



Gospod je moj pastir, nič mi ne manjka. Na zelenih pašnikih mi daje ležišče; k vodam počitka me vodi.

Ps 23, 1-2

Vsebina

- Uvod
- **Osrednja tema: ZASTAVLJANJE CILJEV, V. DEL**
- Utrinek: Oznanjevanje
- Medsebojni odnosi: Nenasilno sporazumevanje
- Tema aprilskega srečanja: Nov način gledanja na svoje življenje
- Odmevi: Slaščičarska delavnica, Peš po E6, Po Krpanovi poti
- Duhovne vaje za razvezane: odmevi
- Aktualno: posvet POT SRCA
- Koledar prireditev v maju in juniju
- Za vas smo prebrali (povzetki zanimivih knjig)
- Oglasi, obvestila

Uvod

Smo pred našim največjim letošnjim dogodkom - posvetom s pomenljivim naslovom POT SRCA. Neštetokrat v pogovorih premlevamo naš položaj v Cerkvi in v družbi. Opažamo krivice, ki se dogajajo; jezi nas, da za nas ni nikakršnih finančnih olajšav, ne omenjajo nas v okviru družinske pastorale in tudi ne v okviru programov za družine. Vendar imamo priložnost, da spregovorimo o vsem, kar nas teži. Najslabše je, če se človek že vnaprej odloči, da se ne da ničesar spremeniti. Tedaj se res ne bo dalo. Če pa opažamo nepravilnosti ali se ne čutimo enakovredni z drugimi, moramo o tem spregovoriti, se med sabo povezati in storiti vse, kar lahko, da se bodo stvari premaknile. Ena od možnosti, da opozorimo nase, je tudi posvet, na katerem lahko odkrito spregovorimo o naših željah in potrebah, preverimo, kaj nam je doslej uspelo doseči, in postavimo jasne cilje za prihodnost. Zato ste prav vsi bralci glasila toplo vabljeni, da se posveta udeležite in na njem izrazite svoje videnje poti naše skupine ter da vsi skupaj prosimo Boga za jasne misli in trezne odločitve.

Helena Reščič

POMLAD

*Zemlja praznuje življenje.
Odene se v najlepša oblačila.
Sije v svežem zelenilu travnikov in polj,
žari v tisočeri cvetečih barvah.
Njen obraz je čudovit.*

*Kdor človeku pljune v obraz,
mu potepta srce.
Vsako pomlad rajsko zacveti obraz zemlje,
poln življenjske sreče -
vse do obrobja velikanskih mest,
do njihovih cest in tovarn.
Tam je bil materi zemlji prizadejan
silovit udarec v obraz,
ki je smrtno zadel njeno srce.*

*Sonce ne more pripraviti betona do tega,
da bi zacvetel.
Drevesa so izginila,
ptice ne najdejo več gnezda
in spominčica je dokončno pozabljena.
Tihoto je pogoltnil trušč.
Izviri postanejo greznice.
Kjer zemlja ne more več dihati,
prične življenje umirati.*

*Človek, prisluhni umirajočemu srcu matere
zemlje.
Ne pozabi, da je vsak udarec v njen obraz
udarec proti tebi samemu.*

Phil Bosmans

Določi si specifične cilje. Taki cilji imajo veliko večji učinek na vašo podzavest kakor zelo splošni in ohlapni. Splošni cilj ne zadošča. Zožaj in določi ga. Zapiši vsak detajl. Kdo, kaj, kdaj, kako, s čim ali s kom, kje, koliko...

1. **Naj bodo cilji objektivno merljivi.** Če ne bodo, ne boš nikdar vedel, ali jih dosegaš ali ne.
2. **Naj bodo veliki.** Važno je, kaj zares hočeš in želiš, ne, kaj je „realistično“ (pogosto v očeh drugih). „Realistični“ cilji ne spodbudijo. To, kar hočem in želim, me resnično spodbudi in mi da moči. Dobro je, če te tvoj cilj malce prestraši in prebudi. Če tega ni, je prenizek. Pred negotovostjo se ne vračaj v staro lagodnost. Vedno pojdi naprej. Dvigni svoje standarde. Le veliki načrti poženejo kri po žilah, da človek da vse od sebe. Predstavljaljaj si vse najprej v svoji domišljiji: živo, jasno in dinamično. Sanjaljaj. Domišljija je čudovita ustvarjalna sposobnost. Ne odpriš vseh svojih moči le zato, ker ne verjameš, da je to sploh mogoče. Ne sprašuj se: „Ali je ta cilj mogoče doseči?“, ampak: „Gospod, kako lahko dosežem ta cilj?“ in „Ali hočem plačati ceno, ki je potrebna, da ga dosežem?“ Skoraj vse lahko dosežeš, če si pripravljen plačati za to: velika noč - smrt lažnemu jazu in vstajenje tistega, ki je vse podaril, ker je vse prejel v dar.
3. **Določi jim stvarne časovne omejitve za dosego.** Ni nestvarnih ciljev, so le nestvarni roki za uresničitev. Učite se potrpežljivosti. Prav tega se človek uči s pravili za razločevanje notranjega dogajanja. O rokih za dosego ciljev se je dobro posvetovati s strokovnjakom za neko področje (npr. za hujšanje).
4. **Določi si dolgoročne in kratkoročne cilje.** Ne zapiši le enega cilja. Naredi si seznam dolgoročnih in kratkoročnih ciljev. Teh je šest vrst:
 - a) *zadnji dolgoročni cilj*;
 - b) *12-mesečni cilj*;
 - c) *trimesečni cilj* - je pomemben. Naloga traja, dokler je še čas za njeno uresničitev. Roki motivirajo. Vsak trenutek preverjaljaj, ali si še v pravi smeri. Po potrebi spremeniš in dodaš ali odvzameš;
 - č) *dnevni cilji* - treba je razviti vsakdanjo dobro navado. Zato določiš dejavnosti vsakega dne, dokler ne postanejo rutina. 99 % vsakdanjih opravil so navade, rutina. Napiši seznam dnevnih ciljev in navade, ki jih želiš razviti (npr. jesti po malo, večkrat, brez sladkorja, vstajati zgodaj, spat ob pravem času ...). Vsakodnevni cilji omogočijo doseči dolgoročne cilje. Slona lahko poješ le grižljaj za grižljajem. Osredotoči se na majhne korake današnjega dne in ne bo te zadušilo. Vse, kar imam, je zdaj. Zdaj sem močan.
Cilj vsakega dne naj bo, da boš *izboljšal svoj zadnji dosežek*. Ne primerjaljaj se z drugimi - vir nesreče. Glej sebe pred Bogom - enkratnega, tekmuje le s seboj. Postavi si cilje, ki ti omogočajo, da si danes boljši, kakor si bil včeraj - ti, ne nekdo drug. Nenehno izboljšuj svoj zadnji dosežek. V neskončnost. V tem je veselje.
5. **Določi čustvene razloge, zaradi katerih želiš doseči te cilje.** Ko si v pobitosti, kar je normalno in dobro, se je treba zavedati razlogov, čemu hočeš doseči neki cilj - namen, ki stoji za ciljem. Če imaš dovolj močni *zakaj*, boš lahko zdržal skoraj vsak *kako*. Določitev razloga doda cilju čustvo. Več čustva dodaš, bolj boš motiviran za cilj. V trenutku, ko si do cilja čustveno ogret, se bo samodejno začel uresničevati. To je res, kajti podzavest je čustveni del tvoje pameti. Čustvo ti močneje vtisne misel v podzavest, zato se močneje izraža v delovanju. Zapiši svoje razloge za cilje z uporabo nekaterih vprašanj: (1) Kaj mi je pomembno pri dosegi cilja? (2) Čemu je tako pomembno? (3) Kaj to pomeni v sklopu tvojega življenjskega temelja in smisla življenja?
6. **Preveri, ali si cilji med seboj ne nasprotujejo.** Vso pozornost usmeri v najpomembnejši cilj. Kdor lovi dva zajca hkrati, nobenega ne ujame.
7. **Napiši si obširen seznam ciljev v obliki trditev.** (1) Trditev mora biti osebna: jaz sem, jaz imam. (2) Napisana naj bo v sedanjem času, ne prihodnjem. Za podzavest ni prihodnosti. Je le sedanost. Piši tako, kakor da si cilj že dosegel. (3) Cilj napiši vedno v pozitivni obliki, nikdar negativni. Piši, kar hočeš doseči, ne to, čemur se hočeš izogniti.

8. **Preberi svoje trditve (seznam) vsaj dvakrat na dan.** Ali pa jih celo prepisi. Nosi jih v žepu. Vedno jih imej pred seboj in v svojih mislih. Obesi jih vsepovsod (na računalnik, hladilnik, WC, sobo, hodnik). Ponavljanje je zelo uspešno za reprogramiranje podzavesti. Reklama živi od ponavljanja. Bistveni del metode duhovnih vaj je ponavljanje. Vpliva na podzavest in žene v delovanje. Vztrajaj najmanj 21 dni. Če ne, ne boš videl učinkov. Trditve so veliko močnejše, kakor si lahko predstavljate. Ne izbriši jih z negativnimi trditvami: „To je neumno!“ Ponavljal jih z vero in čustvi. Le tako boš lahko nadomestil svoje stare notranje samogovore ali pogovore. Naj postanejo tvoja nova kasetna, ki jo nenehno vrtiliš.
 9. **Svoje cilje beri z vero.** Podzavest uresniči vsako podobo, s katero se nenehno ukvarjaš v mislih in ki jo podpreš z vero. Vero v to, česar še ne vidiš, v dosego cilja. Dvom izbriši. Delaj, kakor da je cilj že dosežen, beri trditve, kakor da so že uresničene. V domišljiji glej sebe, kakor da si cilj že dosegel. Tako boš verjel in tisto uresničil. Tudi kapitan ne vidi naslednjega pristanišča, a ve, kaj je, kje je in da bo tja prišel, če dela nekatere stvari vsak dan. V tem je bistvo vere - nenehno delovanje za cilj, tudi če ga še ne vidiš. Beri svoje cilje z vero.
 10. **Med branjem svojih trditev si jih v domišljiji predstavljal kot že uresničene.** Možgani razmišljajo s podobami. Dodaj podobo tega, kar želiš doseči. Tako boš prej prišel do podzavesti. Živci ne zaznajo razlike med domišljijsko in dejansko izkušnjo. Telo naj bo sproščeno, da se hitreje dotakne podzavesti. Rusi so domišljijsko predstavo cilja uvedli pri vrhunskih atletih in dosegli velike rezultate. Tisti, ki so se pripravili v domišljiji, so dosegali veliko več od drugih. Podzavest je del uma, ki je odgovoren za samodejno vedenje - navade. S predstavo pomagaš podzavesti, da deluje v skladu s predstavo (avtomatski pilot). Hitreje bomo videli rezultate. Ignacij pravi, da bomo tako z veseljem ljubili in delali dobro, kakor zdaj z veseljem delamo slabo. Zlo se nam upre, medtem ko vzljubimo in se čutno navadimo na dobro.
 11. **Ko uresničiš cilj, vedno nagradi samega sebe.** (1) Proslavi in/ali nagradi samega sebe. (2) Ohrani in piši seznam doslej doseženih ciljev. Uspeh omogoča nov uspeh. Uspeh je hoja h končnemu cilju, ni doseganje samega cilja. Ni treba skrbeti za ohranjanje kakovosti življenja, ampak si vsak dan prizadevaj k izboljšanju.
 12. Prav zdaj si napiši svoje cilje!
- Pri duhovnih vajah se zgodijo prav vse omenjene točke. Edina razlika je, da človek dela to v pogovoru z Bogom - Kristusom, ki ga uči upoštevati vso resničnost in ga osvobaja samogovornega strahu zase.

Utrinek: OZNANJEVANJE
Zgodba iz knjižice Boža Rustje: Drobne zgodbe za dušo

Ko se je Jezus vrnil v nebesa, je govoril z nadangelom Gabrijelom. Tudi v nebesih je imel rane, ki jih je dobil pri križanju. Gabrijel je rekel: »Učenik, moral si hudo trpeti! Ali ljudje to vedo in cenijo, kako jih ljubiš in kaj si storil zanje?« Jezus je odgovoril: »O, ne še. Zdaj ve to samo nekaj ljudi v Palestini.« Gabrijel je bil zbezan: »Kaj pa si storil, da bi vsi zvedeli za tvojo ljubezen, iz katere si trpel?« Jezus je odgovoril: »Rekel sem Petru, Andreju, Jakobu in Janezu in še nekaj drugim, naj povedo o meni. Tisti, katerim bodo povedali o meni drugim, ti pa še naprej, vse dokler zadnji človek v najbolj oddaljenem kotičku zemlje ne bo slišal zgodbe, kako sem dal svoje življenje zanje, ker sem jih tako ljubil.«

Gabrijel ga je nekoliko nejeverno pogledal. »Že, že, kaj pa, če se Peter in drugi utrudijo? Kaj pa, če ljudje, ki bodo prišli za njimi, pozabijo? Gotovo si naredil druge načrte?«

Jezus je rekel: »Gabrijel, nisem naredil nobenih drugih načrtov. Nanje računam.«

* * *

Lahko Jezus računa name? Koliko ljudem sem že povedal, da jih Kristus ljubi?

Na nekem križu je bil Kristusov kip brez rok, pod njim pa napis: Kristus nima rok, razen naših. Kristus potrebuje naše roke, da bi mogel vse ljudi voditi k sebi. Posodimo Kristusu svoje roke.

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun Residence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)

Medsebojni odnosi: NENASILNO SPORAZUMEVANJE – JEZIK ŽIVLJENJA

Avtor: dr. Marshall B. Rosenberg; prevod: Vera Boštjančič - Turk; izdalo: Društvo svetovalcev zaupnega telefona Samarijan 2004; 206 strani

Pripravil: Janez Platiše

Knjiga z zvenečim naslovom **Nenasilno sporazumevanje - jezik življenja** je zanimivo, zahtevno in delovno branje. Tudi meni se je postavilo vprašanje, kje so vzroki nasilne komunikacije in kaj je pravzaprav taka komunikacija.

Splošno znano je, da se za nasilno komunikacijo navadno skriva močan strah posameznika in starši, ki svojim otrokom niso dovoljevali izražati potreb in čustev. Od njih so zahtevali, da so se vedli, kakor je bilo v zadovoljstvo njim samim. Če tega otrok ni počel, je bil ogrožen, saj mu je roditelj na primer rekel: »Ne maram te, ker se jokaš.« ali »Zaradi tebe sem slabe volje.« Na tak način ima otroka v posesti. V njem vedno bolj raste strah, da ga bo roditelj zapustil, če se ne bo obnašal po njegovih željah. Vsa neizražena čustva in potrebe, ki jih doživlja ob takih starših, se nabirajo v njem in izbruhnejo iz njega pozneje kot nasilna komunikacija, ker se v njem sproži močan mehanizem življenjske ogroženosti.

Dr. Marshall B. Rosenberg ugotavlja, da je nenasilna komunikacija odvisna predvsem od dveh osnovnih dejavnosti - **govorjenja in poslušanja** - ki nam pomagata, da smo med seboj iskreni, in nas povezujeta, tako da sočutje, ki ga imamo v sebi, resnično zaživi.

To njegovo ugotovitev bi lahko razširili še z eno, da je nenasilna komunikacija tista, pri kateri človek izraža svoje potrebe, mnenja in kritike tako, da se sam v celoti izrazi in se sogovornik obenem čuti sprejetega, slišanege, predvsem pa varnega. To pomeni, da ni razlogov za nasilno reševanje konfliktov, ki jih imamo znotraj sebe ali izbruhnejo med ljudmi. Skratka, nenasilna komunikacija vzpostavlja in ohranja sorazmerje moči.

Avtor v trinajstih poglavjih in zaključnem epilogu opiše, kako dajemo iz srca, kaj onemogoča sočutno komunikacijo, kako opazujemo in ne ocenjujemo, kako prepoznamo čustva in kako jih izrazimo, kako prevzamemo odgovornost zanjo in kako postavimo zahteve, ki nam bodo obogatile življenje. Zelo velik poudarek daje moči razumevanja in kako se razumevajoče povežemo s seboj. Način, kako izrazimo jezo in kdaj se uporabi sile ne moremo izogniti, je obdelan v dveh poglavjih. V zaključnih poglavjih nam avtor svetuje, kako se osvobodimo starih navad, kako naj poskrbimo za notranje ravnovesje ter kakšno vlogo ima dajanje in sprejemanje pohval.

Vsi, ki smo se razvezali, smo spoznali, da se v zakonskem odnosu lahko trpinčimo z nasilno komunikacijo, ne da bi se tega zavedali. Mogoče tudi nismo dobro ločili, kaj mislimo in kaj čutimo. Zato so mi všeč vaje, ki so na koncu vsakega poglavja in s katerimi se učimo ločiti in pravilno izražati misli in čustva, kaj je opazovanje in kaj ocenjevanje, prepoznavanje potreb in prevzemanje odgovornosti za čustva, kaj je to jasno izražanje želja in kako razlikujemo sprejemanje z razumevanjem od sprejemanja brez razumevanja.

Nenasilno komunikacijo ali NSS (nenasilno sočutno sporazumevanje), kakor to s kratico imenuje avtor, se lahko naučimo. Vendar ne sami, saj sta zanjo potrebna najmanj dva. Poleg tega se je treba držati štirih zakonitosti NSS, če hočemo doseči zmožnost dajanja iz srca. To pomeni, da dogodek **OPAZUJEMO** in ugotovimo, kako vpliva na naše počutje, da ga **ČUTIMO**, torej da ugotovimo, kako se počutimo ob njem, da prepoznamo **POTREBE**, ki so povezane z občutki, in **ZAHTEVE**, s katerimi bi izboljšali in obogatili življenje. Te zakonitosti lahko uporabljamo, ko govorimo o sebi ali ko te štiri informacije dobimo od drugih.

Postanemo sposobni doživljati dogodke, ne da bi jih sodili ali vrednotili. Preprosto povejmo, ali nam je to, kar nekdo počne, všeč ali ne. Potem povejmo, kako se počutimo, ko opazujemo neko početje: smo prizadeti, nas je strah, smo veseli, nas to zabava, nam gre na živce, pa tudi kakšne in katere so naše potrebe: več pozornosti, več sodelovanja pri vzgoji otrok, družinski pogovor, dvojina in intima ...

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun **Rezidence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE** (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)

Skratka, če spoštujemo te zakonitosti, ustvarimo ozračje, v katerem se bomo lahko sporazumevali in v katerem bo razumevanje zaživelo svoje naravno življenje: kaj vidim, čutim, potrebujem; kaj vidiš, čutiš, potrebuješ.

Ko sem prebiral knjigo, se mi je utrnila potreba po šoli nenasilne komunikacije oziroma učenja vlog, ki bi jo organizirali v okviru skupine oziroma v sodelovanju s kakšnim društvom ali institucijo, ki se ukvarja z nenasilno komunikacijo. Sicer pa prosimo Boga, da se čim prej srečamo s človekom, ki bi bil pripravljen skupaj z nami učiti se boljšega medčloveškega sporazumevanja.

Ko boste brali knjigo, je ne odložite, če se vam bo zdela njena vsebina zahtevna. Preberite jo do konca, čeprav si mogoče ne boste veliko zapomnili. Ko jo boste brali drugič in vam bodo novi izrazi nekoliko bolj domači, se o vsebini pogovarjajte še s kom drugim. Postala bo zanimiva in privlačna.

Tema aprilskega srečanja: NOV NAČIN GLEDANJA NA SVOJE ŽIVLJENJE
Priprava: Vilma Moderc

Na oktobrsko srečanje skupine smo povabili v goste g. Marjana Žvegliča. Spregovoril nam je o čustvenem izsiljevanju. Zanimiva tema je eno udeleženko srečanja tako nagovorila, da je knjigo z istim naslovom predelala in pripravila povzetek, ki je vsem na voljo v glasilu skupine Srce. V aprilu smo se na srečanju ponovno dotaknili čustvenega izsiljevanja.

Beseda izsiljevanje je v meni vedno vzbujala misel na uporabo sile. Tega, da se lahko pojavlja tudi v odnosih, v katerih je sicer veliko lepega, in da izsiljevanje na zunaj ni nujno grobo, se nisem zavedala. Tudi nisem vedela, da sta za čustveno izsiljevanje vedno potrebna dva - eden, ki izsiljuje, in drugi, ki to dovoli. Novo mi je bilo spoznanje, da tičijo vzroki za čustveno izsiljevanje v mojem otroštvu. Tedaj sem namreč pridobila rane, s katerimi privabljam v svoje življenje določen tip ljudi.

Ko sem raziskovala svoje odnose, sem spoznala, da sem v nekaterih zvezah tudi sama čustveni izsiljevalec. Neosvobojena, s svojimi vzorci obnašanja in znašanja nad ljudmi, tudi sama ranjujem druge. To spoznanje ni bilo prijetno. A uvid je bil potreben, kajti le tako zmorem priznati svojo nepopolnost in ranljivost. Kar nekaj poguma je potrebno, da spregovorim o sebi in izrazim svoja čustva.

Za čustva sem odgovorna sama. V olajšanje mi je bilo spoznanje, da je v ozadju slehernega čustva neka potreba. To si moram najprej priznati sama pred seboj. Moje potrebe so namreč občutljive točke v meni, zaradi katerih dopuščam čustveno izsiljevanje, oziroma v odnosu, v katerem sem sama izsiljevalka, igram na občutljive točke drugega.

Pravilnega ravnanja ob čustvenem izsiljevanju se lahko naučim, če se le odločim za spremembo. Začeti je treba pri sebi in si priznati razočaranja, negotovosti, strahove, jezo ... To so namreč občutljiva mesta, čustvene brazgotine, ki povzročajo občutljivost, zaradi katere se odzivam s strahom, s preobčutljivostjo za dolžnosti in dojemljivostjo za krivdo. Drugi se bo spremenil le, če neki način odzivanja ne bo uspešen. Ob odločitvi za spremembo pomagajo pozitivni stavki in citat ali le kratka misel iz Svetega pisma. V veliko pomoč je tudi »vzeti si čas«, da odgovarjam na zahteve oziroma pričakovanja drugih.

S tistim, ki čustveno izsiljuje, odnosa ni treba kar prekiniti. Pametno se je pogovoriti in vzpostavljati temelje za boljši odnos. Če se soočenju izognem, se odpovem možnosti izboljšanja odnosa.

Ko smo sposobni prodreti skozi meglo strahu, dolžnosti in krivde ter prekiniti čustveno izsiljevanje, se povrne občutek ravnovesja. Zmedenost in očitke samemu sebi, ki so postali del našega doživljanja in samopodobe, nadomesti samozavest in samospoštovanje.

Odmevi: PEKLI SMO
Priprava: Vilma Moderc

Že drugo leto zapored smo se zbrali v kuhinji, ki so nam jo za praznično popoldne odstopile sestre uršulinke. Poleg s. Judite in petih gospodinj se je letos okoli pečice in gospodinjskih priključkov ter testa prvič sukali tudi moški predstavniki skupine Srce.

Vsako je prišel s svojo idejo in z receptom za pecivo, ki ga je nameraval pripraviti. Kakor mravljice smo se lotili dela. Eden je pripravljala sestavine in jih tehtal, drugi sekljal suho sadje in ribal limonino lupinico. Eden je vrtel strojček, drugi oblikoval preproste kekse in tretji iz beljakov pripravljala sneg. Ker je hitro naraščal kup zamazane posode, jo je bilo treba sproti pomivati, zato se je kateri od nas vedno sklanjal nad pomivalnim koritom. Tudi pečica je neprestano delala, zato je potrebovala budno oko, ki je spremljalo peko, da je postalo pecivo zlato rumeno.

Dobro voljo in smeh je z »napuhnjenimi« piškoti pričarala Oli. Ivana se je izkazala s svojo vztrajnostjo pri zlaganju keksov na pekač, ki jih brez Tonetove pomoči ne bi bilo. Cvetka je navdušila z biskvitom iz ovsenih kosmičev in suhega sadja ter orehovimi polmeseci. Marija je pripravila okusne biskvitne kocke iz rožičeve moke. Torto rafaello, ki sem jo pripravila jaz, je s tem, kar smo našle v kuhinjskih predalih in hladilniku, okrasila Oli. Kot mentorica pa je s. Judita priskočila na pomoč, kjer koli je bila potrebna.

Čeprav časa ni bilo na pretek, nam je do večerje uspelo pripraviti kar zajeten kup peciva in ga dobršen del zložiti poleg rižote, ki jo je pred začetkom slaščičarske delavnice skuhal s. Judita. Okoli 70 brezdomcev namreč vsak dan dobi pri uršulinkah topli obrok in z dobrotami, ki smo jih srčki napekli, smo ta dan želeli dodati njihovem meniju nekaj praznično sladkega.

Po končanem delu smo tudi mi posedli k mizi. Ob »poskušini« peciva smo nazdravili s. Juditi za njeno srečanje z abrahamom in se priporočili, da slaščičarska delavnica, na kateri dobršen del peciva namenimo brezdomcem, ostane tradicionalna, praznična in dobrodelna.



Odmevi: PRVOMAJSKO POTEKANJE PO E6
OD SVIŠČAKOV PROTI MORJU
Pripravile: Marjanca Kos, Vilma Moderc in Helena Škrlep

»Dragi srčki! Vas kaj srbijo podplati? Se v teh toplih, vse daljših dneh v vas že prebujajo nomadski duh in vas vleče v širjave? Čas je ravno pravi za potepanje po tistem delu evropske pešpoti, ki bo poleti prevroč. Predlani smo začeli etapo v Iški, prehodili Bloke, se povzpeli na Snežnik in jo zaključili na Sviščakah. Med prvomajskimi prazniki pa bomo začeli tam, kjer smo predlani končali. Pot nas bo vodila od Sviščakov do Kozleka, Ilirske Bistrice, čez Brkine, mimo jame Dimnice na Slavniki in nato čez Kraški rob do Hrastovelj in še bližje morju ...«

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun Rezidence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)

Takole nas je že tretje leto zapovrstjo povabila na pohod Marjana Kos. E6 je oznaka evropske pešpoti od Baltika do Jadrana. Njen slovenski del, ki se začne v Radljah pri Dravi, nosi ime po pokojnem dr. Milanu Ciglarju, gozdarju, ki je bil pobudnik in začetnik popotništva po evropskih pešpoteh pri nas.

Popotovanje je trajalo tri dni, in sicer od ponedeljka, 30. aprila, do srede, 2. maja.

PRVI DAN

Žig za začetek etape v koči na Sviščakih za Marjano, Albino, Heleno R. in Toneta - in pot pod noge. Udarjale so po makadamski cesti, ki nas je vodila navzdol proti Ilirski Bistrici. Veliko smo si imeli povedati, saj se že dolgo nismo videli. Toliko, da nismo niti dobro opazili, da nas rdeče-rumeno oko, markacija E6, ne spremlja več. Kako pa zdaj? Postavljeni smo bili v preizkušnjo, ki je od nas zahtevala potrpljenje, premislek in skupni dogovor. Uspelo nam je in po čisto samosvoji poti smo dosegli vmesni cilj - razgledni vrh Kozlek. Oddahnili smo si, pomalicali in polegli na soncu.

Nenadoma pa je zagrmelo in padala sta dež in sodra. Kakor še vedno doslej na E6 je bilo tudi tokrat poskrbljeno za nas: v bližini je bila kočica z dovolj velikim nadstreškom, da smo lahko vedrili. V ponevihtni svežini po tem spustu v Ilirsko Bistrico. Najprej k sestri Martini, ki nas je kljub obilici dela oskrbela s toplu juho. Oddolžili smo se ji s šopkom šmarnic, nabranih na pobočju Kozleka. Čakalo nas je še nekaj kilometrov asfaltne poti do turistične kmetije Bubec v Zarečju, ki slovi po izvrstno pripravljenih domačih postrveh. Da je ta njen sloves upravičen, smo se prepričali tudi sami. Tam smo tudi prenočili.

DRUGI DAN

Po zajtrku so se nam pridružile tri nove pohodnice: Vilma, Helena Š. in Ivana. Pot nas je vodila po majsko zeleni, pomladno cvetoči in samotni dolini potoka Posrtve proti slemenu Brkinov. Skozi listnati gozd nas je vseskozi spremljalo žvrgolenje ptic. Kako daleč je bil še Slavnik, naš dnevni cilj! Ugledali smo ga s Pregarij na vrhu grebena (704 m). Sonce nas je spomladansko grelo in tudi noge smo že čutili, zato sta se prilegla malica in opoldanski počitek v senci lipe ob kamniti mizi in ribniku na razpotju proti Gabrku.

Z obnovljenimi močmi smo se razgledovali po brkinski planoti in se spet spuščali v Matarsko podolje. Naleteli smo na samotno staro kmetijo, ki še sodi h kraju Kovčice. Odprto nas je sprejel mlad najemniški par, ki je »zapustil« sodobno življenje in živi vegetarijansko od pridelkov na vrtu in od glasbe, ki jo ustvarjata. Napojili smo se ob njunem studencu in napolnili svoje platenke. Tone in Marjana sta si v potočku zraven namočila noge. Še bi počivali, a pred nami je bilo kar nekaj ur hoje. Pot je postajala strmejša, pokrajina bolj kamnito kraška. Ubirali smo jo po kolovozih in asfaltnih poteh in skozi lipov drevored, zasajen ob stoletnici odkritja jame Dimnice. Dim se iz nje sicer ni dvigal, a lahko smo občudovali veličasten kraški lijak in se spustili do kovinskih dveri, ki po 6. uri zvečer pač niso bile več odprte za obiskovalce.

Pri Markovščini smo prečkali regionalno cesto Kozina-Ilirska Bistrica. Slavnik od cerkvice sv. Roka ni bil več videti tako daleč, a bili smo utrujeni in podvomili smo, da bomo dosegli cilj pred nočjo. Razmišljali smo o kakem prenočišču v dolini, a tu jih preprosto ni. Beseda ostarele domačinke iz Skadanščine, ene redkih vasi med temi poraslimi hribi, češ da bomo na vrhu v urici in pol, nas je spodbudila, da smo se pohodniki, nekateri ožuljeni, podali naprej, ob skupni molitvi rožnega venca. Vrhove redkega drevja je osvetljevalo zahajajoče sonce, naši pogledi pa se kar niso mogli odlepiti od čudovitih cvetov navadne potonike. Tudi gorski kosmatinec s svojimi žametnimi nas je pozdravil, tik pod Tumovo kočjo na Slavniku pa smo se znašli na travniku med nešteto belimi narcisami. Z jugozahoda je občasno zagrmelo, težka sivina oblakov ni obetala nič dobrega in v prsi se nam je zaganjal veter, a hujšega od nekaj kapelj dežja ni bilo. Še pred nočjo smo bili pod streho. Med večerjo smo opazovali migotanje lučic ob Koprskem in Tržaškem zalivu.

TRETJI DAN

Zjutraj se nam je pridružila Marija Cigoj - hčeri sta jo pripeljali na vrh Slavnika z avtom. Tako se nas je zbralo kar osem srčkov. Ni se nam obetal ravno sončen dan, no, pa ne bo vroče! Manj smo se potili tudi zato, ker nas je čakal zgolj spust s tega primorskega tisočaka. Nekaj časa smo hodili po silno strmi, s kamenjem posuti poti, da je bilo treba stopati počasi in previdno, potem pa smo se odločili za daljšo in zložnejšo. V Podgorju 500 metrov niže smo jo ubrali proti Kraškemu robu - del poti smo nekateri prepoznali, saj smo se januarja udeležili pohoda Socerb-Hrastovlje. Tokrat smo želeli doseči Kubed, da bi bilo bolj priročno za oba Tomaža, napovedana prevoznika, a potem smo se družno tudi mi odločili končati pot v Hrastovljah.

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun Rezidence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)

Opoldne smo kosili ob kamniti ograji cerkvice sv. Helene v Podpeči. Med seboj smo si porazdelili naše zadnje zaloge. Nalili smo si še vodo pri pokopališki pipi. Najprej smo se spuščali, potem pa spet rinili v klanec mimo mrtve vasi, Zanigrada, in prelepe cerkvice sv. Štefana. Za notranjščino žal tudi tokrat ni bilo časa. Rumeno-rdečih markacij E6 tod ni bilo, pač pa so nas do cilja vodile belo-rdeče Knafljeve. Da brez označb ni dobro hoditi po neznanem svetu, so nas naučile izkušnje prvega dne. Toda kakor na vseh pohodih po E6 so bili deli trase tudi tu označeni zelo pomanjkljivo. Ampak Bog je bil z nami in hvaležni smo mu za nova doživetja na tej poti, za medsebojne pogovore, za ljudi, ki smo jih srečevali, in za vse, kar smo lepega videli.

Tomaža sta se res pripeljala, potem ko smo se dodobra okrepčali v hrastoveljski gostilni: Rozmanov je pol pohodnic takoj odpeljal proti Ljubljani, Zupanov pa nas je potegnil nazaj do Zarečja, kjer so nas čakali avtomobili. Tonetu smo zaželeli še, da bi našel svoj izgubljeni mobi tam, kjer ga je nazadnje uporabljal.

Zdaj nam je ostal v Sloveniji le še košček neprehojene E6, od Hrastovelj do Strunjana, mogoče bi ga zmogli še letos. Sanjamo pa že, da se drugo leto podamo proti severu: od Radelj, čez slovensko-avstrijsko mejo in naprej ...



Odmevi: Po Krpanovi poti
Pripravila: Ivana Tadić

V nedeljo, 13. 5. 2007, smo se srčice Marjana, Vilma, Helena in Ivana iz Ljubljane odpravile po Krpanovi poti na Blokah. Uradni pohod je bil teden dni prej, tako da so bili kažipotni še dobro vidni ali pa smo povprašali za pot prijazne domačine. Že poslušati jih v njihovi pojoči govorici, je bilo prijetno. Ob Bloškem jezeru nas je pričakal še Tone. Bil je čudovit dan in bloška pokrajina prelepa. Na poti ni bilo pretiranih vzponov, a kljub temu so se nam štiri ure iz vodnika raztegnile na šest.

Tone je doma iz teh krajev, tudi Marjana je včasih živela tod, tako da smo iz prve roke dobili razlago o vsem, kar se vidi, kar tam raste in živi. Mimogrede smo si izmenjali svoje izkušnje iz življenja in pri kapelici pomolili za enega od naših otrok, ki je šel tisto nedeljo k birmi. Zvrstile so se številne cerkvice in znamenja. Na Zavrhu je naša pot zakrožila nazaj proti jezeru in poiskali smo tudi kraj, kjer naj bi stal dom Martina Krpana.

Toplo popolne je prignalo k vodi številne turiste, celo kopalce, nas pa je pričakal Tomaž z že pečenimi dobrotami na žaru in Nevio s svojo ponudbo pijač. Tone nam je pozno popoldne po računalniku predvajal posnetke z majskega pohoda in dokumentarni film o bloških navadah oziroma običajih. Dan nam je minil v hipu kakor lepe sanje.

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun Rezidence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)

Koledar prireditev v maju in juniju 2007

- V Marijini kapeli DSJ se lahko udeležite še zadnjega večera v letošnjem šolskem letu: Mirjam Bergant bo 30. 5. 2007 ob 20h vodila binškošni meditativni ples.
- [Duhovne vaje v tišini za pedagoge in ostale](#) pri Svetem Duhu nad Škofjo Loko od 17. julija zvečer do 22. julija 2007 po kosilu. Naslov: Božja Beseda je živa! Vodijo: p. Viljem Lovše, s. Meta Potočnik in sodelavci. Prijave sprejema: s. Meta Potočnik, meta.potocnik@rkc.si; Sv. Duh 244, 4220 Škofja Loka, tel. 04/515-16-29.
- **Povabilo na pohod po E7** od četrтка do vključno nedelje, **2. 8. do 5. 8.** - Ker smo že skoraj končali pešačenje po E6 od severa na jug Slovenije, načrtujemo za prvi konec tedna v avgustu pohod po E7 - od zahoda na vzhod države. Začeli ga bomo pri Robiču nad Kobaridom (na meji z Italijo) in končali po dogovoru ali v Stržišču ali v Bohinju: **1. dan:** Robič-Kobarid-Vrsno pri Kobaridu (4 ure hoje, prenočišče v penzionu v Vrsnem), **2. dan:** Vrsno-Planina Kuhinja-Tolmin (6 ur hoje, prenočišče v penzionu v Tolminu), **3. dan:** Tolmin-Tolminske Ravne-Planina Razor (4 ure, prenočišče v planinski koči), **4. dan:** Planina Razor - sestop (na primorsko stran v Stržišče ali bohinjsko stran prek Vogla). Prijave sprejema **Marjana Kos** po **gsm 031-344-808**.

VABILO

NA POHOD K SVETEMU PRIMOŽU NAD KAMNIKOM V NEDELJO, 17. JUNIJA

ODHOD: OB 9.00 IZ PRED DUHOVNEGA SREDIŠČA SV. JOŽEFA ALI OB 9.30 IZ STAHOVICE

Pohod bomo združili z zahvalno sv. mašo za vse, ki jo bo daroval p. Silvo Šinkovec.

Po zaključku se bomo povесelili ob **divjačinskem golažu z brusnicami in dobri pijači** ter skupaj preživeli še nekaj prostih uric.

Ljubitelji umetnosti si boste lahko ogledali čudovite freske, ki krasijo to cerkev. Vabljeni tudi otroci!

Zaradi ustreznih priprav je potrebna predhodna prijava po tel. 041 664 842 (Helena) ali e-pošti: helena.rescic@kks-kamik.si.

ODMEVI:

Duhovna obnova za razvezane

Sv. Duh nad Škofjo Loko, 13.-15. 4. 2007

'Tvoja beseda mi je v radost in veselje srca' (Jer 15,16)

Zapisała: Romana Langus

Do zadnjega trenutka sem premišljevala, ali naj se sploh prijavim na duhovno obnovo. Od tako kratkega časa - dober dan in pol - nisem prav veliko pričakovala. Poleg tega se skoraj vedno, ko kaj načrtuješ, pojavijo dodatne težave: zamenjati je treba konec tedna, ko gresta otroka k očetu, otroka ravno takrat nujno potrebujeta pomoč pri učenju, stanovanje je spet v neredu ... Spraševala sem se, ali je prav, da grem od doma prav v tem trenutku. Izkazalo se je, da je bil to najbolj pravi čas.

Na sončno petkovo popoldne sva se s sestro odpravili proti Škofji Loki. Imeli sva težave, kako brez iskanja in ovinkov priti do cilja. Na koncu sva le pravočasno prispeli do uršulinskega samostana pri Sv. Duhu. Ko sva se skozi ozka vhodna vrata pripeljali na samostansko dvorišče, naju je takoj zajelo posebno vzdušje: toplo in sončno pozno popoldne, urejen vrt z rožami, grmički, potkami in živo mejo, vse je poskrbelo za

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun Rezidence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)

poseben čar. Zaradi občutka miru in urejenosti ter prisrčnosti samostanske sestre, ki nas je pozdravila, sem se takoj počutila zelo domače.

Poleg samostana stojita ob prostranem vrtu še dve stavbi: prva je dom sv. Uršule, kjer smo prebivali in jedli, v zunanji kapeli imeli mašo, v notranji pa molitev. Druga je dom sv. Angele, kjer smo imeli skupinska srečanja. Po namestitvi v sobe smo se odpravili v jedilnico na večerjo. Počutila sem se kakor na počitnicah: večerja na mizi, nekdo je vse pospravil in še pomil bo za mano.

P. Vili nam je na večernem srečanju naložil (kar sem tudi pričakovala), naj duhovne vaje potekajo v tišini - glavna akterja naj bi bila Sv. Duh in naše srce. Predstavili smo se in prebrali svetopisemska besedila s hrbtnih strani izbranih slik. Takoj ko sem zagledala slike, sem vedela, katera me je nagovorila. Bil je Mojzes ob gorečem grmu in besedilo: 'Sezuj si sandale z nog, kajti kraj, kjer stojiš, je sveta zemlja!' Na koncu nam je p. Vili razdelil gradivo, ki je poleg uvoda in nekaj napotkov za poglobljeno molitev vsebovalo 13 sklopov molitev na neko temo. Pri vsaki je bil naveden odlomek iz Svetega pisma, ki nam je bil v pomoč, da smo lažje razumeli, kaj nam je želel Bog osebno povedati. Čeprav so listi tako ponujali 65 različnih molitev, je priporočil, da v soboto premišljujemo le štiri od njih, druge pa so nam ostale za delo doma. Nazadnje smo se v tišini in, zanimivo, skoraj brez srečevanja, odpravili spat.

Priprava na obede in pospravljanje miz je bilo naše edino opravilo in s sestro sva se javili za pomoč pri sobotnem zajtrku. Tudi jedli smo brez besed, le p. Vili je poskrbel za prijetno glasbeno spremljavo. Hrana, ki sem jo pojedla v tišini, je bila bolj krepčilna, čeprav sem je pojedla manj. Čutila sem, kako mi daje novih moči, in bila za to hvaležna. Po zajtrku se je, vsaj zame, začelo tisto pravo delo. Odločila sem se, da se tistega, kar zadnje čase najbolj prosim Boga - za več reda v naši družini, lotim na začetku in potem pridno nadaljujem.

Po prvi molitvi mi je prišlo na misel nekaj novih spoznanj o mojem življenju in pridno sem si jih zapisala. Nato sem začutila potrebo sprehoditi se po okolici, zunaj samostanskega zavetja, med travniki in polji. Kamor koli sem se ozrla, povsod lepota in mir. Naenkrat sem spoznala, da je tisto, kar sem pravkar prebrala v vrsticah svetega pisma, čista resnica. Zavedla sem se, da me običajno življenje brez takih trenutkov oddiha onesrečuje. To občutje se je stopnjevalo skozi drugo in tretjo meditacijo. To je bil zame čas sestavljanja zmedenih misli in očiščevanja. Pred pogovorom z duhovnikom sem se posvetila še četrti temi za molitev. Moje misli so se spet umirile. Po večerji in kratkem sprehodu je končno nastopil čas za sveto mašo. Za piko na i je poskrbela molitev za ozdravitev notranjih ran v kapeli doma. Bog je v tem dnevu poskrbel, da so naša pljuča svobodneje zadihala in da je bila pred nami mirna noč.

Naslednje jutro smo spet vstali v tišini. Poskušali smo se zavedati prve misli na Boga, ki naj bi jo pripravili že prejšnji večer. Ne vem sicer, kako mi je to uspelo, ampak vstala sem res veliko lažje kakor ponavadi. Po zajtrku in času za molitev je bilo na vrsti zadnje srečanje. Vsak je povedal nekaj osebnega, lepega, pametnega, težkega ali žalostnega ... in nekaj se nas je dotaknilo. Bili smo zelo različni ljudje, nekateri smo se na začetku prav po človeško težko sprejeli, vendar zadnji dan med nami ni bilo več velikih razlik. Ne glede na naše prejšnje življenje, padce ali dosežke, zamujene priložnosti in slabe izkušnje smo čutili, da smo preprosto dragoceni in ljubljeni. Ne zaradi ljudi, ampak zaradi Boga. Sveta maša je potekala prijetno. Vrata kapele so bila odprta in poslušali smo ptičje petje. Zahvaljevali smo se za tisto, kar smo prejeli, in tudi za tisto, kar še bomo. Želim si, da bi bile vse maše v mojem življenju tako doživete. Toliko lažje je to ljubezen nato odnesti med druge ljudi. Pri kosilu smo končno lahko spet govorili. Razpoloženje je bilo veselo, moje misli pa so že poromale proti domu.

Doma sem še nekaj dni živela v privzdignjenem razpoloženju. Vseh stvari sem se lažje lotila. Nekaj odločitev z duhovnih vaj sem tudi izpeljala. V dnevni sobi sem pobrisala prah s križa, pogrnila pod njim preprogo in prinesla pručko, ki nadomešča klečalnik. Mesto še ni prav velikokrat obiskano, vendar je tam in ponuja zavetje. Televizija čez teden roma iz tega prostora in čaka na konec tedna, ko se bo spet lahko prižgala. Tako sem vsaj dve stvari v našem domu postavila na svoje mesto. Še nekaj pa jih ostaja zapisanih v mojem notesu in čakajo, da jih uresničim. Važno je, da jih spet ne pozabim.

Verjamem, da so do podobnih ali drugačnih, a zanje enako pomembnih spoznanj prišli tudi drugi udeleženci duhovnih vaj. Sveti Duh je zagotovo deloval tudi v njihovih srcih, saj smo molili drug za drugega. Upam, da jim je poslej, tako kakor meni, nekoliko lažje sprejeti teže dneva. Vem, da bodo spet prišli običajni stari dnevi,

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun Rezidence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)

ampak po vsaki takšni izkušnji mi je malce bliže misel, da je Bog z mano vsak dan. Želi, da se obračam nanj, da ga prosim za pomoč. Želi, da ozdravim. Res nam je lahko v uteho, da nam pošilja na pot duhovnike, kakršna sta p. Vili in p. Mio, in samostanske skupnosti, kakršne so sestre uršulinke, ki nam vedno znova dobrohotno odpirajo vrata in molijo za nas, ko v miru zajemamo žive vode.

Knjige za odrasle
Pripravil: J. P.

Za vas smo prebrali ...

1. DRNOVŠEK, Janez: Bistvo sveta (Mladinska knjiga, 2006)

Pomembna misel nove knjige dr. Janeza Drnovška je, da se svet ne konča pri sosedovi ograji. Prav zato je najprej izšla v nemščini. **Zavedanje in pozitivno razmišljanje vam bo vlilo moči za premagovanje vsakdanjih skrbi.** Predvsem pa vas prepričalo, da si je vredno prizadevati za boljši svet, ne glede na to, kako veliki so videti mlini na veter.

Zakaj spreminjanja sveta ne smemo končati na lastnem pragu? Zakaj prizadevanja za boljši jutri ne smemo prelagati na jutri? V svojem delovanju se politiki ne držijo božjih zakonov, prav narobe. Če bi se, ne bi sprejemali sveta, kakršen je, ne da bi ga v resnici želeli izboljšati. Sprejemajo zgolj veljavna pravila igre, da ne bi izgubili oblasti in slave, ki sta jim tako pomembni. Svet puščajo vnemar, saj so na njegovem vrhu, in ker so uspeli, ga nima smisla spreminjati.

Politične akcije za odpravo revščine v svetu so bolj kozmetični popravki kakor resni projekti in namenjeni predvsem dobro mislečemu delu javnosti kot nekakšna politična propaganda, ne pa resno reševanje problema. Pri varovanju okolja je politika najrazvitejših držav, z nekaterimi izjemami, povsem podrejena kapitalu. V spopadu interesov med kapitalom in okoljem praviloma izgublja okolje.

Prvi del knjige izhaja iz spoznanj in izkušenj, ki so še v skrajnem okviru človeku dojemljivega sveta. Drugi del pa predstavlja možno razlago vseh zemeljskih in vesoljskih dogajanj, presega človekova izkustvena spoznanja in ga lahko razumemo kot možno podlago prvemu delu knjige. Nekateri poudarki iz knjige: *Svet brez zavedanja, Duhovni propad, Samouničenje, Nasilje ne vodi nikamor ...*

2. KOJCA, Martin: Učbenik življenja (Domus, 2006)

Dr. Janez Drnovšek je za Slovenske novice izjavil:

Pravzaprav lahko rečem, če že govorim o kakršnem koli vplivu, da mi je najbolj pomagal Učbenik življenja Slovenca Martina Kojca. Moraš biti prepričan vase, moraš biti popolnoma prepričan, da boš ozdravel. Iz knjige se mi je vtisnilo v zavest branje o prasili, višji zavesti, o tem, kar je v tebi, ki ve, kaj je prav - in Kojca zares priporočam v branje. Če zdaj zares na kaj prisegam, je to, da sem razvil svoj notranji občutek; organizem mi sam sugerira, kaj je prav.

Ob takšnem priporočilu nam ne preostane drugega, kakor da posežemo po znameniti knjigi (to je zdaj že 8. izdaja!) Martina Kojca (1901-1978), ki je bila prvič objavljena leta 1935. Po vsem svetu je bilo doslej kar 55 izdaj te znamenite knjige o moči pozitivnega odnosa do sveta, pred kratkim celo v japonščini. Avtor je bil prepričan, da ga bodo zares brali in razumeli šele v novem tisočletju, in to se je tudi zgodilo: 70 let po izidu je več kakor dobrodošla njegova optimistična drža.

Mnogi pravijo, da je bil Kojc prerok, njegove ideje o življenju so bile korak pred njegovim časom. Razvil je svojo terapevtsko metodo, s katero je v posvetovalnicah doma in na tujem ter na mnogih predavanjih dosegel vsesplošne uspehe in priznanja. Martin Kojc je bil prepričan, da človeka doleti sreča šele, ko je ne pričakuje in ne zahteva - če je preprost in nezahteven, se mu mnogokrat uresniči, česar ni pričakoval.

Človekove misli so zelo pomembne, zato naj bodo pozitivne; misli so velikanska ustvarjalna sila in njihova moč je neslutena.

Iz vsebine:

*Praktični nasveti, kako doseči notranje ravnovesje in notranji mir (ki sta potrebna za duhovni prepoved).
Preproste življenjske resnice, ki vlivajo novih moči.*

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun Rezidence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)

*Če hočemo bolje živeti, moramo poiskati boljše poti in po njih hoditi.
Želje se nam lahko uresničijo, če vanje resnično verjamemo in če zaupamo v dogajanje okrog nas.
Vse v življenju ima svoj smisel in smoter.*

Oglasi, obvestila

- Naslednje **srečanje skupine** bo v ponedeljek, **28. maja**. Gostja srečanja bo **dr. Darja Škraba Krmelj**, ki nam bo spregovorila o partnerstvu, ki mine, in starševstvu, ki ostane.
- Srečanja skupine SRCE v tem šolskem letu bodo še: **18. junija, 23. julija in 27. avgusta 2007**.
- **Sam, sama z otroki: od 25. do 27. maja in od 14. do 16. septembra 2007** v Domu duhovnosti, **Benedikt, Kančevci 38, 9026 Križevci** v Prekmurju, tel. 02 554 11 38; gsm: 041 705 042, e-pošta: dom.duhovnosti.kancevci@rkc.si. Dvodnevno srečanje za razvezane in/ali ovdovele starše, ki so zaradi spleta življenjskih okoliščin ostali sami za skrb in vzgojo svojih otrok. Spoznali se bomo, se družili in med seboj podelili izkušnje. Poskrbeli bomo za sprostitev telesa (telovadba, relaksacija) in duha (skupinski in individualni pogovori ter svetovanje). Za otroke bo potekal vzporedni program. Informacije in prijave: dva tedna pred začetkom - v Domu duhovnosti ali pri voditeljici: **mag. Dušica Grgič, univ. dipl. psih., gsm: 051 244 893**.

Skupina SRCE vabi vse člane in simpatizerje **na posvet** z naslovom

POT SRCA

ki bo potekal v **soboto, 26. maja 2007, od 9. do 13. ure** v Duhovnem središču sv. Jožefa. Poleg zaključnih nalog 1. tečaja za animatorje bomo načrtali smernice za nadaljnje delo.

PRISRČNO VABLJENI!

* * *

- **Vsa glasila skupine SRCE so na voljo na spletni strani jezuitov: <http://jezuiti.rkc.si/?q=node/view/40>**. Tudi sicer ste vabljeni, da obiščete to stran, saj so na njej sveži podatki o dogodkih, duhovnih vajah ...
- Vsi bralci glasila SRCE ste nagovorjeni, da ga popestrite in obogatite s svojim prispevkom. Pošljite ga po e-pošti: helena.rescic@kks-kamnik.si, ali na naslov: Helena Reščič, Ljubljanska 21e, 1241 Kamnik.

Prostovoljne prispevke lahko nakažete na transakcijski račun Rezidence sv. Jožefa, št. 02014-0253671357, s pripisom: za skupino SRCE (darovi za Duhovno središče, Nova Ljubljanska banka, d. d., podružnica Moste)