



Vek: 8-11 rokov

Hlavná myšlienka: Svet je plný „uzlov“ – problémov, bolestí a ťažkostí ľudí a trpia nimi zvlášť deti, či u nás, ale najmä v misijných krajinách. Ježiš svojou láskou, ktorú prejavil tým, že za nás trpel, a hlavne svojím zmŕtvychvstaním, rozväzuje uzly hriechu, strachu, nespravodlivosti a sebecka. Aj my chceme pomáhať druhým zmierňovať ich ťažkosti modlitbou a skutkami lásky.

Ativita:

Možnosť 1 – Pred deti položíme dlhý špagát, na ktorom je 14 uzlov (zaviažeme ich tak, aby sa dali rozviazať). Každý reprezentuje jednu ťažkosť, bolesť, problém. Pri každom zastavení deti jeden uzol rozviažu. Je to symbolika, že Ježiš svojou láskou rozväzuje uzly našich problémov a ťažkostí.

Možnosť 2 – Pred deťmi je položený dlhý špagát so 14 uzlami. Počas jednotlivých zastavení postupne k uzlom prikladáme nápisy s názvami (nespravodlivosť, strach,...). Na konci krížovej cesty pri záverečnej modlitbe položíme pred deti špagát bez uzlov, na ktorom je srdce. Symbolicky nám znázorňuje, že Ježiš svojou láskou rozväzuje uzly našich problémov a ťažkostí.

V mene Otca i Syna i Ducha Svätého. Amen.

Úvodná modlitba

Pane Ježišu, dnes chceme ísť s tebou krížovou cestou a učiť sa od teba lásky a odvahe. Náš svet je plný uzlov. Sú to rôzne problémy, bolesti, smútok a hriech. Niekedy sa do uzlov zamotáme aj my sami, keď nedokážeme byť dobrí, keď ublížime druhým alebo keď sa bojíme. Ty však prichádzaš, aby si uzly nášho života trpezlivo rozvážoval. Prosíme ťa, ukáž nám, ako môžeme pomáhať tým, ktorí to najviac potrebujú – najmä deťom v misijných krajinách, ktoré často trpia. Nech aj naše malé skutky dokážu rozviazať niektorý z uzlov tohto sveta. Amen.

1. zastavenie: Ježiš je odsúdený na smrť

Ježiš rozväzuje uzol nespravodlivosti

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježiš stojí pred Pilátom a čaká na rozsudok, hoci neurobil nič zlé. Ľudia o ňom hovoria nepravdy, a nikto sa ho nezastane. Je to nespravodlivé a bolí to. Mnohé deti na svete zažívajú podobnú nespravodlivosť – nemajú rovnaké možnosti ako iné deti. Nemôžu chodiť do školy, nemajú dostatok jedla, oblečenia, nemajú hračky ako máme my. Ježiš ich vidí a rozumie ich trápeniu. Aj my sa občas cítime ukrivdení a nevieme, čo s tým.

Pane Ježišu, rozväzuj uzol nespravodlivosti a uč nás hovoriť pravdu. Daj nám odvahu zastáť sa slabých, aj keď je to ťažké. Nech sme hlasom tam, kde niekto mlčí zo strachu. A nech prinesieme spravodlivosť tam, kde chýba dobro.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

2. zastavenie: Ježiš berie kríž na svoje plecia

Ježiš rozväzuje uzol strachu

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježiš berie na plecia ťažký kríž a vie, že ho čaká dlhá cesta. Možno cíti aj ľudský strach, ale napriek tomu kráča ďalej. Niekedy sa aj my bojíme tmy, choroby, školy alebo hádok. Vo svete sú deti, ktoré sa boja ešte viac. Boja sa hladu, vojny, či samoty.

Ježišu, ty poznáš všetky strachy sveta. Prosíme ťa, rozviaž v nás uzol strachu a naplň naše srdcia pokojom. Daj nám odvahu urobiť krok dopredu, aj keď sa bojíme. A nauč nás veriť, že ty si s nami aj v najťažších chvíľach. Pomôž nám byť svetlom pre tých, ktorí žijú v strachu.

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

3. zastavenie: Ježiš padá prvý raz

Ježiš rozväzuje uzol únavy

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježiš padá na zem, lebo kríž je veľmi ťažký a on je už vyčerpaný a unavený. Na chvíľu zostane ležať, ale nevzdáva sa. Aj my padáme, keď sme slabí a unavení, alebo keď sa nám nedarí. Deti v misiách často nesú ťažké bremená – pracujú, pomáhajú rodine alebo bojujú s chorobou. Ježiš vie, čo je únava, a preto nám rozumie.

Pane, rozviaž v nás uzol únavy a pomôž nám znovu vstať. Nauč nás veriť, že aj po páde sa dá pokračovať. Daj nám silu povzbudzovať tých, ktorí sú unavení a vyčerpaní. A pripomínaj nám, že ty si našou oporou v každej slabosti.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

4. zastavenie: Ježiš sa stretá so svojou Matkou

Ježiš rozväzuje uzol smútku

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježiš sa stretá s Máriou a v ich pohľade je veľká bolesť a smútok. Nevedia si pomôcť, ale ich láska im dodáva silu. Aj my zažívame smútok keď niekto ochorie, odíde alebo, keď sa cítime sami. Vo svete je mnoho detí, ktoré plačú pre chudobu, či stratu rodičov.

Ježišu, ty si prežil hlboký smútok a rozumieš každému srdcu. Prosíme, rozviaž uzol smútku v našom živote. Daj nám nádej, ktorá nás podrží aj v ťažkých chvíľach. Nauč nás stáť pri tých, ktorí plačú. Nech im naša prítomnosť prináša radosť a útechu.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

5. zastavenie: Šimon z Cyrény pomáha Ježišovi niesť kríž

Ježiš rozväzuje uzol sebeckva

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Šimon najprv nechce pomôcť, ale nakoniec prichádza k Ježišovi. Keď drží kríž spolu s ním, niečo sa v jeho srdci zmení. Aj my niekedy nechceme pomôcť, keď sa nám nechce alebo máme iné plány. Deti v misiách často niečo nosia. Niekedy vodu, drevo, ale aj svojich súrodencov, pretože myslia skôr na iných než na seba.

Prosíme ťa, Ježišu, rozviaž v nás uzol sebeckva. Daj, aby sme si všimli tých, ktorí potrebujú pomoc. Uč nás deliť sa o čas, o radosť, aj o veci. A nech sú naše ruky ochotné niesť kríž druhých.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

6. zastavenie: Veronika podáva Ježišovi šatku

Ježiš rozväzuje uzol neláskavosti

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Veronika sa prediera zástupom, hoci hrozí, že ju vysmejú. Urobí gesto lásky a podáva Ježišovi šatku. On jej vráti šatku, v ktorej je odtlačená jeho tvár. Aj my môžeme urobiť veľa malých skutkov, ktoré menia životy druhých. Niekedy sme však tvrdí, nepríjemní alebo si nevšímame potreby iných.

Prosíme Ťa, Pane, rozviaž uzol neláskavosti v našom srdci. Daj, aby sme mali oči citlivé na utrpenie. Nauč nás prinášať dobro aj tam, kde je veľa bolesti. A pripomínaj nám, že láska sa začína v malých veciach.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

7. zastavenie: Ježiš padá druhý raz

Ježiš rozväzuje uzol zúfalstva

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježiš padá opäť a tentoraz ešte ťažšie. Mnohí by to už vzdali, ale on znovu vstáva. Aj my sa cítime zúfalí, keď nevidíme riešenie alebo keď sa problémy opakujú. Deti v misiách často prežívajú situácie, ktoré vyzerajú beznádejné. Ježiš však ukazuje, že aj v zúfalstve existuje svetlo.

Ježišu, prosíme ťa, rozviaž uzol zúfalstva v našom srdci. Daj nám nádej, ktorá vytrvá aj v temnote. Nauč nás podať ruku tým, ktorí už nemajú silu vstať. A ukazuj nám, že s tebou nikdy nie sme stratení.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

8. zastavenie: Ježiš stretá plačúce ženy

Ježiš rozväzuje uzol nezáujmu

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ženy plačú nad Ježišom, ale on ich pozýva, aby mysleli aj na iných. Ukazuje, že nestačí len ľutovať, treba konať dobro. Niekedy vidíme utrpenie, ale nevieme, ako pomôcť, alebo si myslíme, že sa nás to jednoducho netýka. Deti v misiách sú ďaleko, ale predsa potrebujú našu pomoc, modlitby a lásku.

Prosíme ťa, Pane, rozviaž uzol nezáujmu v našich srdciach. Daj, aby sme sa zaujímali o svet okolo nás. Nauč nás vidieť potreby druhých. A nech je naša láska živá, nie len v slovách, ale aj v skutkoch.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

9. zastavenie: Ježiš padá tretí raz

Ježiš rozväzuje uzol hriechu

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježiš padá tretí raz, úplne vyčerpaný. Tento pád nám pripomína, ako veľmi ťaží hriech celý svet. Aj my padáme do hriechu, keď klameme, ubližujeme alebo zabúdame na druhých. Deti aj dospelí na svete trpia následkami hriechu. Ježiš však vstáva, aby ukázal, že nesie naše hriechy z lásky.

Prosíme, rozviaž uzol hriechu v našom živote. Daj nám odvahu povedať „prepáč“ a zmeniť sa. Nauč nás odpúšťať a prijať odpustenie. A naplň nás túžbou robiť dobro každý deň.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

10. zastavenie: Ježišovi vyzliekajú šaty

Ježiš rozväzuje uzol hanby

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježišovi strhli šaty a on zostal pred ľuďmi úplne bezbranný. Bolo to veľmi ponižujúce a bolestivé, ale on to prijal z lásky k nám. Aj dnes sú na svete deti, ktoré sa hanbia. Niekedy preto, že sú chudobné, že sa odlišujú od ostatných, alebo že sa im niekto vysmieva.

Ježiš, rozviaž v nás uzol hanby, ktorý nás zväzuje. Nauč nás prijímať druhých ľudí. Pomôž nám, aby sme videli ich hodnotu. A nech nikdy neponižujeme tých, ktorí sú zranení.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

11. zastavenie: Ježiša pribíjajú na kríž

Ježiš rozväzuje uzol bolesti

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježiša pribíjajú na kríž a on prežíva veľkú bolesť. Napriek tomu sa modlí za tých, ktorí mu ubližujú. Vo svete je veľa bolesti a trpia aj deti. Niekde trpia chorobami, inde vojnou. Ježiš pozná bolesť a rozumie jej, pretože prešiel cez ťažké veci s láskou.

Ježišu, ty si prijal všetku bolesť, aby si nás uzdravil. Prosíme, rozväzuj v nás uzol bolesti, ktorú nosíme. Uzdrav naše srdcia tam, kde sú poranené. Daj nám silu niesť bolesť s vierou. A pomôž nám utešiť tých, ktorí trpia viac než my.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

12. zastavenie: Ježiš zomiera na kríži

Ježiš rozväzuje uzol smrti

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježiš zomiera z lásky ku každému človeku na svete. Jeho smrť je ťažká, ale prináša nový život a vykúpenie. Deti aj dospelí sa často boja smrti alebo toho, čo bude po nej. V mnohých krajinách zomierajú ľudia na choroby, či násilie. Ježiš však ukazuje, že smrť nie je koniec.

Prosíme ťa, Ježišu, rozviaž v nás uzol strachu zo smrti. Daj nám dôveru, že si stále s nami. Uč nás veriť, že tvoja láska je silnejšia než smrť. A urob z nás nositeľov nádeje.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

13. zastavenie: Ježiša skladajú z kríža

Ježiš rozväzuje uzol osamelosti

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Telo Ježiša kladú do náručia jeho Matky. Je to chvíľa veľkého ticha a smútku. Mnohí ľudia vo svete sa cítia osamelí, keď sú bez domova, bez rodiny, bez budúcnosti. Aj deti v misijných krajinách hľadajú miesto, kde ich niekto prijme. Ježiš objíma každého osamelého človeka.

Prosíme Ťa, Pane, rozviaž v nás uzol osamelosti. Ukáž nám, že pri tebe máme vždy domov a s tebou nikdy nie sme sami. A pomôž nám byť nablízku pri tých, ktorí sa trpia smútkom a cítia sa opustení.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

14. zastavenie: Ježiša pochovávajú

Ježiš rozväzuje uzol beznádeje

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježišovo telo ukladajú do hrobu a všetko vyzerá stratené. Všetkých zaplaví tma a veľká beznádej. Na svete sú deti, ktoré to tiež prežívajú. Nevedia, či sa ich život niekedy zlepší. Aj my sa občas cítíme, akoby sa nič nedalo zmeniť. Ale vieme, že Ježiš vstane a prinesie svetlo.

Prosíme ťa, Pane, rozviaž v nás uzol beznádeje. Daj, aby sme verili v tvoje prisľúbenia. Nauč nás prinášať nádej tam, kde vládne tma. A nech sme svetlom pre tých, ktorí tmu nevedia prekonať.

Chvíľa ticha...

*Ukrižovaný Ježišu, zmiluj sa nad nami,
aj nad dušami v očistci.*

Záverečná modlitba

*Klaniame sa Ti, Kriste, a dobrorečíme Ti,
lebo si svojím krížom vykúpil svet.*

Ježišu, ďakujeme ti, že si nám pri každom zastavení ukázal, že tvoja láska rozväzuje uzly nášho sveta. Prosíme ťa, pomáhaj nám, aby sme aj my boli tvojimi rukami, ktoré prinášajú dobro. Aby sme aj my modlitbou a skutkami lásky pomáhali ľuďom a zvlášť deťom v misijných krajinách, ktoré potrebujú pomoc, ochranu a lásku. Daj, aby sme aj my dokázali niekomu uľahčiť jeho kríž. Nech naše srdcia zostanú otvorené pre všetko, čo je krásne, dobré a pravdivé. A nech nikdy nezabudneme, že ty si s nami aj vtedy, keď sa život zdá ťažký. Ježišu, buď našou cestou, silou a svetlom. Amen.

Modlitba na úmysel Svätého Otca:

Otče náš... Zdravas' s Mária... Sláva Otcu...

Pane Ježišu Kriste, vypočuj Svätého Otca, pápeža Leva XIV., svojho námestníka, aby dosiahol všetko to, o čo prosí v tvojom mene od nebeského Otca. Lebo ty žiješ a kraluješ na veky vekov. Amen.

V mene Otca i Syna i Ducha Svätého. Amen.