



Modlitby

(Modlitby môžete použiť na začiatok a koniec vyučovacej hodiny alebo stretka.)

Pane, môj Bože, mám radosť

Pane, môj Bože, tak ako ryba nemôže žiť bez vody,
nedokážem žiť ani ja bez Teba.
Stvoril si ma a udržiavaš ma pri živote.

Dnes prichádzam, aby som sa Ti poďakoval
za život, ktorý je trvalým darom od Teba.
Prichádzam, aby som Ti ďakoval
a povedal Ti, ako veľmi milujem život.

Áno, mám radosť zo života,
hoci často skĺznem mimo,
prestupujem na mieste
a neviem, kam ísť.

Mám radosť hlavne z toho,
že som Tvoje dieťa,
že dýcham dychom božského života -
Tvojím Duchom Svätým.
Ty chceš žiť vo mne,
byť mojim hosťom.
Z celého srdca Ti ďakujem
za túto česť a radosť.
Amen.

Ó, Bože, vzývam Ťa

Ó, Bože, vzývam Ťa:
Múdrošť, ty si ma vymyslela,
Vôľa, ty si ma chcela,
Moc, ty si ma stvorila,
Milosť, ty si ma pozdvihla,
Hlas, ty ma voláš,
Slovo, ty ku mne hovoríš,
Dobrota, ty ma zahŕňaš darmi,
Prozreteľnosť, ty ma vedieš,
Milosrdenstvo, ty mi odpúšťaš,
Láska, ty ma objímaš,
Duch, ty ma oživuješ,
Pokoj, ty ma naplňaš,
Svätosť, ty ma premieňaš,
aby som si neodpočinul dovtedy, kým ťa neuvidím:
Ó, Bože, vzývam Ťa!
Amen.



Čo mi bolo zverené

Bože, náš Otec,
Tvoje stvorenie je úžasné.
Z Tvojej ruky prichádza všetko stvorené.
Aj mňa si povolal k životu a dal si mi životnú úlohu, poverenie,
ktoré nemôže naplniť nikto iný.
Mám poslanie pre svoj život.
Možno toto moje pozemské poslanie dostatočne a jednoznačne nerozoznávam,
raz mi však bude úplne jasné.
Nebol som povolaný do života, aby som bol neužitočný a zbytočný.
Som ohnivkom dlhej reťaze, mostu medzi ľuďmi a generáciami.
Pane, bolo mi zverené to najlepšie:
naplňovať Tvoje dielo, prinášať pokoj, konať dobro, slúžiť pravde,
žiť Tvoje slovo, kdekoľvek som, kdekoľvek budem.
Amen.

Podľa **YOUCAT: Modlitby pre mladých**
(str. 26, 33, 122)

Výroky známych osobností o jedinečnosti

*(Výroky môžete použiť napr. ako „darček“ na úvod či záver hodiny alebo stretnutia.
Mladí si ich „ťahajú“ z košíka, stačí si ich vytlačiť a nastrihať na malé pásiky papiera.
Môžete o nich aj diskutovať alebo ich len použiť ako motivačný citát... fantázii sa medze
nekladú ☺)*

- „Vždy buď radšej prvotriednou verziou seba samého ako druhotriednou verziou niekoho iného.“ **(Judy Garland)**
- „Keď žiješ tú najlepšiu verziu seba samého, inšpiruješ aj iných, aby žili tie najlepšie verzie seba samých.“ **(Steve Maraboli)**
- „Čo je platné preplávať more a strieďať mestá! Ak chceš uniknúť tomu, čo ťa trápi, musíš byť nie inde, ale iný.“ **(Lucius Annaeus Seneca)**
- „Všetko sa zmení, keď si uvedomíš, že ťa poslalo Nebo.“ **(anonym)**
- „Nikto nie je zbytočný na svete, kto uľahčuje bremeno niekomu inému.“
(Charles Dickens)
- „Nesnažte sa stať človekom úspechu, ale človekom hodnôt.“ **(Albert Einstein)**
- „Ak chceš žiť sám so sebou v mieri, neskúšaj byť viac, ako si, ale buď tým, čím si, celý.“
(Richard Wagner)
- „To, čo je pred nami, a to, čo je za nami, sú len drobnosti v porovnaní s tým, čo je v nás.“ **(Emerson)**
- „Svet je plný zmätku, hľad', aby si sa mu nepodobal.“
(Marcus Antonius Aurelius)
- „Musíme byť veľmi smelí, aby sme sa odvážili byť sami sebou.“ **(Eugène Delacroix)**
- „Je dôležité zachovať si svoju vlastnú identitu. Je to náš jedinečný dar pre druhých, jedinečný v celom vesmíre.“ **(Pau del Rosso)**
- „Máš to šťastie, že si odlišný, nikdy sa nemeň!“ **(Taylor Swift)**
- „Nie je nič krajšie, ako vidieť ľudí, ako sú sami sebou“ **(Steve Maraboli)**
- „Nepotrebuješ hľadať jedinečnosť, už teraz si jedinečný. Neexistuje spôsob, ako niečo urobiť viac jedinečným. Slovo „jedinečnejší“ je absurdné.“ **(Osho)**



Biblické citáty

- Nech nik tebou nepohrda preto, že si mladý; ale buď vzorom veriacim v slove, v správaní, v láske, vo viere, v čistote. Kým neprídem, venuj sa čítaniu, povzbudzovaniu a vyučovaniu. Nezanedbávaj dar, ktorý je v tebe, a ktorý si dostal skrze proroctvo, vkladáním rúk starších. Toto si vezmi k srdcu a tomuto ži, aby tvoj pokrok bol všetkým zrejmý. Dávaj pozor na seba a na učenie; buď v tom vytrvalý. Lebo ak si budeš takto počínať, zachrániš seba aj tých, čo ťa počúvajú. **(1 Tím 4, 12-16)**

(Citáty môžete použiť ako základný text ku katechéze alebo ako doplnujúci materiál ku aktivitám. Biblické citáty sú tiež vhodné na bibliodrámu – inscenovanie biblických situácií priamo na stretku alebo na hodine náboženstva...)

K téme Čistota – vedomie jedinečnosti vám ponúkame biblické príbehy ľudí, ktorí tiež museli prijať svoju jedinečnosť a svoje špeciálne miesto v Božom pláne. Často tomu sami nerozumeli a najskôr nevedeli prijať svoju výnimočnosť. Zvyčajne tiež bojovali s nepochopením ľudí okolo nich. Skôr či neskôr si však uvedomili, že ich hodnota spočíva v Božom pohľade na nich a že s Ním sa dá zvládnuť každá výzva.

JOZEF (Gn 37, 3-11)

Izrael miloval najviac zo všetkých synov Jozefa, lebo sa mu narodil v jeho starobe, a dával mu robiť pestrofarebnú tuniku. Keď jeho bratia videli, že ho má otec radšej ako všetkých ostatných synov, začali ho nenávidieť a neboli schopní prívetivo sa s ním rozprávať. A keď mal raz Jozef sen a rozpovedal ho svojim bratom, znenávideli ho ešte väčšmi. Povedal im: „Počujte, aký som mal sen! Boli sme na poli zamestnaní viazaním snopov a tu sa môj snop postavil a ostal stáť. Tu sa vaše snopy postavili dokola a klaňali sa môjmu snopu!“ Bratia mu povedali: „Vari chceš nad nami kraľovať alebo panovať?“ A znenávideli ho ešte viac pre jeho sen a pre jeho reči. A mal ešte iný sen a prezradil ho svojmu otcovi a svojim bratom. Hovoril: „Opäť som mal sen! Slnko, mesiac a jedenásť hviezd sa mi klaňalo.“

Toto rozprával svojmu otcovi a svojim bratom. A jeho otec mu robil výčitky a vravel mu: „Čo je to za sen, čo si mal? Hádam ja, tvoja matka a tvoji bratia prídeme a budeme sa ti klaňať až po zem?“ A jeho bratia žiarili, ale otec si to zapamätal.

MOJŽIŠ (Ex 3,1-12)

Mojžiš pásol ovce svojho tešťa, madiánskeho kňaza Jetra. Keď raz hnal ovce na púšť, došiel k Božiemu vrchu Horeb. Tu sa mu zjavil Boží anjel v ohnivom plameni z trňového kríka. Keď naň hľadel, videl, že trňový krík horí plameňom, ale nezhára. Vtedy si Mojžiš povedal: „Pôjdem a obzriem si ten čudný jav. Prečo trňový krík nezhorí.“ Keď Pán videl, že prichádza, aby si to obzrel, Boh naňho z trňového kríka zavolať: „Mojžiš, Mojžiš!“ On odpovedal: „Tu som.“ I hovoril mu: „Nepribližuj sa sem! Zobuj si z nôh obuv, lebo miesto, na ktorom stojíš, je zem svätá!“ A pokračoval: „Ja som Boh tvojho otca Abraháma, Boh Izáka a Boh Jakuba.“ Vtedy si Mojžiš zakryl tvár, lebo sa bál pozrieť na Boha. A Pán mu povedal: „Videl som utrpenie svojho ľudu v Egypte a počul som jeho volanie pre pracovných dozorcov. Viem o jeho utrpení. Preto som zostúpil, aby som ho vyslobodil z moci Egyptanov a vyviedol ho z tej krajiny do krajiny krásnej a priestrannej, do krajiny, ktorá oplýva mliekom a medom, do bydlísk Kanaánčanov, Hetejcov, Amorejčanov, Ferezejcov, Hevejcov a Jebuzejcov. A teraz došlo volanie Izraelitov ku mne a ja som videl útlak, ktorým ich Egyptania sužujú. Preto poď, pošlem ťa k faraónovi! Vyvedieš môj ľud, Izraelitov, z Egypta!“

Tu Mojžiš povedal Bohu: „Kto som ja, aby som šiel k faraónovi a aby som vyviedol Izraelitov z Egypta?!“ On mu povedal: „Ja budem s tebou a toto ti bude znamením, že som ťa ja poslal: keď vyvedieš ľud z Egypta, budete uctievať Boha na tomto vrchu.“



GEDEON (Sdc 6, 11-16)

Tu prišiel Pánov anjel a sadol si od dub pri Efre, ktorý patrilo Abiezeroveovi Joasovi, keď práve jeho syn Gedeon mlátil pšenicu na lise, aby ju zachránil pred Madiánčanmi. Pánov anjel sa mu zjavil a prihovoral sa mu: „Pán s tebou, udatný hrdina!“ Gedeon mu odpovedal: „Prepáč, môj pane! Keď je Pán s nami, prečo nás toto všetko postihlo? A kde sú všetky jeho divy, o ktorých nám rozprávali naši otcovia, keď hovorili: "Pán nás vyviedol z Egypta"? Teraz nás Pán opustil a vydal do ruky Madiánčanov.“ Pán sa k nemu obrátil a povedal: „Chod s touto svojou silou a vyslobod' Izrael z ruky Madiánčanov! Posielam ťa!“

On mu odvetil: „Prepáč, môj pane! Čím mám vyslobodiť Izrael? Veď moja rodina je najbiednejšia v Manassesovi a ja som najmenší v dome môjho otca!“ Pán mu povedal: „Keď som ja s tebou, tak Madiánčanov poraziš ako jediného muža!“

SAMUEL A DÁVID (1 Sam 16, 1. 6-13)

Pán povedal Samuelovi: „Dokedy ty budeš žiaľovať za Šaulom, hoci som ho ja zavrhol, aby nebol kráľom nad Izraelom? Naplň si roh olejom a chod! Posielam ťa k Betlehemčanovi Izaimu, lebo som si spomedzi jeho synov vyhládol kráľa.“ (...) Keď vkročil, videl Eliába a povedal si: „Isteže stojí pred Pánom jeho pomazaný.“ Ale Pán povedal Samuelovi: „Nehľad na jeho výzor a na výšku jeho postavy, lebo ho nepokladám za súceho. Veď (Pán nehľadá), ako hľadá človeka. Lebo človek hľadá na výzor, ale Pán hľadá na srdce.“ Nato Izai zavola Abinadaba a priviedol ho pred Samuela. Ale povedal: „Ani tohto si nevyvolil Pán.“ Izai priviedol Sarnu, ale povedal: „Ani toho si nevyvolil Pán.“ Potom Izai priviedol pred Samuela svojich sedem synov, ale Samuel povedal: „Pán si nevyvolil z týchto.“ Samuel sa spýtal Izaiho: „Sú to všetci mladíci?“ Odpovedal: „Ešte chýba najmenší, ten pasie ovce.“ Samuel povedal Izaimu: „Pošli poň a daj ho dovieť sem, lebo si nezasadneme, kým nepríde sem.“ Poslal poň a dal ho priviesť. Bol ryšavý, mal krásne oči a peknú postavu. A Pán povedal: „Vstaň, pomaz ho, lebo to je on!“

Nato Samuel vzal roh s olejom a pomazal ho uprostred jeho bratov. A od toho dňa pôsobil na Dávida Pánov duch. Samuel potom vstal a odišiel do Rámy.

MÁRIA (Lk 1, 26-38)

V šiestom mesiaci poslal Boh anjela Gabriela do galilejského mesta, ktoré sa volá Nazaret, k panne zasnúbenej mužovi z rodu Dávidovho, menom Jozefovi. A meno panny bolo Mária. Anjel prišiel k nej a povedal: „Zdravas, milosti plná, Pán s tebou.“ Ona sa nad jeho slovami zarazila a rozmýšľala, čo znamená takýto pozdrav. Anjel jej povedal: „Neboj sa, Mária, našla si milosť u Boha. Počneš a porodiš syna a dáš mu meno Ježiš. On bude veľký a bude sa volať synom Najvyššieho. Pán Boh mu dá trón jeho otca Dávida, naveky bude kraľovať nad Jakubovým rodom a jeho kráľovstvu nebude konca.“ Mária povedala anjelovi: „Ako sa to stane, veď ja muža nepoznám?“ Anjel jej odpovedal: „Duch Svätý zostúpi na teba a moc Najvyššieho ťa zatieni. A preto aj dieťa bude sa volať svätým, bude to Boží Syn. Aj Alžbeta, tvoja príbuzná, počala syna v starobe. Už je v šiestom mesiaci. A hovorili o nej, že je neplodná! Lebo Bohu nič nie je nemožné.“

Mária povedala: „Hľa, služobnica Pána, nech sa mi stane podľa tvojho slova.“ Anjel potom od nej odišiel.