

Ima és böjtnap

Segédanyagok az 1. negyedévhez - 2018. január 6.

Téma:

Megerősödve az Ige hatalma által

Járjunk közben családjunkért

Tartalomjegyzék

Miért van szükség Ima- és böjtnapra?	1
Ima- és böjtnap ötletek és segédanyagok	2
Ajánlott délutáni imaprogram és tevékenységek	4
Útmutató imaszolgálat-vezetőknek	4
Járjunk közben családjunkért (imacélok)	6
Függelék	8
Szent közösség – áhítat	8
Mire tanít minket a böjt?	10
Imák és ígéretek családi közösségednek	12

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 kezdeményezésébe. 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

- **Szombati istentisztelet**
 - **Alapige:** Zsolt 127:1; 5Móz 7:9
 - Ajánlott prédikációcímek vagy témák a gyülekezetnek:

*Elsősorban arra hívatnál, hogy az otthonodban legyél misszionárius
Harcoljunk az otthonunkért
Isten terve az otthonunkkal
Az otthon szent közössége*

- Ajánlott gyermektörténet: Személyes történet és annak tanulsága

Isten azért teremtette a családot, hogy egy erős közösség legyen az Ő dicsőségére. Nagyon szomorú az, amikor ez a közösség megtörik. Az otthon erős alapja és vezetése nélkül a gyermekek saját döntéseik alapján azt tehetik, amit épp akarnak. Ennek az eredménye egyes esetekben a bűncselekmény, más esetekben az iskolából való kimaradás, mások meg családot alapítanak, mielőtt elég érettek lennének a felelősségvállalásra. Ami a családokban történik, az van a gyülekezetben, az van a társadalomban, és az egész világban is. A jó hír az, hogy ha összetört családból érkezünk, Isten meg tud segíteni abban, hogy egy új útvonalat nyissunk a következő nemzedékeknek.

Mondj el egy történetet egy olyan gyermekről, aki széthullott családban nőtt fel, de amikor felnőtt, nagy dolgokat tett Istenért (mint például Ben Carson). Talán annak a gyermeknek imádkozó édesanyja vagy édesapja volt. Ha ez veled is megtörtént, mondd el a történetedet! Alkalmazd 1Móz 50:20-at a tanulság alátámasztására.

Választható lehetőség: Befejezésképpen énekeljétek a gyermekekkel: *Boldog a mi otthonunk, egymást szeretjük...* (*Mi Atyánk*, 70), vagy más, ideillő éneket.

A vezető számára: Ajánlott délutáni imaprogram biztosított. Szánjunk minimum 2 órát erre, de engedjük, hogy a Szentlélek vezessen. Sokan az egész délutánra tervezik az imát. Engedd meg a Szentléleknek, hogy Ő határozza meg az időt.

A vezető számára: Lásd: „*Útmutató imaszolgálat-vezetőknek*” (4. oldal)

A vezető és a résztvevők számára: Nyomtassuk ki az imalistát a résztvevők számára: „*Járjunk közben családunkért (imacélok)*”, valamint a világegyház imakéréseit is (6. oldal)

A vezető és a résztvevők számára: Nyomtassuk ki az „*Imák és ígéretetek családi közösségednek*” című anyagot a résztvevőknek, hogy idézni tudják azokat ima közben. Ajánlott kétoldalasra nyomtatni ezt az imalistát (Lásd: Függelék 8. oldal)

A vezető számára: Készítettünk egy Ima és böjtnapi áhítatot: „*A szent közösség*” címmel (Lásd: Függelék 8. oldal). Ezt el lehet mondani az imádkozás előtt, vagy fel lehet használni a prédikációban, ha így döntötök.

Ezekre figyeljünk a böjttel kapcsolatosan

Miközben nem mindenki tudja mellőzni az étkezést, 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.

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.

Bevezetés:

Néhány ének után, ami megteremti az áhítat légkörét, egy énekvezető vezesse a csoportot az *Ó boldog ház, mely befogadott téged* (HÉ 304), vagy a *Boldog a mi otthonunk...* című ének éneklésében (*Mi atyánk* 70) !

Kezdő ima és köszöntés: Legyen egy imaszolgálati vezető vagy egy kijelölt vezető, aki köszönt mindenkit az imaalkalmon, és aki megtartja az áhítatot! Címe: „*A szent közösség*” (Lásd: 8. oldal). Ezt kövesse Zsolt 127:1.

Eligazítások: Adj eligazítást az imádságokkal kapcsolatosan (Lásd: „*Útmutató imaszolgálat vezetőknél*” (4. oldal)) az ima ötletre vonatkozóan, amire oda kell figyelni és adj információkat a délutáni programról. Oszd ki az Ima- és böjtnap lapokat: „*Imák és ígéretek családi közösségnek*” (lásd: Függelék 8. oldal)

Ima: Hagyjunk legalább két órát a családoknak, hogy együtt imádkozzanak! Akiknek nincsenek jelen családtagjaik, csatlakozzanak saját imacsoportjukhoz. Ez az idő nagyon hamar el fog telni. Sokan szeretik az egész délutánt imában tölteni. Mindenképpen az ima legyen a központban! Ez egy imanap.

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 ígéretek igénylését, amikor családjukért és – amennyire lehetséges családjukkal – imádkoznak.

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 összekötik, és megakadályozzák azt, hogy a gyermekek vagy a felnőttek nyugtalaná váljanak.

Javasoljuk, hogy az alkalmat **dicsőítéssel és bűnvallással** kezdjük, mielőtt a tulajdonképpeni imacélokért elkezdünk imádkozni. Zsolt 100:4-re alapozva Isten kapuin hálaadással menjünk

be. 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.

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! Ha az ima idejére kisebb csoportokra osztod a gyülekezetet, kezdjétek együtt egy nagy csoportként, aztán oszd kisebb csoportokra a jelenlevőket. Amikor elérkezik az idő, hogy továbblépünk 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. 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...*

Ima a családi közösségekért:

Amint a családdal kapcsolatos különböző célokért imádkoztok, akár a sajátotokért vagy másokért, bátoríts mindenkit – saját példáddal – arra, hogy a Biblia szavaival imádkozzunk, Isten ígéreteire emlékezve. Legyünk lényegretörőek! Imádkozzunk hittel! Tartson ez az imaalkalom addig, amíg a Szentlélek indít 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!

Családok imájának az ideje:

A délutáni program egy bizonyos pontján küldd el a családokat, hogy saját családjuk körében együtt imádkozzanak. Erre biztosíts 30-60 percet. (Legyél bölcs, ahogy az időt meghatározod, vagy erről, mint csoport döntések közösen). A csoportok szétszéledhetnek a gyülekezeti terem különböző részeiben, vagy az imaszobában, vagy valamilyen más helyszínen, ahogyan eldöntitek. Kérjétek meg őket, hogy egy meghatározott időben csatlakozzanak újra a nagy csoporthoz.

MEGJEGYZÉS: Azoknak, akiknek nincsenek jelen családtagjaik.

Bátorítsd azokat, akiknek nincsenek jelen családtagjaik, hogy maradjanak a nagyteremben, és imádkozzanak távol levő szeretteikért vagy a gyülekezeti családjáért. Végül is mint gyülekezet,

egy család vagyunk. Egyeseknek talán ez az egyetlen valóságos családjuk, amivel rendelkeznek. Ezek a gyülekezeti tagok is az „*Imák és ígéretes családi közösségednek*” bekezdés alapján imádkoznak, ugyanúgy, ahogyan a családok. (Javasoljuk, hogy jelölj ki egy vezetőt, aki ezért a csoportért felel, miközben a családok máshol imádkoznak).

Ezek természetesen ötletek ahhoz, hogy elkezdjétek, de a legfontosabb az, hogy engedjétek meg a Szentléleknek, hogy vezesse a délutáni imaközösséget.

Fejezzétek be a délutáni imaalkalmat együtt **hálaadással és dicsőítéssel**.

Amennyiben az imacsoportok vezetéséhez több ötletre lenne szükségetek, töltsétek le az **Imádkozz esőért** című útmutató könyvecskét az egyesített imádság gyakorlásához: <http://cdn.ministerialassociation.org/docs/languages/hungarian/UnitedPrayer-Hungarian.pdf>

Járjunk közben családjukért (imacélok):

„Ha az ÚR nem építi a házat, hiába fáradoznak az építők. Ha az ÚR nem őrzi a várost, hiába vigyáznak rá az őrök.” (Zsolt 127:1)

Együttes imaidő:

- **Dicsőítsd Istent.** Kezdjük az ima idejét azzal, hogy időt töltünk Isten dicsőítésével és imádatával; azzal, hogy elismerjük, milyen csodálatos az ő lény. Ő meg tudja gyógyítani és helyre tudja állítani a megtört szíveket és a tönkrement családokat. Az erős családokat pedig még erősebbé tudja tenni.
- **Dicsőítsd Istent a családjukért.** Szakíts időt arra, hogy a családjukban levő gondoktól függetlenül, dicsőítsd Istent családjuk tagjaiért, akiket neked adott! Dicsőítsd Istent az erős családokért, akik hatással voltak az életedre és azokért a jó dolgokért, amelyeket ezekben vagy ezek által a kapcsolatok által adott neked!
- **Közösségi bűnbánat.** Ezek után térjétek át a közösségi bűnbánatra, kérve Istent, mint nép, hogy bocsássa meg önzőségünket és büszkeségünket, amelyek által az ellenség megvethette lábát otthonainkban és kapcsolatainkban. (Bátorítsd a résztvevőket, hogy vallják meg mindazt, amit Isten a szívükre helyez, miközben személyes és magánjellegű bűneiket csak személyesen Istennek mondják el).
- **Személyes bűnvallomás:** Különítsetek el időt a személyes, csendes bűnvallomásra, kérve Istent, hogy vizsgálja meg a szívünket, és hívja fel a figyelmünket minden meg nem vallott bűnre, amelyet el kell rendezni.
- **Könyörgés az egyházi vezetők családi kapcsolataiért:** Kérjük meg Istent, hogy húzzon egy védőkörletet az egyházi vezetők otthona köré, kezdve a helyi lelkésszel, vénnel, diakónussal, aztán rátérhetnek az egyházterület és az unió vezetőire. Az ellenség gyakran a családi körrel kezdi támadásait. Imádkozzunk azért, hogy Isten győzelme teljes legyen az ellenség támadásaival szemben.
- **Könyörgés a gyülekezeti tagok és a többi résztvevő családi életéért:** Imádkozzatok minden jelenlevő családjukért, ha lehetséges! Imádkozzatok saját családjukért!

- **Könyörögjünk országunk és településünk vezetőinek családjaiért:** Imádkozzunk azért, hogy Isten munkálkodjon azon emberek otthonában, akik vezetői szerepet töltenek be a társadalomban. Az otthon és a házasságot erőteljesebb támasz éri, mint eddig bármikor, és nekünk olyan vezetőkre van szükségünk, akik erőteljesen kiállnak és küzdenek a családi értékekért. De ezt Istennek először velük és a saját családjukkal kell elkezdenie.
- **Könyörögjünk a gyülekezeti családunkért:** Egyeseknek a gyülekezeti család az egyetlen, amivel rendelkeznek. Imádkozzunk a gyülekezeti családért, hogy Isten erősítse meg, és segítse meg, hogy félre tudjanak tenni minden ellenségeskedést és egyet nem értést. Az ördög szét akarja szakítani a gyülekezeti szeretetkapcsolatokat, Isten azonban meg akarja erősíteni azokat.

Családok ima ideje: A családok vonuljanak el a terem különböző részeibe, hogy együtt imádkozzanak.

- **Családok Isten dicsőítésére szánt ideje:** Ebben a kis körben is kezdjétek az Isten dicsőítésével azokért a jó dolgokért, amelyeket egymásban kaptunk. Köszönjétek meg Istennek azt, hogy megáldott benneteket és segített a növekedésben az elmúlt évben. Határozd meg pontosan, hogy miért is vagy hálás.
- **Családi bűnbánat:** Kérd meg Istent, hogy bocsásson meg azokért az esetekért, amikor fájdalmat okoztál a házastársadnak, gyermekeidnek vagy családtagjaidnak szavaiddal, tetteiddel és döntéseiddel! Fogalmazz konkrétan! (Kérd meg családod tagjait, hogy bocsássonak meg neked azokért a dolgokért, amelyeket Isten eszedbe juttatott.)
 - Kérd Istent, hogy bocsássa meg büszkeségedet és önzésedet, és azokat az eseteket, amikor jobban törődöttél saját jogaid védelmével, mint azzal, hogy családod tagjairól gondoskods.
 - Kérd Istent, bocsássa meg, hogy nem tükröztél kegyelmét és szeretetét (ahogy azt 1Jn 4:16 verse írja) a családod irányába. (Kérd családod tagjait, hogy bocsássonak meg mindenért, ami eszükbe jut.)
- **Családi könyörgés:** Imádkozzunk az „*Imák és ígérek családok közösségének*” dokumentum alapján, kérve családtagjaidat, hogy bocsássonak meg azért, hogy nem éltél ezek szerint az ígérek és bibliai útmutatások szerint úgy, ahogyan kellett volna.
 - Imádkozz azért, hogy ne csak boldog családod legyen, hanem sikeres is, amely segíteni tud másoknak Isten országát a ti bizonyágtevéseitek által megtalálni.
 - Imádkozzunk azért, hogy ami rosszat az ellenség eltervezett számotokra, azt Isten jóra fordítsa (2Móz 50:20).
- **Családi hálaadás:** Fejezzétek be az imaalkalmat hálaadással mindazért, amit Isten megtehet, és amit meg is fog tenni, ha alárendelitek magatokat és engedelmeskedtek neki. Köszönjétek meg ismét családotokat és azt a lehetőséget, hogy együtt növekedhettek az örök életre való felkészülésben. Határozzátok el, hogy továbbra is fogtok együtt imádkozni – naponta, hogy ha ez lehetséges –, és hogy Isten a családban az első helyre teszitek.

Ima a világszéles egyházért:

- Imádkozzunk a közelgő **Tíz nap imádságban** programért! Imádkozzunk azért, hogy sokan részt vegyenek ebben, és gyülekezeteink az **imádság házaivá váljanak** szerte a világon! Mondjunk közbenjárói imát otthonainkért, házasságunkért, gyermekeinkért és a körülöttünk élő nemzetekért!
- Imádkozzunk a **Teljes tagbevonás** programja keretén belül tervezett **evangelizációs sorozatokért, amelyek Japánban** kerülnek megszervezésre 2018 májusában. Imádkozzunk több munkásért az aratásban!
- **Imádkozzunk azért, hogy a Szentlélek kiáradjon** az egyházra, hogy a munka befejeződjön és hazamehessünk mennyei otthonunkba!
- Imádkozzunk a világ különböző részein élő családokért, hogy világosság legyenek a környezetükben, és adjanak reményt és békét azoknak, akiket bántalmaznak és elhagynak.

FÜGGELÉK

Szent közösség

Gondolatok az *Ima- és böjtnapra* (2018. január 6.)

Írta: Ellen G. White

Minden családot szent légkör vesz körül, amit meg kell őriznie. Senki másnak nincs joga e szent körhöz. A férj és a feleség legyen minden egymás számára. A feleség ne tartson titokban semmit férje előtt, amit másokkal tudat; és a férjnek ne legyen titkolni valója a felesége előtt, amit szintén másokkal tudat. A feleség szíve férje hibái számára a sír legyen; és a férj szíve a felesége hibái számára a sír legyen. Egyik fél se tréfálkozzon a másik érzéseinek kárára. A férj vagy a feleség sohase panaszkodjon egymásról másoknak tréfából, vagy bármely más okból, mert amikor gyakran engednek e balga, tökéletesen ártatlannak látszó tréfának, egymással való nézeteltérésben vagy esetleg elidegenedésben végződik az. Láttam, hogy szent pajzs van minden család körül.

Tekintsük a családi kört szent helynek, a menny jelképének, tükörnek, amelyben önmagunkat tükrözzük vissza. Lehetnek barátaink és ismerőseink, ám ne avatkozzanak otthoni életünkbe. A tulajdon erős tudatát kell éreznünk, mely a kényelem, a nyugalom és a bizalom érzetét adja.

A nyelv, a fül és a szem legyen megszentelt. - A családi kör tagjai imádkozzanak azért, hogy Isten szentelje meg nyelvüket, fülüket, szemüket és testük minden tagját. Ha a gonosszal kapcsolatba kerülnek, nem szükségszerű, hogy az legyőzze őket. Krisztus lehetővé tette, hogy követőinek a jelleme világosság jó illat legyen mások számára.

Mily sokan meggyalázzák Krisztust és félremagyarázzák jellemét a családi körben! Mily sokan nem tanúsítanak türelmet, elnézést, megbocsátást és igaz szeretetet! Sokan rokonszenvet és ellenszenvet táplálnak magukban, s úgy érzik, jogukban áll inkább saját romlott természetük kimutatása, mint Krisztus akaratának, cselekedeteinek és jellemének kinyilvánítása. Jézus élete telve van kedvességgel és szeretettel. Vajon belenövünk-e isteni természetébe?

Az apák és anyák tegyenek ünnepélyes ígéretet Istennek - akit szeretnek és akinek engedelmeskednek -, hogy kegyelme által nem ellenkeznek egymással, hanem életük és vérmérsékletük azt a lelkületet fogja képviselni, amelyet elvárnak gyermekeiktől, hogy azt becsben tartsák.

A szülők legyenek óvatosak, nehogy a vitatkozás lelkülete beosonjon otthonukba; mert ez Sátán egyik eszköze, hogy bélyegét rányomja jellemükre. Ha a szülők otthonukban az egységre törekednek Krisztus életét uraló elvek elméjükbe vésése által, akkor messze úzik a viszályt, így az egység és a szeretet lakik ott. A szülők és a gyermekek részesülni fognak a Szentlélek ajándékában.

A férj és a feleség emlékezzen arra, elég terhük van anélkül is, hogy életüket nyomorúságossá tegyék a nézeteltérések megengedése által. Azok, akik helyt adnak a kis nézeteltéréseknek, meghívják otthonukba Sátánt. A gyermekek átveszik a csekély dolgok miatti elégedetlenség lelkületét. A gonosz eszközei megteszik a maguk részét, hogy a szülők és a gyermekek hűtlenek legyenek Isten iránt.

Annak ellenére, hogy a házasságban lehetnek próbák, a férj és a feleség őrizték meg lelküket Isten szeretetében. Az apa úgy tekintsen gyermekeinek anyjára, mint aki megérdemel minden kedvességet, gyengédséget és rokonszenvet.

A család egységének titka.

A családban és a gyülekezetben való széthúzás és viszály oka a Krisztustól való eltávolodás. Krisztushoz közel kerülni annyit jelent, mint közelebb kerülni egymáshoz. A családban és a gyülekezetben való igaz egység titka nem a tapintatos bánásmódban, nem a vezetésben, nem is a nehézségek legyőzésére irányuló emberfeletti erőfeszítésekben - habár ezektől is sok függ -, hanem a Krisztussal való egységben rejlik.

Képzeljünk el egy nagy kört, amelynek szélétől minden vonal a középpont felé halad! Minél jobban közelednek a vonalak a középponthoz, annál közelebb kerülnek egymáshoz.

Így van ez a keresztyén életben is. Minél közelebb kerülünk Krisztushoz, annál közelebb kerülünk egymáshoz. Isten dicsőül meg, midőn népe egységes tevékenységben egyesül.

Mindenki segítsen a másoknak. - A család oly szent, társas közösség, amelyben minden tagnak részt kell vennie, mindenki segít a másoknak. A házi munkának gördülékenyen kell haladnia, mint a jól beszabályozott gép különböző részeinek.

A család minden tagja ismerje fel egyéni felelősségét és vegye ki részét, járuljon hozzá a család kényelméhez, rendjéhez és megszokott menetéhez. Senki se dolgozzon a másik ellen. Mindnyájan egységesen tevékenykedjenek egymás bátorításának nemes munkájában; gyakorolják a kedvességet, a béketűrést és a türelmet. Beszéljetez halkán, nyugodt hangnemben! Kerüljétek a zűrzavart és tegyetek meg mindent, hogy megkönnyítsétek az édesanya terhét...

A család minden tagja vegye tudomásul jogos részét, amit elvárnak tőle, hogy a többiekkel együtt elvégezzen. A hat éves gyermektől felfelé mindenki értse meg, elvárják tőle, hogy kivegye részét az élet terheinek viseléséből.

Otthon vagy bárhol legyenek is, növekednem kell a kegyelemben abból a célból, hogy erkölcsi erőt adjak minden cselekedetemnek. Otthon is ügyelnem kell lelkiületemre, szavaimra és cselekedeteimre. Időt kell szakítanom a személyes önképzésre, hogy gyakoroljam és neveljem magam a helyes elvekben. Példakép kell legyek mások számára. Istennek Igéjéről éjjel-nappal elmélkednem kell, és tanításait kamatoztatnom kell a mindennapi életemben. A Lélek kardja - amely az Isten beszéde - az egyedüli kard, amelyet bizton használhatok.

Kivonat a *Boldog otthon* 151-153. oldalairól

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. Nyerjünk betekintést a lelki böjtről Ellen White írásaiban!

- a. „Az a böjt — amelyre Isten szava utal — több, mint üres formáság. Nemcsak abból áll, hogy az eledeltől tartózkodunk, zsákba öltözünk, és hamut hintünk a fejünkre. Aki bűnei miatt bánkódik, 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 imanapoktól. 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 az 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 gyümölccsel 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 késztet, 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.

Imák és ígérek családi közösségednek

Dicsőítelek Uram azért, hogy megteremtetted a családjunkat. Azt mondtad „szaporodjatok és sokasodjatok.” Arra kérünk, hogy szaporítsd a lelki áldásokat családjunkban és tedd erőssé azt a te dicsőségedre.

„Ha az ÚR nem építi a házat, hiába fáradoznak az építők. Ha az ÚR nem őrzi a várost, hiába vigyáznak rá az őrök.” Zsolt 127:1

„Árváknak atyja, özvegyek védője az Isten, szent hajlékában. Isten hazahozza az elhagyottakat, kihozza a foglyokat boldog életre, csak a lázadók maradnak sivár helyen.” Zsolt 68:6-7

„A mindenható Isten pedig áldjon meg, szaporítsa és sokasítsa meg utódaidat, hogy népek gyülekezetévé váljanak.” 1Móz 28:3

„Nagy néppé teszek, és megáldalak, nagygyá teszem nevedet, és áldás leszel.” 1Móz 12:2

Dicsőítelek Uram a család ajándékáért. Segíts megtudnom, hogyan szerethetem a hozzám legközelebb állókat, és hogyan gondoskodhatok róluk! Segíts hűségesnek lennem. Segíts, hogy a lehető legjobb legyek az otthonomban, mielőtt megpróbálnám elérni a világot!

„Aki hű a kevesen, a sokon is hű az, és aki a kevesen hamis, a sokon is hamis az.” Lk 16:10

*„Tegyük illatossá otthonunk légkörét gyengéd előzékenység által! Ha elidegenedtünk az igazságtól és már nem vagyunk biblikus keresztények, térjünk meg... Ha szentek leszünk a mennyben, akkor előbb szentnek kell lennünk a földön.” *Boldog otthon*, 18. oldal*

„És ne szomorítsátok meg az Isten Szentlelkét, aki által el vagytok pecsételve a megváltás napjára. Minden keserűség, indulat, harag, kiabálás és istenkáromlás legyen távol tőletek minden gonosszággal együtt. Viszont legyetek egymáshoz jóságosak, irgalmasak, bocsássatok meg egymásnak, ahogyan Isten is megbocsátott nektek a Krisztusban.” Ef 4:30-32

„Egymás terhét hordozzátok: és így töltsétek be a Krisztus törvényét.” Gal 6:2

Dicsőítelek Uram, azért, hogy az otthonomban akarsz lakni. Mutasd meg azt, hogyan tegyem otthonomat „kis mennyországgá,” ahová az angyalok szívesen ellátogatnak. Mutasd meg, hogyan beszéljek szeretettel, hogyan válaszoljak szeretettel és hogyan szolgáljam családom tagjait önzetlen szeretettel!

„Mint az aranyalma ezüstitányéron, olyan a helyén mondott ige.” Péld 25:11

„Szeretteim, szeressük egymást; mert a szeretet Istentől van, és aki szeret, az Istentől született, és ismeri Istent.” 1Jn 4:7

„Tegyétek otthonotokat kis mennyországgá a földön. Megtehetitek, ha így döntötök. Olyan kedves és vidám helyé tehetitek otthonotokat, hogy az a legvonzóbb hely legyen a földön gyermekeitek számára.” *Sermons and Talks*, 2. kötet, 200. oldal

Dicsőítelek Uram azért, mert Te olyan hosszútűró és kegyelmes vagy hozzánk. Bocsáss meg kérlek azon alkalmakért, amikor a magam igazáért harcoltam, ahelyett, hogy meghaltam volna az énemnek! Mutasd meg, mit jelent szeretetben felajánlani az életemet, ahogyan Te tetted érettem!

„Az az én parancsolatom, hogy úgy szeressétek egymást, ahogyan én szerettelek titeket.” (Jn 15:12)

„Segítsen az Úr, hogy úgy gondolkozzatok, mint soha azelőtt. Segítsen meghalnotok magatoknak, s bevezetnetek családi körötökbe a megújulás szellemét; hogy Isten angyalai is betérjenek hozzátok szolgálni nektek; s hogy így előkészüljete a mennybemenetelre.” *Testimonies for the Church*, 2. kötet, 376. oldal

„Krisztus vallása szeretetteljessé, és előzékennyé tesz minket, olyanokká, akik nem ragaszkodnak saját véleményükhöz. Haljunk meg az énünknek, és becsüljünk többre másokat magunknál!” *Testimonies for the Church*, vol. 3, p. 528

Dicsőítelek Uram, azért, hogy példát adtál nekünk a tökéletes szeretetre. A tökéletes szeretet önmagát feszíti keresztre és nem másokat. Eddig szeretnék elmenni, Uram! Kérlek, újíts meg engem, építs, segíts olyan kereszténynek lennem, amilyenek te látni szeretnél, még az én otthonomban is, a zárt ajtó mögött, amikor senki sem lát, csak Te és a szeretteim.

„Akkor Jézus ezt mondta tanítványainak: Ha valaki én utánam akar jönni, tagadja meg magát, vegye fel a keresztyét, és kövessen engem.” Mt 16:24

„Feszítsd keresztre énedet, ne testvéreidet törekedj keresztre feszíteni. Ha valaki utánam akar jönni, mondja Krisztus, tagadja meg magát, vegye föl keresztyét és úgy kövessen engem.” 11. levél (1905)

„Akinék szilárd a jelleme, azt megőrzöd teljes békében, mert benned bízik.” Ésa 26:3

Dicsőítelek Uram, azért, mert tökéletes példát adtál arra, hogy mit jelent szolgálni. Ahelyett, hogy azt várjam, hogy nekem szolgáljanak, segíts arra törekednem, hogy az első legyek családom szolgálatában! Segíts olyanná tennem otthonomat, hogy az a mennyország előíze legyen ezen a földön!

„És aki közöttetek első akar lenni, az legyen a rabszolgátok.” Mt 26:27

„Az otthont azzá kell tennünk, amit ez a szó magában foglal. A földön a menny előképe legyen, az a hely, ahol ápolják az érzelmeket annak tudatos elnyomása helyett. Boldogságunk a szeretet, a rokonszenv és az egymás iránti udvariasságunk ápolásától függ. A menny legszebb előképe az az otthon, ahol az Úr Lelke lakozik. Isten akaratát akkor teljesítik, ha a férj és a feleség tiszteli egymást, ápolják a szeretetet és a bizalmat.” *Boldog otthon*, 17. oldal

Dicsőítelek Uram, azért, hogy megtanítsz engem arra, hogy imádság által hogyan emeljem magasba szereteteim kezeit. Adjad, hogy az imáim a szeretet nyelve és a bátorítás forrása legyenek családtagjaim számára, legyenek akár hívők, vagy nem hívők. Taníts engem arra, hogy hogyan imádkozzak naponta családomért.

„Az iránta való bizalmunk pedig azt jelenti, hogy ha valamit az ő akarata szerint kérünk, meghallgat minket. Ha pedig tudjuk, hogy bármit kérünk, meghallgat minket, akkor tudjuk, hogy már megkaptuk, amit kértünk tőle.” 1Jn 5:14-15

„Arról fogja megtudni mindenki, hogy az én tanítványaim vagytok, ha szeretitek egymást.” Jn 13:35

„Reggel és este vívjátok ki a győzelmet a magatok számára otthonotokban! Mindennapi munkátok ne tartson vissza ettől. Szánjatok időt az imára, és amidőn imádkoztok, higgyétek, hogy Isten hallja kéréseteket. Hittel imádkozzatok! Lehet, hogy nem mindig tapasztaljátok az azonnali választ, de ilyenkor Isten megpróbálja a ti hiteteket.” *Tanácsok a gyülekezetnek*. Budapest, 1993, Advent Kiadó, 293. oldal

Dicsőítelek téged, Uram, mert te vagy a kősziklám és fundamentumom. Segíts, hogy mindig egy lépegető kő legyek (ne egy botránykő), hogy bátorítsam a családom tagjait arra, hogy mélyebb kapcsolatra lépjenek veled. A családi egységünk legyen egy hatalom a te dicsőségedre az egyházban!

„Bölcsesség építi a házat, értelem szilárdítja meg, és ismeret tölti meg a szobákat mindenféle drága és kedves értékkel.” Péld 24:3-4

„Azok az emberek, akik Isten fenti (mennyei) családját alkotják, legyenek egyek, mint egy család itt a földön. Ekkor minden hatalom mennyen és földön egyesül velük a lelkek megtérítésében.” 150. levél (1907)

„Önszeretet, büszkeség, önelégültség a forrása a legnagyobb megpróbáltatásoknak, viszályoknak, amelyek a vallásos világban valaha is előfordultak. Az angyal ismételten és ismételten ezt mondta nekem: »Tartsatok össze, szorosan tartsatok össze. Legyetek egy szív,

egy lélek.« Jézus Krisztus a vezető, ti pedig testvérek. Kövessétek Őt.” *Christian Leadership*, 11. oldal

Dicsőítelek Uram, azért, hogy nekem és családomnak bátorságot és erőt adsz, hogy erősen álljunk melletted, függetlenül attól, hogy milyen válság és vihar jön az életünkbe. Segíts, hogy ne szégyelljük a te nevedet!

„Akkor Jézus ezt mondta tanítványainak: Ha valaki én utánam akar jönni, tagadja meg magát, vegye fel a keresztyét, és kövessen engem.” Mt 16:24

„Aki tehát vallást tesz rólam az emberek előtt, arról majd én is vallást teszek mennyei Atyám előtt.” Mt 10:32

Dicsőítelek Uram azért, hogy családukat erőssé teszed ott, ahol most gyengék vagyunk! Meg tudsz szabadítani bennünket attól, amivel Sátán meg akar kötözni. Erős győztesekké tehetsz minket melletted.

„Én megyek előtted, a rögös utat elegyengetem, az ércajtókat betöröm, és a vaszárakat leverem. Neked adom a sötétség kincseit, az elrejtett drágaságokat, hogy megtudd: én vagyok az Úr, aki téged néven szólított, Izráel Istene.” Ézs 45:2-3

„A családi kör tagjai imádkozzanak azért, hogy Isten szentelje meg nyelvüket, fülüket, szemüket és testük minden tagját. Ha a gonosszal kapcsolatba kerülnek, nem szükségszerű, hogy az legyőzze őket. Krisztus lehetővé tette, hogy a jellem jó illatú legyen.” *Boldog otthon*, 151. oldal

Dicsőítelek Uram, mert te vagy az egyetlen, aki be tudja tölteni a szívünket, és aki ki tudja elégíteni szükségleteinket. Adjad, hogy soha ne üljünk le lelkiileg, hanem folyamatosan szomjazzunk mélyebb és mélyebb kapcsolatra veled. Adjad, hogy örök életre buzó vízforrások legyünk!

„Én, az ÚR, vagyok a te Istened, aki kihoztalak Egyiptom földjéről. Nyisd ki a szádat, és én megtöltöm!” Zsolt 81:11

„De aki abból a vízből iszik, amelyet én adok neki, soha többé meg nem szomjazik, mert örök életre buzó víz forrásává lesz benne.” Jn 4:14

Dicsőítelek Uram, azért, mert eljöttél, hogy életet és szeretetet adj nekünk nagy bőséggel. Segíts elmennünk még egy mérföldet egymásért, ahogyan ezt te tetted velünk. Adjad, hogy téged tükrözzünk!

„A tolvaj csak azért jön, hogy lopjon, öljön és pusztítson: én azért jöttem, hogy életük legyen, sőt bőségben éljenek.” Jn 10:10

„Szeretteim, ha így szeretett minket Isten, akkor mi is tartozunk azzal, hogy szeressük egymást. Istent soha senki sem látta: ha szeretjük egymást, Isten lakik bennünk, és az ő szeretete lett

teljessé bennünk. Abból tudjuk, hogy benne maradunk, és ő mibennünk, hogy a maga Lelkéből adott nekünk... Mi tehát azért szeretünk, mert ő előbb szeretett minket.” 1Jn 4:11-13, 19

„Abból ismerjük a szeretetet, hogy ő az életet adta értünk; ezért mi is tartozunk azzal, hogy életünket adjuk testvéreinkért.” 1Jn 3.16