

---

# SLABÉ STRÁNKY

---

„Škola modlitby pro mladé dámy (ale nejen pro ně)“

Katecheze č. 4

Materiál vytvořila © Annabell Sirovátková 2018 / 2019

## **Pomůcky**

Kříž a jména z Fima + svíčka a zápalky, pro každého předem připravené tři vlašské ořechy s přilepeným lístkem, Bible, louskáček na ořechy, tužky, papíry.

## **Cíl**

Aby byl člověk schopen vstoupit do vztahu, je důležité, aby nejdříve vybudoval vztah sám k sobě. V této hodině se účastníci zabývají sami sebou, uvažují o svých slabých stránkách a poznávají, že i ty mohou vést k dobrému cíli. Ve skupině, kde už panuje vzájemná důvěra, vnímají, že jsou lidsky přijati i se slabými stránkami.

## **Modlitba**

*Na začátku hodiny připravíme kříž, zapálíme na něm svíčku, modlíme se a položíme naše jména (z Fima) na ramena kříže jako důkaz ochoty být Kristu nablízku.*

Pane, chceme Ti být tak nablízku, jako leží naše jména u tvého kříže. Ty jsi nás stvořil tak, jak jsi zamýšlel a jak můžeme nejlépe budovat tvé království. Dej nám poznat všechny stránky našich osobností a dej, ať je přijmeme a dokážeme přetvořit v dobro podle tvé vůle. Amen.

## **Ořechy – společná aktivita**

*Předem připravíme pro každého účastníka tři vlašské ořechy, na které upevníme (na kousku stužky) čistý lístek papíru (nejlépe lze připevnit tavicí pistolí). Ořechy vložíme do košíku a postavíme jej doprostřed skupiny.*

*Aktivitu zahájíme následující úvahou: Co je pro nás největším oříškem, když se díváme sami na sebe? Jaká vlastnost, ať už vnější nebo vnitřní, se nám na nás samých nelíbí a těžce ji přijímáme? Existují nejen vnější vlastnosti (jak jsme často nespokojení se svým*

vzhledem!), ale také vnitřní vlastnosti, které nám nemusí vonět: někdo je líný, někdo se rychle urazí, někdo je takový a makový.

Každý si teď vezme z košíku tři ořechy a na jednu stranu lístků napíše tři věci, které vnímá sám na sobě jako slabost, špatnost... *Rozdáme tužky a stanovíme přiměřený čas. Do práce nevstupujeme.*

*Po uplynutí času se případně shromáždíme a pokračujeme:* Bůh nestvořil špatné věci. Všichni v sobě máme určité rysy a ty samy o sobě nejsou špatné. *Přečteme úryvek z Bible Gen 1,31.* Třeba někdo je takový, že docela ví, co chce. Postupem času a naším podílem z toho může vzniknout neústupnost (což je špatné). Mohl by se ale vyvinout i člověk s vizí, který pracuje vytrvale na svém cíli. Někdo je třeba přecitlivělý, ale díky tomuto původnímu rysu (citlivost) má schopnost porozumět druhým a být soucitný.

*Zadáme další úkol:* Vezmete si svoje ořechy a zkuste přijít na dobré vlastnosti, jaké Bůh původně pro vás zamýšlel. Co by mohl být Boží záměr, když vám dal něco, z čeho se teď bohužel stala špatná vlastnost? Zamyslete se, k čemu by se tento Boží dar mohl vyvíjet/používat?

Když přijdete na to, jaký původní dar za špatnou vlastností stojí a jak by se dal daný dar používat v dobrém, můžete ořech rozlousknout a sníst, na druhou stránku papíru ale napište onu dobrou vlastnost.

Pokud si opravdu nebudete vědět rady, zeptejte se někoho ze skupiny; ty opravdu těžké oříšky můžete rozlousknout ve dvou, ve třech nebo všichni dohromady. Až budou všechny ořechy snědené, nebo nám vyprší čas, sejdem se a každý nám o jednom svém ořechu něco poví.

*Opět stanovíme čas a necháme skupinu samostatně pracovat. Na závěr necháme proběhnout v kruhu sdílení podle zadání úkolu. Pokud se někdo ze závažných důvodů sdílet nechce, respektujeme to.*

*Aktivitu uzavřeme:* Vaše problémy, špatné vlastnosti, čím se trápíte, nevíte si rady, co Vás otravuje...můžete vždy přinášet před Boha. Je rád, když se mu svěřujete! Nemusíme se nejdříve změnit, aby nás Bůh miloval. On nám se změnou pomůže a vede nás, nabádá nás neustále k růstu, ale miluje nás úplně takové, jaké jsme ve vši své nedokonalosti.

### **Závěrečná modlitba**

Děkujeme ti, Bože, za to, že nás přijímáš takové, jací jsme a že i to, co se nám na nás samých nelíbí nebo to neumíme zatím využívat, jsi určil k budování tvého království mezi námi. Nauč nás správně rozlousknout všechny tvrdé oříšky našich osobností, abych poznali dobré jádro toho, co jsi do nás vložil. Amen.

Na závěr můžeme společně zazpívat **Píseň odevzdanosti** (MH 191, <https://zpevnik.proscholy.cz/pisen/1371/pisen-odevzdanosti>)