

## NAUCZ NAS MODLIĆ SIĘ

**Teksty przewodnie:** Kol 3,16; Ps 44, Ps 22, Ps 13, Ps 60,1-7

### Cele studium:

Analiza: Ukazanie ludzkich emocji w psalmach.

Aplikacja: Wykorzystanie treści psalmów do indywidualnych i zbiorowych modlitw.

Afirmacja: Boże zbawienie jest ponad ludzkie problemy

### Powitanie i modlitwa (3 min)

### Starter (5 min):

- Opowiedzcie o wykonanym zadaniu z minionej soboty.
- Opowiedz, w jaki sposób nauczyłeś się modlić.

### Dyskusja (45 min w oparciu o wybrane pytania)

#### Część I – Korzystanie z psalmów podczas modlitwy.

1. W jaki sposób psalmy pomagają Ci w modlitwie? W jaki sposób korzystasz z nich do Twojego życia modlitw?
2. Jak rozumiesz słowa, że *Słowo Chrystusowe ma mieszkać w nas obficie*? W jaki sposób można wykorzystać psalmy do napominania (pocieszania) Kol 3,16?
3. Przedyskutujcie, jak można wykorzystać psalmy i oparte na nich modlitwy na nabożeństwach. W jaki sposób można korzystać z nich w większej ilości i w urozmaicony sposób (np. z psalmów responsoryjnych- gdzie jedna osoba czyta kolejne wiersze, a pozostali odpowiadają „refrenem” – zob. Ps 136)

#### Część II- Zaufanie w trudnych czasach (Ps 44)

1. Co sądzisz o wyrażaniu żalu i zarzutów wobec Boga w Ps 44,10-16. Czy naprawdę jest miejsce na takie słowa w naszych modlitwach? Czego uczą Cię te słowa na temat treści naszych osobistych modlitw?
2. Czy słowa z Ps 44,24.25 mają uzasadnienie? Kiedy człowiek może mieć wrażenie, że Bóg *zasnął*? Czy doświadczyłeś takiego stosunku do Boga?
3. Jaką widzisz wartość we wspomnianiu działania Boga w Twojej przeszłości? Jak może to pomóc w trudnych czasach (por. z Ps 44,18-21)?
4. Jaką nadzieję można mieć mimo problemów (Ps 44,23 por. z Rz 8,36)?
5. Jakie jeszcze pomocne w problemach treści znajdujesz w Psalmie 44?

#### Część III- Psalm utrapienia i rozpacz (Ps 22)

1. Czym Dawid przeciwstawiał poczucie opuszczenia i osamotnienia (Ps 22,1-6; Ps 22,9.10)?
2. Jakie pozytywne spojrzenie na Boga i Jego dzieło zawiera Ps 22,23-32? Czego te słowa uczą na temat leczącego duszę działania modlitwy?
3. W jaki sposób lektura Psalmu 22 może pomóc w rozmyślaniu o zbawczym dziele Pana Jezusa (Ps 22,2.9.17.18)?
4. Jezus na krzyżu modlił się słowami Psalmu 22? W jaki sposób treść tego psalmu mogła Mu pomóc w skrajnie trudnych chwilach na krzyżu?
5. Jakie jeszcze sposoby wykorzystania modlitwy do wychodzenia z utrapienia znajdujesz w Psalmie 22?

#### Część IV- Od rozpacz do radości (Ps 13)

1. O jakim stosunku do Boga świadczą pytania *Jak długo*, zawarte w Psalmie 13?
2. Czy zadawałeś Bogu podobne pytania? W jakiej sytuacji?
3. Dlaczego pielęgnowanie radości ze zbawienia jest najlepszą odpowiedzią na poczucie żalu i wątpliwości (Ps 13,6; Ha 3,17-19)?
4. Jak na co dzień można pielęgnować poczucie pewności i radości zbawienia?

Część V- Odnów nas (Ps 60,1-7)

1. Dlaczego prośba o odnowienie jest najlepszą reakcją na poczucie opuszczenia (Ps 60,3)?
2. Jaki sens cierpienia określa Ps 60,7? Czy dzięki tym słowom inaczej patrzysz na przeżywaną przez Ciebie problemę?
3. Czego studiowane dzisiaj psalmy nauczyły Cię na temat treści pocieszania innych? Jakie elementy powinno zawierać chrześcijańskie napominanie (pocieszenie)?

**Podsumowanie (1 min. )**

Studium Psalmów: 13, 22, 44 i 60,1-7 uczy nas modlitwy w trudnych momentach naszego życia, a także szczerego wyrażania uczuć i emocji wobec Boga, łącznie z negatywnymi. Ponad narzekanie, smutki i poczucie opuszczenia modlitewna łączność z Bogiem przynosi nadzieję, pocieszenie i pewność zbawienia w Jezusie.

**W najbliższym tygodniu (1 min.):**

- Poszukaj w następnym tygodniu jednej osoby, którą mógłbyś pocieszyć osobę znajdującą się w trudnej sytuacji.

**Zaproszenie na kolejne studium (1 min):**

*Pan rządzi-* obraz Boga w Księdze Psalmów.

**Modlitwa (5 min)**

Pomódlcie się cytując fragmenty studiowanych dzisiaj Psalmów.