

SCHEMA

**Milovať budeš
svojho Boha,
celým srdcom,
celou dušou
a celou silou.**





▼●■ Počuj Izrael!

HLAVNÁ MYŠLIENKA

Stará židovská modlitba, ale jej odkaz je stále aktuálny. Pozýva nás budovať vzťah s Bohom cez pozorné počúvanie a vernosť. Nejde len o slová alebo pocity, ale o to, ako každý deň žijeme a rastieme k lepšiemu.

BIBLICKÝ TEXT

- Deuteronomium 6:4-5, 11:13-21
- Numeri 15:37-41
- Marek 12:29-31

PRÍPRAVA

- Projektor a reproduktory na prehrávanie videa.
- **Otvor si Reddit** (vytvor tam svoje konto, pochop ako to celé funguje - možno postni prvú fotku, aby keď mládežníci otvoria fórum čakalo na nich milé prekvapenie a nie len blank space). Viac v časti: [AKCIA POČAS TÝŽDŇA](#).

(Ak sa ti náš nápad nepozdáva alebo je príliš komplikovaný, pokojne vymysli inú praktickú challenge, ktorú si spoločne urobíte - len povzbudzujeme, aby to neostalo iba pri teórii)

KLÚČOVÉ MYŠLIENKY

1. Shema vznikla v dôležitom období izraelských dejín. Učila novú generáciu, že budúcnosť nestojí na sile, ale na poslušnosti, vernosti a láske.
2. Počuť neznamená len zachytiť informáciu, ale nechať sa ňou viesť k zmene konania.
3. Milovať "ahavah" - nie je pocit - znamená to skutkom dokázať vernosť.
4. Kľúčom k požehnaniu nie je stratégia ani výkon, ale aktívne počúvať a milovať Boha celým životom.

BONUS

Naučte sa spoločne modlitbu Shema, napr. pomocou piesne - cez tú to vždy ide ľahšie.

YouTube -

- ONE FOR ISRAEL Ministry | SHEMA A prayer for Israel
- Bereshit Voices | Shema Israel

ÚVOD

Predstav si, že existuje jedna veta, ktorú by si si opakoval každé ráno hneď po zobudení... a každú noc tesne pred spaním. Nie preto, že musíš, ale preto, že ti pripomína, kto si a prečo žiješ. Presne takto funguje v židovskej kultúre Shema.

Židovská kultúra je vo všeobecnosti veľmi prepojená s každodenným životom – viera nie je len „niečo na sobotu“ alebo do synagógy, ale preniká do bežných vecí: do rodiny, jedla, sviatkov aj rozhodnutí. Veľa vecí sa odovzdáva z generácie na generáciu – príbehy, zvyky aj modlitby – a práve to vytvára silný pocit identity a kontinuity.

Pre Židov teda Shema nie je len nejaká „starodávna modlitba z Biblie“. Je to niečo ako denný reset identity. Niečo, čo ich vracia k podstate – k tomu, že Boh je jeden, a že vzťah s Ním má byť to najdôležitejšie v ich živote.

Možno sa nám naučené modlitby zdajú ako niečo nudné alebo prázdne – niečo, čo ľudia len odriekajú bez rozmýšľania. Ale Shema takto nikdy nemala fungovať. Nebola daná ako „text na odrecitovanie“, ale ako výzva k životu. Je to modlitba, ktorú rodičia odovzdávali deťom, ktorú si ľudia pripomínali v bežných dňoch aj v ťažkých chvíľach. Bol to ich sľub vernosti Bohu – nie slovami, ale životom.

Starovekí Židia spojili verše z Deuteronómia 6:4-5 s ďalšími pasážami z Tóry (Deut 11:13-21; Num 15:37-41) a tieto slová sa modlili každé ráno a každý večer.

Modlitba Shema vzniká ako súčasť zákona, ktorý Boh dáva Izraelu cez Mojžiša – nie je to teda jeho vlastný nápad, ale Božie slová odovzdané ľudu. Mojžiš ich následne opakuje a zdôrazňuje ako kľúč k životu s Bohom.

Mojžiš ňou oslovuje novú generáciu Izraela, keď sa pripravujú vojsť do zaslúbenej krajiny. Nabáda ich, aby neopakovali chyby generácie ich rodičov, pretože si praje, aby zažili plnosť požehnania zaslúbenej zeme.

Táto modlitba bola tak kľúčová, že neskôr v Novom zákone formovala aj Ježišovu „teológiu“. Bola bežnou súčasťou jeho života aj života učeníkov. Keď sa ho opýtali, ktoré je najdôležitejšie prikázanie - odpovedal im textom modlitby Shema:

BIBLICKÝ TEXT

„Prikázanie prvé zo všetkých je: ‚Počuj, Izrael, Hospodin je náš Boh, Hospodin je jediný. Miluj Hospodina, svojho Boha, celým svojím srdcom, celou svojou dušou a všetkou svojou silou.‘ Toto je prvé prikázanie. Druhé je toto: ‚Miluj svojho blížneho ako seba samého.‘ Iné prikázanie väčšie ako tieto neexistuje.“
Marek 12:29-31

Tak čo? Mohla by byť pre nás nejako relevantná aj dnes? *[Môžeš diskusiu otvoriť príbehom o tom, ako si si myslel, že niečo „staré“ už určite nebude použiteľné... (dedkov starý bicykel) a potom ti úplne zmenilo pohľad na vec, keď si ho potreboval a prišiel na to, že táto vec rozhodne nepatrí na zberný dvor !]*

[Otvor s mládežníkmi konverzáciu... Nabádať ich aby sa nebáli byť otvorení (kludne aj skeptickí - aspoň budeš vedieť, čo potrebuješ objasniť a na čo dať dôraz).]

Otázka: Stalo sa ti niekedy, že si si myslel, že niečo patrí do starého železa a ukázalo sa, že to nie je pravda?

BIBLICKÝ TEXT

„Počuj, Izrael, Hospodín je náš Boh, Hospodín jediný! Milovať budeš Hospodina, svojho Boha, celým srdcom, celou dušou a celou silou.“

Deuteronomium 6:4-5

Tak čo? Dáš predsa len šancu tejto modlitbe? Dnes sa spolu bližšie pozrieme len na 2 slová z tejto modlitby. Zdá sa to málo, ale ako sme si hovorili na začiatku na túto tému budú ešte nadväzovať 3 ďalšie, čiže postupne odkryjeme v tomto texte všetky jeho zákutia.

Pozrime sa teda bližšie na **2 kľúčové slová** modlitby Shema, aby sme pochopili, prečo bola taká dôležitá pre židovský národ a ako v nej môžeme nájsť niečo rozumné aj pre náš život.

Prvé slovo je „**POČUJ**“ Izrael (hearing = doing) (počúvanie = konanie) - ide o niečo hlbšie ako len vypočuj si (počúvaj/poslúchaj) prijmi informáciu.

Ako to myslím? Keď ti kamarát povie “Nehovor to nikomu...” a ty to vykecaš prvému, koho stretneš - počul si síce “zvuk”, ale nepočul si čo ti skutočne hovorí. Počul si - iba ak - informácia mení smer tvojho konania/tvojho života! Rozhodneš sa tajomstvo nepreziadať, aj keď to pre teba nie je jednoduché. Skutočne počujeme, čo Boh hovorí len vtedy, ak Jeho príkazy aplikujeme v našich životoch.

Druhým slovom je **MILOVAŤ** (hebrejské) “AHVAH”- **toto slovo neznačí teplú, rozplývavú emóciu**, ktorú cítime, keď niekoho máme radi. Podobne ako počúvanie, aj biblická láska je o konaní. Miluješ (“ahavah”) niekoho, keď **konáš vo vernosti a oddanosti**. Nasledovanie Božích pravidiel/prikázaní, nerobíme zo zákonníctva.

ZÁVER

Pre živý vzťah s Bohom je kľúčové: MILOVAŤ HO A AKTÍVNE POČÚVAŤ!

[zaujímavá paralela pre naše vzťahy - aj vo vzťahovej psychológii si dnes môžeme všimnúť, že najviac, čo môžeme pre druhého urobiť je aktívne ho počúvať a úplne ho spoznať) - už v celom Deuteronomiu, sú pojmy "počúvaj" a "miluj" úzko späté (predsa len bude to Božie slovo nadčasové];

Asi si hovoríš všetko to znie dobre, ALE AKO NA TO PRAKTICKY? ČO SÚ TIE BOŽIE PRÍKAZY? AKO HO MÁM ASI TAK POČÚVAŤ - a ja ti len poviem - dozvieš sa neskôr. Už na ďalšej mládeži si predstavíme prikázanie: Milovať budeš Hospodina, svojho Boha, celou svojou srdcom.

Shema nám dnes pripomína, že vzťah s Bohom nestojí na slovách ani pocitoch, ale na aktívnom počúvaní, ktoré vedie ku konkrétnemu konaniu, a na láske, ktorá sa prejavuje vernosťou v každodennom živote.

VÝZVA

Skús si tento týždeň úprimne položiť otázku: Čo pre mňa znamená milovať Boha celou dušou? – svoju odpoveď premeň do KONKRÉTNEHO SKUTKU alebo ROZHODNUTIA. Na platforme Reddit potom zdieľaj, ako sa ti v tom darilo. Môžeš pridať fotku, napísať post alebo nahrať video. Kreativite sa medze nekladú!

Neexistuje nesprávna odpoveď – dôležité je, ABY SI SA ZAPOJIL - bez TEBA túto tému budúci týždeň neposkladáme, takže neváhaj!

[Daj poriadny dôraz na to, že potrebujeme, aby sa každý zapojil. Nájdí nejaké prostriedky ako mládežníkov efektívne motivovať (urob z toho súťaž) - ani tvojej kreativite sa medze nekladú. Všetky info potom využiješ pri ďalších témach. Keďže budeš poznať ako o danej téme tvoji mládežníci zmyšľajú. Zároveň to pre nich môže byť priestor na budovanie vzťahov vzájomné hlbšie zdieľanie a obohacovanie sa rozličnými perspektívami! - určite odporúčame!]

DISKUSNÉ OTÁZKY

Otázka 1: Prečo si myslíš, že Pán Ježiš citoval práve túto modlitbu ako najdôležitejšie prikázanie?

Otázka 2: Aký je rozdiel medzi aktívnym a pasívnym počúvaním?

Otázka 3: V akých situáciách sa ti stáva, že počuješ len „zvuk“, ale naozaj nepočúvaš?

Otázka 4: Kedy si naposledy vedel/a, čo je správne, ale rozhodol/a si sa inak? Čo ti vtedy bránilo urobiť správnu vec?

Aktivita na doma: Skús si počas týždňa všímať situácie, v ktorých môžeš prejaviť lásku k Bohu konkrétnym skutkom. Ktoré z nich sa ti podarili?

NEKVASENÝ CHLIEB (MATZAH)

- Predohrej rúru na 220–250 °C (veľmi horúca, dôležité).
- Zmiešaj múku, vodu a soľ → vytvor pevné cesto.
- Cesto rýchlo vyvaľkaj na tenké placky (cca 2–3 mm).
- Popichaj vidličkou (aby sa nenaľáklo).
- Peč 5–8 minút, kým je suché a mierne zhnednuté.

PRÍLOHY

Podávaj s olivovým olejom, olivami, hroznom, figami, červeným hroznovým džúsom alebo vineou.

ČO POTREBUJEME

- 2 šálky múky (ideálne celozrnné, ak chceš bližšie k originálu)
- cca 1/2 šálky vody
- štipka soli (voliteľné)

[10 porcií]

- olivový olej
- olivy
- hrozno/figy
- hroznový džús/vinea

AKCIA POČAS TÝŽDŇA

Cieľom tejto aktivity je preniesť tému z teórie do každodenného života. Nejde len o to rozprávať sa o tom, čo znamená milovať Boha celým srdcom, dušou a silou – ale skúšať to reálne žiť počas týždňa.

Reddit komunita: **r/SHEMAexperience** má byť bezpečný a otvorený priestor, kde môžu mladí zdieľať svoje skúsenosti, zápasy, nápady aj otázky (<https://www.reddit.com/r/SHEMAexperience/>).

Ako to zrealizovať (návod pre vedúceho):

- **Priprav si Reddit vopred**
 - vytvor si účet, oboznám sa so základmi (posty, komentáre, upvote, pravidlá)
 - prihlás sa do komunity (r/SHEMAexperience)
- **Vytvor prvý obsah ešte pred stretnutím**
 - napíš úvodný post (privítanie, vysvetlenie pointy)
 - pridaj prvý “výzovový” post pre daný týždeň
- **Predstav aktivitu na stretnutí**
 - ukáž komunitu (ideálne premietnuť alebo ukázať na mobile)
 - vysvetli, prečo to robíte (nie “musíš”, ale “pozvanie”)
 - zdôrazni, že nejde o výkon, ale o úprimnosť
- **Zadaj konkrétnu týždennú výzvu**
 - napr. „Ako si tento týždeň miloval Boha celou dušou?“
 - daj 1–2 konkrétne príklady, čo tým myslíš
- **Motivuj k zapojeniu**
 - povzbud' ich, aby postli vlastnú skúsenosť, reagovali na iných a zdôrazni, že aj krátky post má hodnotu
- **Buď sám aktívny počas týždňa**
 - reaguj na príspevky, povzbudzuj, pýtaj sa doplnujúce otázky, udržiuj atmosféru otvorenosti
- **Na ďalšom stretnutí sa k tomu vráťte**
 - vytiahni pár myšlienok (anonymne alebo so súhlasom)
 - nadviaž diskusiu z online priestoru do reálneho

- Buď úprimný, nie dokonalý
 - nejde o “správne odpovede,” ale o reálny život
- Rešpektuj ostatných
 - žiadne zosmiešňovanie, porovnávanie alebo súdenie
- Zdieľaj to, čo chceš – nič nemusíš
- Reaguj s láskou
 - komentáre majú budovať, nie kritizovať
- Chráň súkromie
 - nezdieľaj citlivé veci o iných bez ich súhlasu
- Drž sa témy týždňa
 - pomáha to udržať spoločný fokus
- Krátke je OK
 - aj jedna veta môže byť silná



TEXT SPRÁVY

[Na uľahčenie pridávame vzorovú správu, ktorú môžeš použiť]

VÝZVA #1: Ako milovať Boha „celou dušou“ v bežný deň?

Máme tu prvý týždeň a s ním aj prvú praktickú výzvu. Na stretnutí sme hovorili o tom, že milovať Boha **celou dušou** znamená milovať Ho celou svojou bytosťou, túžbami, emóciami, ale aj tým, čím sýtíme svoje vnútro. Tento týždeň to nebudeme preháňať s veľkými hrdinskými činmi. Skúsme niečo malé, ale vedomé.

Inšpirácie, ako na to:

Digitálny pôst pre dušu: Skús si odpustiť prvých 15 minút scrollovania na Instagrame/TikToku hneď po prebudení. Namiesto toho venuj ten čas tichu, krátkej modlitbe alebo len vďačnosti za nový deň. Čím sýtiš svoju dušu ako prvým?

Emócie pred Bohom: Keď ťa tento týždeň niečo vytočí, sklame alebo naopak mega poteší, skús túto emóciu hneď „preposlať“ Bohu. Povedz Mu úprimne: „Bože, teraz ma tento človek neskutočne vytočil, hnevám sa.“ Aj to je prejavom toho, že pred Ním nič neskrývaš.

Tvoja úloha na tento týždeň:

Zastav sa kedykoľvek počas týždňa (najneskôr v predvečer ďalšieho stretnutia) a napíš sem do komentárov:

Čo si vyskúšal/a?

Ako to dopadlo? (Bolo to ťažké? Pomohlo to? Zabudol/zabudla si na to?)

Nezabúdaj, že neexistuje zlá odpoveď. Aj komentár typu: „Skúsil som ráno nescrollovať, vydržal som to presne dva dni a potom som zlyhal,“ má obrovskú hodnotu, lebo je reálny.

Podme do toho! Ako sa ti darí dnes?



HLAVNÁ MYŠLIENKA

Milovať Boha celým srdcom znamená dať Mu celé svoje vnútro – myseľ, túžby, rozhodnutia aj identitu – ako odpoveď na Jeho lásku.

BIBLICKÝ TEXT

- Deuteronomium 6:5
- Príslovia 4:23
- Žalmy 51:12
- Jeremiaš 17:9

PRÍPRAVA

- Pokyny v prvej téme ohľadne redditu ..., (vytvor tam konto, pochop ako funguje - pozri koľko postov tam už je možno niektoré vyber a zdieľaj na projekte).
- Scénka zahrnutá v téme

KLÚČOVÉ MYŠLIENKY

1. Šema nie je len modlitba, ale pozvanie do osobného vzťahu lásky medzi Bohom a mnou.
2. Boh nechce len časť teba. Chce tvoje celé srdce.

VIDEO

YouTube - Bible project | What It Means To Love God With “All Your Heart”

ÚVOD K TÉME

(odporúčam aby na začiatku zaznelo zhrnutie predošlej témy)

Dnes sa bližšie pozrieme na prvú časť prikázania SHEMA. **Milovať budeš Hospodina svojho Boha celým srdcom.** (Deuteronomium 6:4-5)

(Táto časť odkazuje na aktivitu ktorá bude prebiehať počas celej série preto ju použi iba ak ste sa rozhodli ako mládež ju praktizovať) Minulý týždeň, ste mali za úlohu premýšľať a aj praktizovať ako milovať Boha celým naším srdcom a spolu sme to aj zdieľali, videli a mohli sa inšpirovať jeden druhým. Zaujíma ma teda ako vám to išlo. Môžeš zdieľať zopár príspevkov a okomentovať na projektore.

Podme teda do skupiniek a povedzte si v skupinkách:

Čo si robil/a pre to aby si miloval/la Boha celým srdcom tento týždeň? Čo to podľa teba v praxi znamená - milovať Boha celým srdcom?

Spýtaj sa každej skupinky aby povedali, čo pre nich znamená milovať Boha celou dušou.

V modlitbe a vyznaní viery Šema sa nachádza najväčšie prikázanie kresťanstva – milovať Boha celým srdcom. Znamená to, že všetko ostatné môže byť navonok správne usporiadané, môžeme plniť prikázania a konať správne skutky, ale ak nám chýba láska k Bohu – ak chýba osobný vzťah s Ním – niečo podstatné nie je v poriadku. Bez tejto lásky stráca všetko ostatné svoj pravý zmysel.

SCÉNKA

Predstav si človeka, ktorý prichádza pred Boha s plnými rukami. Nesie krabice označené: „dobré skutky“, „slušný život“, „služba“, „pomoc druhým“. Všetko vyzerá perfektne zabalené, usporiadané a hodnotné. Položí to pred Boha a čaká prijatie.

Ale Boh sa najprv nepozera na to, čo človek priniesol. Pozerá sa na jeho srdce. A zistí, že medzi nimi nie je vzťah. Ten človek prišiel ako obchodník: „Bože, ja Ti dám svoje dobré skutky a Ty mi za to daj prijatie.“ Lenže Boh nehľadá obchodných partnerov. Hľadá oddané srdce.

A teraz si predstav opačný obraz. Nieкто prichádza pred Boha s prázdnyimi rukami. Nemá čo ukázať. Nesie si zlyhania, hriech, hanbu, pokazený „tovar“. Možno sa cíti neprijatý a nehodný. Ale prichádza úprimne. Robí pokánie (vysvetli) a túži po Bohu. A práve takého človeka Boh prijíma. Nie preto, že jeho život je dokonalý, ale preto, že Ježiš už zaplatil cenu svojou obeťou. Boh nás neprijíma na základe výkonu, ale na základe milosti. Dobré skutky bez lásky k Bohu strácajú zmysel, ale srdce, ktoré sa k Bohu úprimne obracia, On nikdy neodmieta.

Použi pekný tovar - krabice, a potom možno niečo „meh“, pokazené, rozbité. Nemyslím tým, že Boh odmieta dobré skutky, ale že bez vzťahu nemajú hodnotu, ktorá zachraňuje. *(Môžeš pre istotu doplniť aby to nebolo pochopené nesprávne)*

ÚVOD K TEXTU

Slová „celým srdcom“ sa v knihe Deuteronomium opakujú viackrát a zdôrazňujú, že vzťah k Bohu má byť úplný a nerozdelený. Z tejto knihy Ježiš citoval aj pri pokušeniach na púšti, čím ukázal, že ide o text, ktorý posilňuje vieru a pomáha obstať v duchovnom boji. Práve z tohto prostredia pochádza aj Šema – vyznanie viery založené na láske k Bohu celým srdcom. Podme si ho zopakovať. Okrem srdca sa tam spomína ešte milovať čím?

BIBLICKÝ TEXT

„Počuj, Izrael, Hospodín je náš Boh, Hospodín jediný! Milovať budeš Hospodína, svojho Boha, celým srdcom, celou dušou a celou silou.“

Deuteronomium 6:4-5

Podme k samotnému významu srdca.

SRDCE – hebrejčina levav / lev.

Rôzne kultúry naprieč históriou mali odlišné chápanie fungovania ľudského tela, čo platí aj pre autorov Starého zákona. Vedeli, že srdce je orgán v hrudi nevyhnutný pre život, no v biblickom chápaní malo oveľa hlbší význam. Izraeliti v staroveku nevníмали mozog ako centrum myslenia a osobnosti tak, ako ho chápeme dnes. Preto sa za „centrum človeka“ považovalo srdce – vnútro človeka, kde sa rodia myšlienky, rozhodnutia, emócie aj morálne postoje.

V Starom zákone je srdce chápané ako:

- miesto myslenia a uvažovania,
- miesto rozhodovania,
- sídlo túžob,
- sídlo emócií,
- centrum morálnej zodpovednosti.

Tento význam je viditeľný v rôznych textoch:

- „Milovať budeš Hospodína, svojho Boha, celým srdcom...“ (Deuteronomium 6:5)
- „Zo všetkého, čo strážiš, stráž svoje srdce, lebo z neho vychádza život.“ (Príslovia 4:23)
- „Stvor mi, Bože, čisté srdce...“ (Žalm 51:12)
- Prorok Jeremiaš veril, že ľudské srdce je od základu skazené (Jeremiaš 17:9). Videl celú generáciu ľudí odvrátiť sa od Boha. Preto podľa prorokov je dôležitá obnova srdca.
- Mojžiš prorokoval, že na to, aby Izrael miloval Boha musí mať obrezané srdce.
- Prorok Ezekiel dúfal v deň keď Boh odstráni kamenné srdcia a dá svojmu ľudu nové srdce – mäsité.

NECHAJ, ABY ŤA ON MILOVAL PRVÝ

Naše srdce je prirodzene obrátené na seba. Dá sa to ľahko vidieť u malých detí. Keď sú hladné, kričia. Všetko je o nich. Budú kričať kým ich potreby nie sú naplnené. Je im jedno, či aj ostatní majú nejaké potreby. Buď sme bohom sami sebe alebo je Bohom On. Preto sa musíme s Bohom zmieriť. Zmierenie s Bohom neprichádza cez výkon ani snahu „zaslúžiť si“ Božiu priazeň, ale skrze evanjelium – dobrú správu o Ježišovi Kristovi. To znamená, že Ježiš vzal na seba to, čo nás od Boha oddeľuje – hriech a vinu – a svojou smrťou a zmŕtvychvstaním otvoril cestu späť k Bohu. Preto nemusíme Bohu nič dokazovať, ale môžeme prísť k Nemu vo viere.

STRÁŽ SI SVOJE SRDCE AJ MYSEĽ A POZNÁVAJ, KTO BOH NAOZAJ JE

Srdce prirodzene miluje to, čo vníma ako dobré a bezpečné. Ak však človek prijíma skreslený obraz Boha – z okolia, skúseností alebo nesprávnych predstáv – môže Ho vnímať ako niekoho vzdialeného, prísneho alebo neprístupného. Preto je dôležité rozlišovať, aký obraz o Bohu do svojho srdca púšťame. Pravdivý obraz Boha nám prináša Božie slovo, zdravé učenie a spoločenstvo veriacich. Zároveň však existujú aj skreslené predstavy, ktoré Bohu nepripisujú Jeho skutočný charakter. Preto sa pýtame: formuje môj pohľad na Boha pravda z Biblie, alebo si ho prispôsobujem podľa svojich pocitov a skúseností?

Krásnou knihou na skúmanie Božieho charakteru sú Žalmy (napr. Ž 95:3, 145:9, 103:8).

- stráž svoju myseľ pred klamnými predstavami o Bohu (Strážiť si myseľ znamená vedome porovnávať svoje predstavy o Bohu s tým, čo o Ňom hovorí Biblia),
- poznávaj Boží charakter cez Božie slovo,
- čítaj Bibliu nie ako povinnosť, ale ako spoznávanie Božej osoby.

APLIKÁCIA: DAJ MU CELÉ SRDCE - NIELEN ČASŤ

Tento náš osobný vzťah s Bohom by sa mal pretaviť do každodennosti nášho života. Je to teda téma na každý deň v živote. Naša láska k Nemu a vzťah s Ním by nemala byť len nejakou jednou časťou života. Nedaj Bohu len nedeľu, nedaj Mu len chvíle, keď sa ti to hodí.

Ale daj Mu:

- svoje rozhodovanie – keď si vyberáš strednú, vysokú školu alebo smer budúcnosti,
- svoje vzťahy – koho púšťaš do svojho života a aké hranice si nastavíš vo vzťahoch,
- svoje priority – či je Boh na prvom mieste alebo až keď „zostane čas“,
- svoje pokušenia – keď máš chuť ísť s davom, aj keď vieš, že to nie je správne,
- svoj čas online – čo sleduješ, čomu venuješ hodiny na sociálnych sieťach,
- svoje plány – či sa pýtaš Boha, kam ťa vedie, alebo ideš len podľa seba,
- svoje zlyhania – či ich skrývaš, alebo ich prinášaš Bohu úprimne.

Nie z povinnosti.

Ale z lásky.

ZÁVER

Milovať Boha celým srdcom neznamená dokonalosť alebo výkony.

Znamená dať Mu všetko – ako odpoveď na Jeho lásku.

Boh dal svoje srdce nám prvý. On dal svoje srdce tebe. On sa vydal celý. On miloval prvý.

Teraz stojíme pred otázkou: komu patrí tvoje srdce?

VÝZVA

Každý deň sa spýtaj: „Čo dnes ukázalo, že milujem Boha celým srdcom?“ a úprimne si to zapíš alebo premysli. Pýtaj sa Boha, ako mu to vieš ukazovať viac.

Zapojte mládežníkov do výzvy spolu!

Skús si tento týždeň úprimne položiť otázku: Čo pre mňa znamená milovať Boha celou dušou? – svoju odpoveď premeň do KONKRÉTNEHO SKUTKU alebo ROZHODNUTIA. V aplikácii potom zdieľaj, ako sa ti v tom darilo. Môžeš pridať fotku, napísať post alebo nahrať video. (Kreativite sa medze nekladú!)

Neexistuje nesprávna odpoveď – POTREBUJEM ALE, ABY SI SA ZAPOJIL - bez TEBA túto tému budúci týždeň neposkladáme, takže neváhaj!

DISKUSNÉ OTÁZKY

Otázka 1: Kto je pre teba Boh a prečo je pre teba dôležitý?

Otázka 2: Čo ti najviac pomáha rásť vo vzťahu s Bohom?

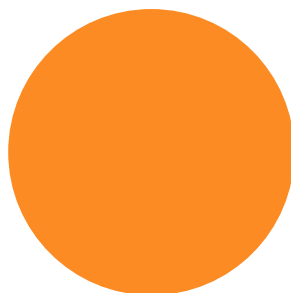
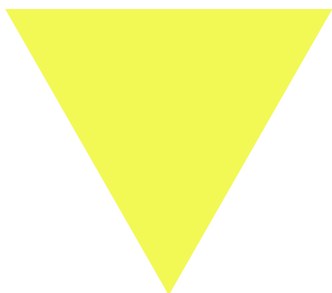
Otázka 3: Čo dnes najviac bojuje o tvoje srdce (škola, vzťahy, úspech, sociálne siete, ego...)?

Otázka 4: Čo pre teba znamená nechať sa Bohom milovať?

Otázka 5: Aký jeden konkrétny krok môžeš urobiť, aby si si strážil svoje srdce?

MODLITBA

- Prosba, aby nám Boh ukázal oblasti života, kde Ho nemilujeme celým srdcom a kde sa od Neho vzdalujeme.
- Modlitba za úprimné a mäkké srdce, ktoré túži po osobnom vzťahu s Bohom.
- Prosba o ochranu mysle pred klamstvami a skreslenými predstavami o Bohu.
- Modlitba, aby náš každodenný život odrážal Božiu lásku v rozhodnutiach, vzťahoch a správani.
- Prosba o silu dávať Boha na prvé miesto aj v bežných veciach života.



SCHEMA



HLAVNÁ MYŠLIENKA

Milovať Boha celou dušou znamená odovzdať Mu celý svoj život. Nielen svoje myšlienky či pocity, ale aj svoje každodenné konanie. To, čo prijímame, čo dávame druhým, ako používame svoje slová a ako narábame so svojím časom a telom, môže odrážať našu lásku k Bohu.

BIBLICKÝ TEXT

- Deuteronomium 6:5
- Numeri 11:6
- Genesis 2:7

PRÍPRAVA

Zorientovať sa v predošlých témach a v aktivite mládežníkov na Reddite.

KLÚČOVÉ MYŠLIENKY

1. Biblické slovo pre dušu (nefeš) označuje celý život človeka, nie iba jeho nemotnú časť.
2. Nefeš môže znamenať hrdlo – miesto, cez ktoré prijímame veci potrebné pre život.
3. Milovať Boha celou dušou znamená žiť tak, aby celý náš život smeroval k Bohu.

VIDEO

YouTube - Bible project | What It Means To Love God With “All Your Soul”

ÚVOD K TÉME

Už sme hovorili o tom, čo znamená milovať Boha celým srdcom a ako to môžeme prakticky žiť. Dnes pokračujeme v našej sérii o najväčšom prikázaní - pozrieme sa na ďalšiu časť tejto modlitby: „Milovať budeš Hospodina, svojho Boha, **celou dušou**.“

Počas minulého týždňa sme mali za úlohu premýšľať a aj praktizovať ako milovať Boha celou našou dušou a spolu sme to aj zdieľali, videli a mohli sa inšpirovať jeden druhým. Zaujíma ma teda, ako vám to išlo.

Podme rovno do skupiniek a povedzte si v skupinkách :

- Čo som robil/a pre to aby som milovala Boha celou dušou tento týždeň?
- Čo to podľa teba v praxi znamená - milovať Boha celou dušou?

Spýtaj sa každej skupinky aby povedali, čo pre nich znamená milovať Boha celou dušou.

Teraz sa pozrieme na ďalšiu časť Shemy. Chcem aby sme preskúmali, čo Biblia myslí slovom **duša** a čo znamená milovať Boha **celou dušou**.

Čo ti napadne, keď sa zamyslíš nad slovom **duša**? Väčšina z nás si predstaví nejaké abstraktné žiariace svetlo v našom vnútri. Niečo, čo je odlišné od nášho fyzického tela, akási životná sila v nás.

V Disney filme *Soul* (2020) sa pokúsili vysvetliť koncept duše. Zobrazujú dušu ako roztomilú modrú bytosť, ktorá predstavuje podstatu človeka. Práve to dáva človeku osobnosť, nadanie a jedinečnosť. Je to celkom presvedčivé zobrazenie, ale pravdepodobne to nie je to, čo mali na mysli starovekí Židia, keď písali modlitbu Šema.

Naše moderné chápanie duše je totiž silne ovplyvnené starovekou gréckou filozofiou. Podľa nej je duša nehmotná a nesmrteľná časť človeka, akoby uzavretá v tele, ktorá sa po smrti z neho uvoľní.

Biblické chápanie je však odlišné. Pozrime sa naň bližšie.

BIBLICKÝ TEXT

„Počuj, Izrael, Hospodín je náš Boh, Hospodín jediný! Milovať budeš Hospodina, svojho Boha, celým srdcom, celou dušou a celou silou.“

Deuteronomium 6:4-5

„Sme už celkom vychudnutí a nič iné nevidíme, iba mannu.“

Numeri 11:6

Tieto texty nám prezrádzajú trochu viac o tom, čo si vtedajší Židia predstavovali pod pojmom duša.

V hebrejčine sa používa slovo nefeš (נֶפֶשׁ). Toto slovo môže znamenať: hrdlo, duša, živá bytosť, život, osoba, túžba alebo vášeň. Pozrime sa trochu bližšie na jeho najzákladnejší význam - **hrdlo**.

V Biblii sa stretávame s týmto výrazom keď Izraeliti putujú po púšti, sú hladní a smädní a hovoria Bohu: „*chýbajú nám uhorky a melóny, ktoré sme mali v Egypte, a teraz náš nefeš vyschol!*“

Toto spojenie medzi dušou a hrdlom je fascinujúce, pretože hrdlo je jednou z najdôležitejších a tým zároveň aj najzraniteľnejších častí nášho tela. Používame ho na niekoľko činností, ktoré sú nevyhnutné pre náš život a zdravie. Jedenie, pitie, dýchanie a rozprávanie. **Je to jedna z najzásadnejších častí nášho tela, ktorá udržiava náš život.**

A čo je zaujímavé, je to časť, nad ktorou máme kontrolu. Nie je to orgán ako srdce, kde nemôžeme ovplyvniť koľko úder spraví za minútu. Naopak, máme priamy vplyv na to, čo prechádza naším hrdlom. Ovládame, čo prijímame, jedlo, ktoré jeme, nápoje, ktoré pijeme, slová, ktoré hovoríme; dokonca vieme vedome ovládať aj svoje dýchanie. Nie je zaujímavé, že práve takto Biblia opisuje našu dušu?

Slovo nefeš však neznamená iba hrdlo. V knihe Genezis sú ľudia aj zvieratá označení ako „živá nefeš“. To znamená, že nefeš tiež popisuje **živú bytosť**.

Duša podľa Biblie, teda predstavuje celé naše fyzické bytie. Nefeš naznačuje celého človeka ako živý, fyzický organizmus. Preto sa v Biblii toto slovo často používa aj na označenie samého seba (ja, osoba). Teda duša znamená živá bytosť. V porovnaní s našou modernou definíciou, je to veľmi **konkrétna, fyzická vec**.

Možno si hovoríte: „Super historka, ale ako je to vôbec relevantné?“ Skúsme si teda dosadiť túto novú definíciu duše do nášho verša a pozrime sa, ako ho zmení:

„*Milovať budeš Hospodina, svojho Boha, celým hrdlom a celým svojím bytím.*“ Tento verš zrazu dostáva úplne nový význam. Poďme si ho rozobrať.

Ako teda môžeme uctievať Boha svojím „hrdlom“?

Keď sa zamyslíme nad naším hrdlom, to, čo do neho dávame, priamo ovplyvňuje naše zdravie a pohodu. Aké jedlo jeme a koľko pijeme, čo hovoríme, aký vzduch dýchame, to všetko má vplyv na naše telo a na to, ako dokážeme fungovať.

Tento obraz môžeme aplikovať aj na náš život. Ako sa stravujeme? Čo do seba vpúšťame? Máme zdravý postoj k svojmu telu? Ako používam svoje slova? Sú na budovanie alebo zraňujú?

A čo znamená milovať Boha celým svojím bytím? Možno to znie abstraktne, tak si to skúsme zjednodušiť.

Keď sa na seba pozrieme ako na živú bytosť, existuje nespočetne veľa spôsobov, ako môžeme milovať Boha. Zahŕňato všetko, od toho, ako sa prezentujeme navonok, až po to, ako žijeme svoj každodenný život. Zamyslite sa nad rôznymi oblasťami svojho života a nad tým, či odrážajú vašu lásku k Bohu. A ak nie, ako to môžete zmeniť.

Napríklad: **Ako sa prezentujem navonok?** Záleží mi najviac na tom, ako sa obliekam a či som trendy? Nebolo by lepším obrazom Božej lásky investovať svoje peniaze napríklad do pomoci chudobným?

Alebo: **Ako trávim väčšinu svojho času? S kým ho trávim?** Venujem ho najmä sebe a svojim záujmom, alebo investujem svoj čas do druhých? V akých oblastiach som lakomý so svojím časom?

Ako žijem svoj každodenný život? Som zodpovedný a produktívny, alebo mi viac záleží na mojom momentálnom pohodlí a problémy nechávam na svoje budúce ja? Boha môžeme ctíť aj tým, že budeme múdro a zámerne nakladať so svojím časom a zdrojmi.

Aké zvyky mám, ktoré nectia Boha? Možno nadávam, podvádžam v škole, ohovárať druhých alebo zápasím so závislosťou.

APLIKÁCIA: MILOVAŤ BOHA V KAŽDODENNOSTI

Milovať Boha celou dušou zahŕňa veľa oblastí nášho každodenného života. Možno sa ti to zdá náročné a nevieš, kde začať. Tieto otázky tu však nie sú na to, aby v tebe vyvolali pocit viny, ale aby ti pomohli zamyslieť sa nad tým, ako môžeš svojím životom viac odrážať Božiu lásku a dobrotu.

A áno, je to náročné. Sme len ľudia a všetci v niečom zlyhávame. Boh to však vie. Vedel to od začiatku. Možno prvým krokom je jednoducho pomenovať jednu konkrétnu vec, ktorú chceš zmeniť. A ak nevieš akú, modli sa za to. Možno ti Boh ukáže niečo, čo si si predtým neuvedomoval.

(použite osobný príklad)

Pre mňa to bol kedysi spôsob rozprávania. Ako tínedžerka som často používala tvrdé nadávky. Ale keď som sa modlila, nikdy som tieto slová nepoužívala. Niekde vo vnútri som vedela, že nie sú dobré ani láskavé. A pravdepodobne aj ty poznáš ten vnútorný hlas, ktorý ťa na niečo upozorňuje alebo usvedčuje. Môže to byť Duch Svätý, ktorý sa ťa snaží naviesť na správnu cestu.

VÝZVA

Možno sú to pre teba tiež slová. Možno nejaké zlé návyky. Alebo spôsob, akým sa správaš k svojmu telu. Sme povolaní milovať Boha celou svojou bytosťou, **čo to teda znamená konkrétne pre teba?** Čo sú veci, ktoré si Bohu ešte úplne neodovzdal? Skús si napísať jednu vec, na ktorom chceš pracovať, zaviaz sa tomu na týždeň a na konci týždňa vyhodnoť akú zmenu to prinieslo.

ZÁVER

Chcem vás na záver povzbudiť jedným krásnym obrazom zo Žalмов, ktorý ukazuje, ako môže duša túžiť po Bohu:

Žalm 42:1–2

„Ako laň dychtí po bystrinách, tak moja duša dychtí po tebe, Bože.“

Tento žalm bol spracovaný aj do piesne od ESPÉ - **Dôverujem zas**, kde zaznieva veta:

„...za tebou bežím ako laň beží za vodou...“

Myslím si, že práve toto krásne vystihuje, čo znamená milovať Boha celou svojou dušou.

DISKUSNÉ OTÁZKY

Otázka 1: Čo nové si sa dnes dozvedel o tom, čo znamená „duša“ v Biblii? Prekvapilo ťa niečo na význame slova nefeš?

Otázka 2: Ako sa líši biblické chápanie duše od toho, ako o duši rozmýšľa dnešná kultúra?

Otázka 3: Čo podľa teba znamená milovať Boha „celou dušou“ v praktickom každodennom živote?

Otázka 4: Ktoré oblasti tvojho života najviac ukazujú tvoju lásku k Bohu – a ktoré by sa ešte mohli zmeniť?

MODLITBA

Prosba o to, aby nám Boh ukázal oblasti v našom živote, kde zlyhávame, a aby náš každodenný život odrážal Božiu lásku.



HLAVNÁ MYŠLIENKA

Milovať Boha celou svojou silou znamená milovať Hospodina celou tvojou vnútornou silou, intenzitou a plnosťou toho kým si. Neznamená to len jednu konkrétnu vec – celou svojou silou ho budeš milovať. Práve naopak, znamená to že ho máš milovať svojím všetkým, každou svojou možnosťou, momentom, príležitosťou a celou svojou kapacitou.

BIBLICKÝ TEXT

- Deuteronomium 6:4-9

PRÍPRAVA

- Biblia: Preklad, ktorý obsahuje text Shema (Deuteronomium 6).
- Tabuľa/Flipchart: Na napísanie hebrejského slova **תְּהִי** a jeho výslovnosti (meh-ode).
- Pomôcka: Pripravený obrázok alebo slide s textom Genesis 1:31 na porovnanie.

KLÚČOVÉ MYŠLIENKY

1. Biblické slovo „sila“ (m'e'ōd) nie je o svaloch, ale funguje ako príslovka „veľmi“ alebo „nesmierne“, ktorá zosilňuje intenzitu našej lásky k Bohu.
2. Milovať Boha „celou silou“ znamená hľadať a využívať každú možnosť a kapacitu, ktorú v danom momente máme.
3. Pravá láska k Bohu je rozhodnutie dôverovať Mu a odovzdať sa Mu aj v situáciách, ktorým nerozumieme.

VIDEO

YouTube - Bible project | What It Means To Love God With “All Your Strength”

ÚVOD K TÉME

Keď počujeme, že máme niekoho milovať „celou silou“, často si predstavíme fyzický výkon. Ale čo ak sila v Biblii nie je o svaloch, ale o našej ochote odovzdať Bohu celú našu kapacitu v každej sekunde dňa?

Dnes pokračujeme v našej sérii o najväčšom prikázaní. Minule sme hovorili o tom, čo znamená milovať celou dušou. Dnes sa pozrieme na poslednú časť tohto volania: „**Milovať budeš Hospodina, svojho Boha... celou svojou silou.**“ (Deuteronomium 6:5)

Minulý týždeň, ste mali za úlohu premýšľať a aj praktizovať ako milovať Boha celou svojou silou a spolu sme to aj zdieľali, videli a mohli sa inšpirovať jeden druhým v rámci našej reddit výzvy.

Podme rovno do skupiniek a povedzte si (reflektovanie na reddit výzvu):

- Čo som robil/a pre to, aby som miloval/a Boha „celou silou“ tento týždeň?
- Čo to podľa teba v praxi znamená – milovať Boha celou silou? (Opíš svoju predstavu, s ktorou si tento týždeň pracoval/a).

Na čo ste prišli?

Spýtaj sa každej skupinky, aby povedali, čo pre nich doteraz znamenalo milovať Boha celou silou.

ILUSTRÁCIA

Slovo *m'e'ōd* sa v Biblii nachádza 300-krát a takmer vždy znamená „veľmi“. V Genesis 1:31 Boh vidí stvorenie a hovorí, že je nesmierne (*m'e'ōd*) dobré. Tento pojem neznamená vec, ktorú vlastníme, ale intenzitu, s akou niečo robíme.

1. Vyber si tému (tvoje „ihrisko“) - inštrukcie pre rečníka

Vyber si oblasť, kde ľudia bežne podávajú výkon, ale ty si tam zažil niečo „navyš“.

- **Šport:** Keď si na tréningu už nemohol, ale rozhodol si sa dať ten posledný šprint, akoby na tom závisel tvoj život.
- **Hobby/Umenie:** Keď si niečo netvoril len preto, aby to bolo hotové, ale vložil si do toho každý kúsok svojej kreativity (napr. darček pre niekoho blízkeho).
- **Vzťah:** Keď si bol pre niekoho k dispozícii nie preto, že si „musel“, ale bol si tam pre neho na 200 %, aj keď si bol unavený.

2. Štruktúra príbehu: Od „Dobrého“ k „Veľmi dobrému“

Použi biblickú paralelu z Genezis (dobré vs. veľmi dobré):

- **Fáza „Dobré“ (tov):** Opíš, ako si tú vec robil bežne. Bolo to v poriadku, fungovalo to, nikto by ti nič nevyčítal. (Např. „Chodil som na klavír, cvičil som stupnice, bolo to fajn...“)
- **Zlomový moment:** Čo tá prinútilo pridať? (Např. „Potom som však počul skladbu, ktorá ma zasiahla, alebo som chcel niekoho potešiť...“)
- **Fáza „m'e'ōd“ (intenzita):** Opíš ten pocit, keď si do toho dal všetko. Nie je to o tom, že si vlastnil lepšie husle, ale o tom, s akou vášňou si na nich hral. (Např. „Zrazu to nebolo o technike, ale o každom tóne, ktorý som cítil v končekoch prstov.“)

„Boh odo mňa nechce, aby som mu 'vlastnil' nejakú silu. On chce moje m^ə’ōḏ – chce, aby to, čo robím pre Nehu, pre ľudí okolo mňa, alebo aj pre svoje sny, malo túto intenzitu. On chce, aby som tú hlasitosť svojej lásky vytočil na maximum tam, kde práve som.“

V origináli vidíme toto slovo v Hebrejčine ako מֶחֱוֹדָה - m^ə’ōḏ (výslovnosť: meh-ode). V Biblii sa toto slovo nachádza asi okolo 300-krát. V podstate toto slovo vôbec neznamená sila. Pre slovo sila máme v pôvodnom texte oveľa vhodnejšie slovo a m^ə’ōḏ by sme naň nepoužili. Šema je vlastne jediné miesto v celej Biblii kde sa toto slovo prekladá ako sila. Pre toto slovo je v preklade oveľa lepšie použiť naopak príslovky – konkrétne anglické slová exceednigly, very alebo much, čo by sme u nás preložili najčastejšie ako niesmierne, veľmi a veľa. To sa používa na to aby ste takzvané zosilnili alebo zintenzívnili význam nejakého slova. Šema je napísaná v Deuteronomium 6:4-5. Poďme si ju teda celú pripomenúť.

BIBLICKÝ TEXT

„Počuj, Izrael, Hospodin je náš Boh, Hospodin jediný! Milovať budeš Hospodina, svojho Boha, celým srdcom, celou dušou a celou silou. Tieto slová, ktoré ti dnes prikazujem, budeš mať na srdci. Budeš ich vštepovať svojim synom a budeš o nich hovoriť, či budeš sedieť vo svojom dome, či pôjdeš po ceste, či budeš líhať alebo vstávať. Priviažeš si ich na ruku ako znamenie a budeš ich mať ako pripomienku na čele medzi očami. Napíšeš ich na veraje svojho domu a na svoje brány.“

Deuteronomium 6:4-5

„Boh videl, že všetko, čo utvoril, bolo veľmi dobré. Bol večer a bolo ráno, šiesty deň.“

Genezis 1:31

Keď počujeme slovo „sila“, väčšinou si predstavíme svaly, energiu alebo fyzickú námahu. Ale hebrejčina nás tu prekvapí. Slovo použité v origináli je **m^ə’ōḏ** (výslovnosť: meh-ode).

- **Zaujímavosť:** Toto slovo sa v Biblii nachádza asi 300-krát, ale Šema je takmer jediné miesto, kde sa prekladá ako „sila“.
- **Pravý význam:** V podstate ide o príslovku, ktorá znamená „veľmi“, „nesmierne“ alebo „nadovšetko“.

Všimni si to v iných textoch:

1. **Stvorenie:** Keď Boh stvoril svet, hovoril, že je to „dobré“. Ale na šiesty deň, keď stvoril človeka, povedal, že je to **tov m^ə’ōḏ** – veľmi dobré (Genezis 1:31).
2. **Emócie:** Keď bol niekto v Biblii „veľmi“ nahnevany alebo „veľmi“ bohatý (ako Jákob – ten bol dokonca **m^ə’ōḏ m^ə’ōḏ** bohatý), používalo sa toto slovo.

Čo to znamená pre nás? Milovať Boha „celou silou“ (celým svojím m^ə’ōḏ) v skutočnosti znamená milovať Ho **svojím „veľmi“**. Znamená to vziať všetko, čo máš, a „vytočiť hlasitosť na maximum“. Milovať Ho celou svojou kapacitou, každou možnosťou a každou intenzitou, ktorú v sebe máš.

Ak srdce (lev) je centrum tvojho vnútra a duša (nefesh) je tvoj život, potom sila (m^ə’ōḏ) je **rozsah a intenzita**, ktorou to robíš.

Znamená to milovať Boha:

- V každom momente (nielen v nedeľu).
- Každou príležitosťou (v škole, v športe, v nákupnom centre).
- Celou svojou kapacitou (či už máš práve energie na rozdávanie, alebo si na dne).

Ako to môže vyzeráť v našom každodennom živote? Všetkým čo sa nám v živote deje, aj tie zlé aj dobré momenty. Ťažké rozhodnutia, či búrky ktorým čelíme. Jednoducho všetkým čo je v nás a všetkým čo sa deje bez ohľadu na okolnosti, máme milovať Pána Boha. To vie byť naozaj ťažké obzvlášť keď nechápeme čo sa deje alebo keď sa ocitneme v situácii kedy cítime voči Bohu všetky ostatné emócie ako lásku. To je práve to, láska nie je emócia ale rozhodnutie. V tomto kontexte je to rozhodnutie milovať Pána Boha všetkým čo je v nás, nech sa v našom živote práve deje čokoľvek. Na to je však potrebná plná dôvera, odovzdanosť Pánu Bohu.

Sme mu plne odovzdaní? Dôverujeme mu naplno?

Nie z povinnosti.

Ale z lásky.

APLIKÁCIA: KEĎ SILA NIE JE O POCITE

Možno si povieš: „Ale ja dnes necítim žiadnu silu milovať Boha.“ Tu prichádza dôležitý bod: Láska v biblickom zmysle nie je len emócia, je to rozhodnutie.

Milovať Boha svojím *mə'ōd* v praxi znamená:

1. **Milovať Ho aj v búrkach:** Keď prídu ťažké časy a ty Bohu nerozumieš, tvojou „silou“ je tvoje rozhodnutie zostať Mu verný. Je to o dôvere, že On je dobrý, aj keď okolnosti sú zlé.
2. **Využiť svoje zdroje:** Tvoja sila sú aj tvoje peniaze, tvoj čas, tvoj vplyv na sociálnych sieťach alebo tvoje talenty. Dávaš tieto veci Bohu k dispozícii?
3. **Odovzdanosť vs. Výkon:** Milovať „celou silou“ neznamená „makať pre Boha, aby ma mal rád“. Znamená to „mám Ho tak rád, že všetko, čo som a čo mám, chcem použiť pre Neho“.

ZÁVER

Boh od teba nechce, aby si bol superhrdina. Chce tvoje „veľmi“. Chce, aby si Ho miloval tým, kým si, tam, kde si, a s tým, čo máš. Či už je to tvoj talent, tvoj čas alebo tvoja vytrvalosť v ťažkom dni – to všetko je tvoje *mə'ōd*.

DISKUSNÉ OTÁZKY

1. Ako by si definoval svoju „kapacitu“ pre Boha v bežný deň?
2. Prečo je ťažšie milovať Boha v negatívnych momentoch?
3. Čo konkrétne môžeš urobiť, aby si si počas dňa pripomenul Jeho lásku?
4. Je „milovať silou“ výkon alebo postoj srdca?

MODLITBA:

Prosba o silu milovať Boha každou možnosťou a odovzdať Mu aj slabé oblasti.

Špeciálna mládež

PRÍPRAVA

- Výzdoba a príprava miestnosti
- Papierové šípky (upvoty)
- banery jednotlivých výziev
- papieriky na písanie

ÚVOD

Atmosféra „Behind the Screen“ (15 min)

- **Vizuál miestnosti:** Ak je to možné, premietaj na stenu domovskú stránku vašej Reddit komunity r/SHEMAexperience, prípadne koláž najlepších postov (môžu byť rozmazané texty kvôli anonymite, aby to vytvorilo vizuálny podklad).
- **Icebreaker – Fyzický Upvote:** Každý dostane pri vstupe 3 papierové šípky (Upvoty). Na stene sú vyvesené vytlačené výzvy, ktoré ste počas týždňov riešili (napr. Milovať Boha celou silou v škole, Utišiť myseľ na 10 minút). Mladí chodia po miestnosti a nalepujú svoje „Upvoty“ na výzvy, ktoré pre nich boli najťažšie alebo najviac transformujúce.

PROGRAM

Hlavný blok: Reddit Review & Skúsenosti (25 min)

Vedúci moderuje diskusiu na základe toho, čo žilo online.

- **Top príspevky týždňov:** Vedúci prečíta 3 – 4 príspevky alebo komentáre z r/SHEMAexperience (ideálne tie, ktoré mali najviac reakcií, alebo tie, ktoré boli najúprimnejšie). Poznámka: Ak boli posty anonymné, rešpektuj to. Ak nie, opýtaj sa vopred autora, či to môžeš prečítať.
- **Svedectvá naživo:** Výzva do pléna:
 - „Kto z vás zažil moment, kedy sa počas dňa pristihol pri tom, že myslí na týždennú výzvu z Redditu?“
 - „Čo bolo pre vás ľahšie – napísať post alebo reálne urobiť ten krok v živote?“
- **Moderované zdieľanie v kruhu:** Mladí ľudia hovoria o tom, ako sa teória premenila na prax. Vedúci podporuje atmosféru pravidlom komunity: „Buď úprimný, nie dokonalý.“

Niečo navyše: „The Anonymous AMA“ (Ask Me Anything) (30 min)

Toto je ten bonusový prvok. Reddit je známy anonymnými diskusiami. Mnohí mladí majú otázky alebo zápasy s milovaním Boha, ktoré by naživo nepovedali a možno sa ich báli hodiť aj na Reddit.

- **Ako na to:** Použijete anonymnú platformu (Slido, Mentimeter) alebo klasickú fyzickú škatuľu na papieriky.
- **Koncept:** Mladí majú 5 minút na to, aby anonymne poslali akúkoľvek otázku na tému: „Kde najviac zlyhávam v milovaní Boha?“ alebo „Čomu v téme SHEMA nerozumiem/s čím vnútorne bojujem?“
- **Panel hot-seat:** Vedúci (alebo tím vedúcich) si sadnú dopredu a naživo odpovedajú na tieto anonymné otázky z publika.
 - **Príklad moderovania:** Vedúci neodpovedajú ako neomylní profesori, ale zdieľajú svoje vlastné zápasy. Ak príde otázka: „Ako mám milovať Boha, keď prežívam duchovné sucho?“, vedúci odpovie: „Uf, toto prežívam práve teraz... mne pomáha...“

Aktivita navyše: „The Karma Registry“ (10 min)

Na Reddite získavajú používatelia „karmu“ za to, že sú užitoční pre komunitu. Premeníme to na biblický koncept budovania sa navzájom.

- Každý si vylosuje meno niekoho z mládeže (alebo napíše odkaz človeku, ktorého post na Reddite ho počas série najviac povzbudil).
- Napíšu mu krátky fyzický odkaz (napr. „Tvoj post o tom, ako bojuješ s rannými modlitbami, mi zachránil týždeň. Vďaka za úprimnosť.“).
- Tieto lístky si na konci odovzdajú.

Záver: Spoločný „Post“ do reality (10 min)

- **Zhrnutie:** Celá séria SHEMA nebola o projekte na sociálnej sieti, ale o premene srdca. r/HEMAexperience bola len tréningová pôda.
- **Modlitba v skupinkách:** Krátke modlitby za to, aby to, čo začalo na Reddite ako výzva, pokračovalo v ich životoch ako životný štýl.
- **Posledný bod pre vedúceho:** Po skončení mládeže zaves na r/HEMAexperience **finálny post:** „Vďaka za dnešnú otvorenosť naživo. Komunita nekončí, priestor zostáva otvorený pre každého, kto nechce kráčať sám.“

