

Kako naprej ?



Kaj pa zdaj?

Spodaj najdeš nekaj možnosti, kako lahko poglobiš svojo izkušnjo. Ni treba narediti vsega.

Začni tam, kjer te je film najbolj nagovoril.

1. Začni s tišino in osebno molitvijo

Vzemi si nekaj minut tišine. Vrni se k prizoru, besedi ali zgodbi iz filma, ki je ostala s teboj. Jezusu lahko preprosto poveš, kaj se te je dotaknilo, kaj te boli, česa si želiš ali česa ne razumeš. Za molitev niso potrebne velike besede. Dovolj je iskrenost.

»Jezus, pokaži mi svoje Srce. Nauči me verjeti, da sem ljubljen.«

Če že dolgo nisi molil – ali pa sploh ne veš, kako moliti – lahko začneš tudi samo s tišino in vprašanjem:

»Jezus, če si tukaj, kaj mi želiš povedati?«

2. Spoznaj duhovnost Jezusovega Srca

Če želiš svojo izkušnjo poglobiti, lahko spoznaš tudi nekatere oblike molitve in pobožnosti, ki so skozi stoletja zrasle ob češčenju Jezusovega Srca.

Njihov namen ni opraviti čim več verskih nalog. V središču je odnos z Jezusom: sprejeti njegovo ljubezen, mu zaupati svoje življenje in *se učiti ljubiti, kakor ljubi on*.

Ni treba začeti z vsem. Morda te nagovori samo ena od teh poti.

Kratka vsakodnevna molitev

Začneš lahko zelo preprosto. Zjutraj, zvečer, med potjo ali sredi napornega dne se za trenutek ustaviš in svojo pozornost obrneš k Jezusu.

Včasih je dovolj že nekaj besed:

»Srce Jezusovo, zaupam vate!«

Pomagajo ti lahko tudi litanije Jezusovega Srca, devetdnevnic, druge molitve ali odlomki iz Svetega pisma, ob katerih se lahko ustaviš.

»Pridite k meni vsi, ki ste utrujeni in obteženi, in jaz vam bom dal počitek. Vzemite nase moj jarem in učite se od mene, ker sem krotak in v srcu ponižen, in našli boste počitek svojim dušam; kajti moj jarem je prijeten in moje breme je lahko.«

— Mt 11,28–30



Devetdnevnic v ponudbi Založbe Emanuel



Litanije Srca Jezusovega

Sveta ura

Sveta ura je čas molitve z Jezusom, tradicionalno v četrtek zvečer, v spomin na njegovo molitev in stisko v vrtu Getsemani pred trpljenjem.

Njeno bistvo je zelo preprosto: *ostati z Jezusom.*

Lahko v tišini, ob evangeliju, v osebni molitvi ali češčenju. Ni treba imeti pripravljenih pravih besed. Gre za to, da mu podariš svoj čas in ostaneš z njim.

Devet prvih petkov

S češčenjem Jezusovega Srca je posebej povezana pobožnost devetih prvih petkov. Devet zaporednih mesecev katoličan prvi petek v mesecu pristopi k spovedi in svetemu obhajilu ter se na poseben način spominja Jezusove ljubezni in se nanjo odziva.

Njeno bistvo ni v tem, da bi z izpolnjevanjem določene obveznosti »zaslužili« Božjo naklonjenost. *Gre za vztrajen odnos* s Kristusom, ki človeka vedno znova vrača k evharistiji, spreobrnjenju in zaupanju.

Posvetitev Jezusovemu Srcu

Posvetiti se Jezusovemu Srcu pomeni zavestno izročiti svoje življenje Kristusu in mu reči:

»Želim živeti v prijateljstvu s teboj in ti zaupati to, kar sem in kar živim.«

Posvetitev je lahko osebna, poznamo pa tudi posvetitev družin Jezusovemu Srcu. Ne gre za čarobno formulo, ampak za odločitev za odnos, ki ga nato živimo v vsakdanjem življenju.



Posvetitev Srcu Jezusovemu

Častna straža – ura navzočnosti

Častna straža Jezusovega Srca je oblika molitve, pri kateri človek izbere eno uro dneva in jo na poseben način daruje Jezusu. Pri tem mu ni treba iti v cerkev ali prekiniti svojih običajnih obveznosti.

Prav sredi vsakdanjega življenja – pri delu, doma, na poti – se spominja Jezusove ljubezni ter mu izroča svoje misli, delo, veselje in skrbi.

*Tvoj vsakdan lahko postane **prostor srečanja** z Bogom.*

3. Prisluhni pričevanjem drugih

Včasih nas najbolj nagovori zgodba nekoga, ki je šel po podobni poti.

Film Presveto Srce prinaša konkretna pričevanja ljudi, ki pripovedujejo, kako je srečanje z Jezusovo ljubeznijo poseglo v njihovo življenje. Tudi drugje lahko najdeš zgodbe ljudi, ki so sredi ranjenosti, izgube ali iskanja doživeli odpuščanje, spravo, mir ali nov začetek.

Pričevanja ne pomenijo, da bo Bog v življenju vsakega človeka deloval na enak način. Lahko pa odprejo vprašanje:

»Kaj pa želi narediti v mojem življenju?«



Prisluhni pričevanjem

4. Pogovori se z nekom

Nekaterih vprašanj ni treba nositi sam.

O tem, kar te je ob filmu nagovorilo ali vznemirilo, se lahko pogovoriš s prijateljem, zakoncem, nekom iz svoje skupnosti ali duhovnikom.

Tudi dvomi in vprašanja so lahko začetek poti – ni treba, da imaš že vse odgovore.

Če si že dolgo oddaljen od Cerkve ali ne veš, kako naprej, ni treba najprej vsega razumeti ali urediti. Za prvi korak je dovolj, da poiščeš nekoga, s komer lahko iskreno deliš to, kar doživljaš.

... Pogovor po ogledu filma

Film *Presveto Srce* odpira teme ljubezni, ranjenosti, odpuščanja, vere in upanja. Nekatere od njih je lažje odkrivati skupaj.

Pripravili smo preprosta izhodišča za pogovor v skupinah, družinah, župnijah ali med prijatelji. Vprašanja pomagajo, da se ne ustavimo samo pri tem, ali nam je bil film všeč, ampak se pogovorimo tudi o tem, kaj je v nas prebudil.



Prenesi gradivo za pogovor v skupini