

Cele lekcji – wymagania ogólne

- ◆ analiza i interpretacja praktyk modlitwy, postu i jałmużny;
- ◆ pogłębienie rozumienia praktyk wielkopostnych.

Treści nauczania – wymagania szczegółowe

Uczeń:

- ◆ na podstawie Mt 6, 1-8.16-18 wymienia praktyki ascetyczne i podaje przykłady zastosowania ich we współczesnym świecie;
- ◆ dostrzega związek między średniowieczną ascezą a współczesnymi praktykami wielkopostnymi;
- ◆ rozumie znaczenie postu i praktyk ascetycznych dla życia duchowego.

Wartości

- ◆ postawa poszukiwania Chrystusa podczas przeżywania Wielkiego Postu.

Propozycja realizacji

Wprowadzenie

Do najpiękniejszych miejsc na ziemi (np. w polskich Tatrach) dochodzi się, podążając długą drogę. Przed nami najdłuższa droga do pokonania: od swojego rozumu do serca; od założenia „wszystko już wiem najlepiej” do świadomości, że potrzebuję Boga i Jego dobra. Zaczynamy szczególną drogę: 40 mil, 40 km, 40 dni. Przed nami do pokonania dystans Wielkiego Postu – idziemy, aby odnaleźć w swoim życiu Chrystusa. Nauczyciel może posłużyć się tekstem ks. Tomasa Jaklewicza z podręcznika s. 312.

Podsumowanie: nauczyciel określa cele lekcji: zdefiniowanie, po co jest Wielki Post i jak rozumieć praktyki ascetyczne w XXI wieku.

Rozwinięcie tematu

Metoda – burza mózgów. Nauczyciel zadaje pytanie: Z czym kojarzy się słowo „trening”? Odpowiedzi uczniów zapisuje na tablicy w formie hasłowej

(np.: sport, ograniczenia, hantle, bieżnia, dieta, siła, moc, motywacja, walka, MMA, siłownia, torba sportowa, woda, nordic walking, sylwetka, fit, systematyczność). Nauczyciel podsumowuje, że dobry trening ma w nas coś zmienić – zarówno w sferze fizycznej, jak i duchowej.

Nauczyciel umieszcza na tablicy wizerunki średniowiecznych ascetów, np. św. Aleksego, św. Szymona Słupnika, św. Franciszka. Pyta uczniów o ich imiona oraz o to, co łączy te postacie

Podsumowanie: asceza w języku greckim oznacza ‘ćwiczenie, trening’. Jest to praktykowanie dobrowolnego wyrzeczenia się pewnych dóbr i aktywności w celu osiągnięcia świętości, dyscypliny i doskonałości duchowej. W jaki sposób praktyki średniowiecznej ascezy zastosować w dzisiejszych czasach?

Metoda – czytanie tekstu biblijnego. Nauczyciel wyjaśnia, że życie każdego z nas jest inne, stąd każdy podejmuje indywidualne postanowienia wielkopostne. Jezus polecił nam trzy formy duchowego treningu, które podejmujemy jako wspólnota Kościoła: modlitwę, post i jałmużnę. Uczniowie zapoznają się z tekstem biblijnym Mt 6, 1-8.16-18, zamieszczonym w podręczniku na s. 313.

Metoda – wykład. Nauczyciel omawia praktyki wielkopostne. Post kojarzy się zwykle z niejedzeniem mięsa, ewentualnie słodyczy. Warto w tym miejscu przypomnieć aktualną wykładnię przykazań kościelnych. Wielki Post trwa od Środy Popielcowej do Wielkiego Czwartku. Post polega na spożyciu dwóch posiłków dziennie i jednego do syta – dotyczy osób między 18. a 60. rokiem życia (zasadniczo w Środę Popielcową i Wielki Piątek). Z kolei od 14. roku życia obowiązuje katolików wstrzemięźliwość od pokarmów mięsnych (w każdy piątek). Może warto zrobić sobie post od Facebooka, ograniczyć używanie komórki? Dla tych, co nie lubią cukierków, niejedzenie słodyczy to żadne wyrzeczenie. Sens postu polega na ograniczeniu sobie czegoś, aby znaleźć czas na coś bardziej wartościowego. Post jest po to, aby człowiek umiał zatęsknić.

Modlitwa pomaga oczyścić serce. Dzięki niej poprawiamy naszą więź z Jezusem i jesteśmy uważniejsi w słuchaniu Jego podpowiedzi w codzienności. Nasze hymny pochwalne niczego Bogu nie dodają, jednak przemieniają nas samych. Nie każdy może wyjechać na ignacjańskie rekolekcje w ciszy, jednak można wypracować w sobie nawyk codziennego czytania dwóch zdań z Biblii przed zaśnięciem lub 60-sekundowego opowiedzenia Jezusowi o minionym dniu. Przyjaciele albo zakochani lubią spędzać ze sobą czas. Spróbujmy poświęcać więcej czasu Panu Bogu, a wtedy lepiej będziemy widzieli Jego działanie w naszym życiu.

Jałmużna kojarzy się z datkami na potrzebujących. To dobry trop, ponieważ jałmużna pomaga oczyścić serce, aby z większą wrażliwością patrzeć na bliźniego. Raz na jakiś czas trzeba sobie przypomnieć, że od grzechu pierwotnego

cierpimy na chorobę o nazwie egoizm. W czasach konsumpcjonizmu, materializmu i hedonizmu warto trenować się w postawie empatii wobec drugiego człowieka. Można ofiarować komuś jałmużnę liczoną w minutach, nie w złotówkach.

Zakończenie

Wyrzeczenia nie są celem samym w sobie. Wielki Post jest po to, aby przywrócić Jezusowi pierwsze miejsce w swoim życiu i widzieć więcej dobra wokół siebie. Inaczej Wielki Post zostanie zredukowany do wysiłku i bezsensownych ograniczeń. Bóg nie powołuje sprawiedliwych, ale grzeszników. Ksiądz Krzysztof Kralka, znany pallotyn, mówi: „Jeśli masz z kimś na pieńku, nie ma jedności i przebaczenia, żryj cukierki, ale przebaczaj!”.

Notatka

Uczniowie samodzielnie zapisują notatkę o modlitwie, poście i jałmużnie (na podstawie wykładu nauczyciela). Ponadto notują godziny nabożeństw drogi krzyżowej i gorzkich żali w swojej parafii.

Praca domowa

Na podstawie tekstu biblijnego omawianego na lekcji oraz wykładu należy przygotować plakat zapraszający do zaangażowania w przeżywanie Wielkiego Postu. Wysoko punktowane będą oryginalność i nawiązanie do współczesności. Prace zostaną umieszczone na szkolnej gazetce ściennej i/lub na tablicy w kościele. Można zainspirować się obrazem Pietera Bruegla *Walka karnawału z postem*, podręcznik s. 314.

Korelacja z edukacją szkolną

- ◆ etyka – potrzeba empatii w relacjach z drugim człowiekiem;
- ◆ historia – średniowieczni asceci;
- ◆ informatyka – tworzenie grafiki i napisów (plakat).