



В ДОРОЗІ НА СДМ ЛІСАБОН 2023

ЛЮТИЙ 2022

КОНСПЕКТ ДЛЯ АНІМАТОРА

ОБРАЗ САМОГО СЕБЕ

Ціль формаційної зустрічі

1. Усвідомлення того, що наше виховання впливає на наше доросле життя.
2. Усвідомлення того, що я є бажаним творінням Бога.
3. Краще пізнати Себе.

План зустрічі

Це наша пропозиція – звісно можна модифікувати окремі частини, не змінюючи змісту. Додатково, залежно від часу проведення зустрічі, заохочуємо до того, щоб включити до програми Святу Месу з проповіддю та поклоніння Пресвятим Дарам та можливість сповіді.

1. Молитва на початок.

Молитва своїми словами. Запросіть Святого Духа на зустріч. Можна заспівати пісню до Святого Духа.

2. Читання Божого Слова (Йо 5,9-14).

Було свято юдейське, тож Ісус прибув до Єрусалиму. А є в Єрусалимі при Овечих воротах купелеве місце, по-єврейському воно зветься Витесда, що має п'ять критих переходів. Лежала в них сила недужих, сліпих, кривих, усохлих, які чекали, коли то зрушиться вода: ангел бо Господній сходить час від часу в купелеве місце та й заколючував воду, і хто, отже, перший поринав по тому, як вода заколючувалася, то одужував, - хоч яка б там була його хвороба. Один чоловік там був, що нездужав тридцять і вісім років.

Побачив Ісус, що він лежить, а довідавшись, що було воно вже дуже довго, каже до нього: «Бажаєш одужати?» «Не маю нікого, пане, - одрікає йому недужий, - хто б мене, коли ото вода

зрушиться, та й спустив у купіль: бо ось тільки я прийду, а вже інший передо мною поринає.» Мовить Ісус до нього: «Устань, візьми ложе твоє і ходи!» Відразу ж і одужав той чоловік, і взяв ложе своє і почав ходити. Був же той день - субота. Юдеї і кажуть до одужалого: «Субота адже ж! Не личить тобі ложе носити!» А той їм у відповідь: «Візьми ложе твоє і ходи, - сказав мені, хто мене оздоровив.» Спитали його: «Хто він - той, що сказав тобі: Візьми і ходи?» Та одужалий не знав, хто він, бо Ісус зник у натовпі, що юрмився на тому місці. Щойно потім знайшов його Ісус у храмі й мовив до нього: «Оце ти видужав, - тож не гріши більше, щоб щось гірше тобі не сталося.»

3. Пригадайте.

Щоб ви не забули те, що робили на останній зустрічі, пригадайте разом, про що йшлося під час попередньої зустрічі. Було б добре, якби кожен учасник міг поділитися своєю особистою відповіддю на запитання: «Хто для мене Бог?».

Пригадайте також, що таке керигма.

4. Розмова.

Ведучий роздає кожному з учасників зустрічі чисту картку кожен з учасників має записати 3 свої позитивні риси. Коли всі напишуть, можете похвалитися своїми сильними сторонами на форум.

5. Конференція.

Нижче наведено зразок тексту конференції, який може послужити натхненням для аніматора.

1. Зміни мислення!

Пам'ятаєте, який був осатаній пункт керигми? (Якщо він був сказаний раніше під час пригадування, то ви можете запитати ще раз **(аніматор починає мозковий штурм)**). Останній пункт керигми — МОЄ РІШЕННЯ НАВЕРНЕННЯ. Добра Новина говорить, що Бог любить мене, що гріх мене руйнує, що Бог послав Свого Сина, щоб визволити мене від смерті. Прийнята усієї душою Добра Новина спонукає нас ВСТАТИ ТА ЗМІНИТИ своє життя, щоб зробити його ще красивішим. НАВЕРНЕННЯ ГРЕЦЬКОЮ ОЗНАЧАЄ «ЗМІНИТИ СПОСОБ МИСЛЕННЯ». Щоб змінити свою поведінку, спочатку ми повинні змінити своє серце. Однак, коли будівельник починає реконструкцію будинку, спочатку він проводить поглиблений огляд будівлі. Треба перевірити де проходять труби або електричні кабелі. У нас це також зміни. Ми починаємо пізнавати хто ми є насправді. Дуже часто ми починаємо зміну життя з боротьби з якоюсь шкідливою звичкою. Ми зосереджуємось на своєму гріху і не рідко розчаровуємося, тому що не можемо його перемогти. Боротьба з гріхом без пізнання його глибини і причини — це все одно, що пришивати латки від нового матеріалу до старої тканини. Чи йдеться нам про це? Ні! Ми хочемо оновити весь одяг, щоб він був новий — не хочемо латаний!

2. Пізнай правду.

Те, як ми сприймаємо себе, формується також тоді, коли ми є маленькими дітьми. Дорослі діляться з дітям своїми думками про світ і діти сприймають це як істину, бо ще не можуть самі розуміти реально навколишнього світу. Батьки говорять дитині, що торкатися до вогню неправильно. Дитина приймає це за правду, хоча не знає до кінця, що таке вогонь, звідки він береться і для чого. Малюк знає тільки що це вогонь. У якийсь момент дитина перевіряє, чи впевнена це так, а потім виявляється, що це була правда. Потім дитина починає перевіряти те, що сказали батьки. Однак є багато таких питань, яких дитина не може перевірити. Наприклад: хлопчик, який щоразу, коли він чогось боявся і його називали «боягузом» прийняв це за правду, що страх – це неправильно. І в майбутньому вирішив ніколи нікому не показувати свій страх. У дорослому житті цього хлопчика це призвело б до того, що він став би жорстким і суворим. Дурниця полягає в тому, що боятися чогось це нормально. Погано вирішена проблема в дитинстві стала б серйозним недоліком дорослого чоловіка. ЦЕ ЯК НАС ВИХОВАЛИ І ЯК МИ БРАЛИ ПРИКЛАД З НАШИХ НАЙБЛИЩИХ В ДИТИНСТІ ВПЛИВАЄ НА НАШИМ ДОРΟΣЛЕ ЖИТТЯ. Недостатньо, що цей хлопець з прикладу, вирішив собі, що він буде з усіма добрим, він повинен сам дійти до правди і знайти джерело - початок своєї проблеми.

3. З чого почати?

З чого почати пошуки правди про себе? Відповідь на це питання ми знаходимо в першому пункті керигми. Про що йшла мова в цьому пункті? (мозковий штурм) Перший пункт керигми каже, що БОГ ДУЖЕ ЛЮБИТЬ МЕНЕ, ЩО ВІН СТВОРИВ ЦІЛИЙ СВІТ І В НЬОМУ МЕНЕ НА СВІЙ ВЛАСНИЙ ОБРАЗ І ПОДОБУ. Ми – образ Божий – це наше справжнє обличчя. Щоб пізнати які ми є насправді, ми повинні дивитися на Бога. Як дивитися на Бога? Ми можемо дивитися на Його славне Обличчя, яке показується у Пресвятих Дарах під час поклоніння. Ми можемо зустріти Його на картах Біблія, тому що це книга, яка розповідає нам, Ким насправді є Бог.

4. Одразу проблеми...

Перебування перед Богом допомагає нам відкрити своє справжнє обличчя, але часто буває, що ми відразу бачимо те, що спотворює в нас образ Бога. Ми помічаємо, що віддалилися від досконалого образу Бога. Щоб не впадати у відчай, варто скористатися ТАЇНСТВОМ ПОКАЯННЯ, в якому ми залишаємо все, що нас пригнічує, тобто гріх. Варто також користатися ДУХОВНИМ КЕРІВНИЦТВОМ, щоб побачити власне життя разом з іншою людиною. Духовний керівник допомагає нам об'єктивно поглянути на наші проблеми. Поговоріть з людьми, яким ви довіряєте, про те, що вас турбує. Проблеми, які залишаються лише у світі наших думок часто доростають колосальних розмірів, тільки коли ми їх вимовляємо вголос, ми починаємо їх бачити в більш реальному світі. Також ми маємо Євхаристію як зміцнення на нашому шляху. Багато людей кажуть, що ми є тим, що їмо і це правда. Якщо ви годуєшся Богом, то станеш все більше схожий на Бога, тобто на твій прототип.

5. Встань та йди.

Насамкінець повернемося до Євангелія, прочитаного на початку зустрічі. Ісус запитав чоловіка, чи хоче він зцілення. На запитання Ісуса чоловік відповів, що нема кому йому допомогти. Це не є відповідь на запитання Ісуса, але можливо, це був не випадковий діагноз його слабкого душевного стану. Можливо, джерело його

нешастя це була не фізична хвороба, а самотність. Ісус зцілив його, щоб він міг встати та йти до людей, за якими він сумував. Найчастіше це не наше тіло потребує зцілення, але серце потребує зцілення і здорове серце може спокійно впоратися з обмеженнями тіла. Коли ми шукаємо допомоги в Ісуса через поклоніння, сповідь, духовне наставництво, Євхаристію – то наші серця наповнюються спокоєм, а це ключ до щастя. Життя є щасливе, коли маємо правдиве уявлення про себе.

6. Завдання.

Наприкінці зустрічі виконайте разом завдання. Нехай кожен з учасників візьмєть чистий аркуш паперу і прикріпіть на спину іншої особи, за допомогою шпильки. Коли всі будуть мати прикріплені картки, кожен пише на аркуші паперу, за що хотів би йому подякувати цій особі. Коли ви закінчите візьмєть ці картки додому та почитайте те, що Вам написали. Перечитуйте ці слова у важкі часи.

7. Домашнє завдання.

Пропонуємо учасникам виконати завдання для поглиблення теми, яке допоможе їм у їхній особистій рефлексії. Плід індивідуальної праці учасники зможуть поділитися на початку наступної зустрічі. Праця вказана на карті для учасника.

Знайдіть місце, де у Вашій місцевості є поклоніння Пресвятим Дарам і спробуйте зайти туди хоча б на 15 хвилин, якщо такої можливості у Вас не має тоді посто прийдіть до храму на молитву, але якщо це важко зробити для цього влаштуйте у своєму домі тихий простір для молитви. Принаймні на одному поклонінні Пресвятим Дарам продумайте про те, що знаходяться на карті учасника.

8. Молитва на завершення.

1. Було б добре, якби ви дослухалися до порад конференції про споглядання в обличчя Боже, приховане в Пресвятих Дарах. Якщо у вас є для цього умови, організуйте коротку адорацію. Якщо це коштувало б занадто великих зусиль у кімнаті, де ви зустрілися створіть місце для молитви. Можна приглушити світло і запалити свічку, виставити ікону Христ, тощо.

2. Почніть молитву з пісні яку всі знають.

3. Посидьте трохи в тиші і прочитайте Псалом 139: 1-18.

Ти мене випробував, Господи, і знаєш.

Знаєш мене, коли сиджу і встаю я. Думки мої здаля розумієш.

Чи ходжу я, чи спочиваю, ти добре бачиш; тобі відомі всі мої дороги.

Бо ще нема й слова на язиці у мене, а ти, Господи, вже все знаєш.

Ти ззаду й спереду мене оточуєш, кладеш на мене твою руку.

Що за предивне знання! Для мене занадто високе, недосяжне воно!

Куди мені піти від духу твого? Куди мені втекти від обличчя твого?

Зійшов би я на небо - ти там єси, ліг би я у Шеолі - і там ти.

Взяв би крила зірниці, осівся б на край моря, -

і там рука твоя мене б водила, і твоя десниця мене б тримала.

*Сказав би я: «Принаймні тьма нехай мене покриє, і світло, неначе ніч, мене сповіє»,
та навіть темрява для тебе не занадто темна; і ніч, немов день, світить.*

Так темрява, як і світло!

Ти створив моє нутро, ти мене виткав в утробі матері моєї.

*Хвалю тебе, що сотворив мене так дивно; діла твої предивні, ти душу мою знаєш вельми
добре.*

*Кості мої не були сховані від тебе, коли постав я таємничо, коли мене творено в землі
глибоко.*

*Очі твої бачили мої вчинки, усі вони записані у твоїй книзі; і дні, що ти мені призначив, коли
ані одного із них іще не було.*

Як мені тяжко думки твої збагнути, Боже! Яка їх сила!

Я полічив би їх, та їх від піску більше; якби й скінчив, я був би ще з тобою.

4. Після читання псалма молитву може прочитати інша людина:

Господи Ісусе, я прошу Тебе не прохось повз мене байдуже. Будь ласка Ти, щоб зі мною залишився, як з хворим з Єрусалиму. Дай мені відчутти, що ти поруч. Я всім серцем дякую Всемогутньому Отцю за те, що він зробив мене таким чудовим за це, що створив. Дякую за всю історію мого життя, хоча не обов'язково за все Я розумію. Я прошу Тебе, Ісусе, допоможи мені відкрити мою красу. Я прошу Тебе, Ісусе, допоможи мені відкрити мою красу. Я прошу Тебе, Ісусе, допоможи мені встати і піти. Я прошу Тебе, Ісусе, оновити в мені образ Отця.

5. Присвятить 5 хвилин на молитву в тиші. На завершення заспівайте пісню і завершіть зустріч благословенням або знаком хреста.