



Skupinka osobního růstu či *skupinka osobního rozvoje* je inspirace, **jak nastartovat a pěstovat své křesťanství**, jak uvést do praxe víru, jak být učedníkem.

Je to jednoduchý koncept, který umožňuje každému uchopit jej podle svého a nechat se inspirovat. Skupinky osobního růstu (zkráceně SOR) jsou skvělým nástrojem a kultivačním prostředím pro osobní a duchovní růst. Poskytují totiž to hlavní, čeho je k růstu třeba: **povzbuzení, závazek, zodpovědnost a podporu.**

Jak to funguje?

Dva až tři lidé stejného pohlaví se setkávají 1x týdně za účelem osobní zodpovědnosti za duchovní růst a rozvoj.

Neste břemena jedni druhých a tak naplňte Kristův zákon. (Gal 6.kap.)

Dvě hlavní oblasti zodpovědnosti

1. **Čtení Bible** – mít kontakt s Božím slovem, mít jej jako denní potravu, učit se mu naslouchat a rozumět.
2. **Vyznání hříchu** – alternativa zpovědnice. Nikoli jako neosobní oddrmolení svých poklesků či slabostí, ale jako upřímné a osobní sdílení života, radostí i starostí, výher, bojů i proher. Jsou to odpovědi na otázky týkající se osobního růstu. Je to zároveň východisko pro nový start.

Vyznávejte jedni druhým svá provinění a modlete se jedni za druhé, abyste byli uzdraveni. Vroucí modlitba spravedlivého zmůže mnoho. (Jk 5:16)

Tyto dvě oblasti nemůže samotný člověk plnohodnotně pokrýt. Potřebuje k tomu spolehlivého osobního partnera. Duchovní růst se uskutečňuje tím, že křesťané jsou v těchto dvou oblastech za sebe navzájem odpovědní.

Moc konceptu SOR spočívá v pravidelném čtení Bible. Doporučuje se, aby objem textu, který si účastníci zvolí, byl výzvou k naplnění pro každého z nich. Jestliže skupinka splňuje stanovený úkol snadno, pak účastníci nejsou dostatečně motivováni a objem čtení by se měl zvýšit.

Předpoklady členství ve skupince osobního růstu:

- Uvědomění si potřeby Krista (jsem rozhodnut ho následovat)
- Aktivní vstup do učednického procesu

A co jsi ode mě slyšel před mnoha svědky, to svěžuj věrným lidem, kteří budou schopní učit zase další. (2 Tm 2,2)

Síla dvou nebo tří:

Skupina tří má předpoklad nazývat se **společenstvím** (Kaz 4,12). Bible na mnoha místech doporučuje pro efektivní službu skupiny po dvou nebo po třech (Mt 18,16.20; 2 K 13,1).

Důvěra

Obecně platí, že upřímné a otevřené sdílení je možné spíše ve skupině tří než ve velké skupině (Mt 18,15-17).

Růst

Závazek číst denně Bibli a jednou za týden se pravidelně scházet vede k vzájemné podpoře, povzbuzení a motivaci, ve výsledku k osobnímu a duchovnímu růstu.



Povzbuzení

Jako křesťané jsme povoláni k tomu, abychom se vzájemně povzbuzovali ve víře. SOR k tomu mohou významně napomoci.

Dalším rozměrem skupinek osobního růstu je intenzivní kontakt a komunikace s Bohem – modlitby.

Strategické zaměření modliteb

Každý člen skupinky by měl identifikovat několik (např. 5) lidí, kterým věnuje zvýšený zájem, modlitby a péči. Napište si jejich jména na kartičku a podělte se o část z nich s ostatními členy skupiny tak, aby i ostatní o nich věděli a mohli se za ně modlit. Mějte karty ve své Bibli spolu s těmito záložkami.

Čtení Bible

Podtrhněte si barevnou tužkou nebo zvýrazňovačem jakýkoliv verš, o který byste se chtěli příští setkání s účastníky podělit. To vám pomůže připomenout si, o čem s vámi Bůh hovořil. Místo čtení velkého bloku biblického textu najednou čtete raději každý den patřičnou část. To vám pomůže lépe reflektovat to, co jste právě četli a zejména to, k čemu Bůh obrátil vaši pozornost. Pomůže vám to také nepodceňovat důležitost této pravidelné duchovní disciplíny.

Používejte překlady Bible. Pomůže vám to hlouběji porozumět textu, a také nalézat radost ze čtení.

Setkání

Pokud ve skupince chybí vedoucí, zhostí se úlohy vedení kartička. Kartičku ve velikosti záložky si stáhněte a vytiskněte (www.generaceviry.cz). Kartička obsahuje vysvětlení principů SOR a inspirativní otázky. Zde je návrh na průběh setkání skupinky:

- **To první**, co členové SOR udělají, je, že si vzájemně **položí otázky** z kartičky a na každou z nich také upřímně odpoví. To vám pomůže vyhnout se problémům s časem.
- **Druhou část** setkání lze věnovat dojmům, poznatkům či otázkám plynoucím ze **čtení Bible**.
- **Třetí část setkání je věnována modlitbám.**

Prokažte respekt a ohled ke svým spoluúčastníkům ve skupině tím, že přijdete vždy v čas. Když přijde řada na vás, abyste vedli setkání, ujistěte ostatní, že setkání skončí ve stanovenou dobu. Vždy musí být dána příležitost odejít v domluvený čas.

INSPIRATIVNÍ OTÁZKY:

1. Dozvěděl ses něco o víře v Krista?
2. Jak jsi oslavoval život? (výlet, zvláštní akce, událost...)
3. Koho nového jsi potkal? Čeho sis na něm všiml?
4. Koho jsi zcela záměrně povzbudil či ujistil?
5. Co by tvoje rodina (manžel/ka, děti, rodiče) řekla o tobě a o tom, jaké to bylo s tebou žít?
6. Jak jsi se vypořádal s těžkostmi, problémy, ... , kterým v současnosti čelíš?
7. Měl jsi potíže s nějakým hříchem (např.: smyslnost, chlípnost, žárlivost, závist, neochota odpustit, pýcha, hněv, strach, vztek, nějaký druh závislosti, pomlouvání,...)?
8. O jaké změny se právě teď v životě pokoušíš?
9. Co sis odnesl ze setkání společenství, jehož jsi členem?
10. Přečetl jsi všechno, co jsi měl?
Jak se ti dařilo číst každý den daný objem textu? Máš nějaké otázky k přečtenému textu?



Skupinka osobního růstu má být tvořena ze dvou, maximálně tří lidí. Když okusíte pozitivní dopady fungování skupinky a když dostanete princip SOR do krve, najdete další osamocené lidi a pozvěte je k účasti na skupince osobního růstu! Udržujte optimální počet 2-3 lidí tím, že se rozdělíte. Z jedné skupinky se tak časem stane skupinek více a více lidí se bude moci naučit, jak na to. Více lidí bude mít možnost zakusit dobrodružství osobního růstu a zážitek ze setkávání se s Bohem.



"Jděte k lidem, mluvte k nim, křtěte je a učte je zachovávat všechno, co jsem vám přikázal. A já jsem s vámi." Ježíš Kristus (Mat 28:18-20)

GENERACE VÍRY 

S vírou do vírů života!

www.generaceviry.cz