



PREDSTAVENIE

Hovorí sa, že „sú to len slová“. Hoci to znie povzbudzujúco, nie je to pravda. „Len slová“ nám síce nezlomia kosti, no môžu spôsobiť zranenie, ktoré pretrvá do konca života. Slová môžu ublížiť. Slová nás môžu prenasledovať. Slová môžu zaneprázdniť našu myseľ. Slová môžu zlomiť srdce.

Táto téma sa točí okolo kľúčovej myšlienky – **slová majú moc**. Poďme spolu objaviť, ako kniha Prísloví opisuje moc slov.

BIBLICKÝ TEXT

- Príslovia 12:18

PRÍPRAVA

- Priprav si príbeh o tom, ako niekoho slová zranili tvoje city.
- Ako protiklad si priprav príbeh, kedy ti slová priniesli obrovskú radosť a povzbudenie.
- Vytlač pokyny na diskusné skupinky (alebo ich pošli vedúcim).

HLAVNÁ MYŠLIENKA

Slová majú moc zraniť alebo uzdraviť – používaj svoje slová na budovanie.

CIEĽ DISKUSIE

Premýšľajte o tom, aké slová môžu byť na budovanie ostatným – potom to hneď aplikujte v praxi.

ÚVOD K TÉME

(použi príbeh, ako ti niekoho slová ublížili)

Keď som bol mladší, bol som vedúci na letnom tábore. Táto práca bola vyčerpávajúca, vzrušujúca a... lepkavá. Z nejakého dôvodu sa v miestnosti plnej detí na každom centimetri štvorcovom vytvorí lepkavý povlak, ktorý sa dá odstrániť len dôkladným drhnutím. Vzhľadom na to, aké boli deti lepkavé, stále sme ich posielali na toalety, aby si z rúk umyli hocičo už na nich mali. Raz ráno som kráčal po tábore so štvorročným chlapcom menom Brian. Väčšinu času sme mlčky kráčali, až kým on neporušil ticho slovami: „Ujo Jack, pripomínaš mi cirkus.“ Zasmial som sa a odpovedal: „Ďakujem! Je to preto, že si myslíš, že som vtipný a zábavný?“ Rýchlo odsekol: „Nie, proste vyzeráš ako stan.“ To bolo drzé, Brian.

Tieto slová mi utkveli v pamäti. Viem, že je to hlúpe, ale ten štvorročný chlapec ma svojou malou poznámkou zranil. Hovorí sa, že „sú to len slová“. Hoci to znie povzbudzujúco, nie je to pravda. „Len slová“ nám síce nezlomí kosti, no môžu spôsobiť zranenie, ktoré pretrvá do konca života. Slová môžu ublížiť. Slová nás môžu prenasledovať. Slová sa nám môžu stále dookola opakovať v hlave. Slová nás môžu zaviesť na temné miesta. Slová môžu zmeniť smerovanie našich životov. Slová môžu zlomiť srdce. Slová majú moc.

ŠTÚDIUM

Kniha Prísloví predstavuje žáner starovekej literatúry nazývaný „literatúra múdrosti“. Obsahuje dobré rady a múdre výroky, ktorých cieľom je pomôcť ľuďom žiť lepší život. Každý takýto krátky výrok sa nazýva príslovie.

Asi ste sa aj v škole učili o prísloviach:

„Ako sa do hory volá, tak sa z hory ozýva.“

„Čo môžeš urobiť dnes, neodkladaj na zajtra.“

„Čo oko nevidí to srdce nebolí.“

„Komu sa nelení, tomu sa zelení.“

Sú to krátke výroky, ktoré majú veľký účinok.

BIBLICKÝ TEXT

„Kto bezohľadne rozpráva, akoby bodal mečom, lež jazyk múdrych prináša uzdravenie.“

Príslovia 12:18

KONTEXT

Autori Prísloví využívajú poetický jazyk, aby praktickým spôsobom obohatili naše životy. Bohatý jazyk je plný kontrastov a protikladov – hlupák verzus múdry, pracovitý verzus lenivý a zbožný verzus bezbožný. V tomto úryvku stojí proti sebe „ubližovanie“ a „uzdravovanie“. Šalamún používa obraz jazyka ako meča – slová môžu bodnúť, porezať a zraniť.

Keď čítate Príslovia ako celok, čítate poéziu. Viem, neznie to ako žiadna báseň. V slovenčine väčšina týchto prísloví stratila rýmovú schému alebo básnické prostriedky. Ale v hebrejčine – ich pôvodnom jazyku – boli poetické.

Počujem, ako hovoríš: „*Toto je kniha citátov stará tri tisíc rokov, na čo mi je dnes dobrá?*“ Máme telefóny, internet a splachovací záchod. Ako môžeme čerpať múdrosť z takého starovekého zdroja? Tieto príslovia sú navrhnuté tak, aby nám poskytli praktický filter – pre naše slová a činy. Keď čítaš literatúru múdrosti, vždy sa spýtaj sám seba: „Ako sa tento jazyk zhoduje s mojím životným štýlom? Som blázon alebo múdry?“

APLIKÁCIA

V 12. kapitole Šalamún používa kontrastný jazyk, aby poukázal na kľúčový princíp, že tvoje slová majú veľkú silu. Múdri ľudia berú svoje slová vážne, pretože slová môžu byť zbraňou alebo liekom, môžu raniť alebo uzdravovať.

Všetko, čo povieš alebo zverejníš, má obrovskú silu. Profesionálni terapeuti trávajú nespočetné hodiny počúvaním príbehov o urážlivých slovách, ktoré zmenili niečí život. Bohužiaľ, mnohí ľudia počuli slová, ktoré zraňovali ako zbrane. „*Nenávidím ťa.*“ „*Sklamal si ma.*“ „*Všetko pokazíš.*“ „*Už ťa nemilujem.*“ Slová použité ako zbrane môžu spôsobiť vážnu ujmu. Táto trauma a bolesť môže trvať naozaj dlho, niekedy je preto ťažké neskôr prijať milé slová. Zranení ľudia majú často problém uveriť, keď im niekto povie: „*Som rád, že si tu,*“ „*Si výnimočný*“ alebo dokonca „*Milujem ťa.*“

Ako môžem chrániť ľudí pred týmto druhom bolesti? Musím aktívne používať filter na svoje slová. Rovnako ako vodný filter čistí našu pitnú vodu, musíme filtrovať vety, ktoré vyslovujeme. Než niečo povieš, spýtaj sa: „Ublíži to alebo to uzdraví?“ Jedna uzdravujúca veta môže niekomu zmeniť celý deň.

„*Som rád, že si môj priateľ.*“

„*Tvoj názor je skvelý.*“

„*Si krásna.*“

„*Vážim si ťa.*“

ZÁVER

Rozhadzuj milé slová ako konfety. (*Povedz príbeh o tom, ako ti niekoho slová pomohli alebo povzbudili.*)

Hovor slová, ktoré uzdravujú. Tvoje milé slová môžu priniesť útechu tým, ktorí sú zdrvení, uzdravenie tým, ktorí trpia, a pocit hodnoty tým, ktorí sa cítia bezcennými. Matka Tereza povedala slávnu vetu: „*Milé slová môžu byť krátke, ale ich ozvena je nekonečná.*“

Tvoje slová môžu buď ublížiť, alebo uzdraviť. Uisti sa, že tvoje slová uzdravujú.

DISKUSIA

Prejdite spolu tieto otázky. Buďte úprimní. Buďte otvorení. Hovorte o ťažkých veciach.

Otázka 1: Čo najsmiešnejšie si počul z úst dieťaťa?

Otázka 2: Premýšľaj o situácii, kedy s tebou niekto láskavo hovoril. Ako ťa to ovplyvnilo?

Otázka 3: Premýšľaj o situácii, kedy s tebou niekto nehovoril láskavo. Ako ťa to ovplyvnilo?

Otázka 4: Ako je možné, že môžeme slovami neúmyselne ublížiť namiesto potešenia? Ako môžeme zabrániť takémuto neúmyselnému ublíženiu?

Otázka 5: Ako môžeme pozorne filtrovať slová, ktoré vyslovíme?

Otázka 6: Vyber si človeka, ktorému chceš zámerne hovoriť slová povzbudenia každý deň počas tohto týždňa. Ako môžeš jej alebo jemu zlepšiť deň?

*Ak máš skupinku, ktorá sa celkom dobre pozná, skús navrhnúť **aktivitu**, kde by si navzájom hovorili, čo majú na sebe radi, čo si vážia, ako by sa mohli povzbudiť.*

Výzva: Stopni sarkazmus: Keď budeš mať na jazyku vtipnú poznámku, ktorá by niekoho mohla „pichnúť“, skús ju prehltnúť a namiesto toho nepovedz nič alebo dotyčného povzbud.

PLÁN ČÍTANIA

Prečítaj si tieto texty postupne každý deň. Pri každom texte urob nasledovné kroky →

- Micheáš 6:8
- Matúš 5:44
- Rimanom 13:8
- Prvý Petrov list 4:8
- Prvý list Korinťanom 2:9
- Ján 13:34
- Prvý list Korinťanom 13:1

PÝTAJ SA Boha, aby sa s tebou spojil. V modlitbe začni tým, že spomalíš a pozveš Boha, aby bol prítomný. Začni so sústredením a otvorenosťou, aby si videl, čo má dnes Boh pre teba pripravené.

ČÍTAJ pomaly časť Písma. Všímaj si slová a frázy, ktoré ťa zaujmú, a v prípade potreby si ich prečítaj viackrát.

PREMÝŠĽAJ nad tým, čo ťa zasiahlo. Ako sa tento text osobne týka tvojho života?

ODPOVEDAJ na Písmo. Hovor priamo k Bohu o tom, čo máš na mysli a v srdci. Hľadaj spôsoby ako žiť, čo si objavil.



PREDSTAVENIE

Klamstvo je nebezpečný zvyk, ktorý môže spôsobiť v tvojom živote veľké škody. Klamstvo môže zničiť vzťahy, skomplikovať ti život a viesť ku kríze identity. Ak chceš byť priateľom, ktorému ľudia dôverujú, dobrým vzorom pre tých, ktorí k tebe vzhliadajú, a príťažlivým svedectvom o Ježišovi, musíš sa zaviazat k životu v úprimnosti.

PRÍPRAVA

- Priprav si príbeh o situácii, keď si povedal nejaké malé nevinné klamstvo.
- Vytlač pokyny na diskusné skupinky (alebo ich pošli vedúcim).

HLAVNÁ MYŠLIENKA

Úprimnosť je základom Božieho charakteru, preto by mala byť základom pre naše správanie.

CIEĽ DISKUSIE

Budeme premýšľať o tom, čo je za našimi klamstvami. Chceme žiť životy úprimnosti a čestnosti.

BIBLICKÝ TEXT

- Príslovia 12:22-23
- Ján 14:6

ÚVOD K TÉME

(povedz príbeh o tom, keď si klamal o hlúposti)

„Tú kapelu milujem!“ vstúpila som do rozhovoru, ako som si brala pizzu z krabice. Po mládeži sme sa s kamoškami nahrnuli ku stolom s pizzou a začali sme sa rozprávať o našich obľúbených pesničkách a albumoch. Niektorý spomenul skupinu, ktorú som matne poznala. Ani neviem ako, no pristihla som sa pri tom, ako vyznávam svoju lásku k ich hudbe. Musíte ale vedieť, že som od nich nikdy nepočula ani jednu pesničku. Moja túžba zapadnúť ma viedla k tomu, že som klamala. Moja kamoška sa ma s nadšením v hlase spýtala: „Oh! Aká je tvoja obľúbená pesnička?“ Zakoktala som a povedala niečo ako: „Vieš, ktorá. Tá s gitarami a tak.“

Bola som odhalená. Povedala som klamstvo. Nielenže som klamala, ale klamala som o niečom hlúpom. Keď klameš, môže byť nápomocné zistiť, čo za tým naozaj je. Moje klamstvo bolo dôkazom mojej neistoty. Chcela som zapadnúť, tak som povedala niečo nepravdivé, aby som si získala uznanie svojich priateľov. No dobehlo ma to, keď ma prichytili pri klamstve.

Ľudia majú prirodzený sklon klamať. Je to zjavné napríklad na deťoch. Tvrdia, že si upratali izbu, keď v skutočnosti len zastrčili neporiadok pod posteľ. Obviňujú svojho súrodenca z rozbitého okna, keď v skutočnosti sú vinníkmi oni sami. Tvrdia, že si urobili domáce úlohy, keď je ich zošit prázdny. Klamú, keď tvrdia Mikuláškovi, že boli poslušní. Neškodné detské lži sa dnes zdajú smiešne, ale klamstvo je nebezpečný návyk, ktorý môže v tvojom živote spôsobiť veľké škody.

ŠTÚDIUM

Keď si prečítate 12. kapitolu Knihy Prísloví, vety pôsobia chaoticky, akoby Šalamún náhodne preskakoval z jednej myšlienky na druhú. Ak by nejaký žiak odovzdal Knihu Prísloví učiteľovi ako ročníkovú prácu, pravdepodobne by dostal 5. Chýba tu hlavná myšlienka, chýba téma a chýbajú prechody. Hoci to pôsobí roztriešteným dojmom, v starovekej literatúre múdrosti je to bežné. Tieto príslovia pravdepodobne neboli napísané naraz ako esej, boli zostavené ako zbierka. Je to zbierka krátkych výrokov, ktoré hovoria o riziku zlého charakteru a odmene za dobrý charakter. Keď Šalamún porovnáva hlupákov a múdrych, uznáva spoločnú charakterovú črtu hlupákov: **klamú**.

Som si istá, že už si niekedy klamal, alebo niekto klamal teba. Väčšinou sa snažíme zľahčiť vážnosť klamstiev, voláme ich „malé neškodné klamstvá“ alebo „povedanie neúplnej pravdy.“

Avšak všetci sme zažili, že klamstvá vedú k bolesti. Možno si klamal, aby si sa dostal z problémov – alebo niekto klamal tebe, aby sa nedostal do problémov. Možno sa niekto snažil pokaziť твою reputáciu tým, že o tebe šíril klamstvá. Možno ťa už dokonca niekto nachytal v klamstve a dôvera, ktorú ste roky budovali bola razom preč. Musíme prísť na to, ako zastaviť tento kolobeh – pozrime sa na tri praktické fakty o nečestnosti.

BIBLICKÝ TEXT

„Lživé pery sa protivia Hospodinovi, lež páčia sa mu tí, čo sa verne správajú. Rozvážny človek skrýva, čo vie, no srdce bláznov vykrikuje hlúposti.“

Príslovia 12:22-23

APLIKÁCIA

1: ZISTI „PREČO“ ZA TVOJIMI KLAMSTVAMI

Často sa snažíme zamaskovať svoje klamstvá. Zavádzame, naschvál neklameme okato. „Neklamal som, len som nepovedal celú pravdu.“ Tvrdíme, že lož je pre dobro ostatných. Ty ostatní sme zvyčajne my sami.

Väčšina ľudí by sa nikdy nepriznala, že sú klamári. Môžu však hovoriť veci, ktoré nemyslia vážne. Ľudia prehánajú alebo vymýšľajú, aby vyzerali dobre. Môžu predstierať, že sú niekým, kým nie sú. Ľudia môžu hovoriť niečo ústami, zatiaľ čo vo svojom živote robia niečo iné. Hoci sa tieto príklady môžu zdať nevinné, môžu narušiť dôveru druhých.

Musíme čeliť pravde. Klamstvo môže zničiť vzťahy, skomplikovať ti život a viesť ku kríze identity. Je naozaj ťažké mať blízky a osobný vzťah s niekým, kto nedokáže povedať pravdu. Je namáhavé žiť život plný klamstiev, pretože uprostred nich sa pravda len ťažko pamätá. Nakoniec môžeme hovoriť toľko klamstiev, až sa náš život premení lož. Ani sa nenazdáš, a už nikto nebude poznať tvoje skutočné „ja“. Musí existovať lepší spôsob.

2: ÚPRIMNOSŤ JE BOŽIA IDENTITA

Zmení to celý svet, keď budeš stavať svoj život na čestnosti a integrite. Pravda nie je pre Boha „len dôležitá“. Čestnosť je Božia identita (Žalm 31:6). Ak chceme byť viac ako Ježiš, čestnosť je nevyhnutná. Ježiš sa dokonca sám označuje za pravdu (Ján 14:6). Ježiš nielen hovorí pravdu. **On JE vtelená pravda.** Čestnosť je základom Božieho charakteru, a preto má byť aj základom nášho správania.

Hovor pravdu, aj keď je to ťažké. Priznaj si svoje chyby. Buď človek, ktorému sa dá veriť. To nás privádza k tretiemu bodu.

3: PRAVDA NIE JE LEN SVÄTÁ, ALE JE AJ PROSPEŠNÁ

Pravda nie je len svätá, ale je aj prospešná. Zamyslite sa nad tým. Pravda buduje dôveru. Ak vždy hovoríte pravdu, nemusíte sa snažiť, aby vaše príbehy boli konzistentné. Ak vám niekto klame v niečom menej dôležitom, kto vám zaručí, že vás neoklame aj v niečom dôležitom? Jedna lož môže spochybniť všetky tvoje pravdy. Keď tá pristihnú pri lži, nakoniec to poškodí tvoju dôveryhodnosť. Hovorení pravdy buduje tvoju spoľahlivosť.

Čestnosť je naozaj najlepšia stratégia. Zaviaz sa k životu v čestnosti a integrite. Chceš byť priateľom, ktorému ľudia veria. Chceš byť človekom, ktorému sa budú chcieť zveriť. Chceš byť tímovým hráčom, na ktorého budú ostatní hrdí. Všetko to súvisí s úprimnosťou.

ZÁVER

Som si istá, že by ste si vedeli spomenúť na klamstvá, ktoré ste povedali – alebo dokonca práve teraz hovoríte. Nechcem vám to teraz vyčítať. Chcem vám ale ukázať, že existuje lepší spôsob. Keď budeš hovoriť pravdu, tvoje príbehy budú vždy dávať zmysel, staneš sa lepším priateľom, a budeš odrážať Boží charakter.

DISKUSIA

Prejdite spolu cez tieto otázky. Buďte úprimní. Buďte otvorení. Hovorte o ťažkých veciach.

Otázka 1: Čo je najhlúpejšie klamstvo, ktoré si kedy povedal? Prečo si to asi povedal?

Otázka 2: Ako si ľudia často ospravedlňujú klamstvo?

Otázka 3: Ako sa môže „nevinná lož“ rýchlo premeniť na niečo, čo má dopad na tvoj život a tvoje vzťahy?

Otázka 4: Prečo je pre Boha pravda taká dôležitá?

Otázka 5: Čo môžeš urobiť, ak sa nachádzaš v situácii, o ktorej si klamal?

Otázka 6: Čo môžeš urobiť pre to, aby si odteraz hovoril iba pravdu?

Výzva: Ak sa ťa niekto spýta na niečo, čo nevieš (film, hudba, téma), priznaj to. Nehraj sa na experta len preto, aby si zapadol.

PLÁN ČÍTANIA

Prečítaj si tieto texty postupne každý deň. Pri každom texte urob nasledovné →

- Prvý list Jánov 3:18
- Príslovia 10:12
- Ján 15:12
- Príslovia 1:8-9
- Prvý list Korinťanom 15:33
- Príslovia 7:1-5
- Filipanom 4:8-9

PÝTAJ SA Boha, aby sa s tebou spojil. V modlitbe začni tým, že spomalíš a pozveš Boha, aby bol prítomný. Začni so sústredením a otvorenosťou, aby si videl, čo má dnes Boh pre teba pripravené.

ČÍTAJ pomaly časť Písma. Všímaj si slová a frázy, ktoré ťa zaujmú, a v prípade potreby si ich prečítaj viackrát.

PREMÝŠLAJ nad tým, čo ťa zasiahlo. Ako sa tento text osobne týka tvojho života?

ODPOVEDAJ na Písmo. Hovor priamo k Bohu o tom, čo máš na mysli a v srdci. Hľadaj spôsoby ako žiť, čo si objavil.



PREDSTAVENIE

Klebety sú toxické. Majú silu zničiť priateľstvá, rodiny a dokonca aj cirkev. Ohováranie nám poskytuje rýchle uspokojenie našej túžby cítiť sa nadradení. Musíme sa tohto škodlivého zvyku zbaviť. Nikdy sa nepovýšite tým, že niekoho iného ponížite. Platí to aj naopak. Skutočná sila je vzdať sa ohovárania. Pozrime sa na to, prečo Boh nenávidí klebety a ako môžeme tento škodlivý zvyk zo svojho života odstrániť.

BIBLICKÝ TEXT

- Príslovia 18:8
- Príslovia 10:18
- Príslovia 6

PRÍPRAVA

- Priprav si príbeh o tom, ako si počul niekoho ohovárať.
- Rekvizita: Dones si nejaký poriadny časopis o celebritách – prečítaj niektoré slušné titulky.
- Rekvizita: Dones si nejaký divný časopis – taký, v ktorom sa píše „Mimozemšťania uniesli prezidenta.“
- Vytlač pokyny na diskusné skupinky (alebo ich pošli vedúcim).

HLAVNÁ MYŠLIENKA

Nešír klebety, šíř dobro.

CIEĽ DISKUSIE

Budeme sa rozprávať o konkrétnych spôsoboch, ako prestať s ohováraním a začať hovoriť slová, ktoré sú na budovanie.

ÚVOD K TÉME

(povedz príbeh o tom, ako si počul mládežníkov klebetiť – samozrejme, nebuď príliš konkrétny)

„Vysyp to,“ počula som, ako som po mládeži ukladala stoličky. Začalo šepkanie a smiech. Asi tam predsa bol nejaký ten „the tea“. Zdá sa, že dlhoročný pár, ktorý všetci poznali, mal nejaký problém. Hovorím dlhoročný, ale sú na druhom stupni základky, tak si to viete predstaviť – boli spolu možno tri mesiace? To bolo všetko. Ak by ste sa pýtali mňa, nebolo to až také zaujímavé. No ako vedúca mládeže som to počúvala často. Tie decká milujú klebety. Jedno takéto „tajomstvo“ môže narušiť atmosféru na celom stretnutí.

Počujeme to neustále. „Počul si o Alici?“ „Veríš tomu, čo robil Adam cez víkend?“ „Vedeli ste, že sa jej rodičia práve rozišli?“ „Elvis vlastne žije a býva na Barbadose.“ Hoci sa klebety zdajú byť hlúpe, je na nich aj niečo návykové. Dráma je doslova ako droga, ktorá uvoľňuje dopamín v našom mozgu. Je na tom niečo vzrušujúce a opojné, keď ste v obraze a viete niečo, čo by ste nemali.

REKvizita: Vyber časopis, ktorý zjavne preháňa

Ludia šalejú po tom, byť v obraze a vedieť niečo, čo by nemali. Magazíny sú postavené na tejto túžbe (prečítaj niekoľko nadpisov). Je na tom založená celá reality šou, všetky časopisy a tie YouTube kanály, ktoré naháňajú drámu. Je to návykové a tiež nebezpečné.

Podme k veci. Klebety ubližujú. Bolí to tak osobu, o ktorej je klebetené, ako aj osobu, ktorá to šíri. Keď Šalamún zapisoval svoje malé kúsky múdrosti do Prísloví, desiatky ráz spomenul klebety. Aby na túto tému dal poriadnu pečiatku, zaradil ju medzi sedem smrteľných hriechov (Príslovia 6). Prečo by Boh chcel, aby boli klebety na tom istom zozname ako vražda? Pretože klebety sú jedovaté. Majú silu zničiť priateľstvá, rodiny a dokonca aj cirkev.

ŠTÚDIUM

Počuli ste už mená ako Konfucius, Sokrates alebo Lao-c'? Všetci títo dávni spisovatelia a učitelia odovzdávali staroveké príslovia, prenášali tak praktickú múdrosť z generácie na generáciu. Stojí za to si uvedomiť, že pojem „kniha múdrych výrokov“ nie je výsadou kresťanstva či judaizmu. Nachádzame ho takmer v každej kultúre po celom svete. Je to ústredná súčasť ľudskej civilizácie. Každý chce dobrý život – a ten často začína tým, že prijímame dobré rady.

BIBLICKÝ TEXT

*„Slová klebetníka sú ako maškrtky, schádzajú až na dno žalúdka.“
Príslovia 18:8*

Existuje však jeden zásadný rozdiel v biblických prísloviach. Napísali ich ľudia inšpirovaní Bohom. Tieto krátke výroky nám ukazujú, ako vyzerá život, ktorý ctí Boha a jeden druhého. Je pre mňa zaujímavé, že kniha inšpirovaná Bohom sa tak výrazne zameriava na spôsob, akým komunikujeme s ostatnými ľuďmi. Nie je to len o teológii, ale o tom, ako byť dobrým priateľom, partnerom alebo spolužiakom. Je to preto, že ctiť Boha a ctiť ľudí sú dve strany tej istej mince. Majú rovnaký zámer. Aký? Je to múdrosť.

Šalamún znova a znova stvárňuje „múdrosť“ ako ženu. *„Múdrosť na ulici kričí, hlasne volá na námestiach, na baštách znie jej volanie a v mestských bránach prednáša reči.“ Príslovia 1:20-21* Nevieme presne, prečo ju takto opisuje, ale pomáha nám to pochopiť, že múdrosť nie je nejaký neosobný, nehmatateľný pojem. Je to vlastnosť samotného Boha, čo znamená, že je osobná aj mocná.

Presuňme sa z minulosti do prítomnosti. Ak sa pozrieme na slová múdrych, budeme vedieť rozoznať kľúčové správanie a charakterové črty, ktoré vedú k úspešnému životu, ktorý ctí Boha.

Múdrosť sa často týka toho, čo by sme mali robiť. Je múdre:

Vstávať skoro. Čítať Božie Slovo každý deň. Dávať zo seba 110 %. Investovať na burze.

Múdrosť však môže byť aj o tom, čo by sme nemali robiť.

Neklamte. Nedotýkajte sa horúcej rúry. Nesnažte sa pohladkať mačku, keď je.

Vidíme tu ústrednú tému – neubližuj ľuďom. Čo nás vedie k dnešnej téme – klebetenie.

APLIKÁCIA

Šalamún naznačuje, že klebety sú ako „maškrta“. Predstav si toto klebetenie ako príťažlivú sladkosť, ktorá je síce chutná, ale zároveň škodí tvojmu zdraviu. Ako rekvizitu ukáž bonboniéru. Predstavte si klebety ako bonboniéru, no každý kúsok je naplnený jedom. Sú príťažlivé pre oči a sladké na jazyku, ale škodlivé pre tvoje srdce. Vyzerajú úžasne, ale v skutočnosti sú deštruktívne. Prečítaj zloženie a kalórie celej bonboniéry. Zjesť celú bonboniéru by síce mohlo byť príjemné, ale ublížilo by ti to.

Sebeckto je ako sladké nugátové jadro klebiet. Kecanie o problémoch a nedostatkoch iných ľudí nám pomáha cítiť sa lepšie. Klebety sú ako rýchle riešenie našej túžby cítiť sa nadradení. Musíme sa zbaviť tohto škodlivého zvyku. Nikdy sa nepovýšiš tým, že niekoho iného ponížiš. Rozprávanie o niečích slabostiach ťa neurobí silnejším. Práve naopak. Vzdanie sa klebetenia odhaľuje silu.

„Ale ja neklebetím, ak je to pravda!“ Ľudia vypúšťajú takéto vyhlásenia, aby sa z toho vyvliekli. Klebetenie však nie je to isté ako klamstvo. Aj keď je každá veta pravdivá, stále klebetíš. Ak sa ťa to netýka, nemal by si to rozprávať. Voltaire, francúzsky spisovateľ a historik, to vysvetlil slovami: *„Všetko, čo sa hovorí, by malo byť pravda, ale nie všetko, čo je pravda, by sa malo hovoriť.“*

FILTER

Sám seba sa opýtaj tieto otázky, aby si sa chránil pred klebetením:

Prvá otázka: Týka sa ma to?

Nebezpečenstvo klebiet spočíva v tom, že sa vkladáš do situácie, ktorá sa ťa netýka. Ak to nie je o tebe, nehovor to. Jednoduché ako facka. Nehovor o niečom, čo sa ťa netýka. To ťa uchráni od pasce klebiet.

Druhá otázka: Hovoril som o tomto už s _____?

Ak niekto za tebou príde so šťavnatou drámou, bojuj s chuťou to počúvať. Počúvanie je rovnako nebezpečné ako ohováranie. Zastav drámu a opýtaj sa: „Prečo mi to hovoríš?“ Ak človek, ktorý ti to hovorí, ešte nehovoril s človekom, ktorého sa to týka, rozhovor musí okamžite skončiť. Ak sa ukáže, že klebetenie je u neho bežné, mal by si prehodnotiť, či takému človeku môžeš veriť. Ak chce niekto klebetiť s tebou, pravdepodobne bude chcieť klebetiť o tebe.

ZÁVER

Kniha Prísloví ide rovno k veci, keď hovorí: „*Kto šíri klebety, je hlupák*“ (10:18). Predsa nechceš byť blázon, však? Ohováranie niekoho neublíži len jemu, ale aj tebe. Každá maličkosť, ktorú o niekom rozprávaš, je trhlina v základoch tvojich priateľstiev. Existuje lepší spôsob života! Nešír klebety. Šír láskavosť. Nerozširuj tajomstvá. Rozširuj komplimenty. Pochváľ jej talenty. Obdivuj jeho úspechy. Oslavuj jej kreativitu. Klebety ľudí potápajú, ale láskavosť ich povznáša.

DISKUSIA

Prejdite spolu tieto otázky. Buďte úprimní. Buďte otvorení. Hovorte o ťažkých veciach.

Icebreaker: Šťavnatý tichý telefón – Prvému v rade pošepkaj relatívne dlhú, ale neutrálnu vetu (napr. „Peter včera kúpil v obchode tri jablká, lebo boli v akcii, a cestou domov stretol susedu, ktorá mala v košíku mačku.“). Každý ďalší človek v rade musí pred tým, než vetu pošepká ďalej, pridať k vete jeden „šťavnatý“ detail, ktorý tam nebol (napr. „...a určite tie jablká ukradol“). Keď posledný povie výsledok nahlas, porovnajte ho s originálom. Ukážte si, ako ľahko sa k pravde prílepí nános našich domnienok a ako rýchlo sa z obyčajnej informácie stane „senzačná“ klebeta.

Otázka 1: Je v твоjich kruhoch priateľov klebetenie bežné?

Otázka 2: Dozvedel si už niekedy, že tvoji priatelia ťa ohovárali? Ako si sa cítil?

Otázka 3: Čo môžeš urobiť, keď nechceš klebetiť, ale všetci na okolo niekoho ohovárajú?

Otázka 4: Prečo podľa teba ľudia radi klebetia?

Otázka 5: Prečo je podľa teba pre Boha tak dôležité, aby sme sa zdržali klebiet?

Otázka 6: Čo môžeš urobiť pre to, aby si tento týždeň neohováral?

Výzva: Bonboniéra pravdy: Ak si niekto chce vziať bonbón, musí nahlas povedať o niekom (kto v miestnosti je alebo nie je) jednu dobrú vec, ktorá je pravdivá a budujúca, ale o ktorej sa bežne „nehovorí“. Príklad: „Chcem oceniť Mareka, že mi minule bez pýtania pomohol s upratovaním, aj keď nemusel.“ Vysvetli im: „Klebety sú sladké maškrtky, ktoré otrávia žalúdok. Toto, čo robíme teraz, je sladkosť, ktorá lieči vzťahy.“

PLÁN ČÍTANIA

Prečítaj si tieto texty postupne každý deň. Pri každom texte urob nasledovné →

- Matúš 18:5-6
- Druhý list Korinťanom 6:14-18
- Skutky 16:6-10
- Lukáš 6:27-36
- Príslovia 14:4-6
- Kazateľ 4:9-10
- Hebrejom 10:10-11

PÝTAJ SA Boha, aby sa s tebou spojil. V modlitbe začni tým, že spomalíš a pozveš Boha, aby bol prítomný. Začni so sústredením a otvorenosťou, aby si videl, čo má dnes Boh pre teba pripravené.

ČÍTAJ pomaly časť Písma. Všímaj si slová a frázy, ktoré ťa zaujmú, a v prípade potreby si ich prečítaj viackrát.

PREMÝŠLAJ nad tým, čo ťa zasiahlo. Ako sa tento text osobne týka tvojho života?

ODPOVEDAJ na Písmo. Hovor priamo k Bohu o tom, čo máš na mysli a v srdci. Hľadaj spôsoby ako žiť, čo si objavil.



PREDSTAVENIE

Hnev je hnacím motorom za tými najostrejšími slovami. aké si kedy počul. Či už sú to politici červení od hnevu, alebo klasická rodinná hádka pri nedeľnom obede, hnev je mocná emócia, ktorá láme srdcia a ničí vzťahy. Ako sa môžeme naučiť skrotiť náš prirodzený sklon k hnevu tak, aby nás posúval namiesto ubližovaniu k svätosti?

PRÍPRAVA

- Priprav si príbeh o tom, ako si sa nahneval pre obyčajnú maličkosť.
- Vytlač pokyny na diskusné skupinky (alebo ich pošli vedúcim).

HLAVNÁ MYŠLIENKA

Existuje postup, ako zvládnuť hnev spôsobom, ktorý je prospešný a nie škodlivý. Získaj čas, odstúp od situácie, modli sa a až potom hnev vyjadri.

CIEĽ DISKUSIE

Budeme premýšľať nad vnútornými emóciami, ktoré stoja za naším vonkajším vyjadrením hnevu.

BIBLICKÝ TEXT

- Príslovia 14:29
- Efezanom 4:26

ÚVOD K TÉME

Vyrozprávaj príbeh o tom, ako si sa nahneval – ideálne na nejakú maličkosť.

Išli sme na večeru do reštaurácie len preto, lebo som našiel na stránke zľavový kupón do tejto konkrétnej reštaurácie. Keď nám priniesli účet a ja som čašníčke ukázal kupón na ich stránke, len ma odbila slovami, že tieto kupóny už neplatia. Strašne ma to rozčúlilo. Cítil som, ako by sa mi začalo dymiť z uší. „No máte ho na stránke. Nemusíte ho teda zobrať?“ Ospravedlnila sa a povedala, že ona s tým nemôže nič urobiť. Neviem prečo, ale úplne som sa vytočil. Urobil som tam scénu: „To je nelegálne! To je krásny príklad zavádzania! Kupón je doslova na vašej webovej stránke!“ Po tomto trápnom vystúpení som zaplatil plnú sumu a vypochoďoval von. Ako je možné, že som sa takto správal? Je to riadne trápne, ale koreňom je hnev.

Hnev. Hnev je hnacím motorom za tými najostrejšími slovami, aké si kedy počul. Či už sú to politici červení od hnevu, alebo klasická rodinná hádka pri nedeľnom obede, hnev je mocná emócia, ktorá láme srdcia a ničí vzťahy. Hnev si často predstavujeme ako zaťaté päste a údery do steny, ale siaha oveľa hlbšie.

Som si istý, že mnohí z vás by povedali: „Ja sa nehnevám.“ Úprimne povedané, áno, hneváš sa. Možno ťa rozčuľuje, keď ťa ľudia nepočúvajú, a tak zvýšiš hlas. Možno si frustrovaný, keď máš pocit, že tvoj život je mimo tvojej kontroly, a tak sa vybiješ na svojich blízkych. Možno si nahnevaný, že ti niekto ublížil, a tak hľadáš pomstu. Samozrejme, nenazývame to hnevom. Môžete to nazvať frustráciou, podráždenosťou, rozrušením, výbušnosťou alebo rozčúlením. Napriek tomu to všetko vychádza z toho istého pocitu.

ŠTÚDIUM

Kniha Prísloví je zbierkou múdrych výrokov odovzdávaných mladšej generácii. Každá strofa predstavuje radu, akú by otec dal synovi alebo akú by skúsený tréner dal svojmu tímu. Šalamún nás učí, že múdri ľudia sa naučia ovládať svoj hnev. Všimnite si, že nehovorí, že múdri ľudia sa nikdy nehnevajú. Je to len o tom, že sa naučili svoj hnev ovládať. Pavol tento koncept opakuje v Novom zákone slovami: „*Hnevajte sa, ale nehrešte.*“ *Efezanom 4:26*

Je to zaujímavé. Pavol nehovorí, že hnev je hriech. Skôr, že problémy vznikajú v dôsledku nekontrolovaného hnevu. To je kľúčové, pretože väčšina z nás má na hnev negatívny pohľad kvôli hriechu, ktorý s ním súvisí. Musíme sa vopred rozhodnúť, že nedovolíme, aby nás hnev, frustrácia, zranenia alebo bolesť viedli k hriechu.

BIBLICKÝ TEXT

„Trpezlivý oplýva rozumnosťou, kým prchký vychvaľuje bláznovstvo.“
Príslovia 14:29

APLIKÁCIA

Hnev nie je tá zlá vec – to zlé je tvoja reakcia. Tvoja reakcia je tvoja zodpovednosť. Ľudia hovoria: „Oni ma nahnevali.“ Nikto ťa k ničomu nenúti – ty máš kontrolu nad svojou reakciou. Nie si kvietok v črepníku – nikto ťa nezdvihne a nepostaví niekde inde. Ty sa musíš rozhodnúť tam ísť, alebo to povedať. To ty si sa rozhodol vybuchnúť. Je to na tebe – nie na nich. Nemôžeš ovládať to, čo sa ti stane, ale môžeš ovládať to, ako na to reaguješ. V momente hnevu je už len ťažké sa ovládnuť – musíš sa dnes rozhodnúť reagovať inak. Musíš sa rozhodnúť, že sa o svoj hnev postaráš skôr, ako vybuchneš.

Hnev často vnímame výlučne v negatívnom svetle, no Biblia nás učí, že **hnev je vlastnosťou Boha** (Numeri 11:1-2). Keď Písmo hovorí o Božom hneve, často ho prirovnáva k ohňu. Ide o zámernú metaforu s mocným posolstvom. Hnev, podobne ako oheň, je konštruktívny, keď je pod kontrolou, a deštruktívny, keď je nekontrolovaný.

Bez kontrolovaného ohňa by sme nemali špekačky, výlety autom ani elektrinu. Keď je oheň pod kontrolou, varí, dáva nám teplo, dáva nám svetlo a pomáha poháňať vesmírnu raketu. Videli sme však aj deštrukciu, ktorú spôsobuje nekontrolovaný oheň. Napríklad, keď horel Chrám Matky Božej v Paríži – Notre-Dame. Malá iskra viedla k zničeniu v medzinárodnom meradle. Nekontrolovaný oheň zabíja, ubližuje a vedie k stratám.

Porovnajme tento princíp s naším hnevom. Nekontrolovaný hnev odháňa ľudí, kričí slová, ktoré sa nikdy nedajú vziať späť, ničí vzťahy a udiera do stien. Kontrolovaný hnev nás tlačí k svätosti, pomáha nám bojovať za našich blízkych a pomáha nám pochopiť naše základné hodnoty v živote. Kontrolovaný hnev, podobne ako oheň, nás môže zušľachtiť.

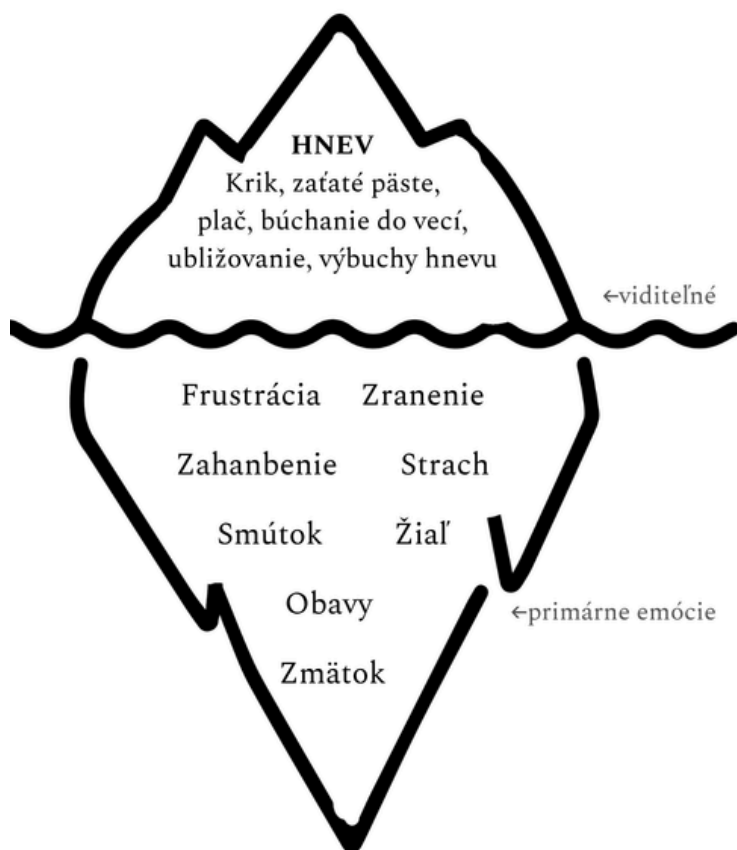
Keď cítiš, ako v tebe buble hnev, máš dve možnosti. Buď dovoľíš hnevu, aby ťa ovládol alebo ho ovládneš ty. Ak cítiš, že prichádza hnev, urob tieto štyri jednoduché kroky:

1: ZÍSKAJ ČAS

Jednoducho zastav. Kusni si do jazyka, nevypluj nič hlupe. Zastav sa predtým, ako niečo povieš. Prvý krok je zvyčajne ten najťažší, ale je kľúčový. Ak začneš reagovať pomalšie, úplne to zmení tvoj vzťah k tvojim pocitom. Zastav sa predtým, ako vôbec niečo povieš.

2: ODSŤÚP OD SITUÁCIE

Prejdi sa. Urob niečo, čo ťa upokojí. To neznamená vyletieť z miestnosti a zabuchnúť za sebou dvere. Je to skôr aktívne rozhodnutie správať sa inak. Nie je to ignorácia alebo tichá domácnosť. Povedz, že potrebuješ čas na usporiadanie myšlienok a spracovanie emócií. A potom to aj skutočne urob. Choď sa prejsť, sústreď sa na svoje pocity, alebo chvíľu medituj.



Ilustrácia: hnev je ako ľadovec.

Hnev je zvyčajne len vonkajším vyjadrením vnútorných pocitov. Musíš prísť na to, čo je za tvojim pocitom hnevu, pretože jedine tak môže prísť uzdravenie. Aby si vedel spracovať svoje emócie, musíš sa zastaviť a skúmať. Keď zistíš príčinu, vyznaj to. Buď zraniteľný. Nesnaž sa brániť a vyhovárať. Nehraj sa na obeť, nenúť druhých cítiť sa zle. Nedrž to v sebe, nedovoľ, aby sa to prerástlo do horkosti. Keď zistíš príčinu, vyznaj to.

3: MODLI SA

Je dôležité, aby si do svojich pocitov pozval Pána Boha. On ti dá silu preniesť sa nad svoje prirodzené reakcie. Zastav sa a modli sa, pretože sila je v utíšení. Modlitba ťa naplní ovocím Ducha, ako je láska, radosť, pokoj a trpezlivosť. Tieto cnosti ti pomôžu konať zodpovedne.

4: VYJADRI HNEV

Ak cítiš voči niekomu hnev, povedz mu to. Ak sa hneváš na situáciu, povedz o tom niekomu. No až po tom, ako si sa zastavil, odstúpil a modlil sa. Bojuj s potrebou reagovať tvrdo. Namiesto toho hovor o svojich pocitoch úprimne a premyslene. Priznanie vedie k obnove.

ZÁVER

Ako sme už spomínali, hnev je ako oheň. Na čo sa oheň často používa? Ako palivo. Tvoje emócie sú zdravé. Nauč sa prijať svoje pocity. Keď sa naučíš ovládať a využívať svoju frustráciu, začne ťa poháňať vpred. Nech ťa podnecuje k boju za tých, ktorí sa nedokážu brániť sami. Nech ťa motivuje k tomu, aby si si viac uvedomoval svoje emócie a potreby. Dovoľ, aby ti to zlomilo srdce pre to, čo láme srdce Bohu. Nech ťa tvoj prirodzený hnev naučí povzniesť sa nad deštruktívne sklony. Nech ti hnev dodáva energiu smerom k budúcnosti, ktorú má Boh pre teba, tvoj rodinu a tvojich priateľov.

DISKUSIA

Prejdite spolu cez tieto otázky. Buďte úprimní. Buďte otvorení. Hovorte o ťažkých veciach.

Otázka 1: Ako sa zvyčajne správaš, keď ťa niečo nahnevá?

Otázka 2: Ako môže byť spravodlivý hnev použitý na niečo dobré?

Otázka 3: Ako môže byť nekontrolovateľný hnev zraňujúci?

Otázka 4: Prečo je podľa teba pre Boha tak dôležité, aby sme sa ovládali svoj hnev?

Otázka 5: Ako môžeš lepšie ovládať svoj hnev?

Otázka 6: Aká nespravodlivosť ťa hnevá? Ako ťa môže tento hnev posunúť k tomu, aby si niečo na tom zmenil?

PLÁN ČÍTANIA

Prečítaj si tieto texty postupne každý deň. Pri každom texte urob nasledovné →

- Žalm 25:11-12
- Matúš 26:26-28
- Matúš 5:5-7
- Žalm 145:17-19
- Rimanom 11:29-33
- Kolosanom 1:11-14
- Žalm 51:3-5
- Druhý list Korintánom 5:17-19
- Žalm 51

PÝTAJ SA Boha, aby sa s tebou spojil. V modlitbe začni tým, že spomalíš a pozveš Boha, aby bol prítomný. Začni so sústredením a otvorenosťou, aby si videl, čo má dnes Boh pre teba pripravené.

ČÍTAJ pomaly časť Písma. Všímaj si slová a frázy, ktoré ťa zaujmú, a v prípade potreby si ich prečítaj viackrát.

PREMÝŠLAJ nad tým, čo ťa zasiahlo. Ako sa tento text osobne týka tvojho života?

ODPOVEDAJ na Písmo. Hovor priamo k Bohu o tom, čo máš na mysli a v srdci. Hľadaj spôsoby ako žiť, čo si objavil.