

KATEHEZA

„DA MOJA RADOST BUDE U VAMA“

(Iv 15,11)





PREDVIĐENO VRIJEME PROVEDBE

travanj 2026.



ISHODI

- ✱ Razlikovati istinsku radost od prolazne sreće koja ovisi o vanjskim okolnostima.
- ✱ Prepoznati da je prava radost dar od Boga koji proizlazi iz zajedništva s njim.
- ✱ Otkrivati što nam oduzima životnu radost (npr. grijeh, strah, nezadovoljstvo).
- ✱ Prepoznati kako vjera, molitva i sakramenti vode k istinskoj radosti.
- ✱ Izraziti zahvalnost za trenutke istinske radosti i Božje blizine.



POTREBNA SREDSTVA I POMAGALA

računalo, projektor i platno, Novi zavjet, A3 papiri, hamer papir, magneti, bojice, radni list (Prilog 12.1.), kutija sa slatkišima



TRAJANJE

60 min



PLAN KATEHEZE

1. **Molitveni početak** (2 min)
2. **Motivacija** (20 min)
3. **Obrada sadržaja** (20 min)
4. **Aktualizacija** (15 min)
5. **Molitveni završetak** (3 min)



OBlici RADA

frontalni, individualni, skupni



METODIČKI POSTUPCI

igra, razgovor, tumačenje, rješavanje zadataka (radni list), izrada plakata, pisanje molitve



1

MOLITVENI POČETAK

Susret započinje zajedničkom molitvom sv. Franje Asiškoga:

Gospodine moj i sve moje, hvala ti! Hvala ti za svjetlost i tamu, za radost i bol, za prijatelje i neprijatelje, za zdravlje i bolest, jer u svemu vidim tvoju ruku. Neka moje srce uvijek bude ispunjeno zahvalnošću, jer sve što imam i sve što jesam dolazi od tebe. Amen.

2

MOTIVACIJA

UVODNA AKTIVNOST: SLATKIŠI

Svrha je aktivnosti prisjećanje sudionika na pozitivna iskustva i sjećanja koja vežu uz neki slatkiš (npr. prisjeća ih na neku osobu, događaj, rođendan i sl.). Za aktivnost su potrebni raznovrsni slatkiši, najbolje tipični za djetinjstvo sudionika. Sudionici posjeduju u krug, a slatkiši se postavljaju u sredinu kruga. Svaki sudionik odabire slatkiš koji za njega ima posebno značenje ili priču. Voditelj ih potiče da razmisle zašto su bili zahvalni kada su dobili taj slatkiš.

Sudionici se okrenu prema susjedu i ispričaju mu svoju priču. Potrebno je osigurati dovoljno vremena za oba sudionika da podijele svoje priče. Potom oni koji žele mogu podijeliti svoju priču s cijelom skupinom.

(Može i više sudionika izabrati isti slatkiš, sudionik koji ga odabere ne uzima ga sebi, već ga samo pokaže. Nakon kateheze voditelj može slatkišima počastiti sudionike.)

Voditelj zahvaljuje sudionicima na sudjelovanju u aktivnosti i ističe da su zajedno prošli kroz „slatku šetnju“ uspomena. Objašnjava da su im slatkiši pomogli prisjetiti se dragih trenutaka iz djetinjstva, osoba koje su voljele i darivale, te događaja koji su ostavili trag u srcima. Naglašava da svaki slatkiš nije bio samo okus, nego i priča, uspomena i razlog za zahvalnost.

Zatim podsjeća da ova aktivnost pokazuje kako i mali trenuci mogu nositi veliku vrijednost. Potiče sudionike na zahvalnost Bogu za te trenutke i za ljude koji su dio njihova života, koji ih vole, brinu se za njih i ostavljaju neizbrisiv trag.



Na kraju poziva sudionike da ih osjećaj zahvalnosti prati i dalje, podsjećajući ih da se i u svakodnevici uvijek može pronaći nešto lijepo i vrijedno zahvalnosti.

NASTAVAK AKTIVNOSTI: POKRENI RADOST – ZAHVALI BOGU

Dok voditelj čita tekst, sudionici trebaju brzo reagirati i izraziti navedenu zahvalnost pokretom.

- ✧ Ako si zahvalan za sunce, skoči kao da hvataš njegove zrake.
- ✧ Ako si zahvalan za obitelj, podigni ruke i reci: „Hvala ti, Bože.”
- ✧ Ako si zahvalan za smijeh, nasmij se najradosnije što možeš.
- ✧ Ako si zahvalan za prijatelje, stisni ruku osobi lijevo do tebe i reci: „Zahvalan/na sam Bogu za tebe!”
- ✧ Ako si zahvalan što si danas ovdje, uzmi slatkiš iz kutije i daj ga osobi desno do tebe.

STVARAJTE S VINOGRADAROM!

Dnevnik zahvalnosti: Pozovite mlade da svaku večer zapišu tri stvari na kojima su zahvalni Bogu. To mogu biti i male i velike stvari, poput osmijeha, lijepoga trenutka, dobre vijesti ili nove prilike. Ako im se dan čini težak, neka baš tada traže makar jedno malo svjetlo. Objasnite im da će s vremenom primijetiti kako se njihov pogled mijenja – da vide više dobra i da im srce postaje radosnije. Na susretu, potaknite ih da podijele što im je ovo iskustvo donijelo.

Story s porukom: Potaknite mlade da kreiraju Instagram Story. Neka odaberu pozadinsku fotografiju po svom izboru (npr. priroda, crkva ili osmijeh prijatelja), a zatim dodaju kratku poruku zahvalnosti ili radosti (primjerice: „Danas sam zahvalan za mir u srcu” ili: „Bog mi je dao snagu kad mi je bilo najteže”).



OBRADA SADRŽAJA

Dok sudionici sjede u krugu, voditelj im govori kako zahvalnost otvara srce za radost. Naglašava da zahvalnost nije samo osjećaj, nego odluka i stav srca te da ona mijenja pogled na život, ljude i samoga Boga. Podsjeća na to kako zahvalan čovjek prepoznaje dar u svemu što prima i ne uzima ništa zdravo za gotovo: ni život, ni ljude, ni ono što posjeduje. Čak i u teškoćama uvijek postoji nešto na čemu možemo biti zahvalni. Govori im potom da se zahvalnost ne rađa sama od sebe, nego da je potrebno njegovati je i razvijati.

Voditelj zatim napominje kako u svakodnevnom životu najprije primjećujemo ono što nam nedostaje i što nije onako kako bismo željeli, a zaboravljamo na darove koje već imamo: na ljude oko nas i na trenutke koje često uzimamo zdravo za gotovo. Upravo zato Sveto pismo mudro podsjeća: „Što imaš, a da nisi primio?” (1 Kor 4,7). Sve što jesmo i imamo dar je Božji, a kad to prepoznamo, u nama se rađa zahvalnost koja ne ovisi o vanjskim okolnostima, nego o srcu koje zna uočiti Božju dobrotu u svakom trenutku života.

Zaključujući nagovor, voditelj ističe da je radost neraskidivo povezana sa zahvalnošću: koliko smo zahvalni, toliko smo i radosni. Podsjeća da istinska, trajna radost nije isto što i prolazna sreća te upućuje sudionike na riječi apostola Pavla iz Poslanice Filipljanima o pravoj, kršćanskoj radosti, pozivajući ih da poslušaju biblijski tekst.

UPOZNAJ VINOGRAD GOSPODNJI!

Potaknite mlade da, ako žele znati više o radosti kao plodu susreta s Isusom, pročitaju prvu encikliku pape Franje posvećenu radosti Evanđelja *Evangelii gaudium*.

Biblijski tekst: *Fil 4,4–7*

Radujte se u Gospodinu uvijek! Ponavljam: radujte se! Blagost vaša neka je znana svim ljudima! Gospodin je blizu! Ne budite



zabrinuti ni za što, nego u svemu – molitvom i prošnjom, sa zahvaljivanjem – očitujte svoje molbe Bogu. I mir Božji koji je iznad svakog razuma čuvat će srca vaša i vaše misli u Kristu Isusu.

Voditelj potiče razgovor o biblijskom tekstu pomoću ovih ili sličnih pitanja: Iz čega proizlazi radost o kojoj govori sv. Pavao? Što trebamo činiti da imamo radost u Gospodinu? Jeste li iskusili o čemu govori sv. Pavao: da ste osjećali mir unatoč teškim okolnostima? Što je tada bilo presudno? Kako biste opisali razliku između istinske radosti i prolazne sreće?

Zatim voditelj postavlja na vidljivo mjesto hamer papir podijeljen u dva stupca. Naslov lijevoga stupca je *Prolazna sreća*, a desnoga *Radost u Gospodinu*. Predaje zatim sudionicima prethodno izrezane papiriće s određenim izjavama o sreći (Prilog 12.1.).

Sudionici izvlače po jedan papirić, čitaju rečenicu naglas i postavljaju je pomoću magneta u stupac na hamer papiru. Potom komentiraju zašto smatraju da se navedena rečenica odnosi na prolaznu sreću, odnosno na radost u Gospodinu.

Voditelj sudionicima pripovijeda o ljudskoj težnji za srećom. Govori da svi žele biti sretni – to je prirodno – ali da se često sreća traži na mjestima gdje ona kratko traje: u stvarima, uspjesima, priznanjima ili čak u izbjegavanju problema. Neka potakne sudionike da sami navedu koje su to situacije kratkotrajne sreće. Kao primjer može navesti osjećaj sreće kada se kupi nešto novo, dobije pohvala na poslu ili provede ugodan vikend. Potom pita: što se događa kada ti trenuci prođu? Ukazuje na iskustvo povratka u svakodnevicu s osjećajem praznine.

Voditelj nastavlja naglašavajući da život donosi i teške trenutke: bolest u obitelji, neuspjeh, razočaranja u odnosima. Ako je sreća jedini cilj, takve situacije mogu lako slomiti čovjeka. Dodaje da ipak postoji nešto dublje od sreće – radost koja dolazi iznutra, iz odnosa s Bogom. To je tiha sigurnost da čovjek nije sam, čak ni kada je teško. Voditelj pita sudionike imaju li iskustvo takve duboke radosti, bez konkretnog navođenja primjera?

Potom podsjeća na riječi apostola Pavla: „Radujte se u Gospodinu uvijek.”



Objašnjava da Pavao ne poziva na površnu sreću, nego na duboku radost koja proizlazi iz oslonca na Boga. Naglašava da kršćanska radost ne znači pretvarati se da je sve u redu, niti skrivati emocije, glumiti snagu ili potiskivati tugu, strah i bol. Vjera, kaže voditelj, poziva na iskrenost – i prema sebi i prema Bogu. Kao primjer navodi Isusa koji je plakao, osjećao tjeskobu i patio, pokazujući da je ranjivost dio ljudskoga iskustva, a zatim pita sudionike mogu li oni podijeliti svoje iskustvo ranjivosti, te u isto vrijeme duboke radosti unatoč patnji?

Voditelj završava isticanjem da prava radost ne dolazi iz ignoriranja boli, nego iz povjerenja da Bog nosi čovjeka kroz nju. Ona ne briše emocije, nego ih prožima nadom. Kada si dopustimo biti iskreni, tada otvaramo prostor da nas Božja utjeha stvarno dotakne.

4

AKTUALIZACIJA

RAD U SKUPINI

Voditelj dijeli sudionike u skupine te svima predaje pripremljeni Novi zavjet, bojice i A3 papir.

Poziva ih da na temelju Pavlovih riječi zaključe kako se može živjeti radost u Gospodinu („budite blagi, ne budite zabrinuti, molite, zahvaljujte”). Potiče ih na to da Pavlove tvrdnje obogate iskustvima iz vlastitoga života te dizajniraju plakat na kojem će, crtajući simbole ili crteže, pišući kratke poruke i biblijske citate, obrazložiti obilježja prave radosti u Gospodinu.

Na svršetku rada svaka skupina predstavlja svoj plakat.

OSTANI U KRISTU!

Potaknite mlade da redovito sudjeluju na svetoj misi, ali i da se pridruže nekoj od skupina u župi poput zbora, ministranata, molitvene zajednice ili karitativne skupine. Neka se uključe u volontiranje, radi-onice, hodočašća i duhovne obnove. Objasnite im da takva uključenost ne samo da produbljuje vjeru, nego i otvara prostor da radost u Gospodinu ostane trajna.

130

