

Materiál k jednotlivým oblastiam

Rozdeľ si svoj výlet na 3 časti. Venuj sa jednotlivým častiam osobitne. Predtým, ako začnete rozoberať danú oblasť, sa pomodlite. Pri prechode na ďalšiu oblasť si stále zopakujte/podiskutujte predošlú časť. Po prejdení všetkých častí sa dohodnite na domácej úlohe. Napr. prejdite si prvých 10 žalmov a pri každom žalme uveďte, o akú oblasť ide. Je dobré, ak si ľudia v skupinke zapíšu oblasti a k nim žalmy (nemusia takto zapísať úplne všetky žalmy), aby si v nejakej situácii vedeli vybrať žalm podľa potreby. Daj tomu nejaký čas a vráť sa späť k týmto oblastiam. Prediskutujte, ako tieto oblasti ovplyvnili vzťah jednotlivcov k Biblii.

**vedz, že jeden žalm môže spadať do viacerých oblastí.*

Pred začiatkom prvej oblasti uveď ostatných do témy Žalmov. Môžeš ponúknuť vlastnú skúsenosť so Žalmami. Tiež môžeš uviesť zaujímavosti o tejto knihe – obsahuje najdlhšiu, a aj najkratšiu kapitolu Biblie; cez 400x citovaná v Novom Zákone atď. Všetky žalmy tiež majú spoločné vlastnosti, a to že:

- učia o Božom charaktere
- ponúkajú nám spôsob, ako sa modliť, ako chváliť
- vedia utešiť
- vedia povzbudiť

Prvá zastávka – Oblasť pokoja:

Žalmy, ktoré nám pomáhajú vyjadriť svoje myšlienky a pocity, a ktoré ponúkajú základ pre pevnú vieru. Pri štúdiu tejto oblasti je potrebné sústrediť sa na zahrnutie týchto bodov:

Srdce – je spojené s našimi myšlienkami a túžbami

- Mini aktivitka: hľadajte v Knihe Žalmov slovo srdce. Koľkokrát nájdete spomenuté slovo v časovom limite 1min.
- Študujte verše Ž 24:4, Ž 26:2, Ž 44:21 – 22, Ž 66:18, Ž 86:12, Ž 119:10
- Čo tieto verše hovoria o srdci človeka?

Smer, ktorým sa máme uberať – zobrazuje pohľad na svet, ktorého súčasťou je Boh. Pomôže dodať stabilitu.

- Prečítajte si Ž 114, Ž 115, Ž 116

- aké pohľady na život s Bohom ponúkli tieto žalmy? Akú stabilitu pre svoj život z nich môžeš načerpať?

Boží charakter

- Čítaj Ž 145
- vypíš Božie vlastnosti z toho žalmu.
- Vnímaš Boha tak, ako opisoval tento žalm?

Aplikácia:

Ak potrebuješ nájsť stabilitu, keď tvojou vierou otriasajú akékoľvek príčiny; Ak chceš poznať, čo presne tvoje srdce hovorí; Ak je nutné pripomenúť si, kto je Boh a aký je; Otvor si Knihu Žalmov, čítaj si žalmy, ktoré sme spoločne prechádzali.

Druhá zastávka - Oblasť nebezpečenstva:

V oblasti nebezpečenstva sa nachádzajú Žalmy, ktoré v ťažkých chvíľach pripomínajú, že aj v takých chvíľach je Boh dobrý. Tiež sa snažia ochrániť srdce pred tým, aby človek v takejto neľahkej chvíľke zhrešil tým. Povzbudzujú k tomu, aby človek vyznal všetky ťažkosti a previnenia pred Bohom. Chránia pred viacerými nebezpečenstvami ako hriech, zmätok, chaos, nadávanie, nezvládanie situácie, samota (bez Boha) atď. Pri tejto oblasti sa sústreďte na tieto body:

Ťažkosti

- Aké ťažkosti vás v živote vedú demotivovať?
- Ako by ste opísali váš týždeň?
- S akými ťažkosťami bojujete poslednú dobu a čo spôsobujú? – chaos, depresiu...
- Uviedli vás ťažké chvíle niekedy do hriechu?
- Pomohol vám Boh niekedy odolať pokušeniu hriechu? Ako konkrétne?

Hriech – človek pod tlakom ťažkostí môže spadnúť do hriechu

- Čítajte Ž 51
- Čo sa môžete naučiť zo žalmu o vyznaní hriechov?
- Čo hovorí Dávid o Bohu v tomto žalme?
- Trpí naším zhrešením len Boh, alebo trpia aj ostatní okolo nás?

Milost' – zobrazuje Božiu dobrotu, ktorú Boh ponúka počas trápenia

- Čítajte Ž 13
- Opíšte, ako sa žalmista cítil na začiatku žalmu, a ako na konci
- Povzbudzuje vás správanie žalmistu?
- Spomeňte si na ťažkú situáciu vo vašom živote, kedy ste reagovali podobne ako žalmista.

Aplikácia:

Napište vlastný žalm, kde vyznáte pred Bohom všetko, čo vás ťaží. Vyznajte mu hriech, s ktorým možno bojujete.

Vyznávaj Bohu ťažkosti a previnenia, veď Boh je dobrý. Ak nevieš ako začať, čo povedať; ak nevieš, ako sa dostať z ťažkostí; otvor si knihu Žalmov. Prejdi si tieto žalmy, ktoré ti pomôžu vyznávať, premýšľať.

Oblasť objavenia:

Tretia, a zároveň posledná oblasť sa venuje Žalmom, ktoré sa zameriavajú na oslávenie Boha chválou a poukazujú na nový pohľad človeka, ktorý sa z ťažkostí dostal cez Božiu pomoc. Pri tejto oblasti sa sústreďte na to, ako sa cítil žalmista, keď písal daný žalm.

Von z ťažkostí

- Čítajte Ž 40
- Vymenujte ťažkosti, ktorými si žalmista prešiel
- Čo sa žalmista naučil o Bohu skrze jeho trápenie?
- Čo sa žalmista naučil o sebe skrze jeho trápenie?
- Kde a ako žalmista vzdáva Bohu chválu?

Vzdávanie vďaky a chvály

- Čítajte Ž 66
- Čo vás z toho žalmu povzbudilo najviac?

Diskusia

- Aké Božie vlastnosti ste spoznal vďaka 3 oblastiam žalmov?
- Za čo ste vďační Bohu za posledný týždeň?
- Ako často Bohu vzdávate vďaku?
- Ako často Ho chválite? A akým spôsobom?
- Za čo si Boh vo vašom živote zaslúžil najväčšiu vďaku?

Môžete si tiež prečítať: Ž 30, Ž 48, Ž 111, Ž 138

Aplikácia:

Napište vlastný žalm, kde budete každý sám za seba vzdávať vďaku a chválu Bohu. Chváľte spoločne Boha za to, čo koná vo vašich životoch. Ak neviete ako začať, postupujte rovnako ako pri predošlej oblasti. Otvorte si knihu Žalmov a prejdite si žalmy, kde vzdáva žalmista vďaku a chválu Bohu.