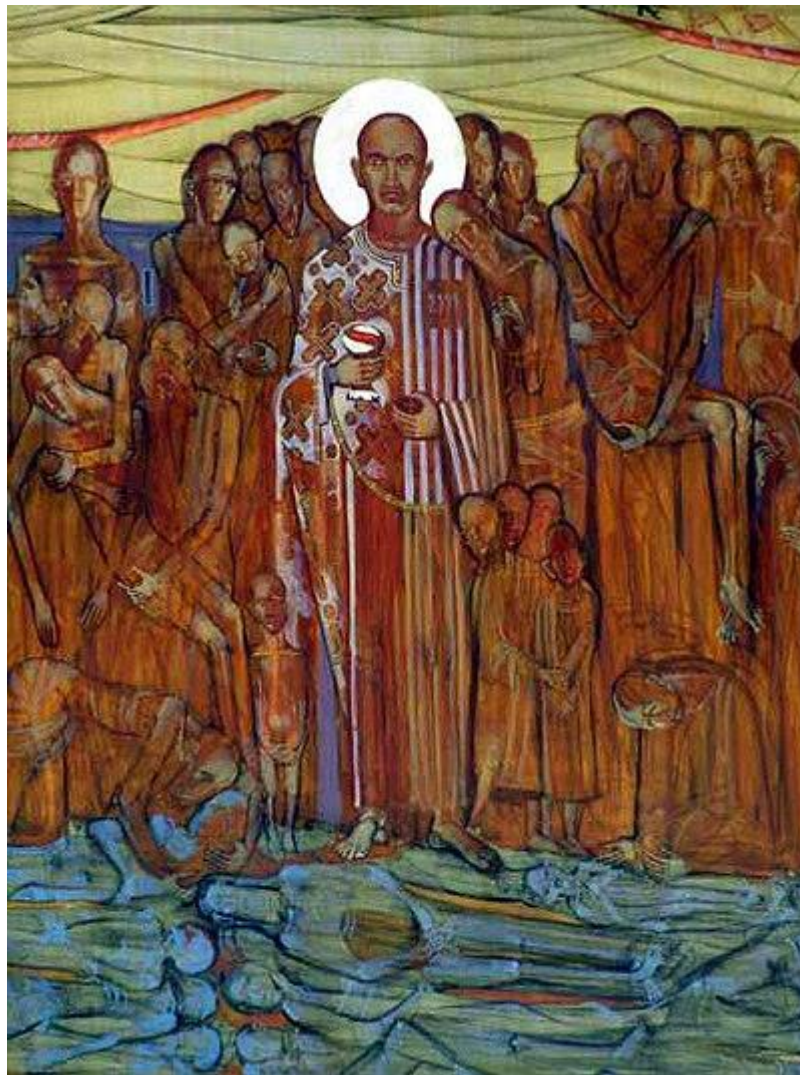




Дидактичний матеріал виховних годин та уроків
для закладів освіти, катехитичних шкіл (учні 12-18 років)

**Ідеал втілення цінностей на основі життєвого подвигу
блаженного Омеляна Ковча**





Тема: Ідеал втілення цінностей на основі життєвого подвигу блаженного Омеляна Ковча

Вікова категорія: 12-18 років

Час: 60 хв.

Обладнання:

Комп'ютер, проектор, колонки, роздруковані додатки на всіх учнів, завантажені потрібні відео з інтернету та зображення Омеляна Ковча (одне велике кольорове).

Хід уроку чи виховної години

Знати:

- як формувався світогляд блаженного Омеляна Ковча: чоловіка, батька, священика, капелана, народного провідника, мученика;
- основні риси характеру, чесноти в О. Ковча;
- важливість поваги до інших націй, релігій, як це подає нам блаженний Омелян Ковч;
- цінності, які мотивували поведінку та вибір о. Омеляна залишитись в ув'язненні;
- які цінності є актуальними сьогодні в житті на прикладі блаженного та які чесноти можна розвивати на їх основі.

Вміти:

- назвати причини чому блаженний Ковч був проголошеним опікуном душпастирів УГКЦ;
- розповідати іншим про особливі вчинки о. Омеляна Ковча поряд зі схожими великими людьми;
- проаналізувати основні риси характеру о. Омеляна Ковча, назвати які цінності були важливі для нього та як вони відображалися у життєвих виборах;
- говорити з іншими про цінності, які мав блаж. Омелян Ковч.



Ставитися:

- до оточуючих людей з любов'ю та розумінням сутності різних ситуацій, зокрема складних;
- з розумінням та співчуттям до тих, хто є поруч тебе слабший, потребуєчий;
- з жертвністю до ситуацій та потреб інших через подолання власного егоїзму;
- з прийняттям себе, близьких людей та інших з любов'ю та лагідністю.

Відчувати:

- захоплення рисами характеру та життєвими цінностями священномученика Омеляна Ковча;
- бажання розповідати про життєвий подвиг та цінності о. Омеляна Ковча;
- любов до життя та розуміння його змісту на прикладі цінностей життя отця Омеляна.

План проведення заходу

Вступ-введення в тему

Історія життя і смерті свщмч. Омеляна Ковча є особливим прикладом життя відповідно до ідеалів та подвигу людяності, вміння любити і служити утвердженню добра і поваги до гідності людини як образу Божого. Отець Омелян допомагав слабшим, потребуєчим. Це стало можливим завдяки формуванню рис характеру та чеснот на основі засвоєння християнських та загальнолюдських цінностей.

У своєму священницькому служінні був прикладом лагідності, турботи та людяності. Він став прикладом смирення, реалістичності та жертвності в умовах перебування в концтабірному ув'язненні. Омелян Ковч віддав перевагу служити і підтримувати в'язнів і померти разом з ними, замість бути звільненим і вийти на свободу, якої для нього добились представники Церкви.



Основна частина

(15 хв) **Яким був о.Омелян Ковч? (Ідеал, портрет)**

Переглядаємо відео-ролик Програма “Наші герої” – випуск 3 – Омелян Ковч (з 1.04 хв. <https://www.youtube.com/watch?v=C4C1NHQeqQQ>). Після фільму створюємо бесіду, де розкриваємо формування світогляду блаженного Омеляна Ковча: чоловіка, батька, священика, капелана, народного провідника, мученика. Та обговорюємо наступні питання:

1. Чому і як О. Ковч рятував єврейське населення від нациської розправи?
2. Чому він був готовий віддати своє життя за інших?
3. Які цінності він розвивав у своєму житті?
4. Які риси характеру мав Омелян Ковч?
5. Яка була особливість у о. Ковча?
6. Як проявляв свій патріотизм о. Омелян?
7. За що його відправили у концтабір “Майданек”?
8. Чим він займався у концтаборі “Майданеку”?
9. Як помер о. Омелян?

Далі пропонуємо учням написати схему “портрету” доброчесностей Ковча, де прописуємо основні риси характеру та його чесноти (**додаток 1. Перелік чеснот**). Наголошуємо на важливості поваги до інших націй, релігій, які подає нам блаженний О. Ковч.

(15 хв) **Рішення щодо визволення**

Опісля читаємо лист о. Омеляна до родини (**додаток 2. З листа о. Омеляна до родини**) обговорюємо цінності, які мотивували поведінку та вибір о. Омеляна щодо подальшого перебування у концтаборі.

Обговорюємо з учнями приклади інших відомих осіб та їхні особливі риси характеру. Розповідаємо учням про святого Максиміліана Марія Кольбе, який також був у концтаборі в Аушвіці та віддав своє життя за одного з в’язнів (Максиміліан Кольбе: <http://credo.pro/2018/08/67361>).



Обговорюємо також приклади інших відомих людей та про їхні особливі вчинки любові до ближніх, наприклад Мати Тереза, Андрей Шептицький, Магатма Ганді, Нельсон Мандела, воїни-добровольці.

Пропонуємо розглянути ієрархію цінностей та визначити, на якому місці цінності є у моєму житті (*додаток 3. Приклад. Ієрархія цінностей*). Робимо аналіз, які життєві цінності о. Омеляна є актуальні сьогодні і які чесноти можна розвивати на їх основі. Можна поділити клас на дві групи, які мають завдання представити певні цінності та риси характеру о. Ковча за допомогою пантоміми. Аналізуємо основні риси характеру о. Омеляна Ковча, назвати, які цінності були важливі для нього та як вони відображалися у життєвих виборах.

(10 хв) Робота в парах.

Діти об'єднуються в пари і діляться своїми почуттями, що захоплює їх у вчинках отця Омеляна. У діалозі вони обмінюються думками про цінності, якими керувався блаж. Омелян Ковч. Таким чином учні закріплять почутий матеріал та зможуть цим ділитися з іншими людьми.

В парах учні обговорюють причину, чому блаженний Ковч був проголошеним опікуном душпастирів УГКЦ (*додаток 4. Витяги з декрету*). Після обговорення витягів з декрету пропонуємо учням прочитати і обговорити лист о. Омеляна до родин (*див. додаток 2. З листа о. Омеляна до родини*).

(10 хв) Обговорення цінностей.

Опісля цього пояснюємо учням, що до людей потрібно ставитися з любов'ю та розумінням сутності різних ситуацій, зокрема, дуже складних, на прикладі життя і служіння о. Ковча.

Розповісти про необхідність перебування о. Омеляна у концтаборі “Майданек”. Зробити наголос на тому, що ми маємо завжди бути готовими допомагати та співчувати тим, хто є поруч, а особливо тим, хто є слабшим чи потребує чим (*див. Додаток 5. Приклад розвитку рис характеру*). Бо це є одна з цінностей о. Омеляна.



Обговорюємо ще одну з цінностей о. Омеляна – жертвність. Ставимо учням питання: “Що таке жертвність?” (див. *Додаток 5.1 Приклад розвитку рис характеру*). Зосереджуємося під час обговорення на тому, що до будь-якої ситуації у житті важливо підходити з жертвністю, бо саме через неї ми долаємо власний егоїзм.

Опісля важливо зробити наголос на ще одній цінності – лагідності (див. *додаток 5.2 Приклад розвитку рис характеру*). Пояснити учням, що важливо вміти з любов'ю та лагідністю приймати себе, інших людей та й все те, що нас оточує.

(10 хв) **Закріплення.**

Заохочуємо учнів з пошаною і захопленням ставитися до життєвої позиції священномученика Омеляна Ковча, яка була сформована свідомо обраними чеснотами, що загартували характер. (див. *додаток 3. Приклад. Ієрархія цінностей*).

Обговорюємо життєві цінності отця Омеляна та аналізуємо їхню важливість й актуальність у сучасному світі. Пропонуємо учням узагальнити те, що вони дізналися про життєвий подвиг та цінності о. Ковча. Можна, щоб кожен учень сказав по одній цінності методом “живого мікрофону”. А також розвинути в учнів любов до життя та розуміння його змісту, з позиції творення добра заради любові до Бога і ближнього.

Можна завершити зустріч прочитанням молитви за заступництвом блаженного Омеляна Ковча (*Додаток 6. Молитва за заступництвом блаженного Омеляна Ковча*).

Література та джерела:

1. Фільм “Парох Майданека”, джерело:

<https://www.youtube.com/watch?v=8cvoiHJwNTA> (дата звернення: 24.01.2019).

2. Жаровська О. Священномученик Омелян Ковч / О. Жаровська

// Випробувані, як золото в горнілі. – Львів: Колесо, 2013 – С. 69-97.

3. Омелян Ковч. Сайт: <http://kovch.org.ua/ua> (дата звернення: 24.01.2019).

4. Документальне відео. Отець Омелян Ковч. Екскурс, джерело:

<https://www.youtube.com/watch?v=28fw7qIDfIM> (дата звернення: 24.01.2019).



5. Телекомпанія “Гал-ТБ” м. Львова. СТВ ГОСРГТРК. Наші герої: Омелян Ковч, джерело: <https://www.youtube.com/watch?v=2DSX-qNP76k>

(дата звернення: 24.01.2019).

6. Джерела Божої любові. Катехизм для дітей / упоряд. с. Тереса Мончак, СКСА – Львів: 2017 – С. 45-46.

7. Відео. Концтабір смерті Майданек – о. Омелян Ковч. 2017. Джерело: https://www.youtube.com/watch?v=t51lkSD4_vM (з 07.39 секунди)

(дата звернення: 24.01.2019).

8. Сніжна Христина. Парох Майданека. Історична драма (п'єса в 5-ти діях). – Львів: Сполом, 2008 – 80 с.

9. Овсяник Юлія. Проводжав у вічність в'язнів Майданека. Джерело: <http://catholicnews.org.ua/provodzhav-u-vichnist-vyazniv-maydaneka>

(дата звернення: 24.01.2019).

10. Святий Максиміліан Марія Кольбе, пресвітер і мученик джерело: <http://credo.pro/2018/08/67361> (дата звернення: 26.01.2019).

11. Програма “Наші герої” – випуск 3 – о. Омелян Ковч. Джерело: <https://www.youtube.com/watch?v=C4C1NHQeqQQ> (дата звернення: 26.01.2019).

12. Катехизм УГКЦ: Христос – наша Пасха. – Львів, 2011– с.336 + 64 іл. http://pcc.ugcc.org.ua/wp-content/uploads/2013/02/Catechism-UGCC_2012.pdf

(дата звернення: 30.01.2019).

13. 12 КРОКІВ ДО БОЖОГО МИЛОСЕРДЯ. Джерело: <https://www.edu-ugcc.org.ua/yak-vyhovaty-spravzhnoho-cholovika-i-spravzhnyu-zhinku/>

(дата звернення: 30.01.2019).

14. 12 КРОКІВ ДО БОЖОГО МИЛОСЕРДЯ. Джерело: <https://www.edu-ugcc.org.ua/po-dorozi-do-bozi-12-krokv-do-bozhoho-myloserdya/>

(дата звернення: 30.01.2019).

15. Любов Зеліско. Омелян Ковч: життя й духовний подвиг. Джерело: https://www.google.com.ua/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=5&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj1_4vc55rgAhUTiaYKHbXPBusQFjAEegQIBBAC&url=http%3A



http://firbis-nbuv.gov.ua/fcgi-bin/firbis_nbuv/fcgiirbis_64.exe?FC21COM%3D2%26I21DBN%3DUJRN%26P21DBN%3DUJRN%26IMAGE_FILE_DOWNLOAD%3D1%26Image_file_name%3DPDF%2Fkarlec_2014_5_30.pdf&usg=AOvVaw0sR6HxnAFzSAJKJfQGRceJ

(дата звернення: 1.02.2019)

ДОДАТКИ

Додаток 1. Перелік чеснот

Божі чесноти: 1. Віра 2. Надія 3. Любов.

Моральні чесноти: 1. Розсудливість (второпність) 2. Справедливість 3. Мужність 4. Здержливість.

Додаток 2. З листа о. Омеляна до родини.

В одному зі своїх листів, який вдалося передати дітям, він писав:

“Я дякую Богові за Його доброту до мене. За винятком раю, це єдине місце, де бути. Тут ми всі рівні: поляки, євреї, українці, росіяни, латвійці та естонці. Я єдиний священик між ними. Навіть не можу собі уявити, як тут буде без мене. Тут я бачу Бога, який є один для всіх нас, без огляду на наші релігійні відмінності. Можливо наші церкви є різні, але той самий Великий і Всемогутній Бог править усіма нами. Коли я відправляю святу літургію, вони всі моляться. Вони умирають по-різному, і я допомагаю їм перейти цей маленький місточок до вічності. Хіба це не благословення? Хіба це не найвеличніша корона, котру Бог міг положити на мою голову? Це справді так. Я дякую Богові тисячу разів на день за то, що послав мене сюди. Я більше Його ні про що не прошу. Не переживайте і не тратьте віри у те, що я роблю. Замість того, радійте мною. Моліться за тих, хто створив цей концентраційний табір і цю систему. Вони єдині, хто потребує наших молитов. Нехай Бог змилується над ними”.

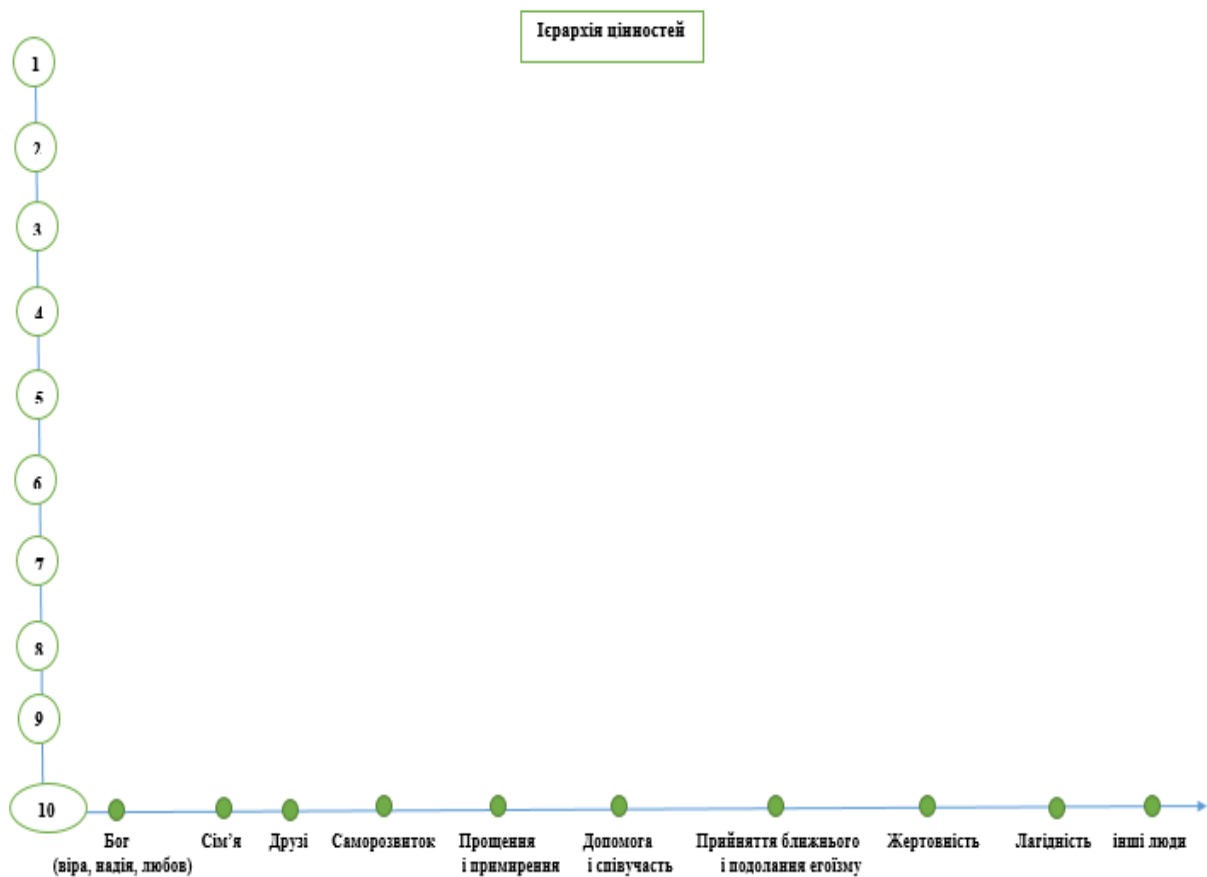
“Я розумію, що ви стараєтеся визволити мене. Але я вас прошу цього не робити. Вчора вони вбили 50 людей. Якщо мене тут не буде, то хто допоможе їм перейти через



ці страждання. Вони підуть по шляху до Вічності з усіма їхніми гріхами і зневірою, котра приведе їх у пекло. А зараз вони ідуть на смерть з високо піднятими головами, залишивши позаду всі гріхи. І таким чином вони попадуть до вічного міста”.

Жертовний – аж до смерті – душпастир був вдячний Богові за можливість перебувати у “таборі смерті”: “Це єдине місце, після неба, в якому я хочу бути. Тут є ми всі рівні: поляки, юдеї, латиші, росіяни, естонці, а я є чи не самотній священик... Тут я бачу Бога”. (Джерело: <http://catholicnews.org.ua/provodzhav-u-vichnist-vyazniv-maydaneka>)

Додаток 3. Приклад. Ієрархія цінностей



Активна



Додаток 4. Витяги з декрету про торжественне проголошення Блаженного священномученика Омеляна Ковча покровителем душпастирства УГКЦ.

Все милостивий Господь обдарував нашу Церкву великим даром взірцевого душпастиря Омеляна Ковча. Цей праведний муж із глибокою вдячністю прийняв від Господа своє священне покликання та сумлінно його виконував. Він ревно проголошував Божу науку словами та ділами. Служив своїм ближнім, не звертаючи уваги на релігійні чи національні відмінності та незважаючи на жертви і терпіння, які мусив за це знести. За прикладом божественного Вчителя та Спасителя нашого Ісуса Христа віддав своє життя за своїх ближніх.

Виконуючи рішення, яке Священний Синод Єпископів Української Греко-Католицької Церкви прийняв 7 вересня 2008 року, цього року, коли наша Церква звертає особливу увагу на священне покликання, цим декретом, на честь і славу Пресвятої Трійці, як відданого служителя і як заступника перед престолом Всевишнього Господа, торжественно проголошую

**БЛАЖЕННОГО СВЯЩЕННОМУЧЕНИКА ОМЕЛЯНА КОВЧА
ПОКРОВИТЕЛЕМ ДУШПАСТИРІВ УГКЦ.**

+ Любомир

Дано в богоспасаємому місті Києві,
при Патріаршому соборі Христового Воскресіння,
у день Трьох святителів, 31 січня\ 12 лютого 2009 року Божого

Додаток 5. Приклад розвитку рис характеру

ДОПОМОГА і СПІВУЧАСТЬ

Слово Боже для роздумів:

Тоді скаже Цар тим, хто праворуч Його: Прийдіть, благословенні Мого Отця, посядьте Царство, уготоване вам від закладин світу. Бо Я голодував був і ви нагодували Мене, прагнув і ви напоїли Мене, мандрівником Я був і Мене прийняли ви. Був нагий і Мене зодягли ви, слабував і Мене ви відвідали, у в'язниці Я був і прийшли



ви до Мене. Тоді відповідять Йому праведні й скажуть: Господи, коли то Тебе ми голодного бачили і нагодували, або спрагненого і напоїли? Коли то Тебе мандрівником ми бачили і прийняли, чи нагим і зодягли? Коли то Тебе ми недужого бачили, чи в в'язниці і до Тебе прийшли? Цар відповість і промовить до них: Поправді кажу вам: що тільки вчинили ви одному з найменших братів Моїх цих, те Мені ви вчинили (Мт. 25, 34–40).

Носіть тягарі один одного, і так виконаєте закона Христового (Гал. 6, 2).

А роблячи добре, не знуджуймося, бо часу свого пожнемо, коли не ослабнемо. Тож тому, поки маємо час, усім робимо добро (Гал. 6, 9–10).

Що таке допомога і співучасть? Допомога, тобто зусилля, вчинок, дія, спрямовані на те, щоб розділити з кимось його труд, обов'язки, проблеми, належить до тих християнських діл, без яких “віра мертва”. Життя щодня надає нам десятки можливостей допомогти комусь. Часто ми ігноруємо ці можливості, виправдовуючи себе і без того надмірною завантаженістю, браком часу і неспроможністю чимось зарадити (“Хто б мені допоміг!”).

Часто просто не помічаємо, як, не висловлюючи свого прохання вголос, наш ближній цілим своїм єством волає до нас: “Поможи мені!”. Допомога може бути різною: вона вимагатиме фізичних зусиль, часу чи грошей, якщо треба допомогти фізично або матеріально, або ж неймовірного напруження душі, якщо допомога полягатиме у співчутті, пораді чи розраді. У молитві ми просимо Бога: “*Нехай будуть вуха Твої уважні до голосу благання мого!*”. І уважний Господь допомагає – руками тих, хто приходить нам на допомогу. І ми самі можемо бути таким знаряддям помічі Божої для інших.

Рекомендувати учням постанови протягом місяця:

- щодня свідомо шукати нагоди допомогти своїм ближнім в родині, в будинку, де мешкаю, у школі;



- спробувати в цьому місяці бодай один раз взяти участь у соціальній підтримці людей, які цього потребують: відвідати шпиталь, в'язницю, сиротинець, будинок для старих людей;
- вдома намагатися випереджати прохання про допомогу, знаючи обов'язки і потреби своїх домашніх;
- докладати вольових зусиль, щоб реагувати на прохання про поміч без зволікання, з готовністю і задоволенням;
- стежити, щоб допомога була сумлінно;
- уявляти, як навіть у незначному вчинкові допомоги й підтримки служу самому Господу.

(джерело: <https://www.edu-ugcc.org.ua/12-krokv-do-bozhoho-myloserdya/#more-779>)

ПРИЙНЯТТЯ

Слово Боже для роздумів: *І привели тоді книжники і фарисеї до нього жінку, спійману на перелюбі, поставили її посередині, і кажуть до нього: “Учителю, жінку оцю спіймано саме на перелюбнім вчинку. Каменувати отаких приписав нам Мойсей у законі. Що ж ти на те?”.*

Іспитували вони його, казавши так, — щоб мати чим оскаржити його. А Ісус нахилився додоу і писав пальцем по землі. А що вони наполягали та допитувалися в нього, то він підвівсь і каже до них: “Хто з вас без гріха, — нехай перший кидає у неї камінь!”. І знову нахилившись, писав по землі. Почувши таке, почали вони виходити один по одному, почавши з щонайстарших аж до останніх. І залишилися тільки Ісус та жінка, що стояла посередині. Підвівсь Ісус, а нікого, крім жінки, не побачивши, мовить до неї: “Де ж вони, жінко, оті твої обвинувачі? Ніхто не осудив тебе?”. “Ніхто, Господи”, — відповіла. Тоді Ісус до неї: “То і я тебе не осуджую. Йди та вже віднині не гріши” (Йн. 15, 3–11).

Ви судите за тілом – Я не суджу нікого (Йн. 8, 15).



Що таке прийняття? Прийняття – це цілковита згода з тією реальністю, якою є інша особа. Часто ми готові приймати, якщо ця реальність не надто протирічить нашому баченню, сприйняттю, очікуванню. Або ми готові приймати, якщо отримаємо бодай невеличку надію на те, що ця реальність врешті-решт зміниться. Ми приймаємо, якщо в нас немає іншого виходу чи якщо відчуваємо прив’язаність до людини. Щоразу ми висуваємо для прийняття якісь умови. Наша здатність приймати є чимось, що начебто від нас не залежить, що опановує нас без нашого зусилля або ж покидає незалежно від нашої волі. І тоді ми реагуємо на цю “невідповідну” реальність – роздратуванням, гнівом, докорами, критикою. А що якби таким було Боже прийняття? Що якби Бог приймав нас лише за певних умов? Чи задовольнили б ми ці умови? Натомість Христос віддає Себе в жертву за грішників.

Христос абсолютно приймає реальність людської невідповідності божественному і платить за це прийняття найвищу ціну. Саме це і є основою нашого покаяння, моральної переміни, духовного зросту і внутрішньої рівноваги. Своїм прийняттям Христос дає нам відчуття безпеки і впевненості, надії і оптимізму, а також свободу приймати інших з любов’ю, яка уподібнюється до Божої любові.

Рекомендувати учням постанови протягом місяця:

- протягом місяця намагатися свідомо дотримуватися позиції безумовного прийняття своїх ближніх;
- стежити, щоб поведінка залишалася спокійною, незалежною від емоційної реакції на ситуацію, а залежною від внутрішнього свідомого вибору спокою, позитиву, гармонії, свободи;
- щоразу у ситуації неприйняття пригадувати, що треба діяти не інстинктивно, спонтанно, але керуватися внутрішнім позитивом і стабільністю;
- плекати цей внутрішній мир, позитив, стабільність, спираючись на усвідомлення Божої присутності в житті, Його прийняття і любові;
- намагатися діяти раціонально. Скласти список рис і звичок, які не приймаю у своїх батьках, однокласниках. Роздумуючи над кожною з них, спробувати



інтерпретувати їх у позитивному, оптимістичному ключі, добровільно згоджуючись приймати їх;

- щодня шукати нагоди висловити вдячність за конкретні вчинки, в яких виявилися позитивні риси і звички моїх ближніх;

(джерело: <https://www.edu-ugcc.org.ua/tag/po-dorozi-do-bozi/>)

Додаток 5.1. Приклад розвитку рис характеру

ЖЕРТОВНІСТЬ ТА ПОДОЛАННЯ ЕГОЇМУ

Слово Боже для роздумів: *Ми з того пізнали любов, що душу Свою Він поклав був за нас. І ми мусимо класти душі за братів! Діточки, любимо не словом, ані язиком, але ділом та правдою! Із цього довідуємось, що ми з правди, і впокорюємо наші серця перед Ним, бо коли винуватить нас серце, то Бог більший від нашого серця та відає все! (1 Йн. 3: 16-20)*

Носіть тягарі один одного, і так виконаєте закона Христового (Гал. 6: 2)

Ми, сильні, повинні нести слабості безсилих, а не собі догоджати. Кожен із нас нехай догоджає ближньому на добро для збудування (Рим. 15: 1-2)

Що таке жертовність і як вона пов'язана з подоланням егоїзму?

Із поняттям жертовність ми звикли асоціювати виняткові подвиги, страждання, муки, коли хтось у буквальному розумінні віддає власне життя задля блага інших. Однак жертовність не вичерпує себе героїчною поведінкою в екстремальних обставинах. Вона потрібна у щоденному житті.

Жертовність – це добровільне віддавання себе, власного «я» іншій особистості, це вихід назустріч іншому для служіння йому. Вона не має нічого спільного з самоприниженням чи самозапереченням; як свідомий і добровільний вибір особистості, продиктований її моральними цінностями, жертовність здатна лише збагачувати, надихати і животворити її.

Жертовність є найвищою формою любові, вона може виявляти себе в подружніх і родинних стосунках, у дружбі, на місці праці – скрізь, де своїй поведінці, своїй



діяльності людина свідомо надає форму щирого і самовідданого служіння. Це абсолютна протилежністю егоїзму, зосередженості на власному «я», його потребах та інтересах. Дуже часто ми перебуваємо у боротьбі між цими двома станами. Наш егоїзм здатен виявляти себе в щоденних, часто навіть непомітних дрібницях, але від цього його руйнівна сила не стає меншою. І як у всякій боротьбі перемога над ним є плодом зусиль, праці над собою, постійного самоконтролю.

Рекомендувати учням постанови протягом місяця контролюватиму свою поведінку, стараючись долати вияви свого егоїзму:

- проаналізувати зміст своїх розмов з іншими людьми (скільки уваги ми приділяємо в цих розмовах собі, власній думці, позиції тощо, а скільки співрозмовникові, скільки під час розмови звучить слово «я»);
- зосереджуватись на тому, щоб уважно слухати співрозмовника, вникнути в його проблеми, не перебивати і не переводити бесіди на себе чи питання, що цікавлять мене;
- старатися контролювати бажання висловлювати чи виявляти незадоволення чи образу;
- щодня коротко роздумувати над тим, що не тільки я є улюбленою Божою дитиною і що Боже синівство передбачає служіння моїм братам і сестрам (ближнім);
- скласти список того, що я ще можу виконувати у моїй сім'ї, для ближніх, від чого я звичайно відмовляюсь, що може бути виразом служіння і жертвності.

(джерело: <https://www.edu-ugcc.org.ua/4-krok-zhertovnist-ta-podolannya-ehojimu/>)

Додаток 5.2 Приклад розвитку рис характеру

ЛАГІДНІСТЬ

Слово Боже для роздумів:

“Блаженні лагідні, бо вони успадкують землю” [Мт. 5: 5]



“Прийдіть до мене всі втомлені й обтяжені, і я облегу вас. Візьміть ярмо моє на себе й навчіться від мене, бо я лагідний і сумирний серцем, тож знайдете полегшу душам вашим. Ярмо бо моє любе й тягар мій легкий” [Мт 11: 28 – 30].

“А плід духа: любов, радість, мир, довготерпіння, добрість, милосердя, віра, лагідність, здержливість” [Гал. 5: 22-23].

Що таке лагідність? Лагідність – це доброзичливе, приязне, дружнє, м’яке і уважне поводження з іншою людиною. Це тихий і заспокійливий голос, плавні, ніби оберігаючі жести, це обійми, торкання руки чи плеча, сповнений ніжності і зрозуміння погляд. Лагідність – це обережні слова, пестливі імена, співчутливе мовчання. Лагідність приносить полегшу – дитині і дорослому, зцілює рани, надає впевненості.

Уявімо собі, яким було обличчя і голос Ісуса Христа, коли його покликали до хворої дитини і Він, увійшовши в дім сотника Яїра, почув, що спізнився і що дитина померла, коли в атмосфері відчаю і горя пролунали його сповнені ніжності слова: “Дівчинко, кажу тобі, встань” (Мр. 5: 34). Коли згорьованій матері, яка втратила єдиного сина, Він лагідно говорить: “Не плач...” (Лк. 7: 13). Христос показує нам животворящу силу лагідності – вона оживляє, відновлює джерело життя в людині, засвітлює в її душі промінь надії.

Рекомендувати учням постанови протягом місяця старатися надавати своїм словам, жестам, вчинкам теплоти і лагідності:

- намагатися контролювати вираз свого обличчя, тембр голосу, рухи, ніби надаючи їм здатності зігрівати;
- подумати, які нові звертання до моїх батьків, однокласників, друзів зможуть внести ноту лагідності в наші стосунки і свідомим зусиллям волі намагатимусь впровадити їх у наше спілкування;
- намагатися більше уваги приділяти доторкам, обіймам у стосунках із членами родини, знаходити привід і час для них, поставивши собі це, як щоденне завдання;



- щодня шукати бодай однієї можливості порадувати когось зі свого оточення, викликати усмішку, вдячний погляд і втіху.

(джерело: <https://www.edu-ugcc.org.ua/5-krok-lahidnist/>)

Додаток 6. Молитва за заступництвом блаженного Омеляна Ковча

О, преславний священномученку Омеляне, славний світичу Христовий, славний пастирю Майданека, мужній заступнику християн перед Богом, до Тебе припадаємо і молимося: допоможи нам стати причасниками Твоєї любові до Бога і ближнього, якою при житті Твоя свята душа була переповнена. Просвіти світлом Божого навчання наш розум і серце, навчи нас ходити по тій дорозі, по якій Ти йшов достойно, навчи нас Бога і ближнього нашого любити, щоб ми через приклад свого життя могли називатися дітьми Твоїми.

Молися святий священномученику за Церкву і за батьківщину нашу та за всіх, хто Тебе з любов'ю вшановує. Споглянь на всяку душу вірних, які милості та допомоги від Тебе чекають. Будь усім нам у хворобах цілителем, в бідах і нуждах помічником, в скорботах утішителем, в час смерті милосердним покровителем і захисником, а за допомогою Твоїх святих молитов, щоб удостоїлись ми Небесного Царства.

Святий Отче, не відвертайся від нас, що уповаємо на Тебе, але яви нам Твоє могутнє заступництво, щоб ми прославляли дивного у Святих своїх Бога, Отця, і Сина, і Святого Духа, і нині, і повсякчас, і на віки вічні. Амінь.

Над матеріалами працювали:

д-н Дмитро Кудін, Оксана Сенчук, Ольга Пилипів,

с. Христофора Буштин, СНДМ,

Для контакту: edu@ugcc.org.ua