

8 dní k navázání přátelství

s Duchem Svatým



Milí přátelé.

Jsem moc rád, že vám mohu představit a doporučit tento text, který je určen dětem a jejich rodičům. Je to určitý návrh, jak se tvůrčím způsobem připravit na Slavnost seslání Ducha Svatého a jak se pokusit „navázat přátelství s Duchem Svatým“. Protože je to pomůcka, která má být podnětem k tvůrčímu přístupu, proto k ní tak i přistupujte. Je to rozděleno do osmi dní. Je úplně na vás, jestli využijete všech osmi, nebo jen některých. Je úplně na vás, jak se toho zhostíte. Někoho by mohly překvapit „pokusy“, které jsou tam navrženy. Pokus je od slova pokusit se. A při pokusu někdy nevíme, jak to dopadne. Někdy nás pokus může utvrdit v něčem, co už víme, někdy nám může odhalit něco nového. Text navrhuje citáty z Písma svatého, modlitby, přináší svědectví několika dětí, které v zahraničí tuto brožurku použili. Nebojte se toho. Buďte svobodní, tvůrčí a odvážní. Budu moc rád, když se někdy dozvím, jak vaše pokusy dopadly. A hlavně při tom všem pamatujte, že Duch Svatý vane, kam chce, a může zavanout i tam, kde bychom to vůbec nečekali. Ať vás na této dobrodružné pouti provází.

P. Martin Hobza



Den 1. Duch Svatý se dává poznat (1/2)

Pokus: Modlitební koutek

Vysvětlení

Modlitba ve velkém otevřeném prostoru má tu výhodu, že se cítíme součástí něčeho většího, než jsme sami. Vysoké stropy a velké prostory jsou zde proto, abychom upřeli svůj zrak a mysl na Boží majestát. Když se modlíme ve veřejné budově, uvědomujeme si, že nejsme jen individuálními křesťany, ale součástí celosvětové církve.

Na druhou stranu v malém prostoru se můžeme cítit více v bezpečí nežli ve velké budově. Takové místo bývá osobnější. Může to být malý koutek, kde cítíte, že jste s Bohem sami, kde můžete být sami sebou a nepřemýšlet nad tím, co si o vás lidé budou myslet. Je to místo, kde spíš cítíte, že Bůh za vámi přichází osobně, aby měl s vámi obecenství, než abyste vy sami museli někam jít se s Ním setkat.

Můžete si udělat vlastní modlitební koutek ve svém pokoji. Kde si, až budete zkoušet různé experimenty z této brožurky, můžete uschovávat také vaše výrobky. Můžete si sestavit vlastní osobní sbírku modlitebních předmětů a připomínek.

Tato brožurka vás navede ještě kousek dále. Vytvoříte si malý modlitební koutek, kam se vejde jen pár osob, se kterými se budete moci společně modlit.

Pokus:

Váš osobní koutek může být velmi jednoduchý nebo také propracovaný, záleží jen na vás. Budete se muset zamyslet, kde si svůj modlitební koutek uděláte, z čeho si ho vyrobíte a co si do něj dáte.

- Za prvé, kde si uděláte svůj koutek? Může být v rohu vašeho pokoje, v obývacím pokoji, v kůlně či v garáži. Nebo třeba i venku. Takový koutek si můžete vytvořit třeba jen na odpoledne nebo naopak na delší dobu, záleží čistě na tom, jak máte místo.
- Asi nejjednodušším řešením je si postavit stan – klidně jen hrací rozkládací stan, pokud nějaký máte. Tady jsou nějaké další návrhy: spodní část palandy, kdy připevníte na horní část palandy nějaké prostěradlo či šátky. Nebo nábytek uspořádaný tak, aby vytvořil uzavřený prostor. Také se dá použít velká kartonová krabice od stolu.

- Zakryjte vybrané místo, abyste vytvořili zcela uzavřený prostor, pomocí prostěradel, peřin nebo dek. Na zem si dejte polštáře, kožešiny nebo sedací pytle, aby se vám dobře a pohodlně sedělo.
- Teď se rozhodněte, jak si svůj koutek ozdobíte. Lidé ve svých modlitebních koutcích mají rádi vánoční svíčky nebo malé lampionky. Samozřejmě se vyvarujte ohně. Dejte si tam různé dekorace, obrázky, koberečky, cokoliv, co z koutku udělá útulné místo, kde vám bude dobře.
- Jakmile koutek dostavíte a vyzdobíte, můžete ho začít používat jako modlitební místo. Vlezte si dovnitř, posaďte se a představte si, že tam je Bůh s vámi. Seděte tiše a přemýšlejte, jak jste v Boží přítomnosti. Můžete si s Bohem povídat nebo se modlit. Když budete chtít, mějte po ruce tužku a papír, abyste si mohli své modlitby malovat či psát. Nebo můžete zkombinovat další experimenty či modlitební aktivity.

Co si o tom mysleli?

Daniel (11) Měl jsem rád svůj modlitební kout, bylo to moje osobní místo, kde jsem se mohl modlit. Vyrobil jsem si ho z fotbalové branky, kterou jsem přikryl peřinami a dekami, na zem jsem si dal polštáře na sezení. Dal jsem si tam věci, které mi byly blízké: Bibli, globus a malý stromeček. Každý večer jsem tam šel a nahlas si předčítal žalmy nebo se modlil. Bylo to místo, kde jsem se mohl zachumlat do dek a mít se dobře. Byl to dobrý nápad.

Joss (9) Já jsem se modlila za všechny uprchlíky a další lidi, kteří jsou chudí. Ve stanu jsme měli třpytivou sklenici. Do sklenice jsme dali červené a zlaté třpytky. Sklenici jsme třásli a modlili se.

Poppy (11) Já to měla moc ráda. Připevnila jsem si deku s krásnými ornamenty jako stan. Ležela jsem tam, prohlížela si ornamenty, bylo to velmi uklidňující až uspávací.

Solomon (7) My jsme koutek udělali z žehlicího prkna, třech dřevěných židlí, dvou dek, dvou peřin a asi tak z deseti polštářů. Rád jsem tam chodil. Modlili jsme se tam za uprchlíky.

Text z Bible:

ČESKÝ EKUMENICKÝ PŘEKLAD BIBLE: 1 Král. 19:11-13

Achab oznámil Jezábele vše, co udělal Eliáš, že pobil všechny Baalovy proroky mečem. Jezábel poslala k Eliášovi posla se slovy: "Ať bohové udělají, co chtějí! Zítřka v tento čas naložím s tebou, jako ty jsi naložil s nimi!" Když to Eliáš zjistil, vstal a odešel, aby si zachránil život. Přišel do Beer-šeby v Judsku a tam zanechal svého mládence. Sám šel den cesty pouští, až přišel k jednomu trnitému keři a usedl pod ním; přál si umřít. Řekl: "Už dost, Hospodine, vezmi si můj život, vždyť nejsem lepší než moji otcové." Pak pod tím keřem ulehl a usnul. Tu se ho dotkl anděl a řekl mu: "Vstaň a jez!" Vzhlédl, a hle, v hlavách podpopelný chléb, pečený na žhavých kamenech, a láhev vody. Pojedl, napil se a opět ulehl. Hospodinův anděl se ho však dotkl podruhé a řekl: "Vstaň a jez, máš před sebou dlouhou cestu!" Vstal, pojedl, napil se a šel v síle onoho pokrmu čtyřicet dní a čtyřicet nocí až k Boží hoře Chorébu. Tam vešel do jeskyně a v ní přenocoval. Tu k němu zaznělo slovo Hospodinovo. Bůh mu řekl: "Co tu chceš, Elijáši?" Odpověděl: "Velice jsem horlil pro Hospodina, Boha zástupů, protože Izraelci opustili tvou smlouvu, tvé oltáře zbořili a tvé proroky povraždili mečem. Zbývám už jen sám, avšak i mně ukládají o život, jak by mě o něj připravili." Hospodin řekl: "Vyjdi a postav se na hoře před Hospodinem." A hle, Hospodin se tudy ubírá. Před Hospodinem veliký a silný vítr rozervávající hory a tříštící skály, ale Hospodin v tom větru nebyl. Po větru zemětřesení, ale Hospodin v tom zemětřesení nebyl. Po zemětřesení oheň, ale Hospodin ani v tom ohni nebyl. Po ohni hlas tichý, jemný. Jakmile jej Eliáš uslyšel, zavinul si tvář pláštěm, vyšel a postavil se u vchodu do jeskyně. Tu mu hlas pravil: "Co tu chceš, Elijáši?"

Rozjímání

Návrh na klidný osobní čas, po kterém následuje (může nebo nemusí) sdílení se s členy rodiny

Jak ke mně Bůh dnes „mluví“ v mém životě?

Co od Ducha Božího očekávám?

Modlitba: Věřím v Ducha Božího

Bůh je duch-Jan 4:24

Hospodina, našeho otce v nebesích, všichni známe. Modlíme se k němu slovy: "Otče náš, jenž jsi na nebesích..." Ježíše, Božího Syna, toho také známe velmi dobře. Známe jeho život a přijali jsem ho. Ale kdo Duch Boží?

Duch Boží je láska našeho Otce a jeho Syna. On je Bůh, ten pravý Bůh.

Věřit v Boha znamená věřit v Otce, Syna a Ducha Božího.

V Bohu jsou tři osoby: Otec je Bůh, Boží Syn je Bůh, Duch Boží je Bůh. To je to, čemu říkáme Nejsvětější Trojice: jeden Bůh ve třech osobách.

Duch Boží nás vede, abychom poznali Ježíše a abychom slyšeli slova našeho Otce. Připravuje naše srdce, abychom jeho slova přijímali a milovali.

**Duchu Boží uč mě
abych tě přijímal, miloval, mluvil a modlil se k Tobě.
Duchu Boží, dej mi nové srdce plné lásky pro Boha, pro
mou rodinu, pro mé kamarády a pro všechny, které je
mi zatěžko milovat.**

Experiment: Experiment se svíčkami

Vysvětlení

V životě je mnoho věcí, které potřebujeme, ale často si neuvědomujeme, k čemu jsou a jak moc jsou pro nás důležité.

Tento velmi jednoduchý experiment vám pomůže pochopit, jaký význam má ona neviditelná přítomnost Ducha Svatého, Ducha Lásky, v našich životech a na celém světě.

Pokus

Pro tento experiment budete potřebovat čistou sklenici od marmelády s víčkem a malou svíčku (nejlépe malou placatou svíčku). Samozřejmě nesmíte zapalovat svíčky bez dozoru dospělé osoby a nikdy si nehrajte s ohněm!

Tento experiment se bude konat venku, protože do modlitebního koutku si nesmíte brát oheň.

Svíčku položte na stůl, zapalte ji a přiklopte sklenicí. Pozorujte, co se stane. Proč přestane svíčka hořet?

Rozjímání

Můžeme my lidé žít bez kyslíku? Přemýšlíte někdy o vzduchu? O svém nádechu a výdechu?

Přemýšlejte chvíli o jiných věcech, které nevidíme, ale nemůžeme bez nich žít.

Můžeme žít bez lásky? Můžeme se obejít bez přírody? Můžeme žít bez krásy?

Ducha nevidíme, ale Bůh nám o Jeho přítomnosti hodně řekl.

Znovu zapalte svíčku a děkujte Bohu za všechny věci, které potřebujete, které vám dal a které ani nevidíte.

Modlete se k Bohu, aby vám během následujícího týdne pomohl zakusit přítomnost Jeho Ducha.

Po zbytek naší cesty s Duchem Božím tímto pokusem, budeme svíčku zapalovat někde blízko našeho koutku. Vždy pod dozorem rodičů.



Text z Bible:

ČESKÝ EKUMENICKÝ PŘEKLAD BIBLE: Matouš 3, 13-17

Tu přišel Ježíš z Galileje k Jordánu za Janem, aby se dal od něho pokřtít. Ale on mu bránil a říkal: "Já bych měl být pokřtěn od tebe, a ty jdeš ke mně?" Ježíš mu odpověděl: "Připusť to nyní; neboť tak je třeba, abychom naplnili všechno, co Bůh žádá." Tu mu již Jan nebránil.

Když byl Ježíš pokřtěn, hned vystoupil z vody, a hle, otevřela se nebesa a spatřil Ducha Božího, jak sestupuje jako holubice a přichází na něho. A z nebe promluvil hlas: "Toto je můj milovaný Syn, jehož jsem si vyvolil."

Modlitba: Ježíšův křest

Jan Křtitel stál ve studené vodě Jordánu a pokřtil Ježíše. Jakmile Ježíš vyšel z vody, stalo se něco úžasného.

Nebesa se otevřela a Jan viděl, jak na Ježíše sestupuje Duch Boží jako holubice.

A z nebe zazněl hlas: "Toto je Můj vyvolený Syn, v němž jsem našel zalíbení".

Duch Boží ukázal všem lidem, že Ježíš byl ten dlouho očekávaný Mesiáš.

Skrze křest, nám Duch Svatý dává Boží život a Duch svatý na nás spočívá jako krásná holubice. Přináší nám Jeho laskavost. Skrze Něj jsem dítě Boží.

**Vzdávám ti Chválu, Bože,
že mě tak miluješ
Skrz křest, jsi mi život dal
Skrz vodu, Jsi mne očišťoval
Skrze Ducha Svého
jsi mě posvětil
V církvi přivítal
Tvým dítětem jsem se na věky stal.
Díky Tobě, Bože**

Text z Bible:

ČESKÝ EKUMENICKÝ PŘEKLAD BIBLE: 1 kral 19 11-13

Když nastal den letnic, byli všichni shromážděni na jednom místě. Náhle se strhl hukot z nebe, jako když se žene prudký víchř, a naplnil celý dům, kde byli. A ukázaly se jim jakoby ohnivé jazyky, rozdělily se a na každém z nich spočinul jeden; všichni byli naplněni Duchem svatým a začali ve vytržení mluvit jinými jazyky, jak jim Duch dával promlouvat. V Jeruzalémě byli zbožní židé ze všech národů na světě, a když se ozval ten zvuk, sešlo se jich mnoho a užasli, protože každý z nich je slyšel mluvit svou vlastní řečí. Byli ohromeni a divili se: "Což nejsou všichni, kteří tu mluví, z Galileje? Jak to, že je slyšíme každý ve své rodné řeči:

Modlitba: Letnice

Všichni byli naplněni Duchem Svatým.

Ježíš vstal z mrtvých a vstoupil do nebe. Jednoho dne byli učedníci shromážděni v zamčené místnosti. Báli se o holý život. Co když je Římané nebo obyvatelé Jeruzaléma také zabijí? Nevěděli si rady, co si počít dál. Mají se rozejít a každý se vrátit domů nebo jít stavět Církev? Když v tom je náhle vyrušil velký huk. Znělo to skoro jako mocný víchř...

Co se to stalo? Co to bylo za ohnivé jazyky, které učedníkům plály nad hlavami? Všichni byli naplněni novou silou a energií. Vyšli ven, aby lidem kázali o Ježíši. Venku jim naslouchalo mnoho lidí z různých národů, ale učedníci k nim mluvili jejich vlastními jazyky, kterým lidé rozuměli! Jak úžasné! Duch Svatý, který se zjevil v ohni a větru, jim dal odvahu rozhlašovat všem lidem, že Ježíš byl vzkříšen.

Bůh nám dává Ducha Svatého, aby nám pomohl čelit situacím, kdy nás něco děsí nebo zarmucuje. Dává nám energii, abychom pracovali na dobrých věcech, abychom naplňovali své sny, pomáhali ostatním a také nám pomáhá s každodenními povinnostmi, které nejsou vždy jednoduché.

Bůh nám dává svého Ducha, abychom byli plní síly a moudrosti, jak milovat lidi, které potkáváme, jak fungovat ve škole, jak činit planetu Zemí šťastnějším místem a pomáhat chudým a nešťastným...

Experiment: Bublínková folie

Vysvětlení

Někdy může být život trochu strašidelný. Musíme přemýšlet nad těžkostmi a někdy i dělat věci, kterých se bojíme. Ježíš ale nechce, abychom se báli a je dobré, když se za své starosti a strachy budeme modlit a prosit Ježíše, aby nám pomohl.

V Bibli mnohokrát čteme, že Ježíš říkal učedníkům, ať se nebojí. V jednom příběhu Ježíš spal na lodi uprostřed veliké bouře. Učedníci se strašně báli, a tak Ježíše vzbudili. Ježíš bouři zastavil a učedníci si uvědomili, že Ježíš má moc je ochránit.

Miluji bublínkovou folii. Nejen proto, že je zábavné pukat bublinky, ale také proto, že když do ní něco zabalím, tak se mi to nerozbije.

Pokus

V tomto experimentu použijeme bublinkovou folii k modlitbě za naše starosti, které odevzdáme Bohu.

Budete potřebovat plát bublinkové folie

- Zamyslete se nad tím, čeho se bojíte, anebo vás i třeba jen znepokojuje. Vezměte si bublinkovou folii. Řekněte Bohu, čeho se bojíte a poproste ho, aby Vám pomohl. Jestli to dává smysl, poproste Boha, aby vás ochránil. Poproste Ducha Svatého, aby vám dal odvalu a našel z vaší situace východisko.
- Praskněte na folii bublinku, abyste si ukázali, jak jste svou starost odevzdali Bohu.
- Jestli máte starostí více, tak to zopakujte u každé stejně.

Co si o tom mysleli:

Alex (11) Pro mě to bylo opravdu super. Bublinková fólie je moje oblíbená. Fungovalo to skvěle. Líbilo se mi to, protože to bylo zajímavé. Když jsem praskl bublinku, cítil jsem, že jde rovnou k Bohu. Uklidnil jsem se.

Poppy (11) Uklidňovalo mě, když jsem si praskala bublinky při modlení. Moc se mi to líbilo. Bylo příjemné, když jsem praskla bublinku, že jsem cítila vypuštěný vzduch na prstech.

Joss (9) Cítila jsem se hodně blízko Bohu. Každá prasklá bublinka mě upokojovala. Pomohlo mi to se strachem.

Tobias (12) Opravdu to funguje. Přemýšlíte nad nějakou starostí, poprosíte Boha, ať vám pomůže, pak prasknete bublinku a cítíte, jak je starost pryč. Fakt to uklidňuje.

Zoe (8) Když bublinku prasknete, starost úplně nezmizí, jenom se zasune někam dál do hlavy. Uklidňovalo mě to. Jako když si v kostele zapálíte svíčku. Bylo dobré, že jsme se tiše modlili, ale zároveň to byla legrace. Praskali jsme bublinky.

**Bože jak Ty jsi velký
A jak já jsem malý
A přesto mě miluješ tou věčnou láskou
Bez tebe jsem nikdo
Vše co mám, je z Tvé milosti
Která nikdy nezaniká
Díky Bože
Žes mě učinil tak malým,
Svou sílu hledám v Tobě**

Zelený experiment

Někdy bychom si přáli, aby přání a modlitby byly splněny okamžitě a viditelným způsobem. Ale Boží čas není náš čas a jeho cesty nejsou našimi cestami.

Dnes si vypěstujeme čočku na vatě na talíři. Přitom se budeme modlit, aby Bůh zalil naše modlitby, aby byly trpělivější a abychom v nich více věřili Bohu, co vše v našich životech může dokázat. Během příštích několika dnů vždy, když budeme zrnka zalévat, si tuto modlitbu budeme opakovat.

Rozjímání

Řekněte Bohu, jak se někdy cítíte při modlitbách: třeba že jste netrpěliví, že máte pocit, že vám na modlitby neodpovídá, i že se u toho nudíte.

Zeptejte se vašich rodičů, jaké to pro ně bylo, když jim Bůh odpověděl třeba až po nějaké době. Anebo jestli jim neodpověděl na modlitby nějakým neočekávaným způsobem. A vy zase rodičům řekněte své svědectví, kdy vám Bůh odpověděl na modlitby, nebo jen vnuknul nějaké myšlenky anebo vám vložil do srdce pokoj.

Text z Bible:

ČESKÝ EKUMENICKÝ PŘEKLAD BIBLE: Jan 14.15-31

Amen, amen, pravím vám: Kdo věří ve mne, i on bude činit skutky, které já činím, a ještě větší, neboť já jdu k Otci. A začkoli budete prosit ve jménu mém, učiním to, aby byl Otec oslaven v Synu. Budete-li mne o něco prosit ve jménu mém, já to učiním. Milujete-li mne, budete zachovávat má přikázání; a já požádám Otce a on vám dá jiného Přímluvce, aby byl s vámi na věky - Ducha pravdy, kterého svět nemůže přijmout, poněvadž ho nevidí ani nezná. Vy jej znáte, neboť s vámi zůstává a ve vás bude. Nezanechám vás osiřelé, přijdu k vám.

Modlitba: Přijď Duchu Svatý a nauč nás se modlit

„...přijali jste Ducha synovství, v němžto voláme Abba, totiž Otče. A tent' Duch osvědčuje duchu našemu, že jsme synové Boží.“ Řím. 8:15-16 (bible kralická)

Jak těžké se je občas modlit ... Máme se u toho ztišit a nemyslet na nic jiného než na Ježíše. Ale to nám někdy nejde. Naštěstí je zde Duch svatý, aby nám pomohl. Nejprve se k Němu modlíme a přijímáme Ho. On přijde a naplní nás Svou láskou. A potom Ho necháme, aby se v nás modlil On! A On nás povede v lásce k Otci. Duch svatý je nám v modlitbách pomocníkem číslo jedna.

Než se začnete modlit, sed'te 5 minut v naprostém tichu a odevzdávejte tento čas Bohu. Pokud se vaše myšlenky někam rozběhnou, to nevádí.

Duch Svatý mi pomáhá v srdci jemně zpívat: „Abba Otče!“

Otče náš, jenž jsi na nebesích,
posvět' se jméno tvé.
Přijď království tvé.

Bud' vůle tvá jako v nebi, tak i na zemi.
Chléb náš vezdejší dej nám dnes.

A odpust' nám naše viny,
jako i my odpouštíme našim viníkům.
A neuved' nás v pokušení,
ale zbav nás od zlého.
Amen.

Přijď Duchu Svatý, naplň nás svými dary!

Bud' veden Duchem.

To, co nás činí šťastnými je, když následujeme Ježíše a činíme Jeho vůli. Ale jak ho můžeme následovat? Naštěstí nám to Duch svatý pomáhá pochopit a pomáhá nám být skutečně sami sebou. K tomu potřebujeme 7 darů. Můžeme je nazvat je 7 darů Ducha Svatého. Těchto sedm darů je jako sedm plachet na lodi. Každý z nich vám pomůže se posouvat kupředu, ale pozor! Nesmíte je zapomenout zvednout.



Je moje srdce opravdu otevřené? Jsou mé plachty rozvinuté? Pokud chceme, aby k nám přišel Duch Svatý, musíme být opatrní, protože On duje jako vítr!

Bible Překlad 21. století

1 Kor 2.10-12

Nám to však Bůh zjevil skrze Ducha, neboť Duch zkoumá všechny věci, i Boží hlubiny. 11Kdo z lidí rozumí člověku než jeho vlastní duch? Stejně tak Boha nezná nikdo než Boží Duch. 12My jsme však nepřijali ducha světa, ale Ducha, který je z Boha, abychom rozuměli, čím nás Bůh obdaroval.

Gal. 5:16

Říkám vám: Žijte Duchem, a nepodlehnete tělesným sklonům. Tělesné sklony míří proti Duchu a Duch proti tělu; navzájem si odporují, abyste nemohli dělat, co chcete. Když jste však vedeni Duchem, nejste pod Zákonem. Projevy tělesnosti jsou zřejmé. Patří sem smilstvo, nečistota, nestydatost, modlářství, čarování, nepřátelství, svárliivost, nevraživost, zloba, soupeřivost, roztržky, sekty, závidění, opilství, obžerství a další podobné věci. Varuji vás: jak už jsem vám říkal, ti, kdo tohle dělají, nebudou mít podíl na Božím království. Ovocem Ducha je pak láska, radost, pokoj, trpělivost, laskavost, dobrot, věrnost, mírnost a zdrženlivost. Tomu se žádný zákon nevyrovná. Ti, kdo patří Kristu Ježíši, ukřižovali svou tělesnost s jejími vášněmi a sklony. Žijeme-li Duchem, pak se Duchem také říd' me. Nebud' me ješitní, nesoupeřme spolu a nezávid' me si.

Po přečtení těchto slov z Písma vezměte pero a podtrhněte slova, která se vám líbí. Podtrhněte si slova, která vás povzbudí, abyste vytáhli své plachty do výše a byli lepšími lidmi. Potom požádejte Ducha Svatého, aby vám dal tyto plachty na každý den vašeho života.

Pak se můžete společně modlit následující modlitbu.

**Podívej se Bože,
Jsem jako plachetnice
Tlačena větrem
Všechny mé plachty jsou rozvinuté
A připravené přijmout Tvůj mocný dech
Každá z nich mi pomáhá se posouvat dál
Na rozbouřené vodě
Směrem ke klidnému přístavu
Kde na mě čekáš.**

Modlitební plakát

Vysvětlení

Máte na stěnách nebo na dveřích vaší ložnice plakáty a obrázky? To, co je na nich napsáno pravděpodobně vypovídá něco o tom, kdo jste a jaké jsou vaše zájmy. V mnoha náboženských tradicích si lidé na dveře nebo na stěny píší modlitby nebo krátká požehnání. Často žádají Boha, aby požehnal dům nebo danou místnost. Pokaždé, když do takové místnosti v domě vstoupíte, vám tyto nápisy připomínají, že se máte modlit. Neznamena to, že si napsanou modlitbu pokaždé zopakujete, pouze si ji všimnete, když jdete kolem.

V křesťanství je tradice, že se ráno a večer pomodlíte. To znamená, že celý svůj den „rámujete“ modlitbou. To vám pomůže, abyste na Boha mysleli přes celý den. Ráno Bohu můžete předložit to, co vás čeká, případně čeho se bojíte a na konci dne mu můžete poděkovat za vše, co se vám podařilo a omluvíte se za věci, které jste udělali špatně. Také předložíte Bohu věci, nad kterými jste přes den přemýšleli.

Plakát, který si v tomto experimentu vyrobíte, vám pomůže, abyste se modlili, když ráno vstanete a potom i večer, kdy už jste tak unaveni, že se vám nechce ani přemýšlet.

Pokus

Budete potřebovat papír nebo karton, výtvarnické potřeby a lepidlo

- Nejprve se zamyslete nad tím, co chcete, ať je na vašem plakátě napsáno. Můžete nakreslit loď s plachtami a na plachty namalovat dary Ducha Svatého, které ve svém životě chcete. Můžete požádat Boha, aby vám požehnal váš pokojíček, aby vám pomohl usnout atd...
- Poté vybraná slova napište. Ujistěte se, že písmena jsou dostatečně velká, abyste je mohli zdaleky přečíst, když vejдете do místnosti nebo když budete ležít na posteli. Pak ozdobte plakát barevnými pery, obrázky, samolepkami a třpytkami tak, aby se vám to líbilo.
- Společně udělejte plakát, který si můžete dát na rodinnou lednici.
- Přilepte si plakát na stěnu nad postel. Když se ráno probudíte, bude to ta první věc, co uvidíte
- Nechte to tam nejméně týden. První dva dny pokaždé, když plakát uvidíte, nahlas zopakujte zapsanou modlitbu.

Co si o tom myslíte:

Zoe (8) Vždycky jsem se bála chodit ve tmě spát, tak jsem se rozhodla udělat malý plakát nad postel. Každou noc si zopakuji modlitbu, kterou mám na plakátě. Modlitba je o tom, že se nemám bát, a to mi pomáhá usnout. Po modlitbě jsem velmi klidná a mám pokoj. Někdy ani nemusím říkat celou modlitbu, pouze vím, že je tam nade mnou, a to mi stačí.

Tara (12) Plakát mi připomene, abych se každý večer pomodlila. Plakát mám barevný, pokaždé když se na něj podívám, jsem veselejší a baví mě se modlit. Je to zábavnější než nudná prázdná slova.

Hannah (10) Plakát jsem si dala na závěs do dveří. Po čase se nám pletl do cesty, tak jsme ho sundala. Ale už jsem se modlitbu naučila nazpaměť a opakuji si ji automaticky pokaždé, když procházím dveřmi.

Grace (8) Udělala jsem dva plakáty. Na jednom jsem poprosila Boha, abych si víc věřila. A druhý, byla děkovací modlitba za paní, co vyrobila fidgetspinery. Myslím, že je důležité se modlit, protože bez Boha bychom neměli svět a modlíme, abychom Bohu poděkovali. Dám si oba plakáty nad postel. Vyberu si, kterou modlitbu budu každý večer opakovat. Když budu mít dobrou náladu, řeknu obě.



Přijď, Duchu lásky

Ezechiel 36:26

Dám vám nové srdce a do nitra vám vložím nového ducha. Vezmu vám z těla srdce z kamene a dám vám srdce z masa.

Duch Svatý, který je láskou Otce a Syna, nás učí milovat tak, jak miluje Bůh. Naše srdce jsou přitom tak malá! A stejně v nich chce Duch Svatý žít. Často si v našich srdcích může připadat utlačený. Ale to nevádí. On si je zvětší! Přeměňuje naše srdce z chudého obydlí v přepychový palác. Pro našeho nebeského krále není nic nemožné.

Miluj Boha svého a bližního svého. Toto jsou dvě nejdůležitější přikázání, která nám tady Ježíš zanechal.

Sklenice vděčnosti

Experiment

Vzdát Bohu dík je velmi důležitou částí modlitby. Bohu ale děkujeme z jiných důvodů, než z jakých děkujeme lidem. Bohu neříkáme děkuju pouze ze slušnosti. Když děkujeme Bohu, děláme dvě důležité věci.

Za prvé, soustředíme se na to, abychom byli vděční za ty věci, které nám Bůh dává. Jedno staré přísloví říká, „počítej svá pozhánání“. Je to pravda, že pokud se zaměříme na dobré věci v životě, a ne na ty špatné, budeme pravděpodobně mnohem šťastnější. Soustředěním se na dobré věci, neznamená, že ignorujeme ty špatné věci. Ale v každé špatné situaci, můžeme najít něco, za co dát Bohu chválu.

Za druhé, když Bohu děkujeme za věci, které nám dal, tak si uvědomujeme, že vše co máme, je jen díky Němu. To znamená, že Boha považujeme za tvůrce a původce všeho. Od velkého třesku až dodnes. Také si uvědomujeme, že dobré věci nejsou samozřejmé, ale že je to dar. To nám pomáhá pochopit, kým jsme – že jsme výjimeční a milovaní Bohem, ale ne víc výjimeční než ostatní.

Vzdávání díky Bohu je nedílnou součástí tradice našeho křesťanského modlitebního života. Ale po nějaké době se nám to může stát poněkud nudné a nucené. Někdy, když se modlíme a děkujeme, je už to jen taková ohraná písnička. Už se jen opakujeme, děkujeme pořád za ty samé věci.

Pokus

Budete potřebovat sklenici a nějaké barevné papíry.

- Vezměte si čistou sklenici nebo misku. Nastříhejte papíry na úzké proužky.

- Na každý proužek napište jednu věc, za kterou jste vděční a dejte ji do sklenice. Nechte si nějaké nepopsané proužky vedle sklenice. Když si vzpomenete na něco dalšího, za co jste vděční, dopíšete si to.
- Svou sklenici vděčnosti si dejte někam, kde vám bude pořád na očích. Na noční stolek, do modlitebního koutku, kamkoliv. A když se budete chtít modlit, tak si vytáhněte několik proužků ze sklenice a za ty se modlete a vzdávejte díky Bohu. To vám pomůže, abyste se nemodlili pořád jen za ty samé věci. Tak svoje modlitby obměňujte.

Co si o tom mysleli:

Alex (11) Bylo to skvělé. Tento experiment je jeden z těch nejlepších. Musel jsem se hodně zamýšlet nad různými věcmi, za které jsem vděčný.

Solomon (7) Líbilo se mi to, protože mi to pomohlo připomenout si, za co bych měla být vděčná.

Joss (9) Je to velmi užitečné. Když se nemáte dobře, tak si můžete jít vytáhnout proužky ze sklenice vděčnosti a připomene vám to, za co všechno můžete být vděční. Moc rádi jsme vymýšleli věci, za které jsme vděční. Člověk úplně zapomíná, co všechno má.

Poppy (11) Nás taky hodně bavilo psát, za co můžeme být vděční. Já jsem vděčná za kamarády a za prázdniny. Byla to zábava myslet na věci, které byste normálně považovali za samozřejmé.

Emma (11) Já jsem si svou sklenici ozdobila pestrobarevným papírem a dala si ji na okno. Když jsem tento pokus vyzkoušela, bylo mi líto lidí, kteří nemají, co mám já. Uvědomovala jsem si jak se mám, že vůbec mohu mít vodu a jídlo.

Přijď Duchu Svatosti!

Často si myslíme, že svatí nebyli normální lidé. Ale ni byli a jsou normální lidé. Nechali se vést Duchem svatým a dovolili mu, aby v nich jednal.

Každý byl jiný: muži, ženy, mladí, staří, vtipní, vážní, opatrní, příjemní, klidní, živí. Ale jednu věc měli všichni společnou. Víte co?

Hodně se modlili. Proto v nich Duch svatý jednal, proměňoval je, vedl je a dal jim část Své svatosti.

Nejbezpečnější způsob, jak se stát svatým a milovat ostatní, je následovat Ducha Svatého. Mým povoláním je být svatý (což znamená být opravdu blízko Ježíši a milovat Otce a lidi kolem nás, jako je miluje Ježíš). Když se modlím, Bůh mě posvěcuje.

Modlitební karty



Připravte si papíry ve tvaru karet. Na každou kartu nakreslete někoho, za koho se chcete modlit: může to být příbuzný, někdo ze školy, hudebky, sportovního týmu, církve, světa.... Osoby namalujte, aby se daly jednoduše poznat. Potom všechny karty zamíchejte.

Otočte každou kartu a řekněte spolu jako rodina malou modlitbu za vybranou osobu.

Například: Přijďte Duchu Síly, přijď Duchu lásky

Autoři 95 % obsahu: Miranda Threlfall-Holmes and Mina Munns (the Prayer Experiment Notebook) a Juliette Levivier (Praying with the Holy Spirit)

Koláž překladu a psaní pár odstavců: Anne-Laure Fantova

Překlad brožurky: Johanka Klusoňova

Obrazy: Markéta Nováková

Poděkování patří: Markétě Vyhnánkové, Kristině Klusoňové a Milošovi Rejchrtovi