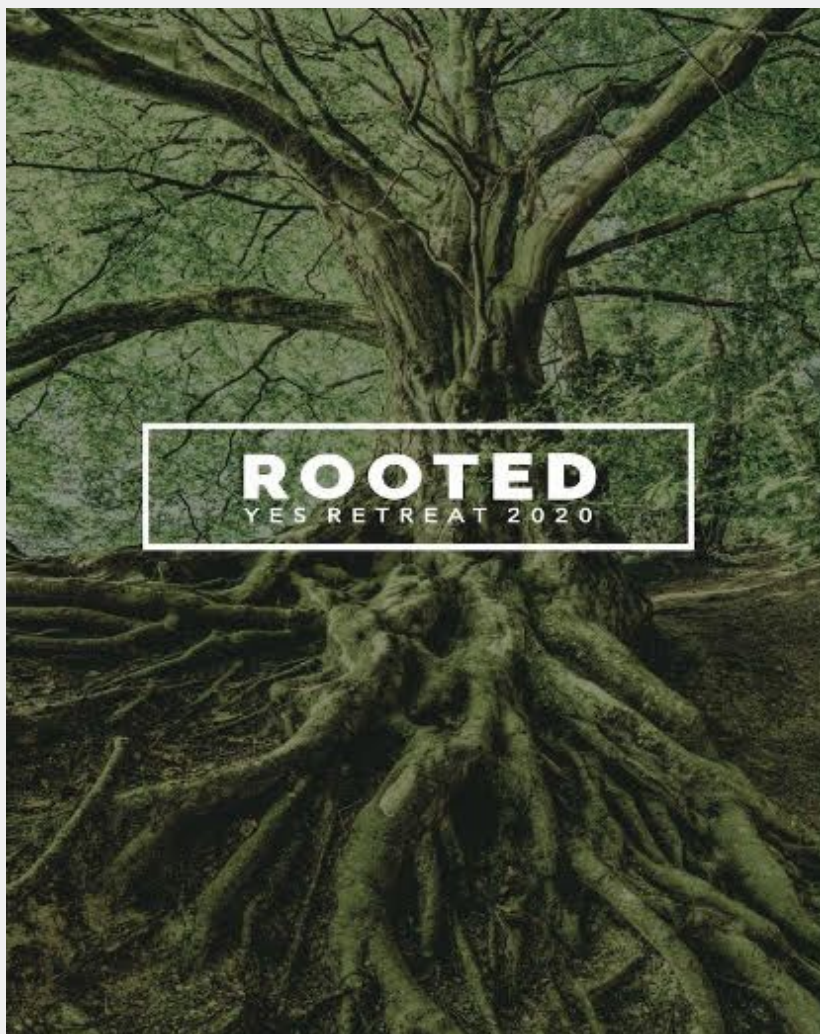


# ZAKORZENIENI

Przewodnik do  
codziennej modlitwy  
YES 2020



# Wprowadzenie do codziennej modlitwy...

Drodzy uczestnicy YES,

Stworzyliśmy cykl Zakorzeni jako kontynuację YES Retreat 2020. Przez ten cykl chcemy zachęcić was do wzięcia udziału w miesiącu codziennej modlitwy. To pomoże wam rozwinąć niektóre umiejętności potrzebne w dłuższej perspektywie w waszym osobistym czasie na modlitwę. Rzeczy, których my się ciągle uczymy! Ta broszurka zawiera pierwszy tydzień, abyście dobrze wystartowali. Kilka porad:

- Poproś Boga, aby ci pomagał i nie bądź zniechęcony, kiedy uważasz to za trudne, wszyscy tak mamy! Będziesz wdzięczny za każdy mały krok, który robisz. W tym wszystkim chodzi o wzrastanie w relacji z Bogiem, który cię zna i kocha.
- Nie czuj się jakbyś musiał spędzać mnóstwo czasu, robiąc to. Przesada może zostawić cię w poczuciu przytłoczenia i zniechęcenia - celem jest rozwinąć długofalowy, codzienny nawyk. Zaczynaj od 5 minut Medytacji Biblijnej i zapisywania swoich myśli, a później 5 minut modlitwy, wykorzystując model poniżej. 10 minut każdego dnia jest lepsze niż godzina raz na tydzień! To jest dobre miejsce, żeby zacząć. Daliśmy tobie dokładną medytację na sobotę i dalej namiary biblijne na resztę tygodnia, więc możesz sam to wypróbować.
- Zorganizuj zeszyt/dziennik - prawdziwy długopis i papier. Nie dlatego, że to jest świętsze, ale ponieważ to jest łatwiejsze, mniej rozprasza i oznacza, że masz swoje zapiski do odniesienia się do nich w przyszłości. To jest warte spróbowania, jeśli nie miałeś wcześniej zeszytu. Zapisuj swoje myśli i modlitwy, kiedy przechodzisz przez swój czas na modlitwę.

Modlimy się za was wszystkich jako, że zaczynacie tę podróż!

Błogosławię,

Peter & Zespół YES

## Model modlitwy (4 rodzaje modlitwy)

**Uwielbienie:** Spędź minutę lub dwie na myśleniu o Bogu i chwaleniu Go za jakiś aspekt Jego Charakteru. Możesz uwielbiać Go za Jego Dobroć, Miłosierdzie, Łaskawość, Sprawiedliwość, itd. Wybierz jedną cechę, która jest ważna, aby pamiętać o niej w jakiegokolwiek sytuacji będziesz dzisiaj.

**Przeproszenie:** Poświęć następną minutę lub dwie na pomyślenie o jakimkolwiek grzechu z ostatnich 24 godzin. Wyznaj go Bogu, wiedząc, że on zawsze nam wybacza, kiedy żałujemy.

**Dziękczynienie:** Podziękuj Bogu za wszystkie błogosławieństwa w twoim życiu! Za wielkie rzeczy jak ważne relacje (rodzina/przyjaciele) i małe rzeczy jak ciepła herbata w twoich rękach lub dzisiejsza pogoda na zewnątrz. Spróbuj dziękować Mu za 2-3 różne rzeczy każdego dnia i prowadź listę!

**Prośba:** To jest czas na proszenie Boga o rzeczy, których chcesz/potrzebujesz i na modlitwę w intencjach innych. Spróbuj modlić się za mieszankę rzeczy: twoich własnych pragnień i spraw, spraw innych ludzi oraz sytuacji ogólnie na świecie.

# Zakorzenia w Chrystusie

Sobota 31 października (modlitwa i refleksja)

## Krok 1: Medytacja Pisma Świętego (5 min)

Zanim zaczniesz medytację, pomódl się: poproś Boga, aby mówił do ciebie przez swoje Słowo i pomógł ci je zrozumieć siłą Ducha Świętego. Następnie przeczytaj poniższy fragment. Jeśli wolisz, możesz otworzyć ten fragment w swojej Biblii.

List do Kolosan 2:6-10 (Biblia Tysiąclecia)  
- "Trzymać się w życiu prawdziwego Chrystusa"

*"Jak więc przejęliście naukę o Chrystusie Jezusie jako Panu, tak dalej w Nim postępujcie: zapuśćcie [w Nim] korzenie i na Nim dalej się budujcie, i umacniajcie się w wierze, jak was nauczono, pełni wdzięczności.*

*Bacząc, aby ktoś was nie zagarnął w niewolę przez tę filozofię będącą wierutnym oszustwem, opartą na ludzkiej tylko tradycji, na żywiołach świata, a nie na Chrystusie.*

*W Nim bowiem mieszka cała Pełnia: Bóstwo na sposób ciała, a zostaliście napełnieni w Nim, który jest Głową wszelkiej Zwierzchności i Władzy."*

### Pytania do refleksji

1. Co jako pierwsze rzuca Ci się w oczy, gdy czytasz ten fragment? Pomyśl, jak mógłbyś być zakorzeniony i budowany w swej wierze oraz wypisz rzeczy, które mógłbyś zrobić, aby umocnić swoją wiarę.
2. Co w dzisiejszym świecie uważasz za "filozofię będącą wierutnym oszustwem"?
3. Poproś Boga, aby wskazał ci czy są jakieś miejsca/aspekty w Twoim życiu, w których zostałeś wzięty "w niewolę" przez tę filozofię. Czy możesz dokonać jakichś zmian, które pomogłyby ci zakorzenić się w Chrystusie?

*Czy jest coś, czego nie rozumiesz? Może zapytaj swoją mamę, tatę, swojego animatora grupki lub kogoś, kogo szanujesz, aby Ci to wytłumaczył?*

## Krok 2: 4 rodzaje modlitwy (5 min)

Korzystając z modelu 4 rodzajów modlitwy z poprzedniej strony, spędź 5 minut nad każdą jej częścią: uwielbieniem, przepraszaniem, dziękczynieniem i prośbami. Później możesz zakończyć modlitwę.

# Zakorzeni w Chrystusie

## Codzienne modlitwy na tydzień od 1 listopada

### Krok 1: Medytacja Pisma Świętego

Zacznij od poproszenia Boga, aby mówił do Ciebie przez Jego Słowo. Módl się o mądrość i zrozumienie, gdy będziesz czytał i ucz się stosować zdobytą wiedzę. Korzystaj z poniższych fragmentów (jeden na dzień) w czasie medytacji.

- **Przeczytaj** fragment, może zapisz go w swoim zeszycie.
- **Pomyśl i zastosuj:** Co najbardziej rzuca Ci się w oczy? Zapisz swoje przemyślenia. Zastanów się, jak możesz zastosować tę wiedzę w swoim życiu. Jak wpływa to na Twój sposób myślenia, patrzenia lub rozumienia świata i na Twoje zachowanie? Zapisz to.
- **Pomódl się** i poproś Boga, aby dał Ci łaskę i moc, abyś mógł dokonać konkretnej zmiany na lepsze w swoim życiu lub podjąć działanie w tym kierunku.

### Krok 2: 4 rodzaje modlitwy

Jeśli zakończyłeś już medytację Pisma Świętego, możesz przejść do drugiej części modlitwy - uwielbienie, przeproszenie, dziękczynienie, prośby.

<b>Dzień</b>	<b>Fragment z Biblii</b>
Niedziela 1/11/2020	<b>J 15:15-16</b>
Poniedziałek 2/11/2020	<b>Pwt 6:4-5 &amp; Iz 41:10</b>
Wtorek 3/11/2020	<b>Joz 1:7-9</b>
Środa 4/11/2020	<b>Wj 34:6-7</b>
Czwartek 5/11/2020	<b>J 10:9-10</b>
Piątek 6/11/2020	<b>Jr 17:5-10</b>