RAŻAN

EWWEL ĦADD TAR-RANDAN

yahad.mt

RAŻAN

L-EWWEL ĦADD TAR-RANDAN

DWAR DIN IL-LAQGĦA

Din il-laqgħa titkellem dwar ir-rażan. Is-soċjetà tagħna għandha t-tendenza li tgħix f'eċċess, u għalhekk din il-laqgħa għandha l-għan li tgħallem liż-żgħażagħ dwar din il-virtù, u tgħinhom jipprattikawha f'ħajjithom.

GĦANIJIET

- Li ż-żgħażagħ jitgħallmu t-tifsira tat-temperanza u r-rażan.
- Biex iħeġġeġ liż-żgħażagħ jipprattikaw ir-rażan f'ħajjithom.

RIŻORSI MEĦTIEĠA

- Jenga (mhux obbligatorju)

SKRITTURA

- Luqa 4:1-4

RAŻAN

Ħarsa fil-qosor għat-tim

- Merħba u Talba
- Logħba (Jenga)
- Tagħlim
- Diskussjoni (*Speed dating*)
- Diskussjoni finali (*Traffic Lights*)
- Għeluq u Talba

ARA

Merħba u Talba (5 min)

Logħba (15 min)
Jenga hija logħba tajba biex tibda din il-laqgħa biha. Jekk issib sett ta' Giant Jenga, għandha ħabta tintgħoġob sew!

Mid-Dinja Tagħna
Fit-2 ta' Marzu 2020, Miriam Pace inħarġet minn taħt ir-radam ta' darha stess. Dak li suppost kien post ta' sikurezza u kumdità spiċċa sar qabar. Għad hemm bosta proċedimenti l-qorti biex jiddeterminaw il-ħtija tan-nies involuti. Iżda li huwa ċert huwa li Miriam kienet vittma tal-inġustizzja.

QIS

Tagħlim (15 min)

Vidjow: *Is Self-Control a Virtue*? https://youtu.be/ByDqzk41t_0

Ir-rażan huwa wieħed mill-erba' virtujiet kardinali

- It-3 l-oħra: Il-prudenza, il-ġustizzja, il-qawwa.
- Eżistew qabel Ġesù – filosfi Griegi tal-qedem irrikonoxxew li hemm 4 virtujiet kardinali .
- Hemm ukoll il-virtujiet teoloġiċi tal-fidi, it-tama u l-karità.

It-temperanza (rażan, qies) hi dik il-virtù morali li biha nrażżnu l-ġibda għall-pjaċiri u tagħtina li nużaw bil-qies il-ġid tal-art. Tiżgura setgħa lir-rieda fuq l-istinti u żżomm ix-xewqat tagħna li ma jmorrux 'l hemm minn dak li hu onest u sewwa.[1]

Ir-rażan hu virtù għax imġieba eċċessiva turi li hija forza distruttiva fl-oqsma kollha tal-ħajja. Xi ħadd li huwa eċċessiv jabbanduna lilu nnifsu għall-impulsi tiegħu, jweġġa' lil ħaddieħor bix-xewqat eċċessivi tiegħu, u jagħmel ħsara lilu nnifsu.[2]

- Ir-rażan bżonnjuż għall-affarijiet tajbin tad-dinja, bħall-ikel u x-xorb.
- It-temperanza hija li nirregolaw ix-xewqat tagħna bil-għaqal u li nsibu t-triq tan-nofs bejn li naqgħu għax-xewqat impulsivi u li niċħduhom.
    - Huwa faċli għalina l-bnedmin li nħallu x-xewqat jiġru bina.
    - Ix-xewqa li tiekol hija importanti - iżżommna ħajjin.
    - It-temperanza tgħinna nagħrfu x-xewqa u nieklu biss l-ammont u t-tip ta' ikel li hu it-tajjeb għalina, u mhux bil-gula.
- Peress li tikkonċerna affarijiet tajbin, hija aktar diffiċli li ssib it-triq tan-nofs, li jkollok kontroll u dixxiplina.
- Ir-rażan huwa attitudni/drawwa, xi ħaġa li nibnu maż-żmien.
- M'huwiex biss li ngħidu "le." Xi drabi huwa aktar diffiċli li tgħix b'moderazzjoni milli tipprattika l-astinenza.
    - Eżempju rigward it-teknoloġija: li nipprattikaw ir-rażan ikun ifisser li ma nużawhiex il-ħin kollu, u nużawha tajjeb.

---

[1] KKK, 1809

[2] YOUCAT, Mistoqsija 304

Fit-Testment il-Qadim t-temperanza tiġi mfaħħra ħafna drabi:
“Tħallix xewqatek jiġbduk warajhom, u rażżanhom il-ġibdiet tiegħek.“ Bin Sirak 18:30.

Fit-Testment il-Ġdid tissejjaħ ukoll “moderazzjoni” jew “ngħixu bil-qies”. “Hi trawwimna nwarrbu l-ħażen u l-ġibdiet tad-dinja, biex ngħixu bir-rażna u l-ġustizzja u t-tjieba f’dan iż-żmien," Titu 2:12

Vizzju oppost: intemperanza

- Iwassal għal dnubiet bħas-sokor, iż-żina u l-gula.

“Tgħix tajjeb ma hu xejn ħlief tħobb ’l Alla b’qalbek kollha, b’ruħek kollha u b’għemilek kollu. Għal Alla l-imħabba trid tkun sħiħa (permezz tat-temperanza), ebda ħażen ma għandu jkissirha (u din hija xhieda ta’ qawwa), u tobdi lilu biss (u din hi l-ġustizzja), u tishar biex tgħarbel kollox bil-biża’ li jeħduk għall-għarrieda l-qerq u l-gideb (u hawn hu l-għaqal).” Santu Wistin

Aktar dwar ir-rażan: https://youtu.be/9BU1zMipFcA

Storja ta’ Qaddis (5 mins)

Qabel il-laqgħa, staqsi lil ftit żgħażagħ biex jirriċerkaw u jitgħallmu dwar l-istorja ta’ Santu Wistin, billi jħarsu b’mod partikolari lejn id-differenza bejn ħajtu qabel u wara l-konverżjoni tiegħu, Stedinhom jippreparaw preżentazzjoni biex jaqsmu ma' sħabhom.

Stieden liż-żgħażagħ assenjati jaqsmu mal-grupp il-preżentazzjoni li ppreparaw.

Diskussjoni (25 min)

Speed Dating:

- Ħalli lill-parteċipanti jiffurmaw żewġ ċrieki konċentriċi.
- Kull persuna miċ-ċirku ta’ ġewwa għandha tkun imqabbla ma’ xi ħadd minn ta’ barra (f’pari), u għandhom iħarsu lejn xulxin
- Il-*leader* jistaqsi mistoqsija lill-grupp kollu u l-pari jiddiskutu t-tweġibiet tagħhom ma’ xulxin, għal ammont ta’ ħin stabbilit (pereżempju 3 minuti).
- Meta jiskadi l-ħin, il-*leader* jagħmel sinjal liż-żgħażagħ biex iduru: Dawk fiċ-ċirku ta’ barra jagħmlu pass jew tnejn lejn il-lemin sabiex jispiċċaw quddiem xi ħadd ġdid.
- Ħalli l-pari l-ġodda jiddiskutu l-istess mistoqsijiet.

Mistoqsijiet

- Fejn f’ħajjitna qed nagħmlu skużi? Fejn aħna neqsin mir-rażan?
  - Netflix/YouTube, midja soċjali, ikel, alkoħol.
  - Il-punt mhuwiex li niftgħu kollox taħt dawl ikrah imma li l-affarijiet tajbin nużawhom sew.
- Liema xewqat li huma tajbin nħarsu lejhom b’mod suspettuż?

Wara ftit rondi, stieden liż-żgħażagħ jaqsmu fil-grupp il-kbir liem kienu l-aktar tweġibiet komuni.

AGĦMEL

Staqsi liż-żgħażagħ biex jaħsbu f'sitwazzjoni waħda fejn jeħtieġ li jeżerċitaw aktar r-rażan (dan għandu jiġi b'mod naturali wara l-konversazzjonijiet li għadhom kemm kellhom). Ħeġġiġhom jimpenjaw ruħhom biex jipprattikaw it-temperanza għall-ġimgħa li ġejja. Iż-żgħażagħ jistgħu jiftehmu bejniethom biex iżommu lil xulxin responsabbli (*accountable)* matul il-ġimgħa.

Idea oħra hi li jaħsbu fi strateġija għal meta jħossu li jixtiequ xi ħaġa tajba imma jridu jużawha ħażin. Tista' tgħin liż-żgħażagħ biex joħorġu bl-istrateġija tagħhom stess jew aqsam magħhom is-sistema sempliċi tad-dwal tat-traffiku.

ARA: Semmi x-xewqa u agħraf kif qed tħossok.
QIS: X'inhu tajjeb jew ħażin f'din is-sitwazzjoni?
X'nista' nagħmel biex inkun moderat?
AGĦMEL: Ħu azzjoni.
Meta tħossha diffiċli wisq li 'tagħmel it-tajjeb,' itlob l-għajnuna t'Alla:
"Mulej, għandi bżonnok tgħinni hawn. Għallimni nrażżan."

B'affarijiet bħal li tqatta' wisq ħin fuq TikTok jew tara Netflix, tista' tgħin liż-żgħażagħ biex joħorġu b'soluzzjonijiet prattiċi bħall-issettjar ta' app timers fuq il-mowbajls tagħhom.

Talba tal-Għeluq (2 minuti)

Riflessjoni mir-Riżorsi tar-Randan YAHAD

Fis-soċjetà tagħna, huwa aktar faċli tgħid "daqshekk biss?" minflok "grazzi". Imma fl-evanġelju tal-lum, Ġesù jgħid le għal aktar prestiġju, poter u affarijiet materjali, u b'hekk jistedinna niskopru mill-ġdid il-valuri tas-sempliċità, is-sagrifiċċju u s-sobrjetà.

Mifhuma sew, it-temperanza u s-sagrifiċċju ma għandhomx jiġu meqjusa jew assoċjati ma' forma ta' ċaħda li hija għan fiha nfisha. Fil-fatt, it-temperanza, id-distakkament, u s-sagrifiċċju huma valuri kontrokulturali li, meta mifhuma kif suppost, imexxuna fid-direzzjoni tal-ferħ, aktar libertà u kura ta' ħaddieħor fuq livell personali u komunitarju. Meta nagħmlu distinzjoni bejn dak li rridu u dak li neħtieġu, nistgħu negħlbu dik ir-regħba bla tarf u "l-idolatrija tal-flus", li twassal għad-diżintegrazzjoni tat-tessut soċjali u li tħalli għadd bla tarf ta' vittmi.

Bħala Nsara, irridu nkunu fuq quddiem biex nilqgħu l-istedina li nirrispettaw dawn il-limiti li huma imposti mill-imħabba tagħna lejn ħaddieħor u lejn id-dar komuni tagħna. Meta niċħdu l-kilba li dejjem ikollna aktar u li nkunu aktar, aħna ggwidati mit-tama li persuna waħda li tgħix bit-temperanza tagħti eżempju tajjeb. Komunità li tgħix bit-temperanza tirrappreżenta forza politika li tista' tibdel is-soċjetà għall-aħjar.