svetim mašam in obredom.
- Molim križev pot.
- Pomagam v župniji.



Prisluhni!



Ilustrirala Teja Milavec

POSTNA MOLITEV

Gospod, moj Bog,
odpri mi ušesa za tvojo besedo.
Tvoja beseda naj preoblikuje moje misli,
da bom spoznal svoje dostojanstvo
in ga priznal drugim.
Utelesi naj se v mojih dejanjih
in usmeri moj korak k človeku ob meni.
Odmeva naj v mojih besedah
in ozdravi naše odnose.
Še posebej naj ozdravi
naše bolečine, ki jih
povzroča zasvojenost.
Gospod, Tebi je to mogoče
– pomagaj mi, da bom sprejel
tvojo ljubezen in Te prepoznal
v svojih bližnjih.
Amen.



