8.nedēļa | **23. - 29.maijs** | Digitālo traucēkļu ierobežošana | **VADLĪNIJAS VADĪTĀJIEM**

Iedrošinājums un padoms vadītājiem

- Kur ir tavi dārgumi? Apstājies, iepauzē, noliec tālruni, aizver datoru, izslēdz trokšņus un apklusini visus traucējumus. Paraugies sev apkārt. Aplūko savu mīļoto cilvēku sejas. Vai viņi zin, ka tu viņus mīli? Paskaties augšup zvaigžņotajās debesīs. Vai tu zini, ka Dievs tevi mīl? Vai tu dzirdi Viņa balsi? Vai tu esi atsaucies Viņa aicinājumam? Vai tad, kad Viņš atgriezīsies, Viņš sacīs: "Es tevi pazīstu!" vai arī tu esi novērsies... tik ļoti novērsies caur dzīves rūpēm vai kalpošanas pienākumiem, ka esi atstājis novārtā savas dzīves mīlestību? Salamana pamācībās 15:6 ir teikts: "Taisnīgā namā ir visāda labuma diezgan." Nepazaudē no redzesloka savu lielāko Dārgumu.

"Tā saka Tas Kungs: "Gudrais lai nelielās ar savu gudrību, stiprais lai nelielās ar savu spēku, bagātais lai nelielās ar savu bagātību! Bet, kas grib lielīties, lai lielās ar savu atziņu, ka viņš Mani pazīst un zina, ka Es esmu Tas Kungs, kas uztur virs zemes žēlastību, patiesību un taisnību; jo uz tādiem Man ir labs prāts, saka Tas Kungs."

/Jer.9:22-23/

Ieteicamais plāns apmēram 1,5h sanāksmei

- Sasveicinies ar visiem, īpaši tiem, kuri ir pirmo reizi. **(3 min.)**
- Nodziediet 2-3 slavas un pateicības dziesmas par tēmu "Jēzus kā pirmais manā dzīvē." **(5-8 min.)**
- Pārliecinies, ka cilvēki paliek tajā pašā mazajā grupā, kurā viņi ir jau no paša sākuma. Mazajās grupās vajadzētu justies kā " otrā ģimenē".
- Pārliecinies, ka grupai ir Bībeles (vismaz viena Bībele katrai grupai).
- Iesākumā pa apli pajautā katram: **(6 min.)**
    - Vienā teikumā aprakstīt labāko dāvanu, kādu tu jebkad esi saņēmis.
- Iesākuma lūgšana **(3 min.)**
- Līdzdali liecību: "Novirzīts." **(7 min.)**
- Uztici vienam pielūgt par Svētā Gara svētību šai sanāksmei. **(3 min.)**
- Seko studiju materiālam "Digitālo traucēkļu ierobežošana." **(45 min.)**
- Mazajās grupās lūdziet par šīs nedēļas lūgšanu vajadzībām. **(15 min.)**

8.nedēļa | **23. - 29.maijs** | Digitālo traucēkļu ierobežošana | **LIECĪBA**

“Novirzīts”

Dveins Esmonds

“Pāri visam, kas jāsarga, sargi savu sirdi, jo no turienes rosās dzīvība! " Sal.pam. 4:23

Tas bija vasarā pirms vidusskolas beigšanas - skolā ar visām tai raksturīgajām vardarbības, narkotiku, seksuālās amoralitātes u.c. likstām -, kad vecāki nolēma, ka man ir jāmaina vide, un tam bija pamatots iemesls. Man vienmēr ir bijusi “ interese” par valodām. Es biju izcils visos mācību priekšmetos, kas bija saistīti ar angļu valodu vai rakstīšanu, un tas man izpaudās jau agrā bērnībā. Tāpēc, kad 80. gadu beigās un 90. gados uz amerikāņu mūzikas skatuves parādījās hiphopa mūzika, es biju uzķēries. Es pārdozēju tā laika hiphopa grupas. Pievienojot šai mūzikai jauno deju trakumu, ko sauca par breika dejām, es biju uzķēries dubultā. Tas bija kaut kas pavisam svaigs. Tā bija pilsētas dzīve. Tas biju es.

Ja, uzlūkojot mēs tiekam pārvērsti, kā Elena Vaita rakstīja daudzviet savos rakstos (MS 4, 1897; MS 148, 1897; MS 117, 1899; MS 102, 1901 u.c.), tad tas noteikti attiecās arī uz mani. Mani bija izmainījis tas, ko es pumpēju savās ausīs un nostādīju savas sejas priekšā (Ps.101:3). Kad es sasniedzu vidusskolas vecumu, es “ repoju” nelielā grupā, dejoju breakdance ar draugiem un sapņoju par popzvaigznēm. Kopā ar vecākiem gāju uz baznīcu, aktīvi piedalījos Ceļa Meklētāju un Adventistu jauniešu apvienībā (AYS), bet es sāku zaudēt savu ceļu. Es biju novērsies un pilnīgi novirzījies no kursa, kurā Dievs mani gribēja redzēt.

Vecāki mani aizsūtīja uz adventistu internātskolu tālu prom no pilsētas. Es mierināju sevi ar domu, ka, lai gan būšu tālu prom, tomēr nebūšu tālu no savas mūzikas. Toreiz es vēl nenojautu, ka šo mūziku aizstās kaut kas cits, kas izmainīs manu dzīvi.

Kad tēvs sagatavoja mūsu automašīnu braucienam uz Pine Forge, viņš man uzdāvināja Elenas Vaitas grāmatu komplektu “Prāts, raksturs un personība”. Es biju nonācis krustcelēs, kad vēlējos pārmaiņas savā dzīvē, un manās rokās bija resursi, lai šīs pārmaiņas uzsāktu. Lasot šīs grāmatas, mana dzīve sāka mainīties. Nekas tanī laikā tik ļoti nepārveidoja manu garīgo pieredzi kā Bībele, kurai pamudināja pievērsties grāmata “Prāts, raksturs un personība.” Būdams jauns, kristīts pilsētvides kultūrā, Dievs sāka atbrīvot mani no lietām, kas virzīja mani prom un Viņš to dara arī šodien manā dzīvē.

Šodien pie apvāršņa parādās cita uzmanības novēršana! Daudzi no mums to tur savās plaukstās. Daudzi pētījumi mūsdienās ziņo, ka digitālā atkarība no elektroniskajām ierīcēm izraisa satraucošu

depresijas un trauksmes pieaugumu, negatīvu attieksmi pret ķermeni un pašvērtējumu, kā arī pieaug vientulības un pat pašnāvības pazīmes. Lielākā daļa cilvēku katru dienu sociālajos plašsaziņas līdzekļos pavada vidēji trīs līdz četras stundas. Ir pierādīts, ka stundas, kas pavadītas pie ekrāniem, pasliktina atmiņas funkcijas, empātiju, komunikācijas prasmes, spēju koncentrēties/uzmanību, kā arī spēju domāt un spriest. Šie trūkumi ietekmē cilvēka spēju pilnībā pagodināt Dievu un uzticīgi Viņam kalpot.

Es neesmu imūns pret digitālo mediju ietekmi. Protams, man patīk visas ērtības, ko tā sniedz, lietotnes, kas atvieglo dzīvi, bet tas nav viss. Mans neveselīgais digitālais uzturs bieži vien mani " nogurdina", gaidot nākamo dopamīna devu, gluži kā narkomānu, kas meklē nākamo devu. Bija laiks, kad, pamostoties, es ķēros pie sava tālruņa, un tas bija pēdējais, uz ko es paskatījos pirms gulētiešanas. Tas man bija kļuvis par dievu, kuram bija vara pozitīvi vai negatīvi ietekmēt manu garastāvokli ar katru komentāru vai 'laiku.' Šķiet pazīstami?

Jau vidusskolā es uzzināju, ka, ja es nedarīšu visu iespējamo, lai no jauna atdotu savu prātu un sirdi Dievam, es būšu pazudis. Kā pieaugušais, kas dzīvo ar tehnoloģijām apsēstā, digitāli atkarīgā pasaulē, es atkal jūtu nepieciešamību šajā dzīves jomā pacelt standartu pret sātanu (Jesajas 59:19), lai es varētu piepildīt Dieva mērķi attiecībā uz mani. Ir grūti atjaunot savu pielūgsmes altāri, esot atkarīgam no savām ierīcēm. Ir pienācis laiks " savaldīt" mūsu ierīces un padarīt tās paklausīgas Dieva gribai!

Mācītājs Dveins Esmonds ir autors, redaktors un ordinēts mācītājs. Pašlaik viņš ir Elenas Vaitas īpašuma direktora vietnieks/redaktors. Vairāk nekā 28 gadus mācītājs Esmonds ir veltījis savu dzīvi kalpošanai Dievam dažādos amatos. Viņš ir šīs 'Atpakaļ pie altāra' globālās lūgšanu iniciatīvas dibinātājs un pašreizējā InVerse Young Adult Bible Sabbath Guide tēmas autors. Viņu kalpošanā atbalsta viņa sieva Kemba un dēls pusaudžu vecumā.

8.nedēļa | **23. - 29.maijs** | Digitālo traucēkļu ierobežošana |

STUDIJU MATERIĀLS

Laipni lūgti nākamajā nodarbībā **Atpakaļ pie altāra | 100 Lūgšanu dienās!**

Pēdējo pāris nodarbību laikā mēs īpaši uzsvērām Dieva Vārdu: kā atklāt Jēzu Vārdā un lūgšanā un kā noglabāt Dieva Vārdu savā sirdī. Mēs dalījāmies ar daudzajiem Bībeles un praktiskiem padomiem, kas palīdz pieaugt šajās jomās.

Šodien mēs mācīsimies par to, kā pasaulei 'celt' priekšā Dieva Vārdu un ko tas nozīmē ļaut Jēzum būt Kungam pat pāri par mūsu digitālajām izklaidēm. Tomēr, pirms sākam šo nodarbību, atgriezīsimies pie stāsta par Eliju.

<u>Elijas atmodas moments</u>

Iepriekšējās "Atpakaļ pie altāra" nodarbībās mēs uzzinājām, ka Elija atradās Dieva klātbūtnē, kas ļāva viņam drosmīgi un nelokāmi stāties ķēniņa Ahaba priekšā, lai gan viņš sniedza vēsti, kuru ķēniņš Ahabs negribēja dzirdēt. Tas Elijam varēja maksāt dzīvību, bet Dievs bija kopā ar viņu.

Tālāk mēs uzzinājām, ka ikreiz, kad Tā Kunga Vārds nāca pār Eliju, Elija nekavējās, lai apstrīdētu Dieva pavēles būtiskumu. Tā vietā Elija nekavējoties paklausīja tam, ko Dievs viņam lūdza darīt.

Lai sagatavotu mūsu sirdis šodienas Elijas atmodas momentam, mums ir vēl kāda aktivitāte.

Aiziet, piecelieties, tieši tagad, tur, kur atrodaties. Stāvot sāciet soļot uz vietas. Ja tas šķiet mazliet muļķīgi, iztēlojieties, ka esat Ceļa Meklētāju vidū. Vai iztēlē varat dzirdēt, kā jūsu vadītājs sniedz jums norādījumus? *Pa kreisi pa labi, pa kreisi pa labi, pa kreisi pa labi!*

Soļojot mēģiniet iekļauties ritmā un skaļi sakiet: *Pa kreisi pa labi, pa kreisi pa labi, pa kreisi pa labi!*

Tagad uz mirkli apstāsimies un pacelsim kreiso kāju, vienlaikus balansējot uz labās kājas. (Vajadzības gadījumā var pieķerties pie kaut kā, lai noturētu līdzsvaru.) Kad pacelsiet kreiso kāju gaisā, iedomājieties, ka jūsu kreisā kāja simbolizē Baala pielūgsmi vai garīgos kompromisus, ar kuriem jūs šodien savā dzīvē cīnāties.

Tagad pārmainiet kājas un turiet līdzsvaru uz kreisās kājas, bet labo kāju turiet paceltu gaisā. Šajā gadījumā jūsu labā kāja simbolizē jūsu uzticību Dievam.

Tagad uz vietas turpiniet soļot, uzsākot ar kreiso kāju. Tikai šoreiz iedomājieties, ka tas ir gājiens, kurā jūs dziedat: *Baāls, Dievs; Baāls, Dievs; Baāls, Dievs; Baāls Dievs, Baāls, Dievs.*

Tas nav pievilcīgi, vai ne? Tomēr tas nav tikai tas, ko Israēla bērni darīja Elijas laikā. To dara daudzi Dieva ļaudis vēl šodien.

Pašlaik apstāsimies uz mirkli klusā lūgšanā un pajautāsim Dievam, vai šajā ilustrācijā ir kaut kas tāds, par ko Viņš vēlētos pārrunāt ar mani.

Aplūkojot šodienas "Elijas atmodas momentu", pajautāsim sev: "Kā Dievs mani aicina atjaunot (vai stiprināt) personīgo pielūgsmes altāri?" Kā Viņš aicina mani atbrīvoties no pasaulīgām izklaidēm?"

- **1.video**: Elijas atmodas moments: Pielūgsmes altāra atjaunošana

  https://tinyurl.com/BTTAW8VID1

Vai tu vēlētos, lai Dievs šodien būtu tavas dzīves Kungs? Vai tu vēlētos, lai Viņš palīdz tev tikt galā ar garīgajiem apgrūtinājumiem, kas tevi nomāc, lai tavs pielūgsmes altāris atkal varētu būt stiprs un kalpotu Viņa godam?

Bīstamība, ko rada digitālie traucēkļi!

Nevajag būt raķešu zinātniekam, lai saprastu, ka digitālās tehnoloģijas aizņem daudz lielāku mūsu dzīves daļu nekā jebkad agrāk. Kad mēs vēlamies kaut ko atcerēties, mēs nesniedzamies pēc papīra un pildspalvas. Mēs ķeramies pie sava tālruņa. Kad vēlamies pamosties noteiktā laikā, mēs iestatām modinātāju savā viedtālrunī. Kad vēlamies par kaut ko samaksāt, daudzviet pasaulē mēs to darām digitāli. Digitālās tehnoloģijas un digitālie plašsaziņas līdzekļi ir kļuvuši par mūsu dzīves neatņemamu sastāvdaļu, tikpat neatņemamu kā mūsu rokas un kājas.

Kādā aptaujā vairākiem respondentiem tika uzdots jautājums, vai viņi labprātāk salauztu kaulu vai telefonu. Tikai ar nelielu pārsvaru atbilde bija - telefonu. Tehnoloģijas maina mūs, neatkarīgi no tā, vai mēs to pieņemam vai nē.

Digitālās tehnoloģijas un plašsaziņas līdzekļi mūs ietekmē visvairāk tāpēc, ka nespējam koncentrēties uz patiesi svarīgajām lietām. Uzmanība ir mūsu tehnoloģiju atkarības laikmeta lielākais upuris. Tomēr tā ir visaugstāk novērtētā prece, ko piedāvā tādi lielie digitālie uzņēmumi kā Apple, Google, Facebook, Amazon un citi. Taču uzmanība, ironiskā kārtā, ir arī līdzeklis, ar kura palīdzību Dievs runā ar mums un otrādi. Tas ir izšķirošais iemesls, kādēļ mums ir jāierobežo digitālie traucēkļi un jāattīsta veselīga digitālā prakse.

Sāksim jau šobrīd!

"Pāri visam, kas jāsarga, sargi savu sirdi, jo no turienes rosās dzīvība!" *(Salamana pam. 4:23)*

Iepriekš minētais pants tiek piedēvēts ķēniņam Salamanam, kas ir lielākās daļas Salamana pamācību grāmatas autors.

Lasi / Pārdomā 1.Ķēniņa 11:1-9 - Ar kādiem traucēkļiem Salamans saskārās savas dzīves laikā? Kā viņu ietekmēja dažas no viņa izklaidēm?

Viens no bīstamākajiem izaicinājumiem, ar ko Salamans saskārās, bija viņa nesvētā iekāre pēc daudzajām sievietēm. Tā kā viņš neatdeva šo grēku Dievam, viņa sirds tika aizvesta no Dieva. Pat Salamana lielā gudrība nespēja tikt galā ar izklaidēm, kuras viņš mīlēja. Kad Salamans runā par to, lai mēs ar visu uzmanību sargātu savu sirdi, viņš nerunā par fizisko sirdi, kas pukst mūsu krūtīs. Salamans runā par mūsu esības centru - mūsu prātu. Būtībā viņš saka: "Rūpīgi sargā to, kam tu ļauj ienākt savā prātā, jo viss, ko tu dzīvē dari, nāk no šī avota."

Digitālo mediju bīstamība ir to spēja ievietot informāciju dziļi mūsu prātos - informāciju, kurai bieži vien nav nekāda sakara ar Dievu, Viņa Vārdu vai Viņa nodomiem mūsu dzīvē.

Cik svarīgi ir sargāt savu prātu? Elena Vaita raksta: "Prāts kontrolē visu cilvēku. Visas mūsu darbības - gan labās, gan sliktās - sakņojas prātā. Tas ir prāts, kas pielūdz Dievu un savieno mūs ar debesu būtnēm. Tomēr daudzi pavada visu savu dzīvi, tā arī netopot inteliģenti attiecībā uz glabātuvi [dārgakmeņu lādīti], kurā ir šis dārgums". (*Mind, Character, and Personality*, 1, p. 72).

Ierobežojot digitālos traucēkļus – Bībeles studijas

1. **Atpazīsti traucēkļus**

Lasi / Pārdomā Lūkas 10:38–42

- Ko darīja Marta, kas viņai neļāva baudīt Jēzus klātbūtni?
- Vai Martas vēlme rūpēties par Jēzus fiziskajām vajadzībām bija nepareiza?
- Ko Jēzus domāja, sakot, ka Marija bija izvēlējusies to, kas bija labāks?
- Ko darīja Marija, kamēr Marta strādāja? Par ko tieši Jēzus uzslavēja Mariju?

Marta bija aizņemta ar darbu priekš Jēzus, bet Marija bija aizņemta ar to, lai būtu kopā ar Jēzu. Jēzus apstiprināja Marijas izvēli sēdēt pie Viņa kājām, jo tā ir vissvarīgākā lieta, ko ikviens cilvēks var darīt savā dzīvē. Nekas nekad nedrīkst novērst mūs no laika pavadīšanas Dieva klātbūtnē. Tas nenozīmē, ka mēs nedarīsim visas ikdienas lietas, kas mums ir jādara, bet mums tās visas ir jādara ar apziņu, ka Jēzus ir kopā ar mums un mūsu sirds ceļi ir atvērti Viņa balsij katru brīdi.

Mazliet apstājieties! Atcerieties brīžus, kad jūs apmeklējat sociālos plašsaziņas līdzekļus, jo jums bija garlaicīgi, jūs bijāt noguruši, vientuļi vai stresā. Atzīstiet, ka šī izklaidēšanās ir vājš mēģinājums novērst dziļo tukšumu jūsu dvēselē.

2. **Digitālo traucēkļu atpazīšana**

Tehnoloģijas un plašsaziņas līdzekļi ir rīki - tie var palīdzēt vai traucēt mūsu ceļā ar Dievu atkarībā no tā, kā mēs tos izmantojam.

Lasi / Pārdomā 1. Korintiešiem 6:12 un 10:23

- Kā mediji var kļūt par garīgu traucēkli?
- Kādas ir tās pazīmes, kas liecina, ka mēs esam garīgi novirzīti?
- Vai reizēm labas lietas var kļūt par labāko lietu ienaidniekiem?

Mediji kļūst par traucēkli, kad tie aizņem mūsu uzmanību, maina mūsu domāšanu, veicina sacensību vai atņem mums laiku, ko pavadām kopā ar Dievu. Vai esat kādreiz pamanījuši, cik grūti dažkārt ir apklusināt prātu, kad cenšamies koncentrēties uz Dievu vai Svētajiem Rakstiem? Nemierīgums lūgšanas laikā, nemitīga telefona pārbaudīšana, trauksme, Bībelesnelasīšana un samazināts garīgais izsalkums - tie visi ir signāli, kas liecina par to, ka mēs maināmies un ka mūsu spēja saņemt un baudīt Dievu samazinās. Tās ir mirgojošas sarkanās gaismas cilvēka garīgajā dzīvē.

3. **Bībeles principi pārorientēšanai**

    - **Lai klusais laiks ir tava prioritāte**

Lasi / Pārdomā Psalmi 46:10,11. Klusums ļauj mums dzirdēt Dievu. Nekas nevar aizstāt kluso, nesteidzīgo laiku ar Dievu. Dienas sākumā noteikti atvēliet laiku klusumam, lai sazinātos ar Dievu. Lūdziet Viņu, lai Viņš jūs pamodina, un celieties, kad Viņš jūs aicina.

    - **Veiciet auditu, atpazīstot lietas, kuras jums traucē**

Lasi / Pārdomā 1.Korintiešiem 10:12-13. Sastādiet sarakstu ar lietām, kas novērš jūsu uzmanību no Dieva. Varbūt tās ir aplikācijas, raidījumi, ziņas, cilvēki utt. Jūs nevarēsiet ierobežot digitālos traucēkļus, kamēr nebūsiet godīgi apzinājušies, kas tie ir un kā konkrēti tie laupa dārgo laiku jums un Dievam.

    - **Lūdzieties par katru traucēkli, uzdodot šādus jautājumus:** Vai tas palīdz vai traucē manām attiecībām ar Jēzu?

4. **Novelciet robežas**

Lasi / Pārdomā Psalmi 16:7,8. Kā ķēniņš Dāvids "filtrēja" lietas, kas varēja piesaistīt viņa uzmanību?

Šeit ir daži praktiski veidi, kā ierobežot lietas, kas neļauj jums vienmēr turēt Dievu pirmajā vietā.

- Telefona izslēgšana dievkalpojumu laikā.
- Izmantojiet "Netraucēt" režīmu visas dienas garumā.
- Izvēlēties stundas, kurās jūs nelietojat ekrānu. Tas ir laiks, kad jūs izslēdzat ierīci. Tas nebūs viegli, taču, ja to darīsiet pastāvīgi, tas dos gandarījumu.

5. **Ne tikai atsakieties, bet leiciet vietā.**

Lasi / Pārdomā Romiešiem 12:21. Aizstājiet laiku, kas veltīts medijiem, ar slavēšanas mūziku, Svēto Rakstu pārdomām, žurnālu rakstīšanu vai lūgšanu pastaigām. Esiet radoši aizstāt negatīvās prakses ar pozitīviem garīgiem ieradumiem vai aktivitātēm.

6. **Praktizējiet Sabata atpūtu.**

Lasi / Pārdomā 2.Mozus 20:4-8. Izmantojiet sabatu kā dienu, lai atslēgtos no medijiem un pievērstos Dievam, ģimenei, atpūtai un dabai. Sabats ir ideāls laiks, lai atjaunotu savas uzmanības veltīšanu Dievam un atjaunotu spēkus nākamajai nedēļai.

7. **Personīgais praktiskais pielietojums.**

Neziniet, kurp doties tālāk? Šeit ir 5 dienu uzdevums, lai sāktu ceļu uz veselīgākiem digitālajiem ieradumiem un veltītu vairāk laika Dievam!

5 dienu traucējumu novēršanas ieteikums (5-Day Distraction Detox Challenge)

- **1. diena:** Izslēdziet visus nenozīmīgos paziņojumus.
- **2. diena:** Izslēdziet vienu no savām iecienītākajām vai biežāk lietotajām lietotnēm uz visu dienu.
- **3. diena:** 30 minūtes pavadiet klusumā, pārdomās, Dieva Vārdā un lūgšanā, nevis ekrāna laika pavadīšanā.
- **4. diena:** Veidojiet dienasgrāmatu par to, ko Dievs jums māca.
- **5. diena:** Dalieties savā pieredzē ar kādu citu.

Kas notiktu, ja mēs piedāvātu pasaulei Dieva Vārdu? Kas notiktu, ja mēs atstātu malā savu izklaidi un pirmajā vietā liktu attiecības ar Jēzu? Kas notiktu, ka mēs atstātu malā mākslīgās lietas un saņemt kaut ko brīnišķīgu no paša Kristus?

Pievienojieties mums šajā iedvesmojošajā 3 minūšu garajā video, kurā redzēsiet, kā attīstās viņu stāsti. Šis video noteikti būs jums kaut kas jauns, kad jūs izvēlēsieties dzīvot netraucētu dzīvi Dieva godam.

- **2.Video**: Kad mēs liekam Jēzu pirmajā vietā - https://tinyurl.com/JesusBeforeDistractions

Lūgsim!

Papildus materiāls

Lai lejuplādētu grāmatzīmi angļu valodā, kā atgādinājumu turēt savu digitālo dzīvi līdzsvarā, variet spiest šeit: https://tinyurl.com/BTTA-Balance

8.nedēļa | **23. - 29.maijs** | Digitālo traucēkļu ierobežošana | **LŪGŠANU VAJADZĪBAS**

Bībeles apsolījumi, kurus piesaukt lūgšanās

"Kam stipra ticība, tam Tu dod mieru, tiešām mieru, jo viņš paļaujas uz Tevi!"

Jesajas 26:3

"Es pārdomāju Tavas pavēles un vēroju Tavus ceļus.
Par Taviem likumiem man ir prieks, es neaizmirsīšu Tavu vārdu." Psalmi 119:15–16

"tuvojieties Dievam, tad Viņš tuvosies jums. Šķīstījiet rokas, grēcinieki, un skaidrojiet, šaubīgie, sirdis!" Jēkaba 4:8

8.nedēļas LŪGŠANU VAJADZĪBAS

1. **Slava**, lai pieder Tev, Kungs, jo Tu Esi mans miers vētrās un klusums manos trokšņos. Es paaugstinu Tavu Vārdu pāri par savas dzīves haosiem. Es izvēlos slavēt Tevi tā vietā, lai iekļūtu kādās lietās, kas mani varētu novirzīt no Tevis. Tu Esi tā vērts, lai Tev piešķirtu nedalītu uzmanību. (Psalmi 113:3)
2. **Gods** pieder tikai Tev, Kungs. Es nolieku malā visus savus traucēkļus, kas konkurē par manu nodošanos. Lai manas domas, laiks un uzmanība atspoguļo cieņu, kādu es izjūtu pret Tevi. Tu esi svarīgākais manā dzīvē. (Mateja 22:37 un Psalmi 29:2)
3. **Izmaini** manas vēlmes, Kungs, lai tās atbilstu Tavai gribai. Noņem manu pieķeršanos lietām, kas mani attālina no Tevis. Radi manī jaunu sirdi - tādu, kas ilgojas pēc Tavas klātbūtnes vairāk nekā pēc telefona, plašsaziņas līdzekļiem vai bezjēdzīgām izklaidēm. (Romiešiem 12:2 un Psalmi 51:10)
4. **Apstādini**, Kungs, mani, kad es sāku attālināties no Tevis. Pārtrauc manā dzīvē šo bezjēdzīgo telefona ritināšanu, apklusini trokšņus un aizvelc mani atpakaļ pie Sava klusuma. Kad man rodas kārdinājums, atgādini man, ka Tu Esi mans patvērums. (Psalmi 119:37; Ebrejiem 12:1)
5. **Pārskati**, Kungs, manu ikdienas rutīnu. Iemāci man veidot savu dzīvi saskaņā ar Tavu balsi, nevis ziņām, kuras saņemu. Palīdzi man gudri attiekties pret to, kā es pavadu savu laiku, lai es varētu Tevi skaidri sadzirdēt un pilnībā dzīvot kopā ar Tevi. (Efeziešiem 5:15-16; Salamana pamācības 3:6)
6. **Palīdzi**, Dievs, man saglabāt savienību ar Tevi tad, kad mans prāts sāk šaubīties un sirds kļūst nemierīga. Stiprini mani centienos vispirms meklēt Tevi. Es to nespēju bez Tava Gara, kas ir apsolījis mani vadīt un stiprināt manus soļus. (Psalmi 12; Jēkaba 4:8)
7. **Izlej** pār mani Savu Svēto Garu, Kungs! Sagatavo mani un sagatavo manus brāļus un māsas Tavai drīzajai atnākšanai. Atdzīvini mani caur Sava Vārda spēku un sagatavo mūs kā draudzi, lai mēs varētu Tevi sagaidīt godības mākoņos. (Ecehiēla 37:4-5)