

Как да подобриш молитвите си?

Това упражнение ще ти помогне да анализираш съдържанието и качеството на молитвите си.

СЪДЪРЖАНИЕ

**Случва ли ти се да повтаряш едно и също, когато се молиш?
Ако е така, опитай следното:**

Запиши три неща, за които си благодарен.

1. _____
2. _____
3. _____

*„Когато благодаря на Йехова, засилвам любовта си към него, защото се съсредоточавам върху хубавите неща, които прави за мене. Така съм по-признателна за тях.“
(Жанет)*

Сега запиши три неща, които те тревожат.

1. _____
2. _____
3. _____

„Колкото повече изливах сърцето си в молитва, толкова по-голяма утеха изпитвах от тревогите си. Така започнах да чувствам Йехова по-близък.“ (Киара)

Запиши името на трима познати, които се намират в трудна ситуация.

1. _____
2. _____
3. _____

„Хубаво е да се молиш за събратята си в други страни, които се намират в трудно положение, или за някого наблизко, който се сблъсква с проблеми.“ (Шелби)

Току-що изброи 9 неща, които можеш да включиш в молитвите си!

Предложение:

„Полезно е да си направиш списък и да го прегледаш, преди да се помолиш. С времето ще се молиш за повече неща и ще ти е все по-лесно да говориш с Йехова за всичко.“ (Сиара)



КАЧЕСТВО

Какво ти е най-трудно във връзка с молитвата?

ДЪЛБОЧИНАТА

(Виж Евреи 5:7.)

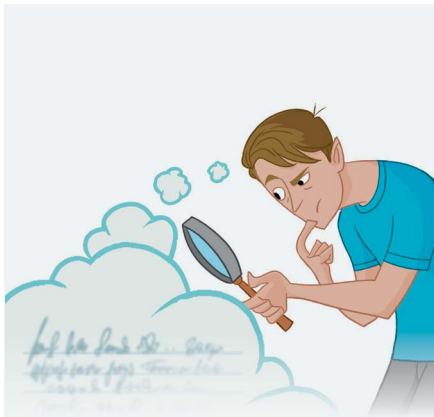
ЧЕСТОТАТА

(Виж 1 Солунци 5:17.)

ПРОДЪЛЖИТЕЛНОСТТА

(Виж 1 Царе 1:12.)

Какво искаш да подобриш в молитвите си?



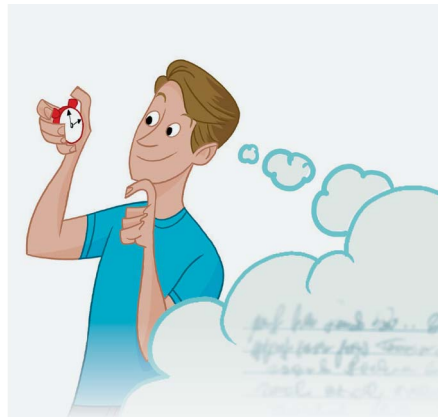
„Понякога имам чувството, че молитвите ми са повърхностни. Трябва да положа специални усилия, за да кажа на Йехова как в действителност се чувствам.“ (Лорън)

Цел: _____



„Винаги намираме време да пишем или да говорим по телефона с приятелите си. Но най-важния разговор, който можем да имаме, е с Йехова. Това трябва да е на първо място.“ (Алана)

Цел: _____



„Хубаво е да се молим по-дълго, защото така ще можем да излеем сърцето си.“ (Тереза)

Цел: _____

ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Бъди спонтанен

„Веднъж погледнах красивото небе и се възхитих — казва момиче на име Мария. — Веднага благодарих на Йехова за красивото му творение.“



Намери тихо място

„Понякога излизам навън и се моля на Йехова. Когато гледам творението му, се чувствам по-близо до него, сякаш той е точно до мене“, споделя момиче на име Кимбърли.

Тихи места, където да се моля:

Чети молитвите, записани в Библията

Млада жена на име Хелена казва: „Обичам да чета книгата Псалми. Като виждам как други са изразявали мислите си пред Йехова, и аз искам да говоря с него толкова свободно.“

Молитви в Библията, които ми харесват:

