

*Rast u mudrosti — Nedelja 7*  
**Izgradnja blaga koje traje!**

# family.fit *fast*

7 minuta za pomoć rasta vaše  
*porodice.fitness.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>DAN 1</b>	Morska zvezda	Pročitajte i razgovarajte o Mateju 6:19 -21
<b>DAN 2</b>	Tabata izazov	Pročitajte i razgovarajte o Mateju 6:22 -23
<b>DAN 3</b>	Brza lopta	Pročitajte i razgovarajte o Mateju 6:24

Isus očekuje da njegovi sledbenici usvoje vrednosti Njegovog “naopačke” kraljevstva. On nam daje upozorenje protiv življenja za stvari ovoga sveta.

Nalazi se u Bibliji u Mateju 6:19 -24.

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



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

# DAN 1

## Aktivirajte se



### Morska zvezda

Radite sa partnerom. Jedna osoba stane u položaju daske sa razdvojenim nogama. Druga osoba skače preko nogu, jednu po jednu nogu i vraća se na početak. Ponovite 10 puta, a zatim zamenite mesta.

Uradite tri runde.



<https://youtu.be/GRuEVoqebvI>

## Odmor i razgovor



### Šta vrednujemo

- *Koje stvari najviše vrednujete ili koje su vam najvažnije?*

Read Matej 6:19 -21.

- *Šta znači da skupljamo blago na nebu?*

Stvari koje vrednujemo vladaju našim životima. Ono što ljudi gledaju i vrednuju kao svoje blago otkriva gde su njihova srca zaista.

**Razgovor sa Bogom:** Provedite vreme sami sa Bogom i zamolite Ga da vam pokaže gde je vaše blago. Razmislite o čemu razmišljate i kako koristite svoje vreme, talente i novac.

# DAN 2

## Aktivirajte se



### Tabata izazov

Slušajte muziku Tabata. Radite alpinistu 20 sekundi, a zatim odmarajte 10 sekundi. Trčite u mestu 20 sekundi, a zatim odmarajte 10 sekundi. Ponovite ovaj segment. Uradite osam rundi.



<https://youtu.be/AmcrvuWBkpQ>

## Odmor i razgovor



### Ono što vidimo

- *Kakvu ulogu imaju oči na našem telu?*

Pročitajte Matej 6:22 -23.

Neke stvari koje gledamo ili o kojima razmišljamo su kao šal (povez) na našim očima. Taj povez čini da mnogo teže vidimo gde idemo.

- *Kako možemo imati zdrave duhovne "oči"?*

**Razgovor sa Bogom:** Molite se da vam Bog pomogne da imate zdrave oči i da kao porodica gledate na stvari koje će vam doneti svetlost u vaše živote, a ne tamu.

# DAN 3

## Aktivirajte se



### Brza lopta

Pronađi loptu. Svako trči oko prostora bacajući loptu jedni drugima da uhvate. Kada nekome ispadne lopta, ta osoba mora da uradi šest čučnjeva ili tri burpija.



<https://youtu.be/V0R3fyAG5m0>

## Odmor i razgovor



### Kome služimo

- Šta znači biti potpuno posvećen jednoj stvari?

Pročitajte Matej 6:24.

Isus jasno pokazuje da ne možete biti posvećeni Bogu ako ste posvećeni novcu i stvarima koje novac može kupiti.

- Zašto je nemoguće služiti Bogu i novcu?
- Kome služite danas?

**Razgovor sa Bogom:** Tražite oprostaj od Boga za one momente kada niste posvećeni Njemu. Ako je Isus Hristos vaš Gospod, molite se da ćete služiti samo Njemu i slaviti samo Njega.

# Reči nedelje

Ove reči možete pronaći u besplatnoj onlajn Bibliji ovde u [Mateju 6:19 -24 \(SSP\)](#).

## **Odlomak iz Biblije** — Matej 6:19 -24 (SSP)

Ne zgrćite sebi blago na zemlji, gde moljci i rđa nagrizavaju, i gde lopovi provaljuju i krađu. Nego, zgrćite sebi blago na nebu, gde ni moljci ni rđa ne nagrizavaju, i gde lopovi ne provaljuju i ne krađu. Jer gde ti je blago, tamo će ti biti i srce. <sup>22</sup>Oko je svetiljka tela. Ako ti je dakle, oko dobro, celo telo će biti puno svetlosti. Ali, ako ti je oko rđavo, celo telo će ti biti puno tame. Ako je dakle, svetlost koja je u tebi tama, kolika će biti ta tama! <sup>24</sup>Niko ne može da služi dvojici gospodara. Jer, ili će jednoga mrzeti a drugoga voleti; ili će jednome biti privržen a drugoga prezirati. Ne možete služiti i Bogu i bogatstvu.

## Savet za zdravlje

Jedite dobro.

Napunite vaš ormar za hranu ili frižider sa sastojcima koji se brzo pripremaju i lako kuvaju.



# Više informacija

Nadamo se da ste uživali *family.fit* brza verzija .  
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](mailto:info@family.fit) , tako da se može  
deliti sa drugima.

Hvala vam.

*family.fit* tim



## 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 pravila, ne smete koristiti ovaj materijal.





family.ft

