



Pomůcka k učení se Bible
zpaměti po celých knihách

V e š k e r é P ř i s m o p o c h á z í z B o ž í h o D u c h a

Pomůcka k učení se Bible z paměti po celých knihách

Biblické společenství křesťanů v Ústí nad Labem

An Approach to Extended Memorization of Scripture

by Dr. Andrew Davis

Přeloženo se svolením autora. Veškerá práva vyhrazena.

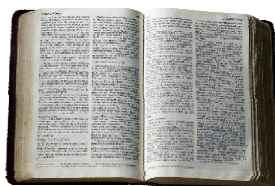
Překlad Jaroslav Kernal.

2010 © Biblické společenství křesťanů

www.cirkevusti.cz

Pomůcka k učení se Bible z paměti po celých knihách

Dr. Andrew Davis



Obsah

1.	Hodnota učení se Písma z paměti.....	5
2.	Učení se celých knih.....	8
3.	Závazek před Bohem.....	8
4.	Výběr první knihy.....	9
5.	Průzkum terénu.....	10
6.	Každodenní proces.....	11
	a) Opakování starých veršů	
	b) Učení se novým veršům	
7.	Dlouhodobé zapamatování si.....	14
8.	Učení se dlouhým knihám nebo rychlejší učení se.....	15
	Příloha 1 – Celkový rozvrh knihy – Efezským.....	20
	Příloha 2 – Týdenní rozvrh – příklad.....	22
	Příloha 3 – Počet veršů v jednotlivých knihách Bible.....	23

Hodnota učení se Písma z paměti

Učení se Písma z paměti přináší množství duchovního užítku. Správné pochopení tohoto užítku začíná porozuměním tomu, jakou roli hraje zapsané Boží Slovo v našem duchovním růstu. Ježíš Kristus otevřeně prohlašuje, že náš duchovní život závisí na Slově Božím: „*Ne jenom chlebem bude člověk živ, ale každým slovem, které vychází z Božích úst.*“ (Mt 4,4). Boží slova nalezneme pouze na jednom jediném místě: v Bibli. Také podle apoštola Petra je jednou z našich zodpovědností „*růst v milosti a poznání našeho Pána Ježíše Krista*“ (2 Pt 3,18), takže vynaložíme „*všecku snahu na to, abychom ke své víře připojili ctnost, k ctnosti poznání*“ (2 Pt 1,5). Jak ale máme růst? Růst v Pánu se nazývá „posvěcení“ a jedná se o proces, kdy se stáváme stále více podobnějšími Ježíši Kristu a jsme více odděleni od světa. Ježíš Kristus říká, že to se bude dít skrze Boží Slovo: „*Posvět je pravdou. Tvé Slovo je pravda.*“ (J 17,17). Avšak Slovo Boží do nás musí vstoupit skrze naši **mysl** – skrze porozumění – aby proměnilo naše srdce. Takže když do hloubky promyšlíme Písmo a rozjímáme nad ním, abychom mu lépe porozuměli, tak bude naše srdce proměňováno. A máme rozjímat nad „*každým slovem, které vychází z Božích úst*“. Není lepší věc, jak důkladně rozjímat nad Božím Slovem verš po verši, než se učit Boží Slovo z paměti. Učení se z paměti není totéž, co rozjímání, ale většinou je téměř nemožné naučit se nějakou pasáž Písma z paměti bez toho, že bychom těmto veršům doopravdy do hloubky porozuměli. Navíc však, když už se pasáž naučíme, tak náš tichý čas je nám k dispozici neustále – během dlouhých cest autem, při procházkách na pobřeží, když mluvíme s přáteli – naučené verše nás odvedou od nás samotných a výsledkem bude hlubší porozumění.

Dále nás tyto verše posvěcují tak, že nenávidíme hřích a chceme s ním rázně bojovat. Díky učení se zpaměti jsme schopní v okamžiku pokušení obstát pomocí „*meče Duchu Svatého, jímž je Slovo Boží*“ (Ef 6,17). Přesně tak, jak to říká žalmista: „*Jak si mladík udrží svou ztezku čistou? Musí se vždy držet Tvého Slova. Tvé Slovo uchovávám v srdci, nechci proti Tobě hřešit.*“ (Ž 119,9.11).

Boží Slovo nás také posvěcuje tak, že mění celý náš pohled na svět od světského k nebeskému: „*A nepřizpůsobujte se tomuto věku, nýbrž proměňujte se obnovou své mysli, abyste mohli rozpoznat, co je vůle Boží, co je dobré, Bohu milé a dokonalé.*“ (Ř 12,2). „Obnova mysli“ probíhá, když skrze ní Písmo protéká jako čistá řeka. Když tato řeka protéká naší myslí nepřetržitě, tak stále více uvidíme věci Božím způsobem – pokud jsme Boží děti, tak „*máme mysl Kristovu*“ (1 K 2,16). Dává nám více a více moudrosti v tom, jak jednat v tomto světě.

Kromě toho, veškerý tento užitek přináší požehnání nejenom **nám** v našem vlastním duchovním růstu, ale stává se pokladnicí pro duchovní růst církve jako takové. Ten, kdo se učí Písmo zpaměti, bude Bohem mocně používán k vyučování a povzbuzování ostatních křesťanů, právě tak, jak o tom mluví Boží Slovo: „*Nechť ve vás přebývá slovo Kristovo v celém svém bohatství: se vši moudrostí se navzájem učte a napomínejte ...*“ (Ko 3,16). Je lepší způsob, jak tato slova Písma poslechnout, než se učit Boží Slovo zpaměti? „Slovo Kristovo“ ve vás bude „bohatě přebývat“, když si ho budete pamatovat, a pak bude pracovat ve vaší mysli díky rozjímání. Tak se budete stávat více použitelnými pro Boha, abyste „učili a napomínali“ bratry a sestry. Písmo buduje církev, aby dospěla k úplné zralosti v učení i jednání (Ef 4,13–16), a Bůh mocně s užitekem pro věčnost používá ty, kdo se učí Písmo zpaměti právě k tomuto budování.

A konečně učení se Písma z paměti nás uschopňuje, abychom byli požehnáním pro ztracené, když jim budeme mocně a jasně vysvětlovat evangelium. „*Víra přichází ze slyšení a slyšení skrze Slovo Boží*“ (Ř 10,17). Ti, kdo se učí Písmo z paměti, jsou poslušní ohledně Petrova příkazu, abychom „*byli vždy připraveni dát odpověď každému, kdo by se vyptával na naději, kterou máme*“ (1 Pt 3,15). „Připravit se“ tak, jak to myslí Petr, můžeme nejlépe tím, že se budeme učit znát Písmo z paměti. Pamatujte, že to je Písmo, které „*vám může dát moudrost ke spasení a to vírou v Ježíše Krista*“ (2 Tm 3,15). Tak například evangelisté, kteří si budou z paměti pamatovat Evangelia, mohou velmi živě převyprávět příběhy o zázracích lidem, kteří jsou biblicky negramotní, kteří toho vědí jen velmi málo o Kristově životě. Takový člověk může také vysvětlit teologii spasení z Pavlových listů, pokud se tyto knihy naučí z paměti. Prostě, učení se Písma z paměti dělá z člověka mocnějšího a efektivnějšího evangelistu.

A jsou zde ještě další přínosy. Pokoj ve zkouškách a zármutcích, moc a moudrost pro poradenství, růst v duchovním smýšlení, nesení ovoce Ducha, usvědčování z hříchu, užitečné využití času, když čekáte, ... Prostě to stojí za to, věnovat tomu ten čas.

Když přijde den soudu, tak budeme litovat každého neužitečného času, který jsme nevyužili pro Kristovu slávu. A samozřejmě nebudeme litovat žádného okamžiku, který jsme naplnili pilným studiem Božího Slova a uchováváním ho v srdci. Budeme si jenom přát, abychom takto využili více svého času.

Učení se celých knih

Učení se celých knih je lepší než učení se jednotlivých veršů. Ježíš řekl: „*Je psáno: „Ne jenom chlebem bude člověk živ, ale každým slovem, které vychází z Božích úst.“*“ (Mt 4,4). Pavel řekl: „*Veškeré Písmo pochází z Božího Ducha a je dobré k učení, k usvědčování, k nápravě, k výchově ve spravedlnosti, ...*“ (2 Tm 3,16). Učení se jednotlivých veršů vede k tomu, že pomíjíme verše, které samostatně nejsou důležité. Ovšem většina Písma je napsaná tímto způsobem ... je zde plynulá argumentace, která se ztrácí, když si vybíráme jednotlivé verše a učíme se je. Kromě toho také existuje mnohem větší pravděpodobnost, že soustředěním se na jednotlivé verše ztratíme ze zřetele jejich kontext.

Udělejme závazek před Bohem

Jděte k Pánu v modlitbách a ptejte se Ho, zda chce, abyste investovali čas do učení se Písma z paměti. Naslouchejte Mu a důvěřujte Mu, že vás povede. Když od Boha dostanete odpověď, požádejte ho pokorně o pomoc skrze Ducha Svatého. Požádejte Ho, aby vás chránil před duchovní pýchou. Bůh **NENÁVIDÍ** pýchu v jakékoliv podobě (viz Iz 2,6–22 a Lk 18,9–14) a ačkoliv znalost Bible je naprosto zásadní pro duchovní zralost, tak poznání Bible bez lásky k Bohu a bližnímu „nadýmá“ (1 K 8,2) a je neužitečné pro Boha a zároveň škodlivé pro církve. Bůh je schopen zmařit vaši schopnost učit se Písmo z paměti, pokud by to mělo být k vaší vlastní slávě. Potom pokorně udělejte závazek před Bohem, že budete investovat čas do učení se Písma z paměti. Později, až si vyberete svou první knihu k naučení se nazpaměť, budete mít příležitost svůj závazek před Bohem písemně potvrdit.

Výběr první knihy

Takže jste následovali Boží vedení a zavázali jste se před Bohem, že se naučíte celou knihu Bible zpaměti. Dalším krokem je výběr knihy. Také to se neobejde bez modliteb a bez vedení Ducha Svatého. Zde jsou některé praktické věci, které by vám měly pomoci v rozhodování:

1. Není kniha příliš dlouhá (nebo krátká)? Vaše první kniha by neměla být příliš dlouhá, takže by vás dlouhé učení se odradilo a vy byste to vzdali. Největší překážkou v tomto procesu je nedostatek vytrvalosti ... takže to vzdáte. Obvykle to vzdáváme, protože se nám to zdá být příliš dlouhé a my se cítíme slabí, takže bychom nezvládli to, co je před námi. Ale stejně jako někdo, kdo chce uběhnout maraton, nezačne trénovat hned celých 42 km, ale musí se k této vzdálenosti postupně vypracovat, tak je to také s učením se Písma zpaměti. Musíte se naučit kázni, která bude hluboce zakořeněna do vašich každodenních návyků, a musíte budovat své paměťové schopnosti předtím, než se pustíte do skutečně dlouhé knihy. Je dobré začít s knihou dlouhou 90 – 160 veršů. V Bibli jsou i kratší knihy, ale 2. nebo 3. Janův asi nebude mít takový dopad na váš život jako některá z delších epištol. Na druhé straně, veškeré Písmo je Bohem vdechnuté (2 Tm 3,16), takže vás možná Bůh povede k tomu, abyste začali s 2. listem Janovým.
2. To, co vámi pohne: vyberte si knihu, kterou Bůh v minulosti použil ve vašem životě a která by podle vás byla hodně nejužitečnější pro vaše chození s Kristem a pro vaši službu druhým. Měli byste si také vybrat knihu, která před vámi v sobě skrývá nějaké tajemství (jako je to ostatně v celém Písmu!) a jejíž učení se tak pro vás bude určitým dobrodružstvím.

Poté, co jste zvážili své možnosti, předneste vše před Pána a naslouchejte Jeho hlasu. Požádejte Ho o vedení a On bude řídit váš výběr.

Průzkum terénu

Dalším krokem je prozkoumání celé knihy a rozhodnutí, jak rychle se chceme knihu naučit. Pravděpodobně můžete začít s jedním veršem na den, šest dní v týdnu. Vždy doporučuji dělat jeden den v týdnu přestávku, abyste nevyhořeli, nebo abyste doplnili, co jste zanedbali např. kvůli nemoci nebo zvláštní zaneprázdněnosti.

Jak tedy prozkoumat terén?

1. Spočítejte všechny verše knihy.
2. Vydělte výsledné číslo počtem veršů, které se budete učit každý týden. To vám ukáže, kolik týdnů budete na knihu potřebovat.
3. Vyznačte si v kalendáři cílové datum.
4. Přidejte 10%, abyste se necítili pod nepříjemným tlakem, dokud si nezvyknete na tento životní styl (např. pokud si vyberete Efezským – 155 veršů, 6 veršů týdně, budete tedy mít 26 týdnů nebo 6 měsíců; přidejte 10% = 3 týdny a dostanete 29 týdnů).
5. Zavažte se před Bohem, že se s Jeho pomocí naučíte tuto knihu k tomuto datu:

Pane, hledal jsem Tě v modlitbách a věřím, že jsi mě vedl k tomu, abych se naučil tuto (název knihy) knihu zpaměti. Nyní se s Tvojí pomocí a pro Tvou slávu odevzdávám tomuto úkolu. Zavazuji se, že se tuto knihu naučím do ... (datum).

Napište si to a podepište to a dejte si to někam, kde to budete mít každý den na očích.

Smyslem tohoto průzkumu je rozmyslet si přiměřené tempo, jímž pravděpodobně dosáhnete vytyčeného cíle. Ukáže vám to, kolik se toho musíte naučit každý den a kdy budete hotoví. Průzkum ústí do závazku, který vám pomůže vytrvat.

Každodenní proces

Prioritou je opakování: vždy dávejte přednost tomu, abyste si v mysli udrželi verše, které znáte, před tím, že se naučíte nové. K čemu to bude, když budete znát nové, jestliže přijdete o staré? Neznamená to, že se budete muset ty staré znovu naučit? Proto začínejte své každodenní učení se opakováním starých veršů. Dívejte se na to tak, že musíte napřed něco udělat, abyste získali výsadu naučit se nějaké úžasné nové verše („Napřed práce, potom zábava.“).

Dlouhodobé opakování: Lepší, než zopakovat verš stokrát za jeden den, je zopakovat si ho každý den jednou po sto dní za sebou. Nejdůležitějším klíčem k úspěchu v učení se Písma z paměti je dlouhodobé opakování. To je způsob, jak udržet staré verše a naučit se nové.

Učení se čísel veršů: Důležitou poznámkou je, že stojí za zvláštní úsilí naučit se čísla jednotlivých veršů, jako kdyby byla součástí každého verše. Ochrání vás to před vynecháním verše nebo celého odstavce, když si budete přeříkávat celou knihu. Také vám to pomůže najít jednotlivé verše, když budete někomu sloužit nebo budete evangelizovat. A také vám to pomůže vybavit si tyto verše při čtení křesťanských knih – nemusíte si je dohledávat. Efezským 1,1–3 si pak budete přeříkávat asi takto: *Jedna jedna. Pavel, z Boží vůle apoštol Ježíše Krista, bratřím věrným v Kristu Ježíši. Jedna dva. Milost*

vám a pokoj od Boha Otce našeho a Pána Ježíše Krista. *Jedna tři*. Pochválen buď Bůh a Otec našeho Pána Ježíše Krista, který nás v Kristu obdařil vším duchovním požehnáním nebeských darů. Atd. U delších čísel je to stejné. Efezským 6,11 bude: *Šest jedenáct*. Oblecte plnou Boží zbroj, abyste mohli odolat dáblovým svodům. Skutky 27,25–26 budou: *Dvacet sedm, dvacet pět*. Buďte proto dobré mysli. Věřím Bohu, že tomu bude tak, jak mi oznámil. *Dvacet sedm, dvacet šest*. Máme se dostat k nějakému ostrovu. **Nevynechte to!!!** Z dlouhodobého pohledu to velmi usnadňuje učení se zpaměti.

Rozvíjejte fotografickou paměť: Zapamatování si je také vizuální záležitost. To neznamená, že slepí lidé se nemohou učit Bibli zpaměti, ale že proces učení se je velmi těsně propojen se zrakem. Přečtete si každý nový verš desetkrát tak, jako kdybyste každé slovo fotografovali. Osobně si stále vybavím, na kterém místě stránky byly některé konkrétní verše, když jsem se je učil poprvé zpaměti. Vypalte si svými očima každý verš do své mysli.

Přeříkávejte si nahlas: Další pomoc v učení se zpaměti je říkat si verše pro sebe nahlas. Vnější podněty pomohou vaší mysli v procesu zapamatování si. Nemusí to být moc nahlas, stačí tak, abyste to slyšeli vy sami. Můžete se také pokusit převést některé pocity a interpretace veršů do recitace, což je určitý způsob rozjímání během procesu učení se.

Příklad denní procedury: Uvádím příklad, jak se můžete učit list Efezským, rychlostí jednoho verše za den:

1. První den: čtete Ef 1,1 desetkrát nahlas, každé slovo fotografujete svými očima. Ujistěte se, že nevynecháváte číslo verše. Potom zakryjte text a desetkrát si verš zopakujte nahlas. To je pro tento den vše.
2. Den druhý: Nejprve včerejší verš!! Zopakujte si včerejší verš Ef 1,1 desetkrát a zkontrolujte, že je to i s číslem verše. Pokud je to potřeba,

podívejte se do Bible, abyste si verš připomněli. Nyní k novému verši. Čtete Ef 1,2 desetkrát nahlas, vyfotíte každé slovo svými očima. Nezapomeňte na číslo verše. Zakryjte stránku a přeříkejte si verš desetkrát. To je vše.

3. Den třetí: Nejprve včerejší verš! Zopakujte si desetkrát nahlas včerejší verš, Ef 1,2. Nezapomeňte na číslo verše. Znovu, pokud je to potřeba k osvěžení paměti, podívejte se do Bible. Nyní předchozí verše společně: Zopakujte si jednou nahlas Ef 1,1–2, a to včetně čísel veršů. Nyní pojďme k novému verši. Čtete Ef 1,3 desetkrát nahlas, každé slovo ofotíte svými očima. Nezapomeňte na číslo verše. Potom zavřete Bibli a přeříkejte si verš desetkrát nahlas. Pro tento den je to vše.
4. Den čtvrtý: Nejdříve včerejší verš! Přeříkejte si desetkrát nahlas včerejší verš, Ef 1,3. Nezapomeňte si opakovat číslo verše. Opět, pokud potřebujete osvěžit paměť, nahlédněte do Bible. Potom následuje opakování předchozích veršů společně: zopakujte si Ef 1,1–3 jednou nahlas včetně čísel veršů. A nyní k novému verši. Čtete Ef 1,4 desetkrát nahlas, každé slovo vyfotíte svými očima a nezapomeňte na číslo verše. Potom zavřete Bibli a desetkrát si verš nahlas zopakujte. Dnes to máte za sebou.

Tento cyklus bude pokračovat skrze celou knihu. Obvykle již zanedlouho obsáhne „společné opakování předchozích veršů“ většinu času určeného pro učení. Přesně tak by to mělo být. Celou knihu Efezským můžete přečíst přiměřenou rychlostí za méně než patnáct minut. Takže opakování předchozích veršů vám žádný den nezabere více než jindy. Dělejte to s Bibli v ruce, kdybyste se ztratili nebo vám něco vypadlo. Není ostuda se podívat a dokonce je to dobrá pomůcka k tomu, abychom si poradili

s problematickými verši tak, že už nám nebudou nadále způsobovat problémy. Následně tedy, váš šedesátý den bude vypadat:

60. Den šedesátý (vzhledem k osmi dnům volna to znamená, že jste na 52. novém verši, což by mělo být Ef 3,7): Nejprve včerejší verš! Zopakujte si desetkrát nahlas včerejší verš, Ef 3,6. Nezapomeňte na číslo verše. Znovu, pokud je to potřeba k osvěžení paměti, podívejte se do Bible. Nyní předchozí verše společně: Zopakujte si jednou nahlas Ef 1,1–3,6, a to včetně čísel veršů. **Pokud je to potřeba, tak se podívejte do Bible.** Nyní pojďme k novému verši. Čtete Ef 3,7 desetkrát nahlas, každé slovo oťofte svými očima. Nezapomeňte na číslo verše. Potom zavřete Bibli a přeříkejte si verš desetkrát nahlas. To je pro tento den vše.

Dlouhodobé zapamatování si

Za předpokladu, že budete v tomto učení se pokračovat v listu Efezským bez vynechávání (kromě onoho jednoho dne týdně), byste měli s celou knihou být hotovi během 26 týdnů. Když se naučíte Ef 6,24: „Šest dvacet čtyři. Milost všem, kdo nepomíjející láskou milují našeho Pána Ježíše Krista.“, měli byste vzdát Bohu chválu!!! Padněte na kolena a děkujte Bohu za dobrotu, kterou vám prokázal.

Poté, co skončíte s uctíváním, je čas vrátit se zpátky do práce. Pokud jste byli věrní v každodenním opakování „všech předchozích veršů“, tak to, co bude následovat, nebude tak hrozné, jak by se mohlo zdát. **Opakujte si celou knihu po následujících sto dní.** Pokud jste dělali svou práci dobře, tak přibližně po druhém týdnu už nebudete při tomto opakování potřebovat mít svou Bibli po ruce. Takže si můžete knihu opakovat ve sprše, při řízení, mytí nádobí, při procházce, při cvičení, ... **Nemusíte si kvůli tomu**

vymezovat zvláštní čas ve svém nabitém denním programu! A co víc, během této doby uvidíte celou knihu Efezským (nebo jinou, kterou jste se naučili) jako na dlani. Uvidíte velká témata, která spojují kapitoly dohromady, uvidíte, jak se rozvíjí hlavní myšlenka, objevíte nové věci, které jste dříve nevěděli.

Budte vytrvalí. Sto dní bez toho, abyste vynechali jediný. Můžete to zvládnout a budete spokojení, když to zvládnete.

Když toto projdete, tak dejte knihu na její místo (třeba na pondělní ráno) a přeříkávejte si ji každé pondělní ráno až do konce svého života. Nikdy ji nezapomenete. Mimochodem – nezapomeňte na plevel na zahradě, jak říkám:

„Vytrhat plevel ze zahrady“ – když si budete knihu přeříkávat v dlouhém časovém období bez toho, abyste se dívali do Bible, budete dělat malé chyby nebo vynechávat verše. Toto je jeden z důvodů, proč se učíme i čísla veršů!!! Takže „*vytrhat plevel ze zahrady*“ jednoduše znamená vzít jedno pondělní ráno (jednou za dva nebo za tři měsíce) Bibli a knihu si prostě přečíst celou najednou. Tak opravíte, v čem jste chybovali. To bude „*trhání plevele ze zahrady*“.

A nyní jste připraveni začít se učit další biblickou knihu!!!

Učení se dlouhým knihám nebo rychlejší učení se

Potom, co jste za šest měsíců zvládli Efezským rychlostí jeden verš denně, tak možná cítíte, že jste připraveni naučit se nějakou delší knihu. Pokud byste se, např., chtěli naučit Římanům, tak máte před sebou 432 veršů. Při rychlosti jeden verš denně skončíte za rok a půl (včetně 10% rezervy). To se vám možná bude zdát příliš dlouhé. Tak se připravte na zvýšení rychlosti. Když jsem se učil Matoušovo evangelium, dělal jsem to rychlostí 36 veršů za týden.

Šest veršů denně, šest dní v týdnu. Trvalo mi to asi devět měsíců, neboť jsem neudržel tuto rychlost po celou dobu. Ale Matouš má 1068 veršů. Rychlostí jeden verš za den by to byla příliš dlouhá cesta. Podívejme se tedy, jak dělat více veršů v jednom dni:

1. Den první: čtete Matouše 1,1 nahlas desetkrát, každé slovo si očima vyfoťte. Nezapomeňte na číslo verše. Potom zavřete Bibli a verš si desetkrát přeříkejte. Totéž postupně udělejte s verši 2 až 6. Znovu připomínám čísla veršů. Potom si odříkejte celých šest veršů, Mt 1,1–6, desetkrát nahlas. To je pro tento den vše.
2. Den druhý: Nejprve verše z předchozího dne!!! Přeříkejte si nahlas včerejší verše (Mt 1,1–6) desetkrát, včetně čísel veršů. Podívejte se do Bible, pokud potřebujete pomoc. A nyní k novým veršům. Přečtěte si Mt 1,7 desetkrát nahlas, každé slovo vyfoťte svými očima a nezapomeňte na číslo verše. Zavřete Bibli a verš si desetkrát přeříkejte. Totéž pro Mt 1,8–12. Potom si desetkrát přeříkejte všech šest nových veršů (Mt 1,7–12) za sebou. To je pro tento vše.
3. Den třetí. Nejprve včerejší verše!!! Přeříkejte si včerejší verše (Mt 1,7–12) desetkrát nahlas (včetně čísel veršů). Pokud potřebujete pomoc, podívejte se do Bible. Pak si jednou přeříkejte všechny předchozí verše dohromady (Mt 1,1–12). Nyní k novým veršům. Přečtěte si Mt 1,13 desetkrát nahlas, každé slovo vyfoťte svými očima a nezapomeňte na číslo verše. Zavřete Bibli a verš si desetkrát přeříkejte. Totéž pro Mt 1,14–18. Potom si desetkrát přeříkejte všech šest nových veršů (Mt 1,13–18) za sebou. To je pro tento vše.
4. Den čtvrtý: Nejprve včerejší verše!!! Přeříkejte si včerejší verše (Mt 1,13–18) desetkrát nahlas (včetně čísel veršů). Pokud potřebujete pomoc, podívejte se do Bible. Pak si jednou přeříkejte všechny předchozí verše

dohromady (Mt 1,1–18). Nyní k novým veršům. Přečtěte si Mt 1,19 desetkrát nahlas, každé slovo vyfoťte svými očima a nezapomeňte na číslo verše. Zavřete Bibli a verš si desetkrát přeříkejte. Totéž pro Mt 1,20–24. Potom si desetkrát přeříkejte všech šest nových veršů (Mt 1,19–24) za sebou. To je pro tento vše.

Průběžné opakování předchozích veršů dohromady se přibližně od sedmé až osmé kapitoly stane dost obtížné. V tuto chvíli začněte vypouštět první kapitolu, potom postupně druhou, třetí, jak budete průběžně procházet celou knihou. Vymezte si čas, který strávíte opakováním předchozích veršů dohromady na nějakých patnáct až dvacet minut. Kapitoly, které vypouštíte (kapitola 1, potom 2, 3) si opakujte jednou týdně. V okamžiku, kdy dosáhnete Mt 28,20, si pro své dlouhodobé opakování vyčleníte úměrné části. Zde je jedna z metod dlouhodobého opakování:

1. Čtete Matouše normální rychlostí deset minut. V závislosti na vaší rychlosti můžete přečíst Mt 1–5. Vezměme to jako příklad (já čtu okolo 125 veršů za 10 minut). *Poznámka:* Udělejte si konec na konci kapitoly. Nekončete např. Mt 5,37, ale jděte dál a skončete na nejbližším konci kapitoly, i když to bude znamenat, že budete číst třeba 11 minut.
2. Přeříkávejte si Mt 1–5 každý den následujících 25 dní. Pokud jste byli při předchozím učení pečliví, tak kolem 15 dne budete schopní dělat bez Bible. Potom už to můžete dělat ve sprše, při řízení, apod. Nepotřebujete na to žádný čas navíc.
3. Dvacátý šestý den si vyčleníte další „desetiminutový“ oddíl Matouše. Řekněme Mt 6–8. Přeříkávejte si Mt 6–8 následujících 25 dní vždy v návaznosti na Mt 1–5. Na konci konci tohoto období budete mít za sebou Mt 1–5 padesátkrát a Mt 6–8 dvacet pětkrát.

4. Padesátý první den si vyberte další „desetiminutový oddíl (např. 125 veršů) Matouše. Řekněme Mt 9–12. Přeříkávejte si tyto kapitoly v návaznosti na všech osm předchozích. Na konci tohoto období budete mít za sebou 75 dní v Mt 1–5, 50 dní v Mt 6–8 a 25 dní v Mt 9–12.
5. Sedmdesátý šestý den přidejte další oddíl (Mt 13–15). Dělejte tyto kapitoly a přitom pokračujte v Mt 1–5, 6–8 a 9–12. Na konci tohoto období budete mít za sebou sto dní v Mt 1–5, 75 dní v Mt 6–8, 50 dní v Mt 9–12 a 25 dní v Mt 13–15. Pokud jste si text rozdělili správně, tak by doba na přeříkávání si celého textu neměla být delší než 45 minut. *Poznámka:* v tuto chvíli již byste měli být schopni přeříkat si Mt 1–12 bez dívání se do Bible, takže to můžete dělat při jakékoliv jiné činnosti. To znamená, že doba aktivního učení se, by neměla být delší než 15–20 minut.
6. Stý první den je dnem zakončení Mt 1–5, zasunutí ho na jeho místo do „pondělního rána“ pro zbytek vašeho života. Přeříkali jste si to až dosud tolikrát, že byste to měli dělat i ze spaní (a je možné, že budete!). Prostě si přeříkejte Mt 1–5 každé pondělí během nějaké rutinní činnosti, kterou děláte a jednou za čas si to projděte s Bibli v ruce, abyste si to procvičili.

Nyní přidejte další „desetiminutový“ oddíl Matouše, kterým nahradíte Mt 1–5, jež jste ukončili. Nejspíš Mt 16–19. Procházejte i nadále textem od Mt 6–8, přes Mt 9–12 a Mt 13–15. Na konci dalšího období zakončíte Mt 6–8 (budete mít za sebou sto dní), v Mt 9–12 75 dní, 50 dní v Mt 13–15 a v Mt 16–19 25 dní.

7. Stý dvacátý šestý den zakončete Mt 6–8, přidejte Mt 20–22 a pokračujte dále. Na konci tohoto období budete mít za sebou sto dní v Mt 9–12, 75 dní v Mt 13–15, 50 dní v Mt 16–19 a 25 dní v Mt 20–22.

8. Stý padesátý první den zakončíte Mt 9–12, přidáte Mt 23–25 a budete pokračovat. Na konci tohoto období budete mít sto dní v Mt 13–15, 75 dní v Mt 16–19, 50 dní v Mt 20–22 a 25 dní v Mt 23–25.
9. Stý sedmdesátý šestý den zakončíte Mt 13–15, přidáte Mt 26–27 a pokračujete. Na konci tohoto období budete mít sto dní v Mt 16–19, 75 dní v Mt 20–22, 50 dní v Mt 23–25 a 25 dní v Mt 26–27.
10. Dvoustý první den zakončíte Mt 16–19, přidáte poslední kapitolu (Mt 28) do svého opakovacího cyklu a pokračujete. Pokračujete bez přidávání nových veršů. Pokračujte, dokud neprojdete Mt 28 sto dní za sebou (den 300). Po zhruba 25 dnech v Mt 28 budete schopni recitovat celé Matoušovo evangelium úplně z paměti. Padněte na kolena a vzdávejte Bohu chválu za dobrotu, kterou vám prokázal. Pokračujte v práci, dokud neprojdete Mt 28 sto dní po sobě.

Opakujte si každý desetiminutový oddíl jednou týdně nebo jednou měsíčně, podle toho, jak to potřebujete, abyste to nezapomněli.

Příloha 1

Celkový rozvrh knihy – Efezským

Týdny	Nové verše	Staré verše
Týden 1	Efezským 1,1–1,6	
Týden 2	Efezským 1,7–1,12	Efezským 1,1–1,6
Týden 3	Efezským 1,13–1,18	Efezským 1,1–1,12
Týden 4	Efezským 1,19–2,1	Efezským 1,1–1,18
Týden 5	Efezským 2,2–2,7	Efezským 1,1–2,1
Týden 6	Efezským 2,8–2,13	Efezským 1,1–2,7
Týden 7	Efezským 2,14–2,19	Efezským 1,1–2,13
Týden 8	Efezským 2,20–3,3	Efezským 1,1–2,19
Týden 9	Efezským 3,4–3,9	Efezským 1,1–3,3
Týden 10	Efezským 3,10–3,15	Efezským 1,1–3,9
Týden 11	Efezským 3,16–3,21	Efezským 1,1–3,15
Týden 12	Efezským 4,1–4,6	Efezským 1,1–3,21
Týden 13	Efezským 4,7–4,12	Efezským 1,1–4,6
Týden 14	Efezským 4,13–4,18	Efezským 1,1–4,12
Týden 15	Efezským 4,19–4,24	Efezským 1,1–4,18
Týden 16	Efezským 4,25–4,30	Efezským 1,1–4,24
Týden 17	Efezským 4,31–5,4	Efezským 1,1–4,30
Týden 18	Efezským 5,5–5,10	Efezským 1,1–5,4

Týden 19	Efezským 5,11–5,16	Efezským 1,1–5,10
Týden 20	Efezským 5,17–5,22	Efezským 1,1–5,16
Týden 21	Efezským 5,23–5,28	Efezským 1,1–5,22
Týden 22	Efezským 5,29–6,1	Efezským 1,1–5,28
Týden 23	Efezským 6,2–6,7	Efezským 1,1–6,1
Týden 24	Efezským 6,8–6,13	Efezským 1,1–6,7
Týden 25	Efezským 6,14–6,19	Efezským 1,1–6,13
Týden 26	Efezským 6,20–6,24	Efezským 1,1–6,19

Příklad – týdenní rozvrh

TÝDEN 1 Včerejší verš Předchozí verše Nový verš

Efezským 1,1–6

dohromady

Den 1 Ef 1,1

Den 2 Ef 1,1

Ef 1,1

Ef 1,2

Den 3 Ef 1,2

Ef 1,1–2

Ef 1,3

Den 4 Ef 1,3

Ef 1,1–3

Ef 1,4

Den 5 Ef 1,4

Ef 1,1–4

Ef 1,5

Den 6 Ef 1,5

Ef 1,1–5

Ef 1,6

...

TÝDEN 24 Včerejší verš Předchozí verše Nový verš

Efezským 6,8–13

dohromady

Den 1 Ef 6,7

Ef 1,1–6,7

Ef 6,8

Den 2 Ef 6,8

Ef 1,1–6,8

Ef 6,9

Den 3 Ef 6,9

Ef 1,1–6,9

Ef 6,10

Den 4 Ef 6,10

Ef 1,1–6,10

Ef 6,11

Den 5 Ef 6,11

Ef 1,1–6,11

Ef 6,12

Den 6 Ef 6,12

Ef 1,1–6,12

Ef 6,13

Počet veršů v jednotlivých knihách

Starý zákon	Počet veršů
Genesis	1533
Exodus	1213
Leviticus	859
Numeri	1288
Deuteronomium	959
Jozue	658
Soudců	618
Rút	85
1 Samuelova	810
2 Samuelova	695
1 Královská	816
2 Královská	719
1 Paralipomenon	942
2 Paralipomenon	822
Ezdráš	280
Nehemjáš	406
Ester	467
Jób	1070
Žalmy	2461
Příslolí	915

Kazatel	222
Píseň písni	117
Izajáš	1292
Jeremjáš	1364
Pláč Jeremjášův	154
Ezechiel	1273
Daniel	357
Ozeáš	197
Joel	73
Amos	146
Abdijáš	21
Jonáš	48
Micheáš	105
Nahum	47
Abakuk	56
Sofonjáš	53
Ageus	38
Zachariáš	211
Malachiáš	55

Nový Zákon	Počet veršů v knize
Matouš	1071
Marek	678
Lukáš	1151
Jan	879
Skutky	1007
Římanům	433
1 Korintským	437
2 Korintským	257
Galatským	149
Efezským	155
Filipským	104
Koloským	95
1 Tesalonickým	89
2 Tesalonickým	47
1 Timoteovi	113
2 Timoteovi	83
Titovi	46
Filemonovi	25
Židům	303
Jakubův	108
1 Petřův	105
2 Petřův	61

1 Janův	105
2 Janův	13
3 Janův	14
Judův	25
Zjevení	404



V e š k e r é P í s m o p o c h á z í z B o ž í h o D u c h a

Veleslavínova 14, Address Line 2 Address Line 3 Address Line 4

Tel: (123) 456 7890 Fax: (123) 456 7892