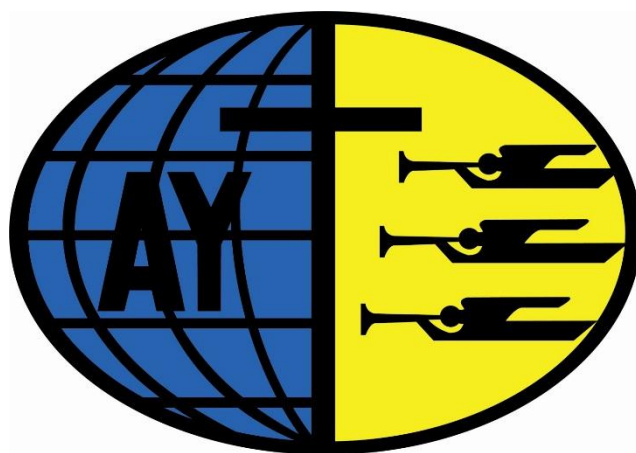


# 10 zile de RUGACIUNE



Autocontrolul este esențial  
ZIUA 6

**TEMA ZILEI 6: AUTOCONTROLUL ESTE ESENȚIAL**

*Autocontrolul: calitate de caracter indispensabilă, dată de Duhul Sfânt, care ne ajută să ne controlăm comportamentul și să luăm decizii înțelepte, în mod special în ceea ce privește felul în care ne îngrijim trupurile și ne raportăm la ceilalți!*

„cu cunoștința **înfrânarea** (2 Petru 1:6).

„Nu știți că trupul vostru este Templul Duhului Sfânt care locuiește în voi și pe care L-ați primit de la Dumnezeu? Și că voi nu sunteți ai voștri? Căci ați fost cumpărați cu un preț. Proslăviți, dar, pe Dumnezeu în trupul și în duhul vostru, care sunt ale lui Dumnezeu” (1 Corinteni 6:19, 20)

„Nu v-a ajuns nici o ispită care să nu fi fost potrivită cu puterea omenească. Și Dumnezeu, care este credincios, nu va îngădui să fiți ispitiți peste puterile voastre; ci, împreună cu ispita, a pregătit și mijlocul să ieșiți din ea, ca s-o puteți răbda... Deci fie că mâncați, fie că beți, fie că faceți altceva: să faceți totul pentru slava lui Dumnezeu.” (1 Corinteni 10:13, 31)

„Pot totul în Hristos care mă întărește.” (Filipeni 4:13)

„Și aceasta cu atât mai mult, cu cât știți în ce împrejurări ne aflăm: este ceasul să vă treziți în sfârșit din somn; căci acum mântuirea este mai aproape de noi decât atunci când am crezut. Noaptea aproape a trecut, se apropie ziua. Să ne dezbrăcăm, dar, de faptele întunericii și să ne îmbrăcăm cu armele luminii. Să trăim frumos, ca în timpul zilei, nu în chefuri și în beții; nu în curvii și în fapte de rușine; nu în certuri și în pizmă; ci îmbrăcați-vă în Domnul Isus Hristos și nu purtați grijă de firea pământească, pentru ca să-i treziți poftele.” (Romani 13:11-14)

„Dragostea abundentă și prezența Lui Dumnezeu în inimă va da putere omului să își înfrâneze poftele, modelându-i mintea și caracterul. Harul lui Hristos în viață va direcționa țelurile și scopurile și capacitățile într-un canal care va da putere spirituală și morală – putere la care tinerii nu vor trebui să renunțe în această lume și pe care o pot lua cu ei în viața viitoare, păstrând-o peste veacuri! (en. *My life today*, p. 70).

**MOTIVELE ZILEI DE MIJLOCIRE: INIȚIATIVE INTERNAȚIONALE DE SLUIRE MEDICALĂ**

Sănătatea a fost parte integrantă din lucrarea de slujire a lui Isus pe pământ. În timp ce doriți să îi aduceți pe oameni la El, rugați-vă pentru:

- Lucrătorii medicali adventiști, să fie umpluți de Duhul Sfânt și să capete înțelepciune pentru a ajunge la inima oamenilor
- Activități de informare cu privire la sănătate practice și creative, care să împlinescă nevoile comunității
- Resurse financiare suficiente, astfel încât slujirea în acest sens să fie eficientă
- Activitatea în domeniul sănătății să-i aducă pe cât mai mulți la Isus
- Lucrătorii medicali și spirituali să fie uniți în eforturile lor de a ajunge la oameni
- Slujirea prin sănătate asociată cu misiunea în orașele mari, incluzând:
  - Cursuri de gătit
  - Activitate misionară medicală
  - Expuneri și prelegeri de sănătate
  - Restaurante vegetariene



## Autocontrolul este esențial / Inițiativele de slujire medicală

În timp ce eu **adun...** Dumnezeu **înmulțește!**

Domnul meu, simt că pe parcursul următoarelor 24 de ore, Tu îmi ceri să îmi rezolv următorul aspect al vieții:

---

---

---

În Tine și prin puterea Ta, aleg să:

---

---

---

Iată cum L-am văzut pe Dumnezeu lucrând în viața mea astăzi:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## Autocontrolul este esențial / Inițiativele de slujire medicală

### Planul sugerat

#### Introducere – 10 minute

- Amintește-le participanților principiile generale ale rugăciunii comune/unite pe baza sugestiilor pe care le găsești în Ghidul Rugăciunii comune (disponibil pe [www.tin.ro](http://www.tin.ro) și [www.tendaysofprayer.org](http://www.tendaysofprayer.org)).
- Introdu subiectele rugăciunii zilei: autocontrolul și activitățile de slujire medicală
- Cere participanților să extragă la întâmplare cinci cartonașe din cutia cu motive de rugăciune pentru care să se roage în momentul destinat rugăciunii. Asigură-te că le pun înapoi la finalul întâlnirii.

#### Timpul Rugăciunii Unite

##### Laudă – 10 minute:

- Lăudați-L pe Dumnezeu pentru că El este sursa autocontrolului și Cel care ne vindecă. Folosiți pasajul biblic de pe foaia cu subiectul general pentru a vă orienta în rugăciunile de laudă.
- Lăudați-l pe Dumnezeu pentru slujirea medicală din biserica locală și în toată lumea.
- Încurajează-i pe participanți să împărtășească răspunsurile la rugăciuni, ca laudă la adresa lui Dumnezeu.

##### Mărturisire – 5 minute:

- Acordă-le participanților trei minute pentru a-și cerceta inima și cereți-I lui Dumnezeu să dea la o parte tot ce stă între ei și El. Încurajează-i în mod special să își cerceteze inimile în ceea ce privește autocontrolul și sănătatea.
- Acordați aproximativ două minute pentru mărturisire comună cu privire la autocontrol și la obiceiurile nepotrivite în ceea ce privește sănătatea.

##### Implorare – 25 de minute

- Rugați-vă ca membrii bisericii să caute putere la El în ceea ce privește înfrânarea poftelor. Luați în considerare promisiunile de pe foaia de participare.
- Cereți revărsarea Duhului Sfânt, în baza Cuvântului scris. Rugați-vă pentru roadele Duhului – în mod special înfrânarea poftelor – chiar și în situații grele/de încercare.
- Rugați-vă ca slujirea medicală a bisericii să capete putere. Folosiți sugestiile din MOTIVE de MIJLOCIRE în formularea rugăciunilor.
- Faceți grupe de două sau trei persoane, care să se roage pentru indivizii/situațiile menționate pe cele cinci cartonașe din cutie. Încurajează-i să se roage cu credință în Biblie!

##### Timpul pentru pagina de jurnal – 5 minute:

În liniște, participanții să mediteze la felul în care Dumnezeu i-a condus de ieri până azi și să-I ceară să le arată ce să facă până următoarea zi,



**Laudă – 5 minute:**

Să-I mulțumiți Lui Dumnezeu pentru că ne-a binecuvântat cu puterea de a ne stăpâni și că are pentru noi un mesaj al sănătății.

Mulțumiți-I pentru toate victoriile și răspunsurile la rugăciuni.

**Sugestii de imnuri:**

Alegeți IMNURI care vorbesc despre Duhul Sfânt, Sanctuar, Puterea Lui Dumnezeu.

**Împărtășește**

Spune experiențele trăite de tine și altora, oferă sugestii, împărtășește resurse. Intră pe pagina [www.facebook.com/redesteptaresireforma](https://www.facebook.com/redesteptaresireforma) sau scrie-ne un e-mail la adresa [redesteptaretin@gmail.com](mailto:redesteptaretin@gmail.com) .