TÝŽDEŇ CIRKVI PRE MLÁDEŽ VO FARNOSTI

Nápady a idey sú zozbierané z rôznych slovenských farností. Inšpiráciou boli aj zahraničné stránky či podnety.

Povzbudzujeme vás k zorganizovaniu niečoho podnetného nielen pre mladých, **ale hlavne s mladými**, vašej farnosti. Povzbudzujeme, aby ste to urobili práve v tomto čase, ktorý je určený špeciálne pre nich.

Aktivity je samozrejme potrebné prispôsobiť vašim možnostiam. Vy sami najlepšie poznáte danosti, ale aj možnosti vašej farnosti. Chceme osloviť každého mladého vo vašej farnosti: **povedať mu, že Cirkev je tu aj pre neho, že s ním ráta a v duchu ho objíma.**

DUCHOVNÉ PODNETY:

Čas s Pánom:

Svätá omša špeciálne pre mladých

Pripravte si príhovor zameraný na mladého človeka, zvoľte vhodné piesne pre mladých ľudí, pamätajte na mladých aj v spoločných modlitbách veriacich… Pozvite mladých k aktívnemu zapojeniu sa do sv. omše. Nenúťte ich však, "neúkolujte", doprajte im slobodu pri rozhodovaní. Povzbuďte mladých, aby pozvali ďalších mladých.

Adorácia/ Polnočná tichá adorácia s požehnaním

Použite text adorácie, ktorý viac hovorí k srdcu mladého človeka, zopár textov zozbieraných z rôznych materiálov prikladáme v prílohe. Prinášame aj jednu špeciálnu adoráciu pripravenú na podklade **posolstva Sv. Otca Františka k 39. svetovému dňu mládeže.** Ten budeme sláviť v nedeľu Krista Kráľa, keď náš TCPM vrcholí. Pamätajte aj na ticho a doprajte mladým čas a priestor na rozhovor s Pánom. Rovnako vťahujúca do modlitby môže byť a**j kvalitná hudba** blízka mladým ľuďom. Môžete si spraviť aj časový rozpis služieb.

Nočné bdenie/ Noc v kostole

Ak sú Vaše možnosti dostačujúce, pripravte spolu s mladými celonočné bdenie v kostole. **Opýtajte sa ich, ako by tento vzácny čas chceli stráviť.** Buďte otvorení pre ich podnety a nápady, skúste ich len "korigovať." :-)

Duchovná obnova

Osobitná forma, ktorá možno osloví viac mladých, ktorí majú určité poznanie, ale nebojte sa túto možnosť ponúknuť aj ostatným mladým. Môže byť jednodňová, príp. ak si trúfate aj celo víkendová.

Hovor, počúvam Ťa:

Špeciálne spovedanie určené pre mladých ľudí

Skúste **vyhradiť špeciálny čas** určený len pre mladých ľudí, povzbudiť ich k tomu, aby prišli práve v tomto čase, že tam bude **pre nich vytvorený dostatočný priestor.** Zároveň poproste ostatných farníkov, aby tento čas prenechali na spoveď práve mladým ľuďom.

Služba "ucha"

Rovnako ako pri spovedaní, vyhradiť čas osobitne určený mladým, odkomunikovať, že ho môžu využiť, keď sa chcú o niečom porozprávať, poradiť sa a pod. Odporúčame tiež uviesť, že rovnako ako pri spovedi sa **veci z týchto rozhovorov "nevynášajú"**. Túto službu je potrebné aj dostatočne dobre vysvetliť, aby mladí nemali predsudky, obavy či strach prísť s akoukoľvek otázkou alebo problémom.

Služba „bútľavej vŕby"

Kým v službe „ucha" a spovedi ide o rozhovor s tým, že sa očakáva nasmerovanie mladého človeka alebo chceme mu priniesť nejaké „dobré rady", v službe „bútľavej vŕby" ide len o vypočutie. Mladý človek môže prísť a povedať čokoľvek, čo ho trápi bez toho, aby dostal nejaké odporúčanie. V prípade ak požiada o radu, určite mu ju môžeme ponúknuť.

Modlíme sa spoločne:

Modlitby mladých za mladých

Zozbierajte úmysly od mladých ľudí. Následne ich môžete predniesť v rámci ktorejkoľvek spoločnej modlitby - na sv. omši, adorácii, obetovať na tieto úmysly ruženec, krížovú cestu a pod. Skúste vytvoriť aj tzv. "modlitbové dvojice"- napíšu si na papierik svoje meno+svoje úmysly, potom si vyberú iný papierik, ak majú problém uviesť svoje meno, môže byť táto aktivita aj anonymná. Úmysly môžete zbierať anonymne do nejakej nádoby na to určenej.

Modlitba chvál

Pozvať mladých vo farnosti, hudobnú skupinu, či zbor, aby si pripravili niekoľko piesní. Chvalová modlitba je opakom formalizovanej, preto je mladým veľmi blízka. Nezabudnite sa nechať viesť Duchom Svätým a pustiť ho do vášho stredu.

Krížová cesta

Rovnako ako pri adorácii odporúčame použiť text, ktorý je mladému človeku zrozumiteľný. Nejaké námety prikladáme v prílohe. Porozmýšľajte aj nad vhodnou, a mladým ľuďom blízkou, formou prevedenia krížovej cesty (audiovizuálne sprevádzanie, prípadne niekde v prírode či vonku pred kostolom alebo inak atraktívne)

Vešpery mladých

Táto denná modlitba Cirkvi je často rezervovaná zasväteným osobám. Mnohí veriaci sa s ňou nemajú možnosť stretnúť. Toto je príležitosť priblížiť ju mladým, aby spoznali jej krásu a vznešenosť. Môžu sa modliť z papiera, ale aj z mobilu či tabletu. Pred samotnou modlitbou je dobré mladým objasniť základné princípy. A mať aj v každom „chóre" niekoho, kto pozná danú modlitbu a bude akoby zárukou, že modlitba prebehne dôstojne a v poriadku.

Ruženec pre mladých

Príležitosť ukázať mladým čaro tejto modlitby. Môžete si pripraviť rôzne zamyslenia, použiť sviečky, modliť sa na spoločné úmysly. Existujú rôzne druhy ružencov, napr. misijný ruženec, ktoré môžu mladých osloviť. Námet prinášame aj v prílohe. Rovnako ako v každom nápade, pozvite mladých, aby možno oni pripravili nejaký nápad ako priblížiť túto modlitbu svojím rovesníkom.

Diskutujeme:

Farská synoda

Počúvajte mladých! Vytvorte im priestor na to, aby sa cítili vypočutí. Pokúste sa zorganizovať "synodu o mladých s mladými" vo vašej farnosti. Okrem pozvania nezabudnite mladým prisľúbiť aj to, že ich chcete naozaj vypočuť a ich názory, príp. kreatívne podnety, nejakým spôsobom skutočne implementovať vo vašej farnosti. Ak to však chcete zorganizovať len pre váš a ich dobrý pocit, ale mladí reálne nebudú mať možnosť veci ovplyvniť, organizovaniu tejto aktivity sa radšej vyhnite.

Prednáška s následnou diskusiou

Skúste pouvažovať a pozvať človeka, ktorý mladých ľudí skutočne zaujíma. Na výber sa pozrite nie svojou, ale optikou mladých. Dnes svetom mladých hýbu influenceri - poväčšine verejne známa osoba (ale môže byť i lokálny dobrovoľník, nie iba herec, moderátor, športovec, …), ktorá je v niečom pre mladých vzorom a často im pomáha rozhodovať sa.

Otázky a odpovede

Pripravte mladým možnosť opýtať sa na čo chcú alebo vyjadriť svoj názor anonymne. Pripravte do kostola krabičku, kde budú môcť vhadzovať svoje otázky. Dajte im dostatok času na to, aby mohli svoje otázky položiť. Následne zorganizujte nejakú besedu, kde na tieto otázky budete odpovedať.

HÝBEME SA:

Spoločný výlet

Aktivity v exteriéri sú vhodnou formou ako prilákať aj ľudí, ktorých prostredie kostola a fary odrádza od účasti na aktivitách. Vyberte vhodné miesto a výlet naplánujte, môžete pridať aj sprievodné aktivity alebo úlohy. Rátajte aj s variantom nepriaznivého počasia.

Výlet môžete obohatiť rôznymi vylepšeniami, napr.

výlet s inšpiratívnou osobou

výlet k významnému miestu

výlet, resp. púť ku kaplnke

rôzne úlohy a výzvy počas výletu

Zaujímavým nápadom môže byť organizovanie krížovej cesty v prírode, v katastri obce/mestskej časti účastníci si na základe indícii, príp. súradníc sami vyhľadávajú jednotlivé zastavenia. Pri nich môžu byť jednoduché úlohy na splnenie, výsledky takejto "interaktívnej" krížovej cesty môžete aj vyhodnotiť.

Športové hry v telocvični / Športové popoludnie/večer / Športový turnaj

Florbal, volejbal, futbal/futsal, metlobal, vybíjaná, ping-pong, volejbal, šachy… Možností je nespočetne. Stačí si len vybrať a samozrejme pamätať na aktuálnu preferenciu našej cieľovej skupiny.

Mládežnícky ples/tancovačka

Aj tanec je mladému srdcu veľmi blízky. Ples či tancovačka pritiahne mnohých mladých. Dáva priestor na sebarealizáciu, možnosti na spoluprácu, učí spoločenskému správaniu. Zároveň netreba zabudnúť na to, že neorganizujeme ples pre strednú generáciu, ale pre mladých a s mladými. Prispôsobme tomu teda aj samotný playlist. :-) Mnoho mladých má dnes radšej neformálnu atmosféru tancovačiek a „diskoték".

Hodina/kurz tanca

Buďte odvážni a ponúknite mladým aj túto možnosť. Nemusí ísť len o klasický tanec, možnosti sú rôzne. A možno sa aj vy naučíte niečo nové. :-) Možno skúste aj modernejšie spôsoby -> justdanceparty

KULTÚRA, NIE VŠAK HOCIJAKÁ :-):

Filmová noc

Pripraviť pre mladých film, ktorý bude oslovujúci. O jeho výbere môžete dať hlasovať, vybrať z viacerých možností…Nezabudnite pripraviť aj „kinovú atmosféru" s pukancami a niečím sladkým na pitie. ☺ V prílohe posielame zopár tipov na vhodné filmy. Po vzhliadnutí môže nasledovať krátka diskusia. Ak chcete mať aj z vážnych filmov komédiu skúste si napríklad pustiť film Pán prsteňov s poľským dabingom 🙂

Noc hudby

Výborná príležitosť otvoriť obzory mladých a spoznať kvalitnú hudbu, spoločne si napr. prejsť texty piesní- napr. pri zahraničných kapelách. Môžeme ukázať mladým, že kresťanská hudba je skutočne bohatá, má svoje čaro a nie je iba nudným doprovodom našich sv. omší či modlitebných stretnutí.

Rozprávka a horúca čokoláda

Rozprávky nie sú iba pre deti. Určite nájdete aj takú, ktorú si s mladými radi vychutnáte pri šálke horúcej čokolády. V prílohe nájdete rovnako zopár tipov, pravdepodobne ste viacero z nich už videli, ale možno si niektoré radi pripomeniete.

Hudobný/Filmový/Vedomostný kvíz

Kvíz je skvelá možnosť vhodnej zábavy. Môže mať rôzne témy aj prevedenia. Či už zvolíte úryvky piesní alebo sa budete pýtať na hlavné postavy známych filmov a seriálov, majte vždy na pamäti pre koho je daný kvíz určený. Nebojte sa využiť formu televíznej relácie: niečo na spôsob 5 proti 5, Milujem Slovensko a pod. Táto aktivita je síce náročnejšia na prípravu, ale veríme tomu, že výsledok bude stáť za to.

Spoločenské hry na fare

Spríjemnite si večer na fare tým, že si zahráte niektorú zo spoločenských hier. V dnešnej dobe mobilov a počítačových hier to môže byť nezvyčajný a príjemný zážitok pre všetkých. Časom môžete zorganizovať turnaj v danej hre. Mnohé spoločenstvá si dokonca tak obľúbia niektorú hru, že organizujú pravidelné tematické stretká, aby si ju znovu zahrali.

NIELEN Z CHLEBA ŽIJE ČLOVEK, AJ KEĎ… :-):

Spoločné raňajky

Nebojte sa s mladými ísť do nekonvenčných situácií. Využite čas raňajok ako priestor na vytvorenie priateľskej, až rodinnej atmosféry. Práve v týchto chvíľach sa rodia pocity spokojnosti a príslušnosti ku spoločenstvu. Treba samozrejme zvoliť vhodný čas, volať mladých na 6:00 na faru asi nie je práve najlepší nápad. :-)

Spoločná večera na fare/ Pizza s kaplánom (môže byť aj s p. farárom :-))

Spoločné jedlo na fare je skvelou príležitosťou nakuknúť viac do života svojich kňazov, zároveň je to aj priestor na búranie bariér a stereotypov. Spoločné varenie vie byť poriadna zábava. :-)

Farský puding/Palacinkovačka/Hotdogy

Ak mávate pravidelné stretnutia s mladými, prečo niektoré z nich neozvláštniť? Uvarte si puding, odvážnejší sa pustia aj do palaciniek. Môžete pripraviť aj hotdogy. Mladých stále oslovuje nápad, prekvapenie, zážitok…

SME KREATÍVNI:

Tvorivé dielne/ Kurz

Tvorivú aktivitu je možné napríklad ľahko prepojiť s liturgickým obdobím či ľudovými zvykmi: jesenný venček na dvere, adventné vence a pod. Myslite na to, že tieto aktivity sú veľmi špecifické a vyhľadáva ich len špecifická skupina mladých ľudí. Môžete tvorenie spojiť aj s dobročinným cieľom- vyrobíte, následne predáte, výťažok odovzdáte nejakému dobrému dielu, ktoré mladí poznajú. Vyskúšajte aj nejaký kurz kreslenia, maľovania rôznymi technikami, tvorenie z hliny… Možno v ZUŠ-kách nájdete ochotných učiteľov, ktorí takéto kurzy vedia sprostredkovať. Pre chlapcov môže byť zaujímavé skladanie modelov, skladanie z lega, príp. majstrovanie z prírodných materiálov.

“MEDZIGENERAČNÉ” A SOCIÁLNE AKTIVITY

“Stará mama nepatrí do starého železa”

Využite to, že farnosť je spoločenstvo, ktoré je viacgeneračné. Vymyslite aktivitu, v ktorej tieto generácie vzájomne prepojíte. Dajte napr. mladým možnosť napísať svoje úmysly modlitieb, následne pozvite staršiu generáciu, aby si dané úmysly rozobrali a modlili sa za ne. Môžete takto vytvoriť aj dvojice mladý človek- starší človek a vymyslieť pre nich rôzne aktivity. Peknou inšpiráciou môžu byť pre nás slová Sv. Otca Františka: “Áno, starí rodičia. Oni vám pripravili pôdu. Polievajte korene, choďte k starým rodičom, urobí vám to dobre: položte im otázky, nájdite si čas, aby ste si vypočuli ich príbehy.” Inšpiráciou vám môže byť aj toto milé videjko: https://www.youtube.com/watch?v=Jj5JkASGB2U

“Keď sa o niekoho starám”

Rovnako ako môžeme spojiť mladých so staršími, môžeme prepojiť mladých s ešte mladšími- teda s deťmi. Mnoho mladých možno oslovuje služba v detskej pastorácii, len ich k tomu zatiaľ nikto nepozval. Navrhnite im, aby oni sami prišli s nápadmi, ako deti zaujať, čo podnetné pre ne pripraviť. Nepristupujme však k mladým ako k lacnému a dobrému “babysittingu”.

Sociálny či charitatívny čin

V každej farnosti sa nachádzajú ľudia, ktorí potrebujú pomoc. Často však o ich potrebe ani netušíme. Pokúste sa byť s mladými vnímaví na potreby druhých. Nájdite niekoho, kto to naozaj potrebuje: je chudobný, nevládny, či opustený. Napríklad: narúbať/ poukladať drevo na zimu starej pani z horného konca, opraviť starčekovi pri kostole spadnutý plot, zorganizovať malú zbierku pre rodinu v hmotnej núdzi, rozdajte starým ľuďom vo farnosti Katolícke noviny a porozprávajte sa s nimi- zaujímajte sa o nich… Pri tejto aktivite buďte citliví a pripravte sa aj na možné negatívne reakcie.

“SERIÁL NA POKRAČOVANIE”:

Putovanie po kaplnkách/významných miestach farnosti

Každý deň priblížiť iné miesto, inú kaplnku, najlepšie vhodným kreatívnym spôsobom, napríklad môžete zadať len súradnice miesta, ich úlohou je nájsť ho.

Spoločenstvá vo farnosti

Každý deň predstaviť iné spoločenstvo vo farnosti- napr. krátkym vtipným videjkom, môžete o to poprosiť samotné spoločenstvá.

Život patróna farnosti

Priblížiť život patróna farnosti, každý deň predstaviť jednu časť, striedať formy- napr. raz to bude nejaká fotka, potom videjko, inokedy majú za úlohu nájsť miesto vo farnosti alebo obci/mestskej časti, ktoré sa spája s jeho/jej životom…

Mladí svätí

V Cirkvi existujú skvelé príklady mladých svätých, blahoslavených, Božích služobníkov, ktorí môžu byť pre mladých dnešnej doby ozajstnými vzormi. Mnohí z nich žili “úplne obyčajný” život, neboli to ľudia s vyvráteným pohľadom a nerealistickým náhľadom na svet. Porozmýšľajte o tom, ako im týchto vzácnych ľudí môžete priblížiť tak, aby aj oni sami začali túžiť po svätosti. V prílohe ponúkame zopár príkladov.

Týždňová výzva (challenge)

V posledných rokoch je “in” prijať nejakú výzvu, dať si nejaký cieľ na určité obdobie. Vo väčšine však nejde o heroické výkony, ale o vytrvalosť v malom a v prekonávaní svojich vlastných limitov. Vymyslite spolu s mladými zaujímavú výzvu, ktorá môže, ale i nemusí v sebe niesť prepojenie s duchovným životom. Napríklad: denne desiatok ruženca, každý deň sv. omša, “športovo-duchovná”: 7 krížov v okolí + desiatok ruženca, ...

TOTO NÁM MÔŽE POMÔCŤ

Začnite tým, že si odpoviete na otázku: “čo chceme touto aktivitou dosiahnuť?” Nerobte aktivitu pre aktivitu, určite si cieľ.

- Premyslite, kto tvorí cieľovú skupinu, či je aktivita naozaj zameraná na mladých.- Pamätajte aj na ľudí, ktorí sú od života farnosti vzdialení

.- Zvoľte vhodný jazyk blízky mladým.- Využite komunikačné kanály, cez ktoré sa vaše pozvanie skutočne dostane k mladým vašej farnosti (TikTok, Instagram, Messenger,) vyhlásenie vo farských oznamoch si nechajte ako poslednú z možností 🙂

.- Pýtajte sa na názor zástupcov mladých, nechajte sa inšpirovať ich pohľadom.

- Poskladajte program podľa vašich možností: časových, technických či personálnych.

- Uvedomujeme si, že mnohé aktivity vyžadujú aj financie, materiál, vybavenie...ale zo skúsenosti vo farnostiach vieme, že sú stále ochotní ľudia, ktorí pomôžu, prinesú, čo treba, kúpia, požičajú, dokonca zdarma odškolia, ak je to pre dobrú vec. Možno sa stačí len opýtať.

- Buďte “mladí srdcom” a plánujte veci s láskou k vašim mladým.

- Mladí musia byť “zaneprázdnení”, inak sa začnú nudiť. Majte v zálohe zopár nápadov, ako udržať stretnutia zábavné a zmysluplné.

- Hry sú neoddeliteľnou súčasťou každej skupiny mládeže, zapojte hry ako súčasť takmer každého stretnutia.

- Zapojte členov farnosti všetkých vekových skupín. Mnohí starší farníci radi pomáhajú s mladou generáciou. Pozvite ich, vytvorte im priestor.

- Niekedy je ľahké na stretnutí skupiny mládeže vieru odložiť, najmä pri hraní hier, ale snažte sa ju začleniť, kedykoľvek môžete.

- Choďte von. Mladí nie vždy chcú sedieť v pastoračnej miestnosti, prečo si nedať za pekného počasia stretnutie vonku?

- Zoznámte sa s inými skupinami mládeže, má ich takmer každá farnosť. Prečo to trochu nezamiešať a urobiť si aktivitu so susednými farnosťami? Je pravdepodobné, že sa mládež navzájom pozná a je takmer isté, že sa bude mať dobre.

- Nebojte sa využiť techniku.

- Zaangažujte mladých do nejakej sociálnej či charitatívnej aktivity (zbierka potravín, pomoc konkrétnym ľuďom v komunite, návšteva opustených...). Mladí túžia zmeniť svet. Dajte im zažiť pocit, že zmenili k lepšiemu aspoň malý kúsok!

- Odhoďte mobilné telefóny. Vytvorte zásadu, že mobilné telefóny nie sú povolené počas stretiek, okrem situácií, kedy sú pri aktivitách potrebné.

- Nechajte skupinu mládeže pomôcť vyzdobiť priestor na stretnutie. Mnoho farností má vyhradenú miestnosť pre mládež. Pokúste sa priestor zútulniť, nech je miesto pohodlné a zábavné. Ak niečo potrebujete, opýtajte sa farníkov, mnoho ľudí rada daruje niečo, čo vám pomôže