

8 PĂRȚI · O SĂPTĂMÂNĂ PENTRU FIECARE

Sticky Faith Every Day

În 8 săptămâni, să-L observăm mai mult pe Dumnezeu

CURRICULUM PENTRU O CREDINȚĂ PUTERNICĂ, PENTRU LUCRAREA TA CU TINERII

Ghidul pentru lideri · Ghidul zilnic · Idei pentru familii

Fuller Youth Institute · Versiunea în limba română: Pulse

Cuprins

Introducere pentru lideri 3

Săptămâna 1: Observă 6
- Pe o singură pagină 7
- Ghidul pentru lideri 8
- Ghidul zilnic 12
- Ghidul zilnic extra 16
- Idei pentru familii 18

Săptămâna 2: Deconectează-te 20
- Pe o singură pagină 21
- Ghidul pentru lideri 22
- Ghidul zilnic 26
- Idei pentru familii 29

Săptămâna 3: Primește 30
- Pe o singură pagină 31
- Ghidul pentru lideri 32
- Ghidul zilnic 36
- Idei pentru familii 39

Săptămâna 4: Predă-te 40
- Pe o singură pagină 41
- Ghidul pentru lideri 42
- Ghidul zilnic 46
- Idei pentru familii 49

Săptămâna 5: Simplifică 50
- Pe o singură pagină 51
- Ghidul pentru lideri 52
- Ghidul zilnic 55
- Idei pentru familii 58

Săptămâna 6: Varsă-ți inima 59
- Pe o singură pagină 60
- Ghidul pentru lideri 61
- Ghidul zilnic 65
- Idei pentru familii 68

Săptămâna 7: Pierde ca să găsești 69
- Pe o singură pagină 70
- Ghidul pentru lideri 71
- Ghidul zilnic 74
- Idei pentru familii 76

Săptămâna 8: Devino nou 77
- Pe o singură pagină 78
- Ghidul pentru lideri 79
- Ghidul zilnic 82
- Idei pentru familii 85

© Fuller Youth Institute · Versiunea în limba română: Pulse, cu permisiunea Fuller Youth Institute.

Citatele biblice sunt preluate din Noua Traducere Românească (NTR), Copyright © 2007, 2010, 2016, 2021 Biblica, Inc. Folosit cu permisiune. Toate drepturile sunt rezervate.

Introducere pentru lideri

În 8 săptămâni, să-L observăm mai mult pe Dumnezeu



Când vine vorba să-i pregătești pe absolvenții de liceu pentru viața de după grupul de tineret, acestea sunt probabil cele mai importante două cifre pe care ar trebui să le cunoști.

- Aproximativ jumătate dintre tinerii din ultimul an de liceu se luptă serios, după absolvire, să-și păstreze credința și să-și găsească o biserică.
- Doar cam unul din șapte studenți din primul an s-a simțit bine pregătit de grupul lui de tineret pentru ce l-a așteptat după terminarea liceului.

Pentru noi însă, cercetarea aceasta înseamnă mai mult decât cifre. E vorba de tineri reali: tineri care sunt chiar acum în grupul tău de tineret.

Timp de șapte ani, echipa noastră de la Fuller Youth Institute (FYI) a însoțit peste 500 de absolvenți ai grupurilor de tineret în trecerea lor spre facultate, ca să înțeleagă mai bine cum îi putem ajuta pe adolescenți să-și dezvolte o credință care durează sau, cum îi spunem noi, *Sticky Faith* (o credință care rămâne). **Ce a început ca proiect de cercetare a devenit o mișcare**: o mișcare de biserici, părinți, bunici, lideri de tineret, lucrători cu copiii și pastori principali care vor să-i echipeze pe tineri cu o credință care după liceu nu doar supraviețuiește, ci înflorește. Intră oricând pe fulleryouthinstitute.org/stickyfaith (în limba engleză). Acolo găsești multe resurse pe care le-am creat ca să te sprijinim pe acest drum.

Ce am învățat din cercetarea noastră este că practicile spirituale regulate sunt importante pentru Sticky Faith. Și totuși, adolescenții adesea nu știu cum să-și îngrijească singuri creșterea spirituală. Cercetarea FYI arată că doar jumătate dintre tinerii din ultimul an de liceu se roagă o dată pe zi sau citesc Biblia o dată pe săptămână. Dincolo de rugăciune și de citirea Bibliei, adolescenții par să aibă foarte puțină experiență și cu alte practici spirituale atemporale, care ar putea face o diferență reală în viața lor de zi cu zi.

> Aceste statistici provin dintr-o compilație de studii diferite. Mai multe despre aceste studii găsești la fulleryouthinstitute.org/stickyfaith.

Ca proiect care continuă cercetarea Sticky Faith, ne-am luat un an ca să studiem practicile spirituale care îi leagă în mod deosebit pe copii și pe tineri de Dumnezeu și hrănesc o credință durabilă. Ne-am concentrat pe practicile care ajută la integrarea credinței în toată viața. Am invitat câțiva lucrători de tineret cu experiență, oameni care gândesc în profunzime, să reflecteze împreună cu noi. Totul a fost posibil datorită generozității unei fundații. Din această explorare am dezvoltat acest material despre practicile spirituale, ca punct de pornire pentru liderii de tineret și pentru părinți, ca să-i invite pe tineri să descopere și să încerce noi ritmuri ale credinței. **Ritmuri care îi ajută să construiască Sticky Faith în fiecare zi.**

Cum folosești acest material?

Am creat o serie de 8 săptămâni pe care o poți adapta la contextul tău. Nu trebuie neapărat s-o folosești ca serie de 8 săptămâni: de exemplu, o poți comprima în patru săptămâni sau o poți întinde pe

șaisprezece. Ideea este să-ți dăm o structură pe care s-o folosești ca să-i ajuți pe tineri să regândească disciplinele spirituale și să se implice din nou în ele, ca pe un mod de a-L observa pe Dumnezeu tot mai mult în fiecare zi, cu mult dincolo de serie. Ne dorim ca tinerii să fie încurajați să-L caute activ pe Dumnezeu, iar și iar, toată viața lor.

În fiecare săptămână primești:

1. Ghidul liderului O sesiune de 20-30 de minute pe care o poți folosi în grupul de tineret sau într-un grup mic. Dacă preferi să dedici temei săptămânii doar 5-10 minute (de exemplu, ca parte din timpul de închinare), poți folosi și numai una dintre secțiuni:

Observă clipa: o activitate de început, o discuție sau un exercițiu care îți ajută grupul să se concentreze pe tema săptămânii.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu: o întâlnire ghidată cu Biblia, fie prin învățătură, prin meditație asupra textului sau printr-un alt exercițiu.

Observă prezența lui Dumnezeu: un exercițiu de rugăciune în comun sau un moment de reflecție care îi ajută pe tineri să se conecteze cu prezența lui Dumnezeu.

Observă în săptămâna aceasta: propuneri de pași prin care experiența aceasta poate curge în restul săptămânii, în viața de zi cu zi.

2. Ghidul zilnic Ceva ce un tânăr, un lider sau un părinte poate face acasă, singur, o dată sau de mai multe ori pe săptămână, ca să se gândească mai departe la temă și să încerce și să consolideze o practică spirituală. Ghidul zilnic urmează în fiecare săptămână același tipar ca Ghidul liderului. Ați putea chiar să implicați toată biserica voastră în această serie și să folosiți Ghidul zilnic între generații.

3. Idei pentru familii Practici pe care o familie le poate face împreună, plus întrebări pe care membrii familiei și le pot pune unii altora în timpul săptămânii.

Seria aceasta a fost dezvoltată de o echipă de lideri de tineret care lucrează zilnic cu adolescenți și cu familiile lor, împreună cu echipa de autori FYI. Cei mai mulți dintre ei au folosit materialul în propria lucrare în timpul Postului Mare, alături de alte locuri de testare din SUA, care au dat feedback pentru acest produs final.

Te rugăm însă să ții cont de un lucru: chiar dacă toți lucrăm cu tinerii, nu cunoaștem biserica ta. Nu-i cunoaștem nici pe tinerii tăi, nici felul în care faceți de obicei lucrurile. S-ar putea să descoperi că unele dintre aceste idei nu funcționează în contextul tău. Folosește părțile din acest ghid care îi sunt de folos grupului tău, iar restul adaptează-l sau refă-l (sau aruncă-l la gunoi!). Poate preferi instrucțiuni clare, scrise în detaliu, sau poate lucrezi mai liber. Adaptează materialul în consecință.

Despre Postul Mare... Poate că ești obișnuit să ții Postul Mare ca biserică sau în grupul de tineret, poate că nu. Dar această tradiție bogată a Bisericii ne oferă puncte de plecare foarte bune pentru o ucenicie mai profundă. Și este vorba de mult mai mult decât să renunți la ciocolată.

Pentru că Postul Mare este o perioadă fixă de 40 de zile din anul bisericesc, care duce spre Paște, și este ținut în diferite confesiuni, te invităm să folosești Postul Mare ca pe o ocazie de a-i introduce pe tineri în practici noi. Vei regăsi unele dintre aceste teme în material, de la o săptămână la alta.

Dar, desigur, nu trebuie să-l folosești în paralel cu Postul Mare; poate fi și o serie de sine stătătoare sau poate fi adaptat pentru o săptămână de tabără. Sau, dacă în biserica ta se vorbește foarte puțin despre Postul Mare, îl poți folosi totuși în săptămânile dinainte de Paște, fără să pomenești nici măcar o dată cuvintele „Postul Mare”.

Oricum l-ai folosi, ne-ar bucura foarte mult feedbackul tău! Trimite-ne impresiile sau poveștile tale la FYI@fuller.edu și urmărește blogul Fuller Youth Institute și FYI E-Journal pe parcursul seriei, ca să primești noutăți. Mulțumim pentru privilegiul de a-I sluji lui Isus împreună prin această serie, în fiecare zi!

Kara Powell, Brad Griffin și echipa de autori a curriculumului „Sticky Faith Every Day": Josh Bishop (Mars Hill Bible Church), Mindy Coates-Smith (Bel Air Presbyterian), April Diaz (Newsong Church), Laura Larsen (2nd Presbyterian), Keegan Lenker (Pasadena Nazarene), Jesse Oakes (Lake Avenue Church) și Mike Park (Newsong Church).

Mulțumiri speciale lui Daniel S. Kim, care a conceput atât versiunea pilot, cât și versiunea finală a acestui curriculum și a creat și administrat componentele online.



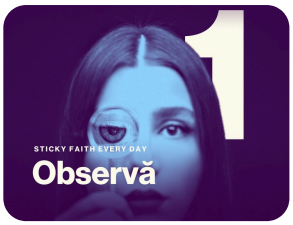
SĂPTĂMÂNA 1 · CUPRINS

Ideea principală: A învăța să-L observi pe Dumnezeu este miezul vieții spirituale. Practicile și disciplinele spirituale pe care le exersăm singuri sau împreună cu alții ne pot ajuta să devenim tot mai conștienți de prezența și puterea lui Dumnezeu.

Pe o singură pagină 7
Ghidul pentru lideri 8
Ghidul zilnic 12
Ghidul zilnic extra 16
Idei pentru familii 18

Observă

Desfășurarea pentru liderul grupului



Ideea principală: A învăța să-L observi pe Dumnezeu este miezul vieții spirituale. Practicile și disciplinele spirituale pe care le exersăm singuri sau împreună cu alții ne pot ajuta să devenim tot mai conștienți de prezența și puterea lui Dumnezeu.

Ai nevoie de: Hârtie și pixuri pentru fiecare, tablă sau coală mare de hârtie, Biblii. 20-30 de minute; pentru 5-10 minute alege doar o secțiune.

1 Observă clipa

- Împarte foi; o linie de sus până jos: două coloane.
- În stânga, în 30 de secunde, tot ce s-a întâmplat azi (dimineața: ieri), apoi încercuiesc două, trei lucruri.
- În doi: Ce a ieșit cel mai mult în evidență și de ce?
- În dreapta notează sau marchează cu o steluță: unde L-aș fi putut observa pe Dumnezeu?
- Scrie „Observă” pe tablă sau pe coala de hârtie.

Unii oameni spun că „a fi atent” este miezul vieții spirituale. De ce credeți că gândesc așa?

Ce faceți deja ca să observați prezența lui Dumnezeu sau semnele pe care poate vrea să vi le dea?

2 Observă Cuvântul lui Dumnezeu

- Matei 6:1-18 citit cu voce tare în cinci fragmente: versetele 1-4, 5-8, 9-13, 14-15, 16-18.
- Adunați: a da, a se ruga, a ierta, a posti. Isus spune „când”: El pornește de la ideea că urmașii Lui le trăiesc.
- Numiți ideea care se repetă: practicile pot deveni spectacol (exemplu: Luca 18:9-14).

Ați remarcat o idee care se repetă în instrucțiunile lui Isus?

Dacă ești gata să fii sincer: când a fost propria ta spiritualitate mai degrabă un simbol de statut decât un mod de a-L căuta pe Dumnezeu?

3 Observă prezența lui Dumnezeu

- Priviți înainte: ce faceți în următoarele 24 de ore? Adunați totul sub „Observă”.
- Fiecare alege în tăcere unul sau două lucruri și își scrie inițialele lângă ele, în timp ce cântați o cântare.
- Rugăciune în cerc, cu spatele unii la alții, cu fața spre exterior, chiar cu ochii deschiși.

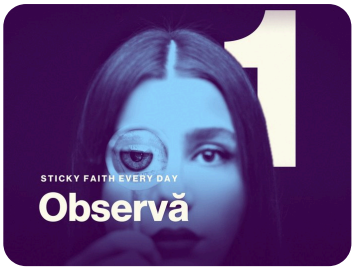
4 Observă în săptămâna aceasta

- Dă-le Ghidul zilnic (Psalmul 25, Lectio Divina, Tatăl nostru) și vorbește despre „a renunța și a adăuga”.
- Dă-le părinților Ideile pentru familii.
- Pentru predică sau grup mic: Ioan 1:35-39 și Isaia 58:6-8.

Rezumatul lecției „Observă” din Sticky Faith Every Day de la Fuller Youth Institute; întrebările și ideea principală sunt redate cuvânt cu cuvânt din lecție, iar toată îndrumarea se găsește în Ghidul pentru lideri, pe pagina următoare.

Observă

Ghidul pentru lideri



Pregătire

Ideea principală: A învăța să-L observi pe Dumnezeu este miezul vieții spirituale. Practicile și disciplinele spirituale pe care le exersăm singuri sau împreună cu alții ne pot ajuta să devenim tot mai conștienți de prezența și puterea lui Dumnezeu.

Ai nevoie de:

- Hârtie și ceva de scris pentru fiecare tânăr
- Tablă sau coală mare de hârtie și markere potrivite
- Biblii
- Opțional: un videoclip pentru început

Dacă folosești acest ghid în legătură cu Postul Mare

Biserica ta și/sau grupul vostru de tineret are poate deja tradiții legate de Miercurea Cenușii, poate cu o slujbă în care se împarte și se primește cenușa. Ghidul acesta nu încearcă să înlocuiască fundamentele pe care le-ați pus deja pentru Miercurea Cenușii și nici să treacă peste ele (online găsești multe resurse bune, dacă ai nevoie de și mai multe idei). În schimb, această sesiune de 20-30 de minute poate fi parte dintr-o întâlnire obișnuită a grupului mare sau a unui grup mic, înainte de săptămâna în care începe Postul Mare sau în timpul ei. Poate o poți folosi chiar ca introducere la o ceremonie tradițională cu cenușă.

Observă clipa

Împarte hârtie și pixuri. Roagă-i pe tineri să tragă o linie pe mijlocul foii, de sus până jos, ca să iasă două coloane verticale.

Explică: Haideți să începem prin a ne gândi câteva minute la ziua de azi. Vă dau 30 de secunde ca să scrieți în coloana din stânga tot ce ține de ziua voastră (ce ați făcut sau ați spus, cu cine ați fost). Gândiți-vă la oameni, locuri, sentimente, acțiuni, la orice vă vine în minte când vă treceți ziua din nou prin fața ochilor. Scrieți cât mai mult.

Notă: Dacă vă întâlniți dimineața, lasă-i pe tineri să se gândească în schimb la ziua de ieri.

Dă-le tinerilor 30 de secunde pentru asta. Apoi roagă-i să-și parcurgă repede lista și să încercuiască două sau trei lucruri care au ieșit cel mai mult în evidență azi, fie pentru că au fost bune sau rele, fie pentru că au stârnit cele mai puternice sentimente.

Apoi invită-i pe tineri să se așeze câte doi și să-și spună unul altuia unul sau două lucruri care au ieșit în evidență în mod deosebit azi.

Explică: Luați-vă acum un moment și spuneți-i partenerului vostru de ce anume o parte din ziua voastră a ieșit cel mai mult în evidență.

După ce ai adunat din nou grupul, subliniază că pe unele experiențe din viața noastră de zi cu zi le observăm mai intens decât pe altele. Dacă ai timp, roagă câțiva tineri să spună cu voce tare ce le-a atras cel mai mult atenția și poate chiar de ce.

Apoi adu-le aminte tinerilor de coloana din dreapta de pe foaia lor.

Explică: Acum vreau să vă treceți ziua încă o dată prin minte, cu ajutorul notițelor din coloana din stânga. De data aceasta însă, imaginați-vă ce ar fi vrut poate Dumnezeu să vă spună, să vă arate sau să vă facă să experimentați prin întâmplările zilei voastre.

Notați câteva dintre aceste gânduri și formulări în coloana din dreapta. Dacă vă e greu să găsiți cuvinte pentru asta, puteți pur și simplu să puneți o steluță în coloana din dreapta, în dreptul oamenilor, locurilor, întâmplărilor sau sentimentelor din coloana din stânga la care vă întrebați dacă L-ați fi putut observa pe Dumnezeu, dacă ați fi fost atenți.

Dacă lucrezi cu un grup mai tânăr sau dacă tinerii nu se descurcă deloc, le poți da un exemplu din propria ta zi.

Apoi fă trecerea spre Postul Mare și spre tema „Observă" din această resursă: scrie cuvântul „Observă" pe tablă sau pe coala de hârtie și împărtășește gândurile următoare:

Explică: Probabil aveți impresia că „observați" deja destul de multe în cursul unei zile: vremea, hainele pe care le poartă alții la școală, mesajele de la cei mai buni prieteni. E bine așa, dar mai există un fel de a observa. Pe lângă lucrurile cărora le dăm atenție în fiecare zi (sau nu), suntem invitați să observăm și lucrarea lui Dumnezeu, dincolo de toate acestea.

Întrebare: Unii oameni spun că „a fi atent" este miezul vieții spirituale. De ce credeți că gândesc așa?

După ce tinerii au dat câteva răspunsuri:

Explică: Sunt de acord că e esențial pentru creșterea noastră spirituală personală și pentru noi ca comunitate să fim atenți la ce face Dumnezeu chiar acum. De aceea, călătoria aceasta din următoarele opt săptămâni este o invitație de a-L observa pe Dumnezeu tot mai mult în fiecare zi. Și este unul dintre motivele pentru care mă bucur tare că trăim asta împreună. Când Îl observăm mai mult pe Dumnezeu, sunt mai mari șansele ca credința noastră să crească și să „se lipească" cu adevărat, să rămână.

Întrebare: Ce faceți deja ca să observați prezența lui Dumnezeu sau semnele pe care poate vrea să vi le dea?

Explică: De-a lungul istoriei, mulți oameni au încercat să-L observe pe Dumnezeu și au dezvoltat astfel practici spirituale. Acestea sunt lucruri pe care le facem sau le exersăm ca să facem loc în viața noastră, un loc în care să poată lucra Duhul lui Dumnezeu. Sunt tipare sau obiceiuri pe care le dezvoltăm ca să ne deschidem să-L observăm pe Dumnezeu.

Dacă tu sau unul dintre tinerii prezenți poartă ochelari, ai putea arăta că practicile spirituale ne ajută să-L observăm pe Dumnezeu mai clar, la fel cum ochelarii ne ajută să observăm mai clar lumea din jurul nostru. Ai putea spune și că evreii și creștinii folosesc aceste practici de secole ca să-L observe pe Dumnezeu în viața lor și în lume.

Explică: Faptul că ne facem timp în mod intenționat ca să ne rugăm, să citim Biblia, să ne închinăm sau să luăm Cina Domnului împreună cu alți credincioși: toate acestea sunt practici spirituale. Putem privi aceste practici ca pe niște unelte utile, cu ajutorul cărora învățăm să-L observăm pe Dumnezeu și

lucrarea Lui în noi și în jurul nostru.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Împarte Biblii și citiți împreună învățătura lui Isus din Matei 6:1-18. Roagă cinci tineri diferiți să citească cu voce tare, pe rând, versetele 1-4, 5-8, 9-13, 14-15 și 16-18.

> Aceste versete fac parte dintr-un pasaj mai lung din învățăturile lui Isus, cunoscut ca „Predica de pe Munte". Numele vine din Matei 5:1, unde scrie că Isus S-a suit pe un munte ca să-i învețe pe oameni. Unii cercetători cred că în capitolele 5-7 sunt adunate mai multe învățături ale lui Isus din momente diferite, și nu o singură „predică" ținută într-o anumită zi.

Întrebare: Ce acțiuni sau practici sunt pomenite în acest pasaj? (a da, a se ruga, a ierta, a posti)

Subliniază că Isus spune: „când" dai (Mt 6:2), „când" vă rugați (Mt 6:5 și Mt 6:7) și „când" postiți (Mt 6:16). Isus pornește de la ideea că ucenicii Lui trăiesc aceste practici și vrea să se asigure că ei își observă motivațiile și, dacă e nevoie, le corectează.

Întrebare: Ați remarcat o idee care se repetă în instrucțiunile lui Isus?

Ascultă atent ce spun tinerii. Dacă nu o numesc singuri, explică-le tu.

Explică: Practicile ca dăruirea, postul și rugăciunea le putem folosi și ca să fim observați de alții: ca spectacol, ca să părem deosebit de sfinți sau deosebit de spirituali. Așa cum arată Isus clar în acest pasaj, lucrul acesta se întâmpla atunci la fel ca azi.

Un alt exemplu găsești în învățătura lui Isus din Luca 18:9-14 (pilda despre fariseu și vameș).

Întrebare: În ce fel par oamenii azi să-și etaleze în public practicile spirituale?

Întrebare: Dacă ești gata să fii sincer: când a fost propria ta spiritualitate mai degrabă un simbol de statut decât un mod de a-L căuta pe Dumnezeu?

Poate vrei să împărtășești tu ceva mai întâi, ca să le fie altora mai ușor să înceapă.

După ce tinerii au împărtășit, încheie cu:

Explică: Spre deosebire de asta, Isus pare să spună: când trăim astfel de practici, Dumnezeu nu speră ca alții să ne observe, ci ca ele să ne ajute pe noi să-L observăm mai mult pe El. Când ne rugăm, devenim mai sensibili la Dumnezeu și la ce face El. Când iertăm pe cineva, ne dăm seama că Dumnezeu Însuși este la lucru și ne iartă pe noi.

Observă prezența lui Dumnezeu

Adu-le aminte tinerilor că la începutul acestei sesiuni și-au notat experiențele din ultimele 24 de ore.

Explică: Tocmai ne-am uitat înapoi la ultimele noastre 24 de ore. Acum vreau să privim înainte, la următoarele 24 de ore. Ce o să faceți în următoarele 24 de ore?

Scrie-le răspunsurile pe tablă sau pe coala de hârtie, sub cuvântul „Observă" pe care l-ai notat deja. Continuă până când aveți o listă destul de lungă.

Apoi invită-i pe tineri să privească lista în tăcere câteva momente și să aleagă unul sau două lucruri în care vor să fie atenți în mod conștient la Dumnezeu în următoarele 24 de ore. De exemplu: „Vreau să-L observ mai mult pe Dumnezeu când merg la repetiția de teatru și când îmi fac temele în camera mea."

După cam un minut, invită-i pe tineri să vină în față și să-și scrie inițialele lângă lucrul sau lucrurile alese, în timp ce cântați împreună o cântare.

Încheiați apoi cu o rugăciune împreună. Pentru asta puteți forma un cerc. Apoi întoarceți-vă cu spatele unii la alții. Rugați-vă cu fața spre exterior, poate chiar cu ochii deschiși, ca semn al dorinței voastre comune de a-L observa mai mult pe Dumnezeu în următoarele 24 de ore și în următoarele opt săptămâni.

Observă în săptămâna aceasta

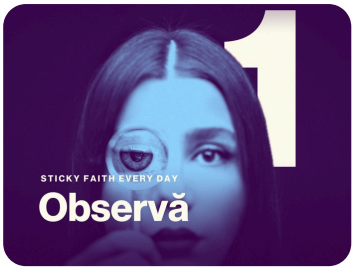
Încurajează-i pe tineri să folosească singuri, pe parcursul săptămânii, materialele din Ghidul zilnic, ca să-și formeze un ritm al observării în rutina de zi cu zi. Dacă folosești materialul în Postul Mare, poți spune că Ghidul zilnic din această serie introduce ideea de „a adăuga și a renunța" ca practici care ne pot ajuta să-L observăm pe Dumnezeu. Încurajează-i pe tineri să se gândească să renunțe intenționat la ceva, ca să facă loc pentru a adăuga altceva, prin care să-L observe mai mult pe Dumnezeu în viața de zi cu zi.

Dacă vrei să pui și mai mult accentul pe „a observa" în predici, în grupurile mici sau în alte întâlniri săptămânale, ai putea să te uiți și la câteva dintre aceste alte pasaje biblice:

- Ioan 1:35-39: Chiar la începutul lucrării lui Isus apar două invitații de a observa, una de la Ioan Botezătorul și una de la Isus: „Iată Mielul lui Dumnezeu!" și „Veniți și veți vedea!"
- Isaia 58:6-8: Domnul Își acuză poporul Israel pentru că a respectat ritualul religios al postului, dar în același timp nu s-a îngrijit de nevoile săracilor. Dimpotrivă: faptele lor „evlavioase" erau chiar legate de exploatarea săracilor. Citește aceste versete și gândește-te care este perspectiva lui Dumnezeu asupra „sensului" postului. Apoi gândește-te cum postul tău (sau, cum îl descriem în Ghidul zilnic, „a renunța/a adăuga") te-ar putea face să te îngrijești de săraci sau să-ți ridici glasul pentru cei asupriți.

Observă

Ghidul zilnic



Observă clipa

Ți-e greu uneori să te concentrezi când citești Biblia sau când te rogi? Da, știm cum e. Și vrem să-ți spunem de la început: cea mai importantă „regulă" este să nu te învinovățești pentru asta. A doua „regulă" (sau, mai bine zis, invitație) este să-i dai o șansă, chiar dacă de obicei ți-e greu.

În această călătorie de 8 săptămâni vom exersa o metodă care s-ar putea să-ți fie cunoscută sau nu. Este vorba mai mult de a te ruga cu Biblia. Nu citești ca să „bifezi" un pasaj sau ca să „înveți ceva nou", ci citești Biblia ca pe o cale de a-L observa pe Dumnezeu.

Iată propunerile noastre ca să încerci asta:

Mai întâi, caută-ți un loc unde poți fi o vreme liniștit și fără să te deranjeze nimeni. Închide telefonul și celelalte aparate electronice (da, chiar așa!) și începe să te liniștești. Unora le e de ajutor să închidă ochii. Alții preferă să privească la ceva care îi ajută să-și concentreze atenția, de exemplu o fereastră, o lumânare sau o cruce.

Inspiră și expiră de câteva ori, încet și adânc, și timp de aproximativ un minut nu face nimic altceva decât să respiri. Spune-I lui Dumnezeu că ești gata să observi.

Nu te grăbi în acest timp în care te liniștești. Când simți că e momentul potrivit, treci la pasul următor.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Mai jos găsești un pasaj din Biblie (Psalmul 25), pe care îl vom folosi pentru un exercițiu pe care Biserica l-a numit de-a lungul istoriei Lectio Divina (înseamnă „lectură spirituală [sau sfântă]" și se pronunță „LEC-ți-o Di-VI-na"). Dacă preferi, îl poți citi și din Biblia ta.

Știm că David este autorul Psalmului 25. Deși nu cunoaștem momentul exact, se crede că a scris acest psalm după ce a săvârșit păcatul adulterului cu Bat-Șeba. În acest psalm, David își arată dorința după o relație intimă cu Dumnezeu. Într-o cultură care vedea Cuvântul și adevărul lui Dumnezeu ca pe niște reguli de respectat, David cere, de exemplu, în versetul 5: „Călăuzește-mă în adevărul Tău".

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Îndrumări pentru Lectio Divina

Citește pasajul de trei ori, încet, și fă între lecturi câte o pauză de liniște.

La prima citire: Doar ascultă cuvintele. Te poate ajuta să citești cu voce tare, dacă ești într-un loc unde se poate.

La a doua citire: Fii atent la ce mai observi. Poate e o propoziție care îți sare în ochi, un cuvânt la care nu ai fost atent prima dată sau altceva de care devii conștient. Poate e o emoție sau o imagine interioară care prinde viață.

La a treia citire: Invită-L pe Dumnezeu să-ți arate un anumit cuvânt, o propoziție, un sentiment sau o imagine care ți se adresează azi ție personal. Roagă-L să-ți arate chiar acum, în ziua aceasta, în clipa aceasta, ce vrea să-ți spună prin acest text. E în regulă dacă nu „se întâmplă" nimic, dar spune-I pur și simplu lui Dumnezeu că ești deschis și că asculți.

Gata? Să începem:

> **1** La Tine, DOAMNE, îmi înalț sufletul.
> **2** Dumnezeul meu, în Tine mă încred:
> să nu fiu făcut de rușine!
> Să nu se bucure dușmanii mei de mine!
> **3** Nimeni dintre cei ce nădăjduiesc în Tine nu va fi făcut de rușine,
> dar vor fi făcuți de rușine cei ce Te trădează fără motiv.
> **4** DOAMNE, arată-mi căile Tale,
> învață-mă cărările Tale!
> **5** Călăuzește-mă în adevărul Tău și învață-mă,
> căci Tu ești Dumnezeul mântuirii mele;
> în Tine nădăjduiesc toată ziua.
> **6** Adu-Ți aminte, DOAMNE, de îndurarea Ta
> și de bunătatea Ta,
> căci ele sunt din veșnicie.
> **7** Nu-Ți aminti de păcatele tinereții mele
> și de fărădelegile mele!
> Adu-Ți aminte de mine potrivit îndurării Tale,
> pentru bunătatea Ta, DOAMNE!
> **Psalmul 25**

Observă prezența lui Dumnezeu

După ce ai citit de trei ori, rămâi o clipă în liniște cu cuvântul, imaginea sau propoziția ta, dacă ai una. Fie că ai, fie că nu, spune-I în orice caz lui Dumnezeu mulțumesc.

Acum roagă-te cu propriile tale cuvinte. Poate vrei să folosești Psalmul 25:4-5 ca rugăciune de început, care apoi trece în propriile tale cuvinte către Dumnezeu. Sau rugăciunea ta devine, pentru încă câteva

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

momente, o observare tăcută în prezența lui Dumnezeu.

DOAMNE, arată-mi căile Tale, / învață-mă cărările Tale! Călăuzește-mă în adevărul Tău și învață-mă, / căci Tu ești Dumnezeul mântuirii mele; / în Tine nădăjduiesc toată ziua. (Psalmul 25:4-5)

A renunța + a adăuga

Ca să-L observi mai mult pe Dumnezeu: poate există ceva în viața ta la care ai putea renunța, ca să ai mai mult loc, energie, timp și concentrare să fii atent la Dumnezeu în mijlocul vieții de zi cu zi.

La fel, poate există ceva ce ai putea adăuga (puțin mai mult timp în rugăciune sau mai multă muzică ce te ajută să te concentrezi pe Dumnezeu), care te-ar ajuta să fii mai sensibil la Dumnezeu.

Gândește-te în rugăciune la ce ai putea renunța din viața ta și ce practică (sau practici) ai vrea să adaugi, ca să faci loc pentru a-L observa mai mult pe Dumnezeu. Scrie aici câteva idei. Dacă iei o hotărâre fermă, scrie-o cât mai concret.

Hotărăsc să renunț la următoarele lucruri din viața mea, ca să-L observ mai mult pe Dumnezeu în fiecare zi:

Hotărăsc să adaug următoarele lucruri în viața mea, ca să-L observ mai mult pe Dumnezeu în fiecare zi:

Observă în săptămâna aceasta

Săptămâna aceasta, fă-ți timp în fiecare zi să te întorci la Psalmul 25. Îl poți citi în același fel sau în moduri diferite: depinde de tine.

Începe și să cultivi o atenție mai mare față de Dumnezeu în viața de zi cu zi (așa cum sapi pământul într-o grădină). Oprește-te în diferite momente ale zilei ca să cauți, să asculți și să simți prezența lucrătoare a lui Dumnezeu. E în regulă dacă nu auzi sau nu simți nimic concret, dar uneori, când invităm Duhul lui Dumnezeu să ne facă mai atenți, asta ne deschide ca, în timp, să observăm mai mult ce face Dumnezeu în jurul nostru.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Încearcă să citești acest pasaj în mișcare, de exemplu în timp ce mergi pe jos la școală sau prin cartier, ori chiar înainte să ieși la alergat. Fii atent la ce observi altfel datorită acestui lucru.

Când cauți săptămâna aceasta moduri de a observa prezența și lucrarea lui Dumnezeu, ai putea folosi și această rugăciune a lui Isus, cunoscută adesea ca „Tatăl nostru” (din Matei 6:9-13). Unii oameni găsesc că e un ritm de ajutor să spună această rugăciune în fiecare zi.

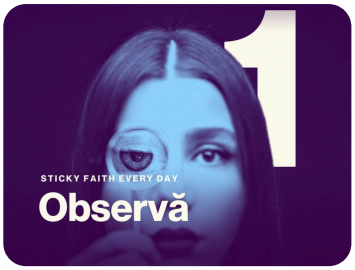
> Tatăl nostru, Care ești în ceruri,
> sfințească-se numele Tău,
> vie împărăția Ta,
> facă-se voia Ta,
> precum în cer așa și pe pământ.
> Pâinea noastră cea de toate zilele dă-ne-o nouă astăzi
> și ne iartă nouă greșelile noastre,
> precum și noi iertăm greșiților noștri.
> Și nu ne duce pe noi în ispită, ci ne izbăvește de cel rău.
> Că a Ta este împărăția și puterea
> și slava în vecii vecilor.
> Amin.
> *(textul liturgic tradițional în limba română)*

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Observă

Ghidul zilnic extra



Postul Mare:

O călătorie de 40 de zile ca să-L observi pe Dumnezeu

Dacă ai auzit deja de Postul Mare, probabil îți vine în minte „să renunți la ceva”, de exemplu „În Postul Mare renunț la ciocolată”.

Într-un fel, e adevărat. Dar nu chiar.

Când încetezi să faci ceva cu care ești obișnuit (de exemplu să mănânci desert), observi alte lucruri. Cu Postul Mare e cam la fel. Este o perioadă (40 de zile, mai exact, fără duminici) în care Biserica a hotărât dintotdeauna să se oprească și să observe ceva. Acest „ceva” este drumul lui Isus spre cruce. În paralel cu drumul Lui, suntem chemați și noi să observăm propriul nostru drum prin moarte și înviere. În multe tradiții, Postul Mare începe cu „Miercurea Cenușii”, când mulți creștini poartă pe frunte sau pe mână o cruce sau o pată de cenușă. Acesta este un simbol care reprezintă moartea noastră sau faptul că suntem „muritori”. Este o amintire a durerii, a suferinței și a pierderii care fac parte din viață. Este o amintire că trebuie să ne întoarcem de la păcat și să ne întoarcem spre Dumnezeu.

Sună cam sumbru, nu?

Dar iată un gând interesant: în engleză, Postul Mare se numește „Lent”, un cuvânt care la origine însemna primăvară. Și chiar în acest anotimp cade Postul Mare. Este anotimpul vieții noi. În mijlocul frigului aspru al iernii și a tot ce arată a moarte, există speranța uimitoare a renașterii.

POSTUL:

A renunța + a adăuga

Postul Mare include adesea o formă de „post”, ceea ce înseamnă de obicei un fel de foame.

Când auzim cuvântul englezesc „fast”, ne gândim de obicei la viteză, ca la fast food sau la mașinile rapide. Poate că tu alergi repede sau îți scrii repede lucrările de control.

În mod ironic, „postul” spiritual înseamnă de fapt exact opusul. Postul este un lucru „lent”. Ne face să ne oprim și să observăm ceva: ceva ce ne lipsește, ceva fără de care ne descurcăm. Ceva ce scoatem din viața noastră (scădem). Cum ar fi mâncarea.

De obicei, postul înseamnă că renunțăm pentru o perioadă stabilită la mâncare sau la anumite feluri de mâncare. Dar postul este o practică ce merge dincolo de mâncare. Poate însemna și să renunțăm la televizor, la rețelele de socializare sau la consolă.

De fapt, postul este opusul unei diete, unde e vorba să ne controlăm corpul ca să ajungem la o anumită talie sau la un abdomen plat. Dacă aceasta este unul dintre scopurile tale, în niciun caz n-ar trebui să postești, pentru că e ușor să confunzi cele două lucruri (sau să sărbătorești unul ca efect secundar al celuilalt).

Postul nu este despre obsesia pentru corpul nostru.

Și iată ce altceva NU este postul:

Nu este o autopedeapsă pentru un comportament rău. Nu este o încercare de a câștiga aprobarea lui Dumnezeu sau de a trebui să-L impresionezi cumva. Este mult mai mare decât toate acestea.

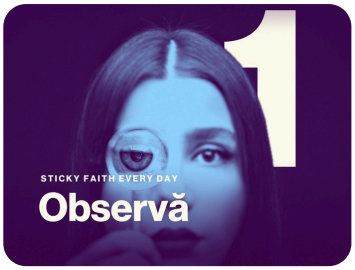
De fapt, la post nu e vorba doar să scazi de dragul scăderii (cum ți se pare poate de cele mai multe ori la matematică). Renunțăm la ceva ca noi (sau poate Dumnezeu) să putem adăuga ceva nou. Cu alte cuvinte: ce se întâmplă în golul lăsat de lucrul la care renunțăm, oricare ar fi el?

Dacă renunțăm la o oră de jocuri video, ce facem cu aceste 60 de minute în plus? Dacă renunțăm la latte macchiato, ce facem cu banii economisiți? Poate că adăugăm o foame adevărată, o foame după creștere spirituală. Poate că adăugăm liniște și odihnă într-o viață plină de zgomot și agitație. Poate că adăugăm rugăciune acolo unde de obicei tăcem față de Dumnezeu. Poate că Dumnezeu adaugă pasiune pentru slujirea săracilor acolo unde de obicei suntem destul de centrați pe noi înșine.

Dacă toate acestea sună interesant, poate vrei să participi la acest Post Mare de 40 de zile împreună cu alți urmași ai lui Isus din toată lumea. În fiecare săptămână îți dăm idei despre cum să-L observi mai conștient pe Dumnezeu în viața de zi cu zi. Le poți folosi așa cum îți sunt cel mai de folos. Multora le e de ajutor să stabilească un anumit moment al zilei pentru rugăciune și pentru alte exerciții, ca să păstreze un ritm. Când te gândești la următoarele 40 de zile, îți recomandăm să te gândești și la ce vrei să renunți și ce vrei să adaugi în timpul Postului Mare, ca să-L observi mai conștient pe Dumnezeu.

Observă

Idei pentru familii



Imprevizibil.

Haotic.

Dependent de situație.

Îți sună cunoscut? Dacă la voi acasă locuiește un adolescent, aceste cuvinte descriu probabil destul de bine viața voastră de zi cu zi. Tinerii abordează multe lucruri esențiale într-un mod întâmplător, haotic și dependent de situație, cum ar fi prieteniile, relațiile, temele. Și aproape sigur și discuțiile și întâlnirile cu tine.

Dar nu folosim cuvintele întâmplător, haotic și dependent de situație ca să descriem vreunul dintre aceste domenii ale vieții. **Le folosim ca să descriem ce am aflat din cercetare despre viața de rugăciune a adolescenților.**

Cercetarea noastră a arătat că practicile spirituale regulate sunt importante pentru ceea ce numim *Sticky Faith*: o credință care rămâne și după terminarea școlii, până la vârsta de tânăr adult. Și totuși, adolescenții adesea nu știu cum să-și îngrijească singuri creșterea spirituală. Cercetarea FYI arată că doar jumătate dintre tinerii din ultimul an de liceu se roagă o dată pe zi sau citesc Biblia o dată pe săptămână. Dincolo de rugăciune și de citirea Bibliei, adolescenții par să aibă, în plus, foarte puțină experiență cu alte practici spirituale atemporale, care ar putea face o diferență reală în viața lor de zi cu zi.

Ca proiect care continuă *cercetarea Sticky Faith*, am studiat practicile spirituale care îi leagă în mod deosebit pe tineri de Dumnezeu și hrănesc o credință durabilă, mai ales pe cele care ajută la integrarea credinței în toată viața. Din această explorare am creat acest material, ca punct de pornire pentru liderii de tineret și pentru părinți, ca să-i invite pe tineri să dezvolte noi ritmuri ale credinței.

Poate vei observa că am adunat intenționat idei care vă aduc pe tine și pe copiii tăi în discuție. Cercetările arată că părinții au una dintre cele mai mari influențe, dacă nu chiar cea mai mare, asupra credinței copiilor lor. Da, și în cazul adolescenților. Cercetarea noastră Sticky Faith a arătat clar și că, pe lângă faptul că e important ca părinții să vorbească cu copiii despre credința lor, e la fel de important ca *părinții să le vorbească copiilor despre propria lor călătorie de credință*. Suntem convinși că toți veți crește prin astfel de discuții.

Tema generală a acestei serii Every Day este: să-L observăm pe Dumnezeu. Unii spun că „a fi atent” este miezul vieții spirituale. Credem că e ceva adevărat în asta. Așadar, această călătorie din săptămânile următoare (pentru mulți dintre voi, această călătorie de 8 săptămâni s-ar putea potrivi bine în Postul Mare, ca pregătire pentru Paște) este o invitație de a observa. A observa ar putea însemna să te oprești puțin, să asculți și să-ți reorientezi într-o oarecare măsură pasul următor. Ar putea însemna să încercați ca familie câteva lucruri noi. Poți înțelege aceste practici așa: sunt căi prin care învățăm să fim atenți și să-L observăm mai conștient pe Dumnezeu și lucrarea Lui în noi și în jurul nostru.

Idei ca să-ți implici toată familia în a-L observa mai mult pe Dumnezeu

Iată câteva idei și sfaturi pentru tine, în timp ce porniți împreună, ca familie, în această călătorie. Te rugăm să ții cont că nu veți putea pune în practică toate ideile. De aceea, alege una sau două pe care vrei să te concentrezi și încercați-le împreună!

- Mulți părinți au observat că adolescenții se închid imediat ce scot devoționalul de familie tipărit. Dacă ai trăit asta, gândește-te la moduri de a purta aceste discuții sau de a încerca aceste activități fără să folosești materialul acesta ca fițuică. Adolescentul tău va prețui cuvintele tale și prezența ta autentică mai mult decât orice am putea formula noi dinainte pentru tine.
- Citiți împreună Psalmul 103:6-14 și minunați-vă împreună de cuvintele mărețe pe care le găsește psalmistul pentru dragostea lui Dumnezeu și de cât de radical îndepărtează Dumnezeu greșelile noastre. Ai putea și să întrebi: Ce înseamnă că Dumnezeu este „îndurător și milostiv, încet la mânie”? Crezi că asta descrie familia noastră, și de ce da sau de ce nu? Unde avem nevoie de ajutorul lui Dumnezeu ca să devenim toți puțin mai asemănători cu El în privința aceasta?
- Vorbiți împreună dacă există ceva la care ați putea renunța (posti) ca familie în timpul acestei călătorii. Dacă faceți asta, aveți grijă să hotărâți împreună, ca familie. Gândește-te și cum îți poți invita copilul să participe, dar dându-i totodată voie să nu participe. Amintește-ți că e vorba să creăm căi prin care să-L observăm mai mult pe Dumnezeu în viața de zi cu zi.
- Recunoaște că anumite sacrificii înseamnă probabil altceva pentru adolescentul tău decât pentru tine. O viață fără internet sau fără telefon, de exemplu, i se pare la fel cum ți s-ar părea ție o viață fără curent electric. Așa că, în loc să te cerți cu adolescentul tău pentru introducerea unei reguli generale „Duminica, fără media”, invită-l să găsească împreună cu tine o soluție care să fie realizabilă pentru toți. Poate că, la un moment dat, va apărea la el dorința unei pauze digitale. Dar ca să fie de durată, această dorință trebuie să vină de la el, nu de la tine.
- Căutați un proiect local sau global pe care vreți să-l sprijiniți ca familie. Dacă renunțați împreună la ceva ce costă timp sau bani, hotărâți tot împreună ce faceți cu acest timp și/sau cu acești bani. Poate puteți dona banii economisiți pentru construirea unei fântâni sau puteți vizita copii bolnavi de cancer în spital. Folosește priceperea adolescentului tău pe internet pentru documentare și încercați împreună ceva nou.
- Dacă mergeți la o slujbă de Miercurea Cenușii, folosiți drumul sau cina pentru o discuție. Întrebați: „De ce ne lăsăm, de fapt, să ni se facă un semn cu cenușă pe frunte?” Vorbiți despre ce înseamnă asta pentru fiecare dintre voi și nu uita să răspunzi și tu personal la această întrebare.
- Săptămâna aceasta, Ghidul zilnic îl invită pe adolescentul tău să citească Psalmul 25:1-7, iar și iar. Gândește-te să faci același lucru și ca la sfârșitul săptămânii să vorbiți împreună despre impresia pe care a lăsat-o pasajul asupra fiecăruia dintre voi.
- În Ghidul zilnic îl invităm pe adolescentul tău să includă rugăciunea „Tatăl nostru” din Matei 6:9-13 în ritmul lui zilnic și săptămânal de rugăciune. Poate vrei să faci asta și în familia ta, ca să aprofundați această rugăciune, să vă minunați de ea și să fiți schimbați prin ea. De fapt, vrem să te încurajăm să folosești și tu Ghidul zilnic în timpul acestei serii de 8 săptămâni.

Speranța noastră este ca acest material să ducă la noi ritmuri de durată pentru familia ta și pentru copilul sau copiii tăi, în propria lor viață cu Dumnezeu. Ca să încurajăm *Sticky Faith Every Day*... o credință care rămâne în fiecare zi.



SĂPTĂMÂNA 2 · CUPRINS

Ideea principală: Când scoatem din priză, cu bună știință, distragerile vieții («unplug», adică deconectează-te), facem loc pentru o legătură mai adâncă cu Dumnezeu.

Pe o singură pagină 21
Ghidul pentru lideri 22
Ghidul zilnic 26
Idei pentru familii 29

Deconectează-te

Desfășurarea pentru liderul grupului



Ideea principală: Când scoatem din priză, cu bună știință, distragerile vieții («unplug», adică deconectează-te), facem loc pentru o legătură mai adâncă cu Dumnezeu.

Ai nevoie de: Muzică și boxă, aparate pentru zgomot și distragere (radio, lumini, uscător de păr, aspirator), Biblii. 20-30 de minute; pentru 5-10 minute alege doar o secțiune.

1 Observă clipa

- În doi povestesc: ce merge bine acum, ce îi enervează și de ce?
- Imediat ce încep să vorbească, fă haos: muzică tare, lumini, aparate. Apoi perechi noi, toate ștecherele scoase din priză.
- Ridică în mână un cablu cu ștecher: distragerile strică și legătura cu Dumnezeu.

Cum a fost prima dată, când ați încercat să vorbiți?

Și cum a fost a doua oară?

2 Observă Cuvântul lui Dumnezeu

- Exodul 20:8-11 citit cu voce tare. Cele Zece Porunci sunt temelia unei relații, nu doar reguli.
- Adunați gânduri sincere despre Sabat; nu e nevoie de o definiție perfectă.
- Explică: Sabat înseamnă „a înceta” sau „a se odihni”, și în fiecare zi, în lucruri mici. Povestește despre propriile tale obstacole.

Ce este de fapt Sabatul? La ce e bun?

De ce ne e atât de greu să avem această odihnă de Sabat? Ce ne stă adesea în cale?

3 Observă prezența lui Dumnezeu

- Răspândiți-vă prin sală; telefoanele închise de tot și puse deoparte sau strânse.
- Distragerile scrise pe o tablă interioară și șterse, 30 de secunde de liniște. Psalmul 46 citit rar de două ori.
- Închinarea, de preferat „unplugged”, doar cu chitara sau a cappella.

Ce cuvânt din text v-a rămas în minte?

Cum ați putea aduce un astfel de moment în viața de zi cu zi? Ce ar trebui să se schimbe pentru asta?

4 Observă în săptămâna aceasta

- Dă-le Ghidul zilnic (Psalmul 46, deconectare intenționată). Provocare: telefonul, consola sau Netflixul oprite o oră, o zi sau toată săptămâna.
- Dă-le părinților Ideile pentru familii.
- Alte texte biblice (opțional): Marcu 1:35-39 și 1 Împărați 19:10-12.

Rezumatul lecției „Deconectează-te” din Sticky Faith Every Day de la Fuller Youth Institute; întrebările și ideea principală sunt redate cuvânt cu cuvânt din lecție, iar toată îndrumarea se găsește în Ghidul pentru lideri, pe pagina următoare.

Deconectează-te

Ghidul pentru lideri



Pregătire

Ideea principală: Când scoatem din priză, cu bună știință, distragerile vieții («unplug», adică deconectează-te), facem loc pentru o legătură mai adâncă cu Dumnezeu.

Ai nevoie de:

- Un dispozitiv digital, o boxă Bluetooth și muzică la alegere pentru început.
- Diferite aparate pe care să le poți băga în priză și scoate din nou, ca să faci zgomot sau să distragi atenția (radio, lumini care clipesc/proiectoare, uscător de păr, mixer, aspirator).

Observă clipa

Explică: Formați perechi și povestiți-vă pe scurt: care e un lucru care merge foarte bine acum în viața ta și unul care mai degrabă te enervează sau te stresează? Spuneți-vă unul altuia de ce e așa.

Imediat ce tinerii încep să vorbească, fă un haos zdravăn: dă muzica foarte tare. Pune niște membri din echipă să treacă prin sală vorbind tare la telefon sau să-i întrerupă pe tineri în mijlocul propoziției. Fă lumina să pâlpâie. În funcție de ce ai la îndemână, ideal e să bagi acum în priză și aparatele pregătite: o lampă de șantier care te orbește, un radio care hârâie, orice lucru care enervează.

Așteaptă câteva minute și apoi continuă cu explicația, vorbind peste zgomot.

Explică: Bun, mulțumesc! Găsiți-vă alt partener și răspundeți-vă la aceleași întrebări: ce merge bine acum, ce merge prost și de ce?

Lasă-i acum pe tineri să vorbească fără zgomot de fond și fără distrageri. Începe imediat să scoți din priză tot ce ai băgat înainte (unplug). Oprește muzica. După câteva minute, adună-i din nou pe toți în grupul mare.

Condu discuția cu următoarele întrebări:

Întrebare: Cum a fost prima dată, când ați încercat să vorbiți?

Întrebare: Și cum a fost a doua oară?

Întrebare: Care a fost diferența? Dacă nimeni nu pomenește că ai scos aparatele din priză, întreabă direct: Ce a trebuit să se întâmple ca să se schimbe atmosfera?

Introdu apoi tema săptămânii ridicând în mână cablul cu ștecher al unuia dintre aparate.

Explică: E foarte greu să construiești o legătură cu cineva când sunt atâtea lucruri care deranjează. Exact așa e și cu relația noastră cu Dumnezeu. Astăzi ne uităm la distragerile din propria noastră viață. Pe unele le avem noi în mână, altele par să fie în afara controlului nostru. Căutăm moduri prin care să scoatem conștient ștecherul (adică să ne „deconectăm”), ca să avem în fiecare zi loc pentru legătura cu Dumnezeu.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Roagă-i pe tineri să deschidă Bibliile la Exodul 20. Roagă pe cineva să citească cu voce tare versetele 8-11.

Întrebare: Ce este de fapt Sabatul? La ce e bun?

Nu-ți face griji dacă nu au la îndemână o definiție teologică perfectă. Adună pur și simplu gândurile lor sincere, chiar dacă pentru ei cuvântul e nou.

Întrebare: De ce credeți că Dumnezeu a pus Sabatul printre cele Zece Porunci?

În Exodul 20 găsim cele Zece Porunci. Ele nu sunt doar niște reguli, ci temelia unei relații cu Dumnezeu. Fiecare poruncă ne spune ceva despre caracterul lui Dumnezeu și despre refacerea relației dintre Dumnezeu și om. Pe scurt: cele Zece Porunci sunt despre relație, nu despre regulamente.

Explică: În Vechiul Testament citim că o zi întreagă pe săptămână era rezervată pentru Sabat.

Întrebare: De ce credeți că a vrut Dumnezeu ca oamenii să păstreze liberă o zi întreagă pentru asta?

Întrebare: Cum ar putea arăta un astfel de Sabat azi, în viața noastră? Ce idei concrete aveți?

Explică: Un Sabat poate fi o pauză intenționată de la școală și de la stres; un timp în care să ne liniștim și să ne întâlnim cu Dumnezeu fără distrageri. E o ocazie să-I încredințăm lui Dumnezeu timpul nostru. Un Sabat nu trebuie să fie doar o dată pe săptămână. Se poate întâmpla și în fiecare zi, în lucruri mici. Gândiți-vă la el ca și cum ați scoate din priză distragerile din cameră, ca să vă opriți și să-L observați pe Dumnezeu.

Întrebare: De ce ne e atât de greu să avem această odihnă de Sabat? Ce ne stă adesea în cale?

E foarte bine dacă vorbești sincer despre propriile tale obstacole înainte să treceți la timpul de rugăciune.

În funcție de cât timp ai și de ideile sau întrebările tinerilor, poți aduce în discuția despre Sabat câteva dintre gândurile următoare:

- Sabat este un cuvânt ebraic și înseamnă „a înceta” sau „a se odihni”. Exact asta se întâmplă când scoatem ștecherul din priză.
- În Geneza 2:2-3 citim că până și Creatorul, după lucrarea dramatică a creației, S-a oprit și S-a odihnit. Dumnezeu a binecuvântat ziua a șaptea și a sfințit-o. Se pare că nu intrase în panică în privința a ceea ce urma, ci a ales cu curaj să Se odihnească și să ne ceară și nouă să facem la fel.
- Deuteronomul 5:15 dă încă un motiv pentru Sabat: să fie o zi în care ne amintim de lucrarea mântuitoare a lui Dumnezeu, prin care Și-a eliberat poporul din sclavie.
- Pe vremea lui Isus, Sabatul, care fusese gândit pentru libertate și odihnă, ajunsese un instrument de asuprire. Liderii religioși adăugau tot mai multe reguli, care îi împiedicau pe oameni să trăiască inima Sabatului. Isus le-a amintit fariseilor că Sabatul fusese gândit ca un dar. Și Isus S-a declarat pe Sine Domn al Sabatului, Domn al odihnei (Marcu 2:27-28; Matei 11:28).
- Evrei 4:9 explică faptul că Isus a venit ca să aducă o odihnă de Sabat pentru poporul lui Dumnezeu. Chiar dacă ea va fi deplină abia la înnoirea finală a tuturor lucrurilor, primim de pe acum

o pregustare a ei atunci când ne luăm un fel de Sabat regulat. Isus ne-a invitat să luăm odihna în serios. În odihna noastră ne putem închina liberi și îi putem ajuta și pe alții să fie liberi să facă la fel.

Observă prezența lui Dumnezeu

Explică: Acum vrem să ne luăm timp să exersăm împreună acest „mod Sabat". Vă ghidez eu în timp ce ne gândim la un text din Biblie, și asta complet fără distrageri, adică „unplugged". Poate că la început o să vi se pară ciudat, dar dați-i o șansă.

Dacă e destul spațiu, lasă-i pe tineri să se împrăștie prin sală.

Fă tema „Deconectează-te" concretă: roagă-i pe toți să-și închidă complet telefoanele (nu doar să le pună pe silențios!) și să le lase undeva unde nu le pot vedea. Poți și să treci cu un coș și să strângi telefoanele pentru tot timpul acesta, ca să fie în siguranță și să nu vibreze în buzunar.

Explică: Mai întâi închideți ochii și respirați adânc. Gândiți-vă la toate distragerile din viața voastră, la tot ce vă provoacă stres, frică sau griji. Imaginați-vă că toate lucrurile acestea sunt scrise pe o tablă.

Acum imaginați-vă cum tabla e ștearsă complet.

Rămânem acum un moment nemișcați și ne deconectăm de toate aceste distrageri. Facem asta cam 30 de secunde.

Dă-le 30 de secunde de liniște adevărată. Pentru tineri, asta poate fi la început neobișnuit sau incomod. Dacă cineva face intenționat zgomot sau îi distrage pe ceilalți, adu-l înapoi la exercițiu, prietenos și calm. Dacă lucrezi cu un grup mai mic de vârstă sau tinerii nu sunt obișnuiți să stea împreună atât de liniștiți, poți scurta timpul la 20 de secunde. Dacă, în schimb, grupul primește bine astfel de exerciții, dă-le fără grijă mai mult timp. Important e să spui clar dinainte cam cât va dura timpul de liniște, ca toți să știe la ce să se aștepte.

Explică: Acum o să vă citesc de două ori Psalmul 46. Fiți atenți dacă vă rămâne în minte un anumit cuvânt sau o propoziție.

Citește textul de două ori, rar și apăsat.

> **1** Dumnezeu este adăpostul și puterea noastră. El este un mare ajutor care nu lipsește în necazuri.
> **2** De aceea nu ne temem, chiar dacă s-ar cutremura pământul și s-ar zgudui munții în inima mărilor
> **3** chiar dacă le-ar vui și le-ar spumega apele și s-ar cutremura munții la revărsarea lor! Selah
> **4** Este un râu ale cărui izvoare înveselesc cetatea lui Dumnezeu, Locul Sfânt al locuințelor Celui Preaînalt.
> **5** Dumnezeu este în mijlocul ei, ea nu se va clătina; Dumnezeu o va ajuta la revărsatul zorilor.
> **6** Națiunile se agită, regatele se clatină; când Își ridică El glasul, pământul se topește.
> **7** DOMNUL Oștirilor este cu noi, Dumnezeul lui Iacov este locul nostru de scăpare! Selah
> **8** Veniți și priviți lucrările DOMNULUI, prin care El a adus pustiiri pe pământ!
> **9** El oprește războaiele până la capătul pământului; El zdrobește arcul, rupe lancea și arde în foc scuturile.

> 10 „Opriți-vă și recunoașteți că Eu sunt Dumnezeu! Eu voi fi înălțat printre națiuni, voi fi înălțat pe pământ!”
> 11 DOMNUL Oștirilor este cu noi, Dumnezeul lui Iacov este locul nostru de scăpare! Selah
> (Psalmul 46:1-11)

Explică: Dacă un cuvânt sau o propoziție ți-a atras atenția, gândește-te acum puțin la ea. Ce ar putea vrea Dumnezeu să-ți spună prin asta? Vă mai dau încă 20 de secunde de liniște.

Așteaptă 20-30 de secunde. Încheie timpul cu o rugăciune scurtă.

Roagă-i pe toți să deschidă ochii. Ia-ți câteva minute pentru un scurt feedback:

Întrebare: Cum a fost pentru voi?

Întrebare: V-a fost ușor sau greu să vă liniștiți? De ce?

Întrebare: Ce cuvânt din text v-a rămas în minte?

Întrebare: V-a ajutat faptul că telefonul era închis? L-ați observat mai bine pe Dumnezeu sau liniștea datorită acestui lucru?

Întrebare: Cum ați putea aduce un astfel de moment în viața de zi cu zi? Ce ar trebui să se schimbe pentru asta?

La final vă puteți ruga împreună sau puteți avea un timp de închinare. Sfat: dacă de obicei folosiți multă tehnică la închinare, încercați azi varianta „unplugged”, doar cu chitara acustică sau a cappella, ca să subliniați tema.

Observă în săptămâna aceasta

Încurajează-i pe tineri să folosească Ghidul zilnic în săptămâna aceasta, ca să se deconecteze mai des în viața de zi cu zi. Dă-le o provocare: „Alegeți un lucru de acasă pe care îl puteți «scoate din priză» (telefonul, consola, Netflixul) și lăsați-l oprit o oră întreagă, o zi întreagă sau poate chiar toată săptămâna!”

Alte texte biblice pentru săptămâna aceasta (opțional):

- Marcu 1:35-39: în ciuda stresului uriaș și a multor cereri, Isus S-a retras ca să Se roage singur.
- 1 Împărați 19:10-12: Ilie nu L-a întâlnit pe Dumnezeu în furtuna zgomotoasă sau în cutremur, ci în liniștea deplină.

Deconectează-te



Ghidul zilnic

Observă clipa

Mai întâi, caută-ți un loc unde poți fi o vreme liniștit și în tăcere. Închide telefonul și celelalte aparate electronice și începe să te liniștești. Scoate-te intenționat un ștecher din priză (de la calculator, de la televizor sau de la altceva), ca gest simbolic de „deconectare” (unplugging). Închide ochii și respiră adânc.

Gândește-te la toate distragerile din viața ta, la tot ce îți provoacă frică, griji sau stres. Imaginează-ți că aceste lucruri sunt scrise în nisipul ud de pe plajă.

Acum imaginează-ți cum vine fluxul, spală complet cuvintele și lasă în urmă doar nisip ud și neted.

Rămâi o clipă în liniște, deconectat de distragerile tale.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Ne vom ocupa de Biblie în patru pași: citire, meditație (reflecție), rugăciune și contemplare.

Primul pas este citirea pasajului: **Citește** Psalmul 46. În timp ce citești, fii atent la cuvintele sau propozițiile care ies în evidență pentru tine.

> **1** Dumnezeu este adăpostul și puterea noastră.
> El este un mare ajutor care nu lipsește în necazuri.
> **2** De aceea nu ne temem,
> chiar dacă s-ar cutremura pământul
> și s-ar zgudui munții în inima mărilor
> **3** chiar dacă le-ar vui și le-ar spumega apele
> și s-ar cutremura munții la revărsarea lor! Selah
> **4** Este un râu ale cărui izvoare înveselesc cetatea lui Dumnezeu,
> Locul Sfânt al locuințelor Celui Preaînalt.
> **5** Dumnezeu este în mijlocul ei, ea nu se va clătina;
> Dumnezeu o va ajuta la revărsatul zorilor.
> **6** Națiunile se agită, regatele se clatină;
> când Își ridică El glasul, pământul se topește.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

7 DOMNUL Oștirilor este cu noi,
Dumnezeul lui Iacov este locul nostru de scăpare! Selah
8 Veniți și priviți lucrările DOMNULUI,
prin care El a adus pustiiri pe pământ!
9 El oprește războaiele până la capătul pământului;
El zdrobește arcul, rupe lancea
și arde în foc scuturile.
10 „Opriți-vă și recunoașteți că Eu sunt Dumnezeu!
Eu voi fi înălțat printre națiuni,
voi fi înălțat pe pământ!”
11 DOMNUL Oștirilor este cu noi,
Dumnezeul lui Iacov este locul nostru de scăpare! Selah

Psalmul 46

Meditează la cuvântul sau la propoziția pe care ai observat-o cel mai puternic. Concentrează-te câteva momente asupra ei. Fă o listă sau desenează câteva imagini cu alte lucruri care îți vin în minte legat de acest cuvânt sau de această propoziție. De ce crezi că ți-a atras atenția?

Roagă-te lui Dumnezeu. Invită-L pe Dumnezeu să-ți vorbească despre propria ta viață în lumina acestui pasaj. Roagă-L pe Dumnezeu să creeze zi de zi o legătură mai adâncă cu tine.

Contemplă însușirile lui Dumnezeu scoase în evidență în Psalmul 46. Fă o listă cu toate lucrurile pe care le aflăm din acest pasaj despre Dumnezeu și despre natura Lui. Mulțumește-I lui Dumnezeu pentru aceste adevăruri.

Planifică încă un timp în săptămâna aceasta ca să-ți iei un moment de Sabat, poate chiar în fiecare zi. Încearcă din nou acest mod de lucru: citire, meditație, rugăciune și contemplare, cu un alt pasaj biblic.

Observă prezența lui Dumnezeu

În momentele din săptămâna aceasta în care ai „scos intenționat ștecherul din priză” (unplugged), ai observat vreo diferență în viața ta sau în timpul tău cu Dumnezeu? Ți-a arătat Dumnezeu ceva ce nu observaseși înainte?

Dacă n-ai avut încă o ocazie reală să te deconectezi (unplug), cum te simți în privința asta?

O parte din a-L observa pe Dumnezeu este să te uiți unde lucrează Dumnezeu în lumea din jurul nostru. E greu când suntem copleșiți de distrageri.

Exact la asta ne invită practicile Sabatului. Există ceva de care te-ai putea „deconecta” (unplug) pentru o vreme, ca să faci loc pentru a-L

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

observa pe Dumnezeu? Nu trebuie să fie un aparat (deși calculatoarele și telefoanele se numără cu siguranță printre ele). Ar putea fi orice fel de distragere.

Ai putea hotărî să „scoți intenționat din priză” un lucru: pentru o oră pe săptămână, zece minute pe zi, o zi pe săptămână sau chiar pentru tot restul acestei serii?

Ia-ți un moment să te gândești la asta și scrie un lucru de care vrei să te deconectezi, precum și cât de des sau cât timp vrei să faci asta.

Amintește-ți că este decizia ta să scoți ceva din rutina ta obișnuită. Nu este o pedeapsă sau ceva ce „ar trebui” să faci. Este o ocazie. Lucrurile de care te deconectezi nu sunt lucruri rele; doar îți iei intenționat o pauză.

Ai grijă să folosești momentele „unplugged” ca să observi unde lucrează Dumnezeu. Dacă hotărăști să nu te deconectezi chiar acum, și asta e în regulă.

Observă în săptămâna aceasta

Dacă hotărăști să te deconectezi de ceva, notează-ți (în minte sau în scris) cum este experiența pentru tine. Îți e greu să lași lucrul de care te deconectezi? Te prinzi că te gândești la el, în loc să te concentrezi să-L observi pe Dumnezeu? Dacă da, nu-ți face griji: este o experiență cât se poate de normală.

Iată câteva idei despre ce poți face cât timp ești „unplugged”:

- Ieși la plimbare sau la alergat și mulțumește-I lui Dumnezeu pentru diferitele lucruri pe care le vezi și pentru care ești sincer recunoscător.
- Alege un cuvânt sau o propoziție pe care să te concentrezi de fiecare dată când îți amintești de lucrul sau de experiența de care tocmai te-ai deconectat. De exemplu, când te gândești la el, ai putea spune în gând: „Doamne, vreau să Te observ” sau „Isuse, fii aproape de mine”. Poate fi un mod util de a-ți îndrepta gândurile și frustrările spre Dumnezeu.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Deconectează-te

Idei pentru familii



Săptămâna aceasta ne concentrăm pe a face loc în viața noastră pentru odihna de Sabat: timp în care să întrerupem intenționat activitatea săptămânii, ca să observăm lucrarea lui Dumnezeu.

Iată câteva idei despre cum îți poți implica toată familia săptămâna aceasta (te rugăm să nu te simți obligat să le pui în practică pe toate; alege pur și simplu una sau două):

- O parte din a-L observa pe Dumnezeu este să te uiți unde lucrează Dumnezeu în lumea din jurul nostru. E greu când suntem copleșiți de distrageri. Exact la asta ne invită practicile Sabatului. Există ceva de care te-ai putea „deconecta” (unplug) pentru o vreme, ca să faci loc pentru a-L observa pe Dumnezeu? Nu trebuie să fie un aparat (deși calculatoarele și telefoanele se numără cu siguranță printre ele). Ar putea fi orice fel de distragere. Ai putea hotărî să „scoți intenționat din priză” un lucru: pentru o oră pe săptămână, zece minute pe zi, o zi pe săptămână sau chiar pentru tot restul acestei serii? Fii tu un exemplu și deconectează-te. Spune-i familiei tale despre acest angajament și discutați cum ați putea găsi o cale să vă deconectați împreună.
- Surprinde-ți familia cu un moment de Sabat și întrerupeți rutina obișnuită ca să-L observați pe Dumnezeu. Poate îl scutești pe copilul tău de una dintre treburile lui obișnuite din casă din săptămâna aceasta, ca să-i dai o pauză. Faceți împreună o excursie la un muzeu sau la un parc din apropiere, ca să observați creația lui Dumnezeu. Spune „Nu” unui angajament inutil al familiei tale (cum ar fi o petrecere de ziua cuiva sau un antrenament de fotbal în plus) și oferă-le în schimb o seară relaxată acasă. Sau, dacă ești acasă în acest weekend, lasă calculatorul închis și vezi dacă observă cineva. La sfârșitul weekendului, întreabă-i pe ceilalți membri ai familiei cum a fost pentru ei faptul că ai petrecut weekendul departe de calculator.
- Săptămâna aceasta, vorbește cu un prieten și întreabă-l ce idei a încercat deja în familia lui ca să aducă mai multe ritmuri de Sabat în viața lor.



SĂPTĂMÂNA 3 · CUPRINS

Ideea principală: În ciuda tuturor obstacolelor din viața noastră, Dumnezeu ne invită să primim darul harului Său „fără condiții” (fără capcane și fără clauze ascunse).

Pe o singură pagină 31
Ghidul pentru lideri 32
Ghidul zilnic 36
Idei pentru familii 39

Primește

Desfășurarea pentru liderul grupului



Ideea principală: În ciuda tuturor obstacolelor din viața noastră, Dumnezeu ne invită să primim darul harului Său „fără condiții” (fără capcane și fără clauze ascunse).

Ai nevoie de: Trei bancnote de 10 lei cu sfoară și bilețele, fișe, pixuri, Biblii, un cadou împachetat, bandă adezivă, un coș de gunoi. 20-30 de minute; pentru 5-10 minute alege doar o secțiune.

1 Observă clipa

- Oferă-le pe rând la trei voluntari câte o bancnotă cu o instrucțiune; ultima e fără capcană.
- Fiecare notează un dar cu capcană pe care l-a primit și povestește despre el în grupuri de doi sau trei.

Care a fost diferența dintre primele două bancnote și ultima?

2 Observă Cuvântul lui Dumnezeu

- Arată spre cadou: Dumnezeu dăruiește fără capcane ce nu putem merita.
- Ioan 1:1-16 citit pe fragmente, cu atenție la cuvintele folosite pentru Isus.
- Fiecare idee spusă e scrisă pe o fișă și lipită pe cadou; apoi atenția merge spre Ioan 1:12-13.

Ce aflăm din acest text despre Isus?

Potrivit acestui text, în afară de credință, mai trebuie să facem ceva ca să primim darul mântuirii prin Isus?

3 Observă prezența lui Dumnezeu

- Spune-ți gândurile: ascultarea este mulțumire, nu monedă pentru bunăvoința lui Dumnezeu. Pocăința înseamnă să te întorci și să alergi spre har.
- Împarte fișele cu sfoară; scrie mai întâi tu lucrul prin care vrei să câștigi dragostea lui Dumnezeu.
- Toți își aruncă fișa în coșul de gunoi. Rugați-vă cu mulțumire că din plinătatea Lui noi toți am primit (Ioan 1:16).

4 Observă în săptămâna aceasta

- Dă-le Ghidul zilnic (în fiecare zi Psalmul 51, întoarcerea, primirea harului).
- Dă-le părinților Ideile pentru familii.

Rezumatul lecției „Primește” din Sticky Faith Every Day de la Fuller Youth Institute; întrebările și ideea principală sunt redate cuvânt cu cuvânt din lecție, iar toată îndrumarea se găsește în Ghidul pentru lideri, pe pagina următoare.

Primește

Ghidul pentru lideri



Pregătire

Ideea principală: În ciuda tuturor obstacolelor din viața noastră, Dumnezeu ne invită să primim darul harului Său „fără condiții” (fără capcane și fără clauze ascunse).

Ai nevoie de (cum le pregătești găsești la „Pregătește” 👇):

- 3 bancnote de 10 lei.
- 3 bucăți de sfoară de lungimi diferite.
- 3 bilețele.
- Câte o fișă sau un post-it pentru fiecare persoană.
- Încă o fișă/un post-it pentru fiecare persoană.
- Câte o bucată de sfoară pentru fiecare persoană.
- Biblii (sau foi tipărite cu Ioan 1:1-16).
- Pixuri pentru fiecare.
- O cutie mare de carton, împachetată ca un cadou.
- Un teanc de fișe în plus și un marker (lângă cadou).
- Bandă adezivă.
- Un coș de gunoi.

Pregătește:

- Ia cele trei bilețele și scrie pe fiecare una dintre instrucțiunile următoare: 1️⃣ „Poți să primești acești 10 lei dacă cânți cât de tare poți «Cățeluș cu părul creț».” 2️⃣ „Poți să primești acești 10 lei dacă poți spune numele fiecărei persoane din sală.” 3️⃣ „Desfă sfoara, pune cei 10 lei în buzunar și așază-te la loc.”
- Rulează strâns fiecare bancnotă de 10 lei și leag-o cu o bucată de sfoară.
- Prinde fiecare bilețel, cu sfoara corespunzătoare, de una dintre bancnote.
- Pregătește pentru fiecare persoană o fișă de care legi dinainte o bucată de sfoară.

Observă clipa

Unul dintre locurile de testare a propus ca alternativă pentru început clipul de pe YouTube al lui Amy Krouse Rosenthal, cu titlul „Amy KR presents... The Money Tree” (în limba engleză). Clipul, de

vreo cinci minute, arată un experiment social din Chicago, în care niște bancnote de 1 dolar au fost prinse de un copac, cu un bilet pe care scria că sunt gratuite. Cei mai mulți oameni au trecut pur și simplu pe lângă copac, fără să-l observe. Pe locul doi au fost cei care s-au uitat la copac, dar n-au putut să creadă că banii erau un dar gratuit. Asta ar putea deschide o discuție bună despre cum reacționăm la har.

Caută trei voluntari.

Explică: Am nevoie de trei voluntari care ar vrea un cadou.

Pune-i pe cei trei să stea lângă tine. Oferă-i pe rând fiecăruia bancnota de 10 lei de care atârnă sfoara cu instrucțiunea. Bancnota cu instrucțiunea „Desfă sfoara...” păstreaz-o neapărat pentru final. Dacă primii doi îndeplinesc sarcina, dă-le banii.

Când au trecut toți trei, întoarce-te spre grup.

Întrebare: Care a fost diferența dintre primele două bancnote și ultima?

Dacă nu spune nimeni, explică: la primele două erau condiții, era o capcană la mijloc. Ultima a fost fără condiții.

Întrebare: Ce asemănări vedeți între ce s-a întâmplat acum și felul în care de obicei dăm sau primim cadouri?

Împarte fișele obișnuite și pixurile. Roagă-i pe tineri să scrie pe o parte a fișei o situație de care își amintesc, în care cineva le-a dăruit ceva cu o condiție (unde era o „capcană”).

După câteva minute, pune-i să formeze grupe de câte doi sau trei.

Explică: Povestiți-vă pe scurt unul altuia care a fost cadoul și care au fost condițiile pentru cadou. Cum v-ați simțit?

Ideal ar fi să ai pregătit un exemplu din propria ta viață, ca să le fie tinerilor mai ușor să înceapă.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Fă trecerea la textul biblic.

Explică: Mesajul lui Isus este atât de radical tocmai pentru că e exact opusul a ceea ce cunoaștem. Într-o lume în care aproape totul e legat de condiții, Dumnezeu ne dă un dar complet fără capcane.

Arată spre cadoul mare, împachetat.

Explică: E un cadou extrem de scump, dar unul pe care nu-l putem câștiga.

Împarte Bibliile.

Explică: În primul capitol al Evangheliei lui, Ioan folosește cuvinte mărețe ca să descrie acest dar (pe Isus). Când citim acum Ioan 1:1-16, fiți atenți mai ales la cuvintele pe care le folosește Ioan ca să-L descrie pe Isus.

- Ioan 1:1-18 reflectă tiparul vechilor cântări despre creație și face aluzie mai ales la limbajul creației din Geneza (prima carte a lui Moise). Preluând fraza de deschidere a Genezei („La început...”), autorul Îl așază pe Isus imediat în povestea mai mare a lui Dumnezeu și a poporului

Său, așa cum e consemnată în Vechiul Testament.

- Temele „Cuvântul” și „lumina” străbat toată Evanghelia după Ioan și leagă aceste imagini puternice din relatarea creației de persoana și lucrarea lui Isus.
- Verbul „a primi” („nu L-au primit”, „L-au primit”, „am primit”) din versetele 11, 12 și 16 implică transformarea noastră ca rezultat al darului harului lui Dumnezeu.
- Expresia „har după har” din versetul 16 subliniază că oferta harului lui Dumnezeu prin Isus continuă lucrarea pe care Dumnezeu o face de la începutul creației (chiar și prin Legea din Vechiul Testament), deschizând prin Isus o eră nouă a harului.

Roagă câțiva voluntari să citească pe rând, cu voce tare, Ioan 1:1-16, fiecare câte o parte. Când termină, începe discuția.

Întrebare: Ce aflăm din acest text despre Isus?

Pune un voluntar să scrie fiecare idee spusă pe una dintre fișele în plus. Roagă alt voluntar să lipească fișele direct pe cadoul mare, ca grupul să aibă în fața ochilor un fel de nor vizual de cuvinte despre Isus ca dar.

Când ați terminat, lasă-i pe tineri să se adune din nou în grupele mici.

Întrebare: Dintre toate cuvintele care sunt acum lipite pe cadou, care înseamnă cel mai mult pentru tine? Și de ce?

Adună din nou grupul și lasă câțiva să spună ce a fost important pentru ei. Apoi îndreaptă atenția spre Ioan 1:12-13.

Întrebare: Prin ce se deosebește Isus cel descris aici de un dar legat de condiții?

Întrebare: Potrivit acestui text, în afară de credință, mai trebuie să facem ceva ca să primim darul mântuirii prin Isus?

Observă prezența lui Dumnezeu

Împărtășește-le propriile tale gânduri despre asta.

Explică: Nu știu cum e la voi, dar mie de multe ori îmi e greu să primesc harul lui Dumnezeu pur și simplu. De ce? Pentru că suntem antrenați să credem că lucrurile bune trebuie întotdeauna mai întâi meritate sau câștigate prin muncă. Faptul că Dumnezeu vrea să ne mântuiască fără nimic în schimb contrazice tot ce cunoaștem în rest. E aproape prea frumos ca să fie adevărat. Ca bancnota de 10 lei fără capcană, doar că aici e vorba de toată viața noastră.

În acest punct, tinerii obiectează adesea că totuși trebuie să ascultăm de Dumnezeu sau să facem „fapte bune”. Te poate ajuta să te gândești dinainte cum vrei să răspunzi teologic la întrebarea asta. Când auzim la Fuller Youth Institute un astfel de punct de vedere de la tineri sau adulți, încercăm să explicăm: mai întâi vine primirea darului mântuirii, apoi urmează ascultarea noastră. Te poți pregăti să citești în acest sens cuvintele lui Pavel din Efeseni 2:4-10. Aceste versete te ajută să subliniezi că suntem mântuiți prin har și că din asta se nasc faptele bune.

Introdu ideea de întoarcere.

Explică: Uneori oamenii confundă „pocăința” cu a-ți câștiga harul. Dar pocăința înseamnă de fapt doar atât: să te întorci și să mergi în direcția opusă. Înseamnă să-mi reorientez viața: să plec de pe un drum distructiv și să merg pe drumul pe care Dumnezeu mă reface. Ca niște obstacole care ne blochează drumul, păcatele ne pot distrage sau ne pot sta în cale atunci când vrem să primim ce ne oferă Dumnezeu prin Isus. Uneori trebuie să numim aceste obstacole, să ne întoarcem și să alergăm direct spre darul harului pe care ni-l întinde Dumnezeu.

Lămurește și aici: există pași de ascultare pe care Dumnezeu Și-i dorește de la noi. Dar aceste fapte nu sunt moneda cu care putem cumpăra bunăvoința lui Dumnezeu. Ele sunt felul nostru de a spune: „Mulțumesc pentru dragostea Ta, vreau să Te onorez cu viața mea.” Dragostea lui Dumnezeu trezește în noi dragoste.

Împarte acum fișele de care ai legat sforile. Păstrează una pentru tine. Povestește despre un lucru în care ai tendința să crezi (sau să te porți) ca și cum ar trebui să-ți câștigi relația cu Dumnezeu. Poate fi o faptă sau o atitudine interioară.

Explică: Poate că vi se întâmplă la fel ca mie. Deseori cred că ar trebui să... [Aici pui exemplul tău, cum ar fi: să mă rog în fiecare zi, ca Dumnezeu să mă iubească mai mult].

Scrie lucrul tău pe fișa cu sfoară, sub privirile tinerilor.

Dă-le tinerilor câteva minute să se gândească unde încearcă să-și câștige mântuirea sau bunăvoința lui Dumnezeu, în loc să le primească pur și simplu, așa cum descrie Ioan 1:12. Dacă se potrivește cu atmosfera, invită câțiva voluntari să spună ce au scris.

Arată spre coșul de gunoi.

Explică: Veniți în față și aruncați fișa cu sfoară la gunoi. E un semn că vrem să ne întoarcem de la încercarea de a câștiga bunăvoința lui Dumnezeu. În schimb, vrem pur și simplu să primim harul lui Dumnezeu.

Încheie cu o rugăciune și mulțumește-I lui Dumnezeu că din plinătatea Lui noi toți am primit (Ioan 1:16), fără condiții, în fiecare zi. (Ca alternativă, poți citi la final Efeseni 2:4-10, tu sau unul dintre tineri.)

Observă în săptămâna aceasta

Arată-le ce urmează în săptămâna care vine.

Explică: Folosiți săptămâna aceasta Ghidul zilnic ca să aprofundați pentru voi temele „întoarcerea” (pocăința) și „a primi harul lui Dumnezeu”.

Primește

Ghidul zilnic



Observă clipa

E greu să primești un dar când ceva îți stă în cale.

Imaginează-ți un traseu cu obstacole, la capătul căruia te așteaptă un premiu. Obstacolele îți îngreunează drumul spre țintă. Dar odată ce ai trecut de obstacole, premiul e mai ușor de luat.

La fel e adesea și în viața noastră cu Isus. Dumnezeu ne oferă dragostea și harul Lui mare complet gratuit, dar uneori ne e greu să le lăsăm cu adevărat să ajungă la noi, pentru că păcatul ne stă în cale ca o baricadă.

Poate că, în primele săptămâni ale acestei călătorii în care Îl observi pe Dumnezeu în fiecare zi, ai devenit mai conștient de unele dintre aceste obstacole. Săptămâna aceasta ai ocazia să-L inviți pe Duhul Sfânt să dea la o parte aceste obstacole din viața ta, ca să poți primi cu adevărat darul dragostei lui Dumnezeu.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Ca să ne confruntăm cu obstacolele care ne îngreunează primirea harului, ne vom ocupa de Psalmul 51. E important să avem în vedere că Psalmul 51 a fost scris de David, al doilea rege al lui Israel, după ce profetul Natan l-a confruntat pe David cu adulterul lui cu Bat-Șeba (toată povestea o găsești în 2 Samuel 11-12). Aici David recunoaște că a greșit și tânjește cu disperare ca Dumnezeu să-l ierte și să-l curețe.

În fiecare zi ești invitat să citești Psalmul 51 printr-o altă lentilă. Ține un pix la îndemână, ca să notezi gânduri noi la fiecare citire.

În fiecare zi, înainte să parcurgi textul, roagă-te cu rugăciunea aceasta:

„Doamne, ajută-mă să primesc azi ce vrei să-mi spui.”

Spune-o de câteva ori înainte să începi, apoi citește Psalmul 51:1-17.

> **1** Ai milă de mine, Dumnezeule, potrivit îndurării Tale!
> Potrivit marii Tale îndurări, șterge-mi fărădelegile!
> **2** Spală-mă complet de nelegiuirea mea
> și curățește-mă de păcatul meu!
> **3** Căci îmi cunosc fărădelegile,
> și păcatul meu este întotdeauna înaintea mea.
> **4** Împotriva Ta, numai împotriva Ta am păcătuit
> și am făcut ce este rău înaintea Ta,
> așa că ești drept când vorbești
> și fără vină când judeci.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

5 Iată, eu m-am născut în nelegiuire,
și în păcat m-a conceput mama mea.
6 Iată, Tu dorești adevărul în adâncul ființei
și mă înveți înțelepciunea în ascuns.
7 Curățește-mă cu isop, și voi fi curat;
spală-mă, și voi fi mai alb decât zăpada!
8 Fă-mă să aud bucuria și veselia,
și se vor bucura oasele pe care le-ai zdrobit!
9 Întoarce-Ți fața de la păcatele mele
și șterge toate nelegiuirile mele!
10 Zidește în mine o inimă curată, Dumnezeule,
și pune în mine un duh nou și statornic!
11 Nu mă izgoni din prezența Ta
și nu lua de la mine Duhul Tău cel Sfânt!
12 Dă-mi înapoi bucuria mântuirii Tale
și sprijină-mă cu un duh binevoitor!
13 Atunci îi voi învăța pe cei răzvrătiți căile Tale,
iar păcătoșii se vor întoarce la Tine.
14 Izbăvește-mă de vina sângelui vărsat, Dumnezeule,
Dumnezeul mântuirii mele,
și limba mea va vesti cu bucurie dreptatea Ta!
15 Doamne, deschide-mi buzele,
și gura mea va vesti lauda Ta!
16 Căci Tu nu dorești jertfe, altfel Ți le-aș aduce;
nu-Ți plac arderile de tot.
17 Jertfele plăcute lui Dumnezeu sunt un duh zdrobit.
Dumnezeule, Tu nu disprețuiești o inimă frântă și mâhnită.

Psalmul 51:1-17

Ziua 1: Citește tot pasajul și scrie sentimentele pe care le exprimă aici autorul.

Ziua 2: Citește tot pasajul și marchează locurile în care David recunoaște că a dat greș și a păcătuit.

Ziua 3: Citește tot pasajul și încercuiește cuvintele prin care autorul caută dragostea, îndurarea sau iertarea lui Dumnezeu.

Ziua 4: Citește doar versetele 1-5.

Ziua 5: Citește doar versetele 6-14.

Ziua 6: Citește doar versetele 15-17.

Ziua 7: Citește o dată tot pasajul cu voce tare, de la început până la sfârșit.

Observă prezența lui Dumnezeu

Ziua 1: Recunoști unele dintre aceste sentimente la tine însuți? Cum îți influențează ele capacitatea de a primi darurile bune ale lui Dumnezeu?

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Ziua 2: Roagă-L pe Dumnezeu să-ți arate domeniile sau păcatele care îți blochează capacitatea de a-L auzi pe Dumnezeu sau de a primi ceva de la El. Scrie-le sau roagă-te pentru ele.

Ziua 3: În ce domenii ale vieții tale ai nevoie să primești îndurarea și dragostea lui Dumnezeu? Scrie-le și roagă-te pentru ele.

Ziua 4: Ce recunoaște David despre viața lui? Unde te regăsești cel mai mult în aceste cinci versete?

Ziua 5: Ce recunoaște David despre viața lui? Unde te regăsești cel mai mult în aceste nouă versete, mai ales când e vorba să primești ceva de la Dumnezeu?

Ziua 6: Ce recunoaște David despre viața lui? Unde te regăsești cel mai mult în aceste trei versete, mai ales când e vorba să primești ceva de la Dumnezeu?

Ziua 7: Când privești înapoi la călătoria ta prin Psalmul 51 din săptămâna aceasta: cum ți-a vorbit Dumnezeu? Ce lucruri noi ai înțeles despre tine sau despre Dumnezeu? Ce întrebări noi ai?

Te invităm să-ți închei timpul în fiecare zi cu această rugăciune: „Zidește în mine o inimă curată, Dumnezeule, / și pune în mine un duh nou și statornic!" (Psalmul 51:10)

Observă în săptămâna aceasta

O parte din călătoria acestei săptămâni este să te gândești la întoarcere. Întoarcerea (sau pocăința) înseamnă să te uiți în ce direcție merge acum viața ta și să hotărăști să mergi pe alt drum. Pe parcursul săptămânii, s-ar putea să-ți dai seama în anumite domenii: „Hei, direcția în care merg aici nu-mi face bine." Atunci e timpul să schimbi cursul.

Asta se poate întâmpla în timp ce citești, când stai la școală sau la serviciu, când asculți radioul sau îi auzi pe oamenii din jurul tău vorbind. Așadar, în timp ce te ocupi de obstacolele care te-ar putea împiedica să primești îndurarea lui Dumnezeu, notează-ți momentele de pocăință și roagă-L pe Dumnezeu să reverse peste tine har și dragoste, în timp ce mergi mai departe pe acest drum zilnic al credinței.

> Bunătatea DOMNULUI nu s-a sfârșit, / îndurările Lui nu s-au epuizat. / Ele se înnoiesc în fiecare dimineață. / Mare este credincioșia Ta!
>
> **Cartea Plângerilor 3:22-23**

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Primește

Idei pentru familii



Mult prea des, în viața reală, darurile vin cu condiții: așteptări, obligații sau muncă pe care trebuie s-o facem ca să le merităm. Adesea e o capcană la mijloc. Săptămâna aceasta ne uităm la un alt fel de dar. În Ioan 1, Biblia descrie harul lui Isus ca pe un dar gratuit pentru noi: ceva ce avem voie pur și simplu să primim. Iată câteva propuneri despre cum puteți vorbi ca familie despre ce înseamnă să primești ceva cu adevărat „necondiționat” (fără capcane).

Idei ca să-ți implici toată familia în tema „Primește”

- În Ghidul zilnic există invitația de a parcurge în fiecare zi Psalmul 51 într-un mod diferit. Poate vreți să vă așezați împreună la cină și să faceți această călătorie ca familie? Sau faceți exercițiile fiecare pentru sine și apoi vorbiți împreună despre ce ați trăit.
- Aprecierea nespusă nu este deloc apreciere. Când vezi săptămâna aceasta că membrii familiei fac lucruri pe care le apreciezi, scrie asta pe un bilețel și lipește-l undeva unde sigur îl vor găsi. Vezi câte bilețele se adună în cursul săptămânii, iar la sfârșitul săptămânii vorbiți despre cum a fost să primiți unii de la alții apreciere adevărată.
- Planifică o ieșire în doi cu copilul tău, ca să cumpărați unul pentru altul mici cadouri ieftine. Mergeți împreună într-un magazin. Fiecare primește 10 sau 20 de lei. Despărțiți-vă pentru 30 de minute și încercați să găsiți cel mai bun cadou pentru celălalt. Când vă reîntâlniți, spuneți de ce ați ales acel cadou. Vorbiți despre ideea de a primi și despre cum e să dai sau să primești daruri. (Notă: Ca alternativă, puteți și să mergeți împreună într-un magazin și să alegeți cadoul pe care i l-ați da celuilalt dacă banii n-ar conta. Apoi vorbiți despre asta chiar în magazin.)
- Construiți ca familie un traseu cu obstacole, mergeți la unul din apropiere sau inventați spontan unul la locul de joacă din parc. În funcție de stilul și de spiritul competitiv al familiei voastre, vă puteți cronometra unii pe alții sau puteți parcurge traseul toți în același timp. După aceea, mergeți undeva să mâncați o înghețată sau un desert (sau aduceți ceva de acasă) și vorbiți despre lucrurile care ne împiedică să-L observăm pe Dumnezeu. Poate vă uitați la Psalmul 51 și la obstacolele care l-au împiedicat pe David să primească tot ce plănuise Dumnezeu pentru el. Ați putea vorbi și despre obstacolele care vă stau în cale ca familie. Ce ne împiedică (personal sau împreună) să primim cu adevărat darurile harului și dragostei lui Dumnezeu?



SĂPTĂMÂNA 4 · CUPRINS

Ideea principală: Când ne predăm lui Dumnezeu, învățăm să ne încredem în El, iar când ne încredem în Dumnezeu, începem să-L cunoaștem mai bine.

Pe o singură pagină 41
Ghidul pentru lideri 42
Ghidul zilnic 46
Idei pentru familii 49

Predă-te

Desfășurarea pentru liderul grupului



Ideea principală: Când ne predăm lui Dumnezeu, învățăm să ne încredem în El, iar când ne încredem în Dumnezeu, începem să-L cunoaștem mai bine.

Ai nevoie de: Hârtie și pix pentru fiecare, în jur de 50 de boabe uscate de persoană, într-un pahar, Biblii. 20-30 de minute; pentru 5-10 minute alege doar o secțiune.

1 Observă clipa

- În doi povestesc: cel mai amuzant și cel mai plictisitor lucru din săptămâna trecută. Răspunde și tu.
- Adunați activitățile fixe dintr-o săptămână obișnuită, inclusiv somnul, mâncatul și îngrijirea personală.
- Notați cinci până la zece activități, desenați câte un cerc pentru fiecare și puneți câte o boabă pentru fiecare 30 de minute (8 ore de somn înseamnă 16 boabe).
- Lasă-i să definească „a te preda” și explică prin „Cedează trecerea”: a da ceva, a lăsa din mână, a te supune. Foile cu boabe se pun deoparte.

Când vă uitați la foaia voastră, ce vă trece prin minte când vedeți totul așa, în fața ochilor?

Ce ați vrea să schimbați?

2 Observă Cuvântul lui Dumnezeu

- Context: ultima seară a lui Isus, după ultima masă împreună.
- Ioan 13:1-15 citit de trei ori: cu voce tare, în gând, încă o dată cu voce tare.
- Adunați la ce renunță Isus: haine, locul la masă, statut. Îi spală picioarele și lui Iuda (context în casetă).
- Treci la aplicație: cum ar arăta dacă I-am preda lui Isus mai mult din viața noastră?

Ce vedeți în acest text? La ce „renunță” sau ce „predă” Isus aici?

3 Observă prezența lui Dumnezeu

- Fiecare își caută un loc liniștit; citește Filipeni 2:1-11 cu pauze.
- Amintește-le: ne predăm din mulțumire, nu ca să câștigăm bunăvoința lui Dumnezeu.
- Înapoi la boabele timpului: gândiți-vă în tăcere, apoi mutați boabele așa cum vreți să vă predați mai mult lui Dumnezeu.
- Încheie cu o rugăciune pentru putere de a vă preda. Cine vrea ia o boabă ca aducere aminte.

Ce legătură are „a ne preda”, despre care vorbim azi, cu „a primi” harul lui Dumnezeu, despre care am vorbit săptămâna trecută?

Dacă aș vrea să-I predau lui Dumnezeu și mai mult din programul meu și din viața mea, ce ar trebui, poate, să schimb? Unde ar trebui să mut boabe?

4 Observă în săptămâna aceasta

- Dă-le Ghidul zilnic (Coloseni 3:1-14, predarea în relații).
- Dă-le părinților Ideile pentru familii.

Rezumatul lecției „Predă-te” din Sticky Faith Every Day de la Fuller Youth Institute; întrebările și ideea principală sunt redate cuvânt cu cuvânt din lecție, iar toată îndrumarea se găsește în Ghidul pentru lideri, pe pagina următoare.

Predă-te

Ghidul pentru lideri



Pregătire

Ideea principală: Când ne predăm lui Dumnezeu, învățăm să ne încredem în El, iar când ne încredem în Dumnezeu, începem să-L cunoaștem mai bine.

Ai nevoie de:

- O foaie de hârtie pentru fiecare participant.
- În jur de 50 de boabe uscate (fasole, mazăre, boabe de cafea etc.) pentru fiecare tânăr, împărțite dinainte în pahare, câte unul de persoană.
- Un pix pentru fiecare.
- Biblii (sau Ioan 13:1-15 tipărit pentru fiecare).

Observă clipa

Salută-ți tinerii.

Explică: Găsiți-vă un partener și vorbiți pe scurt. Care a fost cel mai amuzant lucru pe care l-ați trăit săptămâna trecută? Și care a fost cel mai plictisitor lucru pe care l-ați făcut?

Fii pregătit să răspunzi și tu la întrebare.

Întrebare: Acum că ne-am gândit la felul în care ne petrecem timpul, gândiți-vă mai atent la o săptămână obișnuită de-a voastră. Ce activități fixe sau obligații aveți?

Probabil tinerii se vor gândi la școală, teme, hobby-uri, prieteni, familie sau joburi pe lângă școală. Amintește-le că și somnul, mâncatul și igiena sunt tot „obligații" fixe.

Acum împarte fiecăruia o foaie și un pix.

Explică: Pe o parte a foii, scrieți cinci până la zece activități fixe sau lucruri care vă iau timp într-o zi obișnuită. Pe cealaltă parte a foii, desenați câte un cerc mare pentru fiecare dintre ele. Cercurile ar trebui să umple toată pagina. Cercurile voastre ar putea fi, de exemplu, somn, școală (serviciu sau facultate), timp liber, prieteni, teme.

Apoi împarte paharele cu boabe.

Explică: Acum puneți câte o boabă în cercul potrivit pentru fiecare jumătate de oră pe care o petreceți cu lucrul acela într-o zi de 24 de ore. Dacă dormiți 8 ore, puneți 16 boabe în cercul „somn".

Sperăm că așa se va vedea clar unde se duce, de fapt, timpul fiecăruia.

Pune câteva întrebări care să-i facă să se gândească.

Întrebare: Când vă uitați la foaia voastră, ce vă trece prin minte când vedeți totul așa, în fața ochilor?

Întrebare: Cum vă simțiți când vedeți asta?

Întrebare: Ce vă surprinde?

Întrebare: Ce ați vrea să schimbați?

Întrebare: Care dintre cercurile acestea vă dă cea mai multă energie?

Întrebare: Și care vă obosește cel mai tare?

Adună câteva răspunsuri.

Explică: Timpul este poate cel mai prețios lucru pe care îl avem, pentru că nu îl putem înlocui. Îl dăm în fiecare zi pe tot felul de lucruri. Dacă ați avea o zi complet liberă, în care să faceți ce vreți, probabil ați împărți orele altfel decât pe foaia voastră de acum. Dar nu se poate mereu. În schimb, „predăm" ceva: ne dăm timpul pentru tot felul de lucruri.

Roagă-i pe tineri să definească ce înseamnă „a se preda".

Preia răspunsurile lor și rezumă definiția la care au ajuns.

Explică: În trafic, indicatorul „Cedează trecerea" înseamnă că opresc sau încetinesc ca să las un alt vehicul să treacă înaintea mea. Îi las altcuiva dreptul meu de a trece primul. Așadar, „a te preda", în sens figurat, înseamnă să renunți la ceva, să dai drumul la ceva sau să dai ceva din mână. Are de-a face și cu supunerea. Renunțăm la o parte din puterea sau din dreptul nostru ca să ne alăturăm voii sau drumului altcuiva. Să ne „predăm" timpul, talentele sau banii nu este ușor. Sincer să fiu, este foarte greu. Când te predai, întotdeauna pierzi și ceva. Și asta ne cere să avem încredere că pierderea aceasta duce la ceva mai bun. Când Îl urmăm pe Isus, tocmai felul acesta de a ne preda este adesea calea prin care creștem și ne maturizăm.

Spune-le tinerilor că vor mai avea nevoie de foaie și de boabe puțin mai târziu, așa că le pot pune deoparte pentru moment (fără să amestece boabele).

> Tema „a pierde" revine în această serie ca accent principal al săptămânii 7. Te poate ajuta să te familiarizezi dinainte cu săptămâna 7, ca să înțelegi în ce context este pus „a pierde" în Ghidul liderului și în Ghidul zilnic pentru săptămâna 7. Așa poți lega mai ușor discuția de acum de săptămâna 7.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Introdu textul biblic.

Explică: Textul pe care îl vom citi acum se petrece în ultima seară a lui Isus aici pe pământ. El și ucenicii Lui tocmai au luat ultima masă împreună.

Roagă pe cineva să citească cu voce tare Ioan 13:1-15. Apoi roagă grupul să citească încă o dată textul, în gând, fiecare pentru sine. La final, aceeași persoană citește textul a treia oară cu voce tare.

Întrebare: Ce vedeți în acest text? La ce „renunță" sau ce „predă" Isus aici?

Răspunsuri posibile: hainele Lui obișnuite, locul Lui la masă, statutul Lui sau chiar dreptul de a-l mustra pe Petru.

Explică: În versetul 15, Isus spune că le-a dat urmașilor Lui un exemplu. Un exemplu pentru ce? Ce vrea Isus să ne învețe aici, în mod special, despre „a ne preda"?

Poate vrei să aduci în discuție câteva dintre ideile următoare:

- Isus arată clar că urmașii Lui trebuie să fie cunoscuți pentru faptul că renunță la statut social și la privilegii ca să le slujească altora și că se identifică cu cei pe care societatea noastră îi socotește „cei mai de jos” sau „marginalizați”.
- Isus ne dă un exemplu de smerenie, de conducere prin slujire și de felul în care rămânem fideli scopurilor și convingerilor date de Dumnezeu chiar și atunci când întâmpinăm împotrivire, și de felul în care le slujim altora, fie că ei apreciază asta, fie că nu (gândește-te: și Iuda era acolo și i s-au spălat picioarele).
- Urmașii lui Isus sunt chemați să-și predea viața, darurile și voia (de fapt, tot ce suntem), pentru ca Dumnezeu să poată face din viața noastră ceea ce trebuie să fie. Aici poți face trimitere înapoi la Ioan 13:3, unde se spune că Isus știa „că Tatăl I-a dat toate lucrurile în mâini”, dar a ales în mod conștient să nu folosească această putere, ca să le arate urmașilor Lui, prin propriul exemplu, viața unui slujitor.

Iată încă niște informații de context pentru tine, pe care le poți aduce și ele în discuție:

• Pe vremea aceea nu se stătea la mese înalte ca astăzi; adesea oamenii mâncau întinși lângă masă. Mesele erau așezate de multe ori în formă de U. Cele mai bune locuri, cele de onoare, erau la mijloc, iar cele mai proaste la capete. Ca lider și învățător, Isus avea de fapt cel mai bun loc, locul de onoare. Să renunțe la locul Lui ca să Se ridice și să umble printre ei însemna să renunțe la putere și statut.

- Îmbrăcămintea era pe atunci un semn foarte puternic al statutului social. Recunoșteai imediat cine cine este. Faptul că Isus Și-a dat jos haina de deasupra și S-a încins cu un ștergar de in (îmbrăcămintea tipică a unui sclav sau a unui slujitor) este o inversare de roluri șocantă. Și-a schimbat statutul de stăpân cu cel al unui simplu slujitor.
- Era una dintre cele mai josnice și mai murdare munci din Antichitate. Drumurile erau prăfuite și pline de bălegar, iar oamenii purtau sandale. Spălatul picioarelor era muncă de sclav. De obicei, sclavii le spălau picioarele oaspeților sau oaspeții și le spălau singuri. Era de neconceput ca gazda sau învățătorul să facă asta. Făcând asta, Isus S-a identificat foarte clar ca slujitor.

Treci la aplicația personală.

Explică: Cum ar putea arăta dacă tu și cu mine I-am preda lui Isus mai mult din viața noastră? Vă vin în minte exemple?

Observă prezența lui Dumnezeu

Roagă-i pe tineri să-și găsească un loc confortabil (de preferat puțin răsfirați prin sală, ca să aibă liniște).

Explică: Acum o să vă citesc un text din Biblie și o să fac pauze în timp ce citesc. În pauze, gândiți-vă cum ne cheamă acest text să ne predăm viața așa cum Și-a predat Isus viața. Fiți deschiși la ce v-ar putea spune textul acesta foarte concret despre viața voastră.

Când toată lumea e gata, citește Filipeni 2:1-11.

Întrebare: Ce v-a atras atenția, în timp ce ascultați, despre „a ne preda”?

Întrebare: Ce întrebări noi ridică asta pentru propria voastră viață?

Întrebare: Ce legătură are „a ne preda”, despre care vorbim azi, cu „a primi” harul lui Dumnezeu, despre care am vorbit săptămâna trecută?

Amintește-le tinerilor că harul este un dar fără nicio condiție ascunsă, dar din recunoștință pentru acest dar Îi oferim lui Dumnezeu viața noastră: I-o predăm. Nu ne predăm ca să câștigăm bunăvoința lui Dumnezeu sau ca să arătăm bine în fața altora. Ne predăm ca răspuns liber dat lui Dumnezeu, pentru că El S-a dat mai întâi pe Sine pentru noi.

Treci la exercițiul de încheiere.

Explică: Într-un fel, în fiecare zi luăm decizii despre dacă și cum vrem să ne predăm lui Dumnezeu. Mai uitați-vă o dată la „boabele de timp" de mai devreme.

Lasă-i să se gândească o clipă, în liniște, la întrebarea următoare:

Întrebare: Ce părți din programul meu arată că mă predau lui Dumnezeu? Unde Îi cedez deja trecerea lui Dumnezeu?

Lasă-le un moment și apoi pune întrebarea următoare (poate o repeți de câteva ori):

Întrebare: Dacă aș vrea să-I predau lui Dumnezeu și mai mult din programul meu și din viața mea, ce ar trebui, poate, să schimb? Unde ar trebui să mut boabe?

Explică: Luați-vă câteva minute și mutați boabele așa cum v-ați dori să fie, ca să se vadă cum vreți să vă predați mai mult lui Dumnezeu. Poate luați boabe de la „Netflix" și le puneți la „rugăciune", „întâlniri cu prietenii" sau „slujire". Faceți-o concret.

Încheie cu o rugăciune. Mulțumește-I lui Dumnezeu că harul Lui (pe care l-am primit) este cel care ne face în stare să începem astfel de schimbări și cere-I putere ca să ne predăm.

Dacă se potrivește, invită-i pe tineri să ia cu ei una sau mai multe boabe (în buzunar sau în portofel), ca amintire a deciziei pe care poate au luat-o azi.

Observă în săptămâna aceasta

Încurajează-i pe tineri să folosească Ghidul zilnic pe parcursul săptămânii. Îi va ajuta să aprofundeze tema „a ne preda" în viața de zi cu zi, mai ales în relațiile lor.

Predă-te

Ghidul zilnic



Observă clipa

Caută-ți un loc unde să nu te deranjeze nimeni o vreme.

Săptămâna aceasta ne ocupăm de Dumnezeu și de tema „a te preda”. A preda ceva înseamnă: a renunța la el pentru un alt scop sau motiv. Cunoști sigur indicatoarele rutiere „Cedează trecerea”. Acolo, mașinile dintr-o direcție trebuie să aștepte și să le lase celorlalte întâietate (să le cedeze).

Pe lângă multe alte lucruri pe care I le putem preda lui Dumnezeu și scopurilor Lui, vrem să ne gândim împreună săptămâna aceasta la ce înseamnă să-I predăm lui Dumnezeu relațiile noastre.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Citește Coloseni 3:1-14 și păstrează în minte, în timp ce citești, ideea de „a te preda”.

> **1** Așadar, dacă ați fost înviați împreună cu Cristos, căutați lucrurile
> de sus, unde Cristos stă la dreapta lui Dumnezeu.
> **2** Gândiți-vă la lucrurile de sus, nu la cele de pe pământ,
> **3** căci voi ați murit, iar viața voastră este ascunsă împreună cu
> Cristos în Dumnezeu.
> **4** Când Se va arăta Cristos, viața voastră, atunci și voi veți fi arătați
> împreună cu El în glorie.
> **5** Prin urmare, omorâți mădularele voastre care sunt pe pământ:
> imoralitatea sexuală, necurăția, patima, pofta rea și lăcomia, care
> este idolatrie.
> **6** Din cauza acestor lucruri vine mânia lui Dumnezeu peste fiii
> neascultării.
> **7** Printre ei ați umblat și voi odinioară, când trăiați în aceste lucruri.
> **8** Dar acum lepădați și voi toate aceste lucruri: mânia, furia, răutatea,
> calomnia și vorbele obscene din gura voastră.
> **9** Nu vă mințiți unii pe alții, fiindcă v-ați dezbrăcat de omul cel vechi,
> împreună cu faptele lui,
> **10** și v-ați îmbrăcat cu omul cel nou, care se înnoiește spre
> cunoaștere, după chipul Celui Care l-a creat.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

> 11 Aici nu mai este nici grec, nici iudeu, nici circumcis, nici necircumcis, nici barbar, nici scit, nici sclav, nici om liber, ci Cristos este totul și în toți.
> 12 Așadar, ca niște aleși ai lui Dumnezeu, sfinți și preaiubiți, îmbrăcați-vă cu îndurare, bunătate, smerenie, blândețe și răbdare,
> 13 îngăduindu-vă unii pe alții și iertându-vă unii pe alții dacă cineva are o plângere împotriva altcuiva. Așa cum v-a iertat Domnul, tot astfel să vă iertați și voi!
> 14 Dar, mai presus de toate acestea, îmbrăcați-vă cu dragostea, care este legătura desăvârșirii!
>
> **Coloseni 3:1-14**

Gândește-te încă o dată la cuvintele, propozițiile, ideile sau imaginile care ți-au vorbit din acest pasaj. Poate vrei să le subliniezi, să le încercuiești sau să le notezi pe scurt.

Roagă-L pe Dumnezeu să te ajute să intri și mai adânc în ele și să observi ce vrea să-ți arate prin acest text. După ce ai făcut asta câteva momente, citește încă o dată Coloseni 3:1-14.

Observă prezența lui Dumnezeu

Ce ai descoperit în text care îți dă o imagine nouă despre ce înseamnă să te predai lui Isus?

Cum ai formula Coloseni 3:7-10 în propriile tale cuvinte?

Cum ai încerca să-i explici unui copil de 6 ani Coloseni 3:12-14?

O mare parte din Coloseni 3:1-14 descrie cum arată relațiile noastre cu ceilalți atunci când ne predăm viața lui Isus.

Când e vorba de relațiile tale cu ceilalți, ce câștigi dacă ele seamănă mai mult cu Coloseni 3:12-14 decât cu Coloseni 3:7-10?

Sunt șanse mari ca, citind aceste cuvinte din Biblie, să-ți fi venit în minte anumite relații care ar fi diferite și mai bune dacă viața ta și relațiile tale ar fi mai mult predate lui Dumnezeu. Care sunt aceste relații și ce ți-ai dori să meargă altfel acolo? Scrie aici câteva dintre aceste nume și gânduri:

Ce pași ai putea face săptămâna viitoare ca să încerci să lași aceste relații să fie modelate mai mult de însușirile pe care le descrie Pavel în Coloseni 3?

Când ne predăm pe noi înșine lui Dumnezeu (cu tot ce înseamnă asta), câștigăm o șansă uriașă de a ne încrede în Dumnezeu. Cu alte cuvinte: primim posibilitatea să creștem în credință. Să te predai lui Dumnezeu este o declarație:

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

„Doamne, o parte din mine ar prefera să facă ce vrea ea cu relațiile mele. Dar Îți sunt recunoscător și vreau să Te onorez și să învăț să mă încred în Tine. Așa că Îți ofer aici și acum relațiile mele." Poate vrei să închei rostind chiar o astfel de rugăciune.

Observă în săptămâna aceasta

Când te gândești săptămâna aceasta la relațiile tale cu familia, cu prietenii și cu alții, și la cum I le poți preda și mai mult lui Dumnezeu, s-ar putea să-ți dai seama că trebuie să ai câteva discuții.

Poate e o discuție cu cineva despre relația voastră și despre ce ți-ai dori în felul în care o construiți. Poate e o discuție cu un prieten de încredere sau cu un adult despre faptul că ai nevoie de cineva care să-ți amintească de noile tale hotărâri pentru relațiile tale (cineva căruia să-i dai socoteală). Fii atent toată săptămâna la aceste discuții care trebuie purtate și caută ocazii să le porți.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Predă-te

Idei pentru familii



Săptămâna aceasta ne concentrăm pe a ne preda. A preda ceva înseamnă a renunța la el pentru un alt scop. Învățând să ne supunem voia voii lui Dumnezeu, ne deschidem ca să ne încredem mai mult în Dumnezeu și să-L cunoaștem tot mai bine în fiecare zi.

Idei ca să-ți implici toată familia în tema „Predă-te”

- Ca să-ți ajuți familia să înțeleagă asta, gândiți-vă unde vă predați deja. Unde îți dai tu personal timpul sau resursele? Unde faceți asta ca familie? Ai trăit situații în care faptul că te-ai predat scopurilor lui Dumnezeu a dus la un rezultat pozitiv de neuitat? Sărbătorind locurile unde faceți deja asta, puteți porni cu elan în acest proces și aveți o imagine clară despre cum arată reușita. Odată ce v-ați gândit la asta, începeți să visați: unde v-ar putea conduce Dumnezeu ca să vă predați și mai mult?
- Dă-i familiei tale un exemplu real de a te preda. Poate poți prelua de la cineva o treabă neplăcută, poți rezolva un comision sau poți renunța la emisiunea ta preferată. Orice prin care sacrifici ceva din ce e important pentru tine, spre binele altcuiva. Asta ar putea duce la câteva momente frumoase și creative, care să-i încurajeze și pe alții să facă la fel.
- Dacă familia voastră ar da odată câteva ore sau chiar o jumătate de zi, ce ați putea face împreună? Visați cum v-ați putea uni ca să-i binecuvântați pe alții și unii pe alții. Poate înseamnă să ajutați o dimineață la o bancă de alimente, să vizitați câțiva bătrâni într-un cămin sau pur și simplu să petreceți împreună timp liber nestructurat, dacă a trecut mult de când n-ați mai făcut asta. Dacă ideea de a „da” acest timp vi se pare complet nebunească, pentru că toți sunt atât de ocupați și au programări importante (și credeți-ne, știm cum e), cu atât mai bine! Vorbiți despre de ce vă simțiți așa ca familie și despre cum ar putea arăta să dați mai puțin timp anumitor obligații, ca să aveți mai mult timp pentru slujire sau pentru joacă împreună.
- Ghidul zilnic ne invită să ne imaginăm, în lumina textului din Coloseni 3:1-14, cum Îi predăm lui Dumnezeu relațiile noastre. Gândiți-vă dacă să-l citiți împreună ca familie și întrebați-vă cum ar putea familia voastră să trăiască în relațiile dintre voi mai mult în armonie cu cuvintele lui Pavel. Poate vreți să citiți mai departe, până la Coloseni 3:17: „Și orice faceți, cu cuvântul sau cu fapta, să faceți totul în Numele Domnului Isus, mulțumindu-I prin El lui Dumnezeu Tatăl.” Poate va deveni un verset biblic pe care să-l agățați săptămâna aceasta undeva în casă, ca să vă încurajați unii pe alții să-I predați lui Dumnezeu tot ce faceți.



SĂPTĂMÂNA 5 · CUPRINS

Ideea principală: Când ne simplificăm viața („simplify”), renunțând la lucruri, ne este mai ușor să observăm cum ne poartă Dumnezeu de grijă în fiecare zi și să ne încredem în El.

Pe o singură pagină 51
Ghidul pentru lideri 52
Ghidul zilnic 55
Idei pentru familii 58

Simplifică

Desfășurarea pentru liderul grupului



Ideea principală: Când ne simplificăm viața („simplify”), renunțând la lucruri, ne este mai ușor să observăm cum ne poartă Dumnezeu de grijă în fiecare zi și să ne încredem în El.

Ai nevoie de: Tablă sau coală mare de hârtie, hârtie și pixuri, un voluntar cu telefon pentru căutarea prețurilor, Biblii. 20-30 de minute; pentru 5-10 minute alege doar o secțiune.

1 Observă clipa

- În grupuri de 3-4, trei până la cinci minute de visat: ce aș face cu un milion de euro?
- Adunați ideile pe tablă; vino cu idei de-ale tale, ca să pornească discuția.
- Voluntarii caută online prețurile; sumele se scriu lângă idei.
- Trecerea la temă: poate avem nevoie de mai puține lucruri, nu de mai multe. A simplifica și a renunța este o cale de a-L observa pe Dumnezeu.

Ce-ar fi dacă i-aș putea da fiecăruia dintre voi un milion de euro?

Cât credeți că ar costa, în total, toate aceste idei?

2 Observă Cuvântul lui Dumnezeu

- Citiți Eclesiastul 2:10-11: autorul avea totul și a găsit totul fără sens (context în casetă).
- Citiți împreună Matei 6:25-34, o parte din Predica de pe munte din săptămâna 1.
- Rezumă: Dumnezeu are grijă de noi ca de păsări și de crini. Asta ne face loc să căutăm Împărăția Lui.
- Dacă e timp, povestește o întâmplare proprie despre renunțare.

Vi se pare asta o viață pe care ar vrea s-o trăiască vreunul dintre noi?

Prin ce se deosebesc viața și atitudinea la care ne cheamă Isus de viața pe care o descrie autorul Eclesiastului? Ce le face diferite?

3 Observă prezența lui Dumnezeu

- Timp de reflecție și rugăciune, cu foaie și pix: ce mă îngrijorează? După cine alerg și de ce?
- Încercuiesc ce vor să-I dea lui Dumnezeu și scriu un pas pentru săptămâna aceasta.
- Psalmul 103:1-5 rostit cu voce tare ca rugăciune, la început sau la final.

4 Observă în săptămâna aceasta

- Dă-le Ghidul zilnic (Matei 6:25-34, a lăsa lucrurile), mai ales întrebarea la ce pot renunța săptămâna aceasta.
- Dacă e timp, adunați idei pentru asta în grupuri mici.
- Dă-le părinților Ideile pentru familii.
- Alte texte biblice (opțional): Faptele apostolilor 4:32-37 și Luca 19:1-10.

Rezumatul lecției „Simplifică” din Sticky Faith Every Day de la Fuller Youth Institute; întrebările și ideea principală sunt redate cuvânt cu cuvânt din lecție, iar toată îndrumarea se găsește în Ghidul pentru lideri, pe pagina următoare.

Simplifică

Ghidul pentru lideri



Pregătire

Ideea principală: Când ne simplificăm viața („simplify”), renunțând la lucruri, ne este mai ușor să observăm cum ne poartă Dumnezeu de grijă în fiecare zi și să ne încredem în El.

Ai nevoie de:

- O tablă sau o coală mare de hârtie și markere
- Hârtie și pixuri pentru tineri. Împarte-le înainte să începi.
- Un lider sau un voluntar cu telefon sau tabletă, pregătit să caute repede prețuri online.

Observă clipa

Deschide întâlnirea cu întrebarea:

Întrebare: Ce-ar fi dacă i-aș putea da fiecăruia dintre voi un milion de euro?

Explică: Acum o să visăm puțin împreună. Vă dau 3-5 minute ca să vorbiți în grupuri de 3-4 persoane despre ce ați face cu milionul vostru. Nu vă faceți griji pentru „răspunsul corect”. Fiți pur și simplu sinceri și distrați-vă.

Lasă-i pe tineri să se împartă în grupuri și să-și spună răspunsurile. Când timpul s-a terminat, du-te la tablă sau la coala de hârtie. Roagă-i pe tineri să spună cu voce tare câteva dintre ideile lor.

Scopul este să scrii cât mai multe idei. Cel mai bine e să spui la început câteva idei de-ale tale, ca să pornească discuția, în caz că tinerii sunt reținuți.

În timp ce notezi ideile, roagă-i pe unul sau doi voluntari să caute repede online cât ar costa lucrurile pomenite. Dacă, de exemplu, vor să cumpere o anumită mașină sport, lasă-l pe voluntar să afle cât costă, scrie suma lângă idee și adu-o așa în discuție. Dacă vor să construiască un orfelinat în Rwanda, există probabil mai multe organizații de caritate care oferă posibilități de sponsorizare pe măsura acestei sume. Unele idei vor fi greu de pus în cifre, dar asta ar trebui să facă discuția și distractivă, și mai ancorată în realitate.

Întrebare: Cât credeți că ar costa, în total, toate aceste idei?

Explică: Un milion de euro sună la început ca o mulțime de bani, dar poate nici nu ajunge pentru tot ce am vrea să facem sau să cumpărăm cu ei.

Treci la tema acestei săptămâni:

Explică: Mulți dintre noi avem probabil senzația că avem nevoie de mai multe lucruri în viață. Dar nu e interesant că nici măcar un milion de euro nu pare să fie de ajuns? Ce-ar fi dacă de fapt am avea nevoie de mai puține lucruri în viața noastră, nu de mai multe? În ultimele săptămâni ne-am gândit la diferite căi prin care putem să-L observăm mai mult pe Dumnezeu în viața noastră, în fiecare zi. Una dintre aceste căi este să ne simplificăm viața și să renunțăm la lucruri.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Citiți Eclesiastul 2:10-11, fie în grupul mare, fie în grupuri mici.

Explică: Există o carte întreagă în Vechiul Testament scrisă de un tip care avea tot ce și-ar fi putut dori sau de ce ar fi putut avea nevoie vreodată. Dar, în loc să fie fericit și mulțumit, ajunge deprimat, pentru că descoperă că totul este „deșertăciune", adică fără niciun sens. Exact acest cuvânt îl folosește iar și iar.

Întrebare: Vi se pare asta o viață pe care ar vrea s-o trăiască vreunul dintre noi?

Apoi roagă-i pe tineri să citească împreună Matei 6:25-34. Le poți spune că acest pasaj din Matei 6 face parte din „Predica de pe munte", pe care ați citit-o împreună în săptămâna 1. Vor aprofunda textul acesta și în Ghidul zilnic din săptămâna aceasta. În acest pasaj, Isus nu ne dă doar un motiv să renunțăm (și anume că Dumnezeu are grijă de nevoile noastre), ci și rezultatul: putem să ne dăruim pentru Împărăția lui Dumnezeu.

Întrebare: Ce vă atrage atenția în cuvintele lui Isus din acest pasaj din Matei? La ce ne încurajează Isus în felul în care gândim și trăim?

> Mulți cred că Eclesiastul a fost scris de regele Solomon al Israelului, unul dintre cei mai bogați regi ai vremii lui. Ca parte din literatura de înțelepciune a Vechiului Testament, Eclesiastul cercetează urmările unei vieți petrecute în goana după înțelepciune omenească, muncă și plăcere. Este clar că Eclesiastul scrie din experiență personală. Concluzia acestei experiențe este că o viață trăită pentru împlinirea omenească este „deșertăciune și goană după vânt".

Întrebare: Prin ce se deosebesc viața și atitudinea la care ne cheamă Isus de viața pe care o descrie autorul Eclesiastului? Ce le face diferite?

Ca întrebare suplimentară, îi poți întreba pe tineri ce fel de viață și-ar dori ei înșiși.

Explică: Autorul Eclesiastului a alergat după toate, dar nimic nu a fost destul de bun. Isus ne dă un motiv pentru care nu trebuie să ne facem griji și să alergăm după toate lucrurile acestei lumi: putem să ne încredem că Dumnezeu ne poartă de grijă. Isus ne cheamă să observăm păsările cerului și crinii câmpului și să vedem cum are Dumnezeu grijă de ele. Iar când ne încredem în Dumnezeu, avem loc să căutăm „mai întâi Împărăția lui Dumnezeu și dreptatea Lui", pentru că Dumnezeu are grijă de nevoile noastre. Nu trebuie să ne petrecem tot timpul alergând după ceva și făcându-ne griji cum să facem rost de mai multe „lucruri". Când alegem să renunțăm (să simplificăm), asta ne poate face loc să-L observăm pe Dumnezeu și să căutăm Împărăția Lui.

Dacă timpul îți permite, ar fi bine să povestești o întâmplare din viața ta, despre cum renunțarea la ceva sau simplificarea unui domeniu din viața ta te-a ajutat să observi mai mult din lucrarea lui Dumnezeu în tine și în jurul tău.

Observă prezența lui Dumnezeu

Explică: Vă invit acum să petrecem puțin timp în reflecție și rugăciune. Luați-vă o foaie și un pix și, în timp ce vorbiți cu Dumnezeu, scrieți-vă gândurile și ce vă vine în minte la întrebările următoare.

1. Ce te îngrijorează sau te neliniștește în momentul acesta?

2. După cine sau după ce alergi acum? De ce crezi că e așa?

3. Apoi încercuiește ce ai vrea să lași și să-I dai lui Dumnezeu, ca să ai pace și liniște.

4. La final, scrie un pas pe care îl poți face săptămâna aceasta ca să trăiești mai simplu, să renunți la ceva și să ai astfel mai multă pace și mai puțină neliniște.

Ca rugăciune de început sau de încheiere, poți să rostești cu voce tare, ca rugăciune, **Psalmul 103:1-5** *sau poți ruga pe cineva să o facă:*

> 1 Suflete al meu, binecuvântează-L pe DOMNUL
> și tot ce este în mine să binecuvânteze Numele Lui cel sfânt!
> 2 Suflete al meu, binecuvântează-L pe DOMNUL
> și nu uita niciuna din binefacerile Lui!
> 3 El îți iartă toate nelegiuirile,
> îți vindecă toate bolile
> 4 îți răscumpără viața din groapă,
> te încununează cu îndurare și milă
> 5 îți satură de bine viața,
> și tinerețea ta este reînnoită, ca a vulturului.
> Psalmul 103:1-5

Observă în săptămâna aceasta

Amintește-le tinerilor să folosească materialele din Ghidul zilnic pe parcursul săptămânii. Atrage-le atenția mai ales asupra secțiunii „Observă în săptămâna aceasta" din Ghidul zilnic, unde este pusă această întrebare: Care este un lucru la care poți renunța săptămâna aceasta, ca să trăiești mai simplu?

Dacă sunteți în grupuri mici (sau vă puteți împărți ușor în grupuri mici) și aveți timp, poți vorbi despre câteva idei la care se pot gândi tinerii, ca să le dai niște imbolduri pentru săptămâna care vine.

În plus, dacă vrei să explorați și alte texte biblice în discuția voastră despre tema „Simplifică", poți să te uiți la acestea:

- **Faptele apostolilor 4:32-37:** Credincioșii din cartea Faptele apostolilor își văd averile ca pe o posibilitate de a avea grijă de oamenii aflați în nevoie.
- **Luca 19:1-10:** Zacheu, vameșul, se întâlnește cu Isus, și viața lui se schimbă pentru totdeauna. Dă înapoi banii pe care i-a luat prin înșelăciune și le dă bani săracilor. Acest pasaj poate fi de ajutor împreună cu textul din Matei 6:25-34.

Iată încă câteva idei care te pot ajuta să faci tema săptămânii și mai concretă:

- **Aduceți în discuție experiențe din alte țări:** Dacă în biserica voastră sunt tineri sau adulți care au petrecut deja timp într-o altă țară, îi poți invita să povestească. Mai ales dacă a fost în cadrul unei misiuni pe termen scurt, întreabă-i cum s-a schimbat prin asta felul în care își văd propriul stil de viață și atitudinea. Vorbește dinainte cu ei ca, dacă se potrivește, să spună foarte concret ce decizii iau astăzi altfel ca să trăiască mai simplu, în mod conștient.
- **Faceți un proiect simplu de slujire:** Gândește-te împreună cu tinerii dacă puteți face un mic proiect practic de ajutor, de exemplu să ajutați în grădină un membru mai în vârstă al bisericii, să sprijiniți o familie să-și facă ordine în garaj sau să petreceți timp într-un cămin de bătrâni din apropiere. După aceea, vorbiți despre ce efect au faptele mici și simple de slujire și invită-i pe tineri să spună ce au observat când au făcut asta împreună.

Simplifică

Ghidul zilnic



Simplify (sau „a simplifica”) este un cuvânt pe care nu-l folosim des, mai ales când e vorba de propria noastră viață.

Cu cât creștem, cu atât viața noastră de zi cu zi devine mai plină și mai complicată. Școala, munca, familia, prietenii, sportul, moda, viitorul și tot restul se luptă pentru atenția noastră. Iar ca să ținem pasul cu toate, avem nevoie de calculatoare, smartphone-uri, carduri de credit, cluburi, canale de social media și o grămadă de cofeină.

Cât de complicată a devenit viața ta? De câte lucruri ai nevoie ca să le duci pe toate la capăt? Gândește-te puțin cât de des ești mulțumit cu tot ce ai.

Probabil nu ai nevoie de tot ce ți-ai dori și poate nici măcar de tot ce ai deja. S-ar putea să-L observi mai bine pe Dumnezeu în viața ta și în lume dacă trăiești *simplify*.

Prin viața lui Isus suntem invitați să trăim altfel. Un fel de a trăi care nu e complicat de frică și de griji, ci e călăuzit de acest adevăr simplu:

Ne putem pune încrederea în Dumnezeu, care ne cunoaște nevoile și ne poartă de grijă.

Invitația pentru săptămâna aceasta este să-ți simplifici viața, despărțindu-te de unele dintre lucrurile tale. Asta nu înseamnă totuși că trebuie să trăim în epoca întunecată de dinainte de Instagram și Starbucks. Înseamnă însă că probabil îți poți permite să lași să plece câteva lucruri din viața ta: pe ce îți cheltui banii, cum îți petreci timpul și, poate cel mai important, pentru ce îți faci griji în timpul zilei.

Simplify ne ajută să ne punem încrederea în Dumnezeu și să recunoaștem că nu suntem la mila presiunii, a grijilor și a materialismului care se învârte în jurul nostru. Când ne simplificăm viața, suntem în stare să recunoaștem ce contează cu adevărat, și asta nu doar pentru o vreme, ci pentru toată viața. Așa câștigăm loc ca să-L vedem pe Dumnezeu și pe oamenii din lumea noastră cărora le putem da ceva și pe care îi putem binecuvânta.

Observă clipa

Unde ai cele mai multe lucruri?

Poate în dulap, unde îți ții hainele sau pantofii. Sau pe contul tău de Instagram, unde îți păstrezi telefonul, ceasul, bijuteriile, pălăriile sau colecțiile. Ar putea fi calendarul tău sau extrasul de cont al cardului de credit. Poate e calculatorul tău sau colecția ta de jocuri video. Poate e locul în care îți păstrezi cele mai multe lucruri. Dar ar putea fi și locul în care lucrurile contează cel mai mult pentru tine. Ai putea chiar spune că locul acesta are un fel de control asupra ta.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Du-te acum acolo și uită-te în jur. Ce observi? Gândește-te unde, când și de ce ai primit toate lucrurile pe care le ai acum. Ce lucruri nu sunt acolo și ți-ai dori să fie?

Petrece acum câteva momente în liniște înaintea lui Dumnezeu. Uită-te încă o dată la lucrurile tale. Pune-ți câteva alte întrebări. Chiar ai nevoie de toate lucrurile acestea? La ce ți-ai putea permite să renunți? Dacă ai face o listă cu ce contează cu adevărat pentru tine, ar fi toate lucrurile acestea pe listă?

Pe parcursul acestei serii ai fost invitat să renunți la ceva din viața ta (săptămâna 1) și să te deconectezi („unplug", săptămâna 2), ca să-L observi mai mult pe Dumnezeu. Invitația din săptămâna aceasta este să-ți simplifici viața (*simplify*), lăsând să plece câteva lucruri ȘI lăsând să plece grijile și nemulțumirea care apar când alergi după aceste lucruri. Este o invitație care merge dincolo de aceste 8 săptămâni.

În loc să exersezi această practică doar pentru o vreme: ce-ar fi dacă ai putea trăi *simplify* toată viața și L-ai observa pe Dumnezeu tot mai mult în fiecare zi?

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Mai jos găsești un pasaj din Biblie în care sunt redate cuvintele lui Isus. Citește pasajul încet de trei ori și fă o pauză de liniște între lecturi.

Ce observi la cuvintele lui Isus? Fii atent la anumite cuvinte sau propoziții care ies în evidență pentru tine. Poți să-ți notezi cuvintele, gândurile și sentimentele care îți vin în minte în timp ce citești textul biblic.

> **25** De aceea vă spun: nu vă îngrijorați pentru viața voastră, gândindu-vă ce veți mânca sau ce veți bea, nici pentru trupul vostru, gândindu-vă cu ce vă veți îmbrăca. Oare nu este viața mai mult decât hrana și trupul mai mult decât îmbrăcămintea?
> **26** Uitați-vă la păsările cerului: ele nici nu seamănă, nici nu seceră și nici nu strâng în hambare, și totuși Tatăl vostru Cel ceresc le hrănește. Oare nu valorați voi mult mai mult decât ele?
> **27** Și cine dintre voi, îngrijorându-se, poate să adauge măcar un cot la lungimea vieții lui?
> **28** Și de ce vă îngrijorați pentru îmbrăcăminte? Uitați-vă cu atenție la crinii câmpului, cum cresc: ei nici nu trudesc, nici nu torc.
> **29** Totuși vă spun că nici chiar Solomon, în toată slava lui, nu s-a îmbrăcat ca unul dintre ei.
> **30** Așadar, dacă Dumnezeu îmbracă astfel iarba câmpului, care astăzi este, iar mâine este aruncată în cuptor, nu vă va îmbrăca El cu mult mai mult pe voi, oameni puțin credincioși?
> **31** Nu vă îngrijorați deci, spunând: «Ce vom mânca?» sau «Ce vom bea?» sau «Cu ce ne vom îmbrăca?»
> **32** Căci neamurile caută toate aceste lucruri, iar Tatăl vostru Cel ceresc știe că aveți nevoie de ele.
> **33** Căutați mai întâi Împărăția lui Dumnezeu și dreptatea Lui, și toate aceste lucruri vi se vor da pe deasupra.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

> **34** Deci nu vă îngrijorați de ziua de mâine, căci ziua de mâine se va îngrijora de ea însăși. Ajunge zilei necazul ei.
>
> **Matei 6:25-34**

Observă prezența lui Dumnezeu

După ce ai citit pasajul, stai o clipă în liniște. Adu-I lui Dumnezeu toate cuvintele, sentimentele și gândurile. Gândește-te la această întrebare:

Cred eu că aceste cuvinte ale lui Isus sunt adevărate?

Apoi petrece un timp în rugăciune cu Dumnezeu. De multă vreme, oamenii folosesc o rugăciune simplă ca să-și îndrepte inima spre Dumnezeu. Se numește „Rugăciunea seninătății”:

Doamne, dă-mi seninătatea să accept lucrurile pe care nu le pot schimba, curajul să schimb lucrurile pe care le pot schimba și înțelepciunea să le deosebesc unele de altele.

Poți folosi această rugăciune ca să începi timpul tău de rugăciune cu Dumnezeu. Gândește-te la pasajul din Matei 6:25-34 și adu înaintea lui Dumnezeu domeniile din viața ta în care te simți stresat și îngrijorat. Gândește-te cum ți-ai putea simplifica viața și cum ai putea lăsa să plece unele lucruri, ca să te încrezi mai mult în Dumnezeu și să trăiești o libertate mai mare.

Nu-ți face griji dacă rugăciunile tale sunt frumoase sau lungi. Dumnezeu aude rugăciunile simple.

Observă în săptămâna aceasta

În săptămâna aceasta, petrece în fiecare zi puțin timp cu acest pasaj biblic și cu această rugăciune ghidată. Și aici e valabil: nu-ți face griji că totul trebuie să fie lustruit sau perfect.

Gândește-te cum îți folosești banii și timpul săptămâna aceasta. Care este un lucru la care poți renunța săptămâna aceasta, ca să trăiești mai simplu (*simplify*)? Poate renunți o zi întreagă la social media și la divertisment. Sau decizi să nu cumperi hanoracul pe care ți-ai pus ochii de ceva vreme. Sau comanzi un burger și renunți la cartofii prăjiți.

Pe parcursul zilei, fă o listă (pe hârtie sau în minte) cu momentele în care observi că Dumnezeu îți poartă de grijă. Încheie ziua mulțumindu-I lui Dumnezeu pentru grija Lui și pentru interesul pe care Îl are față de tine.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Simplifică

Idei pentru familii



Iată câteva idei și sfaturi pentru voi, în timp ce continuați această serie cu familia voastră. Săptămâna aceasta ne uităm cum ne putem simplifica viața („simplify"), lăsând să plece unele lucruri, ca să facem loc să-L observăm pe Dumnezeu și să ne încredem în grija Lui. Vă rugăm să țineți cont că nu veți putea pune în practică toate ideile. De aceea, alegeți una sau două pe care vreți să vă concentrați și încercați-le împreună!

Idei ca să-ți implici toată familia în tema „Simplifică"

- Un vechi proverb spune: „Exemplul vorbește mai tare decât cuvintele" (more is caught than taught). Ca tată sau mamă, gândește-te cum îți poți simplifica viața ca să-L observi mai mult pe Dumnezeu săptămâna aceasta. La ce ai putea renunța? Spune-i copilului tău (sau copiilor tăi) gândurile și planurile tale, inclusiv motivele pentru care poate fi greu să trăiești *simplify*. Vorbește și despre câteva dintre grijile și frământările pe care le aduci înaintea lui Dumnezeu. Amintește-ți că e la fel de important să-i explici copilului tău de ce te implici în aceste practici, ca și să-i spui ce plănuiești să faci. Dacă, ca familie, ați luat decizia concretă să postiți de la ceva (sau să renunțați la ceva), acum e un moment bun să verificați asta în discuțiile voastre despre *simplify*.
- Începe o discuție cu copilul tău despre grijile și frământările lui și despre momentele în care se surprinde alergând după „lucruri". Probabil nu e momentul să rezolvi imediat problemele sau să-i pui direct la îndoială judecata. Ascultă mai întâi. Invită-l să se gândească cum se poate încrede în grija lui Dumnezeu. Și apoi luați-vă anume timp ca să vă rugați pentru copilul tău și pentru grijile și frământările lui.
- Citiți împreună Matei 6:25-34 și invitați-vă unii pe alții să spuneți unde ați trăit grija lui Dumnezeu, în viața voastră sau în a altora. Și aici e valabil: nu trebuie să fie un „moment rigid de devoțiune în familie". Se poate întâmpla și în mașină, cu o aplicație biblică pe telefon. Aveți doar grijă ca persoana care citește să nu fie cea care conduce!
- În săptămâna aceasta, luați anume o masă împreună. Pregătiți o mâncare simplă și duceți-o unui membru al bisericii sau cuiva din vecini. Vorbiți cu ocazia asta despre felul în care *simplify* vă dă loc, timp și resurse ca să-i binecuvântați pe alții.
- Faceți o seară în familie în care fiecare se deconectează (*unplugged*) de la calculator, internet, WhatsApp și chiar de la televizor, ca să jucați un joc de societate, să mergeți la o înghețată sau să faceți împreună o drumeție. Încercați ca activitatea să fie cât se poate de simplă și să nu vă coste mult. Ca să fie cu adevărat eficient, e cel mai bine s-o prezentați copilului vostru ca pe o invitație, nu ca pe o obligație.
- În multe localități există adăposturi sau organizații de ajutorare (de exemplu Crucea Roșie), care ajută la împărțirea hainelor, jucăriilor și altor lucruri necesare celor aflați în nevoie. Gândiți-vă, ca familie, ca fiecare să doneze un obiect unei organizații locale. Dar iată șmecheria: roagă-l pe fiecare să aleagă ceva ce chiar ar purta sau ar folosi. E ușor să dai puloverul pe care l-ai primit de la bunica acum doi ani. Și aici e valabil: fă din asta o invitație și lasă-i copilului tău libertatea să spună „nu". Sperăm că va începe să-și pună întrebări despre ce îi trebuie cu adevărat, în timp ce vă ocupați de tema *simplify*. În plus, să vă duceți donațiile împreună poate fi pentru voi o experiență foarte frumoasă.



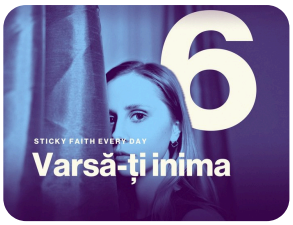
SĂPTĂMÂNA 6 · CUPRINS

Ideea principală: Plângerea ne ajută să rămânem sinceri în relația noastră cu Dumnezeu. Înseamnă să ne numim și să ne asumăm cele mai adânci sentimente și să le aducem la Dumnezeu, în loc să ne ignorăm dezamăgirile sau să evităm să ne confruntăm cu ele.

Pe o singură pagină 60
Ghidul pentru lideri 61
Ghidul zilnic 65
Idei pentru familii 68

Varsă-ți inima

Desfășurarea pentru liderul grupului



Ideea principală: Plângerea ne ajută să rămânem sinceri în relația noastră cu Dumnezeu. Înseamnă să ne numim și să ne asumăm cele mai adânci sentimente și să le aducem la Dumnezeu, în loc să ne ignorăm dezamăgirile sau să evităm să ne confruntăm cu ele.

Ai nevoie de: Tehnică pentru un cântec, hârtie și pix pentru fiecare, Psalmul 13 (Biblie, tipărit sau proiectat). 20-30 de minute; pentru 5-10 minute alege doar o secțiune.

1 Observă clipa

- Pune un cântec din tinerețea ta și povestește ce îți amintește.
- Împarte foi: fiecare își scrie cele cinci cântece preferate din toate timpurile și se gândește de ce tocmai acestea.
- Numește: cântecele ne mișcă adesea pentru că pun sentimentele în cuvinte.
- Citește Romani 8:38-39: nimic nu ne desparte de dragostea lui Dumnezeu, nici sentimentele noastre.

Emoțiile exprimate în cântecele voastre preferate sunt și emoții pe care I le spuneți în mod obișnuit lui Dumnezeu?

Chiar ar trebui să-I spunem lui Dumnezeu tot ce simțim?

2 Observă Cuvântul lui Dumnezeu

- Explică: plângerea apare mai ales în Psalmi și în Plângerile lui Ieremia, iar psalmii erau cântați.
- Citiți rar Psalmul 13; pot să-l citească cu voce tare unul sau doi tineri.
- Dacă sunt surprinși, confirmă: putem aduce toate sentimentele la Dumnezeu. Întorsătura vine în versetul 5 („Dar eu”).
- Rezumă: plângerea este rugăciune în mijlocul durerii, nu simplă văicăreală. La final, David se întoarce la adevărul despre Dumnezeu.

Ce vă surprinde în Psalmul 13?

Dacă ar trebui să împărțiți Psalmul 13 în două secțiuni principale, unde ați face tăietura? De ce?

3 Observă prezența lui Dumnezeu

- Varsă-ți mai întâi tu însuți inima înaintea lui Dumnezeu, înainte să conduci grupul.
- Fiecare își scrie, după Psalmul 13, propriul psalm de plângere, răspândiți prin sală. Spune clar: nimeni nu e obligat să-l citească.
- După vreo 2 minute, gândiți-vă la un moment în care prezența lui Dumnezeu a fost sigură; după încă 2 minute, scrieți una sau două propoziții de laudă.
- Nu obliga pe nimeni să împărtășească. Colaboratorii sunt atenți apoi cine are nevoie de o discuție.
- La final, ascultați sau cântați împreună un cântec de plângere (lista e în Ghidul pentru lideri).

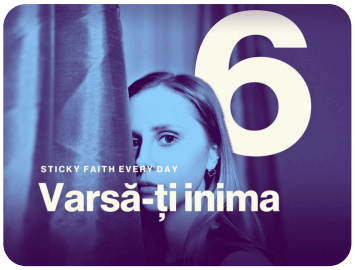
4 Observă în săptămâna aceasta

- Dă-le Ghidul zilnic (Psalmul 77, două liste: plângerea și faptele lui Dumnezeu).
- Dă-le părinților Ideile pentru familii.
- Alți psalmi de plângere (opțional): Psalmul 6, Psalmul 42, Psalmul 74 și Psalmul 77. Versete din ei se pot trimite și prin mesaj.

Rezumatul lecției „Varsă-ți inima” din Sticky Faith Every Day de la Fuller Youth Institute; întrebările și ideea principală sunt redate cuvânt cu cuvânt din lecție, iar toată îndrumarea se găsește în Ghidul pentru lideri, pe pagina următoare.

Varsă-ți inima

Ghidul pentru lideri



Pregătire

Ideea principală: Plângerea ne ajută să rămânem sinceri în relația noastră cu Dumnezeu. Înseamnă să ne numim și să ne asumăm cele mai adânci sentimente și să le aducem la Dumnezeu, în loc să ne ignorăm dezamăgirile sau să evităm să ne confruntăm cu ele.

Ai nevoie de:

- Echipamentul necesar ca să poți reda, la început, o parte dintr-un cântec sau dintr-un videoclip.
- Hârtie și un pix pentru fiecare tânăr.
- Psalmul 13, fie în Biblie, fie tipărit, fie proiectat pe ecran

Observă clipa

Începe cu o călătorie în trecut: redă, integral sau doar o parte, un cântec (sau un videoclip muzical) care îți amintește de vremea când aveai vârsta pe care o au acum tinerii tăi.

Spune o scurtă poveste despre cântece care îți amintesc de anumite momente din anii de școală. Ce cântec se auzea la balul tău de absolvire? Ce cântec asociezi cu prima ta întâlnire? Acesta e momentul perfect să fii complet sincer. Lasă-i pe tinerii tăi să râdă de gusturile tale muzicale ciudate din anii '70, '80 sau '90. Apoi împarte foi și pixuri.

Explică: Muzica este adesea o parte importantă din viața noastră. Luați-vă câteva minute și scrieți cele cinci cântece pe care le iubiți cel mai mult. Nu doar favoritele voastre care se aud acum la radio, ci cântecele voastre preferate din toate timpurile.

Dă-le puțin timp, apoi continuă.

Explică: Acum uitați-vă încă o dată pe listă. De ce credeți că ați ales tocmai aceste cântece ca preferate?

Ascultă ce spun tinerii. Dacă nu a pomenit nimeni deja:

Explică: Uneori un cântec ne devine preferat pentru că are un ritm bun sau o melodie care îți rămâne în minte, dar de multe ori cântecele ne mișcă pentru că ne ajută să ne punem sentimentele în cuvinte. Ne ajută să spunem cât de îndrăgostiți suntem acum sau cât de furioși suntem din cauza divorțului părinților noștri.

Momentul acesta e potrivit ca să reiei ce au spus tinerii tăi. Dacă pomenesc cântece pe care le cunoști, folosește-le ca exemple pentru emoțiile pe care muzica le trezește în ei.

Apoi pune următoarea întrebare.

Întrebare: Emoțiile exprimate în cântecele voastre preferate sunt și emoții pe care I le spuneți în mod obișnuit lui Dumnezeu?

Întrebare: Chiar ar trebui să-I spunem lui Dumnezeu tot ce simțim?

Ascultă-le răspunsurile, apoi spune:

Explică: Romani 8 ne amintește că nimic nu ne va despărți de dragostea lui Dumnezeu. Pavel scrie în versetele 38-39: *„Căci sunt convins că nici moartea, nici viața, nici îngerii, nici conducătorii, nici lucrurile prezente, nici cele viitoare, nici puterile, nici înălțimea, nici adâncimea, nicio altă ființă nu vor fi în stare să ne despartă de dragostea lui Dumnezeu, care este în Cristos Isus, Domnul nostru!”* Așa cum vom vedea astăzi, asta include și sentimentele noastre: bucuria și recunoștința, la fel ca furia, dezamăgirea și amărăciunea.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Explică: În Biblie sunt multe locuri în care găsim exemple de plângere, dar cele mai multe se află în Plângerile lui Ieremia și în Psalmi. Pentru că psalmii erau la început cântați, știm că oamenii își cântau rugăciunile ca să-și exprime sentimentele cel puțin din vremea regelui David, ba chiar și dinainte.

Invită-i pe tineri să citească încet Psalmul 13.

Împarte Biblii sau proiectează versetele pe ecran. Te poți gândi să-l citească cu voce tare și unul sau doi dintre tineri.

- Psalmul 13 este o plângere individuală. Există și plângeri colective, în care o comunitate strigă către Dumnezeu. Acestea puteau fi cântece folosite la vreun fel de slujbă la Templu sau la o sărbătoare liturgică.
- Întrebarea de la început, „Până când?”, este o formulare tipică pentru plângere. E ca și cum ai spune: „Ajunge! Nu mai pot!”
- Unii comentatori cred că „dușmanul” din acest psalm este probabil frica de moarte, poate din cauza unei boli grave.
- Versetele 3-4 formulează o rugăciune pentru izbăvire. „Privește” și „răspunde-mi” sunt strigăte prin care psalmistul Îi cere lui Dumnezeu să-l elibereze. „Privește” este și o rugăminte ca Dumnezeu să-l binecuvânteze pe psalmist cu prezența și cu puterea Lui vindecătoare.
- Schimbarea din versetul 5 se datorează probabil mai degrabă unei schimbări de atitudine decât unei schimbări a împrejurărilor.
- Întorsătura plină de speranță de la sfârșitul acestui psalm este caracteristică multor psalmi de plângere, mai ales accentul pe încrederea în „îndurarea” lui Dumnezeu: dragostea credincioasă a legământului, pe care Dumnezeu i-o promite poporului Său. Promisiunea laudei care va veni anticipează răspunsul favorabil al lui Dumnezeu la strigătele după ajutor ale psalmistului.

Întrebare: Ce vă surprinde în Psalmul 13?

Dacă pentru un tânăr aceasta este prima întâlnire cu plângerea biblică, adâncimea sentimentului de părăsire sau de dezamăgire față de Dumnezeu din acest psalm l-ar putea surprinde. Dacă grupul tău reacționează surprins sau îngrijorat, e un moment bun să confirmi că avem voie să aducem la Dumnezeu toate sentimentele noastre.

Întrebare: Dacă ar trebui să împărțiți Psalmul 13 în două secțiuni principale, unde ați face tăietura? De ce?

Versetele 1-4 sunt o secțiune principală, cu o schimbare a vocii care duce la versetul 5. Cuvintele autorului „Dar eu” de la începutul versetului 5 sunt un indiciu clar că psalmul o ia acum în altă direcție.

Încheie discuția cu aceste cuvinte:

Explică: Plângerea este o parte importantă a unei relații sincere cu Dumnezeu. „Plângere”, în sensul acesta, este probabil un cuvânt neobișnuit pentru cei mai mulți dintre noi. Plângerea este o formă de rugăciune și de închinare prin care putem striga către Dumnezeu în mijlocul experiențelor dureroase. Nu înseamnă doar să ne văităm. David, autorul acestui psalm, aduce înaintea lui Dumnezeu toate sentimentele lui de părăsire și de dezamăgire. Nu ține nimic ascuns! Dar la sfârșitul psalmului, David se întoarce la adevărul despre cine este Dumnezeu. Poate că își amintește el însuși aceste adevăruri, chiar dacă în clipa aceea se simte părăsit de Dumnezeu.

Observă prezența lui Dumnezeu

Invită-i acum pe tineri să scrie, pornind de la Psalmul 13, propriul lor psalm de plângere. Îi poate ajuta să aibă Psalmul 13 la îndemână în timpul exercițiului.

Explică: Ne luăm câteva minute ca să ne scriem propriul psalm de plângere, după modelul lui David din Psalmul 13. La început s-ar putea să vi se pară ciudat. Dar dacă exersăm să vorbim cu Dumnezeu în felul acesta, ne poate ajuta să devenim mai sinceri în discuția cu El. Nu ne vom citi psalmii unii altora. Așa că fiți cât de sinceri puteți.

Emoțiile din Psalmul 13 sunt atât de nefiltrate încât ne pot deveni incomode, nouă (și tinerilor noștri). Să-i inviți pe tineri să-și scrie propria versiune a Psalmului 13 nu e ceva ce ar trebui să faci „așa, pur și simplu”, fără să fi exersat tu însuți. Ca la orice practică spirituală, ia-ți dinainte timp să-ți verși tu însuți inima înaintea lui Dumnezeu, înainte de a conduce un grup prin acest exercițiu.

Dacă spațiul vă permite, îi poți invita pe tineri să se împrăștie prin sală, ca să se poată concentra mai bine și să aibă mai multă intimitate. După aproximativ 2 minute, spune:

Explică: Acum faceți o scurtă pauză și gândiți-vă la un moment concret în care ați fost siguri de prezența sau de credincioșia lui Dumnezeu. Poate fi o situație cu totul diferită de cea despre care tocmai ați scris, și e în regulă. Încercați să vă amintiți cât mai multe detalii. Care era situația? Cum v-ați simțit? De ce ați fost atât de siguri de prezența lui Dumnezeu?

După încă o pauză scurtă, de aproximativ 2 minute:

Explică: Acum vom folosi această amintire ca să scriem o secțiune de laudă sau de mulțumire către Dumnezeu. Dacă vreți, vă puteți orienta după Psalmul 13 și puteți scrie una sau două propoziții în care lăudați credincioșia sau prezența lui Dumnezeu în viața voastră. Este un mod conștient de a ne aminti că Dumnezeu este credincios, chiar și atunci când împrejurările noastre de acum sunt dureroase.

Dacă e prima dată când grupul tău exersează plângerea, unii dintre tineri s-ar putea simți puțin (sau foarte!) stânjeniți. Gândește-te dacă vrei să lași, după această parte, puțin timp ca să-i ajuți pe tineri să-și dea seama de sentimentele pe care le-au observat în ei în timp ce își scriau psalmul de plângere. Amintește-ți că, la plângere, totul ține de invitația la sinceritate. Așa că fii deschis la orice reacție. Nu-i obliga pe tineri să-și spună plângerea cuiva. Invită-i însă să se gândească dacă ar vrea să-și împărtășească plângerea

săptămâna aceasta cu un adult de încredere sau cu un prieten, dacă au nevoie să proceseze mai departe experiența.

Pentru că exercițiul a fost în primul rând despre plângerea individuală, poți folosi ultimele minute și ca să exersați plângerea împreună. Ascultați sau cântați un cântec care exprimă câteva dintre trăsăturile plângerii pe care le-ați văzut astăzi (vezi câteva sugestii mai jos; ține cont că unele dintre aceste cântece sunt ale unor artiști creștini, altele nu).

- „The Reckoning (How Long)" de Andrew Peterson, de pe albumul *Counting Stars*
- „Back to December" de Taylor Swift, de pe albumul *Speak Now*
- „Psalm 13" de Shane Barnard & Shane Everett, de pe albumul *Upstairs*
- „Take it All" de Adele, de pe albumul *21*
- „O God Where Are You Now?" de David Crowder Band, de pe albumul *A Collision*
- „The Fall" de Gungor, de pe albumul *Ghosts Upon the Earth*
- „Dry Bones" de Gungor, de pe albumul *Beautiful Things*
- „It's All Coming Back to Me Now" de Celine Dion, de pe albumul *Falling into You*
- „Colder Weather" de Zac Brown Band, de pe albumul *You Get What You Give*
- „How to Save a Life" de The Fray, de pe albumul *How to Save a Life*
- „Pain" de Tupac (te rog să ții cont că acest cântec are un limbaj foarte explicit, așa că judecă în funcție de contextul tău)

Plângerea poate fi un subiect destul de greu. De aceea, pregătește-ți dinainte colaboratorii să fie deosebit de atenți, ca să observe dacă vreun tânăr are nevoie, după aceea, de o discuție sau de ajutor ca să proceseze ce a trăit.

Observă în săptămâna aceasta

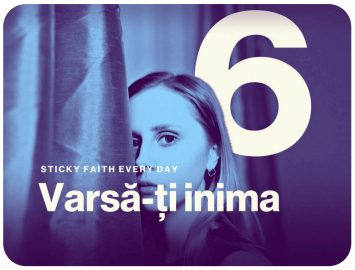
Există mulți psalmi de plângere. Dacă ai mai mult timp sau dacă mai e timp la o întâlnire de mai târziu în săptămână, ia în considerare câțiva dintre psalmii de mai jos. Acum, că tinerii cunosc plângerea ca gen literar, invită-i să aprofundeze. Urmează psalmii de plângere un tipar obișnuit? Ce este la fel și ce este diferit între psalmii de plângere? Care psalm de plângere le este cel mai ușor de înțeles tinerilor tăi? Care cel mai greu?

Ai putea, de asemenea, să postezi psalmi sau expresii din ei pe rețelele voastre de socializare sau să le trimiți prin mesaj, ca tinerii să se gândească la acest limbaj radical al sincerității în rugăciune și să înceapă să vorbească despre el.

- Psalmul 6
- Psalmul 42
- Psalmul 74
- Psalmul 77

Varsă-ți inima

Ghidul zilnic



Viața nu e mereu roz. De fapt, viața e adesea foarte dureroasă. Îndoiala, frica, mânia, dezamăgirea și tristețea sunt toate emoții care joacă un rol important în faptul că suntem oameni.

Uneori suntem tentați să ascundem aceste sentimente de Dumnezeu. Dar Biblia este plină de povești, poezii și cântece scrise de oameni și despre oameni care uneori erau foarte dezamăgiți și și-au adus aceste dezamăgiri înaintea lui Dumnezeu. Când ne aducem plângerea înaintea lui Dumnezeu, Îi vărsăm inima (durerea, îndoiala, dezamăgirea, tristețea noastră) și apoi ne amintim de prezența Lui, care rămâne.

Plângerea nu se termină întotdeauna cu un final fericit. Uneori durerea vine și rămâne mult timp, dar plângerea se încheie întotdeauna cu certitudinea prezenței lui Dumnezeu.

Observă clipa

Respiră de câteva ori încet și adânc și liniștește-te în interior. Gândește-te să aprinzi o lumânare lângă tine. Unora le este de ajutor atunci când petrec timp cu Dumnezeu. Lumina statornică a lumânării este o aducere aminte palpabilă a prezenței lui Dumnezeu; chiar dacă uneori gândurile noastre o iau razna, Dumnezeu este cu totul cu noi.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Când te-ai liniștit în interior, deschide Biblia la Psalmul 77. Citește încet tot psalmul. Citește-l acum încă o dată și fii atent la emoțiile pe care psalmul le trezește în tine. Cum te simți la fiecare verset?

> **1** Strig cu glasul meu către Dumnezeu,
> strig cu glasul meu către Dumnezeu, ca să mă audă.
> **2** În ziua necazului meu Îl caut pe Stăpânul;
> noaptea mâna mea se întinde fără încetare,
> sufletul meu nu vrea să fie mângâiat.
> **3** Mi-aduc aminte de Dumnezeu și gem;
> cuget, și duhul meu slăbește. Selah
> **4** Tu îmi ții pleoapele deschise;
> sunt tulburat și nu pot vorbi.
> **5** Mă gândesc la zilele de altădată,
> la anii din vechime.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

6 Îmi aduc aminte noaptea de cântecul meu,
cuget în inima mea,
și duhul meu cercetează:
7 Va lepăda Stăpânul pentru totdeauna?
Nu-Și va mai arăta bunăvoința?
8 S-a dus pentru totdeauna îndurarea Lui?
S-a sfârșit pentru veșnicie promisiunea Lui?
9 A uitat Dumnezeu să aibă milă?
Și-a închis El, în mânia Lui, îndurarea? Selah
10 Apoi am zis: „Aceasta este durerea mea:
s-a schimbat dreapta Celui Preaînalt.”
11 Îmi voi aminti de faptele DOMNULUI,
da, îmi voi aminti de minunile Tale de odinioară.
12 Voi medita la toată lucrarea Ta
și voi cugeta la faptele Tale.
13 Dumnezeule, calea Ta este sfântă!
Ce dumnezeu este mare ca Dumnezeul nostru?
14 Tu ești Dumnezeul Care face minuni;
Ți-ai arătat puterea printre popoare.
15 Cu brațul Tău Ți-ai răscumpărat poporul,
pe urmașii lui Iacov și ai lui Iosif. Selah
16 Apele Te-au văzut, Dumnezeule,
apele Te-au văzut și s-au cutremurat;
chiar și adâncurile s-au zbuciumat.
17 Norii au revărsat ape,
cerurile au tunat,
și săgețile Tale au zburat în toate părțile.
18 Tunetul Tău a bubuit în vârtej,
fulgerele au luminat lumea,
pământul s-a zguduit și s-a cutremurat.
19 Calea Ta a trecut prin mare,
cărările Tale prin ape mari,
dar urmele Tale nu s-au cunoscut.
20 Ți-ai condus poporul ca pe o turmă,
prin mâna lui Moise și a lui Aaron.

Psalmul 77

Observă prezența lui Dumnezeu

Autorul Psalmului 77 a făcut, de fapt, două liste. În versetele 1-9, psalmistul înșiră dezamăgiri și plângeri față de Dumnezeu și pare să nu țină nimic ascuns. În versetele 10-20 schimbă direcția și își îndreaptă

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

privirea spre caracterul lui Dumnezeu și spre ce a făcut Dumnezeu.

Ia-ți acum cât timp ai nevoie ca să-ți scrii propriile două liste. Scrie mai întâi „lista cu rufe murdare”: îndoieli, răni, temeri și dezamăgiri. Ia exemplu de la autorul Psalmului 77 și nu ține nimic ascuns.

Oprește-te câteva minute la această listă.

Scrie apoi o altă listă cu lucruri despre care știi că sunt adevărate despre Dumnezeu. Gândește-te la caracterul lui Dumnezeu și la însușirile despre care știi din Biblie că Îi aparțin, și gândește-te și la propria ta viață. Unde ai trăit faptul că Dumnezeu a fost acolo pentru tine personal și ți-a rămas credincios?

Încheie rugându-te ca Dumnezeu să țină în mâna Lui toate lucrurile din prima ta listă și să-ți fie deosebit de aproape, în timp ce îndrăznești să te încrezi că a doua listă este adevărată.

Observă în săptămâna aceasta

Ca și la alte practici pe care le-am încercat în această serie, și plângerea are nevoie de exercițiu. Adesea ne simțim foarte bine când ne ducem cu mânia sau cu durerea noastră la un prieten sau la cineva apropiat din familie, dar ezităm puțin când e vorba să-I spunem lui Dumnezeu tot ce simțim.

Psalmul 62:8 ne amintește că Dumnezeu este interesat de tot ce simțim, nu doar de lucrurile „bune”:

Încredeți-vă în El în orice vreme, popoare! / Vărsați-vă inima înaintea Lui! Dumnezeu este adăpostul nostru.

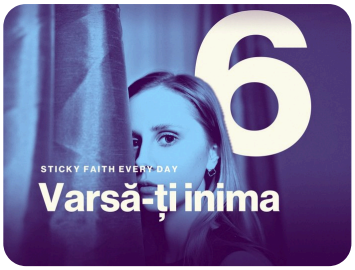
Lasă versetul acesta să-ți fie o aducere aminte săptămâna aceasta. Poate vrei chiar să-ți iei timp să-l înveți pe de rost sau să-l scrii pe o fișă și s-o pui într-un loc unde o vezi toată săptămâna.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Varsă-ți inima

Idei pentru familii



Plângerea înaintea lui Dumnezeu nu este o temă despre care vorbim de obicei mult. De aceea găsești mai jos câteva idei despre cum puteți începe, ca familie, o discuție despre plângere. Nu toate se vor potrivi familiei tale sau nu toate vă vor fi de folos (și sunt și prea multe idei ca să le puneți pe toate în practică!). Alege pur și simplu una sau două care vă atrag în mod deosebit.

Idei ca să-ți implici toată familia în tema „Varsă-ți inima”

- Muzica ne ajută adesea să ne punem sentimentele în cuvinte. Luați-vă puțin timp și spuneți-vă unii altora ce cântece (creștine sau nu) au fost importante pe drumul vostru spiritual: fie cântece care v-au exprimat plângerea într-o perioadă deosebit de grea, fie cântece care v-au amintit de bunătatea lui Dumnezeu. De ce au fost aceste cântece atât de importante pentru tine? Ai grijă să-ți spui și tu cântecele și invită-ți copilul (sau copiii) să și le spună pe ale lui. Fii pregătit și să asculți fără să judeci, chiar dacă copilul tău spune cântece pe care le consideri de mică valoare (muzical sau din alt punct de vedere). Este un moment pentru ascultare și apreciere.
- În Biblie găsim mai mult decât câteva persoane care au trăit dezamăgire sau tristețe și și-au adus plângerea înaintea lui Dumnezeu. Citiți una dintre aceste povești și vorbiți despre felul în care personajul principal se raportează la sentimentele lui. Ce parte din această plângere poți înțelege cel mai ușor? Pe care o găsești cea mai grea?
- Iov (toată cartea lui Iov merită citită, mai ales Iov 23:1-12)
- Avraam (Geneza 15:1-6)
- Vă mai vin în minte ție sau copilului tău și alte personaje biblice care au trecut prin lupte și au strigat către Dumnezeu?
- Plângerea începe și se termină cu încrederea că Dumnezeu este prezent în mijlocul suferinței noastre. Dar uneori tocmai mijlocul suferinței este locul cel mai greu în care să-ți amintești de prezența lui Dumnezeu. În 1 Samuel 7, Samuel ridică un monument de piatră pe care îl numește Eben-Ezer (literal „piatra ajutorului”), ca să amintească de locul în care Dumnezeu i-a dat lui Israel biruința asupra filistenilor. Vorbiți dacă aveți, ca familie, aduceri aminte palpabile ale prezenței și credincioșiei lui Dumnezeu. Cum ar putea arăta obiceiul de a aduna, ca familie, „Eben-Ezeri” fizici (semne care amintesc de credincioșia lui Dumnezeu)?
- Ghidul zilnic îl încurajează pe fiecare să exerseze să-și verse inima înaintea lui Dumnezeu (vezi Psalmul 62:8). Vorbiți despre felul în care diferitele persoane din familia voastră își varsă inima înaintea lui Dumnezeu. Rugându-se cu voce tare? Scriind un jurnal? Scriind cântece? Dansând? Cum ar putea arăta să încercați un nou fel de rugăciune, singuri sau ca familie?



SĂPTĂMÂNA 7 · CUPRINS

Ideea principală: Dacă vrem să trăim plinătatea vieții pe care Dumnezeu ne-o oferă în fiecare zi prin Isus, trebuie să fim gata să pierdem totul, așa cum a făcut Isus.

Pe o singură pagină 70
Ghidul pentru lideri 71
Ghidul zilnic 74
Idei pentru familii 76

Pierde ca să găsești

Desfășurarea pentru liderul grupului



Ideea principală: Dacă vrem să trăim plinătatea vieții pe care Dumnezeu ne-o oferă în fiecare zi prin Isus, trebuie să fim gata să pierdem totul, așa cum a făcut Isus.

Ai nevoie de: Biblii, hârtie și pixuri, tablă sau coală mare de hârtie, cel puțin un telefon cu internet. 20-30 de minute; pentru 5-10 minute alege doar o secțiune.

1 Observă clipa

- Gândește-te dinainte cum introduci tema grea. Dacă e potrivit, povestește pe scurt despre o suferință sau o pierdere a ta.
- Context: în Săptămâna Mare ne gândim la suferința și la moartea lui Isus. Faptul că El Însuși a trăit pierderea ne mângâie.
- În grupe de 2-3 caută ultimele cuvinte ale lui Isus în toate cele patru Evanghelii; observațiile se adună pe tablă.
- Completează: Matei 27:46 și Marcu 15:34 citează Psalmul 22, Luca 23:46 și Ioan 19:30 pun accentul pe altceva. Discuțiile despre exactitatea Bibliei le amâni pentru altă dată.

De ce credeți că ne e atât de greu să vorbim despre pierdere și moarte?

Ce ați observat?

2 Observă Cuvântul lui Dumnezeu

- Matei 27:45-50 citit cu voce tare.
- Scurt schimb de idei; cineva caută pe telefon „a părăsi”; reformulează rugăciunea lui Isus („Dumnezeule, de ce M-ai lăsat de izbeliște?”).
- Citiți încă o dată Matei 27:50: Isus Și-a dat duhul.
- Numește: în Ghetsimani, Isus a cerut un alt drum (Matei 26:36-46). Nu a existat.

Ce credeți că înseamnă că Dumnezeu L-a părăsit pe Isus?

Ce credeți că înseamnă că Isus „Și-a dat” duhul? Credeți că asta înseamnă că Isus a avut de ales când să moară?

3 Observă prezența lui Dumnezeu

- Explică: nu există drum spre înviere fără răstignire. Citiți Matei 16:24-25.
- Ochii închiși, pumnii strânși cu palmele în jos: gândiți-vă la ceva de care vă agățați.
- Întoarceți mâinile în sus și deschideți-le; rugați-vă în tăcere de mai multe ori: „Nu cum vreau eu, ci cum vrei Tu.”
- Încheie cu o rugăciune: nu Vinerea Mare este ținta, ci Duminica Paștelui.

4 Observă în săptămâna aceasta

- Dă-le Ghidul zilnic (exercițiu de respirație cu Iov 1:21: a pierde și a câștiga).
- Încurajează-i să citească ultimele cuvinte ale lui Isus în întregime, să se roage mai departe cu mâinile deschise și să meargă la slujbă în Vinerea Mare și în Duminica Paștelui.
- Dă-le părinților Ideile pentru familii.
- Pentru aprofundare (opțional): Psalmul 22 și Ioan 12:24.

Rezumatul lecției „Pierde ca să găsești” din Sticky Faith Every Day de la Fuller Youth Institute; întrebările și ideea principală sunt redate cuvânt cu cuvânt din lecție, iar toată îndrumarea se găsește în Ghidul pentru lideri, pe pagina următoare.

Pierde ca să găsești

Ghidul pentru lideri



Pregătire

Ideea principală: Dacă vrem să trăim plinătatea vieții pe care Dumnezeu ne-o oferă în fiecare zi prin Isus, trebuie să fim gata să pierdem totul, așa cum a făcut Isus.

Ai nevoie de:

- O Biblie pentru fiecare tânăr
- Pixuri și hârtie
- Tablă sau coală mare de hârtie și markere
- Cel puțin un tânăr sau un adult cu acces la internet (pe telefon sau pe tabletă)

Observă clipa

Pierderea este un subiect dificil, de care tinerii se apropie adesea cu greu. Atinge miezul existenței noastre și ne amintește că suntem muritori și că viața poate fi extrem de dureroasă. Ia-ți puțin timp și gândește-te cum vrei să le prezinți tinerilor tăi acest subiect. Ai putea începe, de exemplu, așa:

Explică: De atâtea ori vorbim despre lucrurile bune care ni se întâmplă în viață. Dar realitatea este că trecem și prin vremuri grele, pline de încercări. Ne întâlnim cu suferința, cu pierderea și cu moartea.

Dacă e potrivit, povestește pe scurt o situație din ultima vreme în care tu personal ai trăit suferință sau o pierdere.

Explică: Nu e ușor să vorbim despre suferință, doliu, pierdere și moarte, și totuși ele fac parte din viața noastră de zi cu zi.

Întrebare: De ce credeți că ne e atât de greu să vorbim despre pierdere și moarte?

Explică: O dată pe an, în Săptămâna Mare, ne luăm în mod conștient timp ca să ne gândim la suferința și la moartea lui Isus (și astfel și la propria noastră suferință și la propria noastră moarte). Chiar dacă poate fi neplăcut să vorbim despre moarte și pierdere, este ceva mângâietor în faptul că Isus Însuși a trecut prin moarte și pierdere. Astăzi vrem să găsim această mângâiere concentrându-ne pe ultimele cuvinte ale lui Isus.

Împarte tinerii în grupe de câte 2-3 persoane. Dă-le sarcina să găsească, în fiecare dintre cele patru Evanghelii, ultimele cuvinte ale lui Isus înainte de moarte. Lasă-le câteva minute, apoi adu-le atenția înapoi la grupul mare.

Întrebare: Ce ați observat?

Lasă-i să spună ce le-a atras atenția și scrie observațiile pe tablă sau pe o coală mare de hârtie.

Dacă nu pomenește nimeni, arată-le că Matei și Marcu sunt în esență de acord cu privire la ultimele cuvinte ale lui Isus, dar Luca și Ioan subliniază fiecare altceva.

La Matei și Marcu, ultimele cuvinte ale lui Isus sunt un citat din Psalmul 22 și o întrebare adresată lui Dumnezeu: „Dumnezeul Meu, Dumnezeul Meu, de ce M-ai părăsit?" (Matei 27:46; Marcu 15:34). Ei spun că a mai strigat o dată, dar nu spun dacă strigătele Lui au fost cuvinte sau doar strigăte.

Relatarea lui Luca se încheie cu cuvintele lui Isus către Dumnezeu: „Tată, în mâinile Tale Îmi încredințez duhul!” (Luca 23:46), iar Ioan scrie că Isus a spus: „S-a sfârșit!” (Ioan 19:30).

Roagă-i pe tineri să spună de ce cred ei că evangheliștii subliniază ultime cuvinte diferite. Explică-le cu această ocazie însemnătatea ultimelor cuvinte și de ce ar fi putut fi important pentru fiecare autor să le consemneze în felul acesta.

Cercetătorii discută de ce autorii Evangheliilor redau diferit evenimentele din jurul răstignirii. Unii presupun că martorii oculari au văzut pur și simplu lucrurile din perspective diferite. Alții pornesc de la ideea că fiecare autor a vrut să pună un anumit accent și de aceea subliniază detalii diferite. Dacă tinerii încep să pună întrebări despre diferențele dintre relatări, poți prelua câteva dintre ideile din acest paragraf. Încearcă totuși să eviți în acest moment discuțiile sau dezbaterile despre natura sau exactitatea Bibliei. Păstrează-le mai bine pentru altă dată.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Explică: Pentru că astăzi ne concentrăm pe tema pierderii, ne vom uita împreună mai atent la relatarea lui Matei. Intrăm în poveste în momentul în care Isus fusese deja arestat, condamnat la moarte și răstignit pe cruce.

Roagă un tânăr sau un adult să citească cu voce tare Matei 27:45-50.

Întrebare: Ce credeți că înseamnă că Dumnezeu L-a părăsit pe Isus?

Dă-le un minut să discute. Apoi roagă pe cineva să caute pe telefon o definiție pentru „a părăsi”. Vor apărea expresii ca „a pleca”, „a se îndepărta” sau „a pune capăt unei relații”. Reformulează apoi rugăciunea lui Isus în cuvintele tale, de exemplu așa:

Explică: Dacă reformulăm rugăciunea lui Isus, sună cam așa: „Dumnezeule, de ce M-ai lăsat de izbeliște?” sau „Dumnezeule, de ce ai pus capăt relației noastre?” Creștinii spun adesea că Dumnezeu nu renunță niciodată la noi, iar aici Îl întâlnim pe Isus, care trăiește sau simte că Dumnezeu a renunțat la El. E un gând greu, nu-i așa? Am auzit de atâtea ori povestea morții lui Isus, încât nu ne permitem întotdeauna să simțim cu adevărat durerea și absurditatea ei.

Roagă pe cineva să citească din nou Matei 27:50, de data aceasta așa cum îl redau alte traduceri: „Isus a strigat iarăși cu glas tare și Și-a dat duhul.” (În NTR scrie: „Isus a strigat din nou cu glas tare și apoi Și-a dat duhul.”)

Întrebare: Ce credeți că înseamnă că Isus „Și-a dat” duhul? Credeți că asta înseamnă că Isus a avut de ales când să moară?

Dă-le puțin timp să discute. Apoi arată-le că Matei nu descrie doar cum Isus se simte părăsit de Dumnezeu, ci și cum, în cele din urmă, Își „dă” duhul, adică renunță. Ai putea continua așa:

Explică: Isus a renunțat și El. Tot ce construise de-a lungul întregii Sale vieți dispăruse. Încercase iar și iar și pierduse. Poate că S-a simțit ca și cum toată lumea renunțase la El, chiar și Dumnezeu. Poate vă amintiți că, în noaptea dinainte, în grădina Ghetsimani (Matei 26:36-46), Isus Se rugase disperat lui Dumnezeu și Îi cerusе să-I arate o altă cale decât răstignirea. Dar nu a existat altă cale decât să-Și piardă viața.

Observă prezența lui Dumnezeu

Continuă și explică această realitate: Isus ne invită să mergem cu El spre înviere. Dar, așa cum a învățat Isus în grădina Ghetsimani, nu există drum spre înviere fără să treci mai întâi prin răstignire. Nu există drum spre o viață nouă decât prin renunțare, predare și pierdere.

Asta ne ajută să înțelegem mai bine cuvintele lui Isus din Matei 16:24-25: „Dacă vrea cineva să vină după Mine, să se lepede de sine, să-și ia crucea și să Mă urmeze. Căci oricine vrea să-și salveze viața o va pierde, dar cel ce-și pierde viața, de dragul Meu, o va găsi." Se pare că pierderea este o parte centrală a uceniciei. În grădina Ghetsimani, Isus S-a rugat: „Tată, dacă este posibil, să treacă de la Mine paharul acesta! Totuși, nu cum vreau Eu, ci cum vrei Tu!"

Explică: Haideți să petrecem puțin timp împreună și să ne rugăm această rugăciune a pierderii: „Nu cum vreau eu, ci cum vrei Tu."

Invită-i pe tineri să închidă ochii și să-și țină mâinile în față, cu palmele în jos și pumnii strânși. Roagă-i să-și imagineze ceva de care se agață în viața lor, încercând să păstreze controlul, ca și cum l-ar ține chiar acum în mână. Apoi invită-i să-și întoarcă palmele în sus și să-și deschidă mâinile, ca semn că sunt gata să dea drumul acestor lucruri. Spune-le ca, în timp ce fac asta, să se roage în tăcere de mai multe ori: „Nu cum vreau eu, ci cum vrei Tu."

Încheie acest timp cu o rugăciune rostită cu voce tare și amintește-le că Vinerea Mare nu este finalul poveștii, ci Duminica Paștelui, și că Isus ne arată: singurul drum spre bucuria duminicii trece prin pierderea de vineri.

Observă în săptămâna aceasta

Încurajează-i pe tineri să folosească pe cont propriu Ghidul zilnic în timpul săptămânii, ca să exerseze un ritm al observării în viața de zi cu zi.

Îi poți încuraja, de asemenea, să citească săptămâna aceasta, măcar o dată, ultimele cuvinte ale lui Isus în întregime, să continue să se roage cu mâinile deschise și, dacă parcurgeți seria în Postul Mare și această lecție cade în Săptămâna Mare, să participe la slujbele din Vinerea Mare și din Duminica Paștelui.

Dacă vrei să prelungești timpul petrecut împreună, iată câteva idei în plus:

- Parcurgeți încă o dată împreună, pas cu pas, ultimele cuvinte ale lui Isus și puneți-vă următoarea întrebare: Ce învățăm, mai ales prin perspectiva fiecărui evanghelist?
- Faceți un studiu biblic mai aprofundat despre Psalmul 22, ca să înțelegeți mai bine de ce a scris inițial psalmistul rândul pe care Isus îl citează în relatarea lui Matei: „Dumnezeul meu, Dumnezeul meu, de ce m-ai părăsit?"
- Caută (dacă se poate) un botanist sau un biolog care să explice rolul central pe care îl are „moartea" în natură, de exemplu atunci când plantele își „lasă să cadă" semințele, ca să poată apărea viață nouă. Legați acest lucru de viața noastră și de moartea și învierea lui Isus sau de imaginea folosită de Isus în Ioan 12:24.
- Îi poți invita pe tineri să observe în mod conștient, săptămâna aceasta, durerea, moartea și pierderea din jurul lor sau din lume și să vină pregătiți săptămâna viitoare să spună ce au văzut. Dacă anunți asta, notează-ți neapărat să revii la subiect săptămâna viitoare și să planifici conștient timp pentru ce vor să împărtășească.
- Pe internet găsești mai multe videoclipuri bune (sau poți face tu unul) care pornesc de la expresia „It's Friday, but Sunday's coming" („E vineri, dar vine duminica"; caută expresia pe YouTube ca să găsești exemple). Asta vă poate ajuta să înțelegeți: viața vine prin moarte, iar suferința noastră nu este finalul poveștii.

Pierde ca să găsești

Ghidul zilnic



Observă clipa

Corpul nostru are nevoie de cicluri neîntrerupte de umplere și golire, viață și moarte, câștig și pierdere, doar că nu suntem mereu conștienți de asta.

De cele mai multe ori observăm procesul digestiei, dar la multe alte procese zilnice adesea nu suntem atenți. În fiecare zi pierdem fire de păr, și ele cresc la loc. Pierdem și formăm continuu celule ale pielii, celule ale sângelui și cele mai multe alte tipuri de celule. Corpul nostru câștigă și pierde fără încetare. Doar că nu băgăm de seamă.

Astăzi îți vei observa respirația și o vei lega de ideea de câștig și pierdere.

Gândește-te așa: trebuie să-ți umpli plămânii cu oxigen de mai multe ori pe minut, dar nu-i poți umple dacă sunt încă „plini" de la ultima respirație. Ca să câștigi următoarea respirație (și să rămâi în viață), trebuie să pierzi ultima respirație. Așa e adesea viața. În timp ce ne gândim săptămâna aceasta cum Și-a pierdut Isus viața și a primit-o înapoi, ritmul neîntrerupt al respirației ne poate ajuta să simțim asta ceva mai profund.

Știai că cei mai mulți dintre noi nu respirăm corect?

Respirația optimă se face cu diafragma, astfel încât abdomenul tău se mișcă în afară când inspiri și înăuntru când expiri. Ritmul este de aproximativ 6-8 respirații pe minut. Cei mai mulți dintre noi însă respirăm superficial și repede, cu pieptul și cu umerii.

Asta nu ne aprovizionează creierul și corpul cu cantitatea optimă de oxigen.

Încearcă acest exercițiu de respirație. Gândește-te în timpul lui la moartea lui Isus ca la o expirare cosmică, divină, a pierderii și la învierea Lui ca la o inspirare cosmică, divină, de viață nouă.

1.Caută-ți un loc liniștit și așază-te drept, cu tălpile pe podea. 2.Observă-ți respirația. Cum e să tragi aer în plămâni? Cum e să expiri? 3.Concentrează-te acum să respiri cu diafragma (pune o mână pe abdomen: ar trebui să se ridice și să coboare). 4.Fii atent apoi la ritmul respirației: inspirația ar trebui să dureze cam 5-7 secunde, iar expirația cam la fel de mult. 5.Fă asta câteva minute. (Amintește-ți că ar trebui să fie plăcut. Dacă nu e, relaxează-te pur și simplu și respiră de câteva ori din nou în ritmul tău obișnuit.)

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

De-a lungul secolelor, creștinii au legat tipare de respirație de citirea Bibliei sau de rugăciune. Adesea se face asta cu psalmii. Astăzi poți încerca cu un pasaj redat liber din Iov 1:21. Iov a fost un om din Biblie care a pierdut totul și se simțea ca și cum ar fi fost pe punctul să-și piardă viața.

În timp ce citești rândurile scrise cursiv, inspiră încet. În timp ce citești rândurile îngroșate, expiră încet. Poți repeta exercițiul acesta de mai multe ori.

Gol am ieșit din pântecele mamei mele, **și gol voi fi când voi muri.** *DOMNUL mi-a dat totul,* **și DOMNUL mi-a luat totul înapoi.**

Binecuvântat fie Numele DOMNULUI! **Binecuvântat fie Numele DOMNULUI!**

Observă prezența lui Dumnezeu

Fiecare respirație pe care ai făcut-o astăzi, și orice altă respirație pe care ai făcut-o vreodată, este un dar de la Dumnezeu. În Geneza 2:7, crearea primului om este descrisă astfel: „Atunci DOMNUL Dumnezeu l-a modelat pe om din țărâna pământului și a suflat în nările lui suflare de viață, iar omul a devenit astfel o ființă vie."

Unul dintre primele semne ale dragostei lui Dumnezeu este că ne dă viață prin respirație. Respirația este prima noastră experiență a harului lui Dumnezeu. Nu e ceva ce putem merita sau câștiga prin efort, ci ceva ce Dumnezeu ne dăruiește din bunătate și dragoste.

Într-o zi îți vei da ultima suflare și nu știi când va fi ziua aceea. Fii săptămâna aceasta mai conștient de respirația ta, ca de un ciclu de viață și moarte, de câștig și pierdere, care se repetă în fiecare zi.

Observă în săptămâna aceasta

În spatele temei ritmului respirației stau multă știință și multe cercetări. Dacă vrei să afli mai multe, vorbește cu medicul tău sau informează-te singur. Există diferite aplicații care te pot ajuta să-ți observi mai conștient ritmul respirației. **Notă:** *Vorbește cu medicul tău sau cu părinții tăi înainte să urmezi sfaturi medicale din aplicații, site-uri sau alte surse.*

Încearcă să-ți legi respirația și de alte texte biblice, ca Psalmul 46:10, Psalmul 131 sau Romani 8:38-39.

Una dintre cele mai cunoscute „rugăciuni ale respirației" este „Rugăciunea lui Isus":

„Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine, păcătosul."

Sau uneori e scurtată pur și simplu la:

„Doamne Iisuse, miluiește-mă."

Încearcă să spui această rugăciune în timp ce inspiri și expiri sau în timp ce mergi pe jos, alergi sau conduci mașina săptămâna aceasta.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Pierde ca să găsești

Idei pentru familii



Dacă vrem să trăim plinătatea vieții pe care Dumnezeu ne-o oferă în fiecare zi prin Isus, trebuie să fim gata să pierdem totul, așa cum a făcut Isus. Experimentați săptămâna aceasta, ca familie, cu una sau mai multe dintre aceste idei, ca să procesați împreună și să învățați ce înseamnă să trăiești o pierdere.

Idei ca să-ți implici toată familia în tema „Pierde ca să găsești”

- **Vorbiți despre o pierdere recentă.** Unele familii care parcurg acest material nu vor avea nicio problemă să vorbească despre pierdere. Poate tocmai ați pierdut pe cineva drag, ați trecut printr-o relație ruptă sau ați pierdut un loc de muncă sau o casă. Vorbiți despre asta și comparați-vă sentimentele cu ce trebuie să fi simțit Dumnezeu când a murit Isus sau cu ce va fi simțit Isus când a înțeles că toți L-au părăsit. La final, citiți împreună Psalmul 131. Iată tot psalmul:

DOAMNE, inima mea nu este mândră / și ochii mei nu sunt trufași. / Nu umblu după lucruri prea mari / și prea minunate pentru mine. Ci mi-am potolit și mi-am liniștit sufletul, / ca un copil înțărcat lângă mama lui; / sufletul meu este în mine ca un copil înțărcat. Israele, pune-ți speranța în DOMNUL, / de acum și până în veșnicie!

- **Exersați respirația împreună.** Respirația este un tipar natural de câștig (inspirația) și pierdere (expirația). Așa cum nu există nicio cale de a câștiga bucuria Duminicii Paștelui fără să trăiești pierderea Vinerii Mari, nu există nicio cale de a ne umple plămânii fără să-i golim mai întâi. Să fim conștienți de respirația noastră este o cale de a ne lega viața de zi cu zi de povestea răstignirii și a învierii. Alegeți o persoană din familie care să fie „cea care numără”, în timp ce toți ceilalți respiră în ritm. Spune, de exemplu: „Inspirăm, 2, 3, 4, 5, 6; expirăm, 2, 3, 4, 5, 6.” După câteva minute, vorbiți despre ce ați observat. Cum reflectă ritmul respirației voastre ritmul vostru obișnuit de viață? Ce v-ați dori să fie altfel? Poate vreți să includeți o practică de rugăciune din Ghidul zilnic, în care ne legăm respirația, în rugăciune, de versete biblice.

- **Ca tată sau mamă, povestește despre pierderi din viața ta.** Unii copii (tineri) nu au trăit încă multe pierderi în viața lor. Aceasta ar fi o săptămână bună în care să-ți iei anume timp, ca părinte, să-i povestești copilului tău experiențele tale de pierdere, suferință și durere.

- **Citiți cele patru relatări despre moartea lui Isus.** Fiți atenți, în timp ce citiți, prin ce se deosebesc una de alta și discutați de ce fiecare autor a vrut poate să accentueze alte părți ale experienței lui.

- Încurajați-vă unii pe alții. Pierderea face parte din viață și din urmarea lui Isus, dar nu înseamnă sfârșitul poveștii. Poate vă puteți aminti unii altora toată săptămâna de această speranță: „E vineri, dar vine duminica.”

Dacă parcurgeți această serie în timpul Postului Mare, ...

- **Mergeți ca familie la o slujbă de Joia Mare** (Paștele evreiesc/Cina cea de pe urmă) sau pregătiți în seara aceea, acasă, propria voastră aducere aminte a momentului în care Isus a luat ultima masă cu prietenii Lui și a vorbit despre felul în care moartea Lui avea să inaugureze noua Împărăție. Ioan 13-17 oferă cea mai detaliată relatare despre Cina cea de pe urmă și despre ultimele cuvinte ale lui Isus către prietenii Lui. Dar puteți citi împreună și oricare altă relatare din Evanghelii.

- **Mergeți ca familie la o slujbă de Vinerea Mare.** Completați-vă experiența, de exemplu rămânând în liniște deplină la dus și la întors, postind până după slujbă sau scriindu-vă impresiile din slujbă (jurnal) și împărtășindu-le apoi unii cu alții.



SĂPTĂMÂNA 8 · CUPRINS

Ideea principală: În Isus, viața nouă o ia mereu de la capăt... și iar... și iar.

Pe o singură pagină 78
Ghidul pentru lideri 79
Ghidul zilnic 82
Idei pentru familii 85

Devino nou

Desfășurarea pentru liderul grupului



Ideea principală: În Isus, viața nouă o ia mereu de la capăt... și iar... și iar.

Ai nevoie de: Hârtie și pixuri, Romani 6 pentru fiecare, copii cu întrebările pentru grupurile mici, videoclipul cu versuri „Beautiful Things” și videoproiector. 20-30 de minute; pentru 5-10 minute alege doar o secțiune.

1 Observă clipa

- Pune „Beautiful Things” de Gungor, chiar de mai multe ori. Tinerii își scriu gândurile sau desenează.
- Schimb de idei în echipe de 3-4, pe cât se poate cu un lider.
- Întreabă la ce au renunțat și ce au adăugat în serie și amintește temele: Deconectează-te, Primește, Predă-te, Simplifică, Varsă-ți inima, Pierde ca să găsești.
- Încheie cu Filipeni 1:6.

Ce lucruri frumoase a făcut Dumnezeu în viața voastră pe parcursul acestei serii?

Există practici pe care vreți să le continuați și după Postul Mare? Care anume?

2 Observă Cuvântul lui Dumnezeu

- Întreabă ce urmează după serie și împarte Romani 6.
- Formați două grupe (băieți și fete sau două jumătăți): una e atentă la robie, cealaltă la libertate.
- Citește rar Romani 6:1-23 (versetele 1-14 și 15-23). Apoi fiecare parcurge singur textul și notează cuvinte, imagini și gânduri.
- Zece minute de discuție cu cele trei întrebări pentru grupurile mici; din fiecare grup povestesc doi reprezentanți.

3 Observă prezența lui Dumnezeu

- Povestește Faptele apostolilor 5:20: apostolii eliberați trebuie să vorbească mai departe. Dumnezeu a făcut ceva nou și la noi.
- Câteva minute de liniște: ce am primit nou și cu cine vreau să împart? Apoi împărtășiți în grupuri mici.
- Rugați-vă unii pentru alții. Scrie propoziția „Doamne, ajută-ne în fiecare zi să ne socotim morți față de păcat și să trăim pentru Dumnezeu în Cristos” și spuneți-o după fiecare rugăciune.

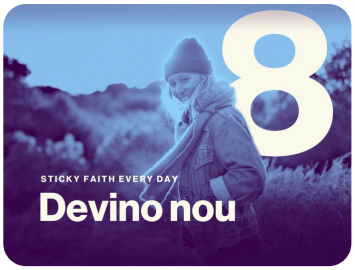
4 Observă în săptămâna aceasta

- Dă-le Ghidul zilnic (Înainte și după, 1 Ioan 3, Romani 12:1-2 și 2 Corinteni 5:17 învățate pe de rost), singuri sau cu altcineva.
- Dă-le părinților Ideile pentru familii.

Rezumatul lecției „Devino nou” din Sticky Faith Every Day de la Fuller Youth Institute; întrebările și ideea principală sunt redate cuvânt cu cuvânt din lecție, iar toată îndrumarea se găsește în Ghidul pentru lideri, pe pagina următoare.

Devino nou

Ghidul pentru lideri



Pregătire

Ideea principală: În Isus, viața nouă o ia mereu de la capăt... și iar... și iar.

Ai nevoie de:

- Hârtie și pixuri pentru scris sau desenat, pentru fiecare tânăr.
- O Biblie pentru fiecare tânăr sau capitolul Romani 6 printat.
- Copii cu întrebările pentru grupurile mici din secțiunea „Observă Cuvântul lui Dumnezeu”.
- Videoclipul cu versuri al cântecului „Beautiful Things”, un dispozitiv cu ecran sau un videoproiector (vezi exercițiul de început).

Observă clipa

Începe prin a pune cântecul „Beautiful Things” al trupei Gungor (de pe albumul Beautiful Things); cântecul, în limba engleză, apare în videoclip cu versurile pe ecran. Dacă timpul și atmosfera din grupul tău permit, împarte hârtie și pixuri și pune cântecul de mai multe ori. Invită-i pe tineri să scrie sau să deseneze gândurile ori sentimentele care le vin în minte.

Împarte grupul în echipe de câte 3 sau 4 (plus un lider, dacă se poate) și discutați următoarele întrebări (în timp ce vă arătați ce ați desenat sau scris, dacă ai ales această variantă):

Întrebare: Ce cuvinte sau sentimente ați remarcat când ați ascultat acest cântec?

Întrebare: Ce lucruri frumoase a făcut Dumnezeu în viața voastră pe parcursul acestei serii?

Dacă tu sau tinerii tăi ați renunțat la ceva sau ați adăugat ceva în aceste 8 săptămâni (cum s-a propus în prima lecție), întreabă-i ce efect au avut aceste decizii. Poți să amintești și câteva dintre temele celorlalte săptămâni („Deconectează-te”, „Primește”, „Predă-te”, „Simplifică”, „Varsă-ți inima”, „Pierde ca să găsești”) și să întrebi în ce fel aceste teme încă lucrează în viața tinerilor și a liderilor. Lucrurile frumoase apar uneori în cele mai neașteptate locuri.

Întrebare: Există practici pe care vreți să le continuați și după Postul Mare? Care anume?

Întrebare: Ce practici puteți lua cu voi în viața de zi cu zi cu Isus?

Încheie acest timp de împărtășire citind cu voce tare în grup Filipeni 1:6, ca o aducere aminte a promisiunii lui Dumnezeu că ne face noi: Fiind convins că Acela Care a început în voi o bună lucrare, o va termina până în ziua lui Cristos Isus.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Explică: Seria aceasta se încheie săptămâna asta. Dar ce urmează? Ne întoarcem pur și simplu la viața pe care o aveam acum opt săptămâni? Sau practicile și ritmurile pe care le-am exersat ne vor modela și

felul în care Îl urmăm pe Isus în viața de zi cu zi?

Împarte copiile cu Romani 6 în timp ce continui.

> **Notă pentru exercițiul următor:** Dacă folosești acest material în grupuri mici separate pe băieți și fete, nu într-un grup mare, împarte pur și simplu grupul în două jumătăți și nu pomeni de ideea cu băieții și fetele. Probabil ar crea confuzie.

Explică: Apostolul Pavel vorbește despre asta în Romani 6. Înainte să citim tot capitolul, ne împărțim în două grupe: băieți și fete. Băieți, când citim, fiți atenți mai ales la ce spune Pavel despre robie și la ce vrea să spună prin asta, acum, când încheiem această serie. Fete, fiți atente la ce spune Pavel despre libertate și la ce vrea Dumnezeu pentru noi în lumina învierii lui Isus.

Împarte grupul în băieți și fete (sau în două grupe). Citește rar, cu voce tare, Romani 6:1-23. Ai putea să-l rogi pe un băiat sau pe un adult să citească versetele 1-14 și pe o fată să citească versetele 15-23.

Apoi dă-i fiecărui tânăr o foaie de hârtie și un pix sau un marker. Invită-i să deschidă Bibliile la Romani 6 (sau să ia versetele printate). Roagă-i pe tineri să parcurgă din nou pasajul, fiecare pentru sine, și să scrie pe foaie cuvinte, imagini sau gânduri legate de tema lor: robie sau libertate.

După ce le-ai dat timp pentru asta, roagă-i pe tineri ca în următoarele 10 minute să discute în grupurile mici separate (băieți/fete). (Notă: Va trebui să faci copii cu aceste întrebări sau să le proiectezi cumva, ca să sprijini discuțiile din grupurile mici):

- Ce cuvinte, imagini sau idei legate de robie sau libertate ai scris?
- Ce gânduri ai despre ce înseamnă asta pentru viața ta de mâine și pentru fiecare zi de acum înainte?
- Ce ai mai remarcat în cuvintele lui Pavel despre ce a făcut Dumnezeu pentru noi?

Apoi roagă doi reprezentanți din fiecare grup să le spună tuturor ce au învățat despre robie sau libertate. Ca lider, încurajează procesul de descoperire al fiecărui grup și scoate în evidență adevărurile și aplicațiile din ce au descoperit ei.

> Iată câteva idei care te-ar putea ajuta în discuția despre Romani 6:
>
> - Deși Pavel arată clar în Romani 7 că credincioșii încă păcătuiesc, Romani 6:1-3 arată că viața creștină nu trebuie să fie stăpânită de păcat, datorită a ceea ce trăim în Isus.
> - În Romani 6:11, Pavel folosește verbe la timpul prezent, ceea ce sugerează că trebuie să continuăm să ne socotim morți față de păcat, dar vii pentru Dumnezeu în Isus.
> - Avem și noi un rol în procesul prin care continuăm să experimentăm moartea noastră față de păcat și viața noastră în Isus, așa cum arată clar Pavel în Romani 6:12-14 prin poruncile pe care le dă celor care Îl urmează pe Isus.
> - Într-o întorsătură interesantă, Pavel ne învață că suntem încă robi, numai că nu robi ai păcatului nostru, ci robi ai lui Isus (vezi Romani 6:16-18).

Observă prezența lui Dumnezeu

Explică: Nu știu cum e la voi, dar când mi se întâmplă ceva bun, vreau să le spun și altora. În primul secol, Dumnezeu se aștepta adesea ca cei care Îl urmau să dea mai departe ce au trăit atunci când El

făcea „lucruri frumoase” (ca să citez cântecul de mai devreme).

Faptele apostolilor 5 povestește despre primii credincioși care au fost arestați și aruncați în închisoare din cauza credinței lor. Când un înger al Domnului i-a eliberat în timpul nopții, le-a spus: „Duceți-vă, stați în Templu și spuneți poporului toate cuvintele Vieții acesteia!” (Faptele apostolilor 5:20). După ce Dumnezeu le-a dat libertatea apostolilor care fuseseră arestați, li se cere să se întoarcă direct într-un loc public și să continue să vorbească! Poate că Dumnezeu nu v-a eliberat în ultimele opt săptămâni dintr-o închisoare adevărată, dar a făcut ceva nou. Și probabil că asta arată diferit pentru fiecare dintre noi.

Dă-le tinerilor câteva minute de liniște ca să se gândească la „lucrul nou” pe care l-au primit în această serie și la oamenii cu care ar vrea să-l împărtășească. Invită-i pe tineri să-și spună gândurile în grupul lor mic.

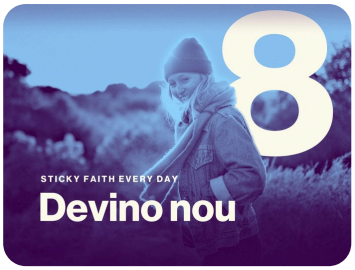
La final, lasă-i pe tineri să se roage în grupurile mici unii pentru alții și pentru ceilalți pe care i-au pomenit și cărora vor să le spună vestea bună. După fiecare rugăciune, grupul poate spune următoarea propoziție (poate e bine s-o scrii undeva sau s-o proiectezi): „Doamne, ajută-ne în fiecare zi să ne socotim morți față de păcat și să trăim pentru Dumnezeu în Cristos.”

Observă în săptămâna aceasta

Încurajează-i pe tineri să folosească materialele din Ghidul zilnic singuri sau împreună cu altcineva, ca să-și formeze un ritm și să observe mai mult prezența lui Dumnezeu în rutinele de zi cu zi.

Devino nou

Ghidul zilnic



Observă clipa

Înainte și după: ia-ți jurnalul sau o foaie de hârtie. Trage o linie prin mijlocul foii, de sus în jos, și scrie „Înainte” în stânga liniei și „După” în dreapta.

Petrece 5-10 minute gândindu-te, în rugăciune, la viața ta de dinainte de această serie. Scrie tot ce îți vine în minte: binele, răul și urâtul. Aceste întrebări te pot ajuta să te concentrezi:

- Ce practici și ritmuri spirituale erau prezente în viața ta?
- Ce emoții ți-au dominat cele mai multe zile?
- Cu ce ți-ai petrecut timpul liber?
- Pe ce ți-ai cheltuit banii?
- Cum ți-ai descrie felul de a vorbi și conversațiile?
- Cât de mult ai observat lucrarea lui Dumnezeu în viața ta și în jurul tău?

Ia-ți acum încă 5-10 minute ca să te gândești la viața ta de la sfârșitul acestei serii. Folosește aceleași întrebări ca mai sus (și oricare altele care îți vin în minte!).

Reflectează apoi la răspunsurile tale din ambele coloane. Ce diferențe și asemănări sunt între cele două coloane? Cum ai rezuma în câteva cuvinte sau printr-o imagine viața ta de dinainte și de după această serie „Every Day”? Sărbătorește și schimbările mici pe care le-a făcut Dumnezeu în viața ta.

Observă Cuvântul lui Dumnezeu

Adevărul este acesta: Dumnezeu lucrează în orice clipă, în fiecare zi și peste tot în viața ta! Speranța și rugăciunea noastră pentru tine, pe tot parcursul acestei serii, a fost să observi tot mai mult lucrarea minunată și plină de putere a lui Dumnezeu în viața ta. Și suntem încrezători că Dumnezeu te-a schimbat în ultimele 8 săptămâni.

Un alt adevăr de necrezut este că Dumnezeu îți transformă viața neîncetat, o transformare care va fi completă abia când Isus va face toate lucrurile noi. Acest adevăr teologic se numește **„deja și încă nu”**.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Ești *deja* făcut nou asemenea lui Isus, dar nu ești încă ce vei fi într-o zi, când vei sta față în față cu Isus. Așa cum Duhul Sfânt te-a făcut deja nou, tot așa nu ești încă tot ce vei fi în veșnicie.

În timp ce trăim în această tensiune, în care suntem deja făcuți noi, dar încă nu suntem înnoiți pe deplin, intrăm în perioada următoare cu amintirea marii iubiri a lui Dumnezeu. Deschide Cuvântul lui Dumnezeu la 1 Ioan 3. Iată câteva întrebări care să-ți călăuzească reflecția în timp ce citești acest pasaj:

- Unde vezi această idee de „deja și încă nu” în 1 Ioan 3?
- Ce ar putea să-ți spună Dumnezeu acum, când închei această serie și pornești în următorul capitol al drumului tău de ucenic?
- Cum poți să-ți amintești mai departe că ești iubit de Dumnezeu? Cum ți-ai putea pune gândurile și deciziile în acord cu această dragoste?
- Ce păcat scoate poate Dumnezeu la lumină în timp ce citești acest capitol? Cum poți să te întorci de la el și să te întorci spre harul lui Dumnezeu?
- Cum te cheamă Dumnezeu să faci fapte din dragoste, nu doar să vorbești despre ea?

Observă prezența lui Dumnezeu

Ascultă cântecul „Beautiful Things” al trupei Gungor (de pe albumul Beautiful Things). Îl poți găsi pe YouTube sau pe orice serviciu de streaming muzical. Lasă cântecul acesta să devină o rugăciune prin care Îi predai lui Dumnezeu toată viața ta, Dumnezeului care ne face noi neîncetat.

Poate vrei să-I scrii lui Dumnezeu o rugăciune și să-ți numești angajamentele. Poate vrei să-ți deschizi mâinile în semn de supunere sau să îngenunchezi. Fă orice te ajută să primești dragostea lui Dumnezeu și să-ți exprimi dorința de a fi făcut nou.

Observă în săptămâna aceasta

Iată câteva idei care te pot ajuta să observi în continuare ce face Dumnezeu ca să te facă nou pe tine și lumea aceasta în fiecare zi:

- Învață pe de rost Romani 12:1-2 și 2 Corinteni 5:17, ca aducere aminte că ești făcut nou.
- Studiază anul acesta Epistola către romani. Această scrisoare, pe care Pavel le-a scris-o romanilor, este în întregime despre felul în care a venit Isus ca să facă din nou totul nou.
- Caută în Biblie aceste cuvinte: a împăca/împăcare, a restaura/restaurare. Studiază ce înseamnă aceste cuvinte în contextul Bibliei.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

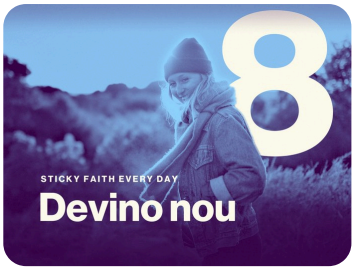
- Studiază oamenii a căror viață a împăcat-o și a restaurat-o Dumnezeu în Biblie. Nu știi sigur de unde să începi? În Vechiul Testament uită-te la Avraam (Geneza 12-25), Iosif (Geneza 37-50), Moise (de la Exodul la Deuteronomul), David (de la 1 Samuel 16 la 1 Împărați 2), Ieremia (Ieremia, Plângerile lui Ieremia) și Neemia (Neemia). În Noul Testament caută-i pe Maria Magdalena (Marcu 15-16, Ioan 19-20), pe Saul, care a devenit Pavel (Faptele apostolilor 9-28), pe Zacheu (Luca 19), pe surorile Maria și Marta (Luca 10, Ioan 11, 12) și pe Timotei (1 Timotei, 2 Timotei; și Faptele apostolilor 16-20)
- Fă-ți un playlist cu cântece care îți amintesc de viața ta nouă în Isus și de felul în care El îți transformă viața mai departe.
- Citește în fiecare zi un psalm și lasă-l să fie pentru tine o rugăciune de început. Nu sări peste psalmii de plângere! Să te rogi cu psalmii este o practică veche de secole pentru „fiecare zi”.

Ce observ

Folosește acest spațiu pentru gânduri, întrebări sau desene.

Devino nou

Idei pentru familii



Idei ca să trăiți împreună, ca familie, tema „Devino nou”

Felicitări, ați terminat această serie de 8 săptămâni, „Sticky Faith Every Day”. Sperăm că în acest timp ați putut observa mai conștient liniștea și odihna, că ați devenit conștienți de starea voastră zdrobită și de predarea voastră lui Dumnezeu, că ați pus în practică „simplify” în viața voastră, că v-ați putut vărsa inima înaintea lui Dumnezeu pentru durerea din propria viață și din lumea aceasta și v-ați putut preda în mod conștient pierderile și, în cele din urmă, că ați trăit o viață nouă.

Dar această călătorie nu s-a terminat. De-abia începe. Probabil există una sau două schimbări în viața voastră de familie pe care le-ați observat de la începutul seriei. În același timp, poate simțiți și cât drum mai aveți în față. Lăsați-vă încurajați de cuvintele lui Pavel către biserica din Filipi: „Fiind convins că Acela Care a început în voi o bună lucrare o va termina până în ziua lui Cristos Isus” (Filipeni 1:6).

- Când vă uitați înapoi, ca familie, la aceste ultime opt săptămâni, folosiți aceste întrebări ca ajutor pentru discuție și pentru angajamentul față de noi ritmuri în viața voastră:
- Ce te-a surprins la această serie?
- Ce ai observat la ceilalți în aceste săptămâni? (de exemplu: „Ai fost mult mai prezent în săptămâna «Deconectează-te».” „Ai devenit mult mai răbdător în aceste 40 de zile.” „Ai fost mai emotiv în această perioadă.” „Am observat că te-ai uitat mult mai puțin la televizor.”) Luați-vă anume timp ca să vă încurajați unii pe alții.
- Ce a făcut Dumnezeu nou în viața ta și în familia voastră în aceste 40 de zile?
- Ce practici și ritmuri spirituale vrea Dumnezeu, se pare, să continuați și pe viitor?
- Dacă ați parcurs această serie în Postul Mare, vorbiți despre tradițiile pe care le aveți ca familie de-a lungul anului. Probabil aveți anumite ritualuri de Crăciun și de ziua de naștere. Tradițiile din Postul Mare și de Paște sunt, în schimb, adesea mai puțin răspândite. Ați început anul acesta ceva ce vreți să păstrați ca ritual în anii următori? Sau sunt ritualuri sau tradiții pe care ați vrea să le introduceți anul viitor?

Încheiați aceste opt săptămâni ale „observării” scriindu-i fiecărui membru al familiei un bilețel (sau, dacă familia voastră e mare și ar fi prea mult, fiecare persoană scrie un bilețel exact unui alt membru al familiei). Suntem siguri că au fost momente sau zile în care ați fi vrut să renunțați, ați fost descurajați sau v-ați întrebat dacă Dumnezeu face de fapt ceva nou în viața voastră. Dacă te simți așa, probabil familia ta simte la fel. De aceea, ia-ți timp în următoarele una sau două săptămâni ca să observi cum face Dumnezeu nouă familia voastră. Scrie-le membrilor familiei tale un bilețel, ca să poată citi mai târziu din nou ce ai observat. Folosește acest bilețel doar ca să-i încurajezi și să-i binecuvântezi pe membrii familiei tale, nu ca să-i provoci sau să-i critici. Dacă vrei să fii cu adevărat creativ, cumpără-le un obiect mic și ieftin care să simbolizeze aceste schimbări și să-i încurajeze pe drumul din Filipeni 1:6.

În timp ce Dumnezeu lucrează mai departe în viața voastră, până când Se va întoarce Isus, amintește-ți: Dumnezeu este un Dumnezeu care face lucrurile noi. Tot timpul. În fiecare zi. Lasă-te încurajat de

aceste cuvinte din 1 Ioan 3:1-3:

> *Vedeți ce dragoste ne-a arătat Tatăl, să fim numiți copii ai lui Dumnezeu! Și chiar suntem! Lumea nu ne cunoaște, pentru că nu L-a cunoscut nici pe El. Preaiubiților, acum suntem copii ai lui Dumnezeu, și ce vom fi nu s-a arătat încă. Știm însă că, atunci când El Se va arăta, vom fi asemenea Lui, pentru că Îl vom vedea așa cum este. Oricine are această speranță în El se curățǎ, așa cum El este curat.*

Vă dorim să recunoașteți adâncimea dragostei Tatălui vostru pentru voi și pentru familia voastră. Și să așteptați plini de nădejde ziua în care vom fi făcuți cu totul noi.

Gratuit pentru lucrarea ta cu tinerii. Ce ai voie să faci cu acest material: **thepulse.org/ro/terms**