

*Rastimo dublje — Nedelja 8*  
**Isus čini nemoguće!**

# family.fit *fast*

7 minuta za pomoć rasta vaše  
*porodice.fitnes.vera.zabava*



[www.family.fit](http://www.family.fit)

# To je tako lako!

Sakupite porodicu na 7 minuta:

	 <b>Aktivirajte se</b> <i>4 minuta</i>	 <b>Odmor i razgovor</b> <i>3 minuta</i>
<b>1. DAN</b>	Partnerski trbušnjaci	Pročitajte i diskutujte Marko 10:17 -31
<b>DAN 2</b>	Neprekidan krug	Pročitajte i diskutujte Marko 10:17 -31
<b>DAN 3</b>	“Šuga” trbušnjaci	Pročitajte i diskutujte Marko 10:17 -31

Ovo je deo putovanja kroz Markovu priču dok istražujemo „Ko je ovaj čovek Isus?“. Nalazi se u Bibliji u **Marku 10:17 -31**.

**To je lako!** Nema posebne opreme. Samo osećaj zabave i otvorenog uma!

*Više informacija na kraju knjižice. Molimo Vas da pročitate uslove.*



# 1. DAN

## Aktivirajte se



### Partnerski trbušnjaci

Radite u parovima. Jedna osoba radi trbušnjake dok druga drži noge dole. Uradite 5 trbušnjaka i zamenite mesta Uradite tri runde.



<https://youtu.be/ufGar8JeTuY>

## Odmor i razgovor



### Biti dobar nije dovoljno

- *Razgovarajte o pozitivnim i negativnim aspektima ovih pravila.*

Pročitajte Marko 10:17 -31.

Napišite listu stvari koje bi dobar student ili radnik uradio. Pročitajte stihove 17-22. Napišite jednu od ovih lista za čoveka koji je upoznao Isusa.

- Šta je radio dobro a šta pogrešno?

Niko od nas ne živi savršeno. Niko nije „dobar” osim Boga!

**Razgovor sa Bogom:** Razmislite o stvarima koje ste uradili pogrešno koje su povredili druge. Recite Bogu da vam je žao. Zahvalite Bogu što je dobar!

# DAN 2

## Aktivirajte se



### Neprekidan krug

Svai se držite za ruke i stojite u krugu. Uradite ove pokrete zajedno:

- 5 čučnjeva
- 5 istezanja
- 5 Supermen stava
- 5 sklekova

Ponovite. Pokušajte da neprekinete krug.



<https://youtu.be/ygkcmvKgJXY>

## Odmor i razgovor



### Nemoguće je da sami sebe spasete

- *Koje stvari su tebi teške da uraiš sam/a?*

Pročitajte Marko 10:23 -26.

Skupite pet predmeta različitih veličina oko svoje kuće. Pogledajte da li možete da ih provučete kroz malu rupu ili „uvo“ igle.

Nemoguće je, zar ne? Ovo je sjajna slika o nama koji pokušavamo da uđemo u Božje carstvo tako što smo dovoljno dobri.

**Razgovor sa Bogom:** Napišite neke dobre stvari kojima se vi kao porodica ponosite. Nemoguće je koristiti ove stvari da vas kvalifikuju da uđete u Božje carstvo. Zamolite Boga da vam pomogne da vidite ono što On želi.

## DAN 3

### Aktivirajte se



#### “Šuga” trbušnjaci

Pronađite prostor gde možete svi da trčite okolo. Jedna osoba je 'vija' koji juri sve da ih označi. Kada je neko označen, oni se zaustavljaju i rade 3 trbušnjaka. Oni tada postaju “vija-šuga”

Igrajte tri minuta ili dok svi ne budu iscrpljeni.



### Odmor i razgovor



#### Bog voli i želi da nas spasi

- *Da li je lako ili teško tražiti pomoć?*

Pročitajte Marko 10:17 -31.

Nabavite čvrsto zatvorenu bočicu ili teglu. Neka najmlađa osoba u porodici pokuša da je otvori. Ako to ne mogu, treba da traže pomoć od sledeće osobe.

Iako je nemoguće spasiti sebe, Bog nas može spasiti. On želi da Ga ponizno zamolimo da to učini za nas. Uradi to sada!

**Razgovor sa Bogom:** Gospode Isuse, ne mogu da se spasim tako što sam dobar sve vreme. Ja stalno padam. Potreban si mi da me spasiš- Stavljam svoje pouzdanje u Tebe.

# Reči nedelje

Ove reči možete pronaći u besplatnoj Bibliji na mreži ovde na [Marku 10:17 -31](#) (SSP).

## **Biblijski odlomak — Marko 10:17 -31 (SSP)**

Kada je Isus izašao na put, pritrča mu jedan čovek pade pred Njim na kolena, pa ga upita: “Dobri učitelju, šta treba da učinim da nasledim večni život?”

„Zašto me zoveš dobrim?” upita ga Isus: „Niko nije dobar osim jednoga - Boga. Zapovesti znaš: “Ne ubij, ne čini preljubu, ne kradi, ne svedoči lažno, ne prevari, poštuj svoga oca i majku.”

„Učitelju”, reče čovek, “svega toga sam se držao od svoga detinjstva.”

Isus ga pogleda i zavole, pa mu reče: “Jedno ti nedostaje: idi i prodaj sve što imap, pa razdeli siromasima i imaćeš blago na nebu. Tada hajde za mnom.” A čovek se na te reči smrknu, pa ode žalostan, jer je imao veliko bogatstvo.

<sup>23</sup>Isus pogleda unaokolo, pa reče učenicima: “Kako je teško imućnima da uđu u Božije carstvo.” A učenici se

začudiše Njegovim rečima. Stoga im On opet reče: “Prijatelji, kako je teško ući u Božije carstvo. Lakše je kamili da prođe kroz iglene uš nego bogatašu da uđe u Božije carstvo.” A učenici se još više začudiše, pa počеше među sobom da govore: “Pa ko onda može da se spase?”

Isus ih pogleda, pa reče: “Ljudima je to nemoguće, ali Bogu mije, jer Bogu je sve moguće.”

“Evo”, poče Petar da Mu govori, :mi smo sve ostavili i pošli za Tobom.”

“Istinu vam kažem”. reče Isus, “nema nijednoga koji je ostavio kuću, ili braću, ili sestre, ili majku, ili oca, ili decu, ili njive radi mene i radi evaneđelja, a da sad, u ovom vremenu, neće dobiti stostruko: kuće, i braću. i sestre, i majke, i decu, i njive - uz progone - a u budućem svetu, večni život. Ali, mnogi prvi, biće poslednji, a poslednji - prvi.”

## Savet za zdravlje

Pijte više vode. Nosite vodu sa sobom i pijte je kad god se osećate žedni.





# Više informacija

Nadamo se da ste uživali *family.fit fast*. Sastavili su je volonteri iz celog sveta. Besplatno je!

Naći ćete sve family.fit sesije na sajtu <https://family.fit>. Podelite ga sa drugima.

Pronađite video zapise na [family.fit YouTube® kanalu](#)

Pronađite nas na društvenim mrežama ovde:



Ako ovo prevedete na drugi jezik, molimo vas da nam ga [pošaljete na info@family.fit](#), tako da se može deliti sa drugima.

Hvala vam.

*family.fit tim*



Promotivni  
video

## PRAVILA I USLOVI

### VAŽAN SPORAZUM PRE KORIŠĆENJA OVOG RESURSA

Korišćenjem ovog materijala slažete se sa našim Uslovima i pravilima <https://family.fit/terms-and-conditions> kako je detaljno opisano na našem sajtu. Oni regulišu vašu upotrebu ovog materijala od strane vas i svih onih koji vežbaju sa vama. Molimo vas da se uverite da vi i svi oni koji vežbaju sa vama prihvatite ove uslove u potpunosti. Ako se ne slažete sa ovim uslovima ili bilo kojim delom ovih uslova i uslova, ne smete koristiti ovaj materijal.



family.ft

