



Duchovní Retreat (4 hodiny)

Drazí,

Trávíme hodně času sdílením naší víry a praktického života s lidmi, kterým sloužíme.

Proto musíme být znovu naplňováni mocí Ducha, abychom byli schopni sdílení a služba nás nevyčerpávala.

Věříme, že všichni míváme svá osobní ztišení s Pánem, ale někdy potřebujeme trochu víc.

Proto vám chceme nabídnout čas oddělený pro osobní duchovní „retreat“.

Ať nám Bůh všem žehná!

mjr. Ardi van Hattem

Zde jsou některé myšlenky, které nám mohou pomoci při našem duchovním retreatu:

- Čtení písma může být během vašeho retreatu opravdovým požehnáním. Čtěte pomalu a vědomě prostě Ducha svatého, aby vám pomohl číst s pravým pochopením. Pro začátek jsou skvělé žalmy, nebo Ježíšovo učení. Nebo zkuste číst biblické oddíly, které jste nikdy předtím nestudovali.
- Kdy jste si naposledy opravdu klekli na kolena na zem, zavřeli oči a modlili se hluboce a dlouho? A pamatujte, že modlitba by měla probíhat v obou směrech, proto dělejte přestávky k naslouchání.
- Během života každý někoho zraní. Je dobré vyčlenit si čas na to, abychom se ke každé takové situaci v myšlenkách vrátili – třeba až do dětství, a modlili se za odpuštění od toho zraněného člověka i za Boží odpuštění, zároveň vyprošovali požehnání pro člověka, za kterého se modlíme.
- Je skvělé chodit, když se modlíme (nebo se modlit, když chodíme?). Něco z krásy přírody ve spojení s krásnou modlitbou se pojí v nádherný zážitek. Pokud konáte retreat na malebném místě, jako je například les nebo břeh řeky, či jezera, je prožitek umocněn.

- Vedení deníku (malého zápisníku) je opravdovým požehnáním. Použijte jej k zaznamenání myšlenek, které vás během dne napadají. Budete se divit, kolik vás toho během retreatu napadne!
- Bible vás může uvést do úžasného retreatu. Vezměte si ji s sebou a používejte!
- Během dne nezapomeňte na Ježíšova slova, že pokud budete hledat, naleznete, a pokud budete prosit, dostanete, pokud budete klepat, bude vám otevřeno. Nebojte se Pána požádat o to, co opravdu chcete.
- Pokud vám připadá divné procházet se polese a modlit se, uvědomte si, že co děláte, je normální; není normální být vzdálen od Boha!
- Váš den osobního retreatu je skvělý čas na to, abyste mohli přemýšlet o způsobu, jak využít svých obdarování ke službě druhým. Zapište několik možností do vašeho deníku.
- Zapisování vlastních modliteb je cvičením přinášejícím uspokojení a kde si tuto disciplínu vyzkoušet lépe než na vlastním retreatu. K napsání modlitby nepotřebujete licenci nebo zvláštní vzdělání, jen trochu inspirace.

