

# Modlitba a naslouchání Bohu

## příprava na spolčo

- Přivítání:
  - Cca 15 minut
  - Krátký pokec (co jsme zažili minulý týden apod.), buchta, čaj...
- Modlitba:
  - Cca 5 minut
  - Modlitba k Duchu svatému, píseň (např. „Přijď Duchu svatý k nám“)
- Hra:
  - Cca 15 minut
  - Pantomima: začíná první člověk, který představuje nějakou věc/osobu/zvíře. Řekne co je (např. kyblík) a zaujme polohu, přidá se k němu druhý člověk, který představuje věc, která s první věcí souvisí (např. hadr) a také zaujme polohu, z níž by mělo být jasné, co představuje. Poté se stejným postupem přidá člověk třetí (např. uklízečka). V této chvíli si začínající hráč vybere jednu z věcí (chápej spoluhráčů) a s ní odchází. Zůstává jeden hráč ve své pozici a přidává se k němu další...(Hráč, který ve hře zůstává už nemusí být tou věcí, kterou představoval. Např. uklízečka se může změnit v hokejistu...záleží, co bude představovat hráč, který se k ní přidá). A tak pořád dokola. Hráči se přidávají samovolně. Na spolču může být hra tematicky zaměřená: první hráč bude představovat např. pana faráře, kostel, žaltář...
- Motivace:
  - Cca 2 minut
  - Seznámení s tématem spolča (modlitba se týká každého z nás, proč je dobré něco se o tom dozvědět...)
- Výklad tématu:
  - Cca 10-15 minut
  - Modlitba je součástí života každého křesťana. Je to rozhovor, setkání s Bohem. Stejně jako potřebujeme osobní setkání s lidmi, abychom s nimi měli pěkný vztah, tak se také potřebujeme pravidelně setkávat s Bohem.
  - Modlitba je prostředkem, který Bůh využívá k tomu, aby nás měnil a vedl k sobě. Aby nás mohl změnit, musíme mu naslouchat. Odhlédnout od sebe sama, od svých tužeb a naslouchat Božímu hlasu. Bůh k nám v modlitbě promlouvá různými způsoby. Skrze písmo – když mě nějaká myšlenka znenadání osloví, něco mi „docvakne“. Skrze naše pocity – cítíme lítost, bolest, radost, pochopení... Může v nás probouzet a inspirovat různé touhy... Modlitbou nás učí nesobecké lásce. Obětujeme svůj čas Bohu, i když z toho nemáme žádný zjevný užitek.
  - Modlitba je chvíle, kdy jsme jen já a Bůh. Nemusíme se bát odhalit své pravé já. Bůh nás přijímá, otvírá nám svou náruč a chce, abychom k němu byli upřímní. Každý vztah musí být postaven na upřímnosti... I když být upřímný bude třeba znamenat být naštvaný. Nejlepší příklady modlitby tohoto typu lze nalézt ve Starém zákoně. Job proklínal den, kdy ho Bůh stvořil, Jeremiáš obviňoval Boha, že z něj dělá hlupáka, a žalmista prosil, aby Bůh zničil jeho nepřátele. Říkali věci, jak je prožívali, věděli, jak se modlit.

- Ale jak se vlastně máme modlit? Existuje mnoho druhů modlitby. Modlitba osobní, společná, modlitba vlastními slovy, modlitba formulovaná, modlitba přímlovná, prosebná, děkující... Myslím, že je dobré, když se člověk občas modlí všemi těmito způsoby. Ve všech roste jeho vztah k Bohu jinou cestou. Ale každý by se měl modlit, tak jak mu to nejvíce vyhovuje. Tak aby při modlitbě mohl mít srdce i mysl pozvednutou k Bohu. Každý člověk je jedinečný a Bůh se s ním setkává jedinečným způsobem.
- Modlitba není jednoduchá, učíme se jí celý život. Je to záležitost vůle. Někdy při modlitbě nemusíme nic cítit, Bůh nám dokonce může připadat vzdálený. Ale právě tyto modlitby, kdy se modlím, aniž z toho „něco mám“ jsou výrazem naší víry. *„Modlitba vyprahlosti proráží nebe“* (P.Marek Orko Vácha). Taky musíme bojovat s nesoustředěností. Úryvek z knihy Davida Torkingtona: *Už svatá Terezie z Avily řekla, že nás při modlitbě bude neustále něco vyrušovat - alespoň na tomto světě. Bylo by velkou chybou považovat nesoustředěnost za znak toho, že se neumíme modlit; neboť co to znamená, když nás řekněme během půlhodiny stojedenkrát něco z modlitby vytrhlo? Znamená to, že jsme stojedenkrát překonali nesoustředěnost a opět upřeli pozornost k Bohu. Znamená to, že jsme opakovaně řekli "ne" sobě a „ano“ Bohu; stojedenkrát jsme projevíli nesobeckou lásku, která nám umožnila zemřít svému sobectví, jež ovládá i ty nejlepší z nás.“*
- Způsoby, jak se modlit, můžeme „odkoukat“ z Nového zákona od samotného Ježíše ☺ Ježíš se modlil před každým důležitým rozhodnutím, modlil se za své blízké, toužil po Otcově vůli...Stačí jen otevřít Bibli – studnu inspirace...
- **Otázky k diskuzi:**
  - Diskuze: cca 15 minut
  - Je modlitba v tvém životě důležitá? Jaký má pro tebe smysl?
  - Jakými způsoby k tobě Bůh v modlitbě promlouvá?
  - Který způsob modlitby tě oslovil?
  - Máš nějaký inspirující zážitek s modlitbou?
- **Shrnutí:**
  - Cca 5 minut
  - Shrnutí poznatků, ke kterým jsme došli v diskuzi a jejich srovnání s informacemi z výkladu.
- **Modlitba:**
  - Cca 20 minut
  - Píseň
  - Úryvek z Písma: Mt 6, 7-15 ⇒ chvílka ticha, sdílení se (co koho zaujalo)
  - Chvály, díky, prosby
  - Modlitba Otče náš