



V KRAJINE POCITOV (10)

Ahoj, kamaráti!

- Polievate, zohrievate, vyživujete? A rastie to?
- Hovoríš o emóciách, ktoré chceme v sebe pestovať, Dobromilka?
- Presne tak, Svetlúšik. Pozri, ako podrastla moja vďačnosť. Polievam ju hneď zaránky podákováním za dar nového dňa.
- Vidím, že sa tvojej vďačnosti krásne darí. Dobromilka, a čo by si mi poradila na vypestovanie odvahy?
- Hmm, to musím ešte vyhútať, ale možno ti nejaké rady napíšu aj naši kamaráti do e-mailovej pošty detom@katolickenoviny.sk.
- A dovtedy si môžeme posvietiť na jednu zvláštnu emóciu. Neprajeme si ju, no predsa v krajine pocitov jestvuje.



Smútok pociťuješ vtedy, keď si stratil niečo, na čom ti záleží. Bolo to, a už to nie je. Smútok ťa pohýna utiahnuť sa a žiaľiť, plakať, premýšľať, akoby ťa bolelo srdce, akoby z toho srdca kus chýbal.

Smútok cítia kamaráti, keď sa presťahujú a sú ďaleko od seba. Tvoja spolužiačka, ktorej sa zatúlal psík a už sa nevrátil. Smútok, azda najsilnejší, pociťujeme, keď nás niekto blízky opustí, odíde do večnosti.

Smútok cítil tu na zemi aj Ježiš – vo všetkom nám bol a je podobný okrem hriechu. Smútok cítila Veronika s krvavým ručníkom, plačúce ženy pri ceste, no najmä Matka Mária, keď sprevádzala Ježiša na jeho poslednej púti na Golgotu.

Smútok ti ukazuje, čo a kto je pre teba dôležitý. Pomáha ti viac si vážiť dôležité veci, možnosti, vzácne chvíle, no predovšetkým ľudí vo svojom živote, ktorých máš. Smútok ti teda môže pomáhať viac ľúbiť, preukazovať väčšiu starostlivosť, viac si život vážiť a tešiť sa z toho, čo je dôležité.

Ďakujeme ti, Pane Ježišu, že si s nami v každom našom smútku, bolesti. Ty veľmi dobre vieš, o čom je táto emócia. Aj to, čo sa cez smútok môžeme naučiť. Ďakujeme, že ani veľký smútok nezatieni veľkonočnú nádej a nezmernú lásku, ktorú preukazuješ každému Božiemu dieťaťu. Amen.

SMÚTOK

Skôr než si na túto emóciu posvietime, skús odpovedať na pár otázok:

- Kedy si naposledy cítil smútok?
- Kedy si videl smútok u svojich blízkych?
- Podľa čoho spoznáš, že je niekto smutný?
- Podľa čoho vieš, že prežívaš smútok?
- Ako sa má vtedy tvoje telo? Ako duša?
- Akú by si mu dal farbu?
- Ako by mohol voňať?
- Keby si chcel smútok nakresliť ako súčasť krajiny pocitov, čo by to bolo? Kopec, priepasť, jaskyňa, oblak, skala, cencúľ, vřba smútočná či iná rastlina alebo dokonca zvieratko?
- Môže byť smútok na niečo dobrý?
- Čo si myslíš, bol počas svojho pozemského života smutný aj Ježiš? Podľa čoho to vieš?
- Kde v Biblii si čítal o smútku?



Každý rok si Terezka (6. ročník CSŠ Márie Goretti Piešťany) sama od seba vymyslí krížovú cestu a nakreslí ju. V pôste sa spolu ako rodina modlia jednotlivé zastavenia.

 Dobromilka a  Svetlúšik

DETOM@KATOLICKENOVINY.SK

- Pripravila: MARTINA JOKELOVÁ-ŤUCHOVÁ
- Ilustrácie: ĽUBA SUCHALOVÁ
- Snímky: -MJĎ-, PETER GROS