

Pentru început, vă propunem spre vizionare unul sau două dintre filmulețele de mai jos. Toate au subtitrare în limba română. La finalul vizionării se pot împărtăși idei în grup. Este sarcina voastră ca responsabili sau educatori să alegeți filmul sau filmele pe care le considerați cele mai potrivite pentru grupul căruia îi aparțineți.

1. Rugăciunea lui Isus: <https://www.cristofori.ro/rugaciunea-lui-isus/>
2. Trei pași spre rugăciunea neîncetată: <https://www.cristofori.ro/trei-pasi-pentru-rugaciunea-neincetata/>
3. Timp pentru rugăciune: <https://www.cristofori.ro/timp-pentru-rugaciune/>
4. Lupta rugăciunii: <https://www.cristofori.ro/lupta-rugaciunii/>

De asemenea, pentru a înțelege ce impact puternic poate avea rugăciunea, vă invităm să citiți următoarele mărturii ale unor tineri:

- „Nu mi-e ușor să mă rog, nu întotdeauna reușesc să îmi fac timp pentru asta, dar am descoperit că rugăciunile scurte mă ajută să am o stare de spirit mai bună pentru tot restul zilei. Ele mă pot ajuta să îmi păstrez calmul în situații tensionate, să mă eliberez de stres.”
- „Rugăciunea este cea care îmi deschide ochii pentru a observa că lângă mine, pe tot parcursul vieții mele, stă Cineva care mă iubește mult peste așteptările și puterea mea de înțelegere. Mă rog pentru a-mi reaminti mie însumi că nu este nimic care să mă poată separa de iubirea lui Dumnezeu. Am nevoie de ajutorul Lui în fiecare zi, iar atunci când mă opresc din a mă ruga, simt că pierd acea conexiune care îmi dă putere și pace pentru a-i putea iubi pe oameni și pe mine însumi.”
- „A mă ruga înseamnă a sta liniștit în prezența iubirii pure, respirând calm, simțind că mereu este cineva lângă mine chiar și atunci când toți sunt împotriva mea.”
- „Mă rog pentru că Isus îmi este cel mai bun prieten și vreau să îi spun ce mai fac și cum sunt. Astfel îmi place foarte mult să petrec timp cu El.”
- „Mă rog pentru că cred cu adevărat că Dumnezeu mă iubește, zâmbește când mă privește... dar nu el are nevoie de rugăciunea mea, ci eu. Am această nevoie profundă de a comunica cu Iubirea. Îmi e ușor să mă rog? Nu, cu siguranță nu. De multe ori nu am suficientă motivație sau răbdare să stau și să îi vorbesc sau să ascult. Dar atunci când o fac, nu regret niciodată.”