

TÝŽDEŇ 10

ČÍTANIE A ŠTÚDIUM BIBLIE (VOLITEĽNÉ)

Úvod k rozjímaniu: Pri rozjímaní si sadni tak, že budeš mať nohy na podlahe (naše telo je spojené s dušou a táto poloha často pomáha!). Trikrát sa zhlboka nadýchni a popros Ducha Svätého, aby ti ukázal, kto je Boh vo svojom Slove. Aby som sa mohla sústrediť, nastavím si časovač. Odporúčam v rozmedzí 1-5 minút.

Rozjímanie je mostom medzi štúdiom Biblie a modlitbou; preto som si každý deň pri tomto moste písala. Ak nemáš čas, pomodli sa len pár sekúnd za seba alebo za jednu blízku osobu.

1. deň:

- Lukáš 23,18-23 - Po tom, čo si urobíš úvod k rozjímaniu, prečítaj si túto časť a predstav si ju v hlave. Keby si nатаčal film alebo písal knihu, aké detaily by tam boli? Ako by to tam voňalo? Aké emócie vidíš na Pilátovi a na ľuďoch?
- Nakoniec obráť svoju pozornosť na Ježiša. Čo robí a aké emócie prežíva? Aké je jeho srdce voči zástupu? Vlož svoju tvár a tvár tých, za ktorých sa modlíš, do davu, keď prechádzaš z času čítania Biblie do času modlitby.

2. deň:

- Premýšľaj o kontexte Ježiša, ktorý bol nespravodlivo obvinený, opustený svojimi priateľmi, brutálne zbíť a nútený chodiť nahý a krvácajúci po meste. Potom si prečítaj Jeho slová adresované ženám (Lk 23, 27-30) a polož si 4 otázky z Listu Filipanom:
- Čo je na tejto pasáži úctyhodné? Čo je na nej krásne? Čo je chvályhodné? (V liste Filipanom 4,8 je niekoľko ďalších prídavných mien, o ktorých môžeš uvažovať, ak máš čas.)
- Z tohto rozjímania si vyber jednu vec, ktorú vidíš na Ježišovi, chváľ Ho za ňu a popros Ho, aby ňou poslúžil teba a ľuďom v tvojej blízkosti.

3. deň:

- Vieme, že Ježiš je vládnci Kráľ a že sa nechal ukrižovať. V každom okamihu mohol zavolať svoju anjelskú armádu, aby ho zachránila. Čo nám teda tento obraz ukazuje o tom, čo znamená jeho Kráľovstvo? Po niekoľkominútovom rozjímaní sa modli za seba a za ľudí okolo seba, aby sa dostali pod takýto druh vlády.

4. deň:

- Priprav si túto pieseň <https://www.youtube.com/watch?v=PaU3C5a2VUY> a potom začni s rozjímaním. Pusti si pieseň (je v angličtine, ale preklad je uvedený nižšie) a nechaj pred sebou odvíjať príbeh. Uctievaj Ježiša za jeho moc nad smrťou a pri modlitbe pamätaj, že tá istá moc pôsobí aj v životoch ľudí okolo teba.

Jeho srdce bije, Jeho krv začína prúdiť
Prebúdz to, čo bolo pred chvíľou mŕtve
A Jeho srdce bije, teraz je všetko zmenené
Pretože krv, ktorá nám priniesla pokoj s Bohom
Preteká Jeho žilami
A Jeho srdce bije
Jeho srdce bije
Vdychuje, Jeho živé pľúca sa rozširujú
Ťažký vzduch, ktorý obklopuje smrť, sa opäť mení na dych
Vydychuje, je opäť slovom a telom
Baránok Boží zabíť za nás je lev pripravený revať
A Jeho srdce bije
Tak ho korunuj Pánom života
Korunuj ho Pánom lásky
Korunuj ho Pánom všetkého

TÝŽDEŇ 10

ČÍTANIE A ŠTÚDIUM BIBLIE (VOLITEĽNÉ)

Raz sa nadýchol
A smrť usmrtil
Kde je tvoj osteň, ó, hrob?
Aká veľká je tvoja porážka?
Viem, viem, že Jeho srdce bije
On vstáva, oslávený v tele
odetý v nesmrteľnosti, prvorodený z mŕtvych
Vstáva a jeho dielo je už dokonané
Tak odpočíva, keď vstáva, aby si vydobyl späť nevestu, ktorú získal
A Jeho srdce bije
tak ho korunuj Pánom života
Korunuj ho Pánom lásky
Korunuj ho Pánom všetkého
Raz sa nadýchol
A smrť usmrtil
Kde je tvoj osteň, ó, hrob?
Aká veľká je tvoja porážka?
Viem, viem, že mu bije srdce
Posledný nepriateľ, ktorého treba zničiť, je smrť
Posledný nepriateľ, ktorý má byť zničený, je smrť
On musí vládnuť, kým nezostane žiadny protivník
Posledný nepriateľ, ktorý má byť zničený, zničený, je smrť
Jeho srdce bije, už nikdy nezomrie
Viem, že smrť už nad ním nemá vládu
Tak moje srdce bije v rytme svätých
Keď hľadám semená, ktoré zasial Kráľ
aby sa vynorili zo svojich hrobov
Viem, viem,
že sa len raz nadýchol
a smrť usmrtil
Kde je tvoj osteň, ó, hrob?
Aká veľká je tvoja porážka?
Ja viem, ja viem.
Raz sa nadýchol
A usmrtil smrť
Kde je tvoj osteň, ó, hrob?
Aká veľká je tvoja porážka?
Aké veľké, aké veľké je Jeho víťazstvo
Viem, viem, že Jeho srdce bije
Jeho srdce bije
Viem, viem, že Jeho srdce bije
Jeho srdce bije

5. deň:

- Nakresli skicu alebo napíš krátku báseň (nemusí sa rýmovať!) o ženách, ktoré objavili prázdny hrob. Nejde o tvoje umelecké schopnosti (alebo ich nedostatok!), ale o uctievanie Boha novým spôsobom (zaslúži si toľko spôsobov uctievania, koľko len dokážeme nájsť!) a o prebudenie nášho mozgu, aby si všímal rôzne veci v Slove a prežíval ich novým spôsobom.

TÝŽDEŇ 10

ČÍTANIE A ŠTÚDIUM BIBLIE (VOLITEĽNÉ)

6. deň:

- Lukáš 24,39 "Dotknite sa ma a uvidíte."

Po úvode k rozjímaniu si v hlave predstav obraz Ježiša medzi jeho vystrašenými učeníkmi (v. 36-38). Potom sprav nasledujúce kroky:

Prečítaj si túto krátku vetu, pričom zakaždým zdôrazni iné slovo:

Dotknite sa ma a presvedčte sa.

Dotknite sa ma a presvedčte sa.

Dotknite sa ma a presvedčte sa.

Dotknite sa ma a presvedčte sa.

Modli sa tieto slová za seba a za svojich blízkych.

7. deň: zhrnutie/reflexia

- Napíš si zhrnutie všetkých nových vecí, ktoré si sa naučil alebo ťa oslovili pri rozjímaní tento týždeň.