

Ima és böjtnap

Segédanyagok a 3. negyedévhez - 2017. július 1.

Téma:

Az Úr dönti el a csatát

Harcoljunk saját szívünkért

Tartalomjegyzék

Miért van szükség Ima- és böjtnapra?	1
Ima- és böjtnap ötletek és segédanyagok	2
Ezekre figyeljünk a böjttel kapcsolatosan	3
Ajánlott délutáni imaprogram és tevékenységek	4
Útmutató imaszolgálat vezetőknek	5
Harcoljunk saját szívünkért (imacélok)	7
Folytassuk a saját szívünkért való harcot imában.....	8
Függelék	9
Van egy ellenségünk – áhítat	9
Megszállott módon imádkozni	12
Mi mindenért imádkozzak?	13
Mire tanít minket a böjt?	14

Miért van szükség Ima- és böjtnapra?

Képzeld el, hogy szülő vagy és abban a tudatban készülsz elköszönni gyermekeidtől, hogy nem fogod őket látni, csak majd az Isten országában. Mi az a legfontosabb dolog, amit elmondanál nekik?

Jézusnak megvolt ez a dilemmája, amint kereszthalála után készült visszamenni a mennybe. Mi volt a lényege tanítványainak mondott utolsó szavainak? Ahogy utolsó imáit és tanításait olvassuk *János evangéliuma* 15-17. fejezeteiben, ismétlődő témákat fedezünk fel: egység, szeretet, Isten keresése ima által. Jézus vágyakozott arra, hogy cseperedőben lévő gyülekezete nemes céllal, egységben és missziós lelkülettel gyűljön össze. Ma, amikor a világunk soha nem tapasztalt módon polarizálódott, nemzetünknek és egyházunknak meg kell fontolni Jézus tanácsát, hogy keresse a Szentlelket és fogjon össze a misszióért. A feladat emberileg csüggesztőnek és lehetetlennek tűnik. Ezért kell úgy imádkoznunk, mint még soha a helyreállítás csodájáért, amelyet csak Isten adhat meg.

Arra hívunk, hogy imádkozz a belső szobádban. Hívunk, hogy imádkozz gyülekezeti családdal. Hívunk a világszéles *Megújulás és reformáció* ima és böjt kezdeményesébe. Talán

nem döntesz úgy, hogy teljesen tartózkodsz az enivalótól. Talán mellőzni fogod az édességet, a közösségi médiát, vagy egy ideig kevesebbet eszel, és növényi eredetű ételeket fogsz fogyasztani.

„Most és ezután, az idők végezetéig Isten népének sokkal buzgóbbnak kell lennie, sokkal éberebbnek, nem bízva saját bölcsességében, hanem Vezetője bölcsességében. Különítsenek el napokat a böjtre és az imára” (Ellen G. White: *Review and Herald*, 1904. febr. 11.)

Amint úgy döntesz, hogy sokkal jobban összpontosítasz az imára, Isten meg fog áldani és meg fogja erősíteni a szívedet az előttünk álló megpróbáló napokra.

Cindy Tutsch
a *Megújulás és reformáció* bizottság tagja

Ima- és böjtnap ötletek és segédanyagok

- **Alapige:** Péld 4:23
- Ajánlott prédikációcímek vagy témák a gyülekezetnek:

*Van egy ellenségünk
Ellenállás a támadásnak
Őrizzük szívünket imádsággal
Erősítsd meg a kezemet*

- Ajánlott gyermektörténet:

Mondjunk a gyerekeknek történetet Isten fegyverzetéről Ef 6:10-18 versei alapján! Bizonyosodjunk meg arról, hogy a gyerekek tisztában vannak a „fegyverzet” jelentésével, és tudják, miért viseltek fegyverzetet a katonák! Mondjuk el nekik, hogy a keresztényeket is arra bátorítja a Biblia, hogy viseljék ezt a fegyverzetet. A gonosz minden nap próbál rávenni minket arra, hogy olyat mondjunk vagy csináljunk, amit nem kellene. Viszont, ha felvesszük ezt a különleges fegyverzetet, az segít megvédeni minket, és biztonságban lehetünk.

Vezezzük végig őket a fegyverzet minden egyes darabján, és beszéljük meg, hogyan védenek meg minket, keresztényeket:

- **Az igazság öve:** - Az, hogy ismerjük Istent – tudjuk, ki Ő, és Ő kinek mond bennünket – segít minket abban, hogy erősek maradjunk. Úgy ismerhetjük meg az igazságot, ha tanulmányozzuk a Bibliát, valamint figyelünk szüleinkre, szombatiskolai tanítóinkra és a lelkészre, miközben Istenről beszélnek nekünk.
- **Az igazlelkűség mellvértje:** A katonák azért viseltek mellvértet, hogy az megvédje a törzsüket (a válltól csípőig terjedő terület), és ami még fontosabb, a szívüket. Mi úgy tudjuk megvédeni a szívünket, ha imádkozunk, megvalljuk bűneinket, és jó dolgokon gondolkozunk. Az, ha rossz dolgokat nézünk, olvasunk vagy hallgatunk, csak ártani fog a szívünknek.
- **A békesség saruja:** A katonák sarut viseltek, hogy megvédjék a lábukat, bárhová is mentek. A mi lelki értelemben vett „lábunk” akkor védett, ha a békesség útját járjuk. Ez azt jelenti, hogy megpróbálunk békességben maradni azokkal az emberekkel, akikkel utunk során találkozunk. A békesség gyakorlása azt jelenti, hogy kedvesek vagyunk az emberekhez,

nem vitatkozunk vagy veszekszünk, megbocsátunk másoknak, és bocsánatot kérünk, ha megbántottunk valakit.

- **A hit pajzsa:** A katonák arra használták a pajzsot, hogy megvédjék magukat az őket támadó fegyverektől, például nyilaktól, lándzsáktól. Istenbe vetett hitünket mi is pajzsként tudjuk használni, hogy az megvédjen minket. Amikor a gonosz megpróbálja velünk elhíttetni, hogy Isten nem létezik, vagy nem szeret minket, vagy nem tehetünk semmi érte, olyankor magunk elé tarthatjuk a hit pajzsát, ezzel megfékezzük ezeket a gondolatokat, és emlékeztetjük magunkat Isten ígéreteire.
- **A megváltás sisakja:** A sisak nagyon fontos része a fegyverzetnek, mert ez védte meg a katonák fejét. A mi „sisakunk” elménket és gondolatainkat védi. Amikor abba a kísértésbe esünk, hogy kételkedjünk Istenben, emlékezzünk arra, hogy Jézus meghalt értünk – ennyire szeretett bennünket!
- **A Lélek kardja:** A katonák arra használták a kardot, hogy legyőzzék ellenségeiket. Egy kardot nekünk is adott Isten: a Bibliát. Ha igeverseket memorizálunk, és történeteket jegyzünk meg a Bibliából, a Szentlélek emlékeztetni fog ezekre bennünket a legfontosabb pillanatokban, amikor szembe kell szállnunk a gonosszal.
- **Ima:** Miután megismertük Isten fegyverzetének összes részét, a Biblia arra hív minket, hogy imádkozzunk. Imádkozzunk azért, hogy Isten segítsen legyőznünk a gonoszt, amikor arra csábít, hogy rossz dolgokat tegyünk, és ne bízzunk Istenben.

ÖTLET: Online találhatsz kinyomtatható színezőket, így a gyerekeknek lesz egy képe egy fegyverzetben lévő kislányról, amit kiszínezhetnek. Ha vannak idősebb gyerekek is, nekik ki lehet nyomtatni egy szókeresőt, melyben a fegyverzet részei vannak elrejtve, vagy találhatunk ki egyéb elfoglaltságokat is, melyekkel a történet mondanivalóját szívükbe véshetjük. Egy forrás a feladatlapokhoz és színezőkhöz: www.dltk-bible.com.

- A 3. negyedév Ima- és böjtnapjának témája: „Harcoljunk saját szívünk védelméért”, valamint a világegyház imacéljaiért.
- Ajánlott délutáni imaprogram és tevékenység: Szánjunk minimum 2 órát erre, de engedjük, hogy a Szentlélek vezessen. Sokan az egész délutánra tervezik az imát.
- Ima és böjtnap áhítat: „**Van egy ellenségünk**”. Ezt el lehet mondani az imádságok előtt, vagy a prédikációval együtt, ha erre igény van.
- Információk és segédanyagok a böjttel kapcsolatban a mellékletben található.

Ezekre figyeljünk a böjttel kapcsolatban

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

Lehetséges böjtváltozatok: vízböjt, gyümölcsböjt, 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.

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 fegyelmező 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 engedelmességet, énünk alárendelését vagy a krisztusi szeretetet. Az üzenet így szól számunkra: „Az öngazult 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, akkor se vegyük el a kedvüket attól, hogy ezen a 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. Ha az Urat alázatos 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: „Megtartóztatjuk magunkat a világtól, hogy lakomázhassunk Jézussal!”

Ajánlott délutáni imaprogram és tevékenységek

- **Helyszín:**

Gyülekezetek össze a gyülekezeti teremben az imaalkalom elkezdéséhez.

- **Az imaalkalom:**

Néhány ének után, ami megteremti az áhítat légkörét, egy énekvezető vezesse a csoportot a *Harcold mindig híven...* című ének éneklésében (*Hitünk énekei*, 444)!

Ezt követően olvassuk el Péld 4:23 versét: „*Minden féltett dolognál jobban őrizd meg szívedet, mert abból indul ki minden élet.*”

Kezdő ima és köszöntés: Legyen egy imaszolgálati vezető vagy egy kijelölt vezető, aki köszönt mindenkit az imaalkalmon, és aki megtartja az áhítatot! Címe: „Van egy ellenségünk” – ha még nem lett megtartva az istentiszteleten. Aztán vegyék át az *Ima- és böjtnap* témáját: „Harcoljunk a szívünkért” – megtalálható a 9. oldalon.

Ima: Hagyjunk legalább két órát az imádságra! Ez az idő nagyon hamar el fog telni. Sokan szeretik az egész délutánt imában tölteni. Mindenképpen az ima legyen a központban! Ez egy imanap. Találsz egy olyan szakaszt, aminek az a címe, hogy „Imacélok” – megtalálhatod a 12. oldalon. Ezeket fénymásolni lehet és ki lehet osztani a résztvevőknek.

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 saját szívükért.

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

Ima téma: Harcoljunk a saját szívünkért

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 összekötik, és megakadályozzák 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. Kérd meg a résztvevőket, hogy dicsőítsék Istent azokért a dolgokért, amelyek a legjobban tetszenek benne. Bátorítsd a résztvevőket, hogy kezdjenek el egy éneket, és mindenki kapcsolódjon be. Idézzél bibliai szakaszokat, amelyek Isten dicsőítésére összpontosítanak és arra, hogy kicsoda az Isten. Sok zsoltár fókuszál Isten jellemére és arra, amit értünk tett. Ne siessétek el. Ha csoportokra osztod a résztvevőket, először kezd együtt egyetlen nagy csoportban. Aztán a bűnbánati rész után oszd őket kisebb csoportokra

Ha dicsőítéssel kezdjük, az imaközösséget így kezdhethetjük: „Drága Urunk, amint eléd jövünk ma, szívük tele van dicsőítéssel. Mielőtt gyülekezetünkért 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.

Zsolt 66:18-ban és Ézs 59:1-2-ben azt találjuk, hogy ha azt akarjuk, hogy Isten meghallgassa imáinkat, bűneinket meg kell vallanunk és el kell hagynunk.

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. Kérjük meg Istent, hogy vizsgálja meg a szívünket, győzzön meg bűneinkről, hozza nyilvánosságra kételyeinket, veszélyeztetettségünket és gyengeségeinket. Igényeljük Isten megbocsátásának ígéreteit, mint 1Jn 1:9. Aztán adj időt a résztvevőknek, hogy csendben imádkozzanak. Ne siess! Ahogy a jelenlevők imádkoznak, a vezető imádkozzon a

Szentlélek erőteljes kiadásáért minden résztvevőre. A bűnvallomás részt kövesse egy ének:
Mily fenséges a kegyelem...

Sok időt töltünk azzal, hogy másokért imádkozunk. Főleg, amikor együttesen tesszük ezt. Imakéréseket hozunk Isten elé barátokért és családtagokért, akik szenvednek, egészségügyi problémákkal néznek szembe, munkát keresnek, vagy szorosabb kapcsolatot szeretnének Istennel. Önmagunkért viszont alig kérünk imát. Ez az imanap kicsit másra fókuszál most, és talán ez furcsa, vagy kényelmetlen érzés lesz, de szeretnénk arra bátorítani az embereket, hogy imádkozzanak saját magukért, és a magukban vívott harcaikért, olyan módon, ahogyan még sosem tették. Talán azt gondoljuk, hogy önző dolog magunkért imádkozni, de tudnunk kell, hogy szükséges. Birtokában vagyunk a legnagyobb erőnek, ami segíti, vagy éppen gátolhatja Isten munkáját az életünkben. Még Jézus is imádkozott saját magáért.

Bátorítsuk a jelenlévőket arra, hogy imádkozzanak a saját **kapcsolatukért Jézussal!** Ez magában foglalhatja, hogy imádkozunk mélyebb vágyért Isten és az Ő igazsága iránt; erőért, hogy ellen tudjunk állni az ellenségnek; bátorságért, hogy véghez tudjuk vinni, amit Isten kér tőlünk; célért és motivációért; megbocsátásért, hogy más dolgokat helyeztünk Isten elé; és egy megújult elköteleződésért, hogy az Istennel töltött idő legyen a legfontosabb számunkra. Hagyjunk időt a csendes imára is, kérve Istent, hogy vizsgálja meg szívünket és mutassa meg nekünk, mik azok a dolgok, melyek közé és közénk állnak! Valljuk be bűneinket, és újítsuk meg azt az elköteleződésünket, hogy Őt tesszük első helyre életünkben!

Kövessük Péter és Pál példáját, akik fogságuk után nem azért imádkoztak, hogy az életük könnyebb legyen, vagy ellenségeik megbűnhődjenek, hanem **bátorságot és merészséget** kértek Istentől. Imádkozzunk mi is ezekért. Imádkozzunk csoportosan, de vezessük csendes imádságban is az embereket, amikor magukért imádkozhatnak, hogy Isten mutassa meg nekik azokat a helyzeteket, amikor nagyobb bátorságra és merészségre lenne szükségük.

Kérjük meg a résztvevőket, hogy lapozzanak az *1Királyok* 3 fejezetéhez, és ahogyan Salamon is tette, imádkozzanak **bölcsességért, megértésért és tisztánlátásért** (9. vers). Ezt együttesen, nagy csoportban is tehetitek, ahol az emberek magukért imádkoznak, vagy mindenkiért közösen (például: „Uram, adj nekünk bölcsességet”); másik lehetőség pedig, ha két vagy három kisebb csoportban az emberek egymásért imádkoznak.

Ezután lapozzunk az 1Krn 4:10 verséhez, és imádkozzunk **áldásért, lehetőségekért és gyógyulásért!** Vezessük őket imádságban, ahogy Jábes tette:

- hogy Isten valóban áldjon meg minket.
- Imádkozzunk, hogy határaink szélesebbek legyenek, és új lehetőségeket kapjunk arra, hogy másokat Isten felé vezessünk.
- Imádkozzunk azért, hogy Isten távol tartsa tőlünk a gonoszt, és minket is attól, hogy másoknak kárt okozunk, valamint adjon meggyőződést abban, ha mégis bántottunk másokat, Ő gyógyulást és megbékélést tud hozni ezekbe a kapcsolatokba.

Lapozzon ezután mindenki a Gal 5:22-23 verseihez, és imádkozzunk, hogy a **Lélek gyümölcse** váljon mindenkiben kézzelfoghatóvá: szeretet, öröm, békesség, béketűrés, szívesség, jóság, hűség, szelídség és mértékletesség. Imádkozzunk minden gyümölcsért egyesével, emlékezve a Bibliában leírt ígéretekre!

Kérjük meg az embereket, hogy mondják el **egyéni kéréseiket**, a többiek pedig imádkozzanak azokért! Ezek magukban foglalhatják a munkahelyi, pénzügyi, egészségügyi és kapcsolati problémákat – bármit, amit az emberek hajlandóak megosztani, hogy a többiek imádkozhassanak értük. Emlékeztessük a résztvevőket, hogy minden, amit megosztanak az bizalmas, ezen az alkalmon kívül nem lesz megismételve sehol, és a kéréseknek most nem másokról kell szólniuk, hanem saját magukról. Bátorítsuk arra az embereket, hogy továbbra is imádkozzanak egymásért, és maradjanak kapcsolatban később, az imaalkalmon kívül is, hogy lássák, hogyan alakulnak a dolgok.

Miközben imádkozunk másokért, bátorítsunk mindenkit - példákon keresztül - arra, hogy a Biblia szavaival imádkozzunk, Isten ígéreteire emlékezve. Legyünk lényegretörőek! Imádkozzunk hittel! Tartson ez az imaalkalom addig, amíg a Szentlélek vezet minket!

Nyugodtan változtassunk az alkalom menetén, ha ismerünk olyan énekeket, amik egybecsengenek az elhangzott imákkal! „Az istentisztelet részeként az énekkel is ugyanúgy dicsőíthetjük az Urat, mint az imával. Sőt, az ének sokszor maga is ima” (Ellen G. White: *Nevelés*. Budapest, 2015, Advent Kiadó, 146. oldal)

Bátorítsuk arra a csoportot, hogy egyetértésben imádkozzanak, és igényeljék maguk számára Mt 18:19 ígését! Vannak ötletek arra, hogyan kezdjük az alkalmat, de a legfontosabb, hogy a Szentlélek vezessen minket! Az alkalmat együtt töltött idővel, hálaadással és dicséretekkel fejezzük be.

Harcoljunk saját szívünkért: Imacélok

Sok időt töltünk azzal, hogy másokért imádkozunk. Főleg, ha együtt imádkozunk másokkal. Imakéréseket hozunk Isten elé barátokért és családtagokért, akik szenvednek, egészségügyi problémákkal néznek szembe, munkát keresnek, vagy szorosabb kapcsolatot szeretnének Istennel. Talán azt gondoljuk, hogy önző dolog magunkért imádkozni, de tudnunk kell, hogy szükséges. Birtokában vagyunk a legnagyobb erőnek, ami segíti, vagy éppen gátolhatja Isten munkáját az életünkben. Még Jézus is imádkozott saját magáért!

- **Imádkozz Jézussal való személyes kapcsolatodért.** Imádkozz vágyért Isten, és az ő igazsága iránt; erőért, hogy ellenállhass a gonosznak; bátorságért, hogy azt tedd, amit Isten kér tőled; célért és akaraterőért; megbocsátásért, hogy más dolgokat helyeztél Isten elé; és erősebb elköteleződésért, hogy több időt töltesz Istennel.
- **Imádkozz bátorságért és merészségért.** Péter (és Pál úgy szintén), miután elfogták, majd kiszabadult a börtönből, nem azt kérte Istentől, hogy tegye egyszerűbbé a munkáját, hanem bátorságért imádkozott, hogy fentről jövő erővel szembe tudjon nézni a kihívásokkal és ellenségeivel.
- **Imádkozz, ahogy Salamon tette, bölcsességért, megértésért és jobb belátásért.**
 - **Imádkozz áldásért, lehetőségeikért és gyógyulásért. Emlékezz Jábes imájára az 1Krán 4:10 versében:**
 - Imádkozz azért, hogy Isten valóban megáldjon téged!

- Imádkozz, hogy az életed nagyobb területén legyen lehetőség másoknak bemutatni Istent!
- Imádkozz azért, hogy Isten tartson távol a gonosztól, és attól, hogy másokat megbánts!
- Imádkozz azokért az emberekért, akiket már megbántottál, és kérj gyógyulást ezekre a kapcsolatokra, valamint lehetőséget a jóvátételre.
- **Imádkozz, hogy a Lélek gyümölcsei váljanak nyilvánvalóvá életedben:** szeretet, öröm, békesség, béketűrés, szívesség, jóság, hűség, szelídség és mértékletesség (Gal 5:22-23). Imádkozz mindegyik gyümölcsért egyesével, emlékezve a Bibliában leírt ígéretekre.
- **Imádkozz a különleges szükségletekért,** mint például munka, kiadások, egészség, kapcsolatok, egyéb problémák.

Továbbá, kérlek, ezen az *Ima- és bűjtnapon* emlékezz meg imában a világszéles egyház imakéréseiről:

- Imádkozzunk a Női Szolgálatok Osztályáért minden helyi gyülekezetben, hogy nyitottak legyenek Isten elhívására és szolgálják a „legkisebb atyánkfiait”, úgy, mint Thábita/Dorkás az ApCsel 9 fejezetében.
- Imádkozzunk minden egyes gyülekezet Szombatiskola / Személyi Szolgálatok Osztályáért, miközben Isten akaratát keresik abban, hogyan szolgáljanak másokat a bibliatanulmányozás és személyes bizonyoságtételek által.
- Imádkozzunk azért, hogy minden tagnak lehetősége legyen arra, hogy misszionárius legyen a saját munkahelyén is – tanárként, szakácsként, bibliamunkásként, grafikusként, stb.

Folytassuk a saját szívünkért való harcot imában!

Kezünkben vannak olyan eszközök és források, melyekkel bátoríthatjuk a tagokat, hogy továbbra is imádkozzanak saját lelkükért és életükért. Így védhetik szívüket az ellenség támadásaitól, és így alakíthatnak ki mélyebb kapcsolatot Istennel. Képzeld el, milyenek lennének gyülekezeteink, ha minden tag naponta így imádkozna és növekedne!

- Bátorítsuk arra az embereket, hogy **kötelezzék** el magukat a rendszeres, személyes imádság mellett! Ez idő alatt engedjék Istennek, hogy megvizsgálja szívüket, vallják meg bűneiket, és imádkozzanak saját szükségleteikért és Krisztussal való kapcsolatukért. Készíthetsz nekik egy olyan kártyát, melyen kitölthetik, mikor fognak erre naponta időt szakítani. Beletehetik ezeket a kártyákat Bibliájukba, vagy pénztárcájukba.
 - Bátorítsuk őket arra is, hogy keressenek egy **imádkozó partnert**, akivel rendszeresen imádkozhatnak. Ezt tehetik személyesen, de akár telefonon, vagy e-mailen keresztül is, ahol megosztják egymással különleges kéréseiket, és közösen imádkoznak ezekért.
 - Az **imaórákon** kérjük arra az embereket, hogy ne csupán másokért imádkozzanak, hanem önmagukért is.

- Írj listát azokról a **könyvekről**, melyek segítenek a személyes imaéletünkben, és oszd meg azt a többiekkel! Néhány lehetőség:
 - Frederick Pelsler: *Imádság a gyakorlatban* . Budapest, 2002, Advent Kiadó
 - Derek J. Morris : *A radikális imádság*. Budapest, 2011 , Advent Kiadó
 - Roger Morneau: *Az ima ereje*. Budapest, 2002, Advent Kiadó
 - *Imádkozz esőért! Útmutató az együttes imádság gyakorlásához*
<http://cdn.ministerialassociation.org/docs/languages/hungarian/UnitedPrayer-Hungarian.pdf>
 - *40 reggel Jézussal* .
http://adventista.hu/download/szemelyes_misszioszolgalatok/40-reggel-Jezussal.pdf
 - Stormie Omartian: *Az imádkozó szülő hatalma*. Budapest, 2001, magánkiadás

FÜGGELÉK

Van egy ellenségünk

Gondolatok az *Ima- és böjtnapra* (2017. július 1.)

Van egy ellenségünk. A Biblia mondja ezt nekünk, és vádlónak hívja ezt az ellenséget (Jel 12:10). Egy ordító oroszlánhoz hasonlítja, mely szerte jár, és keresi, kit nyeljen el (1Pt 5:8). Azt is mondja, hogy azért jött, hogy lopjon, öljön és pusztítson (Jn 10:10). Ez nem olyan „az ördög kényszerített arra, hogy megtegyem” típusú ellenség. Szeretné, ha így gondolnánk rá – ő kísért a rosszra, és mi csak azt mondjuk, „nem”. Vagy néha „igennel” válaszolunk, de utána megvalljuk bűnünket, Isten megbocsát, és egy kicsit összeszedjük magunkat. Nem, a helyzet sokkal súlyosabb ennél!

Támadás alatt állunk. Életünk minden egyes napján. Csak sokszor nem vagyunk tudatában. Próbálunk jó életet élni. Távol a bűntől. És igen, az ördög csábítani fog a bűnre, de ennél is komolyabb dolgokat tesz. Meg akarja akadályozni, hogy higgyünk Istenben, higgyünk az Ő ígéreteiben, hogy bízunk benne és szolgáljuk őt. Meg akarja akadályozni azt, hogy olyan életet éljünk, amit Isten tervezett számunkra: bőséges életet telve örömmel, békével, kegyelemmel és megbocsátással; olyan életet, ami mások áldására szolgál. És megteszi, akármibe is kerül is. Tanulmányoz minket, és tudja, milyen támadással tudja a legsúlyosabb károkat okozni. Célja mindig az, hogy szívünket elrabolja.

Nehémiás nem volt külön tőlünk. Az ellenség készen állt rá, hogy megakadályozza abban, amire Isten elhívta őt. De ő felismerte, mi folyik körülötte, és nem adta fel.

„Küldje Szanballat és Gesem hozzám ilyen üzenettel: Jer és találkozzunk a faluk egyikében, az Onó-völgyében; **holott ők gonoszt gondoltak ellenem**” (Neh 6:2 - a kiemelés tőlünk származik).

Ez elég ártatlannak hangzott. Találkozzunk. Beszélgessünk. Az ellenség támadásai sokszor aprók, de mindig elterelik a figyelmünket Istenről – arról, akik vagyunk Benne; arról, hogy ki Ő; és arról, mire hívott el bennünket. Sátán minden vágya az, hogy megakadályozza, hogy azt

tegyük, amire Isten elhívott bennünket, és hogy azok az emberek legyünk, akiknek Isten teremtett minket. Nehémiást nem lehetett eltántorítani. *„Küldék azért követeket hozzájuk ilyen üzenettel: Nagy dolgot cselekszem én, azért nem mehetek alá; megszűnnék e munka, ha attól eltávoznán, hozzátok mennék”* (3. vers) Nehémiás felismerte azt, hogy Isten egy „nagy munkára” hívta el. Nem engedte, hogy bármi megakadályozza ebben.

Viszont az ellenség nem adta fel egykönnyen. Kitartó volt és hajthatatlan, ezért más taktikát választott. *„Ezek után Szanballat ötödször is hozzám küldte az emberét ugyanilyen módon, kezében nyílt levéllel, melyben ez állt: A szomszéd népek közt az a hír járja, és Gasmu is mondja, hogy te és a zsidók azért építitek a várfalat, mert pártot akartok ütni, és hogy te leszel a királyuk e szóbeszéd szerint”*. (5-6. vers, ÚRK). Mivel Nehémiást nem lehetett félrevezetni, az ellenség pletykákat indított róla, hogy csorbítsa hírnevét és elferdítse az igazságot róla. Az ellenség most a jellemét támadta.

Ez sokunkat érzékenyen érinthet. Meg szeretnénk védeni magunkat. Érdekel, mit gondolnak mások arról, hogy kik vagyunk mi, és mit teszünk – néha túlságosan is. Az ellenség tudja ezt, és tudja, hogy teheti ezt személyessé. A Biblia okkal hívja őt „vádlnak”.

Nhémiás nem kezdett el védekezni, és nem hagyta abba, amit csinált. *„Én pedig ezt az üzenetet küldtem neki: Nem történt semmi olyan, amiről te beszélsz, hanem csak magadtól gondoltad ki mindezt a szívedben”* (8. vers, ÚRK). Nehémiás tudta az igazságot. Nem érezte úgy, hogy vitatkoznia kellene, vagy megvédenie magát az ellenség előtt. Bízott Istenben, hogy Ő gondoskodik arról, mit hisznek mások róla, ezért folytatta a munkát. Mint Nehémiás, mi is bízhatunk Istenben, hogy Ő gondoskodik arról, mit hisznek mások rólunk. Emlékezzünk erre, és folytassuk a munkát, engedve Istennek, hogy megvédjen minket és a becsületünket.

Oka volt a folyamatos támadásoknak. Nehémiás tudta, mi az ellenség célja. *„Mert ezek meg akartak minket rettenteni, és azt gondolták: Kezük abbahagyja a munkát, és az félbemarad”* (9. vers, ÚRK). Az ellenség azt akarta, hogy féljenek, és ezért hagyják félbe a munkát. Szanballat tudta, hogy ha folytatják a munkát, akkor sikeresen megépül a fal, mely megvédi Jeruzsálemet, így mindenképp meg akarta akadályozni ezt. A mi ellenségünk szintén tudja, hogy Isten egy „nagy munkára” hívott el bennünket, és ezt kell véghezvinnünk.

Nhémiás folytatta a munkát.

Szanballat lefizette Nehémiás egyik barátját, hogy eltegye őt láb alól. *„És én elmentem Semájának, aki Mehétabeél fia vala, és őt bezárkózva találtam, és monda: Menjünk az Isten házába, a templom belsejébe és zárjuk be a templomnak ajtait, mert eljőnek, hogy megöljenek téged, és pedig éjjel jönnek el, hogy megöljenek”* (10. vers).

Jó tervnek hangzik, nem? Menjünk az Isten házába. Rejtőzzünk ott el, hogy ne találjanak meg minket. A gyülekezet az Isten háza. Az jó, ha odamegyünk, nemde? Nehémiás biztonságban lenne ott. Az üzenet pedig egy olyan baráttól jött, aki törődött Nehémiással, igaz? De Nehémiás felismerte, hogy ez ismét az ellenség támadása. Az ellenség arra készítette őt, hogy féltse az életét, és bűnt kövessen el azzal, hogy a templomban bujdosik. (Megjegyzés: lehetséges, hogy Nehémiás eunuch volt, ezért be sem mehetett a templomba.) Érdekes eset lett volna, ha az építkezés vezetője a templomban bujdosik, miközben a többiek életüket

kockáztatják az építkezéssel, folyamatos támadások alatt. Az ellenség felhasználta Nehémiás egyik közeli barátját arra, hogy elcsábítsa a munkától, és egy olyan helyen bujkáljon, ahova Isten nem mondta, hogy menjen (11-13 vers).

Hihetőnek tűnt, és még talán jó ötletnek is. Sokszor az ellenség úgy próbál távol tartani a ránk bízott munkától, hogy jó dolgokkal vonja el a figyelmünket. Még akár gyülekezeti dolgokkal is. De ha valami megakadályoz minket abban, hogy Isten munkáját végezzük, az bűn. Néha az ellenség még a barátainkat is felhasználja, hogy elterelje a figyelmünket az Istenért végzett munkáról, vagy arról, ahogy élnünk kellene.

Nehémiás felismerte ezt, ezért tovább dolgozott és imádkozott. *„Azért hát, oh Uram! erősítsd meg az én kezeimet”* (9. vers). Imádkozott magáért. Sokszor imádkozott másokért is, de ezúttal a harc személyes volt, ezért a saját erejéért és bátorságáért imádkozott. Nehémiás megértette azt, hogy harcban áll és ezért a szívének szüksége van védelemre. Emlékeztette magát az igazságra. Isten elhívta egy nagyszerű munkára. Ellenállt a kísértésnek, hogy megvédje magát, és folytatta a munkát, nem törődve azzal, hogy mások mit gondoltak, vagy mondtak, mindaddig, amíg azt tehette, amit Isten kért tőle. Még azt is felismerte, amikor egy „barát” ment kísérteni, s arra csábította, hogy az ellenkezőjét tegye annak, mint amit Isten parancsolt. Mindeközben ő imádkozott, és kapcsolatban maradt azzal az Egyetlennel, akinek felajánlotta életét.

Isten arra hív minket, hogy ugyanezt tegyük. Az Ő szava felszólít minket arra, hogy ez legyen a legfontosabb, amit teszünk: *„Minden féltett dolognál jobban őrizd meg szívedet, mert abból indul ki minden élet”* (Péld 4:23).

Isten arra szólít fel minket, hogy őrizzük meg szívünket, mert tud két dolgot. Először is azt, hogy a szívünk támadás alatt áll. Van egy ellenségünk, aki azt szeretné, hogy ne legyen uralmunk saját szívünk felett, és adjuk fel. Másodszor pedig azt, hogy minden, amit teszünk, és minden, amik vagyunk, a szívünkből jön. Az ellenség tehát ezért dolgozik olyan keményen azon, hogy átvegye az uralmat szívünk felett. Nem akarja, hogy azok az emberek legyünk, akiknek Isten elhívott bennünket. Fél tőlünk. Fél attól, hogy mi fog történni, ha úgy élünk, hogy tudjuk: Isten az, akinek mondja magát, és mi is azok vagyunk, akiknek Ő mond minket. Fáradhatatlanul és könyörtelenül olyan utakat keres, ahol meg tud minket zavarni, megkérdőjelezi, kik vagyunk, és mit szeretnénk, kételkedést és félelmet szít elménkben, vagy bűnre csábít – ilyenkor elhitetheti velünk azt is, hogy jót teszünk – annak érdekében, hogy megakadályozzon minket abban, hogy azt tegyük, amire Isten elhívott minket.

Mint Nehémiás, mi is úgy állhatunk ellen a gonosznak, ha nem csupán másokért imádkozunk, hanem saját magunkért is. Úgy őrizhetjük meg szívünket, ha elhisszük, hogy van egy ellenségünk, és figyelünk hazugságaira, támadásaira. Megvédhetjük a szívünket, ha kapcsolatban maradunk Istennel, és példája alapján cselekszünk. Isten elvégzi a többit. Ő megígérte azt, amiben biztosak lehetünk: *„hogy aki elkezdette bennetek a jó dolgot, elvégzi a Krisztus Jézusnak napjáiig”* (Fil 1:6).

Összegzés—Ismétlésképp

Összefoglalás—Csak, hogy emlékezzünk Az ellenség személyessé teszi a harcot. Fáradhatatlan, ezért rengeteg módszert kipróbál arra, hogy távol tartsa Nehémiást attól, hogy azt tegye, amire Isten elhívta.

- Megpróbálja elterelni a figyelmét azzal, hogy egy „találkozóra” hívja.
- Megpróbálja hírnevét besározni, és védekezésre készíteni.
- Meg akarja félemlíteni, hogy abbahagyja az építkezést.
- Megpróbálja bűnre csábítani – még azzal is, hogy a templomba menjen.

Nekünk is van egy ellenségünk, aki meg akar minket akadályozni abban, hogy olyan emberek lehessünk, akiknek Isten alkotott minket, és azt a munkát végezzük, amire szánt minket.

Tanulhatunk Nehémiás válaszaiból:

- Ismerjük fel, hogy van egy ellenségünk, aki el akar pusztítani!
- Álljunk ellen az ellenség hazugságainak és kísértéseinek!
- Imádkozzunk, és Istentől kérjük erőt!
- Folytassuk azt a munkát, amire Isten elhívott!

Megszállott módon imádkozni

Amit a Biblia mond

*„Semmi felől ne aggódjatok, hanem imádságokban és könyörgésekben **minden alkalommal** hálaadással tárjátok fel kívánságaitokat az Isten előtt. És az Istennek békessége, mely minden értelmet felül halad, meg fogja őrizni szíveiteket és gondolataitokat a Krisztus Jézusban” (Fil 4:6-7).*

„Szüntelen imádkozzatok” (1Thessz 5:17).

„Sőt tőlem is távol legyen, hogy az Úr ellen vétkezzem és felhagyjak az érettetek való könyörgéssel; hanem inkább tanítani foglak titeket a jó és igaz útra” (1Sám 12:23).

Lépések, hogy kitartóan, megszállott módjára imádkozhassunk:

1. Légy kapcsolatban Istennel!
2. Hidd el, hogy van harc!
3. Hidd el, hogy Isten válaszol!
4. Higgy az ígéretekben!
5. Légy hálás!
6. Légy kitartó!
7. Légy radikális!

Hogyan éljük meg?

1. Imádkozz másokkal
 - Kérd Istent, hogy emlékeztessen, imádkoznod kell másokért!
 - Kérdezd meg Őt, hogy miért imádkozz – hogyan imádkozzak értük/magamért; mit szeretnél Te?
2. Imádkozz rendszeresen!
 - Amikor az élethelyzetek arra indítanak
 - Vezetés közben
 - Amikor éjszaka felébredsz, és nem tudsz visszaaludni

3. Imádkozz a Biblia alapján

- Keresd meg az imádságokat a Bibliában!
- Jelöld, és dátumozd őket!
- Vezess naplót!

Az ima nem egy varázspálca. Nincsenek olyan „helyes” szavak, amik meggyőzik Istent, hogy válaszoljon végre. Az ima a bizakodás és hit kalandja. Az ima meg fog változtatni dolgokat. Legfőképpen téged.

Daughter-in-Awe Ministries 2013,
Tamyra Horst daughterinawe@yahoo.com

Mi mindenért imádkozzok?

„Ezokáért meghajtom térdeimet a mi Urunk Jézus Krisztusnak Atyja előtt, akiről neveztetik minden nemzetség, mennyen és földön, hogy adja meg néktek az Ő dicsősége gazdagságáért, hogy hatalmasan megerősödjete az Ő Lelke által a belső emberben; hogy lakozzék a Krisztus a hit által a ti szívetekben; a szeretetben meggyökerezvén és alapot vevén, hogy megérthessétek minden szentekkel egybe, mi a szélessége és hosszúsága és mélysége és magassága az Isten jóvoltának, és megismerjétek a Krisztusnak minden ismeretet felül haladó szeretetét, hogy ekképpen beteljesedjete az Istennek egész teljességéig” (Ef 3:14-19).

1. Lelki utazás

- Egy bensőséges, valódi utazás
- Hogy megismerjük Istent
- Hogy megértsük Isten szeretetét
- A Lélek gyümölcseiért (Gal 5:22-23)
- Isten akaratáért és jóindulatáért (1Krón 4:9-11)

2. Kapcsolataink

- Barátok
- Munkatársak és főnökök
- Osztálytársak és tanárok (iskolában és gyülekezetben)
- Ellenségek, nehéz kapcsolatok
- Házastárs, barát/barátnő
- Szülő/gyermek

3. Személyes

- Cél és akarat
- Bölcsesség, megértés, a szív nagysága (1Kir 3:9; 2Krón 1:10; Kol 1:9-10)
- Jellem
- Bűn és kísértés
- Megbocsátás
- Egészség
- Küzdelmek és kihívások

Amikor másokért imádkozol...

- Imádkozz velük személyesen!
- E-mailben írd nekik egy imát!
- Küldd el nekik az imát cédulákon vagy képeslapokon!
- Imádkozz értük telefonon keresztül!
- Kövesd nyomon mi történik, és kérdezd meg Istent, hogy mire készül!

© Daughter-in-Awe Ministries 2009, Tamyra Horst
daughterinawe@yahoo.com

Mire tanít minket a böjt?

Írta: Dr. Derek Morris

A. Böjt a Szentírásban

a. A böjt formái

- i. Normál böjt—Lk 4:1- 2.
- ii. Részleges böjt—Dán 10:3.
- iii. Teljes böjt—Eszter 4:16; ApCsel 9:9.
- iv. Emberfeletti böjt—5Móz 9:9.

b. Jézus tanításaiban

- i. Tanulmányozzuk Mt 6:16-18 és 9:14-15 verseit.
- ii. Mit tudunk meg a böjtről Jézus tanításai alapján?

B. Nyerjük betekintést a lelki böjtről Ellen White írásaiban!

- a. „Az a böjt — amelyre Isten szava utal — több, mint üres formaság. Nemcsak abból áll, hogy az eledeltől tartózkodunk, zsákba öltözünk, és hamut hintünk a fejünkre. Aki bűnei miatt bánkodik, s ezért böjttől, az nem kívánja mutogatni. A böjtnek Istentől elrendelt célja nem az, hogy a testet a lélek bűneiért kínozzuk, hanem hogy segítségünkre legyen a bűn gyalázatának felismerésében, s hogy szívünket Isten előtt megalázzuk, és megbocsátó kegyelmét elnyerjük.” (Ellen G. White: *Gondolatok a hegyibeszédről*. Budapest, 2005, Élet és Egészség Könyvkiadó, 77. o.).
- b. „Az igazi böjt, melyet mindenkinek javasolnunk kell, a bárminemű serkentő ételtől való tartózkodás és olyan egészséges, egyszerű ételek helyes fogyasztása, amelyekkel Isten bőségesen ellátott bennünket. Az emberek kevesebbet gondoljanak a földi táplálékra, hogy mit egyenek, igyanak és sokkal többet a mennyei táplálékra, mely az egész vallásos életnek megadja alaphangját és életerejét.” (Ellen G. White: *Étrendi és táplálkozási tanácsok*. Budapest, 2001, Advent Kiadó, 148. o.).
- c. „Mostantól kezdve az idők végezetéig Isten népe vegye komolyabban a dolgot, legyen éberebb, ne bízzék saját, hanem Vezetője bölcsességében. El

kell tekinteniük a böjt és imnapoktól. Nem lehet megkövetelni a teljes tartózkodást az ételektől, hanem mértékletesen egyenek a legegyszerűbb ételekből.” (i.m., 148.o.).

- d. „Bizonyos dolgoknál javasolt és helyénvaló a böjt és az ima. Isten kezében ezek a szív megtisztításának és az elme befogadóképessége elősegítésének eszközei. Imáinkra választ nyerünk, mert megalázzuk lelkünket Isten előtt.” (i.m., 147. o.).
- e. „Az igazi böjt és ima lelkülete az a lelkület, mely Istennek engedi át a gondolkodást, a szívet és akaratot.” (i.m., 148. o.)
- f. „A világ összes böjtje nem helyettesíti az Isten szavába vetett őszinte hitet.” (i.m., 148. o.).

C. A lelki böjt célja

- a. A böjt segít, hogy figyelmünket Istenre összpontosítsuk.
- b. A böjt imára hív minket.
- c. A böjt megmutatja nekünk azokat a dolgokat, melyek uralnak minket.

D. Hogyan kellene böjtölnünk?

- a. Tervezz el egy 24 órás böjtöt!
- b. Egyél keveset és nagyon egyszerű ételeket, vagy ihatsz kizárólag gyümölcsleveket!
- c. Igyál rengeteg tiszta vizet!
- d. Kezdd a böjtöt imával, majd egy tápláló és egészséges reggelivel. Másnap reggel egy tál friss gyümölcssel fejezd be a böjtöt, és tarts egy különleges hálaadást! Emlékezz arra, hogy ne „reklámozd” a böjtödet! Az ilyen hozzáállás csak önteltséghez vezet, és megfoszt azoktól az áldásoktól, melyet Isten tartogat számodra ezen az alkalmon.
- e. Fontold meg azt, hogy hetente egy napot erre a lelki böjtre szánj!

E. Tervezz egy normál vagy teljes böjtöt, amikor nagyobb szükséged van Istenre!

- a. Amikor problémák vesznek körül, Isten talán arra készítet, hogy egy normál vagy teljes böjtöt tarts!
- b. Jusson eszedbe, hogy ez idő alatt szigorúan korlátoznod kell tevékenységeidet. (Konzultálj az orvosoddal, ha azt gyanítod, az ilyesfajta böjt rossz hatással lehet az egészségedre.)

F. Ne vidd túlzásba—abban már nincs semmi érdem, ha „maratoni böjtöt” tartasz

- a. Ellen White ezt írja: „Nektek nem kell negyven napig böjtölnötök. Az Úr viselte értetek el azt a böjtöt a kísértés pusztájában. Az ilyen böjtben nem lenne érdem; az érdem Krisztus vérében van.” (*i.m.*, 148. o.).

Dr. Derek Morris a Hope Channel igazgatója és a Remény Szombatiskolai TV műsor házigazdája.