

Sissejuhatus

Tere tulemast 2024. aasta kümnepäevasele palveajale! Usume, et palve on vaimuliku taaselustumise sünnikoht. Jumal on viimastel aastatel teinud nii palju imesid, kui oleme Teda koos palves ja paastudes otsinud. Püha Vaim on toonud kaasa pöördumisi, uuendanud kirge misjonitöö vastu, taaselustanud kogudusi ja tervendanud suhteid. Siin on vaid mõned tunnistused eelmisest aastast.

"Ma ei ole kunagi varem Jumala Vaimu sellisel viisil tundnud." (Frank B.)

"Jumal päästis mu perekonna 10-päevase palveaja kaudu." (Adebayo O.)

"Kümnepäevase palveaja jooksul palvetasin oma mitteuskliku perekonna eest. Üheksandal päeval tuli mu 20-aastane lapselaps külla ja hakkas esimest korda elus mulle vaimulikke küsimusi esitama. See oli päris suur vastus mu palvele!" (Fran J.)

"Me palvetasime, et mu isa, kes oli lahkunud usust ja meie pere juurest, saaks päästetud. Kümne päeva lõpuks tuli ta, esimest korda mitme aasta järel, koju ja palus andestust, otsis lepitust ja tahtis Jumalaga asjad korda teha." (G.M.)

Kas Jumala hääl on sind kutsunud taaselustumisele? Piibel on sinu jaoks täis töotusi.

- "kui siis minu rahvas, kellele on pandud minu nimi, alandab ennast ja nad palvetavad ja otsivad minu palet ning pöörduvad oma kurjadelt teedelt, siis ma kuulen taevast ja annan andeks nende patu ning säästan nende maa" (2. Ajaraamat 7:14).
- "Ja te otsite mind ja leiate minu, kui te nõuate mind kõigest oma südamest" (Jeremija 29:13).
- "Ja igaüks, kes hüüab appi Issanda nime, päästetakse" (Rooma 10:13).
- "Tulge Jumala ligi, siis tuleb tema teie ligi!" (Jaakobuse 4:8)
- "Ennäe, ma seisan ukse taga ja koputan. Kui keegi kuuleb mu häält ja avab ukse, siis ma tulen tema juurde sisse ning sünnitan temaga ja tema minuga" Ilmutuse 3:20).

Kus iganes sa praegu oma elus ka ei ole, Jumal on sulle lähemal kui arvad. Ta tahab valada oma õnnistusi su perekonnale, kogudusele, kogukonnale ja maailmale!

MEIE PALVE TEEMA:

USU PRIORITEEDID – KRISTLIKUD VOORUSED TORMILISTEL AEGADEL

Kas sa leiad end mõnikord kiirest elust niivõrd haaratuna, et jääb vähe ruumi vaimulikeks hetkedeks? Kui igatsed sisukamat ja täisväärtuslikumat vaimulikku elu, siis on need kümme palve- ja mõtisklemise päeva sinu jaoks väärtuslikud.

Nende kümne päeva jooksul on sul ainulaadne võimalus lahti lasta sellest, mis hõivab su meeli ja elu, kuid ei too tõelist rahuldust. Selle asemel keskendume sellele, mis läheb tegelikult korda Jumalale. See on võimalus elada tahtlikult vähemaga, mis võimaldab kogeda rohkem seda, mis tegelikult loeb.

Selle teekonna jooksul saad praktilisi teadmisi, mis aitavad süvendada su usaldust Jumalasse, rikastada hingamispäevakogemust ja tugevdada igapäevast ühendust Temaaga. Täendusrikas palve, hea tegemine ja tänulikkuse kasvatamine on samuti osa meie uurimisretkest. Peale selle saad lisaks otsustavust, kirge ja visadust, mis on vajalikud edu saavutamiseks.

Avame oma südame ja meeled Jumalale ja kutsume Tema Püha Vaimu nende kümne päeva jooksul oma ellu. Palvetame, et selle protsessi kaudu muutuksime ja uueneksime ning saaksime Jumala elumuutva armastuse võimsateks tunnistajateks.

Palvetame koos meie isiklike ja perekondlike jumalateenimise altarite uuendamise eest, et Püha Vaim võiks meid reformida ja võimestada kuulutama maailmale Jumala viimset lootuse sõnumit!

Dr Frank Hasel

selle aasta materjalide autor

Soovituslikud juhised palveajaks

- Palvetage lühidalt – ainult üks või kaks lauset ühel teemal. Seejärel andke sõna teistele. Võite palvetada nii palju kordi kui soovite, nagu vestleksite.

- Ärge kartke vaikust, sest see annab kõigile aega kuulata Püha Vaimu.

- Suur õnnistus on ka üheskoos laulda laule, nii nagu Vaim juhhib. Selleks ei ole vaja klaverit; ka saateta laulmine on hea.

- Selle asemel, et kulutada väärtuslikku palveaega oma palvesoovidest rääkimisele, lihtsalt palvetage. Siis saavad ka teised teie palveid paluda ja teie vajaduste eest töotusi taga nõuda.

Töotustele tuginemine

Meil on eesõigus palves taga nõuda Jumala töotusi. Kõik Tema käsud ja soovitusel on ka töötused. Ta ei paluks meilt kunagi midagi sellist, mida me ei suudaks Tema jõus teha.

On nii lihtne keskenduda oma vajadustele, raskustele ja väljakutsetele ning palvetades oma olukorra üle hädaldada ja haliseda. See ei ole palve eesmärk. Palve on mõeldud selleks, et tugevdada meie usku. Seepärast julgustame sind oma palveajal Jumala töotusi taga nõudma. Suuna pilk endalt ja oma nõrkustelt kaugemale ning vaata Jeesusele. Temale vaadates muutume Tema sarnaseks.

Ellen White julgustab: "Iga töotus Jumala Sõnas on meile. Esita oma palvetes Jehoova kindlat sõna ja nõua usus taga Tema töotusi. Tema sõna on kinnituseks, et kui sa usus palud, saad kõik vaimulikud õnnistused. Jätka palumist ja sa saad ülevoolavalt enam, kui palud või arvata oskad." (In Heavenly Places, lk 71)

Kuidas saad sa Tema töotusi taga nõuda? Näiteks, kui sa palvetad rahu eest, võid nõuda Johannese 14:27 ja öelda: "Issand, Sa oled meile oma sõnas öelnud: "Rahu ma jätan teile, oma rahu ma annan teile. Ma ei anna teile nõnda, nagu maailm annab. Teie süda ärgu ehmugu ega mingi araks!" Anna mulle seda rahu, mille Sa lubasid meile jätta!" Täna Issandat, et Ta annab teile rahu, kuigi te ei pruugi seda kohe tunda.

Paastumine

Julgustame teid tegema nende kümne päeva jooksul Taanieli paastu. Aasta alustamine palve ja paastuga on suurepärase viisi pühendada oma elu Jumalale eelseivaks aastaks. Ellen White ütleb meile: "Nüüd ja edaspidi kuni aja lõpuni peaks Jumala rahvas olema tõsisem ja täiesti ärkvel, mitte lootma iseenele tarkusele, vaid oma Juhi tarkusele. Nad peaksid pühendama päevi paastumiseks ja palvetamiseks. Täielik söögist hoidumine ei pruugi olla nõutav, kuid nad peaksid sööma tagasihoidlikult kõige lihtsamat toitu." (Nõuandeid toitumiseks, lk 188, 189)

Me teame Taanielist, et ta sõi kümme päeva puu- ja köögivilju. Julgustame sindki toituma nende kümne päeva jooksul väga lihtsalt. Kui tahame, et meie meeled oleksid selgemad Jumala hääle kuulmiseks ja kui tahame Tema lähemale tulla, peame veenduma, et meie toitumine meid ei takista.

Paastumine ei tähenda ainult toidust hoidumist. Julgustame teid ka paastuma televisioonist, filmidest, arvutimängudest ja isegi Facebookist ja YouTube'ist.

Mõnikord võivad asjad, mis pole iseenesest halvad, võtta nii palju meie aega. Jätke kõrvale kõik, mis võimalik, et teil oleks rohkem aega Issandaga veetmiseks.

Paastumine ei ole kiire viis saada Jumal imet tegema. Paastumine on meie alandumine, et Jumal saaks tegutseda meis ja meie kaudu. Tuleme Tema palve ja paastu kaudu lähemale, ja Tema tuleb meile lähemale.

Püha Vaim

Palu kindlasti, et Püha Vaim näitaks sulle, mida peaksid mõne konkreetse inimese või olukorra suhtes paluma. Piibel ütleb meile, et me ei tea, mille eest palvetada, ja et Püha Vaim on see, kes meie eest palvetab.

"Me ei pea palvetama üksnes Kristuse nimel, vaid Pühast Vaimust inspireeritult. See selgitab, mida tähendavad sõnad "Vaim ise palub meie eest sõnatute ägamistega" (Roomlastele 8:26). Sellisele palvele vastab Jumal hea meelega. Kui me sosistame tõsiselt ja pingeliselt palve Kristuse nimel, siis annab Jumal vankumatu töotuse, et Ta vastab meie palvele „palju rohkem, kui oskame paluda või isegi mõelda" (Efeslastele 3:20)." (Kristuse tähendamissõnad, lk 76)

Usk

"Palve ja usk teevad seda, mida mitte ükski vägi maailmas ei suuda korda saata" (Tervise teenistuses, lk 366). Meile öeldakse ka, et "me võime paluda ... iga töötatud andi, siis peame uskuma, et seda saame, ja tänama Jumalat, et oleme selle saanud" (Education, lk 258). Seega võta endale harjumuseks tänada Jumalat usu kaudu juba ette selle eest, mida Ta kavatseb teha ja kuidas Ta vastab su palvetele.

Palvetage teiste eest

Nende kümne päeva jooksul julgustame palvetama järjekindlalt nende inimeste eest, kelle Jumal on sinu ellu toonud. Vali viis kuni seitse inimest – need võivad olla sugulased, sõbrad, töökaaslased, naabrid või lihtsalt tuttavad – ja võta aega, et küsida Jumalalt, kelle eest Ta soovib, et sa palvetaksid. Palu ka, et Ta annaks sulle tõelise koorma nende inimeste pärast. Kirjuta nende nimed paberile ja hoi see näiteks oma Piibli vahel. Sind hämmastab, kuidas Jumal vastuseks su palvetele tegutseb!

Kümnapäevase palveaja väljakutse

Jeesus kutsub meid mitte ainult palvetama, vaid ka teenima enda ümber olevaid inimesi nende praktilistes vajadustes. "Sest mul oli nälg ja te andsite mulle süüa; mul oli janu ja te andsite mulle juua; ma olin kodutu ja te võtsite mind vastu; ma olin alasti ja te riietasite mind; ma olin haige ja te tulite mind vaatama; ma olin vangis ja te tulite mu juurde" (Matteuse 25:35, 36).

Raamatust "Tervise teenistuses" loeme: "Me peame elama kahekordset elu – mõtte ja tegutsemise, vaigse palve ja tõsise töö elu" (lk 368). Me oleme saanud oma Päästjalt nii palju armastust ja meil on privileeg jagada seda armastust sõprade, naabrite ja võõraste abivajajatega.

Küsi Jumalalt, kuidas sina ja teie kogudus saaksite pärast kümnapäevast palveaega teisi teenida. Kui korraldate teenimistööd, siis vältige seda, et korraldamine teid palvetamisel segama hakkaks. "Isiklikule pingutusele teiste heaks peaks eelnema palju salajast palvetamist, sest see nõuab suurt tarkust, et mõista hingede päästmise teadust. Enne inimestega suhtlemist suhtle Kristusega. Saa vajalik ettevalmistus inimeste teenimiseks taevase armu trooni juures." (Prayer, lk 313)

Kümnapäevase palveaja e-materjalidest leiad dokumendi, kus on kümneid ideid, kuidas jõuda inimesteni. Jeesus kutsub sind üles olema abivajavale maailmale Tema kätteks ja jalgadeks!

Autorist

Frank M. Hasel, PhD, on teoloog ja autor, kes töötab Seitsmenda Päeva Adventistide Koguduste peakonverentsis Silver Springis (MD) Piibliuringute Instituudi (BRI) asedirektorina. Oma uues raamatus "Love Is! A Journey of Grief, Grace, and Gratitude" (Cascade, 2024) jagab ta avameelselt oma isiklikku kogemust armastatud naise kaotamisest vähile ja pakub väärtuslikke teadmisi leina olemusest ja sellest, mida tähendab läbi minna olulisest kaotusest elus.

Saksamaalt pärit mees oli enne Ameerika Ühendriikidesse elama asumist Euroopas ordineeritud pastor, piibliõpetaja ja teoloogiaprofessor. Frank leiab rõõmu oma suhtest Jeesusega, naudib virgutavaid vestlusi, hindab tõelist headust, leiab lohutust looduses jalutades ja naudib aeg-ajalt piimavaba jäätist.

Frank usub kindlalt, et Piibli õpetused on võti inimese õitsenguks, mis rikastab kõiki eluvaldkondi. Et tema tegemistega kursis olla, võite jälgida tema teekonda Instagramis (@frank.m.hasel) ja Facebookis (<https://www.facebook.com/Frank.M.Hasel>) või külastada tema veebilehte www.frankmhasel.com.

Ten Days of Prayer materials are prepared by the Ministerial Association, General Conference of Seventh-day Adventists.

Unless otherwise noted, Scripture verses are quoted from The New King James Version, copyright © 1979, 1980, 1982, Thomas Nelson, Inc., Publishers.

Usu prioriteedid

1. PÄEV – VÄHEM ON ROHKEM

“Vaadake siis hoolega, kuidas te elate: mitte nagu arutud, vaid nagu targad, kasutades aega õigesti, sest päevad on kurjad.” (Efeslastele 5:15, 16)

Kas rohkem on ikka rohkem?

Meie elu on tuubil täis nii paljusid asju, mida me tahame omada. Ühiskonnas, mida juhib meeletu tarbimishimu ja turundus, on meid kerge peibutada uskuma, et mida rohkem meil on, seda õnnelikumad oleme. Meid ümbritsevate ahvatlevate reklaamide tõttu soovime ekslikult kõike saada. Mõnikord laiendame seda mõtlemist isegi meie tööle Jumala heaks. Me tahame teenida Jumalat, kuid samal ajal ei taha me jääda ilma millestki muust, mis meie teele satub. Ja nii püüame meeletult kokku viia oma soovi teenida Jumalat lõputu püüdlusega üha rohkemate ja rohkemate asjade järele. Sellega satume pideva tegutsemise keerisesse. Pidevalt kiirustades petame end uskuma, et saame järgida Jumalat ilma, et laseksime lahti kõigest muust, mis võistleb meie tähelepanu pärast. Kui rakendame seda vaeleusaama ka kõndimisele koos Jumalaga, siis olemegi petetud.

Valmisolek lahti lasta

Me ei saa kõike saada – me ei saa omada nii maailma ja selle ahvatlevaid naudinguid kui ka Jumala õnnistusi. Seda loota oleks saatuslik viga. Tarbimismentaliteet nakatab meie mõtlemist ja avaldab meie vaimulikule elule katastroofilist mõju. Meil ei saa olla Jumal lisaks kõigele muule, nagu kirss tordil, ilma et me sihipäraselt teeksime Temale ruumi oma hõivatud elu saginas. Me peame kõigepealt olema valmis elama *vähemaga*, et kogeda neid õnnistusi, mis on väärt *rohkem*. Me peame lahti laskma asjadest, mis ei lase meil kogeda Jumala kohalolu ning mis kulutavad ära meie füüsilise, vaimse ja vaimuliku jõu. Kui me püüame žongleerida tiheda ajakavaga ja üha suurema kiirusega, kui meie ülesannete nimekiri aina pikemaks ja pikemaks venib, leiame end kiiresti nii füüsiliselt kui ka vaimselt sügavalt kurnatuna.

Ela vähemaga

Kas su elu virr-varr takistab sul elada täielikult Jumalale? Täistuubitud elu jätab vähe ruumi universumi Loojale. Me peame mõistma, et vähem on rohkem. Me ei saa kogeda rohkem vaimulikke õnnistusi, rohkem palveaega, ei midagi enam oma vaimulikus elus, kui me püüame seda lisada niigi täis taldrikule. Selline ülekujamine viib ainult suurema tühjuse tekkimiseni. Selle asemel peame tegema tahtliku otsuse elada sihipäraselt vähemaga, et saaksime nautida rohkem seda, mis läheb korda Jumalale. Vähem on rohkem!

Palvetagem üheskoos.

Palveaeg (30–45 minutit)

Kõigil palvegruppidel on erinev viis, kuidas koos palvetada. Julgustame teid veetma järgmised 30–45 minutit ühises palves, ükskõik millisel viisil Püha Vaim teid juhatab. Julgustame tegema lühikesi vestluspalveid (1–3 lauset). See võimaldab rohkematel inimestel mitu korda palvetada. Allpool on toodud mõned näited Pühakirjaga teemapõhiselt palvetamiseks. Te võite palvetada ka teiste kirjakohtadega ja lisada oma palveajale ka teisi teemasid. Vaata ideid palveks juhendi ja ülemaailmse koguduse palvesoovide alt.

Jumala Sõnaga palvetamine – Efeslastele 5:15, 16

“Vaadake siis hoolega, kuidas te elate: mitte nagu arutud, vaid nagu targad, kasutades aega õigesti, sest päevad on kurjad.”

"Vaadake siis hoolega, kuidas te elate, mitte nagu arutud, vaid nagu targad..."

Jumal, otsime, katkised nagu me oleme, Sinu armu ja hoolitsust. Oleme täitnud oma elu liiga paljude tegevustega ja hõivanud end liigselt. Me vajame reformatsiooni, puhastamist, tõeliselt oluliste asjade ümberprioriseerimist. Õpeta meile, mida tähendab elada vähemaga, et saaksime keskenduda sellele, mis on kõige tähtsam. Me soovime olla targad ülalt tulevast tarkusest. Juhata meid, me palume. Aamen.

"... kasutades aega õigesti..."

Armas Jeesus, Sul on alati täiuslik ajastus ja Sa tead, mida tuleb igal ajal öelda ja teha. Tänan Sind Sinu täiusliku teenimise eest selles maailmas. Palun õpeta meile, kuidas me saame oma aega Sinu jaoks kõige paremini kasutada, eriti viimaste päevade kontekstis. Näita meile, kus me oma aega raiskame, ja anna meile võit nende asjade üle, mis meie elus liiga palju ruumi võtavad. Aamen.

"... sest päevad on kurjad."

Jumal, me mõistame, et maailm on väga varsti lõppemas. Selle märgid on kõikjal meie ümber. Ometi haarab meid mõnikord meie hõivatus või saame petetud nii, et me unustame, et oleme igaviku äärel. Juhime meid täielikule pühendumisele Sinule ja teenimistöole, mis Sul meie jaoks individuaalselt on plaanitud. Kalibreeri meie elu ümber, et see oleks kooskõlas Sinu tahtega. Aamen.

Veel ettepanekuid palveks.

Tänu ja kiitus: Tänage konkreetsete õnnistuste eest ja kiitke Jumalat Tema headuse eest.

Tunnistus: Võtke paar minutit aega isiklikuks ülestunnistamiseks ja tänage Jumalat Tema andestuse eest.

Juhtimine: Paluge Jumalalt tarkust käesolevate väljakutsete jaoks ja otsuste tegemiseks.

Kogudus: Palvetage piirkondlike ja maailmakiriku vajaduste eest (vt eraldi lehte palvesoovide kohta).

Kohalikud palved: Palvetage oma koguduse liikmete, perekonna ja naabrite praeguste vajaduste eest.

Kuulamine ja vastus: Võtke aega, et kuulata Jumala häält ja vastata sellele ülistuse või lauluga.

Usu prioriteedid

2. PÄEV — OHT OLLA JUMALA JAOKS LIIGA HÕIVATUD

"Apostlid kogunesid Jeesuse juurde ja teatasid talle, mida kõike nad olid teinud ja mida kõike õpetanud. Ja Jeesus ütles neile: "Tulge omaette üksildasse paika ja puhake pisut!", sest tulijaid ja minejaid oli palju, ja neil polnud parajat aega süüagi. Ja nad lahkusid paadiga üksildasse paika omaette." (Markuse 6:30–32)

Hõivatud olemine Jumala töös

Hõivatud on meie maailmas kuningas. Kaasaegne ühiskond ja suur tarbimissurve on meid harjutanud uskuma, et mida rohkem oleme hõivatud, seda enam meist lugu peetakse. Hõivatusest on saanud meie töökuse ja heategemise innukuse ja edasijõudmise indikaator. Samas, kui oleme hõivatud *elatise teenimisega*, unustame *elada* ja elust rõõmu tunda ning see on traagiline. Võib-olla veelgi traagilisem on varjatud oht, mille paljud pühendunud Kristuse järgijad on omaks võtnud: hõivatuse mõtteviis oma töös Jumala heaks. Sageli teeme seda parimatel põhjustel. Me teame, et aega on vähe. Me tahame saavutada Tema jaoks võimalikult palju. Seepärast püüame olla hõivatud. Me tahame olla oma aja ja andide head majapidajad. Tundub hea olla Jumala jaoks hõivatud ja mõnikord tekib meil kiusatus arvata, et Jumal tasub meie hõivatuse Tema heaks, kuid siis avastame, et oma hõivatuses Jumala heaks oleme kaotanud elava ühenduse oma Lunastajaga. Me teeme häid asju harjumusest, mitte Püha Vaimu väes. Ja mida hõivatumaks me muutume, seda enam peame end Jumala eesmärgiga kooskõlas olevaks. Tegevusrohkestest saab uus norm. Me oleme nii hõivatud hõivatud olemise ülistamisega, et jääme ilma neist ketkedest elus, mis on tegelikult olulised. Hõivatud muserdab meie vaimuliku elujõu. Kiirustamine on iga armastussuhte vaenlane, eriti aga meie suhtes Pühakirja elava Jumalaga. Armastus nõuab rahuliku meelega tähelepanu.

Kohustus puhata

Pole ime, et Pühakirja Jumal kutsub meid korduvalt seisatama, peatuma ja vaatama, mida Ta teeb oma rahva heaks (2Kr 20:17; Ps 37:7). Jumal julgustab oma lapsi mitte kiirustama. Ta teab, kui kiiresti me Tema silmist kaotame, kui meie mõtted on inimtegevuste keerises. Üks ilusamaid näiteid pideva hõivatuse ohtlikkusest töös Jumala heaks leidub selles, kui meie Issand Jeesus võttis endale oma teenistuse ajal vabaduse puhata. Ellen White on tabanud selle olulise aspekti Tema teenimistöös seoses jüngritega. "Nad olid andunud kogu hingest tööle inimeste heaks ning see kulutas neid füüsiliselt ja vaimselt. Neil oli vajadus puhata." (Ajastute igatsus, lk 244)

Hõivatus muserdab meie vaimse jõu ja tõhususe. Kiirustamine on meie Jumala-armastuse suur vaenlane. Selle asemel, et lisada oma kalendrisse rohkem punkte, vähendagem neid teadlikult ja tehkem ruumi sisukale, hinge elustavale vaikselse ajale oma Looja ja Päästjaga.

Palvetagem üheskoos.

Palveaeg (30–45 minutit)

Kõigil palvegruppidel on erinev viis, kuidas koos palvetada. Julgustame teid veetma järgmised 30–45 minutit ühises palves, ükskõik millisel viisil Püha Vaim teid juhatab. Julgustame tegema lühikesi vestluspalveid (1–3 lauset). See võimaldab rohkematel inimestel mitu korda palvetada. Allpool on toodud mõned näited Pühakirja läbipalvetamiseks teemapõhiselt. Te võite palvetada ka teiste kirjakohtadega ja lisada oma palveajale ka teisi teemasid. Vaata ideid palveks "Palvesoovituste" nimekirjast.

Jumala Sõnaga palvetamine – Markuse 6:30–32

"Apostlid kogunesid Jeesuse juurde ja teatasid talle, mida kõike nad olid teinud ja mida kõike õpetanud. Ja Jeesus ütles neile: "Tulge omaette üksildasse paika ja puhake pisut!", sest tulijaid ja minejaid oli palju, ja neil polnud parajat aega süüagi. Ja nad lahkusid paadiga üksildasse paika omaette."

"Tulge omaette..."

Isa, me oleme olnud nii hõivatud Sinu tööga, et oleme unustanud, et see on Sinu töö. Tänan Sind, et tuletad meile meelde meie vajadust olla omaette, teha paus ja hinge tagasi tõmmata. Tänan Sind, et me ei ole masinad, vaid inimesed. Anna meile andeks, kui oleme teinud oma hõivatuse ebajumalaks või kui oleme oma väärtuse üles ehitanud sellele, kui palju me Sinu heaks saavutame. Palun muuda meie hõivatus ustavuseks. Aamen.

"... üksildasse paika..."

Jumal, me oleme ümbritsetud liiga suure müraga, liiga paljude asjadega, liiga paljude segajatega. Olenemata sellest, kas me veedame oma aega töötades koguduse heaks või tegeledes muude ettevõtmistega, tunnistame, et meil on vaja astuda kõrvale ja võtta aega, et mõtiskleda ja puhata eemal elukiirusest. Palun anna meile armu, mida on vaja selleks, et leida iga päev aega olla Sinuga kahekesi, et hingata ja keskenduda sellele, mis on tõeliselt tähtis. Aamen.

"... ja puhake pisut!"

Armastav Jeesus, kui Sa kõndisid siin maa peal, siis Sa mõistsid inimkonna vajadust puhkuse järele. Täna Sind, et oled eeskujuks tasakaalustatud elust, mida me peaksime elama. Näita meile, milline näeb välja õige puhkus ja kuidas me saame regulaarselt puhata, et end laadida ja uuesti fookustada. Aamen.

Veel ettepanekuid palveks

Tänu ja kiitus: Tänage konkreetsete õnnistuste eest ja kiitke Jumalat Tema headuse eest.

Tunnistus: Võtke paar minutit aega isiklikuks ülestunnistamiseks ja tänage Jumalat Tema andestuse eest.

Juhtatus: Paluge Jumalalt tarkust praeguste väljakutsete jaoks ja otsuste tegemiseks.

Kogudus: Palvetage piirkondlike ja ülemaailmse koguduse vajaduste eest (vt eraldi lehte palvesoovide kohta).

Kohalikud palved: Palvetage oma koguduse liikmete, perekonna ja naabrite praeguste vajaduste eest.

Kuulake ja vastake: Võtke aega, et kuulata Jumala häält ja vastata sellele ülistuse või lauluga.

Usu prioriteedid

3. PÄEV — OOTAMISE ÖNNISTUS

"Jätke järele ja teadke, et mina olen Jumal..." (Psalm 46:11) (Ingl k be still – "ole vaikselt"; Seiske ja tundke, et minna ollen Jummal... – Piibli Ramat, 1739)

Piibellik kiiruse vähendamise voorus

Pideva liikumise ja mürareostuse ajastul pole miski kriitilisem kui rahu ja vaikus. Meie hektilises tänapäeva elus nõuavad igapäevased kiireloomulised asjad meie tähelepanu. Me oleme harjunud kiirtoidu-mõtteviisiga, kus eeldame, et saame kõik kätte võimalikult kiiresti. Me oleme unustanud, kuidas kannatlikult oodata, ja see kannatamatus võib laastavate tagajärgedega üle kanduda ka meie vaimulikule teekonnale. Aeglustamise ja paigalejäämise muudavad veelgi raskemaks meie hüperühendatuse ajastu visuaalsed impulsid ja akustilised segajad. Õppida ootama vaikuses ja fookustada oma mõtted taevastele asjadele, kui me Jumalaga räägime, võib tunduda paljudele inimestele tänapäeval kummalisena, kuid see on piibellik voorus, mis vajab taaselustamist. Vaikse ruumi viljelemine, mis ei ole täis muid kiireloomulisi asju, ja vaba aja hoidmine selleks, et olla ühenduses Jumalaga, on ülioluline. Aeglustuda, istuda paigal, hingata, tuletada endale meelde Jumala õrna hoolt, oodata kannatlikult ja mitte muutuda närviliseks, kui Jumal ei vasta kohe meie palvetele – need on oskused, mida me peame uuesti õppima.

Ootamise eelised

Läbi kogu Pühakirja kohtame Jumala rahvast tähelepaneliku ootamise seisundis. Piibli kirjutajad väljendavad oma ootust sageli küsimusega: "Kui kaua, Issand?" (Hab 1:2; Tn 8:13). Ilma ootamiseta ei ole lootust (Tt 2:13). Ei ole vastupidavust ilma ootamiseta (Rm 5:3, 4). Ei ole kannatlikkust ilma ootamiseta (Ilm 14:12). Ei ole igatsust ilma ootamiseta (Psalm 42:1). Ei ole elu ilma ootamiseta. Ei ole inimajalugu ilma ootamiseta. Ootamine on osa inimese eksistentsist.

Ootamise ajal keskendume sageli ebameeldivatele probleemidele ja loodame, et need mööduvad. Kuid ootamine ei tähenda passiivset istumist, mitte millegi tegemist ja lootmist, et ebameeldiv olukord kuidagi möödub. Piibellikust vaatenurgast vaadatuna on ootamise peamine eesmärk tuua esile see, kes ma olen ja kelleks ma ootamise ajal muutun. Ootamise kogemus seab mind silmitsi olulise vaimuliku otsusega: Kas ma sean oma kannatamatuses ja kahtlustes kahtluse alla Jumala headuse ja kõikvõimsuse? Või tunnistan, et ootuses seisan silmitsi ainulaadse võimalusega, mis aitab mul saada

selliseks inimeseks, nagu Jumal tahab, et ma oleksin? Ootamise kogemuse kaudu saan ma muutuda selliseks inimeseks, kelleks ma muidu ei oleks kunagi saanud.

Kui me vaatame seda niimoodi, siis muutub ootamine Jumala muutmise vahendiks, et muuta meid Tema tahte kohaselt. Seega on ootamine tõeliselt Jumala headuse ja armu väljendus. See aitab meil muutuda sarnasemaks Jumalaga, kes ootab suure kannatlikkusega, sest ta ei taha, et kaduma läheks keegi, kes võiks veel päästetud saada.

Palvetagem üheskoos.

Palveaeg (30–45 minutit)

Jumala Sõnaga palvetamine – Psalm 46:11

"Jätke järele ja teadke, et mina olen Jumal."

"Jätke järele..." (ingl k *be still* – "ole paigal, ole vaikselt")

Jumal, me oleme olnud rahutud. Me oleme lasknud end nii hõivata ja stressi viia arvates, et kui me seda ei ole, siis oleme kuidagi vähem väärt. Oh Jumal, me vajame Sinu abi, et kiirust maha võtta, et õppida lihtsalt vaikselt olema. Meie meeled on sotsiaalsete ootuste tõttu alati millegi poole kihutama programmeeritud. Aita meil hinnata vaikuse voojust ja saada sellest tulenevaid õnnistusi. Räägi sõnad "Ole vaikselt" meie kannatamatusse südamesse. Aamen.

"... ja teadke, et mina olen Jumal."

Armas Jeesus, tõsiasi, et Sa oled meie Jumal ja Issand, mõjutab meie elu tohutult. Ometi näib, et me kõhkleme selles, et Sind kogu oma elu Issandaks teha. Me ihkame kontrolli ja näib, et me ei suuda lakata tegemast seda, mida teeme. Õpeta meile, et Sina, kõikvõimas Looja, see, kes täidab igaviku, oled Issand; et Sa oled võimeline viima meid ja meie plaane kõrgemale sellest, mida me suudame ettegi kujutada, kui me vaid jääme vaikseks, ootame ja tunnustame Sind sellisena, kes Sa oled. Aamen.

Veel palvesoovitusi

Tänu ja kiitus: Tänage konkreetsete õnnistuste eest ja kiitke Jumalat Tema headuse eest.

Tunnistus: Võtke paar minutit aega isiklikuks ülestunnistamiseks ja tänage Jumalat Tema andestuse eest.

Juhtimine: Paluge Jumalalt tarkust käesolevate väljakutsete jaoks ja otsuste tegemiseks.

Kogudus: Palvetage piirkondlike ja ülemaailmse koguduse vajaduste eest (vt eraldi palvesoovide lehte).

Kohalikud palved: Palvetage oma koguduse liikmete, perekonna ja naabrite praeguste vajaduste eest.

Kuulamine ja vastus: Võtke aega, et kuulata Jumala häält ja vastata sellele ülistuse või lauluga.

Usu prioriteedid

4. PÄEV – LIHTSUSELE KESKENDUNUD ELU VABADUS

"Kui te aga paastute, siis ärge olge kurvanäolised nagu silmakirjatsejad, sest nemad teevad oma palge näotuks, et näidata inimestele oma paastumist. Tõesti, ma ütlen teile, neil on oma palk käes! Aga sina, kui sa oled paastumas, siis võia oma pead ja pese oma nägu, et su paastumine ei oleks näha inimestele, vaid su Isale, kes on varjatud, ja sinu Isa, kes näeb varjatutki, tasub sulle!". (Mt 6:16-18)

Paastumine teeb ruumi

Üks võimalus luua ruumi, et elada Jumalale keskendunud elu, on paastumine. Paastumine tähendab meie mõistuse ja elu korrastamist, tehes teadlikult ruumi Püha Vaimu tööle meie sees ning keskendumist Jumalale ja Tema Sõnale. Piiblis mainitakse paastumist sageli koos palvetamisega. Jeesus paastus enne oma avaliku teenimise algust (Mt 4:2; Lk 4:2). Apostlid paastusid ja palvetasid, et saada juhatust Jumalalt (Apostlite teod 13:2, 3), ning Vanas Testamendis paastusid usklikud mehed ja naised sagedasti (1. Kuningate 21:9, 12; 2. Ajaraamat 20:3; Esra 8:21; Ester 4:3, 16; Jesaja 4:3, 16; Jesaja 58:6; Jeremija 36:9; Taanieli 9:3; Joel 2:12; Johannese 3:5 jne).

Erinevalt paastumisest füüsilise vormi heaks ei tähenda piibellik paastumine konkreetse dieedi järgimist, mis on mõeldud kaalulangetamiseks ja enesetunde parandamiseks. Selle asemel on see teadlik otsus hoiduda teatud aja jooksul toidust ja häirivatest tegevustest, et palvetada ja suhelda Jumalaga. Loobudes ajutiselt harjumuspärasest, saavutame uue vaimse vabaduse. Paastu ja palve ajal muutub igapäevaelu fookus. See liigub meie enda vajaduste rahuldamiselt ja enda tegudelt Jumala alandliku kuulamise suunas. Piibellik paast väljendab meie soovi suurendada oma sõltuvust Jumalast ja pöörata tähelepanu olulistele vaimulikele asjadele. See hõlmab enam kui söömisest loobumist; tegelikult esitab see väljakutse meie elu igale valdkonnale. Paastudes tunnistame, et tahame teha ruumi Jumalale, vähendades igasuguseid segavaid asjaolusid, mis üritavad võita meie tähelepanu ja suunata soove. Sellega me näitame, et otsime ja hindame Jumala kohalolekut oma elus rohkem kui midagi muud.

Erapooletuks jäämine ja kaasamine

Kuidas saame elada seda lihtsat elu, kus me õpime keskenduma tõeliselt olulisele? Nii nagu peame jälgima, mida me sööme, peame olema tähelepanelikud, mida oma silmade ette seame ja mis meie kõrvade kaudu siseneb. See, mida me kuuleme, mõjutab meie mõtteid sama palju kui see, mida me näeme. Milline muusika, raamatud, taskuhäälingud või veebilehed tekitavad ebaterveid mõtteid või hõivavad teie väärtuslikku aega? Lisaks teatud asjadest hoidumisele peate võib-olla teadlikult lisama uusi harjumusi, mis aitavad teil arendada tervislikke ja tervendavaid mõtteid.

Lihtne elu ja mõistus, mis pole ära kurnatud, ei tulene sellest, mida maailm käsib meil taga ajada. Rahulolev süda tuleb Jumala usaldamisest. Kui õpime keskenduma Temale – mitte sellele, mida teised teevad – ja harjutame lahtilaskmist asjadest, mis meid segavad, avastame lihtsama elu, puhkuse ja rahu oma Looja ja Lunastajaga.

Palvetagem üheskoos.

Palveaeg (30–45 minutit)

Jumala Sõnaga palvetamine – Matteuse 6:16–18

"Kui te aga paastute, siis ärge olge kurvanäolised nagu silmakirjatsejad, sest nemad teevad oma palge näotuks, et näidata inimestele oma paastumist. Tõesti, ma ütlen teile, neil on oma palk käes! Aga sina, kui sa oled paastumas, siis võia oma pead ja pese oma nägu, et su paastumine ei oleks näha inimestele, vaid su Isale, kes on varjatud, ja sinu Isa, kes näeb varjatutki, tasub sulle!"

"Kui te aga paastute ..."

Meie armastav Taevane Isa, tänan Sind, et annad meile kõik, mida me tegelikult vajame. Asjadega liialdades ja ülekülluses unustame sageli, et liiga palju midagi ei ole kunagi hea. Issand, paastumine ei ole loomulik ja seepärast palume Sinu jõudu, et me otsustaksime hoiduda järeleandmistest ja hoiduda kõigest kahjulikust, olgu selleks siis toit, muusika, filmid, ostud või midagi mud. Näita meile ka, kuidas me saame olla tahtlikumad, et asendada see, mis ei ole kasulik, sellega, mis on kasulik. Aita meil valida terviklik, tervislik eluviis. Amen.

"... nagu silmakirjatsejad ..."

Oh Jumal, me soovime südame ümberkujundamist. Anna meile andeks meie silmakirjalikkus, kui me ütleme, õpetame või jutlustame üht, kuid elame teistmoodi. Me tahame teha kõike, mida me Sinu heaks teeme, südamest, mis on Sulle üle antud, südamest, mida motiveerib armastus, südamest, mis on uuendatud Sinu halastuse ja armu läbi ning Püha Vaimu pidevas kohalolekus. Väljendagu meie paastumine ja kõik meie vaimulikud ja igapäevased tegevused Sinu püha kohalolu meie südames. Aamen.

Veel palvesoovitusi

Tänu ja kiitus: Täname konkreetsete õnnistuste eest ja kiitke Jumalat Tema headuse eest.

Tunnistus: Võtke paar minutit aega isiklikuks ülestunnistamiseks ja täname Jumalat Tema andestuse eest.

Juhtimine: Paluge Jumalalt tarkust käesolevate väljakutsete jaoks ja otsuste tegemiseks.

Kogudus: Palvetage piirkondlike ja ülemaailmse koguduse vajaduste eest (vt eraldi palvesoovide lehte).

Kohalikud palved: Palvetage oma koguduse liikmete, perekonna ja naabrite praeguste vajaduste eest.

Kuulamine ja vastus: Võtke aega, et kuulata Jumala häält ja vastata sellele ülistuse või lauluga.

Usu prioriteedid

5. PÄEV - KESKENDUMINE PALVES SELLELE, MIS ON OLULINE

„Teie palvetage siis nõnda: Meie Isa, kes sa oled taevas! Pühitsetud olgu sinu nimi! Sinu riik tulgu, sinu tahtmine sündigu nagu taevas, nõnda ka maa peal!“ (Mt 6:9, 10)

Uus fookus palves

Jumalale ja olulistele asjadele keskendumine on oluline ka meie palveelus. Sageli on meie palved nõrgad ja ebaefektiivsed, sest need keskenduvad ainult meile endile. Me palvetame selle pärast, mida me soovime saada. Me keskendume pigem *oma* vajadustele ja väljakutsetele kui Jumalale.

Jumalale meelepärane palve on värskendavalt teistsugune. Fookuses ei ole enam meie soovide nimekiri, vaid Jumal ise. See vaatenurk on uue palvekogemuse võtmeks. Jumalale meelepärane palve tunnustab kõigepealt Jumalat kui minu ustavat sõpra, kelle seltsi ma otsin, sest mulle on oluline *Tema* ise, mitte see, mida ma Temalt tahan. *See, kes Ta on*, on palju tähtsam kui asjad, mida Ta mulle annab. Tema tundmine on põhjus, miks ma tahan Temaga üldse rääkida. Ilma Temata on mu elu tasakaalutu ja ilma õige perspektiivita. Olulisem kui kõik, mida ma saan paluda, peaks olema minu soov olla koos Temaga. Tema kohalolek ja see, kes Ta on, saavad tõelise palve keskmeks.

Jumala-keskne palve muudab

Jumalale meelepärane palve algab soovist olla koos Temaga. See ei alga minu soovidest ja palvetest. Kui minu palvesoovid ei ole ankurdatud sellesse armastavas suhtesse Temaga, siis keerlevad need pigem minu enda kui Jumala ja Tema tahte ümber. Kui ma saan aru, et palve keskmes on minu suhe Jumalaga, saavad mu palved täiesti uue fookuse. Ma hakkan mõtlema ja palvetama Jumala perspektiivist. Ma hakkan vaatama oma palveid, soove, igatsusi ja kogu oma elu Tema silmade läbi. See perspektiiv õilistab palvet. Kui eemaldada palvest suhteaspekt Jumalaga, siis muutub see ühekülgses, isekaks ja valeks. Jumala-keskne palve vabastab mu mõtted pöörlemast minu enda ümber. See võimaldab mul muutuda ausaks Jumala ees. Tema armastuse ja pühaduse valguses hakkan ma ennast teistmoodi nägema. Palve tõeline eesmärk ei ole mitte minu soovide täitmine, vaid minu suhte süvendamine elu muutva Jumalaga. On nii lihtne hakata Jumalalt paluma midagi enne, kui olen nautinud Tema osadust.

Kui ma mõtlen teadlikult Jumala iseloomule, Tema omadustele ja sellele, mida Ta on võimeline tegema, ning kui ma väljendan oma austust sõnadega, täituvad mu palved vaimulikkuse, imetluse ja

aukartusega. Enam ei keskendu palved mu oma probleemidele, vaid Jumalale, kes on kõikide mu vajaduste peremees. Selline palve tõstab mind Tema ligiolusse. See ei muuda Jumalat, see muudab mind. Miks mitte hakata niimoodi palvetama? See muudab meie elu.

Palvetagem üheskoos.

Palveaeg (30–45 minutit)

Jumala Sõnaga palvetamine – Mt 6:9, 10

Teie palvetage siis nõnda: Meie Isa, kes sa oled taevas! Pühitsetud olgu sinu nimi! Sinu riik tulgu, sinu tahtmine sündigu nagu taevas, nõnda ka maa peal!

„Meie Isa, kes sa oled taevas! Pühitsetud olgu sinu nimi!“

Meie lahke taevane Isa, Sina oled Jumal. Sa oled kõikvõimas, kõiketeadev, imeline ja võrreldamatu. Sa oled ilus ja imetabane. Sa oled Tõde, Õiglus ja Armastus. Me soovime Sind nii palju rohkem tundma õppida. Me tahame iga päev Sinu iseloomu, Sinu võimeid, Sinu isiksust ja Sinu tahet väärtuslikuks pidada. Vabasta meid keskendumast palves meile endile ja aita meil keskenduda Sinule. Aamen.

"Sinu riik tulgu, sinu tahtmine sündigu"

Issand, Sinu kuningriik on ainus valitsusüksus, millele me tahame töötada täielikku truudust. Sa valitsed armastuses, tões, õiguses ja õigluses. Meie ideed, plaanid ja meetodid on ebatäiuslikud, kuid Sinu tahe on alati täiuslik. Külva oma kuningriik meie südamesse ja ellu juba täna. Anna meile teada, kes Sa oled. Aamen.

Veel palvesoovitusi

Tänu ja kiitus: Tänage konkreetsete õnnistuste eest ja kiitke Jumalat Tema headuse eest.

Tunnistus: Võtke paar minutit aega isiklikuks ülestunnistamiseks ja tänage Jumalat Tema andestuse eest.

Juhtimine: Paluge Jumalalt tarkust käesolevate väljakutsete jaoks ja otsuste tegemiseks.

Kogudus: Palvetage piirkondlike ja ülemaailmse koguduse vajaduste eest (vt eraldi palvesoovide lehte).

Kohalikud palved: Palvetage oma koguduse liikmete, perekonna ja naabrite praeguste vajaduste eest.

Kuulamine ja vastus: Võtke aega, et kuulata Jumala häält ja vastata sellele ülistuse või lauluga.

Usu prioriteedid

6. PÄEV - VISADUS, KIRG JA PÜSIVUS

"Ärgem tüdigem head tehes, küll me omal ajal ka lõikame, kui me enne ära ei nõrke!" (Gl 6:9)

Vaimulik visadus

Meelekindlus on midagi, mida me ei seosta sageli vaimulike asjadega. Kuid see on meie igapäevases pühitsuse taotlemises sama oluline kui muudes eluvaldkondades, alates spordist kuni õppimise ja eduka äritehinguni. Ilma visaduseta on edu ebatõenäoline. Visadus on kirg ja püsivus, millega püüelda eesmärgi poole, millest me sügavalt hoolime. Eesmärgi saavutamiseks korraldame oma elu nii, et miski ei segaks meid. Vajame sellist visadust oma vaimulikul teekonnal Jumalaga ja eriti oma palveelus. Liiga tihti ei näe me vastuseid oma palvele, sest me ei ole oma palves järjekindlad. Võib-olla oleme hajameelsed või heitume või anname oma südames alla ega usu, et Jumal võib kuulda ja tegutseda viisil, mis ületab kaugelt meie arusaamise. Luuka 18. peatükis jutustab Jeesus oma jüngritele loo lesknaisest, kes tõi oma juhtumi järjekindlalt ebaõiglase kohtuniku ette. Kuigi see kohtunik ei pidanud lugu ei Jumalast ega naisest, rahuldab ta lõpuks lesknaise taotluse tema järjekindluse tõttu (Luuka 18:1–7). Aga Jumal ei ole meie palvesoovide suhtes ükskõikne nagu see ebaõiglane kohtunik. Jumal tahab aidata palju rohkem, kui me isegi mõistame (Jr 33:3).

Me vajame täna perekondades, klassiruumides ja ühiselamutes, kirikutes ja kodudes inimesi, kes palvetavad. Mitte ainult neid, kes räägivad palvest, kes ütlevad, et nad usuvad palvesse, või isegi neid, kes oskavad palve kohta toredaid selgitusi anda. Me vajame inimesi, kes tegelikult võtavad aega ja palvetavad!

Püsivus

Jumal ei tegutse eeltingimusel, et Ta on kiirem ja odavam. Sageli vajame Jumala ja Saatana vahelises suures võitluses järjekindlat palvetamist. Peame olema oma palvetes visad ja järjekindlad, sest Jumala ajakava ei lähe sageli kokku meie inimliku arusaamaga. Harva läheb Jumal oma lahenduste väljatöötamisel kõige lihtsama vastupanu teed. Ta ei ole huvitatud kergest väljapääsust, vaid parimast läbipääsust! Ärgem leppigem oma palvetes vähemaga ega jäägem rahule lühinägelike eesmärkidega. Jumalal on hea meel, kui me oleme oma palvetes püsivad.

Minu isal, kes oli edukas evangelist ja pastor, oli oma tööruumis üks tsitaat Ellen G. White'ilt, mis jättis minusse sügava jälje: "Kristuse kogudus ja üksikliikmed ei saavuta suurimaid võite võimekuse, hariduse, rahaliste vahendite või inimeste soosingu abil, vaid Jumalaga rääkides ning tõsise, valuliku võitleva usuga Tema võimsale käele toetudes." (Patriarhid ja prohvetid, lk 146, rõhuasetus lisatud).

Palvetagem üheskoos.

Palveaeg (30-45 minutit)

Jumala Sõnaga palvetamine – Galaatlastele 6:9

"Ärgem tüdigem head tehes, küll me omal ajal ka lõikame, kui me enne ära ei nõrke!"

"Ärgem tüdigem head tehes, ..."

Jeesus, Sa oled kõige püsivam olend universumis. Sa ei andnud alla oma eestpalve- ega vaheleostumise teenistuses. Ükskõik, mida Saatan ja patused Sulle ette heitsid, Sa oled ikka veel Sina ja armastuses annad Sa ennast meile. Nii suur on meie aukartus, oh Jumal. Õpeta meile sellist vaimulikku, omakasupüüdmatut püsivust, eriti meie palveelus. Tee meist palvesõdalased, kes ei anna alla. Aamen.

"... küll me omal ajal ka lõikame."

Meie armastav Jumal, me kiidame Sind, et lubad meil osaleda Sinu missioonis sellel planeedil. Täname Sind selle rõõmu eest, mida toob Sinu teenimine, selle rõõmu eest, mida toob see töö, mis juhib inimesed Sinu juurde. Mõnikord tunneme end heidutatuna ja oleme valmis loobuma, kuid me palume, et Sa annaksid meile püsivust ja vaimulikku visadust, mida on vaja selleks, et teha, mida Sa oled kutsunud meid tegema. Täname Sind, et Sa õnnistad meid ja et me näeme õnnistatud teenimise vilju. Aamen.

Veel palvesoovitusi

Tänu ja kiitus: Tänage konkreetsete õnnistuste eest ja kiitke Jumalat Tema headuse eest.

Tunnistus: Võtke paar minutit aega isiklikuks ülestunnistamiseks ja tänage Jumalat Tema andestuse eest.

Juhtimine: Paluge Jumalalt tarkust käesolevate väljakutsete jaoks ja otsuste tegemiseks.

Kogudus: Palvetage piirkondlike ja ülemaailmse koguduse vajaduste eest (vt eraldi palvesoovide lehte).

Kohalikud palved: Palvetage oma koguduse liikmete, perekonna ja naabrite praeguste vajaduste eest.

Kuulamine ja vastus: Võtke aega, et kuulata Jumala häält ja vastata sellele ülistuse või lauluga.