



## Téma stretnutia: Ako môže moja viera rásť

### PRÍPRAVA

#### Ciele

1. Vymenovať základné prostriedky duchovného rastu.
2. Povzbudiť účastníkov k aktívnemu budovaniu viery.

#### Témy

Viera, duchovný rast, modlitba, Božie slovo

#### Pomôcky

1. Vytlačené kartičky pre hru *Rýchle kreslenie*, veľký papier príp. tabuľku, stopky (hodinky)
2. Biblia pre každého účastníka + pracovný list + pero



### STRETNUTIE

#### Úvodná modlitba

(dĺžka a forma závisí od skupiny)

#### Aktivita (10 min.)

Na úvod dnešného stretnutia sa môžete zabaviť pri hre *Rýchle kreslenie*. Skupinu rozdeľ na dve, príp. viac skupín. Priprav si vytlačené a nastrihané kartičky a poukladaj ich textom nadol. Zástupca prvej skupiny si potiahne kartičku a jeho úlohou bude nakresliť biblický pojem, ktorý je na kartičke. Jeho tím musí uhádnuť, o čo ide. Na všetko majú iba 1 minútu, preto musia byť veľmi rýchli. Ak uhádnu, získavajú taký počet bodov, aký je uvedený na danej kartičke. Ak neuhádnu, body sa pripíšu druhému tímu. Kreslič nesmie hovoriť, používať posunky a na papier písať slová alebo čísla.

#### Vovedenie do témy (8 min.)

Rozdaj účastníkom pracovný list. Daj im 2-3 min. na to, aby si vyplnil tabuľku (stačí ak do príslušného políčka dajú krížik alebo nejakú značku). Výsledky môžete zhrnúť pomocou jednoduchého hlasovania. Na záver sa ich opýtaj, či by vedeli doplniť ešte iné zmeny, ktoré nastali v ich viere. Nezapudni diskusiu usmerňovať, aby ste „nezablúdili“ ďaleko od hlavnej témy ☺.

Presvedčenie	Veril som tomu, keď som mal 7 rokov	Verím tomu dnes
Keď sa mi stane niečo nepríjemné (potknem sa, zraním sa...), znamená to, že Pán Boh sa na mňa hnevá a trestá ma za niečo, čo som vyparatil.		
Keď si dám pod vankúš vytrhnutý zub, ráno tam namiesto neho nájdem peniažky.		
Pán Boh vyhnal Adama a Evu z raja, pretože zjedli jablko.		
Keď vidím padať hviezdu a niečo si želim, splní sa mi to.		
Darčeky nosí Ježiško.		
Diabol je postava v čiernom odeve, s vidlami, rožkami na hlave a chvostom.		



Pán Boh je deduško, ktorý sedí kdesi v nebi na obláčiku .		
Deti nosí bocian.		

**Naše predstavy o svete, živote a viere sa menia. Ako deti sme mali detské predstavy, ale dnes sa už na veci pozeráme ináč. Naša viera sa mení, dozrieva.**

**Často sa stáva, že kresťania sa uspokojia s vierou, akú práve majú, a nesnažia sa v nej rásť. Čo nám však hovorí apoštol Pavol? Nalistujte si 1Kor 13:11 a spoločne si daný verš prečítajte. Čo je naším cieľom? Odpoveď nájdeme v Ef 4:13-14. Opäť si verše prečítajte spolu.**

**Ako dosiahnuť to, aby naša viera bola pevná a zrelá, aby sme boli dospelými vo viere? Tak ako naše telá, aj viera musí rásť. Dnes si povieme, ako zabezpečiť svojej viere pokrm, vďaka ktorému porastie.**

### Štúdium, skúmanie (20 min.)

**Povieme si o nasledovných prostriedkoch rastu: modlitba, Božie slovo, duchovná strava, svedectvo a skúšky.**

#### Modlitba

**Podľa YOUCATU je modlitba „veľkou bránou k viere“.<sup>1</sup> Keď sa modlíme, zhovárame sa s Bohom, počúvame jeho hlas, čím naša viera rastie. Pri modlitbe sa náš duch spája s Božím duchom, a tým sa posilňuje, preto potom dokáže zvládať aj nepriaznivé okolnosti života.**

Citáty o modlitbe:

- \* „Ovocím ticha je modlitba, ovocím modlitby je viera, ovocím viery je láska, ovocím lásky je služba, ovocím služby je pokoj“ (Matka Tereza).
- \* „Modliť sa neznamena počúvať seba samého, modliť sa a znamena stíšiť sa, zotrvať v tichu a čakať, kým modliaci sa nezačujú Boha“ (Søren Kierkegaard).
- \* „Modlitba nie je podľa mňa nič iné ako rozhovor s priateľom, s ktorým sme často a radi, aby sme sa s ním rozprávali, pretože nás miluje“ (Sv. Terézia z Avily).
- \* „Rob to, čo dokážeš a modli sa za to, čo nedokážeš – a Boh dá, aby si to dokázal“ (sv. Augustín).

Vyvolaj jednotlivcov, aby prečítali citáty. Možno budú poznať aj nejaké iné. Opýtaj sa ich, ktorý z nich ich najviac oslovil a prečo.

#### Božie slovo

**Apoštol Pavol hovorí: „Teda viera je z hlásania, a hlásanie z Kristovho slova“ (Rim 10,17). Naša viera sa teda zakladá a rastie z Božieho slova. Vždy, keď sa hlása Božie slovo (sv. omša, prednášky, stretko...), naša viera rastie. Čo iné nám ešte prináša čítanie Božieho slova?**

Prečítajte si postupne nasledujúce citáty a hľadajte v nich, čo vám prinesie čítanie Božieho slova.

**a) Žid 4,12** - pomôže nám rozlišovať, správne sa rozhodovať, ukáže nám pravdu

**b) Iz 30,21** – usmernenie na našej ceste

**c) Ž 119,24** – prináša potechu, posilu a nádej

**d) 2Tim 3,16-17** – pripravuje nás na kresťanský život, slúži nám na napomenutie, budovanie, výchovu (nielen našu vlastnú, ale aj iných)

<sup>1</sup> YOUCAT po slovensky, Karmelitánske nakladateľstvo, Bratislava 2011, s. 258



## Skúšky

To, že skúšky posilňujú našu vieru, môžeme vidieť na príbehu Dávida.

Prečítajme si úryvok z 1. knihy Samuelovej 17,32-37.

\* **Na základe čoho Dávid veril, že zvládne zápas s Goliášom? Už skôr mu Boh pomohol zvíťaziť nad levom a medveďom.**

Každý problém a prekážka, ktorú s Pánom prekonáme, posilnia našu vieru a dôveru v neho. Ak sa presvedčíme, že na Pána Boha sa možno spoľahnúť, pri najbližšej skúške budeme s väčšou istotou počítať s jeho pomocou.

S vierou je to ako so svalmi: keď sme v pokoji, ležíme na gauči, svaly rásť nebudú. Zväčšia sa až vtedy, keď musia prekonávať záťaž cvičenia a posilňovania. Podobne aj viera rastie vo chvíľach, keď ju musíme používať. Keď sa máme dobre a všetko vychádza podľa našich predstáv, je ľahké veriť, že Pán Boh nás miluje a postará sa o nás. Sila našej viery sa prejaví až vtedy, keď zažívame ťažkosti a trápenie. Tieto chvíle sú ako duchovná posilňovňa: keď nimi prejdeme, našej viere „narastú svaly“.

## Svedectvo

Keď zažijeme, ako Pán Boh vstúpil do nášho života a pomohol nám, môžeme o tom hovoriť iným ľuďom a posilniť ich vieru, že môžu podobný Boží zásah očakávať aj vo svojom živote. Neboj sa priateľom hovoriť o tom, ako sa Pán Boh o teba stará. Nikdy nevieš, či ich práve tvoje svedectvo nepovzbudí v tom, čo práve prežívajú.

Apôštol Pavol nás vyzýva, aby sme sa navzájom povzbudzovali: 1Sol 5,11.

## Duchovná strava

Ak budeš jesť samé sladkosti, slaninu a hamburgery, čoskoro priberieš a budeš mať zdravotné problémy. To isté platí aj o našom duchu. Ak ho nesýtime dobrou duchovnou stravou, zoslabne. Čo je tou duchovnou zdravou výživou?

Okrem modlitby a Božieho slova je to doplnková duchovná strava.

Duchovné vitamíny môžeme prijímať v podobne kresťanskej literatúry. Veľakrát venujeme čas a energiu časopisom či knihám, ktoré nám neprinesú žiadny duchovný úžitok. Namiesto toho by sme si mali čítať kvalitnú kresťanskú literatúru, ktorej je dnes naozaj dostatok. K dispozícii je aj množstvo audio a video prednášok, ktoré ťa môžu povzbudiť a dať ti novú nádej.

V neposlednom rade k duchovnej strave patrí spoločenstvo s iným veriacimi.

## Praktická aplikácia (15 min.)

Diskusia:

1. Stalo sa ti už, že ťa svedectvo iného človeka povzbudilo vo viere? Povzbudil si aj ty už niekoho?
2. Skús si spomenúť na chvíľu, keď si zažil, že Pán Boh stál pri tebe a pomohol ti. Povedz o tom ostatným členom skupiny a povzbud' ich vo viere! Začni prvý a povedz o nejakej konkrétnej situácii, v ktorej si zažil Božiu pomoc.
3. Akú kresťanskú knihu si naposledy čítal? Čo si si z nej vzal do života? Odporučil by si aj iným, aby si ju prečítali?
4. Čítaš si pravidelne Božie slovo? Spomenieš si na citát alebo príbeh, ktorý ťa povzbudil v ťažkej chvíli?
5. A čo modlitba? Ako vyzerá tvoj modlitebný život? Čo ti dáva modlitba?
6. Čo ti dáva chodenie na stretká a do spoločenstva?



Vyzi účastníkov, aby si vybral niektorý z prostriedkov duchovného rastu a praktizovali ho do budúceho stretnutia. Možno sa môžete dohodnúť, že si do budúceho stretnutia spoločne prečítate nejakú knihu alebo vypočujete prednášku.

*Poznámka pre animátora: Buď pripravený povedať niečo ku každému bodu. Ak budú účastníci nesmeli, svojím príkladom ich môžeš povzbudiť, aby sa nebáli povedať o svojej skúsenosti. Daj si však pozor na to, aby tvoje rozprávanie nebolo príliš dlhé 😊*

### **Doplnenie (dobrovoľná časť)**

Ak vám zvýši čas, prečítajte si nasledujúcu stať z knihy proroka Ezechiela, ktorá poukazuje na to, že duchovný rast sa nedeje zo dňa na deň, ale ide o postupný, dlhodobý proces. Ako ani naše telo nevyrastie za noc o 15 cm, tak aj viera potrebuje svoj čas. Túto skutočnosť treba pripomínať obzvlášť dnes, keď ľudia chcú mať všetok hneď, tu a teraz.

Prečítajte si Ez 47,1-12.

- \* **Akými štádiami prešiel Ezechiel?**
- \* **Aký dlhý bol každý úsek? 1000 lakťov (450 m); 1 lakť = 45 cm**

Na základe úryvku vysvetli účastníkom, že duchovný rast a rast vo viere si vyžaduje čas a ide o postupný proces. Ezechiel nemohol skočiť hneď do hlbokéj vody, ale prešiel postupne všetkými štádiami. Svätými sa nestávame lusknutím prsta, preto sa nemusíme trápiť a byť sklamaní zo svojich pádov. Aj deti sa učia chodiť dlhší čas.

### **Záverečná modlitba (10 min.)**

Modlite sa navzájom za seba, aby vaša viera rástla a silnela.

Stretnutie môžete ukončiť modlitbou *Pancier sv. Patrika*, ktorú nájdete v knižke YOUCAT – Modlitby pre mladých na str. 20 (vydalo Karmelitánske nakladateľstvo, Bratislava 2012).