



30 PÄEVA PALVEHARJUTUSED

Jaana Maria Unga

Võtsin palveharjutuste aluseks salmid Pauluse kirjast Efesose kogudusele. Kiri sobib koguduse julgustamiseks ja õpetamiseks. Kirjas räägitakse palju rõõmust ja armastusest koos Kristusega. Kirjutaja ärgitab järgima kristliku elu reegleid ning toob välja, miks see on oluline. Kiri oli määratud ringlema lisaks Efesosele ka mujal, niisiis on see kirjutatud mõistetavalt ja ladusalt. Nii ongi see kiri palveharjutuste aluseks hea lugemine.

Head kõnelust Jumalaga!

1. **Ef 1:7-10** – Alusta päeva ühe tuttava Taizé lauluga.
2. **Ef 1:15-19** – Võta eestpalvesse kolm inimest, keda sa pole viimase aasta aja jooksul näinud.
3. **Ef 2:1** – Palu andestust oma eksimuste eest.
4. **Ef 2:4** – Ütle valjult: Jumal on armastus!
5. **Ef 2:8-9** – Tee tänapalve kolme konkreetse asja/ inimese/sündmuse eest, mida sina ei ole mõjutanud.
6. **Ef 2:10** – Tee üks heategu!
7. **Ef 2:13-16** – Anneta korjanduskarpi.
8. **Ef 2:17-18** – Räägi täna ainult head ja positiivset.
9. **Ef 2:21-22** – Tee eestpalve oma koguduse eest.
10. **Ef 3:14-17** – Mine loodusesse ja kuula Jumalat.
11. **Ef 3:20-21** – Palveta iseenda eest.
12. **Ef 4:4-6** – Helista või kirjuta mõnele oma koguduse liikmele ja küsi, kuidas tal läheb.
13. **Ef 4:7-8** – Leia endal vähemalt üks and, millega sa saaksid koguduses uutmoodi kaasa teenida.
14. **Ef 4:10** – Loe kolm korda Meie Isa palvet.
15. **Ef 4:14-15** – Leia üks hea raamat, mis kinnitab sind usus, ja loe see läbi.
16. **Ef 4:16** – Mine külla oma heale sõbrale.
17. **Ef 4:22-24** – Jäta maha mõni pahe/sõltuvus ja tee tänapalve Jumalale selle otsuse eest.
18. **Ef 4:25-26** – Leia üks tegu, mille pärast andestust paluda ja Jumala ees andeks anda.
19. **Ef 4:29-30** – Ütle igale täna kohatud inimesele hea sõna või kompliment. Võta nad õhtul eestpalvesse.
20. **Ef 4:32** – Palveta oma pereliikmete eest.
21. **Ef 5:1-2** – Ütle vähemalt ühele inimesele: Ma armastan sind!
22. **Ef 5:8-11** – Tee hommikupalve, et su päev läheks hästi.
23. **Ef 5:15-17** – Tee õhtupalve, et päeva eest tänada ja ööd õnnistada.
24. **Ef 6:2-3** – Tuleta meelde mõni tarkus, mida sulle on jaganud eakas inimene. Tee tema eest eestpalve või tänapalve.
25. **Ef 6:4** – Leia vähemalt üks Piibli õpetus, mida sa igapäevaselt järgid.
26. **Ef 6:10** – Tee tänapalve sinu elus juhtunud sündmuste eest.
27. **Ef 6:13** – Ütle vähemalt kolmele inimesele, milles nad on tugevad või osavad.
28. **Ef 6:17** – Tuleta meelde kolm kuldsalmit.
29. **Ef 6:18** – Tee eestpalve mõne inimese eest, kes on juhiametis.
30. **Ef 6:24** – Laula üks kiituslaul Issandale.

Suvesüda on käes ja loodu kutsub nelja seina vahelt õue rohelusse. Juulikuu kujuneb päris paljudele inimestele hingetõmbeajaks. Aednik on oma aia üles harinud, kuid paljud viljad ootavad veel sügise hõngu, et valmida. Aedades ja parkides lendleb tuhandete lillede aroom ning aeg on nautida looduse ilu selle täies rikkuses. Koolilastele on suvi puhkuse, rannas ujumise ja vabaduse värvi. Päevad tunduvad lõputult pikad ja valged.

Suvel jäävad paljud väikegrupid ja koguduse juures tegutsevad ringid puhkusele ning kirikus käimine ja kogudusega kohtumine jääb harvemaks. Suvel külastatakse sageli turistidele avatud kirikuid. Vanad kivikirikud pakuvad väsinud teelisele mõnusat jahutust. Oma kogudusega kohtutakse pühapäevase jumalateenistuse ajal, kui parasjagu linnast väljas ei olda puhkust nautimas või reisimas.

Üheskoos koguduses on kerge paluda, sest ühtsus kannab ning kirikuruum ise annab meelestatuse palvetamiseks. Pühapäev annab alguse tervele nädalale ja on hea asuda igapäevatoimetuste juurde, sest Jumal on andnud jõudu, lepitust ja lootust. Ajal, mil kogu loodu on täies lopsakuses meie ümber ja täidab meid andidega, on paras võtta käsile palveharjutused, mis aitavad paremini märgata Jumalat, tema imelist loomingut ja mõtestada Loojat meis eneses ja meie ümber.

Kolmekümne päeva palveharjutusi võib teha ükskõik mis ajal ja kohas. Harjutustega võib alustada keset kuud või nädalat, kuid seda tuleb teha kohe, mitte lükata Jumalaga kõnelemist edasi järgmisesse päeva. Kui mõni päev jääb vahele (mida loodetavasti ei juhtu), siis jätkka sellest kohast, kus palvapäevik seisma jäi.

Soovitan lugeda igaks päevaks mõeldud Piiblitekst esmalt kolm korda läbi ning seejärel mõtiskleda sõnumi üle ning täita antud ülesanne. Alustada tasub hommikul, et päeva mõte kannaks sind läbi päeva. Kastikesse saab teha märke selle kohta, kui ülesanne täidetud. Mina otsustasin teha ülesannete täitmise enda jaoks põnevamaks. Leidsin 30 väikest rannakivi, kirjutasin iga päeva järel ühe märksõna kivile ning panin purki. Nii täitus klaaspurk heade sõnade kivikestega. Vahel on mõned palved ka valusad, eelkõige kui tegemist on eestpalvega. Nii võib purgist saada ka hoolivuse purk või tunnete purk. Igal juhul on see SINU purk ja SINU palvekiivid. Ära unusta, et isegi kui tegemist pole otseselt sõnalise palvega, võib ka tegu olla palve, kui sa tegu tehes tänad Jumalat või usaldad oma teoga kellegi teise Jumala hoolde.