

POKOJ

Téma: Pokoj

Vek: 12 -14 rokov

Cieľ: Ako doceliť pokoj.

Pomôcky:

- farbičky alebo fixky
- zápalky
- výkres A2
- stoličky
- farebné papiere
- nožnice
- lepidlo

Štruktúra:

1. Modlitba

- Kráľu nebeský

2. Stoličky

- stoličky poukladáme do kruhu operadlami k sebe o jednu menej ako počet osôb, ktoré túto hru hrajú
- počas hudby sa všetci pohybujú okolo stoličiek vo vzdialenosti asi 0,5 m
- na tlesknutie si musia všetci posadať - kto si nenájde miesto, vypadáva

3. Diskusia

- animátor rozvedie debatu o pokoji a na začiatok prirovná začiatočnú hru k vonkajšiemu nepokoju, stresu (napr. písomky)
- potom kladie účastníkom rôzne otázky:

Čo si predstavujú pod pojmom pokoj?

Aké iné slová im napadajú pri slove pokoj?(radosť, harmónia, pokora, meditácia)

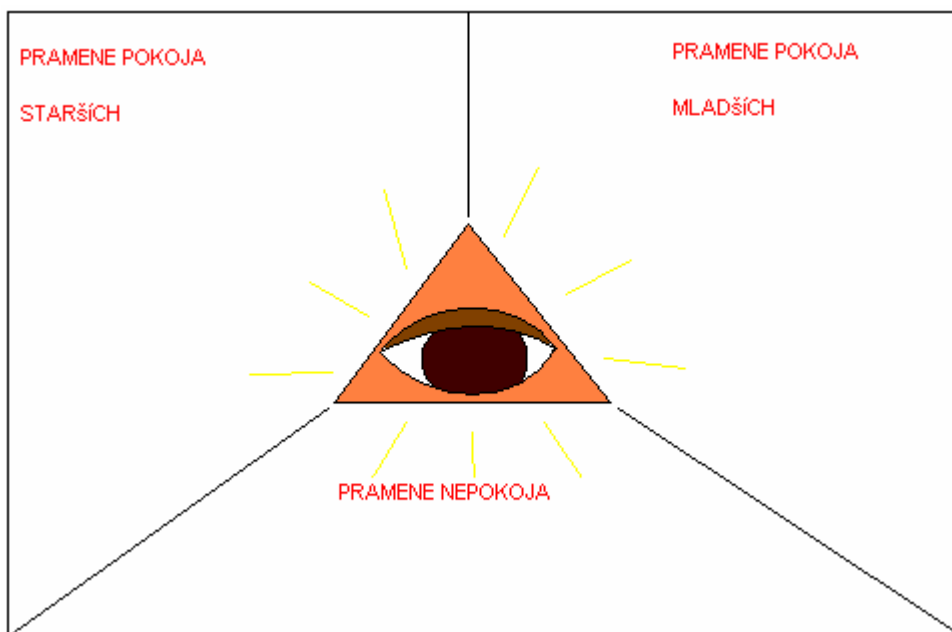
Kedy najviac pociťujú pokoj?

Čo im prináša pokoj?

Kto je pre nich taký „pokoj“? (v osobe; kto ich tak dokáže upokojiť)

4. Plagát

- do prvej časti vpravo majú deti písať ich pramene pokoja - čo ich upokojí, čo im navodzuje pokoj (hudba, priatelia, rodina, vydarená písomka, ...)
- do druhej časti majú za úlohu napísať pramene pokoja starších - majú sa vcítiť do role svojich rodičov alebo starých rodičov a napísať, kedy sa oni cítia najviac pokojní, čo im ten pokoj navodzuje? (šťastie ich detí, zdravie, ticho, ...)
- do tretej časti by mali napísať pramene nepokoja starších aj mladších - čo im ten pokoj berie



5. Cennosti

- animátor si od detí vypýta ich cenné veci (niečo, čo majú rady, napr. mobil, hodinky, retiazku, prsteň, ...). a vloží ich do nejakého vrecúška
- vyberie zápalky; jednu z nich zapáli, dá tesne nad tie veci a čaká, ako deti budú reagovať

- potom sa ich opýta, čo by urobili, aby tie veci dostali späť (správna odpoveď je poprosiť o ne)
- je dôležité, aby sme si uvedomili, že pokoj v duši získame, ak oň budeme prosiť Boha - symbolicky som chcela poukázať na to, že keď nevedeli, čo sa s ich cennosťami deje, vyvolalo to v nich nepokoj; keď o veci prosili, boli im vrátené

6. *Postavičky s citátmi*

- animátor si pripraví nejaké postavičky z farebného papiera (korytnačku, kvetinku, slniečko, rybku, ...), na ktoré napíše citáty o pokoji a rozdá ich deťom na stretnutí

citáty:

Pán dá silu svojmu ľudu, Pán požehná svoj ľud pokojom. (Ž 29,11)

Boh chce pokoj a pokoj je Boh. (Nikolaus von Flue)

Blahoslavení tí, čo šíria pokoj, lebo ich budú volať božími synmi. (Mt 5,9)

Najväčší pokoj pre svoju dušu nájdeš, keď sa tvoja vôľa s Božou vôľou spojí. (Angelus Silesius)

Pokoj je ako chlieb, ktorý rozlámaný a rozdelený sa rozmnožuje v rukách učeníkov. (Sv. Augustín)

Pokoj môžeš mať iba vtedy, keď ho sám dávaš. (Marie Von Ebner- Eschenbach)

Nie je žiadnej cesty k pokoji, práve pokoj je cesta. (Mahatma Gandhi)

Vnútorný pokoj je vždycky závislý na človeku samom. Človek skutočne nepotrebuje k svojmu šťastiu nič než pokoj a aby ho dosiahol, nepotrebuje nič iba seba. (Wilhelm Von Humboldt)

7. *Domáca úloha*

- aspoň na týždeň sa posnažiť byť „pokojom“ pre svojich rodičov alebo starých rodičov

8. *Modlitba*

- Raduj sa + vlastnými slovami