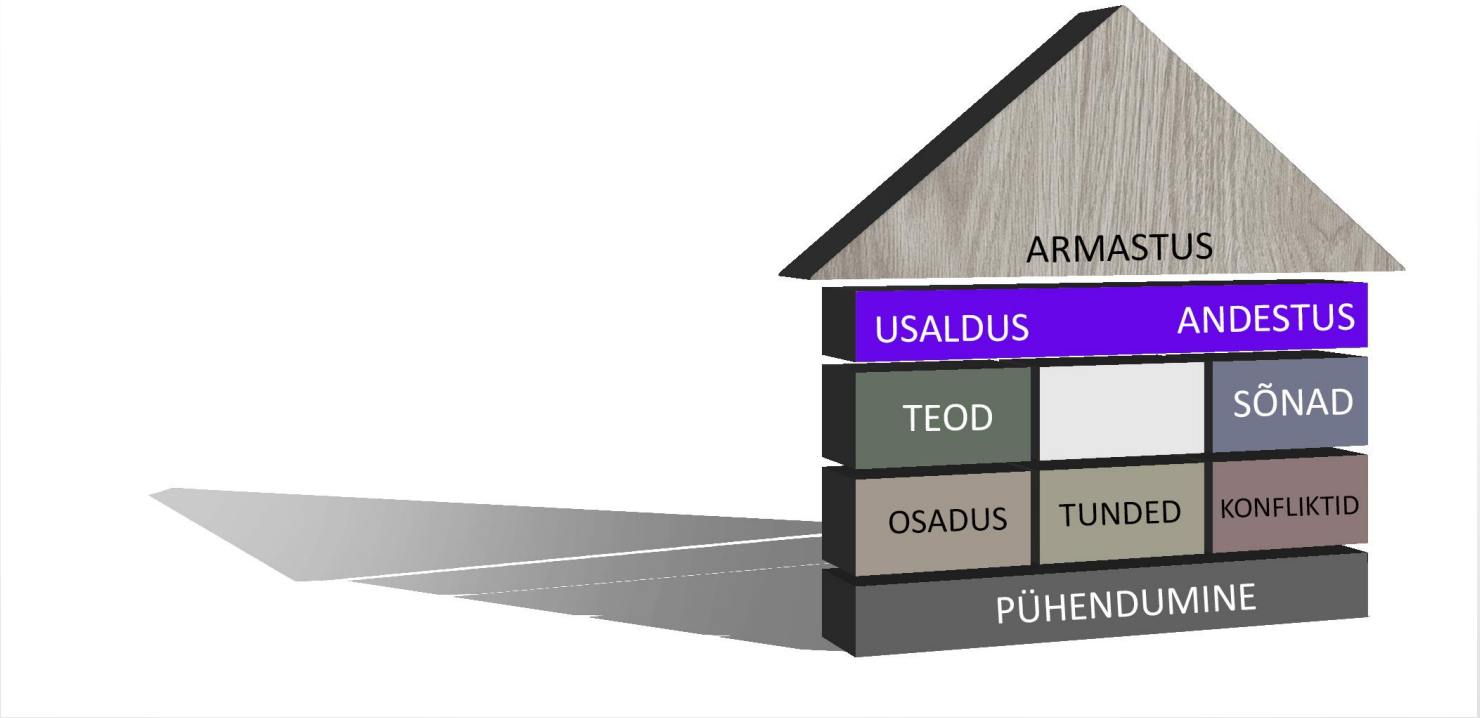
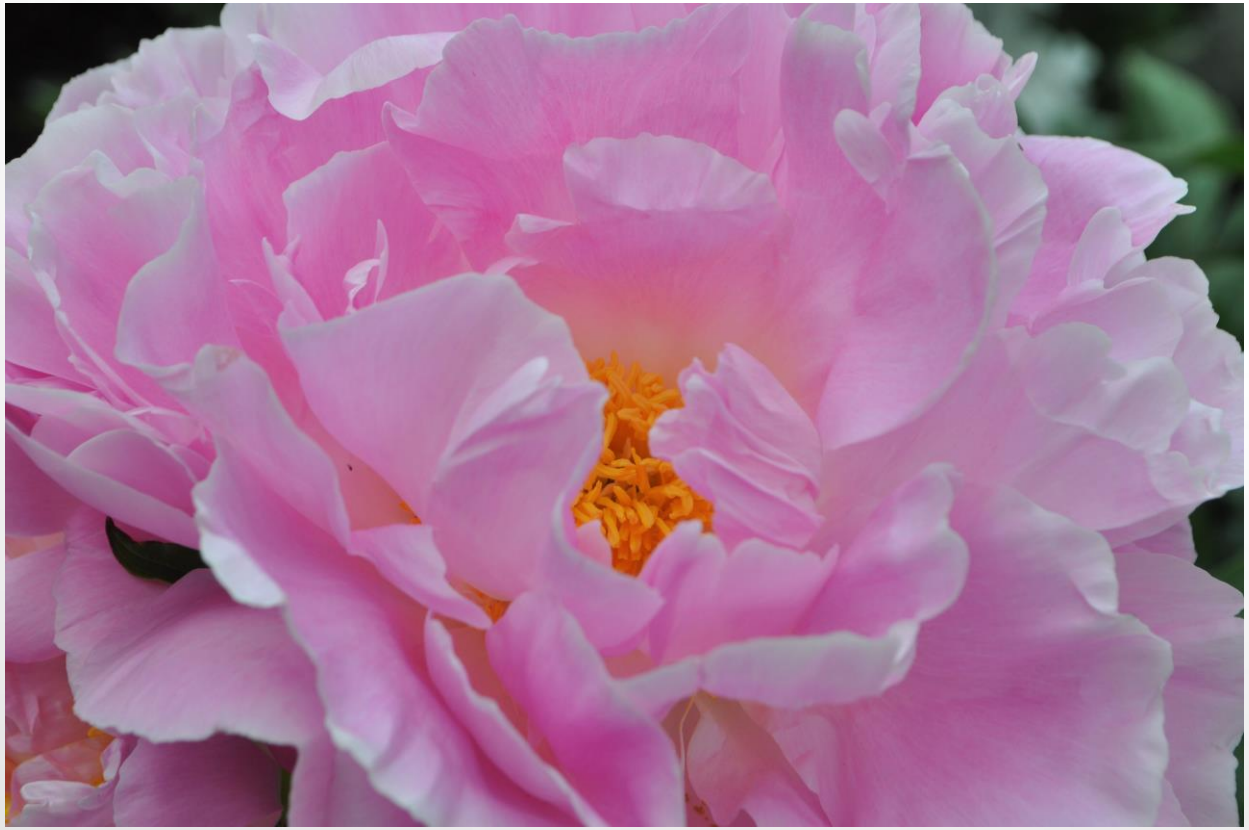
Usaldus ja andestus



Meenuta … millised sõnad seostuvad sõnapaariga ‘usaldus ja andestus’?



Värv – violett

- Süvenemine
- Kahetsus ja meeleparandus
- Muutus

Usaldus

- Mis on usalduse alus? Kõik senine on aluseks, et luua usaldust. Usaldus sünnib sõnade ja tegude ühtsuses. Inimene on ekslik, patune.
- Usaldus ristivanema, ristilapse, pere ning koguduse vahel ja Jumalaga on väärtus!
- Usaldus ja andestamine on seotud. Kui suudan andestada, siis saan taastada ka usalduse.

Kogemuste jagamine

- Meenuta mõnda lugu, kui oled usaldanud. Mis aitas usaldada?
- Meenuta mõnda juhtumit oma elus, kui Sind usaldati. Mis Sa arvad, miks Sind usaldati?
- Jagage lugusid paarilisega!

Kogemuste jagamine

- Meenuta mõnda lugu, kui Sa ei ole saanud usaldada. Mis takistas usaldamist?
- Meenuta mõnda juhtumit, kui Sind ei usaldatud. Mis Sa arvad, miks Sind ei usaldatud?
- Jagage lugusid paarilisega!

Mis kasvatab usaldust?
Rühmatöö:

Usaldus – ristivanem ja ristilaps

- Ristivanema ja ristilapse vaheline suhe peab olema usaldusväärne.
- **Sõnade ja tegude kooskõla.** Tee, mida oled lubanud/pea antud lubadusi.
- Ole lapse jaoks olemas! Ole turvaline täiskasvanu, kellega saab ka kriiside (lahutus, surm perekonnas) ajal rääkida. Anna sellest lapsele teada.
- **Usaldusväärsus ja usaldus = turvalisus**

Usaldus – ristivanem, pere ja kogudus

- Usaldus oluline ka ristivanema ja pere vahel. Ristivanem räägib perele, mida on tehtud ja millest räägiti. Lapse isiklikke asju muidugi ei räägi edasi vanematele.

- Arutle: usalduslik suhe kogudusega. Mida see tähendab?

Jumala usaldamine

- Mida see tähendab?
- Usk on eelkõige Jumala täielik usaldamine, enese täielik usaldamine tema kätesse, kes nüüd on ennast ilmutanud halastava ning andeksandva Isana. (Elmar Salumaa)
- Usalduse vastand on hirm. Hirmule ei tohi võimu anda.

Andestamine

- Andestamine on emotsionaalne otsustusprotsess, mille käigus vabanetakse soovist kätte maksta ja saadakse lahti negatiivsetest tunnetest haavaja suhtes.
- Andestamine võib võtta aega ja sellega võivad kaasneda tugevad tunded.

Andestamise etapid

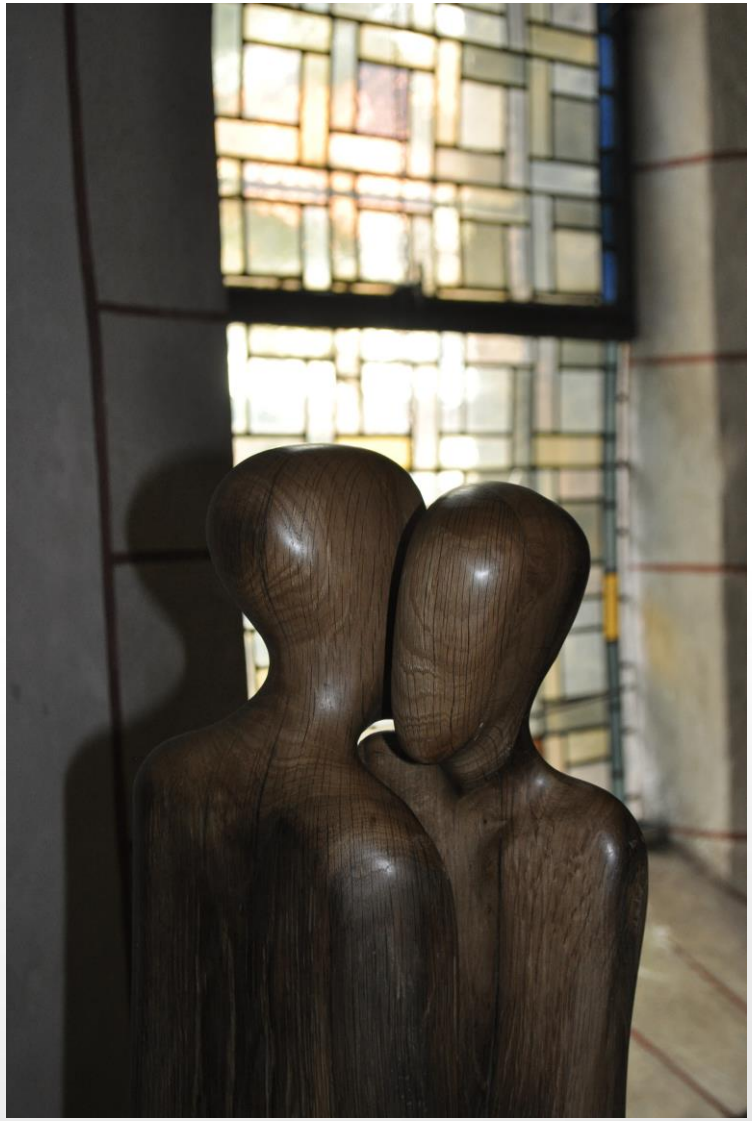
1. Mõistame ja väärtustame solvaja inimlikkust ja väärikust.
2. Laseme lahti soovist kätte maksta.
3. Tunded haavaja suhtes muutuvad sõbralikumaks.
4. Edasine suhe ja kohtumõistmine usaldatakse Jumala kätte.

Andestuse liigid

- **Tingimusteta andestamise** puhul ei esitata mingeid tingimusi ja luuakse täiesti uus suhe ühise tulevikuga.
- **Tingimuslik andestus** tähendab andestusele kindlate nõuete seadmist.
- **Skeptiline andestus** on tuleviku suhtes kahtlev, kujuneb äraootav hoiak.
- **Tõrges andestus** tähendab, et andestatakse juhul kui kahetsuse kohta on piisavalt tõendeid.
- **Ohverliku andestuse** korral antakse andeks, kuid sunnitakse taas ja taas eksimust heastama.

Andestus ja lepitus

- Andestamine on isiklik tunnetusprotsess, sisemine otsusel rajanev tervenemine.
- Lepitus tähendab suhete korraldamist konflikti teise osapoolega.
- Lepitus järgneb andestamisele, kuid andestamine ei eelda lepitust.
- Täieliku suhete taastamise juurde kuuluvad nii andestus kui ka lepitus.



Andestamatuse tagajärjed

- Kibestumise tunne, mille taga emotsionaalne haavatasaamine.
- Kibestunud inimene on enesekeskne, tundlik ja pirtsakas. Talle läheb korda iga pisiasi ja reageerib sellele enesekeskselt.
- Ei suuda olla tänulik.
- On halastamatult kriitiline, kangekaelne ja pahur. Ei ava ennast.
- Andestamatus ja kibestumine laastavad inimest sisemiselt.
- Haige vaim loob haige keha.
- Kõige sügavamaid haavu löövad lähedased.

Andestamine ja Jumal

- Meieisapalves palume “anna meile andeks meie võlad, nagu meiegi andeks anname oma võlglastele”.
- Andestamatus pärsib jumalalähedust ja Jumala usaldamise kogemust ja astub Jumala ja inimese vahele.
- See, kes ei andesta, asetab oma otsuse Jumala soovist kõrgemale.

- **Andestamine tähendab sisemist lahtilaskmist toimunust, emotsionaalset tervenemist ja Jumala usaldamist. Andestamine puudutab inimese suhet iseendaga, teiste inimestega ja Jumalaga.**

Andestamine

- Alati on võimalik uuesti alustada.
- Südamest tulev kahetsus on oluline.
- Otsi kontakti, ka kui elu/probleemid on viinud lahku.
- Andesta iseendale!
- Andestamine on usalduse allikas

Andeksandmisest

- **Inimene ja inimene**

Kui su vend patustab, siis noomi teda, ja kui ta kahetseb, anna talle andeks!
Ja kui ta ka seitse korda päevas sinu vastu patustab ja seitse korda sinu poole pöördub, öeldes: „Ma kahetsen”, andesta ikka talle!”
(Lk 17:3–4)

Andeksandmisest

- Jumal ja inimene

Kas te siis ei tea, et kes me iganes oleme Kristusesse Jeesusesse ristitud, oleme ristitud tema surmasse?
Me oleme siis koos temaga maha maetud ristimise kaudu surmasse, et otsekui Kristus on äratatud üles surnuist Isa kirkuse läbi, nõnda võime ka meie käia uues elus. (Rm 6:3–4)

Usaldus ja andestus – elu allikad

Usaldus ja andestus …

- Ristivanema ja ristilapse vaheline suhe peab olema usaldusväärne. Usaldus sünnib sõnade ja tegude ühtsuses. Tee, mida oled lubanud ja ole lapse jaoks olemas!
- Andestamine puudutab inimese suhet iseendaga, teiste inimestega ning Jumalaga ja tähendab sisemist lahtilaskmist toimunust, emotsionaalset tervenemist ja Jumala usaldamist. Täieliku suhete taastamise juurde kuuluvad nii andestus kui ka lepitus.
- Usaldus ja andestamine on seotud. Kui suudan andestada, siis saan taastada ka usalduse.

Usaldus ja andestus

- Usaldus Jumala vastu on meil aga Kristuse kaudu. (2kr 3:4)
- Usk on usaldav toetumine Jumala armule, mis on avalikuks saanud Kristuse ristilöömises ja ülestõusmises, mida tõlgendatakse universaalse lepitusena, mis omakorda tunnistab Jumala õiglusest. (Elmar Salumaa)

Palve

Issand me täname Sind, et oled meile andestanud ja usaldanud meie kätte ülesande olla hoidjaiks ja kaasteelisteks meie ristilastele. Õpeta meid usaldama ja andestama üksteisele nii nagu meid usaldad ja meile andestad. Lase meil kõiges loota Sinule. Aamen.