

V KRAJINE POCITOV (4)

Ahoj, kamaráti!

– Dnes sa pristavíme v krajine pocitov azda pri tých najpríťažlivejších a najúžasnejších emóciách.

– Och, Svetlúšik! Je tu nádherne, žiarivo, hrejivo, radostne; ani opísať to neviem.

– Presne tak, Dobromilka, máš pravdu. Už sa tolko o týchto pocitoch filozfovalo, písalo, dokonca spievalo a stále sa nám ťažko hľadajú slová na emóciu LÁSKY.

– Milí kamaráti, viete, čo je to láska? Ako opíšete tento pocit?

– Možno ľahšie odpoviete, keď prežívate emóciu LÁSKY. K akému správaniu vás pohýna tento pocit? Ako sa to prejavuje, keď cítite lásku?



LÁSKA

existuje vtedy, keď prijímame (akceptujeme) človeka ako ľudskú bytosť; takého, aký je. Bez podmienok ho prijímame.

Je rozdiel, keď sa nám niekto **páči**, a preto s ním radi trávim čas. A je rozdiel, keď človeka **milujeme** – lebo ho môžeme milovať dokonca aj vtedy, keď sa nám nepáči, čo robí, a neschvaľujeme jeho rozhodnutia. Takouto láskou nás milujú rodičia – dokonca aj vtedy, keď sa im nepáčia niektoré naše vylomeniny. Uf, našťastie! A ešte neporovnateľne viac nás miluje Boh – lebo sme vždy jeho milované deti, aj keď sa rozhodneme pre hriech.



SYMPATIA

je pocit, ktorý ti umožňuje rozumieť, čo prežíva tvoj blížny, lebo si už zažil niečo podobné ako on. Ak si už niekedy zažil trému, vieš, ako sa asi cíti tvoj mladší brat pred prvým vystúpením. Vďaka prejavom tvojej sympatie tvoj brat môže vidieť, že mu rozumieš. Toto cudzie slovo v preklade z latinčiny a gréčtiny doslova znamená spoločné cítenie, spolicítenie.



EMPATIA



– tento pocit s niekým zažívaš, keď sa úplne presne vieš vcítiť do toho, čo prežíva iný človek. Ako keby sa to isté stalo tebe a ty v tej chvíli cítiš to isté. Akoby si „prebral“ emóciu druhého. Ak tvojmu kamarátovi spadne zmrzlina, vieš presne, ako sa cíti, lebo včera spadla tebe.

NEHA

– názov tejto emócie v latinčine znamená jemný, mäkký. Nehu môžeš zažiť vtedy, keď sa niekto k tebe správa jemným spôsobom – jemne sa o teba stará, cítiš sa v bezpečí. A nehu dávaš ďalej tak isto – ako keď sa mamička jemne venuje bábätku.



LÁSKAVOSŤ

je podobná nehe. Láskavosť zažívaš vtedy, keď sa niekto k tebe správa pozorne ako k členovi rodiny, cítiš sa vítaný. Kedy a ako prejavuješ láskavosť ty?



 Dobromila a  Svetlúšik

DETOM@KATOLICKENOVINY.SK

- Podľa knihy Dan Newby a Lucy Núñez *Neotvorený dar* pripravila: MARTINA JOKELOVÁ-ŤUCHOVÁ
- Ilustrácie: LUBA SUCHALOVÁ ■ Snímky: –MJĎ–

VALENTÍNSKY SVIETNIK

Potrebuješ: sklenenú nádobu, čajovú sviečku, bielu temperku, špongiu, papier (alebo nalepovaciu fóliu) na vystrihnutie šablóny, stuhu a koráliky. Z papiera alebo nalepovacej fólie si vystrihni srdiečko, pripievi (alebo pevne pridrži) na mieste nádoby, kde chceš mať „okienko“ na sviecu. Špongiu namoč do nezriedenej tempy a opatrne ponatieraj zvonka nádobu tak, aby sa farba nedostala pod srdiečko. Keď nádoba zaschne, odlep srdiečko, ozdob svietnik stuhou a korálikmi a vlož sviečku. Valentínsky svietnik si môžete zapáliť pri večernej rodinnej modlitbe.



V krajine pocitov sme dnes objavili:

- niektoré emócie na otázku „čo to je?“ opíšeme slovami ťažko, ale jednoduchšie nám to ide, keď vyjadříme, čo s nami tie emócie **robia**, k čomu nás **pohýňajú**, kedy a **ako ich cítime**;
- s emóciou LÁSKY sa spája prijatie bez podmienok, rešpekt, dôstojnosť;
- je rozdiel, keď sa mi niekto, niečo **páči**, a keď niekoho **milujem**;
- Boh ma miluje bez podmienok – on je dokonalá Láska;
- emócie SYMPATIA a EMPATIA, NEHA a LÁSKAVOSŤ sú v niečom rozdielne a v niečom podobné. Zapamätal si si o tom viac?