**Ziua Internațională de Rugăciune Femeii**

**Idei pentru activități de rugăciune**

**Material suplimentar**

Ziua Internațională de Rugăciune a femeii este o mare binecuvântare pentru biserică. Vă puteți umple ziua cu multe activități de rugăciune folosind formele tradiționale de rugăciune sau introducând noi modele de rugăciune, în timp ce vă rugați pentru subiectele prezentate. Să alegeți modalitatea de rugăciune cu care vă simțiți confortabil și cele care sunt acceptabile în contextul cultural în care vă desfășurați activitatea.

Pregătiți câteva suporturi vizuale, cum ar fi bannere, semne de carte, broșuri etc. Puteți folosi următoarele citate despre rugăciune din cartea *Calea către Hristos* sau puteți alege altele:

„Rugăciunea este deschiderea inimii noastre lui Dumnezeu, ca unui prieten. Aceasta nu pentru că este necesar să informăm pe Dumnezeu cu privire la persoana noastră, cine suntem noi, ci pentru ca noi să putem fi capabili să-L primim.” *(Ellen G. White, Calea către Hristos, 70, ed.electr.)*

„Rugăciunea nu coboară pe Dumnezeu la noi, ci ne înalță pe noi la El" *(Ellen G. White, Calea către Hristos, 70, ed.electr.).*

„Ne putem ține așa de aproape de Dumnezeu încât în fiecare din încercările neașteptate, cugetele noastre se vor întoarce spre El tot așa de natural după cum se întorc florile spre soare.” (*Ellen G. White (1892), Calea către Hristos, 75, ed.electr.)*

**Serviciul divin „Atingerea"**

Adaptați ordinea sugerată a serviciului divin pentru a se potrivi modelului pe care biserica dvs. îl urmează în mod obișnuit pentru evenimente speciale, incluzând muzică specială, răspunsuri ale comunității sau recitarea de poezii. (A se vedea poezia sugerată mai jos.) De asemenea, puteți utiliza o varietate de forme de rugăciune.

**Rugăciunile de deschidere și de închidere** pot fi făcute de femeile tinere, deoarece acestea sunt, de asemenea, în centrul atenției Misiunii Femeii.

**Rugăciune pastorală.** Puteți ruga patru femei să se roage pentru nevoile comunității și pentru cele ale membrilor individuali ai bisericii. Fiecare femeie poate conduce un bloc special de rugăciune urmând secțiunile modelului de rugăciune ACTS (Adorație, Mărturisire, Recunoștință, Cerere).

**Povestirea pentru copii**. La finalul povestirii pentru copii, rugați-i să Îi mulțumească lui Dumnezeu pentru creația Sa și pentru orice parte a corpului lor (ochi, urechi, mâini etc.) pentru că și ei sunt creați într-un mod minunat. Dacă aveți încredere într-unul dintre copii, invitați-l să facă un rezumat într-o rugăciune de încheiere a tot ceea ce a fost menționat înainte ca ei să se întoarcă la locurile lor.

**Rugăciunea de încheiere**. Cereți comunității să respecte un moment de rugăciune tăcută înainte de a încheia serviciul divin cu rugăciune, deoarece „... rugăciunea în taină... este viața sufletului nostru" *(Ellen G. White, Calea către Hristos, 74, ed. electr.)*.

**Te rogi în fiecare zi?**

Azi eram treaz un pic cam prea devreme

Când ziua se grăbește ca să-nceapă

N-am să mă rog ca ieri, că azi n-am timp

Și am și-așa…o sută de probleme.

Și s-au rostogolit în jurul meu

Care mai grea, mai mare, mai grozavă.

Ce se întâmplă – întreb și mă frământ

De ce nu mă ajută Dumnezeu?

Eram tot mai nervos, mai încordat,

Și mă vedeam din ce în ce mai mic

Și-am zis: Dar, Domnul, astăzi, nu a zis nimic.

El a răspuns: Dar, tu, M-ai întrebat?

De ce azi Dumnezeu n-a arătat

Că mă iubește mult, cum a promis?

De ce e totul complicat și gri?

El a răspuns atunci: M-ai căutat?

Din ce în ce doream exact ca la început

Să îmi deschidă cu blândețe ușa

Și să-mi ofere, ajutor, putere

Iar El a zis: Copile, n-ai cerut!

Am înțeles din nou, a câta oară…

Și m-am rugat: Iertare, Domnul meu!

El a răspuns: Te iert! Măi, inimioară…

De ce Mă cauți doar când dai de greu?

Autor necunoscut (adaptare)

**Seminar „Descoperirea bucuriei de a fi numită fiica Lui"**

**Idei pentru activități de rugăciune**

1. **La început** (alegeți una sau mai multe activități de rugăciune potrivite pentru grupul dumneavoastră):

* **Rugăciuni de mulțumire.** Oferiți timp pentru rugăciunea în grup. Rugați femeile din grupurile de două sau trei persoane (sau mai multe, dacă stau la masă) să se roage pentru ce sunt recunoscătoare astăzi, folosind o singură frază. Dacă timpul permite, ele pot să se rotească în rugăciune a doua oară mulțumindu-i lui Dumnezeu, folosind doar o singură frază. Provocați participantele să-L laude pe Dumnezeu pentru ceva ce nu a fost menționat încă.
* **Cereri de rugăciune**. Colectați cereri de rugăciune scrise în coșulețe - unul etichetat cu „Cereri de rugăciune pentru alții", iar celălalt etichetat cu „Cereri de rugăciune pentru mine". Rugați participantele să scrie cererile lor de rugăciune pentru alții și pentru ele însele (oferiți bilețele și pixuri/ creioane). Femeile își vor pune cererile într-unul sau în ambele coșuri.
* **Rugăciuni de mijlocire.** Puneți la dispoziție un perete de rugăciune sau un panou de afiș atașat la un perete accesibil sau la o fereastră. Rugați femeile să scrie numele copiilor lor, ale membrilor familiei sau ale prietenilor pentru care doresc să se roage pe bilețele adezive și să le așeze pe perete sau pe poster.
* **Rugăciune de recunoștință cu o oglindă**. Asigurați un loc special cu o oglindă agățată pe un perete sau așezată pe o măsuță, dar acoperită cu o bucată de pânză. Scrieți o inscripție pe care să o puneți deasupra oglinzii acoperite (sau lângă ea): „Persoana preferată a lui Dumnezeu". Rugați fiecare participant (pe rând, pe parcursul zilei) să meargă și să se uite sub oglinda acoperită și să Îi mulțumească lui Dumnezeu pentru persoana pe care o vede și să mulțumească pentru dragostea lui Dumnezeu pentru acea persoană.

1. **La final** (alegeți una sau mai multe activități de rugăciune potrivite pentru grupul dumneavoastră):

* **Cereri de rugăciune**. Dacă ați folosit două coșuri pentru cererile de rugăciune, rugați o femeie să se roage pentru toate cererile din coșul cu cereri de rugăciune „pentru alții” și o alta să se roage pentru toate cererile de rugăciune din coșul „pentru mine".
* **Rugăciuni de mijlocire**. Dacă ați folosit un perete de rugăciune, rugați una sau mai multe persoane să se roage pentru toate numele de pe acest perete. De asemenea, le puteți ruga pe femei să ia câteva nume de pe acest perete și să continue să se roage pentru ele acasă pe tot parcursul anului.
* **Rugăciuni pentru participanții la seminar.** Cereți mai multor persoane să se roage fiecare pentru o caracteristică a unei femei evlavioase menționată în seminar, astfel încât Dumnezeu să le poată ajuta pe participante să fie astfel de femei evlavioase. Dacă aveți grupuri la mese, fiecare femeie din grup se poate ruga pentru ca toate cele de la masă să primească sau să dezvolte una dintre caracteristici.
* **Rugăciuni pentru femeile din întreaga lume**. Aveți o rugăciune specială pentru toate femeile din biserica noastră și pentru femeile din afara bisericii și pentru provocările și luptele lor.
* **Rugăciuni pentru femeile care se luptă cu una sau mai multe probleme globale**. Faceți o rugăciune în grupuri pentru femeile care se confruntă cu una sau mai multe probleme critice: abuz, sărăcie, probleme de sănătate, analfabetism, un volum mare de muncă, lipsa oportunităților de conducere. Fiecare grup se poate ruga pentru una dintre aceste probleme, astfel încât aceste femei să simtă prezența lui Dumnezeu și dragostea Sa și să înțeleagă că sunt fiicele Sale speciale.
* **Plimbare cu rugăciune**. Puteți organiza o plimbare de rugăciune cu stații de rugăciune în sală sau în curtea bisericii sau în altă parte, cu diferite teme de rugăciune legate de seminar.
* **Rugăciune de recunoștință cu o oglindă**. Indiferent dacă ați folosit sau nu această rugăciune la început, puteți oferi în dar participanților la seminare mici oglinzi cu mențiunea „Persoana preferată a lui Dumnezeu". Puteți încheia cu o rugăciune prin care să Îi mulțumiți lui Dumnezeu pentru toate aceste persoane, deoarece fiecare este foarte specială și o persoană preferată a lui Dumnezeu.