

Ima és böjtnap

Segédanyagok a 3. negyedévhez - 2016. július 2.

Téma:

„Imádkozzunk a szomszédban levő
világért!”

Különböző kultúrák, menekültek, emigránsok, cserediákok, turisták és a szükségben levők

Ima és böjtnap ötletek és segédanyagok

- Ajánlott prédikáció téma a gyülekezetnek: **Alapige:** Ézs 58:6

*Ima és böjt a szomszédban levő világért
Krisztusi lelkülettel a szenvedőkért és szükségben levőkért*

- Ajánlott gyermektörténet:

Lukács 10:30-36 - Mondd el az irgalmas samaritánusról szóló történetet. Kérdezd meg a gyermekeket, hogy egy mai irgalmas samaritánus hogy nézne ki. Bátorítsd őket, hogy legyenek kedvesek és gondoskodók a más kultúrában élő emberek iránt, különösen a szenvedők iránt. Isten Irgalmas samaritánusainak kell lennünk minden szükségben szenvedő számára, akiket Krisztus utunkba hoz.

- A 3. negyedév *Ima és böjtnapjának* témája: „Imádkozzunk a szomszédban levő világért!” valamint a világegyház imacéljaiért (lásd: 4. oldal).
- Ajánlott délutáni imaprogram és tevékenység: Szánjunk minimum 2 órát erre, de engedjük, hogy a Szentlélek vezessen. Sokan az egész délutánra tervezik az imát (lásd: 5. oldal).
- Ima és böjtnap áhítat: Remény a szenvedőknek, fény az elveszetteknek (lásd: 9. oldal)
- Brosúra, amit a gyülekezeti tagok hazavihetnek: „Ígéretek, amelyeket igényelhetünk, amikor a szomszédban levő világért imádkozunk” (lásd: 7. oldal).

- Missziós ötletek az Ima és böjtnap utáni napokra: lásd a 8. oldalon és „Missziós ötletek a szomszédban levő világ elérésére.” Időre van szükség ezeknek az ötleteknek a beindításához (lásd: további mellékletek).
- Inspiráció a böjtre és segédanyagok: „A Biblia hívása az imára és böjtre” és „Lelki áttörés” (lásd: további mellékletek).

További online segédanyagok elérhetők:

- Hasznos, gyakorlati segédanyagok menekültek, más kultúrában és a közöttünk élő, de más nyelvet beszélő személyek elérésére: www.reachtheworldnextdoor.org Ezen a weboldalon letölthető imakártyákat találunk különböző nemzetiségű és vallású csoportok számára, valamint az *Ima a szomszédban levő világért* letölthető könyvecskét. A csomagban levő imádságok ebből a könyvecskéből származnak, és a szerző, Scott Griswold engedélyezte használatukat.
- További ötletekért az egynapos programokhoz azok számára, akik olyan országokban élnek, amelyekben a szabad bizonyágtevés tiltott, lásd: <https://urbancenters.org/event-planning>
- Bibliatanulmányok különböző nyelveken: <http://www.hopetalk.org>

Ezekre figyeljünk a böjttel kapcsolatban

Miközben nem mindenki tudja mellőzni az evést, bátorítsd azokat, akik valamit mellőzni tudnak reggeltől délutánig ezen a különleges napon

Lehetséges böjtváltozatok: vízböjt, gyümölcsleböjt, Dániel böjt, a desszertektől vagy nehéz ételektől való tartózkodás, közösségi médiától való tartózkodás, stb. Bátorítsd a gyülekezeti tagokat, hogy imádkozzanak, és kérjék Istent, mutasson rá, hogy milyen típusú böjtöt kellene gyakorolniuk. (További információt a *Hívás a biblikus imára és böjtre* című mellékletben találsz).

Miközben a böjt „adott” téma a Bibliában (lásd: Mt 6:16), emlékeznünk kell arra, hogy a böjt nem egy bűvös kulcs a megigazuláshoz vagy az áldásokhoz – úgy, ahogy egyetlen lelki fegyelmű sem az, amelyet gyakorlunk. Nem érdemelhetjük ki Isten áldását vagy az imákra adott választ a böjttel, ahogy saját üdvösségünket sem. A böjt nem helyettesíti az engedelmisséget, énünk alárendelését vagy a krisztusi szeretetet. Az üzenet így szól számunkra: „Az önigazult lelkülettel felajánlott böjt vagy ima utálatosság Isten szemében” (*Jézus élete*. Budapest, 2010, Advent Kiadó, 227. oldal).

Azonban, ha a testvérek úgy döntenek, hogy nem böjtölnek, még akkor se vegyük el a kedvüket attól, hogy ezen napon a közös imában is részt vegyenek. Tartsuk szem előtt azt, hogy Isten ismeri a szíveket, és a döntés, hogy valaki böjtöl-e vagy sem (vagy milyen módon böjtöl), az egyénre és Istenre tartozik; ebben senki más nem diktálhat.

Az *Ima és böjtnap* célja, hogy figyelmünk ne önmagunkra irányuljon, hanem másokért járjunk közbe. Ahogy az Urat alázas szívvel keressük és nem a földi dolgokra figyelünk, akkor elménk sokkal fogékonyabb lesz arra, hogy mit akar Isten tenni életünkben az imáink által.

Derek Morris lelkész ezt mondja: "Böjtölünk a világtól, hogy lakomázhassunk Jézussal!"

Imádkozzunk a szomszédban levő világunkért!

Az emigránsok, menekültek, diákok, turisták és utazók a figyelem középpontjában

- Imádkozzunk azért, hogy Isten adjon nekünk **szetet azok iránt, akik a miénktől eltérő kultúrákhoz** tartoznak.
- Imádkozzunk az **emigránsokért**, akik közöttünk laknak - legyenek gazdagok vagy szegények, illegális, vagy dokumentált bevándorlók. Mindeniknek vannak gondjai és mindenkinek szüksége van arra, hogy megismerje Isten szeretetét.
- Imádkozzunk Isten segítségéért, **hogy sokkal jóságosabbak** és adakozóbb lelkületűek legyünk az idegenek irányában.
- Imádkozzunk **kiadóhivatalainkért**, hogy több irodalmat ki tudjanak adni, amellyel elérhetjük azokat, akik különböző nyelveket beszélnek közöttünk.
- Imádkozzunk azért, hogy Isten indítson szolgálatra **hatékony írókat**, hogy elérjük a különböző nyelvcsoportokat szerte a világon, azokat, akiknek korlátozott hozzáférésük van a lelki természetű irodalomhoz.
- Imádkozzunk azokért, akik **háború sújtotta országokból**, vagy olyan országokból érkeztek, ahol üldözést szenvedtek.
- Imádkozzunk azokért, akik a jelenben **vallásos üldözést** szenvednek Krisztusért.
- Imádkozzunk a **nemzetközi diákokért**, akik helyi egyetemeken tanulnak, hogy Isten ismeretére eljussanak.
- Imádkozzunk **lehetőségeikért, hogy bizonyítást** tehessünk a világ más országaiból érkező diákoknak.
- Imádkozzunk olyan szolgálatok létesítéséért, amelyek segítenek elérni az éppen az országunkban tartózkodó **turistákat és utazókat**.
- Imádkozzunk lehetőségeikért, amelyekkel elérhetjük a **nemzetközi munkásokat és üzletembereket**.
- Imádkozzunk azért, hogy azzal is **bizonyítást tegyünk, ahogyan üzleti dolgainkat bonyolítjuk**, hogy a más országokból érkező emberek láthassák becsületességünket és szolgálatunkat, amely Istenhez vonja őket.
- Imádkozzunk **adott emberekért a mindennapi életünkben**, akik eszünkbe jutnak, olyan emberekért, akiket rendszeresen látunk, vagy akikkel rendszeresen kapcsolatba kerülünk a munkahelyen, a boltban, a kórházban, az iskolában, a benzinkútnál, a parkban, a nemzetközi étteremben, vagy aki nemrég költözött lakókörnyezetünkbe.
- Imádkozzunk azokért a **bevándorlókért, vagy más kultúrához tartozókért, akiket már névről is ismerünk**.
- Imádkozzunk azért, hogy **Isten tegye fogékonyá szívünket** lelki szükségleteik iránt, ahogy az Ő szíve is megindult rajtunk.

A fentiekén kívül emlékezzünk a következő világegyházzal kapcsolatos imacélokra ezen az *Ima és böjtnapon*:

- Imádkozzunk a **Nagyvárosi misszióért**, amelyet sok városban megszerveztek világszerte.
- Imádkozzunk azért, hogy **Befolyásközpontok** létesüljenek a világ minden részén.

- Imádkozzunk a **saját környezetünkben élőkért**, a közösségi központokért és missziós kezdeményezésekért, amelyek saját gyülekezeteink programjai.
- Imádkozzunk **emberekért, hogy válaszoljanak arra a hívásra**, hogy elvigyék az üzenetet azokhoz, akik egyébként nem hallhatnák meg. Még mindig van 43 olyan város, amelynek lakossága meghaladja az egymilliót, amelyekben nincs adventista gyülekezet.
- Imádkozzunk a **frontvonalban szolgáló misszionáriusainkért**. Imádkozzunk bármely misszionáriusért, akit név szerint ismerünk.
- Imádkozzunk az új gyülekezeti tagokért, akik nemrég keresztelkedtek meg Ruandában, hogy hűségesek maradjanak az Istenhez.
- Imádkozzunk a késői esőért, hogy kiáradjon Isten egyházára, hogy a munka befejeződjön, és hazamehessünk!

Ajánlott délutáni imaprogram és tevékenységek

Az ima ideje

- **Helyszín:**

Gyülekezetek össze a gyülekezetben, közösségi házban, szombaticskolai teremben vagy bárhol, ahol zavartalanul imádkozhattok. Ezt az imaalkalmat szervezhetitek valakinek az otthonában vagy a szabadban is, ha az időjárás megengedi.

- **Az imaalkalom:**

Egy néhány ének után, ami megteremti az áhítat légkörét, egy énekvezető vezesse a csoportot az *Tiéd e szív...* című ének éneklésében (Hitünk énekei, 183)

Ezt követően olvassuk el Ézs 58:6-ot: *„Hát nem ez-é a böjt, amit én kedvelek: hogy megnyisd a gonoszságnak bilincseit, az igának köteleit megoldjad, és szabadon bocsásd az elnyomottakat, és hogy minden igát széttépjetez?”*

Kezdő ima és köszöntés: Legyen egy imaszolgálati vezető vagy egy kijelölt vezető, aki köszönt mindenkit az imaalkalmon, és aki megtartja az áhítatot: *Remény a szenvedőnek, fény az elveszettnek!*" (lásd: 9. oldal).

Vegyétek át az *Ima és böjtnap* imacéljait a fenti felsorolás szerint (4. oldal). Ha lehetséges nyomtassátok ki mindenki számára, hogy mindenki előtt ott legyen ez a lista. Ekkor lehet itt az ideje annak, hogy emlékeztessük a tagokat, hogy mindenki röviden imádkozzon, hogy minél több embernek lehetősége legyen az imára. (lásd: Útmutató imaszolgálat vezetőknél - 6. oldal).

Ima: Hagyjunk legalább két órát az imádságra. Ez az idő nagyon hamar el fog telni. Sokan szeretik az egész délutánt imában tölteni. Időt szánhatunk a dicsőítésre és tapasztalatokra is. Azonban bizonyosodjunk meg arról, hogy nem vesszük el az ima idejét túl sok beszélgetéssel, prédikálással vagy tapasztalat mondással. Mindenképpen az ima legyen a központban! Ez egy imanap. Az idő nagyon hamar elszáll.

Befejezés: Az imaalkalom befejezéseként énekeljünk néhány dicsőítő éneket, megköszönve Istennek mindazt, amit tenni fog. Bátorítsd a tagokat, hogy az *Ima és böjtnap* után is folytassák az imádságot a szomszédban levő világért és azokért a kultúrákért, amelyeket megpróbálnak elérni Krisztusnak. Isten megjutalmazza ezeket a hitből mondott imákat.

Osszuk ki az imalapokat (Igényelhető ígérték, amint a Szomszédban levő világért imádkozunk), hogy a csoport tagjai hazavigyék (lásd: 7. oldal).

Az Ima és böjtnap befejezése: Szervezzetek egy különleges szeretetvendégséget vagy vacsorát, amivel a gyülekezet, mint család együtt fejezi be a böjtöt.

Útmutató imaszolgálat vezetőknek:

Miközben arra bátorítod az embereket, hogy az alkalmon többször is imádkozzanak, emlékeztess őket annak fontosságára, hogy imáik legyenek rövidek. Ellen White ezt írja: Az imaórákon imádkozzunk röviden. A hosszú imákat, amikor Istennel beszélgetünk, hagyjuk a belső szobánkba" (*Manuscript Releases*, 10:130).

Így tehát, miközben az imaalkalom lehet hosszú, az egyéni imák ne legyenek azok. A rövid imák az imaalkalmat aktívvá és mozgalmassá teszik. Ugyanakkor a tagok szívét is összeköti, és megakadályozza azt, hogy a gyermekek vagy a felnőttek nyugtalanná váljanak.

Javasoljuk, hogy az alkalmat **dicsőítéssel és bűnvallással** kezdjük, mielőtt a tulajdonképpeni imacélóért elkezdünk imádkozni. Zsolt 100:4-re alapozva Isten kapuin hálaadással menjünk be. És a Zsolt 66:18-ra valamint Ésa 59:1-2-re alapozva, ha azt akarjuk, hogy Isten meghallgassa imáinkat, meg kell vallanunk és el kell hagynunk bűneinket.

Ha dicsőítéssel és bűnvallással kezdjük, az imaközösséget így kezdhethetjük: „Drága Urunk, amint eléd jövünk ma, szívük tele van dicsőítéssel. Mielőtt más vallású testvéreinkért imádkoznánk, egy néhány percet azzal szeretnénk tölteni, hogy dicsőítjük a Te nevedet. Köszönjük, hogy hatalmas Királyunk és Szabadítónk vagy.”

Ezek után engedd meg, hogy mások is imádkozzanak. Amikor elérkezik az idő, hogy továbblépjünk a bűnvallomáshoz, vedd át újra a vezetést.

Biztosítsunk egy rövid időt a személyes bűnvallomásoknak Isten felé, és utána a közösségi bűnvallomásnak, különösképpen az olyan bűnökért, mint a közöny és tompultság a lélekmentés területén. A bűnvallomás részt kövesse egy ének: *Mily fenséges a kegyelem...*

A következő szakasz a könyörgés ideje. Bátoríts mindenkit saját példáddal, hogy Isten Igéjét imádkozod, ahogy ők a szomszédban levő világért imádkoznak. Legyél lényegre törő! Imádkozz hittel! Hagyd, hogy ez a szakasz olyan hosszú legyen, ahogy a Szentlélek indít.

Érezd magad szabadnak, hogy megszakítsd az imákat egy jól ismert énekkel, amely illik az elmondott imádságokhoz. „Az istentiszteletek részeként az éneklés ugyanolyan istentiszteleti cselekmény, mint az ima. Tény az, hogy nagyon sok ének tulajdonképpen imádság” (Education, p. 168).

Bátoríts mindenkit, hogy jussanak egységre egymással az imában, Mt 18:19-et igényelve.

Valaki ezt mondhatja: „Uram legyél a szomszédomban levő vietnámiakkal, és segítsd őket, hogy megismerjenek Téged.” Valaki hozzáteheti: „És segíts meg engem, hogy tudjam, hogyan tegyek bizonyosságot annak a vietnámi hölgynek, akivel a fodrásznál találkoztam. Aztán gyorsan továbbléphetünk egy másik tag kéréséhez.”

Ezek ötletek ahhoz, hogy hogyan kezdjük, de a legfontosabb, hogy a Szentlélek vezessen.

További útmutatásokat az imádság vezetésével kapcsolatosan az Imádkozz erőért: *Útmutató az egyesített imádság gyakorlásához* könyvben találsz, ami innen letölthető magyar nyelven: <http://cdn.ministerialassociation.org/docs/languages/hungarian/UnitedPrayer-Hungarian.pdf>

Ígéretetek, amelyeket igényelhetünk, amikor a szomszédban levő világért imádkozunk

Segítségképpen itt van egy mintaima, hogy hatékonyabban közbenjárj valakiért, akit el szeretnél érni Krisztusnak. Imádkozz Isten Igéjére alapozott hittel! Más ígéreteket is igénybe vehetünk, amelyek sokkal jobban illenek és jobban alkalmazhatóak életükre.

Drága mennyei Atyám! Te vagy minden nemzet Istene. Te mondtad nekünk Zsolt 46:11-ben: „Csendesedjete és ismerjéte el, hogy én vagyok az Isten! Felmagasztaltatom a nemzetek közt, felmagasztaltatom a földön.” Te vagy egyedül, Aki mindent teremtettél és Aki minden hatalommal rendelkezik. Te vagy a gyógyító és a hatalmas hadakozó. Te küldted Fiadat, Jézust, hogy meghaljon a világ bűnéért. Magasztaltassék fel neved környezetemben és mindenütt!

Te mondtad 1 Tim 2:4-ben, hogy Te azt akarod, hogy minden ember üdvözljön és az igazság ismeretére eljusson. Kérlek, töltsd meg a szívemet szeretetteddel, és erősítsél meg, hogy érettük imádkozzam. Különösen kérlek, hogy mentsd meg-t **(tölts ki a kipontozott részt)**. Te azt ígérted, hogy elküldöd Szentlelkedet, Aki, „amikor eljön meggyőzi a világot bűn, igazság és ítélet tekintetében” (Jn 16:8). Kérlek, győzd meg most-t **(tölts ki a kipontozott részt)**. Nyisd meg **(tölts ki a kipontozott részt)** szemét és fordítsd őt a sötétségből a világosságra, a Sátán hatalmából Istenhez, hogy „bűnbocsánatot kapjon és örökséget a hitben megszenteltek között” (ApCsel 26:18).

Jézus mondta: „*Én pedig, ha felemeltetem a földről, magamhoz vonzok mindeneket*” (Jn 12:32). Kérlek, dolgozz a szívemben és a gyülekezetemben, hogy Jézus magasra emeljük életünkben, és vond-t **(tölts ki a kipontozott részt)** közelebb magadhoz. Adj nekünk egységet és mély szeretetet az elveszettek iránt.

Lk 11:13-ban ezt ígérted: „*Ha tehát ti gonosz létekre tudtok gyermekeiteknek jó ajándékokat adni, mennyivel inkább ad mennyei Atyátok Szentlelket azoknak, akik kérik tőle?*” Kérem a Szentlelket. Kérlek, adj nekem szeretetet és bátorságot, hogy beszéljek-vel **(tölts ki a kipontozott részt)** Rólad. Kérlek, tégy csodát, amely segíti-t **(tölts ki a kipontozott részt)**, hogy higgyen benned.

Te mondtad: „*Bölcscsé teszek, és megtanítalak, melyik úton kell járnod. Tanácsot adok, rajtad lesz a szemem*” (Zsolt 32:8). Kérlek, adj nekem lehetőséget ma, hogy segítek és mutasd meg, hogy mit mondjak-nak **(tölts ki a kipontozott részt)** és bárkinek, akit utamba küldesz.

Megígérted, hogy amikor Jézus visszajön az üdvözültek csapata nagy sokaság lesz, amelyet megszámolni senki sem tud, „*minden nemzetből és törzsből, népből és nyelvből*” (Jel 7:9). A feladat nagy. Kérlek, küldj több munkást az aratásodba (Mt 10:38). Jöjjön el a Te országod!

Végül Uram, Jeremiás 33:3 ígéretét igénylem: „*Kiáltok hozzám, és válaszolok, hatalmas és megfoghatatlan dolgokat jelentek ki neked, amelyekről nem tudhatsz!*” Kérlek, tegyél hihetetlen dolgokat, amelyek a világot megtérésre vezetik. Dolgozz bennem és általam. Jézus hatalmas és szerető nevében, Ámen.

Több missziós gyakorlati ötletért látogass el ide: www.reachtheworldnextdoor.com

Ötletek a szomszédokban levő világ eléréséhez

Miután időt töltöttünk a szomszédunkban levő világért való imádságban, itt az ideje annak gyakorlati lehetőségeket találnunk a szomszédokban levő világ megsegítésére. Ezek az ötletek nem indulnak be egyik napról a másikra, időre van szükség megvalósításukhoz.

Először is, emlékezzünk Jézus módszerére mindenben, amit teszünk!

„*Csak Krisztus módszerével lehet igazán az emberekhez férkőzni. A Megváltó az emberek közé vegyült. Javukat akarta. Együttérzést tanúsított irántuk, szolgálta szükségleteiket, megnyerte bizalmukat. Azután így szólt hozzájuk: »Kövessetek engem!«*” (A nagy orvos lábnyomában 91. oldal).

Kezdeként gondoljunk kézzelfogható módszerekre, amelyeket gyülekezetiileg (vagy egyénekenként) meg tudunk valósítani új bevándorlók vagy menekültek elérésére régiótokban.

Egy másik országba vagy vidékre való költözés lehet izgalmas, de végtelenül nehéz is. A bevándorlók, menekültek és a külföldi diákok sok kihívással találják szembe magukat, miközben hozzászoknak új környezetükhöz, amelyben először a túlélésért, majd pedig a sikerért küzdenek meg. Sokféleképpen segítheted őket.

Ha te épp most érkeztél volna egy új országba, vagy egy új környezetbe, nem örülnél a szívélyes fogadtatásnak?

Itt van néhány ötlet arra, hogyan segítheted az újonnan érkezőket abban, hogy otthon érezzék magukat:

- Állj meg, mutakozz be és kerülj ismeretségbe velük
- Ajándékozz egy kosár olyan dolgot, amire szüksége lehet
- Készíts egy köszöntő ebédet
- Készítsetek egy köszöntő ebédet, mint gyülekezet
- Vezesd körbe őket a városban
- Családoddal fogadj örökbe egy családot

Sokkal konkrétabb ötletekért, hogy hogyan valósíthatod meg ezeket és más ötleteket, olvasd el a *Missziós ötletek a szomszédban levő világ elérésére* című mellékletet.

Miután kapcsolatba kerültél valakivel, vagy egy családdal, utógondozd ezt a kapcsolatot azáltal, hogy kapcsolatban maradsz velük, időről-időre találkozol velük, viszel nekik egy kosár finomságot, vagy megvendégeled őket, amikor tudod, inspiráló irodalmat adsz nekik (anyanyelvükön), ha érdeklődést vagy nyitottságot mutatnak. Meghívhatod őket egy életmód szemináriumra vagy egy evangelizációs sorozatra, esetleg más vallásos eseményre. Kezdekkel fókuszálj kimondottan a barátság evangelizációra. Bármit teszel értük, *ne feledkezz meg a szomszédban levő világért imádkozni!* Isten céllal hozott össze benneteket. Nem akarja elhagyatottként látni őket.

Remény a szenvedőknek, fény az elveszetteknek!

Igei gondolatok az *Ima és böjtnapra* - 2016. július 2.

Paul egy nagy szamoai családból származik, de Új-Zélandon született és ott is nőtt fel. Miközben a szülők még gyermekként az Úrnak szentelték őt, azt remélve, hogy majd prédikátor lesz, egy sor tragikus esemény következtében Paul az utcára került, alig nyolc évesen. Bűnözés és kábítószer jellemezte az életét, és ahogy az évek teltek, ő semmire sem

jutott. Azonban nem sokkal azután, hogy barátnőjét Fionát 17 évesen megszöktette, Paul élete jobbra kezdett fordulni.

Egy barát, akit Fiona az adventista gyülekezetből ismert, meghívta Pault és Fionát Bibliát tanulmányozni. Nem akartak elmenni, de a barátjuk hajthatatlan volt. Végül elfogadták a meghívást. Aztán nem tudták abbahagyni a bibliatanulmányozást. Az evangélium túl jó volt ahhoz, hogy igaz legyen. „Isten tényleg elküldte Fiát, hogy meghaljon értem?” - csodálkoztak.

Ezután egy adventista táborba mentek el, ahol a lelkész felhívást intézett az Úr követésére. Miközben Paul mélyen meg volt győződve, két hétbe telt, míg térdere borult és átadta szívét Istennek. Aztán nem tudta abbahagyni a sírást, ahogy a megkönnyebbülés és béke átjárta lelkét. „Mit akarsz velem?” - kérdezte az Urat aznap imában.

„Paul, én azt akarom, hogy prédikátor legyél” - mondta az Úr neki.

Ezek után a Gondviselés ajtókat nyitott számára, és Pault felvették egy teológiai képzésre a Pacific Adventista Egyetemen Pápua új Guineában. A képzés befejezése után ő és Fiona visszatértek Új-Zélandra, ahol lelkészként kezdett szolgálni az Észak-új-zélandi Egyházterületen.

13 év után Paul úgy érezte, hogy tovább kell tanulnia. Az ajtók újra csoda módjára kinyíltak előtte, így ő és Fiona gyermekeikkel együtt elköltöztek az Egyesült Államokba. Ez alatt az idő alatt, noha ők maguk is csak látogatók voltak az Egyesült Államokban, elkezdtek kapcsolatot teremteni az emigránsokkal. Dél-Kaliforniát beutazva szolgáltak másod és harmad generációs bevándorlóknak, akik a csendes-óceáni szigetekről származtak. Élelmet és bátorítást vittek nekik. Ez által a különleges szolgálat által sok gyülekezetalapítás indult el.

2010-ben a család visszatért Új-Zélandra, ahol Paul gyülekezetalapító igazgatóként szolgált. Emellett az Észak-új-zélandi Egyházterület lelkészi osztályának a vezetője is lett.

És mindez azért, mert valaki kész volt kilépni a komfortzónájából és másokért dolgozni. Valakinek elég fontos volt az, hogy bizonyosságot tegyen Jézusról.

Egyszerre csak egy csoda

Paul és felesége egy csoda példái, viszont Isten arra használja őket, hogy sok csodás történetet szülessen általuk Isten országával kapcsolatosan. Isten csak ezt kéri tőlünk. Nem vagyunk képesek elérni az egész világot, de egyszerre elérhetünk egy embert, egy családot, egy diákot, egy küzdő lelket.

Ellen White ezt írja: „*Mindennel, ami előnyt jelent számunkra másokkal szemben - legyen az műveltség, finomság, nemes jellem, keresztény nevelés, vallási tapasztalat - adósak vagyunk a hátrányosabb helyzetben élőknek, és amennyire csak erőnkől telik, szolgálnunk kell őket. Ha erősek vagyunk, emeljük föl a gyengék kezét.*” (Jézus élete, 373. oldal).

Ahogy a szomszédban levő világot próbáljuk elérni, mi lenne hasznosabb kezdésként, mint egy *Ima- és böjtnap* értük?

Az igazi böjt célja végeredményben Ézsaiás 58 teljesezése. Ez az a fajta böjt, amelyre Isten hív bennünket.

„Az igazi böjt nem csupán formai szolgálat. A Szentírás leírja az Istennek tetsző böjtöt: »hogyan megnyisd a gonoszságnak bilincseit, az igazság köteleit megoldjad, és szabadon bocsásd az elnyomottakat, és hogy minden igazságot széttépj; [...] ha odaadod utolsó falatodat az éhezőknek, és az elepedt lelkűt megelégeded« (Ésa 58:6.10). Itt élénk tárul Krisztus munkájának igazi lelkülete és jellege. Egész élete önfeláldozás volt a világ megmentésére. Akár böjtölt a megkísértés pusztájában, akár a vámszedőkkel evett Máté lakomáján, mindenkor életét adta az elveszettek megváltásáért. Az odaszentelődés igazi lelkülete nem a tétlen gyászban, sem nem pusztán a test megsanyargatásában vagy az áldozatok sokaságában nyilvánul meg, hanem az én alárendelésében, a készséges szolgálatban Istennek és embernek» (Jézus élete, 225. oldal).

Egy olyan világban élünk, amelyet sűrű sötétség borít, olyan világban, amelynek világosságra van szüksége. Közben imádkozunk, dolgozunk is kell. Irgalmas samaritánusoknak kell lennünk az elveszettek, a szenvedők, a kivetettek, a szerencsétlenek és mindenki számára, akivel csak találkozunk. A menny világosságát kell vinnünk számukra.

„A lelki sötétség éjszakájában tehát Isten dicsősége egyházán át sugárzik, amikor tagjai felemelik a megörnyedtét, és vigasztalják a gyászolót.

Körülöttünk mindenütt hallatszik a világ jajveszékelése. Mindenhol vannak szűkölködők és szomorkodók. A mi feladatunk, hogy könnyítsünk az élet terhein, és enyhítsünk nyomorán.

Gyakorlati segítséggel sokkal többet tehetünk, mint pusztán prédikálással. Adjunk ételt az éhezőknek, ruhát a mezíteleneknek, és otthont a hajléktalannak! Sőt még többet kell tennünk! A lélek éhségét csak Krisztus szeretete elégítheti ki. Ha Krisztus bennünk lakik, akkor szívünk tele van mennyei együttérzéssel. A forró krisztusi szeretet lezárt forrásai felfakadnak.

Isten nemcsak adományokat kér tőlünk a rászorulóknak, hanem derült mosolyt, biztató szavakat és kedves kézszorítást is. Amikor Krisztus meggyógyította a betegeket, kezét rájuk tette. Mi is hajoljunk közel azokhoz, akiken segíteni akarunk.

Sok ember már nem tud reménykedni. Hozzuk vissza életükbe a napfényt! Sok elcsüggedt ember van. Bátorítsuk őket! Imádkozzunk értük! Vannak, akik kívánják az élet kenyerét. Olvassunk nekik Isten Igéjéből! Sokan lelkileg annyira betegek, hogy földi gyógyír nem segít rajtuk. Orvos nem tudja meggyógyítani őket. Imádkozzunk ezekért a lelkekért! Vigyük őket Jézus elé! Mondjuk nekik, hogy van balzsam Gileádban, és Orvos is!" (Krisztus példázatai 288. oldal).

És ezért vagyunk ma itt, hogy imádkozzunk ezekért a lelkekért, hogy a kereszt lábához vezessük őket.

Arra is emlékeznünk kell, hogy még a társadalom felsőbb rétegeiben is vannak megfáradt vándorok, akik keresik a világosságot. ApCsel 8 elmondja nekünk azt a történetet, amikor

Isten Fülöp útját úgy vezeti, hogy találkozzon ezzel a magas rangú etióp emberrel, aki az igazságot kereste.

„Ez az etiópai férfi képviseli az emberiség nagy csoportját. Embereket, kiket olyan misszionáriusoknak kell tanítaniuk, mint amilyen Fülöp is volt, aki hallgat Isten szavára és odamegy, ahová küldi. Sokan olvassák a Szentírást, de nem fogják fel igazi értelmét. Férfiak és nők mindenfelé vágyakozva tekintenek az ég felé; imák, könnyek és kérdések fakadnak fel azon emberek lelkéből, kik világosság, kegyelem és Szentlélek után áhítoznak. Sokan állnak Isten országának küszöbén és csak arra várnak, hogy oda begyűjtessenek.

Miként Fülöpöt angyal vezette a világosság után áhítózó lélekhez, aki kész volt azonnal elfogadni az evangéliumot, úgy ma is angyalok vezetik ama munkások lépteit, kiknek ajkát a Szentlélek megszenteli, szívét megtisztítja és megnemesíti” (Az apostolok története, 73. oldal).

Ahogy ma időt szakítunk arra, hogy imádkozzunk és böjtöljünk, helyezzük magunkat Paul és Fioana helyébe. Képzeljük magunkat az etiópai helyébe! Képzeljük magunkat a szíriai menekült kisfiú helyébe! Szükségünk van az imára. Szükségünk van Isten igazságának a világosságára. Szükségünk van az evangéliumra. Segít rajtunk valaki? Elindul valaki? Törődik valaki?

Emlékeznünk kell arra, hogy ha nem részesültünk volna Isten gazdag kegyelmében és jóságában, mi magunk lennénk a szomszédban levő világ, azok, akik nem ismerik Krisztust. Hatalmas előjogban részesültünk, hogy ismerhetjük az igazságot. És ezzel együtt jár a másokért való felelősség is.

A nagy küzdelem című könyvben ezt olvassuk: *„Csak az örökkévalóságban fogjuk igazán megérteni, hogy milyen veszteség egyetlen lélek elvesztése”* (569. oldal).

Legyen ez az imánk ma: Remény a szenvedőknek, fény az elveszetteknek! Induljon meg a szívünk a szükségben levő világért!

Érjük el a szomszédban levő világot - missziós ötletek

Kellemes dolog új barátokat szerezni más kultúrákból. Ők más szemszögből látják a dolgokat, mint mi. Segítenek abban, hogy az életet mi is másként lássuk.

Annak az öröme mellett, hogy új barátokat szerezhetünk, ott van az a tény, hogy gyakran a más kultúráknak és nemzeteknek a mienktől eltérő vallásuk van. Lenyűgöző dolgokat fedezünk fel, amikor értékeiket és sajátunkat is mélyebben kutatjuk. Így, amikor barátságokat építünk ki, megvan az az előjogunk, hogy beszélhetünk nekik Jézus szépségéről és a Bibliában található igazság felmérhetetlen gazdagságáról.

Imádkozzunk Isten vezetéséért, miközben annak a lehetőségét keressük, hogy szeressük és kézzelfogható módon segítsük azokat, akik azért jöttek, hogy közöttünk éljenek. Emlékezzünk arra, hogy egy másik országba való költözés lehet izgalmas, de végtelenül nehéz is. Az emigránsok, menekültek és a nemzetközi diákok sok nehézséggel találják

szembe magukat, miközben az új környezetükhöz alkalmazkodnak, akik először csak a túlélésért küzdenek, majd pedig a boldogulásukért.

Ha épp most érkezünk volna egy új országba, vagy egy új környezetbe, nem örülnénk egy szívélyes fogadtatásnak?

Itt van néhány ötlet arra, hogyan segítheted az újonnan érkezőket abban, hogy otthon érezzék magukat:

Ajándékozz egy kosár olyan dolgot, amire szüksége lehet

Az újonnan érkezett menekültek gyakran kevés ingósággal érkeznek. Képzeld el az örömet, amikor egy tele kosár hasznos eszközzel köszöntöd őket új országukban, vagy új városukban.

Itt van egy néhány javaslat , hogy mi legyen azokban a kosarakban Terri Saelee-től, az Adventista Menekültek és Emigránsok Szolgálatának igazgatójától, az Észak-amerikai Divízióból.

Köszöntő csomag tartalma:

- mosószer csomag
- mosószappan, kézzszappan, sampon, kondicionáló, mosogatószer, szivacs és súrolók
-
- lepedők/ágytakarók (különlegesen puha, könnyen mosható lepedők) párnák, párnahuzatok
- törölközők (konyhai törölkők, kéztörölkők, fürdőszobai törölközők)
- zuhanyfüggöny
- naptár
- toll, ceruza
- papír
- olló
- tűzőgép
- gémpapoc
- sebtapas
- világatlasz
- helyi városi térkép
- helyi buszmenetrend
- fontosabb telefonszámok
- bármi más, amit Isten eszedbe juttat

Készíts köszöntő ebédet

Mindenki szeret enni, és mindenki szereti, ha szívélyesen köszöntik. Ebben a különleges tapasztalatban részesítheted egy köszöntő ebédrel azokat az embereket, akik lakóközösségedbe érkeztek.

Ezt mondhatod nekik: „Tudom, hogy csak nemrég találkoztunk, de szeretném, ha közelebről megismerkedhetnénk. Eljönne egy ebédet elfogyasztani otthonunkba? Szeretjük ezt tenni azokkal az emberekkel, akik frissen érkeztek. Ezzel azt szeretnénk mondani, hogy

Isten hozta a lakóközösségünkben! Talán egy kicsit furcsának tűnik, hogy egy idegen meghívja önt ebédre, de mi úgy gondoljuk, hogy bárki, aki új helyre költözik, örömet leli abban, hogy új barátokat szerezzen. Csatlakozik hozzánk?”

Emlékezzünk arra, hogy kultúrákban az emberek túl udvariasak ahhoz, hogy igent mondjanak. Nem akarnak élőszködni rajtad. Meg akarnak győződni arról, hogy tényleg úgy is gondoltad. Ezért várhatod, hogy azt mondja: „Köszönöm, nem.” Próbáld még néhányszor meghívni őket. „Tényleg szeretnék, ha eljönnének hozzánk ebédre. Ez egyáltalán nem okoz problémát nekünk. Ha nem tudnak eljönni most szerdán, mit szólna a jövő vasárnaphoz?”

Talán nem szeretsz főzni. Talán zavar az, ha idegenek jönnek otthonodba. Ebben az esetben elviheted őket valahova vacsorázni. Egyes frissen érkezettek amúgy is kényelmesebbnek érzik egy idegennel egy étterembe menni első alkalommal. Ezt mondhatod: „Azzal szeretnék a lakóközösségünkben köszönteni, hogy elvisszük kedvenc éttermünkbe. Az ételek szokatlanok lehetnek számára, de megmutatom azokat az ételeket, amelyek valóban finomak. Valamikor én is kipróbálnám az ön országának ételeit.”

Azonban próbáld meg elmozdulni az otthoni környezet felé. „Mindenütt jó, de legjobb otthon” - ahogy a szólás is mondja, s való igaz, hogy közelebb kerülhettek egymás szívéhez egymás otthonában.

Talán a többi szomszédot is bevonhatod a köszöntő vacsorába azzal, hogy egy „tömb partit” szervezel, amihez a tömbházban lakók mindegyike hozzájárul valamilyen étellel és jobban megismerkedtek egymással, főleg az újonnan érkezettekkel.

Szervezz egy különleges ebédet a gyülekezettel

Ha a különböző kultúrákból nagyobb csoportok élnek a lakókörnyezetekben, vagy újonnan érkezett emigránsok, menekültek és külföldi diákok jöttek, megfontolhatjátok, hogy az egész gyülekezetet bevonjátok egy meglepetés ebéd szervezésébe.

Tervezzetek egy közösségi ebédet, amelyre sok embert megkértek, hogy hozzanak ételeket, ha lehetséges különböző nemzeti ételeket.

Amikor az asztalt megterítitek, helyezzetek el névkártyákat a tányérok mellett úgy, hogy vegyüljenek a vendégek barátaitokkal és a gyülekezeti tagokkal.

Előtte találkozzatok imádkozásra és beszéljétek meg, hogyan lehetek barátságosak. Írjatok össze jó kérdéseket, amelyeket feltehetnek.

Emlékeztessétek a gyülekezeti tagokat arra, hogy ez egy baráti kapcsolat kezdeményezés, ezért mutassanak igazi keresztény figyelmességet, ne a különbözőségekre összpontosítsanak, vagy megosztó témákra, mint politika vagy vallás. Kérd meg a gyülekezet tagjait, hogy hallgassák meg vendégeik szükségleteit, hogy később segíteni tudjatok nekik.

Ha a vendégek beleegyeznek, írjátok fel az elérhetőségeiket. Mondjátok nekik: „Más különleges eseményekről is szeretnénk szervezni, amelyekkel azt szeretnénk tudatni, örülünk, hogy itt vannak a városunkban.

Szervezz városnézést

Te ismered a lakóközösségedet, és az kellemes a számodra. Az újonnan érkezőknek azonban minden furcsa és ismeretlen. Elviheted a frissen érkezett menekülteket és a nemzetközi diákokat egy városnéző körútra.

Vidd el őket művelődéssel kapcsolatos helyekre, mint például múzeumok, könyvtár vagy egy felnőtt oktatási centrum. Mutasd meg nekik a parkokat, sportlétesítményeket, turista látványosságokat a városban vagy a közelben. Hívd fel a figyelmet a templomokra, imaházakra, zsinagógákra és mecsetekre. Mutass be nekik állami és privát helyszíneket, amelyek különböző programokat ajánlanak, amelyek hasznosak lehetnek számukra. Mutasd meg nekik, hogy hol vásárolhatnak használt tárgyakat, ruhákat és élelmet diszkont áron.

Nyilván sok jó személyes ötletetek is van, de kérhetek ötleteket egy bevándorlótól is. Lehet, hogy ők olyan dolgokat is tudnak említeni, amelyekre te soha nem gondoltál volna, például azt, hogy hogyan találjon egy mosdót köztereken, vagy biztonságos-e csapvizet fogyasztani.

Családként fogadj örökbe egy családot

Hívd össze a családot és kérd, hogy csatlakozzanak hozzád egy menekült vagy egy szükségben levő család örökbefogadásában a lakóközösségben.

Fogadhatsz egy cserediákot is. Sok család Kínában vagy Szaúd-Arábiában fizet azért, hogy fiuk vagy lányuk egy angolul beszélő családdal lakjon egy évig az Egyesült Államokban, vagy máshol. Egy nagy tanulási lehetőség családodnak, hogy valaki egy más kultúrából veletek lakjon. Ezen kívül egy csodálatos lehetőség a biztonságtevésre családod által, amint dolgoztok, imádkoztok, játszatok és küzdötök, mint keresztények.

Egyéb missziós módszerek a barátságok kialakulása után

- Hagyj egy kártyát az ajtajukban, amin tudatod velük, hogy örülsz, hogy találkoztál velük!
- Küldj egy születésnapi lapot vagy egy „jobbulást” kártyát, amikor ez időszerű
- Vigyél nekik házi készítésű finomságokat!
- Adj nekik bátorító irodalmat!
- Érdeklődj és tegyél fel kérdéseket életükről (anélkül, hogy túl indiszkrét lennél)!
- Kérdezd meg, hogy imádkozhatsz érettük, és ha igen, akkor hogyan!
- Hívd meg őket hozzátok ebédre!
- Hívd, hogy csatlakozzanak családodokhoz egy kellemes kiruccanásra, egy állatkertbe, parkba vagy más csendes helyre (légy készen a költségekről való gondoskodásra, ha valami pénzbe kerül)!
- Légy hiteles Isten iránti szeretetedben és életörömedben!
- Mondj el neki személyes tapasztalatokat! Az emberek vitatkozhatnak a hitelvekkel, de senki sem vitatkozhat a személyes tapasztalatokkal!
- Próbáld bemutatni őket azonos nemzetiségűeknek a gyülekezetben. Ez még erősebb kötelékeket teremthet!
- Hívd meg őket a különleges összejövetelekre, gyülekezeti programokra vagy evangelizációra!

- Imádkozzatok Istenhez, hogy továbbra is mutasson nektek ötleteket ahhoz, hogy elérjétek őket!
- És mindenek felett imádkozzatok, imádkozzatok és imádkozzatok!

Ez csak néhány ötlet a kezdéshez. A szomszédban levő világért való ima nagyon fontos. Azonban ezeket az imákat kövessék megfelelő tettek.

Köszönjük a szerzőnek, Scott Griswold-nak, hogy összegyűjtötte ezeket az ötleteket. További segédanyagokért és kitűnő ötletekért, hogy hogyan érjük el a közöttünk élő embereket, látogasd meg a következő honlapot: www.reachtheworldnextdoor.com

Hívás a biblikus imára és böjtre

Segédanyag az Ima- és böjtnaphoz

A Bibliában a böjt nem egy választható lehetőség, hanem egy adott dolog. Mt 6:17 nem azt mondja, hogy „ha böjtölsz”, hanem azt, hogy "amikor böjtölsz". A böjt mindig hozzátartozott a hívők életéhez, éppúgy, mint az ima vagy a Biblia tanulmányozása. Tény az, hogy a Biblia minden nagyobb szereplője böjtölt. Jézus még most is böjtöl: megígérte, hogy nem iszik szőlőlevet egészen addig, amíg együtt nem leszünk mindannyian a mennyben (lásd: Mt 26:29).

Gondolkodtál-e valaha Jézus jelenlegi böjtjén érted és értem?

Ha tanulmányozod a Bibliában szereplő összes böjtöt, azt fogod találni, hogy minden alkalommal, amikor Isten népe böjtölt, Isten hatalmas dolgokat tett értük. Az ellenségtől való szabadulástól háborúik idején, a természetfeletti szabadulásig a börtönből, a Szentlélek kitöltetéséig pünkösöd napján és így tovább, egy mintát láthatunk. És ez a minta ismétli magát végig a keresztény történelmen.

Hudson Taylor egyszer ezt mondta: *„Nyilvánvaló, hogy munkánk legnagyobb akadály a saját elképzelt erőnk; és a böjtben megtudjuk, hogy milyen szegény és gyenge teremtmények vagyunk - egy ebédetől vagy ételtől függünk egy kis erőért, amelyekre olyan könnyű támaszkodni”* (J. Hudson Taylor szerk., *China's Millions* [Kína milliói], 1887).

Természetesen a bibliai időkben a böjt nem csupán az ételektől való tartózkodást jelentette. A szív vizsgálatának az ideje volt, amikor az imádkozó Isten áldását kereste egy bizonyos helyzetben.

Az ihletett író így bátorít: *„Az ember gondolkozzon kevesebbet arról, hogy mit eszik, vagy mit iszik; a testi élelemmel, és sokkal többet a mennyei eledellel, amely életerőt és energiát ad az egész vallási tapasztalatnak”* (Ellen G. White: *Counsels on Diet and Foods*, 90. oldal).

Ha a böjthöz nem társul több idő a Biblia tanulmányozására vagy Isten keresésére imában, jobb ha nem böjtnek, hanem csak diétának nevezzük. Az igazi biblikus böjt nem diéta, és még csak nem is önigazult magatartás, amellyel másokat próbálunk lenyűgözni.

A külsőségekre építő böjttel kapcsolatosan, amelyet a farizeusok gyakoroltak, egy bibliamagyarázó ezt írta:

„Vajon nem érezzük mi is gyakran (még ma is), hogy valamiféle érdemszerző dolog van a kellemetlenségekben, amelyeket az önmegtartóztató cselekedeteinkben elszenvedünk? ... (azonban) a fájdalom és kellemetlenség, amelyet a legszigorúbb böjt által elszenvedünk, nem szerez semmilyen érdemet Isten színe előtt. Nem ez a böjt célja. A célja az igazság, igazságosság, jótékonyság és a szentség (Ésa 58:6-7); csak akkor lesz értéke, ha egy olyan eszköz lesz, amely rávilágít hibáinkra és segít megjavítani életünket” (Albert Barnes: Notes on the Bible [Jegyzetek a Bibliához], 1834; Ézs 58:5).

Fontos emlékezni arra, hogy nem érdemelhetjük ki Isten áldását vagy az imákra adott választ a böjttel, ahogy saját üdvösségünket sem. A böjt nem helyettesíti az engedelmességet, énünk alárendelését vagy a krisztusi szeretet. Hanem egy eszköz szívünk megtisztítására azoktól a dolgoktól, amelyek elterelik a figyelmünket Istenről és abban segít, hogy sokkal figyelmesebbek legyünk arra, amit Isten kér tőlünk életünkben és imáink által. Ezt az ígéretet kaptuk: *„Isten angyalai közel vannak azokhoz, akik alázatos szívvel mennyei vezetésre vágnak. Isten Lelke kitarja nekik az igazság gazdag tárházát” (Christ’s Object Lessons, 59. oldal).*

A korai adventistákhoz szólva Ellen White ezt írja: *„A mi kiváltságunk, hogy többet kapjunk Isten Lelkéből, ha böjtölünk és buzgóan imádkozunk.”* Az imát és a böjtöt összefüggésbe hozza a képességgel, hogy sokkal tisztábban mutassuk be Isten Igéjének igazságát a megtéretleneknek. Folytatásként ezt írja: *„El kell fogadnunk Isten ígéreteit és garanciáját és ezekben való hittel lépünk előre. Meg kell tanulnunk, hogyan mutassuk be az Ige igazságait a körülöttünk élőknek minden követelményével és minden bátorításával, hogy a megtéretlenek érezzék Isten Lelkének befolyását szívükön, elméjükön és jellemükön” (The Review and Herald, 1910. jan. 13.).*

Wesley Duewel a Hatékony ima (Mighty Prevailing Prayer) című könyvében a következőt írja:

„A reformáció nagy vezéregyéniségei lelki hadviselésükben, hogy helyreállítsák az egyház tisztaságát, természetesnek tartották a bibliai böjt alkalmazását. Luther Márton nem csupán heti egy alkalommal élt a böjt lelki fegyelmező eszközével, hanem gyakran beiktatott plusz böjtöket napi három órás imádsága mellé olyannyira, hogy gyakran kritizálták amiatt, hogy túl sokat böjtöl. Viszont ő áldást jelentett az egész egyháznak és befolyást gyakorolt a világra imáival, böjtjével és szent bátorságával... Kálvin Jánost szenvedélyes böjtölőnek tartották és megélte azt, hogy Isten hatalma végigsöpört egész Genfen. A morva keresztények böjtöltek, éppúgy, mint a husziták, valdensek, hugenották és a skót presbiteriánusok szövetségének tagjai. A böjtöt is magába foglaló ima nélkül nem lett volna Reformáció és a nagy ébredések sem történtek volna meg a századok folyamán” (181. oldal).

A Bibliában sok példát találunk Isten gyermekeinek böjtjére: bölcsességért (Dániel 1, Apcsel 14:23), szabadulásért (Eszter 4:16; 2 Krón 20:3), szolgálat kezdetén (Lukács 4), lelki megújulásért (Neh 9:1, Jóel 1:14, Jón 3:5), győzelemért a démoni elnyomás alól (Mt 17:21) és még sok másért.

Ellen White is felsorol sok okot amiért és amikor böjtölünk. Figyeljük meg a következőket:

- Böjtölünk akkor, amikor a Szentírás igazságait kutatjuk, hogy világos megértésre jussunk (*Counsels on Diet and Foods*, 187. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor mennyei bölcsességet keresünk, amelyet Isten megígért (uo., 188. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor Isten útmutatását keressük fontos tervek készítésénél (*Selected Messages*, 2. kötet, 364. oldal)
- Böjtölünk akkor, amikor képességeinket Isten szolgálatára szenteljük (*Bizonyságtételek a gyülekezeteknek*, 5. kötet, 134. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor Isten segítségét keressük válságos helyzetekben (*Bizonyságtételek*, 4. kötet 517-518. oldal)
- Böjtölünk akkor, amikor démoni megszállással találkozunk (*Jézus élete*, 431. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor több munkást kérünk Isten aratásába. (26. levél, 1883)
- Böjtölünk egységért a gyülekezet tagjai között (98. levél, 1902)
- Böjtölünk akkor, amikor szívünk megtisztítását és lelki megújulást keresünk (*Counsels on Diet and Foods*, 187-188. oldal)
- Böjtölünk akkor, amikor le akarjuk győzni a lelki kísértéseket (*Bizonyságtételek* 2. kötet, 202. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor étvágyunkat szeretnénk átállítani az egyszerű ételekre (*Counsels on Health* 148. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor betegségeket akarunk legyőzni (*Counsels on Diet and Foods*, 189. oldal).
- Böjtölünk buzgalmunk csökkenése és lanyhuló lelkeségünk ellen (Evangélium szolgálói 1892, 37. oldal)
- Böjtölünk akkor, amikor szorosabb Istennel való járást akarunk elérni az utolsó időben (*A Call to Stand Apart*, 69. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor elveszetteket szeretnénk behozni Isten országába (u.o.).

Azon kívül, hogy akkor böjtölünk, amikor különleges problémák és kérdések felmerülnek, létezik egy *haladó böjt is*, amelyet megfontolhatunk. Ez az, amit Jézus tett 40 napon keresztül, mielőtt szolgálatát elkezdte. Ezt kell tennünk nekünk is, mielőtt nagy döntéseket hozunk, vagy továbblépünk munkánkban, amikor meg akarunk győződni arról, hogy Isten teljes áldása van életünkön.

Az imának és böjtnek kéz a kézben kell haladni! Az ima az az eszköz, amely által megragadjuk Isten láthatatlan dolgait, miközben a böjt eszköze által elengedjük és elvetjük azokat a látható dolgokat, amelyekre hajlamosak vagyunk támaszkodni. Végeredményben az igazi böjt célja Ézsaiás 58 beteljesedése kell, hogy legyen. Erre a böjtre hív bennünket Isten.

„Az igazi böjt nem csupán formai szolgálat. A Szentírás leírja az Istennek tetsző böjtöt: »hogy megnyisd a gonoszságnak bilincseit, az igaznak köteleit megoldjad, és szabadon bocsásd az elnyomottakat, és hogy minden igazt széttépjete; [...] ha odaadod utolsó falatodat az éhezőnek, és az elepedt lelkűt megelégedted« (Ésa 58:6.10). Itt élénk tárul Krisztus munkájának igazi lelkülete és jellege. Egész élete önfeláldozás volt a világ

megmentésére. Akár böjtölt a megkísértés pusztájában, akár a vámszedőkkel evett Máté lakomáján, mindenkor életét adta az elveszettek megváltásáért. Az odaszentelődés igazi lelkiülete nem a tétlen gyászban, sem nem pusztán a test megsanyargatásában vagy az áldozatok sokaságában nyilvánul meg, hanem az én alárendelésében, a készséges szolgálatban Istennek és embernek” (Jézus élete, 225. oldal).

A Dániel böjt és még több részlet

A Dániel böjt Dániel próféta böjt tapasztalatán alapul, ahogyan azt a Biblia feljegyzi. Miközben nem ismerjük Dániel teljes étrendjét, egy néhány dolgról tudomásunk van. Dániel könyve első fejezetében Dániel úgy döntött, hogy nem eszik a király asztaláról, amit neki felszolgáltak, hanem csak zöldségeket evett és vizet ivott. Egy másik alkalommal (Dániel 10:2-3-ban) megvonta magától a kívánatos ételeket, a húst és a bort, amikor Istent imában kereste. A legtöbb bibliamagyarázó úgy gondolja, hogy a kívánatos ételek a kenyér és az édességek lehettek.

Néhány eltérést találhatunk az útmutatókban a modern Dániel böjttel kapcsolatosan abban, amit különböző emberek gondolnak arról, hogy mit együnk és mit ne együnk. **A mi tanácsunk azonban az, hogy ne ragadjunk le a részleteknél. Tegyük mindent egyszerűen. A legfontosabb dolog a böjtben nem az, hogy mi van a tányérodon, hanem az, hogy mi történik a szívedben.**

Ellen White ezt írja: *„Mostantól kezdve az idők végezetéig Isten népe vegye komolyabban a dolgot, legyen éberebb, ne bízzék saját, hanem Vezetője bölcsességében. Különítsünk egy böjt és imnapokat. Nem követelhetünk meg teljes tartózkodást az ételektől, hanem mértékletesen együnk a legegyszerűbb ételekből” (The Review and Herald, Feb. 11, 1904).*

Manapság a Dániel böjttel nem az a célunk, hogy pontosan lemásoljuk azt, amit Dániel tett, hanem a lelkiületet másoljuk, amivel ő ezt tette. Dániel buzgalma az Úr iránt arra készítette, hogy jobban éhezzen és szomjazzon a lelki eledel után, mint a testi után. És ez kell, hogy legyen a vágya mindenkinek, aki úgy dönt, hogy ezt a fajta böjtöt gyakorolja.

Ezekkel a gondolatokkal a fejünkben figyeljünk a következő általános útmutatóra.

Böjt útmutató

Fontos, hogy ne akadjunk fel azon, hogy mit szabad és mit nem szabad enni. Emlékezzünk arra, hogy a legfontosabb része a böjtnek az, ami a szívédben történik. Fizikai dolgokat megtagadunk magunktól azért, hogy az Urat kereshessük imában kevesebb figyelemelvonással és tisztább elmével. Azért böjtölünk, mert közelebb szeretnénk kerülni Istenhez. Személyes böjtünk különbözhet másokétól, de ez nem baj. Egyesek megpróbálnak szigorúbbak lenni, mint mások ételük megválasztásában, de ez nem teszi őket lelkibbé vagy szentebbé. Ez csupán azt jelenti, hogy más indítást kaptak. Így ezeket a javaslatokat csak javaslatoknak szánjuk, és semmi másnak. Az a cél, hogy egészséges határokat teremtsenek meg a böjt számára. Végeredményben azonban a döntés, hogy hogyan és milyen böjtöt gyakorlunk, csak Istenre és ránk tartozik.

Mai Dániel böjt étel lista

- **Minden gyümölcs** - friss, fagyasztott, szárított, préselt, befőtt
- **Minden zöldség** - friss, fagyasztott, szárított, préselt, konzerv
- **Minden mag** - amaránt, zab, barna rizs, árpa, köles és teljes búza

- **Minden dió és mag** - mandula, kesudió, mogyoró, pekándió, földi mogyoró, dió, tökmag, szezám, napraforgó mag, natúr mandulatej, mogyoróvaj
- **Minden hüvelyes** - szárított vagy konzerv: fekete bab, csicseri borsó, veteménybab, lencse, tarkabab, felezett borsó
- **Minden minőségi olaj** - avokádó, kókusz, szőlőmag, olíva, mogyoró, szezám, dió
- **Italok** - desztillált víz, szűrt víz, forrásvíz vagy gyógynövény teák.
- **Egyéb** - natúr mandula tej, kókusztej, rizstej vagy szójatej; gyógynövények, fűszer növények, só, natúr kókusz pehely, fűszerek, szója termékek és tofu

Kerülendő ételek a Dániel böjtben

- **Minden hús és állati eredetű termék**
- **Minden tejtermék** - vaj, sajt, tejföl, tojás, tej stb.
- **Minden édesítőszer** - agáve nektár, mesterséges édesítőszer, nád cukor, méz, melasz, nyers cukor, szirupok, stevia, cukor stb.
- **Minden kelesztett kenyér és élesztő** - sült termékek és Ezékiel kenyér (ha tartalmaz élesztőt és mézet)
- **Minden finomított és feldolgozott termék** - mesterséges ízesítőszer, vegyi anyagok, élelmiszer adalékanyagok, tartósítószer, fehér liszt, fehér rizs stb.
- **Sült ételek** - kukorica chips, sült krumpli, krumpli chips
- **Minden keményített zsiradék** - margarin, növényi zsiradék
- **Italok** - szénsavas italok, kávé, energia italok és fekete tea

További inspiráló gondolatokért a böjttel kapcsolatosan, ajánlom Ellen White *Étrendi és táplálkozási tanácsok* című könyvének 10. fejezetét, amely a 145. oldalon kezdődik.

Emlékezzünk arra, hogy sokkal hatékonyabb imáért és lelki áttörésért való böjt nem egy módszer tökéletesítése, hanem a szív megváltozása. Csak akkor lesz böjtünk igazán hatékony, ha hallgatunk a Szentlélek indítására és megengedjük neki, hogy életünk komolyabb alárendelésére vezessen el bennünket.

—Melody Mason, az *Együtt az imádságban* koordinátora
Generál Konferencia székhelye

Lelki áttörés

Írta: Janet Page

Szeretnéd életre kelteni lelki életedet? Mélyebb szenvedélyt kialakítani Isten iránt? Képesé válni arra, hogy eldöntsd, hogy mi Isten akarata életedben? Látni Istent, amint hatalmasan tevékenykedik életedben, családotban, gyülekezetben, lakókörnyezetben? A Biblia mélyebb ismeretére eljutni? Hogy több energiád legyen, és jobban érezd magad? Hogy boldogabb legyél és beteljesedjél Isten örömeivel és békéjével?

Próbáld ki a böjtöt és az imát!

Ne ess pánikba és kérlek, ne hagy abba az olvasást. Ez tényleg igaz. A böjt meg fogja változtatni az életedet és azok életét, akikért imádkozol.

Nem muszáj teljesen mellőznöd az étkezést, amikor böjtölsz. A következőket teheted:

- hagyd ki a desszerteket
- Egyél egyszerű ételeket, mint gyümölcsök, zöldségek és kenyér
- Hagyd ki az ebédet vagy a vacsorát (használd ezt az időt imádságra)
- Hagyd abba az étkezések közötti nassolást
- 1, 2 vagy 3 napig fogyassz friss zöldségeket és gyümölcsleveket (előtt konzultálj erről orvosoddal).
- Szüneteltesd a televízió nézést, videót, számítógépet, zenehallgatást, rádióhallgatást (használd ezt az időt imádságra).

Vond be gyermekeidet. A gyermekek komolyan veszik az imakéréseket és hiszik azt, hogy Isten meghallgatja őket. Néhány tevékenység:

- Egyetek egyszerű ételeket és mellőzzétek a desszertet.
- Vegyél egy helyi térképet és kérd a gyermekeket, hogy csatlakozzanak hozzád az egyes utcákért való imádságban.
- Vegyél egy világtérképet vagy földgömböt és kérd meg a gyermekeket, hogy csatlakozzanak hozzád a világ egy bizonyos területéért mondott imában.
- Tegyetek imasétát a környékért.
- Imádkozzatok együtt; imádkozzatok egyszerre egy bizonyos témáért; legyetek rövidek; imádkozzatok oda-vissza.

Miért böjtöljünk? Azért, mert Isten azt akarja, hogy böjtöljünk.

„De jönnek olyan napok, amikor elvételük tőlük a vőlegény, és akkor böjtölni fognak” Mt 9:15

„Mostantól kezdve az idők végezetéig Isten népe vegye komolyabban a dolgot, legyen éberebb, ne bízzék saját, hanem Vezetője bölcsességében. Különítsünk egy böjt és imanapokat. Nem követelhetünk meg teljes tartózkodást az ételektől, hanem mértékletesen együnk a legegyszerűbb ételekből” (Étrendi és táplálkozási tanácsok, 148. oldal).

Úgy böjtölj, ahogyan Isten indít. Ahogy Istennel időt töltesz, kérd meg Őt, hogy adjon vágyat neked a böjtre, mutassa meg, hogy mikor, milyen hosszú ideig és milyen fajta böjtöt gyakorolj.

„Bizonyos dolgokért javasolt és helyénvaló a böjt és ima. Isten kezében ezek a szív megtisztításának és az elme teljesítőképesége növelésének az eszközei. Imáinkra választ kapunk, ha megalázzuk lelkünket Isten előtt” (Étrendi és táplálkozási tanácsok, 147. oldal).

A BÖJT...

- a szív magatartása, amelyben megszakítjuk mindennapi életünk menetét azért, hogy egy bizonyos dologért vagy ügyért imádkozzunk.
- egy olyan eszköz, amelyet Isten dicsőítésére használhatunk és imameghallgatásokat nyerhetünk.
- egy eszköz, amely segítségével imádkozhatjuk Istent és alázatosan alárendelhetjük magunkat Neki.

BIBLIAI PÉLDÁK

Néhány lenyűgöző példa a böjt céljával kapcsolatosan:

A tanítványok böjtje:

Amikor megoldjuk a gonoszság köteleit önmagunkon és másokon. Ézs 58:6; Mt 17:21

Ezdrás böjtje:

Könnyíteni a súlyos terheken. Ézs 58:6; Ezsd 8:23

Sámuel böjtje:

Felszabadítani az elnyomottakat (fizikai és lelki). Ézs 58:6; 1Sám 7:6.

Illés böjtje:

Megtörni minden igát (legyőzni a mentális és érzelmi problémákat). Ézs 58:6; 1Kir 19:4, 8

Az özvegy böjtje:

Megosztani kenyerünket az éhezőkkel és gondoskodni a szegényekről. Ézs 58:7; 1Kir 18:16

Pál böjtje:

Megengedni Istennek, hogy világossága felragyogjon, mint a reggel, világos meglátásokat és perspektívát adva fontos döntések meghozatalánál. Ézs 58:8; ApCsel 9:9

Dániel böjtje:

Egészségünk helyreálljon. Ézs 58:8; Dán 1:8

Eszter böjtje:

Hogy Isten dicsősége megóvjon a gonosztól. Ézs 58:8; Eszter 4:16; 5:2