

## Pasiuna

Malipayon nga pag abi-abi sa Napulo ka Adlaw sa Pag-ampo! Kami nagtuo nga ang pag-ampo mao ang sinugdanan sa pagpabag-o ug pagpabuhi. Ang Dios nagbuhat ug daghang mga milagro sa milabay nga mga tuig samtang kita nangita Kaniya sa pag-ampo ug pagpuasa. Ang Balaang Espiritu nagdala sa mga pagkakabig, nabag-o nga kadasig alang sa pag-ebanghelyo, nagpabuhi sa mga simbahan, ug nagpasig-uli sa mga relasyon. . Ania ang pipila ka mga testimonya gikan sa miaging tuig:

*Atol sa Napulo ka Adlaw sa Pag-ampo karong tuiga, ang Labing Gamhanan nga Diyos naghimo ug daghang katingalahang mga milagro. . . . Sa mga kasikbit nga dapit sa usa sa among simbahan, halos duha na ka tuig nga walay kuryente. . . . Busa sa miaging Napulo ka Adlaw sa Pag-ampo, ang church pastor sa simbahan nagdasig sa paghangyo sa simbahan sa pag-ampo kada buntag aron nga mabalik ang kuryente. Sa kahimayaan sa Dios, ang pag-ampo gitubag. (P.C.O.)*

*[Sa Napulo ka Adlaw sa Pag-ampo] dihay nabag-o nga pakigsaad, pagdasig, kasibot, ug pagkasinsero taliwala sa panon. Sa personal, nakit-an nako nga makapabag-o kini, ug labi pa sa panahon sa pagtapos sa usa ka mabungahon nga pag-ampo sa gabii! Nagkinahanglan kita ug daghang nga sama niini ka nindot nga mga tigum nga makapaduol kanato sa tiilan ni Jesus. (E.A.)*

*Ang akong pakigsaad ngadto sa pagbasa sa Kasulatan ug paggahin ug panahon sa pag-ampo dili kaayo seryoso. Human sa Napulo ka Adlaw sa Pag-ampo, gibag-o nako pag-ayo ang akong kinaiya bahin sa pag-ampo. Nagsugod ako sa paggahin ug daghang oras sa pag-ampo, pagdayeg sa Dios, pag-ampo alang sa uban, ug pagbasa sa Kasulatan. Naa koy hypertension, pero nimirus na. Gipasalamatan nako ang Kahitas-an. (H.R.)*

*[Atol sa Napulo ka Adlaw sa Pag-ampo, ang tanan nag-ampo alang sa usa ka higala nga adunay interbyu sa trabaho.] Gitanyagan siya sa trabaho—usa ka trabaho nga nagkinahanglan og usa ka tawo nga adunay pinakataas nga mga kwalipikasyon, apan gihatag kini kaniya. [Nahingangha kami sa] gibuhay sa Dios, human sa daghang tuig nga pagpaningkamot ug paghulat. Kapila na ta nag-ampo? Dili nato maihap. Gusto nakong dasigon kitang tanan sa pagpadayon sa pag-ampo tungod kay ang atong mga pag-ampo dili makawang kon kita motuo. (L.B.)*

Ang tingog ba sa Dios nagtawag kanimo sa pagpabuhi sa imong pagtoo? Ang Bibliya puno sa mga saad alang kanimo:

“Kon ang akong katawhan nga gitawag sa akong ngalan magmapainubsanon sa ilang kaugalingon, ug mag-ampo ug mangita sa akong nawong, ug motalikod gikan sa ilang dautang mga dalan, nan ako magapatalinghug gikan sa langit, ug magapasaylo sa ilang mga sala, ug magaaayo sa ilang yuta” (2 Cronicas 7:11). 14).

“Ug kamo mangita Kanako ug makakaplag Kanako, sa diha nga kamo mangita Kanako sa bug-os ninyong kasingkasing” (Jeremias 29:13). “

Ug ang tanan nga magatawag sa ngalan sa Ginoo maluwas” (Joel 2:32).

“Duol kamo sa Dios ug Siya moduol kaninyo” (Santiago 4:8).

“Tan-awa, nagatindog ako sa pultahan ug nagatuktok. Kon adunay makadungog sa Akong tingog ug moabli sa pultahan, Ako mosulod ngadto kaniya ug manihapon uban kaniya, ug siya uban Kanako” (Pinadayag 3:20).

Bisan asa ka sa kinabuhi karon, ang Dios mas duol kay sa imong gihunahuna. Gusto Niya nga ibubo ang Iyang mga panalangin sa imong pamilya, sa imong simbahan, sa imong komunidad, ug sa imong kalibutan.

## Tema sa Pag-ampo: “Apan Sa Dihang Mag-ampo Ka . . .”

Niining tuiga ang atong adlaw-adlaw nga mga pagbasa giandam ni Dr. Pavel Goia, editor sa Ministry Magazine. Gigamit niya ang mga sugilanon gikan sa iyang kaugalingon nga ministeryo sa pagsusi sa “Lord’s Prayer” ug uban pang mga pagtudlo ni Jesus. Sunda samtang iyang gihubad ang mas lawom nga kahulogan ug espirituhanong giya. Unsay kahulogan sa “pagbalaan” sa ngalan sa Diyos? Unsa ang kahulogan sa gingharian sa Dios dinhi sa yuta? Sa unsang paagi ang pagpasaylo sa uban makapausab sa atong relasyon sa Dios? Ug ang Dios ba ang nagduso sa tawo ngadto sa mga tentasyon?

Nag-ampo ka man sa tibuok kinabuhi o pipila lang ka adlaw, kini nga pagbasa nga puno ug mga sugilanon makapukaw sa imong pagbati sa panginahanglan ug tinguha nga mahibalag si Jesus pinaagi sa adlaw-adlaw nga pagluhod.. Basaha nga dunay pagsabot ug itakin ang imong Bibliya. Ug kon mahimo, pangitag grupo sa mga magtutuo nga mag-ampo uban niining napulo ka adlaw. Kay sa dihang ang duha o tulo magtigom sa ngalan ni Jesus, mahitabo ang mga milagro!

### **Gisugyot nga mga Giya alang sa Oras sa Pag-ampo**

- Himoa nga mubo ang imong mga pag-ampo—usa lang o duha ka linya sa usa ka topiko. Dayon ihatag na pud sa uban. Mahimo kang mag-ampo sa makadaghang higayon nga imong gusto, sama sa imong pag-istoryahanay.
- Ayaw kahadlok sa kabilom, kay naghatag kini ug panahon sa tanan sa pagpaminaw sa Balaang Espiritu.
- Ang pag-awit og mga alawiton nga magdungan samtang ang Espiritu nangulo usa usab ka dakong panalangin. Dili nimo kinahanglan ang piano alang niini; maayo ang pagkanta nga walay duyog.
- Imbes nga gamiton ang oras sa pag-ampo sa paghisgot bahin sa imong mga hangyo sa pag-ampo, iampo lang kini. Dayon ang uban mahimo usab nga mag-ampo alang sa imong mga hangyo ug moangkon sa mga saad alang sa imong panginahanglan. mahitabo!

**Pagdawat sa mga Saad**

Pribilehiyo nato ang pag-angkon sa mga saad sa Diyos diha sa atong mga pag-ampo. Ang tanan Niyang mga sugo ug mga tambag mga saad usab. Dili gayud Siya mangayo kanato ug butang nga dili nato mahimo sa Iyang kusog.

Sayon kaayo ang pag-focus ngadto sa atong mga panginahanglan, sa atong mga kalisdanan, sa atong mga hagit—ug sa pagbakho ug pag-agulo sa atong sitwasyon panahon sap ag-ampo. Dili kini ang katuyoan sa pag-ampo. Ang pag-ampo gituyo aron mapalig-on ang atong pagtuo. Mao nga gidasig ka namo sa pag-angkon sa mga saad sa Dios sa panahon sa imong pag-ampo. Kuhaa ang imong mga mata gikan sa imong kaugalingon ug sa imong mga kahuyang ug tan-awa si Jesus. Pinaagi sa pagtan-aw Kaniya, kita mausab ngadto sa Iyang dagway.

Si Ellen White nagtanyag niini nga pagdasig: “Ang matag saad sa Pulong sa Dios alang kini kanato. Sa imong mga pag-ampo, ipresentar ang gisaad nga pulong ni Jehova ug pinaagi sa pagtuo dawata ang Iyang mga saad. Ang Iyang pulong mao ang kasigurohan nga kon mangayo ka diha sa hugot nga pagtuo, imong madawat ang tanang espirituhanong mga panalangin. Padayon sa pagpangayo, ug makadawat ka ug hilabihan ka madagayaon labaw sa tanan nga imong gipangayo o gihunahuna” (In Heavenly Places, p. 71).

Unsaon nimo pagdawat sa Iyang mga saad? Pananglitan, sa dihang mag-ampo ka alang sa kalinaw, mahimo nimong dawaton ang Juan 14:27 ug moingon, “Ginoo, gisultihan mo kami sa Imong Pulong, ‘Ang kalinaw ibilin ko kanimo, ang akong kalinaw ihatag ko kanimo; dili sama sa hinatagan sa kalibutan ang akong paghatag kaninyo. Ayaw itugot nga maguol ang imong kasingkasing, ni mahadlok.’ Ihatag kanako ang kalinaw nga Imong gisaad nga ibilin kanamo.” Pasalamat ang Ginoo nga Siya naghatag kanimo og kalinaw, bisan og dili nimo kini bation dayon.

**Pagpuasa**

Kami nag-awhag kanimo sa pagbuhat ug Daniel Fast sulod niining napulo ka adlaw. Ang pagsugod sa tuig uban sa pag-ampo ug pagpuasa usa ka nindot nga paagi sa pagtugyan sa atong kinabuhi ngadto sa Dios alang sa umaabot nga tuig. Si Ellen White nagsulti kanato, “Karon ug sa unahan hangtud sa pagtapos sa panahon ang katawhan sa Dios kinahanglan nga mas matinguhaon, labaw nga nagmata, dili mosalig sa ilang kaugalingong kaalam, kondili sa kaalam sa ilang Pangulo. Kinahanglang mogahin sila ug mga adlaw alang sa pagpuasa ug pag-ampo. Ang hinghpit nga paglikay sa pagkaon mahimong dili kinahanglan, apan sila kinahanglan nga mokaon og gamay sa labing simple nga pagkaon” (Counsels on Diet and Foods, pp. 188, 189).

Kita nahibalo bahin kang Daniel, kinsa mikaon ug prutas ug utanon sulod sa napulo ka adlaw. Kami usab nag-awhag kanimo sa pagsagop ug usa ka yano kaayong pagkaon sulod niining napulo ka adlaw. Kung gusto nato ang mas tin-aw nga hunahuna aron madungog ang tingog sa Dios, ug kung gusto nato nga mas maduol Kaniya, kinahanglan natong siguroon nga ang atong pagkaon dili makababag kanato.

Ang pagpuasa dili lamang mahitungod sa paglikay sa pagkaon. Giawhag ka usab namo nga magpuasa gikan sa TV, mga salida, mga dula sa kompyuter, ug bisan sa Facebook ug YouTube. Usahay ang mga

butang nga dili daotan sa ilang kaugalingon mahimong mogugol ug daghang oras sa atong panahon. Kun mahimo, ihiklin ang tanan nga para mas daghan ka ug panahon nga ikauban ang Ginoo.

Ang pagpuasa dili usa ka dali nga paagi aron makab-ot ang usa ka milagro gikan sa Diyos. Ang pagpuasa mahitungod kini sa pagpaubos sa atong mga kaugalingon aron ang Dios makabuhat diha kanato ug pinaagi kanato. Magpaduol kita Kaniya pinaagi sa pag-ampo ug pagpuasa, ug Siya mopaduol kanato.

### **Balaang Espiritu**

Siguroha ang paghangyo sa Balaang Espiritu aron ipakita kanimo kung unsa ang kinahanglan nimong iampo sa kinabuhi sa usa ka tawo o sa usa ka partikular nga sitwasyon. Ang Bibliya nagsulti kanato nga wala kita mahibalo kon unsay iampo ug nga ang Balaang Espiritu mao ang usa nga nagpataliwala alang kanato.

“Kinahanglan nga dili lamang kita mag-ampo sa ngalan ni Kristo, apan pinaagi sa mando sa Balaang Espiritu. Kini nagpatin-aw kon unsay gipasabot sa dihang giingon nga ang Espiritu ‘nagapangamuyo alang kanato, uban ang mga pag-agulo nga dili malitok.’ ( Roma 8:26 ). Ang maong pag-ampo gikalipay sa Diyos nga tubagon. Sa dihang uban sa kaseryoso ug kakusog kita moginhawa ug pag-ampo sa ngalan ni Kristo, anaa nianang kakusog ang usa ka saad gikan sa Diyos nga Siya hapit nang motubag sa atong pag-ampo nga 'labaw sa tanan nga atong gipangayo o gihunahuna' (Efeso 3:20). ” (Christ's Object Lessons, p. 147, dugang pasabot).

### **Pagtuo**

Atong mabasa diha sa Spirit of Prophecy nga “ang pag-ampo ug ang pagtuo mobuhay sa unsa nga walay gahum sa yuta ang makahimo” (The Ministry of Healing, p. 509). Gisultihan usab kita nga “alang sa bisan unsang gasa nga Iyang gisaad, kita makapangayo; unya kita kinahanglan nga motuo nga kita nakadawat, ug mobalik sa pagpasalamat ngadto sa Dios nga atong nadawat” (Education, p. 258). Busa batasana ang pagpasalamat daan sa Dios pinaagi sa pagtuo sa Iyang pagabuhaton ug unsaon Niya pagtubag ang imong mga pag-ampo.

### **Pag-ampo alang sa Uban**

Niining napulo ka adlaw gidasig ka namo nga mag-ampo kanunay alang sa mga tawo nga gibutang sa Dios sa imong kinabuhi. Pagpili og lima ngadto sa pito ka tawo—mahimong paryente, higala, kauban sa trabaho, silingan, o mga kaila lang. Paggahin ug panahon sa pagpangutana sa Dios kon kinsa ang Iyang gusto nga imong iampo. Hangyog usab Siya sa paghatag kanimo ug tinuod nga palas-anon alang niining mga tawhana. Isulat ang mga ngalan sa usa ka gamay nga papel ug ibutang kini sa usa ka makita dayon nga dapit, sama sa imong Bibliya. Matingala ka kung unsa ang paglihok sa Dios tubag sa imong mga pag-ampo!

### **Napulo ka Adlaw sa Pag-ampo Outreach Challenge**

Si Jesus nagtawag kanato dili lamang sa pag-ampo kondili sa pag-alagad usab sa praktikal nga mga panginahanglan niadtong anaa sa atong palibut. “Kay gigutom ako ug inyo akong gipakaon; giuhaw ako ug inyo akong gipainom; nadumoloong ako ug gidawat ninyo ako; hubo ako ug inyo akong

gibistihan; nagmasakiton ako ug giduaw ko ninyo; Nabilanggo Ako ug mianhi kamo Kanako” (Mateo 25:35, 36).

Sa The Ministry of Healing atong mabasa, “Kinahanglan kitang magpuyo sa duha ka kinabuhi—usa ka kinabuhi sa paghunahuna ug aksyon, sa hilom nga pag-ampo ug kinasingkasing nga buhat” (p. 512). Nakadawat kita og hilabihan nga gugma gikan sa atong Manluluwas, ug kita adunay pribilehiyo sa pagpaambit niana nga gugma ngadto sa mga higala, silingan, ug mga dumoloong nga nanginahanglan.

Hangyoa ang Dios kon sa unsang paagi ikaw ug ang imong simbahan makatabang sa uban human sa Napulo ka Adlaw sa Pag-ampo. Samtang nagtrabaho ka sa pag-organisar sa mga kalihokan sa pag-alagad, likayi ang pagtugot sa mga pagpangandam nga makabalda kanimo sa pag-ampo. “Ang personal nga paningkamot alang sa uban kinahanglang unhan sa daghang tinago nga pag-ampo; kay kini nagkinahanglan og dako nga kaalam sa pagsabut sa paagi sa pagluwas sa mga kalag. Sa dili pa makigsulti sa mga tawo, makigsulti kang Kristo. Diha sa trono sa langitnong grasya pagbaton ug pagpangandam alang sa pagtabang sa katawhan” (Prayer, p. 313).

Sa online Ten Days of Prayer resources, makaplagaan nimo ang usa ka dokumento nga adunay daghang mga ideya sa outreach. Gidapit ka ni Jesus nga mahimong Iyang mga kamot ug tiil sa usa ka kalibutan nga nanginahanglan!

### **Mahitungod sa Magsusulat**

Si Pavel Goia, DMin, usa ka ordinadong ministro, mamumulong sa publiko, ug editor. Gisugdan niya ang iyang dalan paingon sa ministeryo sa iyang yutang natawhan sa Romania. Si Pavel ug ang iyang maanyag nga asawa, si Daniela, mibalhin uban sa ilang duha ka anak nga lalaki ngadto sa United States aron ipadayon ang edukasyon ni Pavel alang sa ministeryo. Nakaplagaan niya ang katagbawan sa pagkahimong pastor sa daghang kongregasyon sa Romania ug Estados Unidos, ug milibot sa tibuok kalibutan nga namulong bahin sa pag-ampo ug uban pang mga topiko. Siya ang hilisgutan sa usa ka libro, *One Miracle After Another: The Pavel Goia Story* ug tagsulat sa daghang mga artikulo ug usa ka libro, *In the Spirit and Power*. Si Pavel sa pagkakaran, siya ang Associate Ministerial Secretary sa General Conference of Seventh-day Adventists ug lead editor alang sa Ministry Magazine, International Journal for Pastors. Malipayon siyang mogahin ug daghang panahon kutob sa mahimo uban sa iyang minahal nga asawa, si Daniela, sa ilang duha ka anak nga lalaki, upat ka apo, ug sa iyang debotadong iro.

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

Unless otherwise marked, texts in Introduction and Leader’s Guide are taken from the New King James Version.

In daily readings, texts credited to NKJV are from the New King James Version. Copyright © 1979, 1980, 1982 by Thomas Nelson, Inc. Used by permission. All rights reserved. Texts credited to NIV are from the *Holy Bible, New International Version*. Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 by Biblica, Inc. Used by permission. All rights reserved worldwide.