

10 GIORNI DI PREGHIERA

LA PREMINENZA DELLA FEDE

VIVERE LE VIRTÙ
CRISTIANE IN TEMPI
DIFFICILI

10-20 gennaio 2024

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

MICHEA 6:8

MATERIALE SU

[GESTIONE CRISTIANA DELLA VITA. UICCA.IT/10GIORNIDIPREGIERA/](https://gestionecristianadellavita.uicca.it/10giornidipregiera/)



SOMMARIO

SUGGERIMENTI GENERALI PER I DIECI GIORNI DI PREGHIERA	3
INTRODUZIONE	8
NOTTE DI PREGHIERA	14
LA SFIDA DEL SERVIZIO E I DIECI GIORNI DI PREGHIERA	16
PROMESSE DELLA BIBBIA DA RIVENDICARE IN PREGHIERA	19
LITURGIA DEL SABATO	25
RICHIESTE DI PREGHIERA DELLA CHIESA MONDIALE	27
VIVERE MEGLIO CON MENO	30
<i>PRIMO GIORNO</i>	
IL PERICOLO DI ESSERE IMPEGNATI PER DIO	33
<i>SECONDO GIORNO</i>	
LA BENEDIZIONE DELL'ATTESA	36
<i>TERZO GIORNO</i>	
LA LIBERTÀ DI UNA VITA VISSUTA CON SEMPLICITÀ	39
<i>QUARTO GIORNO</i>	
FOCALIZZARSI SU CIÒ CHE CONTA	42
<i>QUINTO GIORNO</i>	
DETERMINAZIONE, PASSIONE E PERSEVERANZA	45
<i>SESTO GIORNO</i>	
IL VALORE DELLA BONTÀ	48
<i>SETTIMO GIORNO</i>	
AVERE UN ATTEGGIAMENTO GRATO	51
<i>OTTAVO GIORNO</i>	
IL SABATO: UNA BENEDIZIONE	54
<i>NONO GIORNO</i>	
SII RICCO DI CIÒ CHE CONTA - SII PIÙ ANALOGICO	57
<i>DECIMO GIORNO</i>	
RICHIESTE DI PREGHIERA DELLA CHIESA MONDIALE	60

10 GIORNI DI PREGHIERA

RITORNARE ALL'ADORAZIONE PRESSO L'ALTARE

11-21 gennaio 2023

UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond



SUGGERIMENTI GENERALI PER I DIECI GIORNI DI PREGHIERA

INTRODUZIONE

Benvenuti al percorso Dieci Giorni di Preghiera 2024. Siamo veramente grati di avere la possibilità di iniziare l'anno pregando. Dio ha compiuto molti miracoli nelle scorse edizioni di questa esperienza perché lo abbiamo cercato pregando e digiunando. Lo Spirito Santo ha promosso un risveglio, è stato all'origine di numerose conversioni, ha stimolato una nuova passione per l'evangelizzazione e ha permesso di ripristinare le relazioni infrante.

La voce di Dio ti ha chiamato al risveglio? La Bibbia è piena di promesse per te:

2 Cronache 7:14 "Se il mio popolo, sul quale è invocato il mio nome, si umilia, prega, cerca la mia faccia e si converte dalle sue vie malvagie, io lo esaudirò dal cielo, perdonerò i suoi peccati e guarirò il suo paese".

Geremia 29:13. "Mi cercherete e mi troverete. Poiché mi cercherete con tutto il vostro cuore".

Gioele 2:32. "Chiunque invocherà il nome del Signore sarà salvato".

Giacomo 4: 8. "Avvicinatevi a Dio, ed egli si avvicinerà a voi".

Apocalisse 3: 20. "Ascoltate, io sto alla porta e busso. Se uno mi sente e mi apre, io entrerò e ceneremo insieme, io con lui e lui con me".

Qualunque fase della vita stiate attraversando in questo momento, Dio è più vicino di quanto pensiate. Vuole riversare le sue benedizioni sulla vostra famiglia, sulla vostra chiesa, sulla vostra comunità e sul vostro mondo!

SUGGERIMENTI GENERALI PER I DIECI GIORNI DI PREGHIERA

Gli incontri di preghiera quotidiani

Per ognuno dei dieci giorni di preghiera abbiamo preparato una meditazione alla quale ispirarsi per la preghiera. Ogni presentazione include un brano biblico, un testo per la riflessione, alcuni riferimenti biblici adatta a guidare la preghiera, suggerimenti sul modo di pregare e per i canti. Fate in modo che ogni partecipante possa averne una copia per seguire il percorso durante gli incontri.

Le chiese di tutto il mondo si uniranno ogni giorno nella preghiera sull'argomento proposto. Puoi pregare insieme a tutti loro usando i versetti e le richieste di

preghiera. Non è necessario ripercorrere ogni volta l'intero elenco delle proposte per le quali pregare. Potete dividervi in gruppi e chiedere ad ogni gruppo di pregare per uno degli argomenti suggeriti.

I testi comprendono anche un documento intitolato *"Richieste di preghiera della Chiesa mondiale"*. È importante pregare insieme per la nostra famiglia mondiale, ma potreste ritenere utile dedicare più tempo a pregare per i bisogni locali se il vostro gruppo comprende degli ospiti esterni. Pregate per accoglierli al meglio e farli sentire parte del gruppo.

Proposta di programma per gli incontri

Siate brevi e sintetici in modo che il gruppo possa dedicare il maggior tempo possibile alla preghiera vera e propria. Il tempo dedicato ad ogni sezione può variare. Lo schema che proponiamo è solo un suggerimento:

Benvenuto e introduzione: 2 – 5 minuti

Lettura della presentazione quotidiana: 5 minuti

Preghiera ispirata ai versetti in "Pregare con la Parola di Dio" (presentazione giornaliera): 10 – 15 minuti

Preghiera dedicata agli argomenti contenuti in "Altri suggerimenti per la preghiera" (presentazione giornaliera): 20 – 30 minuti

Risposta con canti e lode: 5 – 10 minuti
Pregare per gli altri

Incoraggiamo ogni partecipante a pregare sistematicamente per 5-6 persone che Dio gli ha permesso di incontrare nella sua vita: parenti, amici, colleghi di lavoro, vicini di casa o semplici conoscenti, chiedendo allo Spirito Santo di guidarci

nella scelta di questi nomi e nell'individuare il modo di rivolgerci a queste persone durante i dieci giorni. Potreste fornire alcuni schede o talloncini di carta su cui le persone possano scrivere i nomi delle persone per cui pregheranno.

Liturgia del sabato

Preparate un messaggio speciale focalizzato sulla preghiera e prevedete un momento da dedicare alle testimonianze sulla preghiera durante il programma di entrambi i sabati. Siate creativi: ci sono molti modi per condividere con la famiglia della chiesa ciò che accade durante gli incontri di preghiera.

Programma del sabato di chiusura

L'ultimo sabato dovrebbe essere concepito come un momento di grande gioia per tutto ciò che Dio ha fatto nel corso dei dieci giorni. Dedicare quanti più possibile del tempo per le testimonianze, gli insegnamenti/messaggi biblici sulla preghiera e i canti. Invitare l'assemblea a vivere un momento di preghiera affinché coloro che non hanno avuto modo di partecipare agli incontri quotidiani possano conoscere la gioia di pregare con gli altri. Per ulteriori idee, consultare lo schema sulla liturgia del sabato.

Dopo i Dieci giorni di preghiera

Pregate chiedendo a Dio in che modo intende che la tua chiesa/gruppo continui il percorso ha iniziato durante i dieci giorni di preghiera. Forse continuerete ad avere una riunione di preghiera settimanale. Oppure Dio suggerisce di iniziare un nuovo servizio nella chiesa o a favore del quartiere/collettività. Siate disposti a seguire Dio là dove vi indirizzerà. Camminare con Lui è sti-

molante e sorprendente. Il documento chiamato "Come condividere e dare una mano" è pieno di idee per il servizio.

Testimonianze

Rendete note e condividete le esperienze su come Dio ha agito nei Dieci Giorni di Preghiera! Saranno di incoraggiamento per gli altri. Le esperienze possono essere condivise online all'indirizzo www.tendaysofprayer.org.

PREGARE INSIEME

Essere in sintonia

Quando qualcuno rivolge una richiesta a Dio, fate in modo che anche altri preghino per la stessa richiesta e la condividano: è un'esperienza che rende più forti! Non pensate che, se una persona ha rivolto a Dio la propria richiesta nessun altro debba farlo. "Vi dico anche: se due di voi sulla terra si accordano a domandare una cosa qualsiasi, quella sarà loro concessa dal Padre mio che è nei cieli." (Matteo 18:19). Quanto è incoraggiante elevare il proprio animo con la preghiera!

Appellarsi alle promesse di Dio

Incoraggiate il gruppo a fare appello alle promesse di Dio durante la preghiera. Quando ci appelliamo alle promesse di Dio, la nostra fede aumenta e ricordiamo a noi stessi che a Dio niente è impossibile. Siamo facilmente concentrati sui nostri problemi. Le promesse ci aiutano a distogliere lo sguardo dalle nostre debolezze e difficoltà per rivolgerlo a Gesù. Per ogni debolezza e per ogni conflitto vi è una promessa della Bibbia alla quale appellarsi. Incoraggiate i presenti a cercarle e a scriverle in modo da ricordarle in futuro.

Il digiuno

Durante i Dieci giorni di preghiera proponete a coloro che si uniscono a voi a prendere in considerazione una forma di digiuno, dalla TV, dai film, da Internet, dai dolci o da altri tipi di alimenti difficili da digerire. Proponete di impegnare il tempo così guadagnato per pregare e studiare la Bibbia, chiedendo a Dio l'aiuto necessario a dimorare più pienamente in Cristo. Una dieta semplice consente alla nostra mente di diventare più ricettiva alla voce dello Spirito Santo.

Il digiuno non è un modo per aumentare le possibilità di vedere Dio compiere un miracolo. Il digiuno serve a renderci umili e disponibili, in modo che Dio possa operare in noi e attraverso di noi. "Il digiuno e la preghiera sono utili e opportuni in determinate circostanze. Dio li usa per purificare il cuore e promuovere uno stato mentale ricettivo. Dio risponde alle nostre preghiere quando gli sottomettiamo la nostra anima". (Ellen G. White, *Medical Ministry*, p. 283). Sottomettiamoci a Dio e

Lo Spirito Santo

Chiedete allo Spirito Santo di mostrarvi in che modo pregare per la vita di una persona o in situazioni particolari. La Bibbia spiega che non sappiamo come pregare e che lo Spirito Santo è Colui che intercede per noi.

"Non dobbiamo solo pregare nel nome di Cristo, occorre anche chiedere l'ispirazione dello Spirito Santo. Paolo intende dire proprio questo quando scrive che lo Spirito "intercede egli stesso per noi con sospiri ineffabili". Romani 8:26. Dio si compiace di esaudire preghiere simili. Quando eleviamo una preghiera ardente in nome di Gesù, c'è già in questo fervore un pegno che Dio ci esaudirà "infinitamente al di là di quel che do-

mandiamo o pensiamo". Efesini 3:20". (Ellen G. White, *Parole di vita*, p. 147).

Tenere un diario

Tenere un diario di preghiera durante i Dieci Giorni di Preghiera può aiutare i partecipanti a interiorizzare il tema della preghiera quotidiana, ad assumere impegni concreti verso Dio e a riconoscere le Sue benedizioni. Scrivere le nostre preghiere e tenere un registro delle risposte di Dio è un percorso che permette di crescere.

Se lo riteneste opportuno, durante l'incontro di preghiera potreste lasciare del tempo affinché i presenti possano annotare le loro risposte a Dio nei loro diari di preghiera personali. Oppure potreste tenere un diario di gruppo con le richieste di preghiera e le risposte, usando un quaderno, un grande poster o online. È emozionante e incoraggiante guardarsi indietro e vedere come Dio ha risposto alle preghiere!

Rispetto

Incoraggiate un atteggiamento riverente. Ci stiamo avvicinando alla sala del trono del Re dell'universo. Non gestiamo questo momento di preghiera con negligenza nella nostra postura o nei nostri modi. Tuttavia, non è necessario che tutti si inginocchino sistematicamente. Se volete che le persone si sentano a proprio agio per il momento di preghiera, incoraggiate tutti a inginocchiarsi, a sedersi o a stare in piedi in base a come avvertono l'invito di Dio e a come si sentono a proprio agio.

Come pregare

Le preghiere dovrebbero essere brevi e pertinenti. In questo modo tutti posso-

no pregare. Limitate le vostre preghiere a poche frasi. Chi prega può riprendere la parola più volte. Le preghiere brevi rendono il tempo di preghiera interessante e consentono allo Spirito Santo di mostrare al gruppo in che modo pregare. Non è necessario aprire e chiudere ogni frase di preghiera ripetendo le formule di apertura come "Signore Iddio ti prego" e di chiusura come "Amen". Stiamo conversando con Dio e quindi pensiamo ad avere un dialogo con lui.

Il silenzio

Se siete responsabili della riunione non monopolizzate il tempo di preghiera. L'obiettivo è far pregare gli altri. I momenti di silenzio sono benefici e costruttivi, in quanto danno a Dio il tempo di parlare ai nostri cuori. Permettiamo allo Spirito Santo di operare e diamo a tutti un tempo sufficiente per pregare.

Il canto

Tra una preghiera e l'altra, un canto spontaneo rende l'incontro di preghiera più ricco. Cantare è anche un buon modo per passare da un momento di preghiera all'altra.

Accogliere richieste di preghiera

Durante l'incontro plenario non rivolgete all'assemblea l'invito a esprimere richieste pubbliche di preghiera. Invitate invece le singole persone di formulare le loro richieste durante la preghiera e incoraggiate gli altri partecipanti del gruppo di preghiera a unirsi alla richiesta nella propria preghiera. Chiedere di formulare pubblicamente le richieste di preghiera rischia di impegnare la maggior parte del tempo. Satana è felice quando riesce a farci parlare del problema invece di pregare per la sua soluzione. Succede

spesso che i membri del gruppo inizino a impartire consigli e a suggerire soluzioni. Dio è Colui che detiene il potere! Più preghiamo, più gli permettiamo di mettere in atto la sua volontà di salvezza.

La tua agenda giornaliera

È la cosa più importante! Come leader, assicurati di trascorrere ogni giorno del tempo ai piedi di Gesù, in prima persona, parlando con Lui e leggendo la Sua

Parola. Facendo della conoscenza di Dio una priorità assoluta nella tua vita, ti si aprirà un'esperienza davvero meravigliosa. "Dal segreto della preghiera derivò la potenza che scosse il mondo durante la Grande Riforma. Lì, con la pace della salvezza, i servi del Signore posarono i piedi sulla roccia delle Sue promesse" (Il gran conflitto, p. 210). Quando un leader prega, Dio opera nei cuori!

10 GIORNI DI PREGHIERA

RITORNARE ALL'ADORAZIONE PRESSO L'ALTARE

11-21 gennaio 2023

UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond



INTRODUZIONE

Benvenuti al percorso Dieci Giorni di Preghiera 2024. Siamo convinti che la preghiera è alla base del risveglio. Dio ha compiuto miracoli nelle scorse edizioni di questo percorso perché lo abbiamo cercato pregando e digiunando. Lo Spirito Santo ha promosso un risveglio, è stato all'origine di numerose conversioni, ha stimolato una nuova passione per l'evangelizzazione e ha permesso di ripristinare le relazioni infrante.

"Non ho mai sentito la vicinanza dello Spirito di Dio in questo modo prima d'ora".

(FRANCO B.)

"Dio ha salvato la mia famiglia grazie ai 10 giorni di preghiera".

(ADEBAYO O.)

"Durante i dieci giorni di preghiera, ho pregato per la mia famiglia non credente. Il nono giorno è venuta mia nipote di 20 anni e, per la prima volta nella sua vita, ha iniziato a farmi domande spirituali. Questa è stata

proprio la risposta alla mia preghiera!"

(FRAN J.)

"Abbiamo pregato affinché mio padre, che aveva abbandonato la fede e la nostra famiglia, potesse trovare la salvezza. Alla fine dei dieci giorni, per la prima volta dopo anni, è tornato a casa e ha chiesto perdono, cercando la riconciliazione e con l'intenzione di rimettere le cose a posto con l'aiuto di Dio".

(G.M.)

La voce di Dio ti ha chiamato al risveglio?
La Bibbia è piena di promesse per te:

2 Cronache 7:14 "Se il mio popolo, sul quale è invocato il mio nome, si umilia, prega, cerca la mia faccia e si converte dalle sue vie malvagie, io lo esaudirò dal cielo, perdonerò i suoi peccati e guarirò il suo paese".

Geremia 29:13. "Mi cercherete e mi troverete. Poiché mi cercherete con tutto il vostro cuore".

Gioele 2:32. "Chiunque invocherà il nome del Signore sarà salvato".

Giacomo 4: 8. "Avvicinatevi a Dio, ed egli si avvicinerà a voi".

Apocalisse 3: 20. "Ascoltate, io sto alla porta e busso. Se uno mi sente e mi apre, io entrerò e ceneremo insieme, io con lui e lui con me".

Qualunque fase della vita stiate attraversando in questo momento, Dio è più vicino di quanto pensiate. Vuole riversare le sue benedizioni sulla vostra famiglia, sulla vostra chiesa, sulla vostra comunità e sul vostro mondo!

IL TEMA PER IL QUALE PREGHIAMO: LA PREMINENZA DELLA FEDE – VIVERE LE VIRTÙ CRISTIANE IN TEMPI DIFFICILI

Andiamo di fretta e siamo preoccupati, spesso arrabbiati e confusi, sempre impegnati e affranti.

Queste sono alcune delle espressioni che molte persone nel mondo usano per descrivere la loro vita nella società frenetica di contemporanea. Se anche tu sei preoccupato per la tendenza che questo nostro mondo sta seguendo, ti invitiamo a intraprendere, per dieci giorni, un viaggio di preghiera nel cuore stesso di Dio, lì dove i fardelli vengono alleggeriti, le ferite sanate e dove possiamo ritrovare la forza. Sarai invitato a ricostruire l'altare personale presso il quale adorare il Dio vero e vivente, dato che ha promesso: " Voi m'invocherete, verrete a pregarmi e io vi esaudirò" (Geremia 29:12).

Ti capita mai di rimanere intrappolato dalla frenesia della vita, lasciando poco spazio ai momenti spirituali? Se desideri una vita spirituale più significativa e ap-

pagante, questi Dieci giorni di preghiera e di riflessione saranno preziosi per te.

Durante questi dieci giorni, avrai un'occasione unica: mettere da parte le cose che assilano la tua mente e la tua vita ma che non ti danno una vera soddisfazione, per concentrarci invece su ciò che è veramente importante per Dio. È un'opportunità per scegliere con consapevolezza di vivere con meno, per fare l'esperienza di ciò che conta davvero.

Durante questo viaggio, troverai suggerimenti pratici per aumentare la tua fiducia in Dio, arricchire la tua esperienza del Sabato e rafforzare la tua relazione quotidiana con Lui. Nel nostro percorso vogliamo educarci a una preghiera autentica, alla gentilezza delle azioni, alla gratitudine. Inoltre, acquisirai la determinazione, la passione e la perseveranza necessarie a raggiungere questo risultato.

Apriamo i nostri cuori e le nostre menti a Dio, invitando il Suo Spirito Santo ad entrare nella nostra vita durante questi dieci giorni. Attraverso questo processo, preghiamo per essere trasformati e rinnovati, per diventare testimoni autorevoli dell'amore di Dio che cambia la vita.

Preghiamo insieme per un risveglio dei nostri momenti di culto personali e familiari, affinché lo Spirito Santo possa riformarci e darci la capacità di proclamare il messaggio finale di speranza di Dio al mondo!

SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- Le preghiere devono essere brevi. Le preghiere devono essere brevi. Bastano una o due frasi per argomento per poi dare agli altri la possibilità di pregare. Poi ciascuno potrà tornare

a pregare tutte le volte che desidera, come in una conversazione con Dio.

- Non abbiate paura dei momenti di silenzio: consentono di ascoltare la voce dello Spirito.
- Vi è una benedizione anche nel canto comunitario, secondo quanto lo Spirito ci suggerisce. L'accompagnamento di uno strumento non è indispensabile. Il canto "a cappella" è altrettanto efficace.
- Pregate per i soggetti che vi stanno a cuore, non perdetevi tempo nell'esorarli. Gli altri si assoceranno a voi, riprendendo le vostre richieste e invocando il compimento delle promesse per rispondere ai vostri bisogni.

APPELLARSI ALLE PROMESSE

Dio ci ha fatto molte promesse nella sua Parola. È nostro privilegio invocarle nelle nostre preghiere. Tutti i Suoi comandamenti e i Suoi consigli sono anche delle promesse. Non ci chiede di fare cose che noi non possiamo fare con la forza che ci concede.

Quando preghiamo siamo tentati di concentrarci sui nostri bisogni, le nostre difficoltà, le nostre prove. È facile lamentarci della situazione in cui ci troviamo, commiserandoci. Questo non è il fine della preghiera. La preghiera serve a rafforzare la fede. Ecco perché, nella preghiera, vi raccomandiamo di appellarvi alle promesse di Dio. Distogliete lo sguardo da voi stessi e dalle vostre debolezze e guardate Gesù. Contemplandolo, sarete trasformati a sua immagine.

"Ogni promessa della Parola di Dio è per noi. Nelle vostre preghiere, ricordate le parole pronunciate da Jehovah e, per fede, appellatevi alle sue promesse. Egli ci assicura che a chiedendo con fede, ri-

ceveremo ogni benedizione spirituale. Siate perseveranti nelle vostre richieste e riceverete ciò che chiedete al di là di ogni immaginazione."

(IN HEAVENLY PLACES, P. 71).

Come appellarsi alle sue promesse? Per esempio, quando pregate per la pace, potete menzionare Giovanni 14:27 e dire: "Signore, nella Tua Parola hai detto, 'Vi lascio pace; vi dò la mia pace. Io non vi dò come il mondo dà. Il vostro cuore non sia turbato e non si sgomenti.' Concedimi la pace che hai promesso". E ricordatevi di ringraziare il Signore per la pace che vi dà, anche se non la sentite in quel preciso momento.

IL DIGIUNO

In questi dieci giorni vi proponiamo di digiunare come Daniele. Iniziare l'anno pregando e il digiunando è un modo straordinario di dedicare la nostra vita a Dio. Ellen White dice:

"Da ora e fino alla fine dei tempi i figli di Dio devono essere più ferventi e attenti, non confidando nella propria saggezza, ma soltanto in quella di Colui che li guida. Dovrebbero dedicare alcuni giorni al digiuno e alla preghiera. Un'astensione totale dal cibo può non essere necessaria, ma si dovrebbe mangiare in modo frugale cibo che sia il più semplice possibile."

(ELLEN G. WHITE, CONSIGLI SU CIBI E ALIMENTAZIONE, PP. 188, 189).

Conosciamo la storia di Daniele, che si nutrì esclusivamente di frutta e verdura per dieci giorni. Vi incoraggiamo ad adottare una dieta molto leggera durante questi dieci giorni. Eliminare lo zucchero, i cibi elaborati e raffinati e le bibite gassate ci può giovare a diversi livelli. Innanzitutto, mangiare cibi semplici significa trascorrere meno tempo nella preparazione dei pasti e avere più tempo da dedicare al Signore. In secondo luogo, lo stomaco digerisce con maggior facilità una dieta poco elaborata, di conseguenza saremo più lucidi. È noto che lo zucchero inibisce l'attività del lobo frontale, il centro del nostro pensiero. La nostra dieta non ci deve impedire di avere una chiara intelligenza della voce di Dio e di avvicinarci a Lui.

Digiunare non significa solo astenersi dal cibo. Vi invitiamo anche a digiunare da TV, film, giochi per computer e persino da Facebook e YouTube. Spesso attività che non sono di per sé stesse negative, come Facebook e YouTube, possono assorbire una parte considerevole del nostro tempo. Mettiamo da parte tutto, in modo da avere più tempo da trascorrere con il Signore.

Il digiuno non è un modo per ottenere più facilmente un miracolo da Dio. Digiunare significa mettersi umilmente a disposizione di Dio affinché possa operare in noi e attraverso di noi. Accostiamoci a Lui con la preghiera e il digiuno ed Egli ci sarà vicino.

LO SPIRITO SANTO

Chiedete allo Spirito Santo di mostrarvi in che modo pregare per la vita di una persona o in situazioni particolari. La Bibbia spiega che non sappiamo come pregare e che lo Spirito

Santo è Colui che intercede per noi.

“Non dobbiamo solo pregare nel nome di Cristo, occorre anche chiedere l'ispirazione dello Spirito Santo. Paolo intende dire proprio questo quando scrive che lo Spirito “intercede egli stesso per noi con sospiri ineffabili”. Romani 8:26. Dio si compiace di esaudire preghiere simili. Quando eleviamo una preghiera ardente in nome di Gesù, c'è già in questo fervore un pegno che Dio ci esaudirà “infinitamente al di là di quel che domandiamo o pensiamo”. Efesini 3:20”.

(ELLEN G. WHITE,
PAROLE DI VITA, P. 147)

LA FEDE

Negli scritti di Ellen G. White leggiamo che “la fede e la preghiera possono compiere ciò che nessuna potenza terrena può realizzare”. (Ellen G. White, *Sulle orme del gran Medico* p. 277). Ci viene anche detto che “possiamo pregare per ogni dono promesso da Dio; quindi dobbiamo credere che lo riceveremo, e ringraziare il Signore di averlo ricevuto”. (Ellen G. White, *Principi di Educazione Cristiana*, p. 150). Perciò è bene abituarsi a ringraziare Dio in anticipo, mediante la fede, per quello che sta per compiere e per come risponderà alle nostre preghiere.

PREGATE PER GLI ALTRI

Durante questi dieci giorni, vi proponiamo di pregare in modo speciale per le persone che Dio ha voluto che facessero

parte della vostra vita. per cinque-sette persone che vorreste veder vivere una “vita più abbondante”. Possono essere parenti, amici, colleghi, vicini di casa o semplicemente conoscenti. Prendete del tempo e chiedete a Dio per chi vorrebbe che pregaste. Chiedetegli anche di concedervi un autentico slancio di vita per queste persone. Scrivete i loro nomi e teneteli a portata di mano, nella vostra Bibbia. Mettere per iscritto dei nomi determina effetti decisivi e rimarrete stupiti dell’opera compiuta da Dio in risposta alle vostre preghiere!

LA SFIDA DEI DIECI GIORNI DI PREGHIERA

Gesù ci invita non solo a pregare, ma anche a soddisfare i bisogni pratici di chi ci circonda. “Perché ebbi fame e mi deste da mangiare; ebbi sete e mi deste da bere; fui straniero e mi accoldeste; fui nudo e mi vestiste; fui ammalato e mi visitaste; fui in prigione e veniste a trovarmi” (Matteo 25:35-36).

Nel libro “Sulle orme del gran medico”, leggiamo: “Dobbiamo vivere una duplice esperienza di vita: una vita di pensiero e di azione, di preghiera silenziosa e di lavoro costante” (p. 279). Abbiamo ricevuto tanto amore dal nostro Salvatore e abbiamo il privilegio di condividere questo amore con amici, vicini di casa e sconosciuti nel bisogno.

Chiedete a Dio come voi e la vostra chiesa potete servire gli altri dopo i Dieci giorni di preghiera. Mentre lavorate per organizzare le attività di servizio, non permettete che questo vi distraga dal pregare. “Gli sforzi personali per gli altri devono essere preceduti da un’intesa vita di preghiera in segreto, perché il saper salvare le anime richiede una grande saggezza. Prima di parlare alla

gente, coltiviamo la comunione con Cristo! Implorate di fronte al trono della grazia la capacità di aiutare gli altri spiritualmente” (Parole di vita, p. 96).

Nelle risorse online dei Dieci giorni di preghiera troverete una scheda con numerose proposte di attività di evangelizzazione. Gesù vi invita a essere le sue mani e i suoi piedi in un mondo in difficoltà!

A PROPOSITO DELL’AUTORE

Frank M. Hasel, Ph.D., è un teologo e autore che svolge il proprio ministero come Direttore Associato dell’Istituto di Ricerca Biblica (BRI) presso la sede mondiale della Chiesa Avventista del Settimo Giorno a Silver Spring, MD. Nel suo ultimo libro, *Love Is! A Journey of Grief, Grace, and Gratitude* (Cascade, 2024), condivide la sua esperienza personale di lutto per la perdita della sua amata moglie dovuta ad un cancro, proponendo preziose riflessioni sulla natura del dolore e su cosa significhi perdere una persona cara nella vita.

Originario della Germania, è un pastore consacrato, ed è stato insegnante di Bibbia e decano di teologia in Europa prima di trasferirsi negli Stati Uniti. Frank vive con gioia il suo rapporto con Gesù, ama le conversazioni stimolanti, apprezza la gentilezza genuina, trova conforto nelle passeggiate nella natura e, ogni tanto, degusta con piacere gelati vegani.

Frank crede fermamente che gli insegnamenti della Bibbia siano la chiave per la felicità umana, redendo significativo ogni aspetto della vita.

Per rimanere in contatto con lui, puoi seguire il suo viaggio su Instagram (@frank.m.hasel) e Facebook (<https://www.facebook.com/Frank.M.Hasel>), o visita il suo sito web www.frankmhasel.com.

Altre risorse

Chi legge l'inglese può trovare ulteriori risorse sul tema dei messaggi dei tre angeli, visitando il sito www.threeangels.info.

Materiali preparati dall'Associazione Pastorale della Conferenza Generale degli Avventisti del 7° Giorno.

Salvo diversa indicazione, i testi biblici sono tratti dalla versione biblica "Nuova Riveduta" (NR).

10 GIORNI DI PREGHIERA

RITORNARE ALL'ADORAZIONE PRESSO L'ALTARE

11-21 gennaio 2023

UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond



NOTTE DI PREGHIERA

Potreste ritenere opportuno organizzare una liturgia di preghiera che duri una notte intera durante i Dieci giorni di preghiera, iniziando per esempio alle 18:00 e per concludere alle 6:00. Oppure scegliendo un altro orario che sia adatto al vostro gruppo.

PERCHÉ UNA NOTTE DI PREGHIERA?

Non c'è nulla di "santo" nello stare svegli e pregare per una notte intera. Tuttavia, la notte potrebbe essere l'unico momento in cui alcune persone non sono impegnate o non vadano di fretta. Il vostro scopo non dovrebbe essere quello di rimanere svegli tutta la notte, ma quello di pregare per tutto il tempo necessario e fino a quando non avrete pregato per tutto ciò per cui sentite che Dio vuole che preghiate.

Suggeriamo che diverse persone conducano la liturgia della notte. Assicuratevi di fare delle pause. I responsabili, devono saper valutare l'atmosfera e capire quando è necessario fare una pausa e quando passare al momento di preghiera successivo. Puoi anche prevedere la lettura di testi biblici. Potete includere tutti gli elementi suggeriti o solo alcuni di essi, a seconda di ciò che è meglio per il vostro gruppo. Sentite-

vi liberi di modificare il programma.

POSSIBILE PROGRAMMA PER UNA NOTTE DI PREGHIERA

Aprire l'incontro con un momento di lode. Lodate Dio nelle vostre preghiere e con i canti.

Dedicare un momento alla confessione. Prendetevi del tempo da dedicare ad una confessione silenziosa e personale facendo in modo che nulla impedisca a Dio di ascoltarvi. Date alle persone il tempo per una confessione personale ma prevedete anche la possibilità di avere un momento di confessione collettiva. Spiegate ai presenti che i peccati privati sono da riservare alla propria intimità mentre la confessione pubblica deve riguardare quelli pubblici. In Daniele 9:1-19, Daniele intercede e confessa pubblicamente i peccati del popolo di Dio.

Pregate per i bisogni delle persone che partecipano all'incontro di preghiera.

Tante persone soffrono o hanno bisogno di consolazione nella preghiera, oppure conoscono qualcun altro che ha un disperato bisogno di preghiera. Mettetevi in cerchio, disponete una sedia al centro e invitate coloro che hanno una richiesta di preghiera speciale a sedersi uno alla volta a condividere le loro richieste. Poi riunite-

vi intorno alla persona e chiedete a due o tre persone di pregare per il suo bisogno specifico e di invocare le promesse di Dio.

Dividete il gruppo in due. Chiedete alle donne di pregare in una stanza (con una responsabile femminile) e agli uomini di farlo in un'altra stanza (con un responsabile maschile). Alcune esigenze personali non possono e non devono essere condivise con tutti. È più facile avere un momento di condivisione con persone dello stesso sesso.

Dopo essere tornati insieme, **pregate per le necessità della collettività nel vostro territorio e della vostra chiesa.** Prendetevi anche del tempo per **le richieste di preghiera della chiesa mondiale** (elencate in un documento

separato nei materiali dei Dieci Giorni di Preghiera). Non pensate di dover includere tutto l'elenco. Potreste dividervi in piccoli gruppi e chiedere ad ogni gruppo di pregare per una parte dell'elenco.

Pregate per l'elenco di cinque o sette persone per le quali avete pregato in questi dieci giorni.

Scegliete un brano della Bibbia e fate del suo contenuto l'oggetto della vostra preghiera.

Concludete la vostra liturgia di preghiera notturna con un'altra sessione di lode e ringraziamento.

10 GIORNI DI PREGHIERA

RITORNARE ALL'ADORAZIONE PRESSO L'ALTARE

11-21 gennaio 2023

UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond



LA SFIDA DEL SERVIZIO E I DIECI GIORNI DI PREGHIERA

Gesù ci invita non soltanto a pregare ma anche a soddisfare le esigenze spirituali e materiali di coloro che vivono intorno a noi. “Perché ebbi fame e mi deste da mangiare; ebbi sete e mi deste da bere; fui straniero e mi accoglieste; 36 fui nudo e mi vestiste; fui ammalato e mi visitaste; fui in prigione e veniste a trovarmi” (Matteo 25:35, 36).

Nel libro Ellen White scrive: “Dobbiamo vivere una duplice esperienza di vita: una vita di pensiero e di azione, di preghiera silenziosa e di lavoro costante”. (p. 279) Il Salvatore ha dimostrato un amore senza confini nei nostri confronti e abbiamo il privilegio di condividere questo amore con parenti, amici, vicini e sconosciuti nel bisogno.

Vi incoraggiamo come singoli e come chiesa a chiedere a Dio in preghiera in che modo potete essere utili dando una mano agli altri dopo i Dieci giorni di preghiera. Scegliete una o più attività e diventate le mani e i piedi di Gesù. Non lasciate però che l'organizzazione di queste attività, vi distolga dalla preghiera. “L'impegno personale in favore degli altri deve essere preceduto da abbondanti preghiere personali; occorre acquisire

una grande saggezza per comprendere la scienza del salvare le anime. Prima di comunicare con gli uomini, comunicate con Cristo. Ricercate presso il trono della grazia celeste la preparazione necessaria a servire la gente.” (Preghiera, p. 313)

Abbiamo predisposto un elenco di attività con le quali potete mettervi al servizio degli altri. Scegliete quella che risponde meglio ai bisogni delle persone che vivono intorno a voi. Potete ovviamente anche impegnarvi in attività che non sono elencate qui.

Cucinate un pasto per qualcuno che è ammalato.

- Invitate un vicino/collega a un incontro sociale.
- Portate cibo a un senzatetto.
- Donate abiti che vorresti fossero donati a voi.
- “Adottate” una persona anziana, visitandola regolarmente e aiutandola nelle faccende domestiche, gli acquisti, la cucina o il lavoro in giardino.
- Fate del pane e condividetene una pagnotta con un vicino.
- Impegnatevi in progetti di collaborazione con il quartiere.

- Offritevi di stare con una persona malata o disabile in modo che i suoi familiari e i suoi accompagnatori abituali possano dedicarsi a qualche commissione personale.
- Presentatevi a un nuovo vicino portando un pasto. Fategli sentire che è il benvenuto nel quartiere.
- Acquistate generi alimentari e consegnateli a una famiglia bisognosa.
- Donate i vostri vecchi occhiali.
- Proponete di studiare la Bibbia insieme.
- Visitate le persone nelle case di cura.
- Invitate uno studente fuori sede a mangiare a casa vostra o al ristorante.
- Prendete appuntamento con un dirigente scolastico per proporgli di collaborare alla campagna ADRA Tutti i bambini del mondo a scuola
- Raccogliete vestiti per i bisognosi in vista dell'apertura, nella vostra chiesa, di uno sportello per la distribuzione di vestiti per chi ne ha bisogno.
- Donate il vostro vecchio laptop o altri dispositivi elettronici.
- Regalate la vostra auto usata.
- Organizzate un Salute Expo.
- Organizzate una serie di incontri evangelistici.
- Telefonate i vostri vicini e chiedete loro come stanno.
- Offrite a un conoscente un libro che ritenete possa piacergli.
- Distribuite i volantini GLOW (si possono ordinare qui: www.glowonline.org/glow).
- Invitate qualcuno ad accettare Gesù.
- Organizzate un corso di cucina.
- Distribuite libri di spiritualità e di evangelizzazione.
- Portate un piatto che avete cucinato a una persona che ha perso una persona cara.
- Verificate se nel vostro vicinato vi fosse un bambino straniero ha bisogno di ripetizioni o di essere seguito nello svolgimento dei compiti e offritevi di aiutarlo.
- Visitate un ammalato in ospedale per incoraggiarlo o aiutarlo.
- Leggete un libro ad una persona anziana.
- Visitate una casa-famiglia e offrite il vostro aiuto allo staff.
- Create un gruppo per cucire / lavorare a maglia / uncinetto, confezionando abiti per chi è nel bisogno.
- Leggete la Bibbia ad alta voce per una persona che non può vedere o leggere.
- Organizzate una serata per ragazzi a casa vostra.
- Pregate per gli adolescenti della vostra chiesa. Siate accoglienti nei loro confronti, salutatevi, fate loro capire che sono importanti per voi.
- Fate volontariato in un ricovero per persone maltrattate.
- Donate alcuni libri ad una casa-famiglia.
- Portate i bambini della vostra chiesa a visitare una casa di riposo, presentando un programma speciale per gli ospiti.
- Pianificate e organizzate una giornata divertente per bambini diversamente abili e le loro famiglie.
- Indite una giornata di pulizia del quartiere o di altre aree della città.
- Avviate un centro Vita e Salute nella vostra chiesa. Invitate amici e conoscenti.
- Chiedete a qualcuno se fosse disposto a unirsi a voi per guardare

10 GIORNI DI PREGHIERA

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

GESTIONE CRISTIANA DELLA VITA. UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

un video con un messaggio spirituale. Mentre lo fate, pregate silenziosamente che lo Spirito Santo parli al cuore di quella persona.

- Chiedete alla Fondazione Adventum di ricevere una formazione per aiutare chi è in difficoltà con il proprio bilancio familiare per i debiti o il gioco di azzardo.
- Diventate volontari di Hopemedia chiedendo come offrire il vostro contributo nella preparazione/diffusione di programmi.
- Chiedete all'Ente Osa in che modo potreste collaborare per sensibilizzare le persone a devolvere l'Otto

per mille alla Chiesa Avventista per permetterle di sostenere i progetti di aiuto alle famiglie e alle persone.

- Chiedete a CasAurora, il centro di accoglienza per familiari di persone in cura presso gli ospedali di Firenze, se vi fossero delle persone che hanno chiesto di essere seguite anche dopo il loro rientro a casa.
- Elaborate un vostro progetto personale.

Chi legge l'inglese trova maggiori suggerimenti sul sito: www.revivalandreformation.org/resources/witnessing

10 GIORNI DI PREGHIERA

RITORNARE ALL'ADORAZIONE PRESSO L'ALTARE

11-21 gennaio 2023

UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond



PROMESSE DELLA BIBBIA DA RIVENDICARE IN PREGHIERA

PROMESSE SULLO SPIRITO SANTO

“Chiedete al SIGNORE la pioggia nella stagione di primavera! Il SIGNORE che produce i lampi darà loro abbondanza di pioggia, a ciascuno erba nel proprio campo.” Zacc. 10:1

“Se voi, dunque, che siete malvagi, sapete dare buoni doni ai vostri figli, quanto più il Padre celeste donerà lo Spirito Santo a coloro che glielo chiedono!” Luca 11:13

“Ma il Consolatore, lo Spirito Santo, che il Padre manderà nel mio nome, vi insegnerà ogni cosa e vi ricorderà tutto quello che vi ho detto. (...) Quando sarà venuto, convincerà il mondo quanto al peccato, alla giustizia e al giudizio..” Giov. 14:26; 16:8

“In verità, in verità vi dico che chi crede in me farà anch'egli le opere che faccio io, e ne farà di maggiori, perché io me ne vado al Padre; 13 e quello che chiederete nel mio nome, lo farò, affinché il Padre sia glorificato nel Figlio. 14 Se mi chiederete qualche cosa nel mio nome io la farò.” Giov. 14:12-14

“Allora egli mi rispose: «Questa è la

parola che il SIGNORE rivolge a Zorobabele: 'Non per potenza, né per forza, ma per lo Spirito mio', dice il SIGNORE degli eserciti'.” Zacc. 4:6

PROMESSE RELATIVE A DIO CHE RISPONDE ALLE PREGHIERE

“Se dimorate in me e le mie parole dimorano in voi, domandate quello che volete e vi sarà fatto.” Giov. 15:7

“Accostiamoci dunque con piena fiducia al trono della grazia, per ottenere misericordia e trovare grazia ed essere soccorsi al momento opportuno.” Ebrei 4:16

“Perciò vi dico: tutte le cose che voi domanderete pregando, credete che le avete ricevute e voi le otterrete.” Marco 11:24

“poi invocami nel giorno della sventura; io ti salverò, e tu mi glorificherai.” Salmi 50:15

“{In verità} vi dico anche: se due di voi sulla terra si accordano a domandare una cosa qualsiasi, quella sarà loro concessa dal Padre mio che è nei cieli.” Matt. 18:19

“Tutte le cose che domanderete in preghiera, se avete fede,

le otterrete».” Matt. 21:22

“e quello che chiederete nel mio nome, lo farò, affinché il Padre sia glorificato nel Figlio. Se mi chiederete qualche cosa nel mio nome io la farò.” Giov. 14:13-14

“In quel giorno non mi rivolgerete alcuna domanda. In verità, in verità vi dico che qualsiasi cosa domanderete al Padre nel mio nome, egli ve la darà. Fino ad ora non avete chiesto nulla nel mio nome; chiedete e riceverete, affinché la vostra gioia sia completa.” Giov. 16:23-24

“Questa è la fiducia che abbiamo in lui: che se domandiamo qualche cosa secondo la sua volontà, egli ci esaudisce. Se sappiamo che egli ci esaudisce in ciò che gli chiediamo, noi sappiamo di avere le cose che gli abbiamo chieste.” 1 Giov. 5:14-15

PROMESSE RELATIVE AL POTERE DI DIO

“Vi è forse qualcosa che sia troppo difficile per il SIGNORE? Al tempo fissato, l’anno prossimo, tornerò e Sara avrà un figlio.” Gen. 18:14

“Il SIGNORE combatterà per voi e voi ve ne starete tranquilli.” Eso. 14:14

“Gesù fissò lo sguardo su di loro e disse: «Agli uomini è impossibile, ma non a Dio; perché ogni cosa è possibile a Dio.»” Marco 10:27

“Fedele è colui che vi chiama, ed egli farà anche questo.” 1 Tess. 5:24

“Io riconosco che tu puoi tutto e che nulla può impedirti di eseguire un tuo disegno.” Giob. 42:2

“Che diremo dunque riguardo a queste cose? Se Dio è per noi chi sarà contro

di noi? Colui che non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha dato per noi tutti, non ci donerà forse anche tutte le cose con lui?” Rom. 8:31, 32

“Dio non è un uomo, da poter mentire, né un figlio d’uomo, da doversi pentire. Quando ha detto una cosa non la farà? O quando ha parlato non manterrà la parola?” Num. 23:19

“Non lo sai tu? Non l’hai mai udito? Il SIGNORE è Dio eterno, il creatore degli estremi confini della terra; egli non si affatica e non si stanca; la sua intelligenza è imperscrutabile. Egli dà forza allo stanco e accresce il vigore a colui che è spossato. I giovani si affaticano e si stancano; i più forti vacillano e cadono; ma quelli che sperano nel SIGNORE acquistano nuove forze, si alzano a volo come aquile, corrono e non si stancano, camminano e non si affaticano.” Isa. 40:28-31

PROMESSE RELATIVE ALLA GUIDA DI DIO

“Non te l’ho io comandato? Sii forte e coraggioso; non ti spaventare e non ti sgomentare, perché il SIGNORE, il tuo Dio, sarà con te dovunque andrai.” Gios. 1:9

“Io sono con te, e ti proteggerò dovunque tu andrai e ti ricondurrò in questo paese, perché io non ti abbandonerò prima di aver fatto quello che ti ho detto.” Gen. 28:15

“Io mando un angelo davanti a te per proteggerti lungo la via, e per introdurti nel luogo che ho preparato.” Eso. 23:20

“Ma di là cercherai il SIGNORE, il tuo Dio, e lo troverai, se lo cercherai con tutto il tuo cuore e con tutta l’anima tua.” Deut. 4:29

“Invocami, e io ti risponderò, ti annuncerò cose grandi e impenetrabili che tu non conosci.” Gere. 33:3

“Ogni valle sia colmata, ogni monte e ogni colle siano abbassati; i luoghi scoscesi siano livellati, i luoghi accidentati diventino pianeggianti. Allora la gloria del Signore sarà rivelata e tutti, allo stesso tempo, la vedranno; perché la bocca del Signore l’ha detto.” Isa. 40:4, 5

“Io ti istruirò e ti insegnerò la via per la quale devi camminare; io ti consiglierò e avrò gli occhi su di te.” Salmi 32:8

“Il Signore cammina egli stesso davanti a te; egli sarà con te; non ti lascerà e non ti abbandonerà; non temere e non perderti d’animo.” Deut. 31:8

“Chi è l’uomo che teme il Signore? Dio gli insegnerà la via che deve scegliere.” Salmi 25:12

“Confida nel Signore con tutto il cuore e non ti appoggiare sul tuo discernimento. Riconosco in tutte le tue vie ed egli appianerà i tuoi sentieri.” Prov. 3:5, 6

“e tu supplisci ai bisogni dell’affamato e sazi l’afflitto, la tua luce spunterà nelle tenebre e la tua notte oscura sarà come il mezzogiorno; il Signore ti guiderà sempre, ti sazierà nei luoghi aridi, darà vigore alle tue ossa; tu sarai come un giardino ben annaffiato, come una sorgente la cui acqua non manca mai.” Isa. 58:10, 11

“Avverrà che, prima che m’invochino, io risponderò; parleranno ancora, che già li avrò esauditi.” Isa. 65:2

PROMESSE RELATIVE AL CAMBIAMENTO DEL CUORE

“Darò loro un cuore per conoscere me,

che sono il Signore; saranno mio popolo e io sarò loro Dio, perché si convertiranno a me con tutto il loro cuore.” Gere. 24:7

“Il Signore, il tuo Dio, circonciderà il tuo cuore e il cuore dei tuoi discendenti affinché tu ami il Signore, il tuo Dio, con tutto il tuo cuore e con tutta l’anima tua, e così tu viva.” Deut. 30:6

Vi darò un cuore nuovo e metterò dentro di voi uno spirito nuovo; toglierò dal vostro corpo il cuore di pietra e vi darò un cuore di carne.” Ezech. 36:26

“E ho questa fiducia: che colui che ha cominciato in voi un’opera buona la condurrà a compimento fino al giorno di Cristo Gesù.” Fili. 1:6

“Se dunque uno è in Cristo, egli è una nuova creatura; le cose vecchie sono passate: ecco, sono diventate nuove.” 2 Cor. 5:17

“Sono stato crocifisso con Cristo: non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me! La vita che vivo ora nella carne, la vivo nella fede nel Figlio di Dio il quale mi ha amato e ha dato se stesso per me.” Gal. 2:20

“Or il Dio della pace vi santifichi egli stesso completamente; e l’intero essere vostro, lo spirito, l’anima e il corpo, sia conservato irreprensibile per la venuta del Signore nostro Gesù Cristo. 24 Fedele è colui che vi chiama, ed egli farà anche questo.” 1 Tess. 5:23, 24

PROMESSE RELATIVE AL PERDONO

“Se il mio popolo, sul quale è invocato il mio nome, si umilia, prega, cerca la mia faccia e si converte dalle sue vie malvagie, io lo esaudirò

dal cielo, perdonerò i suoi peccati e guarirò il suo paese." 2 Cron. 7:14

"Poiché tu, o Signore, sei buono, pronto a perdonare e misericordioso verso quanti t'invocano." Salmi 86:5

"Quando vi mettete a pregare, se avete qualcosa contro qualcuno, perdonate; affinché il Padre vostro, che è nei cieli, vi perdoni le vostre colpe." Marco 11:25

"Siate {invece} benevoli e misericordiosi gli uni verso gli altri, perdonandovi a vicenda come anche Dio vi ha perdonati in Cristo." Efes. 4:32

"Se confessiamo i nostri peccati, egli è fedele e giusto da perdonarci i peccati e purificarci da ogni iniquità." 1 Giov. 1:9

"«Poi venite, e discutiamo», dice il SIGNORE; «anche se i vostri peccati fossero come scarlatto, diventeranno bianchi come la neve; anche se fossero rossi come porpora, diventeranno come la lana»." Isa. 1:18

"Io, io, sono colui che per amore di me stesso cancello le tue trasgressioni e non mi ricorderò più dei tuoi peccati." Isa. 43:25

"Poiché io perdonerò la loro iniquità, non mi ricorderò del loro peccato." Gere. 31:34

"In lui abbiamo la redenzione mediante il suo sangue, il perdono dei peccati secondo le ricchezze della sua grazia." Efes. 1:7

PROMESSE RELATIVE ALLA VITTORIA SUL PECCATO

"Poiché tutto quello che è nato da Dio vince il mondo; e questa è la vittoria che ha vinto il mondo: la nostra fede." 1 Giov. 5:4

"Ma, in tutte queste cose, noi siamo più che vincitori, in virtù di colui che ci ha amati." Rom. 8:37

"Ma ringraziato sia Dio, che ci dà la vittoria per mezzo del nostro Signore Gesù Cristo." 1 Cor. 15:57

"Tu, non temere, perché io sono con te; non ti smarrire, perché io sono il tuo Dio; io ti fortifico, io ti soccorro, io ti sostengo con la destra della mia giustizia." Isa. 41:10

"Prendete oltre a tutto ciò lo scudo della fede, con il quale potrete spegnere tutti i dardi infuocati del maligno." Efes. 6:16

"Sono stato crocifisso con Cristo: non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me! La vita che vivo ora nella carne, la vivo nella fede nel Figlio di Dio il quale mi ha amato e ha dato se stesso per me." Gal. 2:20

"Infatti è Dio che produce in voi il volere e l'agire, secondo il suo disegno benevol." Fili. 2:13

"Io dico: camminate secondo lo Spirito e non adempirete affatto i desideri della carne." Gal. 5:16

"Il Dio della pace stritolerà presto Satana sotto i vostri piedi. La grazia del Signore nostro Gesù Cristo sia con voi." Rom. 16:20

"Non conformatevi a questo mondo, ma siate trasformati mediante il rinnovamento della vostra mente, affinché conosciate per esperienza quale sia la volontà di Dio, la buona, gradita e perfetta volontà." Rom. 12:2

"Non amate il mondo né le cose che sono nel mondo. Se uno ama il mondo, l'amore del Padre non è in lui." 1 Giov. 2:15

**PROMESSE RELATIVE
ALLA GUARIGIONE**

“Se tu ascolti attentamente la voce del SIGNORE che è il tuo Dio, e fai ciò che è giusto agli occhi suoi, porgi orecchio ai suoi comandamenti e osservi tutte le sue leggi, io non ti infliggerò nessuna delle infermità che ho inflitte agli Egiziani, perché io sono il SIGNORE, colui che ti guarisce.” Eso. 15:26

“Le sbarre delle sue porte siano di ferro e di bronzo e duri quanto i tuoi giorni la tua forza.” Deut. 33:25

“Benedici, anima mia, il SIGNORE e non dimenticare nessuno dei suoi benefici. Egli perdona tutte le tue colpe, risana tutte le tue infermità; salva la tua vita dalla fossa, ti corona di bontà e compassioni; egli sazia di beni la tua esistenza e ti fa ringiovanire come l’aquila.” Salmi 103:2-5

“Non ti stimare saggio da te stesso, temi il SIGNORE e allontanati dal male; questo sarà la salute del tuo corpo e un refrigerio alle tue ossa.” Prov. 3:7, 8

“Disprezzato e abbandonato dagli uomini, uomo di dolore, familiare con la sofferenza, pari a colui davanti al quale ciascuno si nasconde la faccia, era spregiato, e noi non ne facemmo stima alcuna. erano le nostre malattie che egli portava, erano i nostri dolori quelli di cui si era caricato; ma noi lo ritenevamo colpito, percosso da Dio e umiliato! Egli è stato trafitto a causa delle nostre trasgressioni, stroncato a causa delle nostre iniquità; il castigo, per cui abbiamo pace, è caduto su di lui e mediante le sue lividure noi siamo stati guariti.” Isa. 53:3-5

“Guariscimi, SIGNORE, e sarò guarito; salvami, e sarò salvo, poiché tu sei la mia lode.” Gere. 17:14

“Ma io medicherò le tue ferite, ti guarirò dalle tue piaghe”, dice il SIGNORE, “poiché ti chiamano la scacciata, la Sion di cui nessuno si cura”. Gere. 30:17

“Ecco, io recherò ad essa medicazione e rimedi, guarirò i suoi abitanti e aprirò loro un tesoro di pace e di verità.” Gere. 33:6

“Ma per voi che avete timore del mio nome spunterà il sole della giustizia, la guarigione sarà nelle sue ali; voi uscirete e salterete, come vitelli fatti uscire dalla stalla.” Mal. 4:2

“C’è qualcuno che è malato? Chiami gli anziani della chiesa ed essi preghino per lui, ungendolo d’olio nel nome del Signore: 15 la preghiera della fede salverà il malato e il Signore lo ristabilirà; se egli ha commesso dei peccati, gli saranno perdonati.” Giac. 5:14, 15

**PROMESSE RELATIVE
AL POTERE DI FARE LA
VOLONTÀ DI DIO**

“Perciò non ci scoraggiamo; ma, anche se il nostro uomo esteriore si va disfacendo, il nostro uomo interiore si rinnova di giorno in giorno. Perché la nostra momentanea, leggera afflizione ci produce un sempre più grande, smisurato peso eterno di gloria, mentre abbiamo lo sguardo intento non alle cose che si vedono, ma a quelle che non si vedono; poiché le cose che si vedono sono per un tempo, ma quelle che non si vedono sono eterne.” 2 Cor. 4:16-18

“Non ci scoraggiamo di fare il bene; perché, se non ci stanchiamo, miteremo a suo tempo.” Gal. 6:9

“Io posso ogni cosa in colui che mi fortifica.” Fili. 4:13

“Infatti è Dio che produce in voi il volere e l’agire, secondo il suo disegno benevolo.” Fili. 2:13

“Ed egli mi ha detto: «La mia grazia ti basta, perché la mia potenza si dimostra perfetta nella debolezza». Perciò molto volentieri mi vanterò piuttosto delle mie debolezze, affinché la potenza di Cristo riposi su di me.” 2 Cor. 12:9

PROMESSE RIGUARDO AD ESSERE TESTIMONI DI DIO

“Non vi spaventate, non temete! Non te l’ho io annunciato e dichiarato da tempo? Voi me ne siete testimoni. C’è forse un Dio fuori di me? Non c’è altra Rocca; io non ne conosco nessuna.” Isa. 44:8

“Sorgi, risplendi, poiché la tua luce è giunta, e la gloria del SIGNORE è spuntata sopra di te.” Isa. 60:1

“E tutto questo viene da Dio, che ci ha riconciliati con sé per mezzo di Cristo e ci ha affidato il ministero

della riconciliazione.” 2 Cor. 5:18

“Ma il SIGNORE mi disse: «Non dire: “Sono un ragazzo”, perché tu andrai da tutti quelli ai quali ti manderò e dirai tutto quello che io ti comanderò.” Gere. 1:7

“Ma voi riceverete potenza quando lo Spirito Santo verrà su di voi, e mi sarete testimoni in Gerusalemme, e in tutta la Giudea e Samaria, e fino all’estremità della terra.” Atti 1:8

“Ma voi siete una stirpe eletta, un sacerdozio regale, una gente santa, un popolo che Dio si è acquistato, perché proclamiate le virtù di colui che vi ha chiamati dalle tenebre alla sua luce meravigliosa.” 1 Piet. 2:9

“ma glorificate il Cristo come Signore nei vostri cuorib. Siate sempre pronti a rendere conto della speranza che è in voi a tutti quelli che vi chiedono spiegazioni.” 1 Piet. 3:15

10 GIORNI DI PREGHIERA

RITORNARE ALL'ADORAZIONE PRESSO L'ALTARE

11-21 gennaio 2023

UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond



LITURGIA DEL SABATO

Programmate l'ultimo sabato dei dieci giorni di preghiera per celebrare la bontà e la grande potenza di Dio. Parlate del modo in cui avete vissuto l'esperienza del potere della preghiera e del messaggio del Vangelo eterno durante gli ultimi dieci giorni. Rallegratevi per quello che Dio ha fatto, sta facendo e farà.

Ogni comunità ha esigenze specifiche, quindi vi invitiamo a collaborare con i dirigenti locali per elaborare un programma speciale per la vostra chiesa. Ecco alcuni possibili elementi da includere nel servizio di culto del Sabato a conclusione dei dieci giorni di preghiera.

TEMA:

Le priorità della fede: Vivere i valori cristiani in tempi difficili.

VERSETTO CHIAVE:

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

(MICHEA 6:8)

IDEE PER IL SERMONE:

Invitate un pastore, un anziano o un responsabile di un gruppo di preghiera a presentare un breve sermone sull'importanza dei valori cristiani (nell'insieme o uno in particolare), evidenziati nelle presentazioni dei Dieci giorni di preghiera.

[OPPURE]

Chiedete ad alcuni partecipanti dei dieci giorni di preghiera di offrire a turno dei riassunti di 1 o 2 minuti per ognuno dei giorni presentati. Condividete il titolo, il versetto principale e un pensiero chiave. (Pianificate in anticipo in modo che i riassunti siano di 1-2 minuti. Per la maggior parte delle persone, un minuto corrisponde a 125-150 parole pronunciate).

[OPPURE]

Chiedete a tre persone di età diversa di fare delle presentazioni di 5 minuti su come si svolge il proprio momento di devozione personale. Inoltre, chiedete a una o due famiglie di condividere alcune idee su come facilitare esperienze di coinvolgenti culti in famiglia. I giovani potrebbero anche aiutare con la musica o offrire testimonianze.

10 GIORNI DI PREGHIERA

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Concludete con un invito rivolto agli ascoltatori, affinché il tempo di devozione personale e il culto in famiglia diventino una priorità.

ALTRE IDEE:

Testimonianze di preghiere esaudite,

tempo di preghiera in piccoli gruppi, annuncio di future attività di preghiera o di servizio, messaggio per i bambini sull'adorazione e la preghiera quotidiana, momenti speciali di lode musicale, ecc.

10 GIORNI DI PREGHIERA

RITORNARE ALL'ADORAZIONE PRESSO L'ALTARE

11-21 gennaio 2023

UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond



RICHIESTE DI PREGHIERA DELLA CHIESA MONDIALE

- Signore, Ti preghiamo di far sì che un potente risveglio della pietà soffi sulla Tua chiesa negli ultimi giorni. Possiamo noi stare dalla parte della verità anche se i cieli dovessero cadere. Che questo risveglio abbia inizio da me.
- Signore, mostraci come essere coerenti nell'adorazione quotidiana, individualmente e come famiglia.
- Signore, apri i nostri occhi sulle distrazioni della nostra vita. Le cose che ci impediscono di concentrarci interamente su di Te. Donaci cuori dediti senza reserve all'adorazione.
- Signore, aiutaci a permetterti di svegliarci ogni mattina, non importa quanto presto, in modo che possiamo avere un tempo sufficiente e sereno da trascorrere con la Tua Parola e nella preghiera.
- Ti preghiamo di aiutarci a venire a Te così come siamo, con tutti i nostri sentimenti, le nostre imperfezioni, i nostri peccati e i nostri bisogni, e di permetterti di amarci, cambiarci e trasformarci nella persona che desideri che siamo.
- Signore, insegnaci come implorare un battesimo quotidiano dello Spirito Santo.
- Preghiamo affinché l'effusione dello Spirito Santo rafforzi la nostra testimonianza e ci renda capaci di impegnarci nell'opera che Tu ci hai dato da compiere prima del Tuo ritorno.
- Mostraci come amare la nostra famiglia con sacrificio e come fare discepoli per il Regno, a cominciare dai nostri figli e dai nostri cari.
- Preghiamo per avere la saggezza necessaria a cercare, comprendere e seguire la Parola di Dio. Insegnaci a condividere fedelmente parole di verità con gli altri.
- Signore, Ti preghiamo di rinnovare il nostro apprezzamento per le istruzioni che si trovano negli scritti ispirati di Ellen White.
- Preghiamo per la libertà religiosa e la libertà di coscienza in tutto il mondo. Signore, Ti preghiamo di aprire le porte all'annuncio della Tua Parola.
- Signore, fa' che la Tua chiesa mondiale accetti la chiamata a proclamare i messaggi dei Tre Angeli ad ogni nazione e lingua. Mostraci come incentrare tutti questi insegnamenti sull'amore e sulla rettitudine di Cristo.
- Signore, aiutaci a insegnare ai nostri giovani cosa significhi vivere i messaggi dei Tre Angeli.
- Signore, fa' che gli avventisti di tutto il mondo dichiarino "Io andrò" e raccolgano la chiamata a servirTi e a procla-

mare la buona novella della salvezza.

- Preghiamo affinché i medici, gli scienziati, i capi di governo e i funzionari della sanità pubblica abbiano saggezza per le molte decisioni che prendono.
- Preghiamo affinché gli avventisti di tutto il mondo offrano aiuto pratico e incoraggiamento a coloro che soffrono. Donaci coraggio, creatività e spirito altruista quando i nostri vicini hanno più bisogno di noi.
- Preghiamo per coloro che sono finanziariamente colpiti dalla perdita di posti di lavoro a causa dei cambiamenti dell'economia.
- Signore, Ti preghiamo di mostrare ai membri della Chiesa come aiutare coloro che lottano contro i problemi di salute mentale o l'isolamento.
- Preghiamo affinché i pastori e le chiese trovino il modo di far sì che i membri della chiesa preghino attivamente insieme. Signore, Ti preghiamo di riunire la Tua chiesa nell'adorazione e nel servizio.
- Preghiamo per un risveglio spirituale tra i giovani avventisti del settimo giorno che frequentano i college e le università di tutto il mondo. Possano essi diventare ambasciatori di Cristo.
- Preghiamo per il 69 per cento della popolazione della terra che non ha ancora conosciuto il Signore Gesù.
- Preghiamo per i 62 milioni di persone nelle 28 città meno raggiunte dell'ex Unione Sovietica (Divisione Euro-Asia).
- Preghiamo affinché Dio susciti missionari coraggiosi disposti a lavorare tra i 746 gruppi dei 20 paesi del Medio Oriente.
- Signore, Ti preghiamo di suscitare studenti, disposti a servirTi in luoghi difficili come i primi missionari valdesi.
- Preghiamo per i membri avventisti che affrontano persecuzioni o imprigionamenti a causa delle loro convinzioni.
- Preghiamo affinché i 202 milioni di persone nelle 41 città meno raggiunte della Divisione Asia-Pacifico meridionale conoscano Gesù.
- Preghiamo per il Dipartimento della Scuola del Sabato/Ministeri Personali di ogni chiesa locale che cercano di vivere il piano di Dio e raggiungono la collettività dei loro territori con un servizio amorevole, lo studio della Bibbia e la testimonianza personale.
- Preghiamo per l'Agenzia Avventista per lo Sviluppo e il Soccorso (ADRA) in quanto soddisfa i bisogni pratici in tutto il mondo.
- Preghiamo per i 16 milioni di persone nelle 6 città meno raggiunte della Divisione del Pacifico Meridionale.
- Preghiamo affinché lo Spirito Santo ci aiuti a sapere come raggiungere i 406 milioni di persone nelle 105 città meno raggiunte della Divisione Asia-Pacifico settentrionale.
- Signore, Ti preghiamo di benedire i Ministeri della Cappellania Avventista che mobilitano cappellani e volontari per visitare coloro che sono in prigione.
- Signore, preghiamo per i nostri insegnanti della Scuola del Sabato. Per favore, fate loro capire quanto è importante il loro lavoro per i nostri figli.
- Signore, cerchiamo la Tua guida per i numerosi Centri di Influenza, i programmi per la salute e la famiglia e i club scoutistici in tutto il mondo.
- Signore, Ti preghiamo di mostrarci come inviare più letteratura piena di verità (stampata ed elettronica) nelle nostre comunità. Preghiamo che le persone lo leggano e che lo Spirito Santo li convinca della verità biblica.
- Signore, ti chiediamo protezione per i missionari che lavorano in luoghi pericolosi.
- Per favore, suscite colportori evangelisti, studenti volontari, autori, specialisti dei media e so-

stenitori finanziari per diffondere parole di speranza e di vita.

- Preghiamo per le scuole, gli studenti e gli insegnanti avventisti di tutto il mondo. Fa' che queste scuole insegnino fedelmente la verità biblica e conducano i giovani alla missione, al servizio e a un rapporto salvifico con Cristo.
- Signore, donaci la saggezza per raggiungere le culture secolari senza interesse per la religione. Fa' che il Tuo Spirito Santo abbatta i muri che circondano i cuori secolari.
- Benedicici mentre raggiungiamo le persone schiave dell'adorazione degli spiriti, dell'idolatria e delle credenze animistiche. Aiutaci a capire la loro visione del mondo e a presentarli a un Salvatore personale.
- Signore, Ti preghiamo di ispirare gli avventisti del settimo giorno di tutto il mondo a pregare come mai prima d'ora. Insegnaci a proclamare le Tue promesse e ad aspettarti che Tu sposti le montagne quando preghiamo.
- Preghiamo per i 541 gruppi dei 18 paesi della Divisione Africa australe-Oceano Indiano. Per favore, conducili alla verità biblica.
- Mostraci come soddisfare i bisogni pratici e spirituali dei rifugiati. Possa la nostra chiesa essere conosciuta per il nostro amore per tutte le persone, non importa chi siano o da dove vengano.
- Ti chiediamo di suscitare missionari per fondare chiese per i gruppi degli 806 gruppi nei 20 paesi della Divisione Intereuropea.
- Per favore, radunate un esercito di lavoratori per fondare chiese per i 948 gruppi nei 38 paesi della Divisione Interamericana.
- Ti preghiamo di insegnarci a proclamare le nostre credenze fondamentali della Chiesa con chiarezza,

creatività e autenticità biblica. Possa l'amore di Gesù essere al centro di tutto ciò in cui crediamo.

- Signore, Ti preghiamo di preparare i giovani a fondare chiese per i 789 gruppi nei 9 paesi della Divisione Nord America.
- Ti chiediamo di preparare volontari per servire i 70 gruppi di persone nel Campo Israele.
- Ti chiediamo di suscitare missionari medici per fondare chiese tra gli 830 gruppi negli 11 paesi della Divisione dell'Africa Centro-Orientale.
- Ti chiediamo di suscitare uomini e donne di preghiera per intercedere per i 2.568 gruppi nei 4 paesi della Divisione dell'Asia Meridionale.
- Ti preghiamo di far sì che le nostre famiglie rivelino il Tuo amore nelle nostre case e comunità. Ti chiediamo di portare armonia nelle case, di guarire le relazioni spezzate, di proteggere i vulnerabili dagli abusi e di rivelare il Tuo potere santificante in situazioni apparentemente senza speranza.
- Ti chiediamo di suscitare infermieri e medici per fondare nuove chiese tra i 1.978 gruppi nei 22 paesi della Divisione dell'Africa centro-occidentale.
- Preghiamo per i 49 milioni di persone nelle 19 città meno raggiunte della Divisione Transeuropea.
- Preghiamo per i nostri figli. Ti preghiamo di dare loro la possibilità di stare coraggiosamente dalla Tua parte quando affrontano ostacoli e pressioni. Aiutali a fare scelte sagge e a difendere la verità.
- Insegnaci a seguire l'esempio disinteressato di Cristo venendo incontro alle necessità quotidiane delle persone a noi vicine. Preparaci a servire come missionari medici, volontari della comunità e amici dei bisognosi.

10 GIORNI DI PREGHIERA #1

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



VIVERE MEGLIO CON MENO

PRIMO GIORNO

"Guardate dunque con diligenza a come vi comportate; non da stolti, ma da saggi; recuperando il tempo perché i giorni sono malvagi."

(EFESINI 5:15,16)

DI PIÙ È VERAMENTE DI PIÙ?

Abbiamo riempito le nostre vite di tanti oggetti per i quali spendiamo e ci spendiamo. In una società dominata dal consumismo e dal marketing, siamo facilmente indotti a ritenere che quanto più possediamo, tanto più saremo felici. Siamo bombardati da una pubblicità invitante che ci induce a credere, erroneamente, che per essere felici dobbiamo avere tutto. A volte questo pensiero interferisce con il nostro impegno per Dio. Desideriamo servirlo, ma allo stesso tempo abbia-

mo paura di perdere le occasioni che si presentano sul nostro cammino. Perciò siamo disperatamente impegnati ad armonizzare il nostro desiderio di servire Dio con uno smisurato desiderio di possesso. Siamo intrappolati da un vortice di attività, in una corsa sfrenata, nella quale ci illudiamo di poter seguire Dio senza abbandonare tutto ciò che rivalessa con Lui nel catturare la nostra attenzione. Quando commettiamo l'errore di applicare questo pensiero sbagliato al nostro percorso con Dio, inganniamo noi stessi.

ESSERE DISPOSTI A RINUNCIARE

Non è possibile avere tutto: non si possono amare il mondo e le sue seduzioni insieme alle benedizioni di Dio. Pensarlo è un errore fatale. La mentalità consumistica contamina il nostro pensiero ed

ha effetti deleteri sulla nostra vita spirituale. Non possiamo mettere Dio al di sopra di tutto, come una ciliegina sulla torta, senza dargli lo spazio che gli spetta nell'affollato panorama delle nostre vite frenetiche. Dobbiamo essere disposti a vivere con meno per godere delle benedizioni derivanti dalle esperienze che contano di più. Dobbiamo mettere in secondo piano ciò che distoglie la nostra attenzione da Dio e assorbe le nostre energie fisiche, mentali e spirituali. Quando proviamo a destreggiarci tra programmi fitti di impegni con ritmi sempre più incalzanti, liste di cose da fare sempre più lunghe, ci ritroviamo fisicamente esausti e profondamente impoveriti da un punto di vista spirituale.

VIVERE CON MENO

Una vita caotica ti impedisce di vivere pienamente per Dio? Dato che un'esistenza zeppa di impegni lascia poco spazio al Creatore dell'universo, dobbiamo imparare ad apprezzare il giusto valore di una vita vissuta con meno. Non è possibile godere di maggiori benedizioni spirituali, dedicare più tempo alla preghiera, o a qualsiasi altra cosa nella nostra vita di fede cercando solo di versarle in un piatto già colmo di altre pietanze. Un tale sovraccarico porta solo ad un sentimento di vuoto. Dobbiamo invece prendere una decisione: scegliere di vivere con meno in modo da godere di più di ciò che conta per Dio. Vivremo meglio con meno!

Pregiamo.

IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i pros-

simi 30-45 min. in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO

"Guardate dunque con diligenza a come vi comportate; non da stolti, ma da saggi; recuperando il tempo perché i giorni sono malvagi."

(EFESINI 5:15,16)

"GUARDATE DUNQUE CON DILIGENZA A COME VI COMPORTATE; NON DA STOLTI, MA DA SAGGI"

Dio, nella nostra sofferenza, cerchiamo la Tua grazia e i Tuoi doni. La nostra vita è piena di troppe attività e distrazioni. Abbiamo bisogno di una riforma, di una decontaminazione, di ridefinire le nostre priorità e identificare le cose che contano veramente. Insegnaci in che modo vivere con meno per concentrarci su ciò che conta di più. Desideriamo es-

sere saggi di una saggezza che viene dall'alto. Guidaci. Amen.

“RICUPERANDO IL TEMPO”

Caro Gesù, hai sempre avuto un tempismo perfetto e sapevi cosa bisogna dire e fare in ogni momento della storia. Grazie per il Tuo ministero perfetto in questo mondo. Ti preghiamo di insegnarci come possiamo utilizzare al meglio il nostro tempo per Te, soprattutto nel contesto degli ultimi giorni. Mostraci dove sprechiamo il nostro tempo e donaci la vittoria sulle cose che occupano troppo spazio nella nostra vita. Amen.

“PERCHÉ I GIORNI SONO MALVAGI”

Dio, siamo consapevole che presto il mondo finirà. I segni sono evidenti. Eppure, a volte siamo così distratti dai nostri impegni, o dalle

nostre illusioni, che dimentichiamo che l'eternità è alle porte. Aiutaci ad avere un impegno totale verso di Te e verso il ministero che Tu hai predisposto per ognuno di noi. Riforma le nostre vite affinché siano in sintonia con la Tua volontà. Amen.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

10 GIORNI DI PREGHIERA #2

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



IL PERICOLO DI ESSERE IMPEGNATI PER DIO

SECONDO GIORNO

"Gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e insegnato. 31 Ed egli disse loro: «Venitevene ora in disparte, in un luogo solitario, e riposatevi un poco». Difatti era tanta la gente che andava e veniva, che essi non avevano neppure il tempo di mangiare. Partirono dunque con la barca per andare in un luogo solitario in disparte."

(MARCO 6:30-32)

IMPEGNATI A LAVORARE PER DIO

Viviamo in un mondo frenetico. Le pressioni della società moderna e del consu-

mismo ci hanno convinto che più siamo occupati, più saremo rispettati. L'agire in modo frenetico è diventato un indicatore della nostra serietà e del nostro desiderio di fare del bene e di andare avanti. Siamo così impegnati a *guadagnarci da vivere*, che abbiamo dimenticato di *vivere* e di goderci la vita, ed è questa la tragedia. Ed è ancora più tragico notare il pericolo che corrono molti sinceri fedeli impegnati a seguire Cristo: hanno trasferito questa mentalità frenetica nel lavoro per Dio. Spesso lo fanno con le migliori motivazioni. È vero il tempo stringe. Vogliamo raggiungere il massimo per Lui. Quindi, moltiplichiamo gli sforzi e gli impegni. Desideriamo essere buoni amministratori del nostro tempo e dei nostri talenti. È bello essere impegnati per Dio, e a volte siamo tentati di pensare che Dio ricompenserà il nostro

impegno per Lui. Solo per scoprire che nel nostro essere indaffarati per il Suo Regno, abbiamo perso di vista il nostro rapporto con il Redentore: una relazione vitale. Stiamo compiendo cose buone per abitudine, non per la potenza dello Spirito Santo. E più siamo impegnati, più ci riteniamo in sintonia con il volere di Dio. L'essere indaffarato diventa la nuova norma. Siamo così tanto impegnati a celebrare il nostro essere tanto indaffarati che ci perdiamo i momenti della vita che contano davvero. La frenesia esaurisce la nostra energia spirituale. La fretta è nemica di ogni relazione d'amore, specialmente quella con il Dio vivente della Scrittura. L'amore richiede che gli si dedichi del tempo, con calma, senza fretta.

IL DOVERE DI RIPOSARE

Non c'è da stupirsi che il Dio della Scrittura ci inviti ripetutamente a fermarci, a fare una pausa, a guardare ciò che Egli farà per il Suo popolo (2 Cronache 20:17; Salmi 37:7). Dio incoraggia i Suoi figli a non avere fretta. Egli sa quanto facilmente Lo perdiamo di vista quando la nostra mente è travolta dal vortice di delle nostre attività umane. Troviamo uno degli esempi più significativi che ci aiuta a capire il pericolo di un impegno totale per Dio nell'episodio in cui nostro Signore Gesù, durante il Suo ministero, si prende la libertà di riposare. Ellen White coglie magnificamente questo importante aspetto del Suo ministero con i Suoi discepoli: " Il grande impegno in favore degli altri aveva esaurito le loro forze fisiche e mentali, e ora avevano il dovere di riposarsi " (*La Speranza dell'Uomo*, p. 267).

La frenesia esaurisce la nostra vigoria spirituale e la nostra efficacia. La fretta è nemica del nostro amore per Dio. Invece di aggiungere impegni nella nostra

agenda, riduciamoli e facciamo spazio a un momento di riposo significativo per rinvigorire la nostra anima nella relazione con il nostro Creatore e Salvatore.

Pregiamo insieme.



IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE LA PAROLA DI DIO

"Gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e insegnato. 31 Ed egli disse loro: «Venitevene ora in disparte, in un luogo solitario, e riposatevi un poco». Difatti era tanta la gente che andava e veniva, che essi non avevano neppure il tempo di mangiare. Partirono dunque con la barca per andare in un luogo solitario in disparte."

(MARCO 6:30-32)

“VENITE VENE ORA IN DISPARTE”

Padre, siamo stati così occupati a fare la Tua opera che abbiamo dimenticato che è la Tua opera. Grazie per averci ricordato il nostro bisogno di andarcene in disparte, di fare una pausa, di riprendere fiato. Grazie perché non siamo macchine, ma esseri umani. Perdonaci quando abbiamo fatto del nostro lavoro un idolo o quando abbiamo costruito il nostro valore su quanto realizziamo per Te. Ti preghiamo di trasformare il nostro impegno in fedeltà. Amen.

“IN UN LUOGO SOLITARIO”

Signore, ci siamo circondati di troppo rumore, troppe cose, troppe distrazioni. Sia che passiamo il nostro tempo a lavorare per la Chiesa o in altre attività, riconosciamo il nostro bisogno di prendere le distanze e trascorrere del tempo a riflettere e riposarci lontano dagli impegni della vita. Ti preghiamo di darci la grazia necessaria per ritagliarci del tempo da soli con Te ogni giorno per respirare e concentrarci su ciò che conta veramente. Amen.

“RIPOSATEVI UN POCO”

Caro Gesù, quando eri su

questa terra, hai compreso il bisogno di riposo dell'umanità. Grazie per averci dato un esempio di vita equilibrata da imitare. Mostraci qual è il giusto riposo e come riposare periodicamente per ricaricarci e rimettere a fuoco le nostre priorità. Amen.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

10 GIORNI DI PREGHIERA #3

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



LA BENEDIZIONE DELL'ATTESA

TERZO GIORNO

"Fermatevi (...) e riconoscete che io sono Dio."

(SALMO 46:1)

RALLENTARE: UNA VIRTÙ BIBLICA

Nel nostro tempo caratterizzato dalla mobilità sistematica e dall'inquinamento acustico, niente è più importante della calma e della quiete. Nella nostra esistenza convulsa, la nostra attenzione è prigioniera delle urgenze della vita quotidiana. Ci siamo abituati a una mentalità da fast-food in cui ci aspettiamo di ottenere le cose nel modo più rapido possibile. Abbiamo dimenticato in che cosa consiste un'attesa paziente, e questa mancanza di pazienza si insinua nella nostra esperienza spirituale con effetti devastanti. Gli impulsi visivi e le distrazioni acustiche di

un'epoca iperconnessa rendono ancora più difficile il tentativo rallentare o di fermarci. A molti può sembrare strano dover imparare ad aspettare in silenzio e a concentrare i propri pensieri su tematiche divine mentre parliamo con Dio, ma è una virtù biblica da riconquistare. È fondamentale creare uno spazio di calma libero dai condizionamenti delle cose pressanti da fare per garantirsi il tempo necessario a coltivare la nostra relazione con Dio. Rallentare, fermarci, respirare, per ricordare a noi stessi le cure premurose di Dio. Aspettare con pazienza, senza innervosirci se Dio non risponde immediatamente alle nostre preghiere: dobbiamo tornare a praticare queste virtù.

I BENEFICI DELL'ATTESA

In tutta la Scrittura, troviamo uomini e donne di Dio in posizione di attesa. Gli

scrittori biblici spesso esprimono l'attesa con una domanda: "Fino a quando, Signore?" (Ab. 1:2; Dan. 8:13). Non c'è speranza senza attesa (Tito 2:13). Non c'è perseveranza senza attesa (Romani 5:3, 4). Non c'è pazienza senza attesa (Apocalisse 14:12). Non c'è desiderio senza attesa (Salmo 42:1). Non c'è vita senza attesa. Non c'è storia umana nella quale l'attesa non sia una componente importante. L'attesa fa parte dell'esistenza.

Aspettando spesso ci concentriamo sui problemi e le difficoltà sperando che passino. Ma aspettare non significa essere passivi, sedersi e non fare nulla; sperare che una situazione spiacevole in qualche modo si risolva. Nella prospettiva biblica, lo scopo principale dell'attesa è quello di far venire alla luce chi sono e chi sto diventando mentre sono costretto ad aspettare. L'esperienza dell'attesa mi pone di fronte a una decisione spirituale significativa: sto forse mettendo in dubbio la bontà e l'onnipotenza di Dio con la mia impazienza e le mie incertezze? O riconosco che l'attesa mi offre l'opportunità unica di diventare la persona che Dio desidera che io sia? L'esperienza dell'attesa, fa di me la persona che altrimenti non sarei mai stato.

Se la consideriamo da questo punto di vista, l'attesa diventa lo strumento con il quale Dio ci trasforma, plasmandoci secondo la Sua volontà. In questo modo, l'attesa è veramente espressione della bontà e della grazia di Dio. Ci aiuta a diventare più simili a Lui, che attende con grande pazienza, perché vuole perdere nessuno ancora suscettibile di essere salvato.

Preghiamo.



IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO

"Fermatevi (...) e riconoscete che io sono Dio."

(SALMO 46:1)

"FERMATEVI"

Dio, siamo stati inquieti. Ci siamo lasciati andare ad una logica che ci vuole super impegnati e alla fine ci logora. Siamo convinti che se così non fosse, allora in qualche modo il nostro valore ne esce sminuito. Oh, Dio, abbiamo bisogno del Tuo aiuto per rallentare, per imparare a stare semplicemente fermi. Le nostre menti sono vittime dalle aspettative sociali che ci

spingono in una folle corsa verso una metà indefinita. Aiutaci ad apprezzare la virtù della quiete e a godere delle benedizioni che essa comporta. Sussurra la parola "Fermati" all'orecchio dei animi impazienti.

Amen.

"RICONOSCETE CHE IO SONO DIO"

Caro Gesù, il fatto che Tu sia il nostro Dio e Signore ha enormi implicazioni per la nostra vita. Eppure, sembriamo riluttanti a fare di te il Signore di tutta la nostra vita. Vogliamo mantenere il controllo della nostra esistenza e non riusciamo a smettere di fare quello che stiamo facendo. Insegnaci che Tu, l'Onnipotente Creatore, Colui che riempi l'eternità, sei il Signore e sei in grado di condurre noi e i nostri progetti oltre ogni nostra immaginazione se solo sapremo fermarci, aspettare e riconoscerti per quello che sei.

Amen.

- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.

10 GIORNI DI PREGHIERA #4

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



LA LIBERTÀ DI UNA VITA VISSUTA CON SEMPLICITÀ

QUARTO GIORNO

"E quando digiunate, non abbiate un aspetto malinconico come gli ipocriti; poiché essi si sfigurano la faccia per far vedere agli uomini che digiunano. Io vi dico in verità: questo è il premio che ne hanno. Ma tu, quando digiuni, ungiti il capo e lavati la faccia, affinché non appaia agli uomini che tu digiuni, ma al Padre tuo che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, te ne darà la ricompensa."

(MATT. 6:16-18)

IL DIGIUNO APRE NUOVI ORIZZONTI

Il digiuno è un altro modo per fare uno spazio a Dio nella nostra esistenza. Digiunare significa riordinare i nostri pensieri e la nostra vita, lasciando che lo Spirito Santo agisca in noi, permettendoci di concentrarci su Dio e sulla Sua Parola. La Bibbia fa spesso riferimento al digiuno in relazione alla preghiera. Gesù digiunò prima di iniziare il Suo ministero pubblico (Matteo 4:2; Luca 4:2). Gli apostoli digiunavano e pregavano per chiedere a Dio la Sua guida (Atti 13:2, 3), e nell'Antico Testamento il digiuno era spesso praticato da uomini e donne credenti (1 Re 21:9, 12; 2 Cronache 20:3; Esdra 8:21; Ester 4:3, 16; Isaia 58:6; Geremia 36:9; Daniele 9:3; Gioele 2:12; Giovanni 3:5; ecc.).

A differenza del digiuno praticato per motivi di salute, il digiuno biblico non riguarda l'osservanza di una dieta destinata a far perdere peso o a procurare benessere fisico. Il digiuno biblico è il frutto di una volontà precisa: astenersi dal cibo e dalle attività che ci distraggono, per dedicare del tempo alla preghiera e a comunicare con Dio. Rinunciando temporaneamente a ciò che ci è familiare, otteniamo una nuova libertà spirituale. Durante il digiuno e la preghiera, il baricentro della vita quotidiana si sposta dalla soddisfazione dei propri bisogni e dall'attenzione rivolta alle nostre consuetudini verso l'ascolto ubbidiente di Dio. Il digiuno biblico esprime il nostro desiderio di accrescere la nostra dipendenza da Dio e di rivolgere l'attenzione alla dimensione spirituale. È molto di più che l'astenersi dal mangiare. In effetti, si tratta di una sfida nella quale mettiamo in gioco la nostra vita da vari punti di vista. Nel digiuno, esprimiamo la volontà di mettere Dio al primo posto riducendo le distrazioni che catalizzano la nostra attenzione e i nostri desideri. Dimostriamo di apprezzare la presenza di Dio nella nostra vita più di ogni altra cosa.

ASTENERSI E INCLUDERE

Come vivere una vita fatta di semplicità, in cui impariamo a concentrarci sulle cose che contano davvero? Proprio come dobbiamo fare attenzione a ciò che mangiamo, dobbiamo vegliare su ciò che mettiamo davanti ai nostri occhi e su ciò che entra nelle nostre orecchie. Ciò che ascoltiamo influenza i nostri pensieri tanto quanto ciò che vediamo. Quali tipi di musica, libri, podcast o siti web producono pensieri nocivi o occupano il tuo tempo con sollecitazioni diverse? Oltre ad astenerti da certi comportamen-

ti, potrebbe essere necessario adottare nuove abitudini per aiutarti a costruire e coltivare pensieri sani e benefici.

Una vita semplice, una mente serena, non provengono da ciò che il mondo ci invita a ricercare. Un cuore contento nasce dalla fiducia in Dio. Quando impariamo a concentrarci su di Lui, invece che su ciò che fanno gli altri, e impariamo a mettere da parte le cose che ci distraggono, scopriamo una vita semplice, di riposo e di pace con il nostro Creatore e Redentore.

Preghiamo.



IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO — MATT. 6:16-18

"E quando digiunate, non abbiate un aspetto malinconico come gli ipocriti; poiché essi si sfigurano la faccia

per far vedere agli uomini che digiunano. Io vi dico in verità: questo è il premio che ne hanno. Ma tu, quando digiuni, ungiti il capo e lavati la faccia, affinché non appaia agli uomini che tu digiuni, ma al Padre tuo che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, te ne darà la ricompensa."

"QUANDO DIGIUNATE"

Nostro amorevole Padre Celeste, grazie per averci messo a disposizione tutto ciò di cui abbiamo effettivamente bisogno. Nei nostri eccessi e nella nostra abbondanza, spesso dimentichiamo che l'abbondanza qualcosa non è per forza una cosa buona. Signore, il digiuno non ci viene naturale e quindi imploriamo la Tua forza per aiutarci a scegliere di astenerci dall'autocompiacimento e da qualsiasi altra realtà dannosa, che si tratti di cibo, musica, film, shopping, ecc. Inoltre, insegnaci a saper scegliere e a sostituire ciò che non è benefico con ciò che lo è. Aiutaci a scegliere uno stile di vita olistico e sano.

Amen.

"COME GLI IPOCRITI"

Oh Dio, desideriamo una trasformazione del cuore. Perdonaci per la nostra ipocrisia, perché ogni volta diciamo, insegniamo o predichiamo in un modo, e poi viviamo in un altro modo. Vogliamo agire per Te perché il nostro cuore che si è arreso a Te, motivato dall'amore, rinnovato dalla Tua misericordia e dalla Tua grazia e dalla presenza fedele dello Spirito Santo. Fa' che il nostro digiuno e tutte le nostre attività spirituali e quotidiane, siano una vera espressione della Tua presenza nei nostri cuori. Amen.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

10 GIORNI DI PREGHIERA #5

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



FOCALIZZARSI SU CIÒ CHE CONTA

QUINTO GIORNO

*"Voi dunque pregate così:
'Padre nostro che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome;
venga il tuo regno; sia fatta
la tua volontà, come in cielo,
anche in terra.'"*

(MATT. 6:9, 10)

RICENTRARE LA PREGHIERA

Concentrarsi su Dio e sulle cose che contano è importante anche nella nostra vita di preghiera. Spesso le nostre preghiere sono fiacche e improduttive perché si focalizzano solo su noi stessi. Preghiamo Dio per manifestargli i *nostri desideri*. Ci concentriamo la nostra attenzione sui *nostri* bisogni e sulle sfide che *affrontiamo* anziché rivolgerla a Lui.

Dio ci insegna a pregare con un obiettivo

vivificante e diverso. Il punto focale non è più la nostra "lista dei desideri", ma Dio stesso. Questa prospettiva è la chiave per una nuova esperienza di preghiera. Dio ci insegna a pregare prima di tutto per riconoscerLo come amico fedele del quale cerchiamo la compagnia, perché è importante per noi, non perché vogliamo ricevere qualcosa da Lui. *Chi Egli è*, è molto più importante delle cose che ci può dare. Per cui desideriamo parlarGli prima di tutto perché vogliamo conoscerLo. Senza di Lui, la nostra vita è sbilanciata e perde la giusta prospettiva. Il mio desiderio di stare con Lui dovrebbe essere più importante di qualsiasi cosa io possa chiedere. La Sua presenza e la sua essenza diventano il fulcro di una preghiera autentica.

TRASFORMATI DALLA PREGHIERA CENTRATA SU DIO

Dio ci insegna a pregare manifestandogli prima di tutto il nostro desiderio di stare con Lui. Questa preghiera non esordisce con i nostri desideri e le nostre richieste. Quando le richieste di preghiera non derivano da una relazione d'amore con Lui, esse ruotano intorno a noi stessi non intorno a Dio e alla Sua volontà. Una volta che abbiamo capito che il nostro rapporto con Dio deve occupare il centro della preghiera, le nostre richieste acquistano una prospettiva totalmente nuova. Iniziamo a pensare e a pregare dal punto di vista di Dio. Iniziamo a guardare le nostre richieste, i nostri desideri e tutta la mia vita attraverso i Suoi occhi. Questa prospettiva nobilita la preghiera. Eliminare dalla preghiera la dimensione relazionale la rende unilaterale, egoista e inadeguata. La preghiera centrata su Dio ci aiuta a liberare i nostri pensieri dall'ossessione per noi stessi. Ci permette di diventare sinceri con Dio. Illuminati dal Suo amore e dalla Sua santità, incominciamo a vederci in modo diverso. Il vero scopo della preghiera non è l'esaudimento dei nostri desideri, ma l'approfondimento del nostro rapporto con il Dio che cambia la vita. È così facile chiedere qualcosa a Dio prima di aver goduto della Sua compagnia.

Quando ci concentriamo sul carattere di Dio, sulle Sue qualità e su ciò che è in grado di fare, quando con parole nostre manifestiamo la nostra adorazione, le preghiere si riempiono di vita spirituale, ammirazione e timore. Non sono più centrate sui nostri problemi, ma su Dio, che conosce tutte le nostre necessità. Questa preghiera ci introduce in Sua presenza e

non serve a cambiare Dio ma a cambiare noi stessi. Perché non inizi a pregare in questo modo? Ti cambierà la vita.

Pregiamo.

IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO— MATT. 6:9, 10

*"Voi dunque pregate così:
"Padre nostro che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome;
venga il tuo regno; sia fatta
la tua volontà, come in cielo,
anche in terra."*

"PADRE NOSTRO CHE SEI NEI CIELI, SIA SANTIFICATO IL TUO NOME"

*Nostro amato Padre Celeste,
Tu sei Dio. sei l'Onnipotente,
l'Onnisciente, Sei meraviglioso
e sublime. Tu sei la Veri-*

tà, la Rettitudine e l'Amore. Desideriamo conoscerTi meglio. Desideriamo apprezzare ogni giorno il Tuo carattere, le Tue capacità, la Tua personalità e la Tua volontà. Liberaci dal nostro egocentrismo e fa' in modo che le nostre preghiere siano centrate su di Te. Amen.

"VENGA IL TUO REGNO; SIA FATTA LA TUA VOLONTÀ"

Signore, noi desideriamo offrire la nostra fedeltà assoluta al Tuo Regno. Tu regni nell'amore, nella verità, nella giustizia e nella rettitudine. Le nostre idee, i nostri piani e i nostri metodi sono imperfetti, ma la Tua volontà è sempre perfetta. Rendi oggi il Tuo Regno reale nei nostri cuori e nelle nostre

vite. Facci conoscere chi sei.

Amen.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

10 GIORNI DI PREGHIERA #6

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



DETERMINAZIONE, PASSIONE E PERSEVERANZA

SESTO GIORNO

"Non ci scoraggiamo di fare il bene; perché, se non ci stanchiamo, mieteremo a suo tempo."

(GALATI 6:9)

DETERMINAZIONE SPIRITUALE

Essere determinati è una virtù che non associamo spesso alle questioni spirituali. Eppure, nella nostra ricerca quotidiana della santità, è tanto importante quanto lo è in altri ambiti della vita, dallo sport all'apprendimento, alle transazioni commerciali. Senza determinazione è difficile ottenere risultati positivi. Essere determinati significa avere passione e perseveranza nel perseguire un obiettivo

a cui teniamo profondamente. Per raggiungere il nostro obiettivo, organizziamo la nostra vita in modo tale che nulla ci distolga da esso. È questa la determinazione di cui abbiamo bisogno nel nostro cammino spirituale con Dio, in particolare nella nostra vita di preghiera. Spesso non vediamo i risultati delle nostre richieste di preghiera perché non siamo determinati nel pregare. Forse ci distraiamo o ci scoraggiamo, oppure ci arrendiamo e non crediamo che Dio possa ascoltare e agire in modi che superano la nostra comprensione. In Luca 18, Gesù racconta ai Suoi discepoli la storia di una vedova che aveva portato una sua richiesta di giustizia davanti a un giudice ingiusto. Anche se il giudice non aveva alcun riguardo per Dio o per la donna, alla fine

accolse la richiesta della vedova a causa della sua insistenza (Luca 18:1-7). Dio non come il giudice ingiusto: non è indifferente alle nostre richieste di preghiera. Dio desidera intervenire molto più di quanto immaginiamo (Geremia 33:3).

Oggi abbiamo bisogno di persone che pregano, nelle nostre famiglie, nelle nostre aule, nelle nostre chiese e nelle nostre case. Non solo di quelli che parlano di preghiera, che affermano di credere nella preghiera, o che sanno dare ottime spiegazioni sulla preghiera. Abbiamo bisogno di persone che si prendano davvero il tempo di pregare!

INSISTENZA

Dio non interviene in base alle nostre esigenze di celerità e risparmio. Nella grande controversia tra Dio e Satana c'è bisogno di insistere nella preghiera. Dobbiamo essere appassionati e perseveranti nelle nostre preghiere perché i tempi di Dio spesso non sono in linea con la nostra comprensione umana. Dio prende di rado la via più facile per le Sue strategie. Non gli interessa trovare una via d'uscita comoda, ma quella migliore! Nelle nostre preghiere, non ridimensioniamo le nostre aspettative e non accontentiamoci di obiettivi minori. Quando insistiamo nelle nostre preghiere stiamo facendo la volontà di Dio.

Nello studio di mio padre, un evangelista e pastore molto capace, c'era una citazione di Ellen G. White che è rimasta impressa nei miei ricordi: "Le più grandi vittorie riportate dalla chiesa del Cristo o dai singoli cristiani non sono ottenute grazie all'abilità o all'educazione, alla ricchezza o all'appoggio umano, ma attraverso una preghiera personale, a tu per tu con Dio, animata da una fede

appassionata e tenace, capace di affermare il "potente braccio di Dio". (Patriarchi and Profeti, p. 166, corsivo mio).

Pregiamo.



IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO

"Non ci scoraggiamo di fare il bene; perché, se non ci stanchiamo, mieteremo a suo tempo."

(GALATI 6:9)

"NON CI SCORAGGIAMO DI FARE IL BENE"

Caro Gesù, Tu sei l'Essere più perseverante dell'universo. Non hai rinunciato al Tuo ministero di intercessione e di mediazione. Non importa ciò che Satana e i

peccatori ti imputano, Tu non cambi e, nell'amore, continui a farci dono di Te stesso. Siamo pieni di timore, oh Dio. Insegnaci questa perseveranza spirituale e disinteressata, in particolare nella nostra vita di preghiera. Aiutaci a lottare nella preghiera senza arrenderci. Amen.

e le decisioni della realtà quotidiana.

- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

“MIETEREMO A SUO TEMPO”

Dio di amore, Ti lodiamo per averci permesso di partecipare alla Tua missione su questo pianeta. Grazie per la gioia del servizio e per la gioia di essere impegnati nel portare le persone a Te. A volte ci sentiamo scoraggiati e pronti ad arrenderci, ma Ti preghiamo di darci la perseveranza e la determinazione spirituale necessarie a compiere l'opera per la quale ci hai chiamato. Grazie la tua benedizione e perché vedremo il frutto di questo ministero sacro. Amen.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà

10 GIORNI DI PREGHIERA #7

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



IL VALORE DELLA BONTÀ

SETTIMO GIORNO

"Da questo conosceranno tutti che siete miei discepoli: se avete amore gli uni per gli altri."

(GIOVANNI 13:35)

UNA QUALITÀ DECISIVA

Alla fine della vostra vita, per quale qualità del vostro carattere scegliereste di essere ricordati? Se doveste individuare un solo tratto per rappresentare ciò che siete e ciò che apprezzate maggiormente, quale scegliereste? Ci sono molte risposte possibili, ma c'è una prerogativa determinante del carattere di Dio che dovrebbe riflettersi in tutte le nostre vite. In Tito 3:4, la Bibbia dice che la bontà di Dio, il nostro Salvatore, ci è apparsa quando il Suo amore ci ha salvati.

La bontà di Dio. La bontà è un linguaggio universale che può essere compreso da vecchi e giovani, ricchi e poveri, maschi e femmine, sordi o ciechi. La bontà supera le barriere linguistiche. Ha un fascino universale, come la musica. Un sorriso amichevole, una mano tesa nei momenti di bisogno, l'offerta di un sostegno quando siamo demoralizzati e una parola di incoraggiamento: tutto ciò contribuisce a rendere le difficoltà della vita meno gravose e più supportabili. Essere gentili non costa molto, ma può rappresentare una differenza enorme nella vita di chi abbiamo di fronte, così come nella nostra vita. La bontà è vantaggiosa per tutti.

UN CRISTIANO DA AMARE

Gesù sapeva che la bontà dei Suoi discepoli sarebbe stata una possente testimonianza della loro fede. Poco prima di

essere tradito e della Sua passione, dopo aver lavato i piedi ai discepoli, Gesù disse: "Da questo conosceranno tutti che siete miei discepoli: se avete amore gli uni per gli altri" (Giovanni 13:35). Ellen White commenta questa affermazione come segue: "L'argomentazione più importante in favore del Vangelo è la vita di un cristiano buono e amabile." (*Sulle orme del gran medico*, p. 255). Quando trattiamo gli altri con bontà, il nostro amore può raggiungere i cuori superando i confini della religione, dell'etnia e dello status sociale. Credo che Dio ci abbia creati con il desiderio di ricevere e condividere la bontà, e che questo rifletta il carattere del Dio che adoriamo. In Giona 4:2 leggiamo che Dio è misericordioso e compassionevole, lento all'ira e di grande bontà. Il tema della bontà di Dio permea tutta la Bibbia, l'Antico e il Nuovo Testamento.

I nostri atti di bontà portano conforto e gioia non solo agli esseri umani, ma anche al cuore di Dio. La bontà non si focalizza sulle situazioni negative che ci circondano o che colpiscono gli altri. Essa rispecchia, invece, il carattere di Dio e il modo in cui Egli si comporta con noi. Concentriamoci su ciò che conta nella vita e facciamoci conoscere come persone buone con tutti.

Preghiamo.

IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi).

Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO — GIOVANNI 13:35

"Da questo conosceranno tutti che siete miei discepoli: se avete amore gli uni per gli altri."

(GIOVANNI 13:35)

"DA QUESTO CONOSCERANNO TUTTI CHE SIETE MIEI DISCEPOLI"

Dio, quanto spesso il nostro raggio d'azione missionario è sbilanciato? Mettiamo al centro la teologia, la profezia, le credenze fondamentali, lo stile di vita, ecc. E anche se queste cose sono buone, vere, importanti e hanno un ruolo e uno spazio importanti, Tu hai predicato e, soprattutto, hai dimostrato nei fatti che l'amore è la rivelazione più potente ed efficace della verità. Aiutaci a vivere l'amore e la bontà insieme alla verità, come fai Tu da sempre.

Amen.

“SE AVETE AMORE GLI UNI PER GLI ALTRI”

Caro Gesù, perdonaci per la nostra mancanza di amore disinteressato. Non abbiamo sondato fino in fondo l'amore manifestato sul Calvario. Perdonaci per quello che pensiamo l'uno dell'altro, per quello che diciamo l'uno dell'altro e per come ci trattiamo l'un l'altro. Ti prego, Signore, riempi di Tuo amore divino. Rendici ambasciatori di amore e bontà. Che le persone possano vedere Gesù in noi e nel modo in cui ci trattiamo gli uni gli altri e produciamo questo frutto dello Spirito nella nostra vita.

Amen.

- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.

10 GIORNI DI PREGHIERA #8

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



AVERE UN ATTEGGIAMENTO GRATO

OTTAVO GIORNO

"Perciò, ricevendo un regno che non può essere scosso, siamo riconoscenti e offriamo a Dio un culto gradito, con riverenza e timore!"

(EBREI 12:28)

UNA MENTALITÀ AFFERMATIVA

C'è un modo di pensare che molto importante per Dio. La Bibbia ci incoraggiati a coltivare questo atteggiamento gradito a Dio e che rappresenta una benedizione per noi. Si tratta della gratitudine. La lettera agli Ebrei dice: "Perciò, ricevendo un regno che non può essere scosso, siamo riconoscenti e offriamo a Dio un culto gradito, con riverenza e timore!" (Ebrei 12:28). Dio vuole insegnarci la gratitudine perché ha un

impatto costruttivo sulla nostra vita. Ci aiuta a concentrarci su ciò che è positivo. Come un muscolo, è un atteggiamento che si irrobustisce quando lo eserciti, riconoscendo le benedizioni ricevute.

Dio invita i Suoi figli ad essere persone riconoscenti. In 1 Tessalonicesi 5:18, l'apostolo Paolo scrive: "in ogni cosa rendete grazie, perché questa è la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi.". Ringraziare significa ricordare che qualcuno ha fatto qualcosa di buono per noi ed esprimere gratitudine con parole amorevoli. Coltivare un atteggiamento riconoscente ci permette di cogliere particolari meravigliosi nella natura e nelle altre persone. La riconoscenza ci permette di essere grati per le benedizioni più elementari senza pretendere la perfezione. Ed è importante perché, da questa parte

dell'eternità, nella vita non va mai tutto liscio. Ma si può amare la vita anche se non è perfetta! Noi incrociamo la bellezza e la accogliamo in molti modi. L'odore fragrante di un fiore, la grandiosità del cielo stellato in una notte limpida, la scintilla di affetto nello sguardo di un amico: tutto ci ricorda la magnificenza che Dio offre a coloro che Lo amano.

SPOSTARE L'ATTENZIONE

Esercitando la riconoscenza, spostiamo la nostra attenzione dalle cose immaginarie che non abbiamo alle vere benedizioni di cui godiamo. La gratitudine nasce dalla consapevolezza della generosità di Dio e implica la curiosità di esplorare le modalità speciali e sorprendenti in cui Egli ci rivela il Suo amore. Tale gratitudine allarga l'orizzonte della vita e aumenta la nostra capacità di provare piacere e soddisfazione.

Alcuni studi recenti hanno dimostrato che la riconoscenza non solo contribuisce al benessere di chi dona e di chi riceve, ma può avere effetti positivi anche per coloro che ne sono testimoni. Un gesto di riconoscenza tra due persone può far sentire coloro che lo osservano più coinvolti e più empatici nei confronti di entrambi, secondo un recente articolo del *New York Times*.¹ Perché non mettere in pratica ciò che Dio ci ha insegnato? Coltivare un atteggiamento riconoscente cambierà in positivo le nostre relazioni con le persone che ci circondano e farà del mondo un luogo più gradevole. Grazie a Dio per il dono della gratitudine.

Preghiamo.

¹ Christina Caron, "La gratitudine fa davvero bene", *New York Times*, 8 giugno 2023.



IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO

"Perciò, ricevendo un regno che non può essere scosso, siamo riconoscenti e offriamo a Dio un culto gradito, con riverenza e timore!"

(EBREI 12:28)

"SIAMO RICONOSCENTI"

Nostro Dio di amore, vogliamo impegnarci ad essere sufficientemente riconoscenti per tutto ciò che hai fatto per noi. L'eternità non basterà per rivolgerTi i ringraziamenti che ti spettano. Tuttavia, Ti preghiamo di accettare la nostra gratitudine. Ti chiediamo anche di aiutarci a mettere da parte

il cinismo, la critica e l'orgoglio, in modo da riconoscere le benedizioni per le quali essere grati. Aiutaci a prendere del tempo per esprimere riconoscenza nei Tuoi confronti e nei confronti degli altri, invece di dilungarci sulle nostre lamentele e le nostre pretese. Suscita in noi un atteggiamento genuino di riconoscenza.

Amen.

“RICEVENDO UN REGNO CHE NON PUÒ ESSERE SCOSSO”

Signore, Tu sei un Dio generoso. Non ci hai offerto solo la salvezza sostenendo un costo infinito, ma ci hai donato anche il Tuo regno. Non ci rendiamo conto della grandezza dei privilegi che Tu ci concedi. Ti preghiamo di mostrarci ogni giorno quale onore sia essere stati

adottati da Te come figli. Grazie per questo immenso amore e questa benedizione.

Amen.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

10 GIORNI DI PREGHIERA #9

Autore dei 10GP
Dr. Frank Hasel

LA PREMINENZA DELLA FEDE

Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

“O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?”

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONECRISTIANADELLAVITA.UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



IL SABATO: UNA BENEDIZIONE

NONO GIORNO

“Se tu trattieni il piede dal violare il sabato, facendo i tuoi affari nel mio santo giorno, se chiami il sabato una delizia e venerabile ciò che è sacro al SIGNORE, se onori quel giorno anziché seguire le tue vie e fare i tuoi affari e discutere le tue cause, allora troverai la tua delizia nel SIGNORE; io ti farò cavalcare sulle alture del paese, ti nutrirò della eredità di Giacobbe tuo padre», poiché la bocca del SIGNORE ha parlato.”

(ISAIA 58:13, 14)

UN SEGNO DI RICONOSCIMENTO

Il riposo settimanale del sabato è una vera benedizione per la vita umana. Il giorno del Signore ci ricorda le nostre origini e che Dio è il nostro Creatore (Esodo 20:8-11). Testimonia della grazia di Dio che, come Salvatore amorevole, liberò il Suo popolo dalla schiavitù (Deuteronomio 5:12-15). La celebrazione del sabato è un quindi segno di riconoscimento importante che ci identifica. Un'identità che non ci viene dal successo economico o dal nostro livello di produttività, né dal nostro essere datori di lavoro o dipendenti. Il sabato è l'invito di Dio a riposare in Lui e a godere di ciò che Egli ci ha donato per grazia.

Dobbiamo intendere il sabato come un momento da vivere senza affanni, nel

quale riposarci dalla fretta, dalla necessità di apparire e dall'impellenza del fare. Osservando il sabato, ogni settimana dichiariamo con il cuore e con la mente che Dio è più importante della lista di cose da fare e della nostra produttività. Il cambiamento delle nostre priorità e della nostra lealtà diventa visibile e tangibile. Il sabato ci permette di rallentare e riposare alla presenza di Dio. Ci permette di godere della promessa che Egli è sufficiente per la nostra vita. Tuttavia, riposare affidandoci all'amore e alle cure di Dio significa molto più che astenersi dal lavoro e non essere impegnati in attività commerciali (un'importante espressione della nostra lealtà nei confronti di Dio). Il riposo del Signore si vive ricercando una comunione significativa con il nostro Creatore. Imparando a riposare nella concretezza dell'amore inesauribile di Dio e facendo della Sua bontà il nostro obiettivo, proviamo gioia, pace e nasce in noi il desiderio di adorarlo con tutto il nostro essere.

Così, l'osservanza gioiosa e fedele del sabato diventa un segno di riconoscimento di chi siamo e a chi apparteniamo. Vivere la spiritualità del sabato con momenti di pace, gioia e calma è molto di più che astenersi dal lavoro. Essa comporta una pianificazione che durante la settimana ci prepara per il momento culminante dello Shalom. Il sabato crea una contro-cultura significativa che diventa visibile in uno stile di vita diverso. Il sabato ci protegge dal consumismo. Siamo invitati a fermarci e onorare Dio, la Sua bontà e la Sua grazia anziché imporci di guadagnare sempre di più in una corsa senza fine per il potere e il dominio, in netto contrasto con il nostro orgoglio e il nostro egoismo. Con il sabato, diventiamo allievi di Gesù Cristo, che osservava il sabato come era Sua abitudine (Luca 4:16).

Santificare il giorno del Signore, metterlo da parte e dedicarlo a Dio per il Suo scopo speciale ci aiuta a concentrarci su ciò che conta veramente nel nostro cammino spirituale con Gesù. Il sabato non è solo un giorno per dormire fino a tardi e non fare nulla; è un giorno nel quale adorare l'unico vero Dio e quindi diventa il segno che abbiamo riorientato la nostra vita verso il Dio vivente della Scrittura.

Pregiamo.

IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO

"Se tu trattiene il piede dal violare il sabato, facendo i tuoi affari nel mio santo giorno, se chiami il sabato una delizia e venerabile ciò che è sacro al SIGNORE, se onori quel giorno anziché seguire le tue vie e fare i

tuoi affari e discutere le tue cause, allora troverai la tua delizia nel SIGNORE; io ti farò cavalcare sulle alture del paese, ti nutrirò della eredità di Giacobbe tuo padre», poiché la bocca del SIGNORE ha parlato.”

(ISAIA 58:13, 14)

“SE CHIAMO IL SABATO UNA DELIZIA”

Padre, che dono incredibile ci hai fatto con il sabato. Grazie perché non averci destinati a una vita di impegni 24 ore su 24, 7 giorni su 7, e per averci creati per vivere la comunione, la benedizione e la pace con Te in modo speciale ogni settimo giorno. O Dio, spesso abbiamo fatto del sabato il giorno più impegnativo della settimana e abbiamo perso di vista il suo scopo. Perdonaci. Insegnaci a santificare il giorno del Signore e fanne una delizia per tutti coloro che appartengono alla nostra sfera di influenza.

Amen.

“ANZICHÉ SEGUIRE LE TUE VIE (...) E DISCUTERE LE TUE CAUSE”

Signore Gesù, Ti rendiamo onore e gloria, perché Tu sei santo e degno. Grazie perché il giorno del Signo-

re è un giorno in cui siamo liberi di concentrarci su di Te, sulla Tua Parola, sulla Tua Creazione e sull'essere una benedizione per gli altri. Eppure, troppo spesso, abbiamo trascorso queste ore sante piene di conversazioni oziose e di attività che non Ti onorano. Ti preghiamo di perdonarci. Insegnaci a rendere il giorno del Signore edificante, bello e santo.

Amen.

ALTRI SUGGERIMENTI PER LA PREGHIERA

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

10 GIORNI DI PREGHIERA #10

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond

LA PREMINENZA DELLA FEDE Vivere le virtù cristiane in tempi difficili

"O uomo, egli ti ha fatto conoscere ciò che è bene; che altro richiede da te il SIGNORE, se non che tu pratichi la giustizia, che tu ami la misericordia e cammini umilmente con il tuo Dio?"

Michea 6:8

10-20 gennaio 2024

GESTIONE CRISTIANA DELLA VITA. UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA



SII RICCO DI CIÒ CHE CONTA - SII PIÙ ANALOGICO

DECIMO GIORNO

"Facciamo attenzione gli uni agli altri per incitarci all'amore e alle buone opere, non abbandonando la nostra comune adunanza come alcuni sono soliti fare, ma esortandoci a vicenda, tanto più che vedete avvicinarsi il giorno."

(EBREI 10:24, 25)

UNA SPIRITUALITÀ ANALOGICA

La spiritualità biblica è analogica, non digitale. Si basa su pratiche personali e tangibili tra persone reali e il Dio vivente. Le cose tangibili sono per loro natura analogiche, non virtuali. Mentre il Dio

della Bibbia è invisibile all'occhio umano, Egli ci invita ad adottare abitudini analogiche molto specifiche che esprimono il nostro rapporto con Lui. Prendiamo ad esempio le nostre opere. Le cose pratiche che facciamo per Dio o per gli altri esseri umani sono sempre analogiche. Pensate all'osservanza del sabato. Rispettare la sacralità del sabato implica diverse attività analogiche precise come il riposo o l'adorazione. Riposarsi dalle attività secolari e fare scelte che riflettano la sacralità del giorno del Signore non è mai un'esperienza virtuale; è sempre analogica. Lo stesso vale per le esperienze di adorazione in comunione con esseri umani in carne e ossa in chiesa, il sabato mattina. Sebbene sia possibile partecipare a un servizio di culto digita-

le tramite Internet, l'esperienza di culto trova appagamento negli impegni analogici e nella condivisione con persone reali in luoghi fisici. Gli atti pratici e reali di bontà, grazia, perdono, compassione, timore reverenziale e adorazione hanno senso solo quando li sperimentiamo in modo analogico. Nessuna realtà virtuale può sostituire o superare il tocco umano analogico, un bacio, una mano che aiuta, il conforto di un abbraccio sincero, la gioia di una risata percepita fisicamente o l'energia di una stretta di mano accogliente. Non si può celebrare virtualmente la pratica della lavanda dei piedi, o mangiare e bere virtualmente gli emblemi della comunione. Con il suo esempio Gesù ha istituito un rito per essere ricordato fisicamente in un modo che possiamo toccare e gustare.

UNA FEDE TANGIBILE

Anche la pratica della preghiera e del digiuno, alla quale tutta la Scrittura ci invita, è un atto analogico nel tempo e nello spazio. La nostra fede in Dio ha sempre una dimensione analogica in cui diventa visibile. Mentre noi esseri umani possiamo fare ogni genere di cose virtualmente, il nostro rapporto con Dio e l'espressione del nostro cammino spirituale con Gesù non possono mai essere ridotti alla realtà virtuale.

Considera tutte le benedizioni che gli atti analogici della vita reale possono portare. "Le parole dette a tempo sono come frutti d'oro in vasi d'argento cesellato" (Proverbi 25:11). Una mano tesa a sostegno di un bisogno tangibile; un tocco gentile che dice: "Non sei solo!"; il valore di una cartolina o di una lettera scritta a mano che tieni tra le mani; l'estensione del perdono e della grazia immeritati che si traduce in una trasformazione della

relazione personale; la condivisione del cibo con chi ha fame; l'esperienza dell'ospitalità da parte di chi è in viaggio o non ha un posto dove soggiornare. Queste e molte altre benedizioni sono vissute in modo analogico. Goditi le conquiste del mondo digitale, ma ricorda di essere più analogico nella tua esperienza di fede.

Preghiamo.



IL MOMENTO DELLA PREGHIERA (30-45 MIN.)

I gruppi di preghiera pregano modi diversi. Ti incoraggiamo a trascorrere i prossimi 30-45 minuti in preghiera in gruppo, seguendo i suggerimenti dello Spirito Santo. Formulate brevi preghiere a mo' di dialogo (massimo 1-3 frasi). Così sarà possibile consentire al maggior numero di persone possibile di pregare anche più di una volta. Riportiamo sotto alcuni esempi di preghiera sul tema, tratti dalla Scrittura. Puoi pregare anche usando altri brani e includere altri argomenti in questo momento di preghiera. Nella "Guida per i responsabili" e nelle "Richieste di preghiera della Chiesa mondiale" trovate altre idee di preghiera.

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO

"Facciamo attenzione gli uni agli altri per incitarci all'amore e alle buone opere, non abbandonando la nostra comune adunanza come alcuni sono soliti fare, ma esortandoci a vicenda, tanto più che vedete avvicinarsi il giorno."

(EBREI 10:24, 25)

**“FACCIAMO ATTENZIONE
GLI UNI AGLI ALTRI PER
INCITARCI ALL’AMORE E
ALLE BUONE OPERE”**

Grazie Signore per averci rivelato in cosa consiste il vero amore. Grazie per esserti fatto uomo e per averci mostrato attraverso Gesù un amore supremo. Grazie, perché sei entrato nel nostro mondo e hai vissuto una vita analogica con noi e per noi. In quest’epoca digitale, ricordaci l’assoluta necessità di essere impegnati nel mondo analogico con atti di amore e di bontà. Dio, siamo troppo spesso dipendenti dai nostri dispositivi e dal mondo online. Liberaci, in modo che possiamo vivere per Te servendo gli altri.

Amen.

**“NON ABBANDONANDO
LA NOSTRA COMUNE
ADUNANZA”**

Padre, la pandemia del Covid-19 ha accelerato l’isolamento in cui il mondo digitale ci stava già conducendo da anni. L’illusione di una

vera connessione attraverso mezzi virtuali non sostituirà mai l’importanza e la benedizione delle interazioni reali, faccia a faccia. Ora che la pandemia è finita aiutaci a dare priorità alle relazioni umane dirette, dimostrando gentilezza, amore, cura e sostegno espressi con atti, parole e contatti tangibili.

Amen.

**ALTRI SUGGERIMENTI
PER LA PREGHIERA**

- **Ringraziamenti e lode:** Rendete grazie per le benedizioni di Dio specificandole e lodatelo per la Sua bontà.
- **Confessione:** Dedicate un momento alla confessione intima e silenziosa ringraziando Dio del Suo perdono.
- **Guida:** Chiedete a Dio la saggezza necessaria ad affrontare le difficoltà e le decisioni della realtà quotidiana.
- **La nostra chiesa:** Pregate per le esigenze della chiesa nel vostro territorio e mondiale (vedi elenco a parte con le richieste).
- **Richieste locali:** Pregate per le necessità concrete dei membri della Chiesa, della vostra famiglia e dei vicini.
- **Ascoltare e rispondere:** Prendetevi del tempo per ascoltare la voce di Dio e rispondere con lodi o canti.

10 GIORNI DI PREGHIERA

RITORNARE ALL'ADORAZIONE PRESSO L'ALTARE

11-21 gennaio 2023

UICCA.IT/10GIORNIDIPREGHIERA

Materiale preparato da
Dwain N. Esmond



RICHIESTE DI PREGHIERA DELLA CHIESA MONDIALE

“Ricòrdati del giorno del riposo per santificarlo.⁹ Lavora sei giorni e fa' tutto il tuo lavoro,¹⁰ ma il settimo è giorno di riposo, consacrato al SIGNORE Dio tuo; non fare in esso nessun lavoro ordinario, né tu, né tuo figlio, né tua figlia, né il tuo servo, né la tua serva, né il tuo bestiame, né lo straniero che abita nella tua città;¹¹ poiché in sei giorni il SIGNORE fece i cieli, la terra, il mare e tutto ciò che è in essi, e si riposò il settimo giorno; perciò il SIGNORE ha benedetto il giorno del riposo e lo ha santificato.”

(ESODO 20:8-11)

CAPIRE IL SABATO CORRETTAMENTE

Gli avventisti del settimo giorno sanno spiegare perfettamente il cambiamento storico del giorno del Signore dal settimo giorno della settimana al primo giorno della settimana. Ci capita però di essere meno capaci di dimostrare la bellezza e

la benedizione dell'osservanza del giorno del Signore. Per molti, il sabato si è deteriorato in una temibile routine legalistica in cui si astengono da certi lavori. Non è più una delizia che ci dà gioia nel nostro cammino con Dio. Se non riscopriamo gli aspetti piacevoli della lieta celebrazione del sabato, nessuno sarà invogliato a fare l'esperienza del sabato come benedizione di Dio. Il sabato, correttamente inteso, offre benedizioni mirabilmente pratiche a una generazione plasmata dall'uso delle nuove tecnologie in un'epoca di connessione digitale. Il giorno del Signore offre un'opportunità perfetta per chiarire le nostre scelte su come vivere nel presente. In un'epoca in cui poche persone pongono limiti agli sms, ai social media o ad altri usi della tecnologia digitale, il sabato ci offre l'opportunità di vivere un'esperienza che arricchirà anche il resto della nostra settimana lavorativa.

DISINTOSSICAZIONE DIGITALE

Sfogliare pagine web piene di contenuti multimediali ci mette a disposizione infinite informazioni, ma ci rende meno capaci di impegnarci in riflessioni profonde, senza distrazioni. Con l'abitudine

a navigare, a leggere in modo frettoloso e superficiale, la capacità di approfondire i concetti e di focalizzarli diminuisce. Diventa più difficile seguire una linea di pensiero e riflettere sulle parole e sulle vie di Dio. Il nostro rapporto con Lui ne risente sostanzialmente. Gesù dice che il nostro cervello è essenziale per esprimere il nostro amore per Dio (Marco 12:30). La tecnologia digitale non sviluppa i circuiti cerebrali necessari alla contemplazione, a focalizzarci nella preghiera e nelle altre dimensioni della vita spirituale. Per questo dobbiamo disintossicarci digitalmente, rallentare e riscoprire l'osservanza del sabato di Dio. Immaginate la benedizione di un intero giorno alla settimana nel quale spegnere i cellulari, i computer e i tablet, astenendoci

dal navigare sul web e dal controllare la posta elettronica, per dedicarci ad attività e relazioni che ci consentono di essere fisicamente e mentalmente presenti. Immaginate un giorno del Signore in cui diffondere la grazia di una conversazione attenta, concentrata sulla vostra famiglia e sugli amici. Immaginate un giorno di riposo in cui trovate il tempo necessario a riflettere sulla Parola di Dio in modo creativo e profondo. Immaginate un tempo di qualità in cui condividete le vostre intuizioni, le vostre esperienze con gli altri e ascoltando con attenzione e senza interruzioni le loro storie. Questa giornata vi riconnetterà a Dio, rinnoverà le nostre relazioni e abbellirà il nostro viaggio spirituale in modo affascinante e profondo.