



Prečo sa modliť?



## Úvaha o modlitbe Otče náš

„Otče náš, ktorý si na nebesiach.“

Mt 6,9

Ježišova modlitba sa začína oslovením – Otče. Boh náš vzťah definuje ako vzťah medzi otcom a dieťaťom. Tým nás stavia do svojej vrelosti, ochrany, starostlivosti, záujmu a blízkosti. Začiatok tejto modlitby naznačuje, že jej zmyslom je rozvíjanie vzťahu; skutočný rozhovor dvoch osôb, a nielen predloženie nášho „nákupného“ zoznamu.

**Nie každý má so svojimi rodičmi kladný vzťah. Ako si predstavujem milujúceho otca?**

.....

**Je ťažké plne pochopiť Božiu veľkosť. Čo pre mňa znamená, že Boh je prístupný a má záujem o osobný rozhovor so mnou?**

.....

**Akú moju túžbu môže uspokojiť iba môj nebeský Otec?**

.....



Prečo sa modliť?



## Úvaha o modlitbe Otče náš

„Posväť sa meno tvoje.“

Mt 6,9

Prvá prosba modlitby vyjadruje hlbokú túžbu vzdať Bohu česť. Boh je svätý. Nie je jedným z mnohých, ale tým Jediným nad všetkými. Rovnaká túžba odráža podstatu prvých troch príkazov z Desatora.

**Koho obdivujem a rešpektujem? Prečo?**

.....

**Je fascinujúce, že Boh je milujúci Otec a zároveň svätý, veľký a všemohúci Boh.**

**Čo ma na Bohu fascinuje?**

.....

**V Biblii určité meno často predstavuje niečí charakter. Hagar nazvala Boha „El-roi“, „Boh, ktorý ma vidí“ (pozri Gn 16,13). Aké meno by som dal Bohu ja?**

.....



Prečo sa modliť?



## Úvaha o modlitbe Otče náš

*„Príď kráľovstvo tvoje.“*

Mt 6,10

Život na tejto planéte už dávno nie je taký, aký ho Boh pôvodne stvoril. Táto druhá prosba preto vyjadruje túžbu po návrate Božieho zamýšľaného sveta. Modliť sa ju znamená prosiť Boha o to, aby si nás používal na uskutočnenie svojich zámerov a na budovaní svojho kráľovstva.

**V Božom svete je dôležité prejavovať jemnú silu. Božie kráľovstvo je najlepšie opísané v Kázaní na hore. Prečo Boh definuje moc inak než my?**

.....

**V akých situáciách túžim po nebi?**

.....

**Ako môže Boh uskutočniť svoje zámery v tomto svete prostredníctvom mňa?**

.....



Prečo sa modliť?



## Úvaha o modlitbe Otče náš

*„Bud' vôľa tvoja ako v nebi, tak i na zemi.“*

Mt 6,10

Rovnako sa modlil aj Ježiš v Getsemanskej záhrade: „*No nie ako ja chcem, ale ako ty!*“ (Mt 26,39.42). V tejto prosbe je ukrytá hlboká túžba odhaľovať skryté Božie plány, hodnoty a princípy v mojom živote aj na celom svete.

**„... že mám plniť tvoju vôľu. A to chcem, Bože môj, vo svojom vnútri mám tvoj zákon.“ (Ž 40,9). Ako sa človek dostane k tomu, že povie tieto slová?**

.....

**Kedy poviem: „... nie ako ja chcem, ale ako ty!“?**

.....

**Ako môžem dôverovať Bohu, aj keď jeho odpoveď na moje modlitby je „nie“?**

.....



Prečo sa modliť?



## Úvaha o modlitbe Otče náš

*„Chlieb náš každodenný daj nám dnes.“*

Mt 6,11

Prvá polovica modlitby Otče náš sa zameriava výhradne na Boha a jeho zámery. Sme vyzvaní, aby sme Boha chválili a uctievali a aby sme sa podriadili jeho vôli. Tak sa začína modlitba – osobné prosby sú až druhým krokom, ktorý sa však bez toho prvého nezaobíde.

Druhá polovica modlitby sa potom začína osobnou prosbou o každodenný chlieb. Nie je to samozrejme len o jedle – ide v nej o uvedenie si, že všetko, čo pre život potrebujeme, pochádza od Boha. Prosiť o každodenný chlieb tiež znamená pripomínať si, aby sme nič nebrali ako samozrejmosť, ale aby sme v sebe pestovali vďačnosť za všetko, čo máme.

**Prečo je oslobodzujúce najprv uctievať Boha a potom sa sústrediť na seba, svoj život a svoje požiadavky?**

.....

**Ako môžem byť vďačný za peniaze, ktoré som zarobil vlastnou prácou?**

.....

**Na púšti Izraeliti dostávali dennú porciu manny (okrem soboty). Sám Ježiš hovorí: „Nebudte teda ustarostení o zajtrajšok“ (Mt 6,34). Prečo Boh chce, aby som žil tu a teraz?**

.....



Prečo sa modliť?



## Úvaha o modlitbe Otče náš

*„A odpusť nám naše viny, ako i my odpúšťame svojim vinníkom.“*

Mt 6,12

V tejto prosbe ide o náš vzťah s Bohom a s druhými. Vyznanie našich vín, ktoré sa tu prepája s odpustením druhým ľuďom, je pre nás nevyhnutné. Náš vzťah s Bohom nemôže byť v poriadku, ak prechováme pocity krivdy voči druhým. Podobne to Ježiš vysvetľuje aj v jednom podobenstve: *„... odpustil som ti celý dlh, pretože si ma prosil. Nemal si sa teda aj ty zlútovať nad svojím spolusluhom, ako som sa ja zlútoval nad tebou?“* (Mt 18,32.33).

**Prečo je nemožné žiadať odpustenie pre seba, zatiaľ čo ho odopieram svojmu bližnému? Komu by som mal ešte odpustiť?**

.....

**Naozaj vás odpustenie oslobodzuje? Uveďte dôvody svojej odpovede.**

.....

**Môj najkrajší zážitok týkajúci sa odpustenia je...**

.....



Prečo sa modliť?



## Úvaha o modlitbe Otče náš

*„A neuveď nás do pokušenia, ale zbav nás zlého.“*

Mt 6,13

Nie je to Boh, kto nás pokúša (Jk 1,13). V tejto prosbe sa veriaci primkne k Bohu a prosí ako o záchranu pred zlom, tak aj o pomoc pri odolávaní rôznym pokušeniam. Kresťan je od Boha celkom závislý a očakáva od neho každodennú podporu a duchovnú posilu.

**Ktoré oblasti pre mňa predstavujú skutočné pokušenie?**

.....

**Ako poznám, že moja viera rastie a že sa stále viac podobám Ježišovi?**

.....

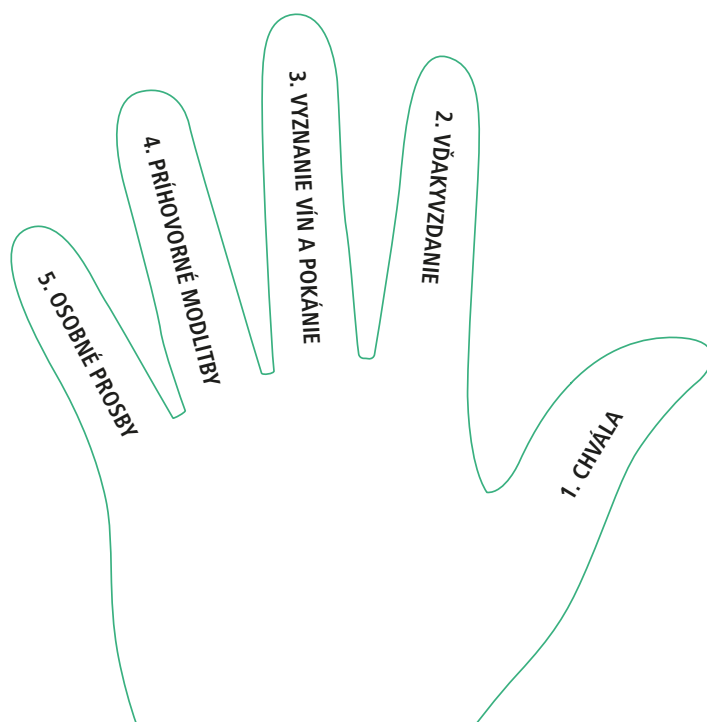
**Ako Boh prostredníctvom ťažkých okolností spôsobil v mojom živote niečo krásne?**

.....

# Modlitba ako vnútorný postoj



## Prvky modlitby



- 1 „Zveľbovať budem Hospodina v každom čase, ústami ho budem ustavične chváliť.“ (Ž 34,2)

„Hospodin, preto ťa budem chváliť medzi národmi a ospevovať tvoje meno žalmami.“ (2Sam 22,50)
- 2 „No vďaka Bohu, ktorý nám dáva víťazstvo skrze nášho Pána Ježiša Krista!“ (1Kor 15,57)

„Predstúpme vďačne pred jeho tvár, zvučne ho velebme žalmami!“ (Ž 95,2)
- 3 „Môj ľud, po mne pomenovaný, sa pokorí, bude sa ku mne utiekať a odvráti sa od svojich zlých ciest, vypočujem ho z nebies, odpustím mu hriech a jeho zem uzdravím.“ (2Krn 7,14)

„Kto tají svoje previnenia, nebude mať úspech, kto ich však vyzná a zanechá, dosiahne milosrdenstvo.“ (Prís 28,13)
- 4 „Predovšetkým teda žiadam, aby sa konali prosby, modlitby, prihovorné modlitby, vďaky za všetkých ľudí...“ (1Tim 2,1)

„Ďakujeme Bohu za vás všetkých vždy, keď si na vás spomíname vo svojich modlitbách.“ (1Tes 1,2)
- 5 „A všetko, o čo budete s vierou prosiť v modlitbe, dostanete.“ (Mt 21,22)

„Pre nič nebuďte ustarostení, ale vo všetkom s vďakou predkladajte Bohu svoje žiadosti vo svojich modlitbách a prosbách.“ (Flp 4,6)





## Modlitby za pochodu

„Ty, Hospodin, neodopieraj mi svoje milosrdenstvo!  
Tvoje milosrdenstvo a vernosť nech ma ustavične chránia!“  
Žalmy 40,12

„Obráť sa ku mne a zmiluj sa nado mnou,  
lebo som osamelý a biedny.  
Útrapy môjho srdca sa rozmnožili.  
Vyveď ma z mojich úzkostí!  
Pozri sa na moju biedu a trápenie!  
Sním zo mňa všetky hriechy!“  
Žalmy 25,16–18

„Veď ty si moja skala, moja pevnosť,  
pre svoje meno ma veď a sprevádzaj.“  
Žalmy 31,4

„Ja len tebe dôverujem, Hospodin.  
Povedal som: Ty si môj Boh.“  
Žalmy 31,15

„Veď ma svojou pravdou a vyučuj ma, lebo ty si Boh mojej  
spásy, na teba čakám deň čo deň.“  
Žalmy 25,5

„Prečo si sklúčená, moja duša, prečo sa znepokojuješ?  
Čakaj na Boha, ešte mu budem ďakovať,  
svojmu Spasiteľovi, svojmu Bohu.“  
Žalmy 42,14

„Budem ťa žehnať po celý život,  
v tvojom mene budem dvíhať ruky.“  
Žalmy 63,5

„Dal si mi okúsiť mnohé súženia a biedy,  
no znova ma oživiš a vyvedieš z hlbín zeme.“  
Žalmy 71,20





## Prečítajte si aj úryvky z ďalších piesní...

Prečítajte si aj úryvky z ďalších piesní a zamyslite sa nad nimi:

*Aj keď si nepohol vrchmi,  
ktorými potrebujem pohnúť;  
hoci si nerozdelil vody,  
cez ktoré by som rada prešla;  
aj keď si mi nedal odpoveď,  
keď som o ňu žiadala –  
napriek tomu Ti budem dôverovať,  
budem Ti dôverovať.*  
Z piesne „Trust In You“ od Lauren Daigle

### Čo vás v týchto textoch oslovilo?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Viem, že svojou mocnou rukou dokážeš  
a môžeš zachrániť z plameňov ohňa.  
Ale aj keby nie,  
stále budem dôverovať jedine Tebe.*  
Z piesne „Even If“ od MercyMe

### Čím vás oslovili tieto texty?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Až doteraz som si bol istý, Bože,  
že by si sa sklonil  
a zotrel nám slzy,  
zostúpil by si a zachránil.  
Ale opäť hovorím „amen“ a stále prší...*

*Budem Ťa chváliť aj v tejto búrke  
a zdvihnem ruky,  
pretože Ty si, kto si,  
bez ohľadu na to, čo sa stane.  
A každú slzu, ktorú vyroním,  
držíš vo svojej ruke,  
nikdy si ma neopustil.  
A hoci moje srdce krváca,  
budem Ťa chváliť v tejto búrke.*

Z piesne „Praise You In This Storm“ od skupiny Casting Crowns

### Čo vás oslovilo v texte tejto piesne?

.....

.....

.....

.....

.....

.....



## Skupinová aktivita

1. Stiahnite si stránku s otázkami, vystrihnite ich, preložte a vložte do nádoby/čapice.
2. Každý si vylosuje dva papieriky, nahlas prečíta otázky a odpovie na ne. Môžete urobiť toľko kôl, koľko chcete.

Podel' sa o svoj najkrajší modlitebný zážitok.	Vymenuj päť vecí, ktoré máš rád na svojej rodine.	Kde sa cítiš naozaj v bezpečí?	Kto ti v živote najviac fandí?	Komu si naposledy pomohol?
Akými troma slovami by ťa charakterizoval tvoj najlepší kamarát?	Ktoré Božie zaslúbenie považuješ momentálne za najkrajšie?	Čím alebo ako ťa Boh niekedy prekvapil?	Čo si sa naučil od svojich rodičov?	Aký najkrajší dar si v živote dostal?
Na ktorú dovolenku spomínaš najradšej?	Čo bolo v minulom týždni najlepšie?	Vymenuj päť svojich dobrých vlastností.	Po čom si túžil celé roky – a teraz to máš?	Ako ťa Boh našiel?
Čo máš rád na svojich priateľoch (z mládeže, zo školy alebo odkiaľkoľvek, kde sa cítiš dobre)?	Akú fotku máš momentálne najradšej?	Pomohol ti Boh v nejakých ťažkých situáciách? Ako?	Kedy si sa pri stretnutí s niekým iným dozvedel niečo o Bohu?	Čo dobré ti dali tvoji rodičia?
Kto ti naposledy urobil radosť?	Kým je pre teba Pán Boh?	Aké miesto alebo prírodný úkaz považuješ v Božom stvorení za najkrajšie?	Porozprávaj o tom, keď ťa obohatilo stretnutie s niekým novým.	Čo najkrajšie o tebe niekto niekedy povedal?
Čo považuješ za najúžasnejšiu vec, akú Boh stvoril?	Čo ti zaručene vždy urobí radosť?	Keby si mal niekomu kúpiť dar za 10 eur, čo by si kúpil a komu?	Máš nejaký obľúbený citát alebo príslovie?	Čo sa ti najviac páči na Bohu?