

1. DÍL

STAN

# JÁ: BÝT OSOBOU



**1. ročník SŠ**

**Kdo jsem?**

**Jaký je můj stan?**

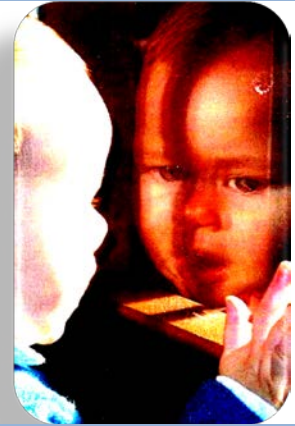
**Chci postavit stan a potřebuji znát všechny jeho součásti.**

**Potřebuji poznat sám sebe, abych mohl/a sám/a sebe milovat.**

# 1. Kdo jsem?

„Zkoumáš mě  
a znáš  
mě“

(Ž 139,1)



**Ukázat mladému člověku jeho touhu být osobou skrze úžas nad svou vlastní existencí.**

**AKTIVITA 1-2-3:** Na začátku tohoto setkání zveme mladé lidi, aby sami o sobě přemýšleli na základě fotografie, na které se dívka kouká z okna. Tímto obrazem je zveme k tomu, aby si uvědomili, že mnohokrát se více zabývají pohledem ven, než aby se zastavili a zahleděli do svého nitra. Něco jiného je VIDĚT a DÍVAT SE, a slyšet a poslouchat. Pozveme je, aby si udělali podobnou fotku, jako jsme jim ukázali, a nalepili si ji do sešitu. Je to způsob, jak se osobní formou zapojí do tohoto projektu a uvidí v něm svůj odraz.

**AKTIVITA 4-5:** Pro mladého člověka je výzvou vědět, KÝM je, a zamýšlet se nad tím, co znamená BÝT OSOBOU. Tato reflexe začíná existenciálními otázkami, které možná ještě nikdy neformulovali. Dáváme jim prostor, aby si na ně odpověděli a vyjádřili i obtíže s odpověďmi. Přitom si mají napsat své JMÉNO doprostřed, aby se tak cítili hlavní postavou vlastních otázek. Je důležité, aby zakusili, že odpovědi na tyto otázky nemohou nalézt pouze sami v sobě.

**AKTIVITA 6:** Cílem této aktivity je odpovědět na první otázku Odkud pocházím? Mladým lidem předložíme dva texty, aby si je přečetli a nechali je na sebe působit. V prvním naleznou krátké zamyšlení nad všemi věcmi, které považujeme v životě za samozřejmé, které jsou běžné a zároveň mimořádné a mají vztah ke kráse lidského života, jež má svůj původ v Bohu Stvořiteli, v Bohu jakožto Lásce. Druhý text je úryvek ze Žalmu 138. Pro četbu žalmu je důležité vytvořit klidné prostředí, v němž může mladý člověk jít do hloubky smyslu textu. Lze pustit na pozadí hudbu a vyučující může text uvést anebo přečíst procítěně a s přestávkami. Nato si jej v tichosti přečtou znovu a budou se snažit aplikovat slova žalmu na svůj konkrétní život. Je možné je vyzvat, aby si podtrhli ta spojení, která se nejvíce dotýkají jejich srdce.

Je důležité, aby mladý člověk cítil, jak ho slova žalmu přesahují, aby cítil, že Někdo ho zná lépe, než on zná sám sebe; že ho chrání, když upadne, když je sám, když je smutný; že se o něj Někdo stará, kdo je vždy pozorný a k dispozici; Někdo, kdo jedinečným, promyšleným a milujícím způsobem vybírá lůno k tomu, aby ho stvořil a miloval. Z toho plyne, že náš život není plodem náhody, ale že všichni máme PŮVOD v Bohu. Byli jsme stvořeni láskou Boží.

**AKTIVITA 7:** Toto setkání je výchozím bodem pro ta následující. Již víme, kde tkví původ člověka, odkud pochází. Nicméně to nestačí. Objevíme, jak jsem utvořen. Proč mne Bůh stvořil určitým způsobem a ne jinak? Zveme mladé lidi, aby se nad tím zamysleli na základě dvou konkrétních vět: „*Ve tvé duši a ve tvých kostech*“ a „*Bůh tě utvořil z prachu a vdechl do tebe svého ducha*“. Vyučující mladému člověku klade otázky.

**AKTIVITA 8:** Pro tuto aktivitu je třeba, aby si mladí lidé z domova přinesli vajíčko natvrdo. Budou tím překvapeni, ale také to v nich vyvolá dojem určité záhady. Cíl je velmi praktický. Z vajíčka se sejme skořápka a zeptáme se mladých: Co to je? Bude se jim to zdát zřejmé a všichni odpoví – VAJÍČKO. Následně rozkrojíme vajíčko napůl a znovu se zeptáme: Co je uvnitř? A všichni odpoví – žloutek a bílek. Aktivitu uzavřeme tím, že vysvětlíme, že také OSOBA je tělem a duší. Tělo je ta viditelná část, jako bílek vajíčka natvrdo, ale také má duši, jako žloutek vajíčka. Tělo a duše tvoří celek, podobný vajíčku. Jedno z vajíček mohou označit tím, že mu dají jméno a ponechají ho ve skupině podobně jako „maskota“, aby jej bylo možno použít při následujících setkáních jako upomínku na OSOBU.

<b>TĚLESNÁ DIMENZE</b>	<b>TĚLO</b>	Naše uspořádání jakožto osoby je naprosto zprostředkované naším tělem. Je to viditelná dimenze člověka. Dochází k rozvoji motorických dovedností a smyslů, které jsou zásadní pro rozvoj dalších oblastí.
<b>CITOVÁ DIMENZE</b>	<b>SRDCE A CITY</b>	Je to nejsubjektivnější dimenze člověka. Odpovídá rozpoznávání a ovládnutí našich emocí a pocitů, našich citů.
<b>INTELEKTUÁLNÍ DIMENZE</b>	<b>ROZUM A VŮLE</b>	Již neodkazuje na tělesné nebo citové hodnoty člověka, nýbrž kromě toho implikuje znalost lidské důstojnosti. Rozvíjíme způsoby myšlení a učení, jen nám pomáhají lépe rozumět světu, který nás obklopuje.
<b>SOCIÁLNÍ DIMENZE</b>	<b>VZTAH</b>	Jako lidské bytosti žijeme v kontaktu s okolím, a to proto, že jsme součástí prostředí, které nás obohacuje. Toto prostředí tvoří kromě přírody naši přátelé, příbuzní a společnost obecně. Lidé nemohou žít izolovaně vzhledem k tomu, že v takových podmínkách by onemocněli.
<b>DUCHOVNÍ DIMENZE</b>	<b>SVOBODA A MORÁLKA</b>	Je to orientace, budoucnost a smysl, který dáváme našim činům a našemu bytí, a díky nimž můžeme nalézt smysl a poslání našeho života.

**AKTIVITA 9:** Pozveme mladého člověka, aby položil svou ruku na papír, obkreslil ji a uvědomil si, jak je užitečná rukavice, která má pět prstů, do kterých perfektně zapadnou prsty ruky. Tak mladý člověk objeví pět dimenzí, které utvářejí člověka a které detailně vysvětlujeme v daném materiálu. Vyučující může mladým vysvětlit všechny dimenze nebo může navrhnout, aby vytvořili pět skupin, a každá skupinka vysvětlí ostatním smysl každé dimenze, přičemž si pro každou vyhledá příklady. Vždy pod dohledem vyučujícího, aby neopustili kontext.

**AKTIVITA 10-11:** Poté co mladý člověk uvidí pět dimenzí, jej pozveme, aby si vytvořil svou vlastní osobní analýzu a svůj PROFIL s pěti dimenzemi. Cílem je jako vždy se více a lépe poznat.

**AKTIVITA 12:** Následně se pracuje ve skupině nad stejným tématem za pomoci dvou každodenních situací mladých lidí jako příklad toho, že v každé chvíli jsou ve hře všechny dimenze člověka.

Poté se označí věty z každého případu, které odpovídají té které dimenzi.

Je osm večer a koukáš na televizi po únavném dni. Tvoje matka se tě ptá, jestli sis už udělal/a úkoly. Neodpovíš jí, ale ona ví, že je ještě nemáš hotové. Vypne televizi a ty se naštveš. Odchází s ovladačem. Za chvíli se zvedneš a jdeš dodělat úkoly. Když je máš hotové, řekneš to matce a ona se usměje.



DIMENZE	PŘÍPAD 1	PŘÍPAD 2
<b>TĚLESNÁ</b>	Koukáš na televizi po únavném dni. Neodpovídáš, ale ona ví, že úkoly nemáš hotové.	Potí se ti ruce. Zrychluje se ti tep. Vrtíš se na židli.
<b>CITOVÁ</b>	Naštveš se. Co cítíš, když odnášíš ovladač? Co cítíš, když se tě zeptá, jestli máš hotové úkoly?	Jsi nervózní, neklidný/á.
<b>INTELEKTUÁLNÍ</b>	Za chvíli se zvedneš, učiníš rozhodnutí a jdeš si dělat úkoly.	Snažíš se uklidnit. Rozhodneš se, že budeš dýchat zhluboka. Zamýšlíš příště se více učit.
<b>SOCIÁLNÍ</b>	Usmívá se, je s tebou spokojená, činíš ji šťastnou.	
<b>DUCHOVNÍ</b>		Modlíš se vlastními slovy.



Ve třídě začínají diktovat otázky testu. Moc ses neučil/a a jsi nervózní: potí se ti ruce, zrychluje se ti tep ... Máš okno a začneš se na židli vrtět. Jsi nervózní, neklidný/á, roztěkaný/á, smutný/á ... Několikrát se zhluboka nadechneš se zavřenýma očima, snažíš se zklidnit. Modlíš se vlastními slovy a rozhodneš se napříště se více učit.

**AKTIVITA 13:** Tuto lekci zakončíme aktivitou, ve které budeme žádat mladé lidi, aby se zamysleli nad tím, že občas není možné jen tak jednoduše oddělit různé dimenze člověka, neboť tvoří v těle, duši a různých oblastech jeden CELEK.

Představíme jim několik vět, aby je spojili s každou lidskou dimenzí a vyzkoušeli si tuto obtížnost. Například u věty „Obdivuji tě!“ se ptáme, jaký je tento obdiv z hlediska citů, inteligence nebo spirituality či sociální dimenze. To samé bychom mohli vyzkoušet u ostatních vyjádření:

- Přeji si být s tebou.
- Chci tvé dobro.
- Chybíš mi.
- Miluji tě.

### ČASOVÉ ROZMEZÍ A MATERIÁLY

Tyto aktivity jsou navrženy pro žáky 1. ročníku SŠ a zaberou 2 vyučovací hodiny

AKTIVITA	ČAS (minuty)	MATERIÁL
Aktivita 1: Pozorování	5	fotografie dívky
Aktivita 2: Osobní zamyšlení	5	
Aktivita 3: Osobní fotografie	na doma	
Aktivita 4: Osobní zamyšlení	10	materiál
Aktivita 5: Osobní otázky	10	materiál
Aktivita 6: Osobní zamyšlení	10	Žalm 138
Aktivita 7: Osobní zamyšlení	5	Genesis 2
Aktivita 8: Názorný příklad	10	vajíčko natvrdo
Aktivita 9: Názorný příklad	15	rukavice, pastelka a papír.
Aktivita 10: Osobní zamyšlení	15	materiál
Aktivita 11: Osobní zamyšlení	5	silueta obkreslené ruky
Aktivita 12: Zamyšlení ve skupině	15	materiál
Aktivita 13: Osobní zamyšlení	5	materiál
Závěr	10	rámeček v materiálu