



# Zmierenie – Budme šíriteľmi pokoja a odpustenia

**Zastávka:** „Oáza pokoja“

**Symbol:** Oáza s prameňom vody uprostred púšte

**Časová dotácia:** 120 minút

**Cieľová skupina:** 13–15 rokov

**Odporúčaný počet zúčastnených:** 10

**Pomôcky:** Sväté písmo, obrázok púšte a oázy (alebo plagát), papieriky a fixky, nádoba s vodou/misa, malé kamienky

**Kľúčové slová:** odpustenie, sloboda, väzenie, Ježišova obeta, púšť, oáza

**Cieľ:** Prežívať slobodu zmierenia a odpustenia, ktoré prináša pokoj v našich srdciach. Tento mesiac sme pozvaní byť pútnikmi pokoja a odpustenia.

## Úvod (10 minút)

### Privítanie a modlitba

„Dnes sa budeme rozprávať o téme, ktorá je niekedy ťažká, ale veľmi dôležitá: o odpustení. Odpustenie nie je len pekné slovo, ale niečo, čo prináša slobodu do nášho srdca. Prosme teraz Boha, aby nám dal silu dotknúť sa tejto témy s otvoreným srdcom.“

### Symbolická otázka

Animátor sa pýta: „Ako dlho vydrží človek bez vody? Čo sa deje s telom, keď je smädné? Aké to je byť v púšti bez vody?“ – nechajte mladých krátko odpovedať.



# Odpustenie a zmierenie prináša slobodu

November: Jubilejná katechéza pre mládež

## Premostenie:

„Keď žijeme v hneve alebo neodpustení, naše srdce je ako vyprahnutá púšť – vyschnuté, bez života. Ale odpustenie je ako nájsť oázu. Prináša úľavu a pokoj. Tak ako voda zachraňuje smädného človeka, odpustenie zachraňuje naše srdce.“

## Predstavenie témy (10 minút)

### Biblické citáty:

- Ef 4,32: „Budte k sebe navzájom láskaví a milosrdní, navzájom si odpúšťajte, ako aj vám odpustil Boh v Kristovi!“
- Mt 18,21–22: „Pane, koľko ráz mám odpustiť svojmu bratovi, keď sa proti mne prehreší? Azda sedem ráz?“ Ježiš mu odpovedal: „Nie sedem ráz, ale sedemdesiatsedem ráz.“
- Mt 6,12: „A odpusť nám naše viny, ako i my odpúšťame svojim vinníkom.“

### Krátky výklad:

„V Biblii čítame, že Boh nám stále odpúšťa. A tak ako my prijímame jeho odpustenie, aj my máme odpúšťať iným. Niekedy je to veľmi ťažké – lebo zranenia bolia. Ale samotné rozhodnutie, že chcem odpustiť, je prvým krokom. Pápež František hovorí: ‚Pán sa nikdy neunaví odpúšťaním.‘ My sa niekedy unavíme prosiť o odpustenie, ale Boh nikdy. Najväčšia oáza odpustenia je Ježiš na kríži – tam povedal: ‚Otče, odpusť im, lebo nevedia, čo robia.‘ Odpustenie je silnejšie ako hnev a nenávisť.“



# Odpustenie a zmierenie prináša slobodu

November: Jubilejná katechéza pre mládež

## Hlavná časť – Vyučovanie (20–25 minút)

### Obráz púšte a oázy

#### 1. Púšť – srdce bez odpustenia

„Predstav si, že kráčaš v púšti. Je horúco, nemáš vodu, si smädný a unavený. Presne tak sa cíti naše srdce, keď v ňom nosíme hnev, krivdu alebo neodpustenie. Srdce je suché, tvrdé, bez života. V takej púšti sa nedá dlhodobo žiť.“

#### 2. Oáza – srdce, ktoré odpúšťa

„A teraz si predstav, že v diaľke uvidíš oázu. Stromy, tieň a prameň vody. Tam môžeš nájsť život. Tak je to aj s odpustením. Keď odpustíme, naše srdce zažije úľavu, ako keď smädný nájde vodu. Nemusíme hneď cítiť všetko, ale samotné rozhodnutie ísť k oáze je začiatok. Odpustenie prináša pokoj.“

#### 3. Ježiš – prameň živej vody

„Najväčšia oáza je Ježiš. On na kríži uprostred bolesti otvoril prameň odpustenia. My sami zo seba často nedokážeme odpustiť. Ale keď príde k nemu, On premieňa našu púšť na oázu. Ježiš hovorí: ‚Kto verí vo mňa, z jeho vnútra potečú prúdy živej vody.‘ (Jn 7,38). To znamená, že keď prijímame jeho odpustenie, aj my môžeme dávať odpustenie iným.“

## Aktivita – „Odpustenie: oáza v púšti srdca“ (20–25 minút)

1. **Úvod (obraz púšte):** Animátor povie: „Predstavte si, že ste v púšti. Je horúco, ste unavení a smädní. Také je naše srdce, keď nosí hnev a neodpustenie – je suché a ťažké.“
2. **Napísanie krívd:** Každý dostane papierik a fixku. Napíše naň niečo, čo mu ublížilo – môže to byť slovo, symbol alebo aj niečo malé.



## Odpustenie a zmierenie prináša slobodu

November: Jubilejná katechéza pre mládež

3. **Sucho a ťarcha:** Papieriky zložia do malých guľčiek – „kamienkov“. Položia ich k obrázku púšte. To symbolizuje srdce bez odpustenia.
4. **Obraz oázy:** Animátor položí obrázok oázy, kúsok zelenej látky alebo miskú s vodou. Povie: „Odpustenie je ako nájsť oázu – prameň vody, ktorý osvieži srdce.“
5. **Gestom odpustenia:** Kto chce, môže svoj papierik hodiť do misy s vodou. Papier sa rozmočí – to symbolizuje, že ťarcha sa rozpúšťa.
6. **Zdieľanie:** Krátko sa spýtajte: „Ako sa cítite, keď ste odložili svoj kamienok?“ – nechajte dobrovoľníkov odpovedať.
7. **Biblický citát:** Prečítajte: „Kto verí vo mňa, z jeho vnútra potečú prúdy živej vody.“ (Jn 7,38).
8. **Krátka modlitba:** Prosba o silu odpúšťať.

### Prepojenie na osobný život (10–15 minút)

„Každý z nás niekedy urobil chybu a každý niekomu ublížil. Preto všetci potrebujeme odpustenie – od ľudí aj od Boha. Boh nám dal veľký dar svätej spovede – to je miesto, kde môžeme odložiť svoje kamienky a prijať prameň odpustenia.“

#### Otázky na zamyslenie:

- „Zažil si už, že ti niekto odpustil? Ako si sa vtedy cítil?“
- „Je niekto, komu potrebuješ odpustiť ty?“
- „Ako môžeš byť ty oázou pokoja pre niekoho iného?“

#### Praktická výzva na týždeň:

Každý účastník si má vybrať jednu osobu, ktorej tento týždeň prejaví zmierenie alebo láskavosť. Môže to byť prosté: usmiať sa na spolužiaka, ktorý ťa nahneval, ospravedlniť sa doma, napísať povzbudivú správu.



## Odpustenie a zmierenie prináša slobodu

November: Jubilejná katechéza pre mládež

### Záver a modlitba (5–10 minút)

**Symbolické gesto:** Každý si vezme malý kamienok – čistý, hladký. Ten bude pripomienkou, že Boh premieňa ťažobu na pokoj.

**Záverečná modlitba:** „Pane Ježišu, ďakujeme Ti, že si na kríži otvoril prameň odpustenia. Daj, aby naše srdcia neostali púšťou, ale aby sa stali oázou pokoja. Daj nám silu odpustiť tým, ktorí nám ublížili, a prijať odpustenie od Teba. Amen.“

**Záverečná myšlienka:** „Púšť sama zo seba nikdy nevyprodukuje vodu. Ale tam, kde je prameň, vzniká oáza. Naše srdce bez Boha ostáva tvrdé. Ale s Ježišom sa stáva miestom pokoja. Nezabudnite: kto prináša odpustenie, prináša život.“