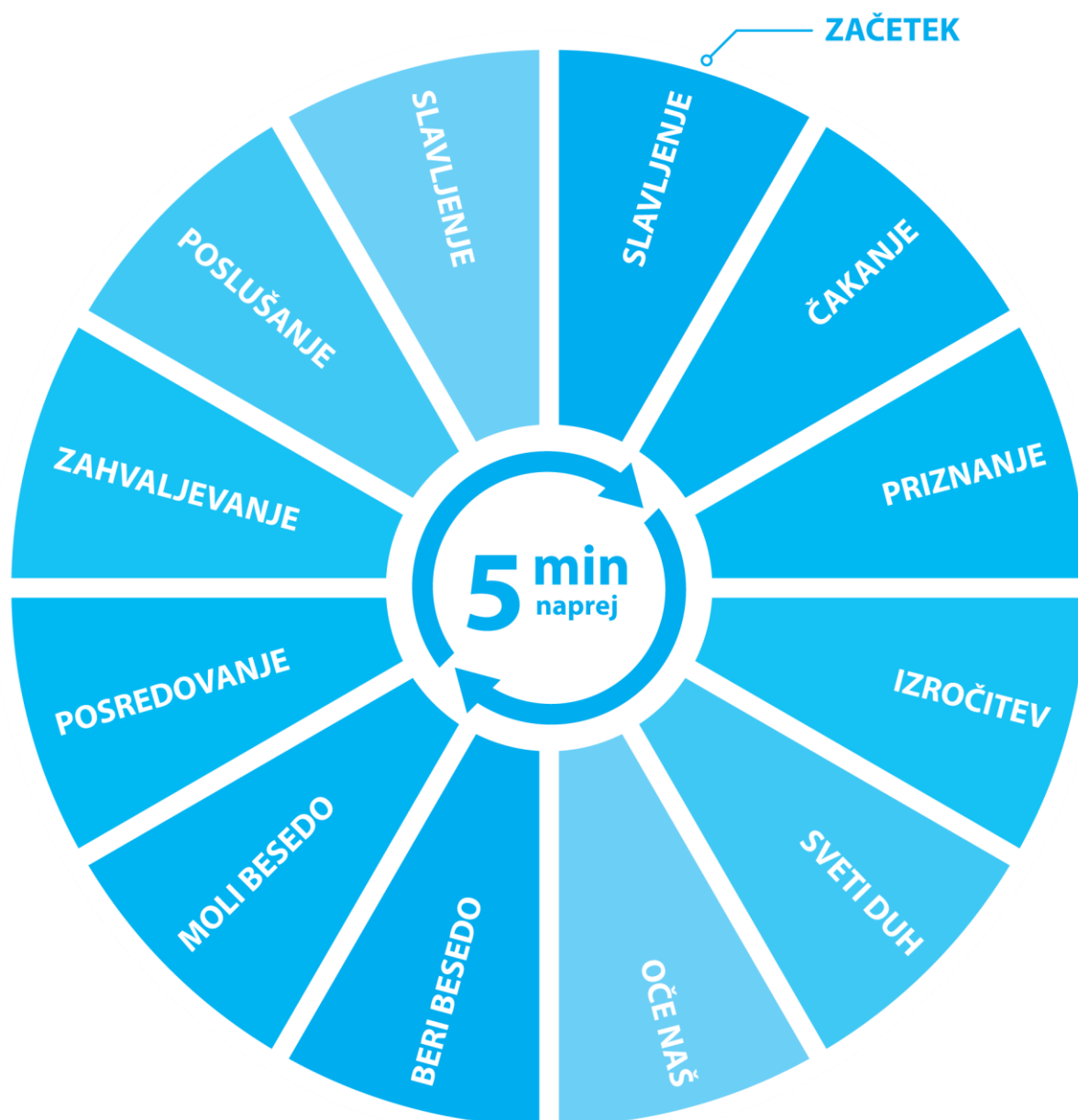


MOLITVENA URA



Želiš preživeti uro z Bogom? To je lažje, kot si misliš. Razdeli jo na petminutne razdelke in se v njih osredotoči na naslednje:

1. SLAVLJENJE

Uro začni s slavljenjem Gospoda. Slavi ga za to, kar je. Zahvali se mu za vsaj eno konkretno stvar, ki jo je naredil ta teden v tvojem življenju. Lahko tudi zapoješ kakšno slavno pesem. (Psalm 34,1)

2. ČAKANJE

Te minute preživi v čakanju na Gospoda. Naj on izbere tvoje teme za premišljevanje. Razmišljaj o uri, ki je pred tabo, in o tem, kar želiš, da Bog naredi v tvojem življenju. (Psalm 27,14)

3. PRIZNANJE

Prosi Svetega Duha, naj ti pokaže kar koli v tvojem življenju, kar mu morda ne ugaja. Prosi ga, naj ti pokaže napačne misli in želje, pa tudi konkretna dejanja, ki jih Bogu še nisi priznal kot greh. Zdaj to priznaj Gospodu in se opri na 1 Jn 1,9, da boš očiščen in pripravljen za čas molitve, ki je pred tabo. (Psalm 51)

4. IZROČITEV

Kot Jezusov učenec se odpovej sebi in sprejmi svoj križ. Postavi se na svoj krst, kjer si bil pokopan s Kristusom in obujen v novo življenje z njim. Daruj vse, kar si, vse, kar imaš, vse, kar misliš, in vse, kar si želiš, kot živo žrtev Bogu. (Luka 9,23; Rimljanom 6,3-14; 12,1-2)

5. SVETI DUH

Na osnovi svoje žive žrtve dopusti, da svetišče tvojega telesa izpolni Božja prisotnost, moč Svetega Duha za zmago nad grehom in za pričevanje o Jezusu v svetu. Naj se Kristus po veri vseli v tvoje misli, čustva in želje. (Galačanom 5,16-25; Apostolska dela 1,8; Efežanom 3,17)

6. OČE NAŠ

Utrjen v identiteti Božjega otroka kliči svojega Očeta in moli Gospodovo molitev – svobodno, počasi, naj vsaka beseda postane tvoja osebna prošnja, ki jo lahko izraziš tudi po svoje in dopolniš s konkretnimi prošnjami zase in za te, s katerimi si povezan. (Rimljanom 8,14-16; Matej 6,9-13)

7. BERI BESEDO

Ta čas porabi za branje Božje besede. Izberi odlomek, h kateremu te vodi Sveti Duh. Posebej primeren je kateri od psalmov. (Psalm 119,97)

8. MOLI BESEDO

Vzemi prebrani odlomek in iz njega oblikuj svojo lastno molitev. Bodi pozoren na mesta, ki so se te še posebej dotaknila, in prosi, da to, kar ti je Bog razodel, postane resnično v tvojem vsakodnevnem življenju in v tvoji skupnosti. (Psalm 119,54)

9. POSREDOVANJE

To so posredniške oziroma zastopniške molitve za druge, za posameznike, za skupnosti ali za vso deželo. Prosi za ljudi s svojega molitvenega seznama. Moli tudi za konkretne potrebe tistih, ki so prosili za molitev. (Hebrejcem 4,16; Rimljanom 15,30-33)

10. ZAHVALJEVANJE

Zahvaljуй se Gospodu za vse, kar dela v tvojem življenju, v tvoji družini in v tvoji skupnosti. (Filipljanom 4,6)

11. POSLUŠANJE

Ustavi se in prosi Gospoda, naj zdaj govori on. Umolknj pred njim. Poveži stvari, ki si jih bral v Svetem pismu, ki si jih molil in za katere si se zahvalil Gospodu ter prisluhni, kako jih bo združil in ti spregovoril. (1 Samuel 3,9-10)

12. ZAKLJUČI S SLAVLJENJEM

Slavi Gospoda za čas, ki si ga lahko preživel z njim. Slavi ga za vtise in uvide, ki ti jih je dal. Slavi ga za molitvene prošnje, ki jih je vzbudil v tebi. (Psalm 145)