

Negyedévenkénti Ima- és böjtnap

Míg mindannyian haza nem érünk: Imádkozzuk haza magunkat!

Segédanyagok az 4. negyedévi Imanaphoz

2026. október 3. szombat

Meghívás, hogy imádkozzunk, „Míg mindannyian haza nem érünk”

A közkedvelt kivonulástörténet minden hívő története. Az Egyiptomból való kivonulás és az Ígéret földje felé vezető út egy olyan Isten története, aki meghallgatja, megmenti és hazavezeti népét. Mindenkit hívunk, hogy 2026-ban világegyházként e történet összefüggésében imádkozzunk együtt. Nem egyedül utazunk a mennyei Ígéret Földjére. Együtt haladunk. Utazzunk hát együtt ebben az évben is egységes imádságban!

Személyes hitünk útja tükrözi azt a hatalmas kivonulásélményt, amely Isten népének hitútaját jelölte, amikor kijöttek Egyiptomból. Hozzájuk hasonlóan mi is meghívást kaptunk, hogy jöjjünk ki a szolgaságból a szabadságra. A mennyország felé vezető utunk során megragadjuk Krisztus hamarosan bekövetkező visszatérésének áldott reményét, és másokat is elvezetünk a Megváltóhoz, hogy ők is felfedezhessék Istennek az életükre vonatkozó, legjobb tervét, és Vele összhangban élhessenek. Ahogy Isten megerősíti hitünket, legnagyobb örömünk az lesz, hogy másokat is meghívhatunk az üdvösségre, hogy együtt haladhassunk mennyei Otthonunk felé.

Negyedéves ima- és böjt napjaink ennek a hitbeli útnak az egyes lépéseire épülnek. Imánk által a Vörös-tenger partjaitól az Ígéret Földjéig utazunk. Imánk által lelkiileg növekszünk, megosztjuk hitünket másokkal, és együtt vándorolunk a mennyei Kánaán felé. Ha Jézusban maradunk, Megváltónk maga vezet minket haza.

Az előző negyedévi imanapon az izraelitákkal töltöttünk időt a Sínai-hegynél. Izráel lázadása után Isten közölte Mózesrel, hogy jelenléte nem fogja kísérni népét. Az izraeliták gyászoltak és bizonytalanságban voltak. Mózes közbenjárt Izraelért, és Isten kegyesen megígérte: „Arcom veletek megy.” Mózes azt kérte, hogy láthassa Isten dicsőségét, és lehetőséget is kapott rá, hogy bepillantasson Isten irgalmas és kegyes jellemébe. Isten jelenlétének megerősítésével a nép most már készen állt arra, hogy befejezze az utat az Ígéret Földjére. Most, amikor a történetbe bekapcsolódunk, ők már majdnem elérték a Jordán folyót.

Áhítat: Imádkozzuk haza magunkat!

Amikor végre a Jordán folyóhoz közeledtek, az izraeliták már egészen más nép voltak, mint az, amely negyven évvel korábban átkelt a Vörös-tengeren. Az idősebb felnőttek az átkeléskor még gyermekek voltak, kivéve a hűséges Kálebet és Józsuét. Mózes vezette át Isten népét a Vörös-tengeren, de most ez az elkötelezett vezető már nincs közöttük. Isten hűséges volt szolgájához, Mózeshez. Felvitte a Nébó-hegy csúcsára, a Piszga tetejére, és megmutatta neki az ígért földjét. Isten megígérte, hogy ezt a földet népének adja. Mózes szemeivel látta a megígért országot, még ha lábai nem is tudták befejezni az utat.

Isten kiválasztotta Józsuét, hogy népét az Ígért Földre vezető, utolsó útszakaszon vezesse. Ezt ígérte: *„Nem állhat senki ellened egész életedben. Veled leszek, ahogy Mózesrel is velem voltam. Nem hagylak el téged, és nem is maradok el tőled”* (Józs 1:5). A kavargó, megduzzadt folyóra tekintve Józsué megértette, milyen nehéz lesz átvezetni népét azon. *„Józsué tudta: ha Isten valamit parancsol, a véghezvitelhez utat is készít a nép számára. És ebben a hitében a rettenthetetlen vezető azonnal intézkedett a továbbvonulásra”* (Pátriárkák és a próféták. Budapest, 1993, Advent Kiadó, 450. o.). Isten nem kérte népétől, hogy az út ezen utolsó szakaszát egyedül tegyék meg. Velük ment és bátorító szavakkal küldte őket tovább.

„Csak légy erős és igen bátor, hogy vigyázz, és mindent ama törvény szerint cselekedjél, amelyet Mózes, az én szolgám szabott eléd. Se jobbra, se balra ne hajolj el attól, hogy eredményes legyél, bármerre jársz! El ne távozzék e törvény könyve a szádtól, hanem gondolkodj arról éjjel és nappal, hogy vigyázz, és mindent úgy cselekedj, ahogy abban meg van írva, mert akkor leszel eredményes az utaidon, és akkor boldogulsz” (Józs 1:7-8).

Ha alárendelik magukat az Ő vezetésének, az erő Istentől fog érkezni. Ismételten arra bátorította őket, hogy legyenek bátrak és erősek. *„Hát nem parancsoltam-e meg neked, hogy légy bátor és erős? Ne félj és ne rettegj, mert veled lesz az ÚR, a te Istened mindenben, amiben jársz”* (Józs 1:9).

Azáltal, hogy arra emlékeztette őket, hogy elmélkedjenek az Ő ígéretein, Isten arra hívta fel a népet, hogy az iránta való elkötelezettségük legyen ugyanolyan teljes, mint az Ő elkötelezettsége, amelyet irántuk tanúsít. Amikor a nép imádkozott és szívét Istennek szentelte, Isten közöttük volt. A Szövetség Ládája Isten jelenlétét jelképezte közöttük. Isten mindenható vezetése nélkül nem tudták volna az út ezen utolsó szakaszát teljesíteni.

Felkészültek az átkelésre. Józsué két kémeket küldött Jerikóba. Ott Ráháb, egy parázna asszony, menedéket nyújtott nekik, aki szintén megkapta az Isteni védelem ígértét. Amikor a kémek biztató jelentéssel tértek vissza, eljött az idő, hogy az izraeliták tovább induljanak.

Kora reggel elhagyták Sittim akácfáinak hűs árnyékát, és elindultak a Jordán folyó felé. Miközben lábuk a poros ösvényt taposta, szívüket izgatott várakozás töltötte el. A távolban hallották a folyó zúgását. Tavasz volt, és a hegycsúcsokról leolvadó hóvíz a partoknak feszülve, hatalmas robajjal hömpölygött végig a mederben.

Amikor elérték a Jordánt, a nép a folyó partján táborozott le. A háromnapos várakozás alatt Isten emlékeztette őket ígéreteire. A negyven éves vándorlás során a nép folyamatos kapcsolatban állt Istennel. Mindig lázadtak, aztán bocsánatot és útmutatást kértek. Most, a Jordán partján hallhatták, ahogy Isten világosan és szeretettel irányította lépteiket.

A harmadik nap végén a nép szívét és életét Istennek szentelte. Józsué megtervezte az átkelést. A Jordán vize háborogott, így emberi szemmel nézve az átkelés lehetetlennek tűnt. A kavargó víz arra emlékeztette Isten népét, hogy az út csak szerető keze irányításával lehetséges. *„Isten azt akarta, hogy Izrael átkelése a Jordánon csoda legyen” (Pátriárkák és a próféták, 483. o.).*

Isten ment elől. Józsué parancsot adott a papoknak, hogy vigyék a szövetség ládáját, és lépjenek be a folyó vizébe. Amint ezt megtették, Isten csodát tett, pontosan úgy, ahogyan a Vörös-tengernél is történt. *„És ezt mondta Józsué: Ebből tudjátok meg, hogy az élő Isten van köztetek” (Józsué 3:10).* A felső szakaszon özönlő víz halomban gyűlt össze. A papok lába most már száraz földön állt, miközben a folyó csodálatos módon ketté vált. Vitték a ládát, és elsétáltak a kiszáradt folyómeder közepéig. Az Istentől kapott erővel és bátorsággal az *„egész nép teljesen átkelt a Jordánon. Az egész Izrael szárazon ment át” (Józsué 3:17).*

Az átkelés előtt kiválasztottak tizenkét embert, egyet-egyet a tizenkét törzsből. Ezek az emberek mindegyike kiválasztott egy követ a folyóból, hogy a vállán vigye. A tizenkét ember elvitte az emlékköveket a folyóból a táborukba. Józsué szintén elhelyezett tizenkét követ a folyómederben azon a helyen, ahol a papok álltak. A kövek emlékműként szolgáltak Isten népének tett, és most beteljesült ígéretére. Miután mindenki biztonságban átkelt, a papok kivitték a frigyládát a folyóból. Csak ekkor engedte szabadjára Isten a felhalmozódott vizet, amely lezúdult, majd tovahömpölygött a medrében.

Az izraeliták negyven éves vándorlása végre véget ért. Lábuk az Ígéret Földjére lépett. Isten ígéretei valóra váltak! Isten nem akarta, hogy valaha is elfelejtsék hitbeli útjukat, ezért emlékköveket raktak halomba és köréjük gyűltek, hogy megemlékezzenek Isten jóságáról. A kövek biztosították, hogy *„megismerje a föld minden népe az ÚR kezét, hogy bizony erős az, és hogy féljétek az URat, a ti Isteneteket minden időben.” (Józsué 4:24).* Izrael fiainak misszionáriusoknak kellett lenniük. Isten azért választotta ki őket, hogy másokat is meghívjanak a mennybe vezető útra, annak tudatában, hogy ők soha nem utaztak egyedül.

Az emlékkövek a Mindenható Isten ígéretére emlékeztették a környező népeket. *„Most a megáradt és sebes Jordánon való átkelés rémületbe ejtett minden környező nemzetet. Mindez a kanaánitáknak és az izraelitáknak, de magának Józsuénak is félreérthetetlen jel volt, hogy az élő Isten, a menny és föld Királya népe között van, és hogy ő népét sem el nem hagyja, sem attól el nem marad” (Pátriárkák és próféták, 453. o.).*

Ahogy a mennyei otthonunk felé tartunk, Isten arra hív minket, hogy legyünk erősek és bátrak. Akkor kapunk erőt, amikor életünket Neki szenteljük, és az Ő erejéből élünk. A bátorság ritkaságszámba megy a mai világunkban. Ahogyan Isten Józsuét arra hívta, hogy legyen bátor, úgy hív minket is, hogy kövessük Őt, még egy olyan

kultúrában is, ahol a hűség nem népszerű. Isten az Ő Igéjében bátor hitre hív bennünket. Nincs olyan erő, amely jobban megfélemlítené a gonosz erőket, mint a bátor keresztényi élet.

Amikor az izraeliták megtették az első lépéseket az Ígéret Földjére, az út végét ért, de még sok munka várt rájuk. Isten győzelmet ígért nekik ellenségeik felett. *„Hajlékod az örökkévaló Isten, alatt vannak örökkévaló karjai. Elúzi előled az ellenséget, és azt mondja: Pusztítsd!”* (5Móz 33:27). Ahogy mi is az Ígéret földje felé tartunk, Isten megígéri, hogy a mi ellenségeinket is legyőzi. Jézus a mi vezérünk!

A Jordán folyóból kiemelt emlékkövek minden nemzedék minden tagját arra emlékeztetik, hogy Isten ígéretei beteljesedtek. Ma is hordozzuk ennek az ígéretnek az emlékét, amikor imádkozunk és Isten hangjára figyelünk, életünket Neki szenteljük, és másokat is meghívunk, hogy velünk együtt tegyék meg az utat az Ígéret Földjére. Együtt haladunk. Vele együtt megyünk haza!

Ötletek a szombati témához és imaprogramhoz

Bibliai beszámoló: Józsué átvezeti Isten népét a Jordán folyón

Téma: Isten megtartja ígéreteit és végig vezet bennünket az úton (5Móz 33-34; Józs 1-4; Zsid 12:1-2; *Pátriárkák és próféták*, 482-486.)

Alapszöveg: Józs 1:9

Prédikáció: Készíts egy prédikációt annak a bibliai elbeszélésnek az alapján, amelyben Józsué átvezeti Izráel népét a Jordán folyón. E történet központi témája az, hogy Isten betartja ígéreteit. Az emlékköveket azért állították fel, hogy a jövő nemzedékeit emlékeztessék erre az igazságra, hogy így mi is az Örökkévaló tanúi és misszionáriusai lehessünk. Az emlékmű arra is emlékeztette a környező népeket, hogy Isten mindenható, és hogy Ő minden nép Istene. Számos másodlagos témát is érdemes megvizsgálni, többek között a kémek és Ráháb történetét, valamint azt, ahogyan Isten Ráháb megmentésén keresztül megmutatta szeretetét minden ember iránt. Isten arra hívta Józsuét és a népet, hogy szenteljék Neki életüket, és legyenek erők Benne, valamint bátrak a hitükben. Jézus vezet minket, miközben mennyei otthonunk felé utazunk.

Szemléltetések a prédikációhoz:

- Mesélj el egy történetet a családban található modernkori „emlékműről” (ezek olyan dolgok, amelyeket teszünk, mondunk vagy alkotunk, hogy hitbeli örökséget hagyjunk hátra, például gyermekbemutatók, keresztségek, gyászszertartások, családi hagyományok stb.).
- Írj le egy túrát egy turistaösvényen! A turistaösvényen túrázók nem mindig látják a célt. A fákra és sziklára festett turista jelzéseket követik. Néha csak egy ilyen jelet látnak, mielőtt a következő megjelenne. Ha egy túrázó ragaszkodna ahhoz, hogy az egész ösvényt lássa, mielőtt újabb lépést tenne, soha nem érné el az úticélját.

- Mesélj el egy olyan esetet, amikor betartottál egy ígéretet, még akkor is, ha nehéz volt. Ötletek: egy ajándék, amit egy gyermek kért, egy időbeli kötelezettségvállalás, egy utazás vagy esemény, amit már nem tudtál megengedni magatoknak stb.
- A természeti világban is találunk bizonyítékokat Isten hűségére. A napkelte, a szivárvány, a változó évszakok, a vándorló madarak és még sok más.

Énekek: Vezess minket égi Atyánk (Hitünk énekei 6); A jóság Urát áldom én (HÉ 15); Ó! Áldjuk most Őt (HÉ 36) Szent vagy, szent vagy, szent vagy... (HÉ 10)

Gyerektörténet: Vágjatok ki papírból lábnyomokat, és helyezzétek el őket a gyülekezet előterében. Kérjétek meg a gyerekeket, hogy kövessék az utat, és csak a lábnyomokra lépjenek. Ültessétek le a gyerekeket, és kérdezzétek meg tőlük: „Nehéz volt?” Meséljétek el a történetet, ahogy Józsué átvezette a népet a Jordán folyón, és hogy ez volt az év legrosszabb időszaka az átkelésre. A folyó vízszintje a tavaszi olvadákvíz miatt magas volt. Józsué bízott abban, hogy Isten minden egyes lépésnél mutatja neki az utat, (mint egy-egy lábnyom). Isten megállította a vizet, és ők száraz lábbal keltek át. Isten velünk van, bárhová is megyünk (Józsué 1:9).

Ima: Olvasd el Józs 1:9-et! Kérd Istent, hogy járjon velünk és őrizzen bennünket, miközben együtt utazunk az Ígéret Földje felé.

Ötletek az imához:

Ideje: pénteken este, vagy szombaton délután

Időtartam: 1-1,5 óra

Helye: Gyülekezeti imaterem; közösségi terem vagy egy gyülekezeti tag otthona

Részvevők: minden korosztály a gyülekezetből

Előkészítés: Helyezz el asztalokat, amelyeknél elegendő ülőhely áll rendelkezésre a várható résztvevői létszámnak megfelelően. Terítsd le az asztalokat eldobható terítőkkal. Gyűjts össze apró, sima kavicsokat, úgy, hogy minden résztvevőnek jusson legalább egy. Szerezz be vagy vásárolj különböző színű kézműves festéket és kis ecseteket. Az imafoglalkozás előtt tartsd fedve az összes kavicsot, festéket és kelléket.

Üdvözlés és ima: Teremts meleg és barátságos légkört! Amint a vendégek megérkeznek, hívd meg őket, hogy foglaljanak helyet az asztal körül.

Áhítat: Olvasd el az áhítatot!

Imafoglalkozás: Vedd elő a köveket, a festékeket és az egyéb kellékeket! Kérd meg a résztvevőket, hogy készítsenek saját emlékköveket! Kérd meg őket, hogy gondoljanak vissza egy olyan pillanatra, amikor Isten vezette őket az életükben, és megmutatta nekik, hogy betartja az ígéreteit. Festék segítségével ábrázolják kreatív módon ezt az eseményt a kis köveken! Használjátok a fantáziátokat! Egy szív

szimbolizálhatja az Isten melletti döntést, vagy az áldásként szolgáló, Istennel való kapcsolatot. Kérd meg a résztvevőket, hogy gondoljanak valakire, akinek a következő héten odaajándékozzák ezt a követ. Hívd meg őket, hogy legyenek misszionáriusok: osszák meg másokkal, hogyan áldotta meg őket Isten, és hívják meg azt, akinek a követ adják, hogy csatlakozzon hozzánk a Hazafelé vezető utazásunkon.

Ima: Az imavezető imával zárja az összejövetelt; megköszöni Istennek jóságának emlékeit, és imádkozik a résztvevők bátorságáért, amikor a következő héten elajándékozzák emlékköveiket.

Felhívás: Kérj meg egy vagy két résztvevőt, hogy mondják el történetüket, amely az emlékkövük mögött rejlik.

Utómunka: A következő szombaton kérjétek meg a résztvevőket, hogy mondják el tapasztalataikat arról, ahogyan emlékköveiket elajándékozták.

„Ő [Isten] semmit sem tart vissza a szükségét átérző lélektől” – Jézus élete 246. o. AK 2010

Mellékletek:

Rövid útmutató az együttes ima vezetői számára

(a negyedévi imanapokhoz, vagy bármely imanaphoz)

Az imacsoport vezetője számára nagyon fontos a szívbeli felkészülés. Ha úgy érkezel a délutáni imaalkalomra, hogy rohanásban vagy, a lelked lámpása pedig éppen csak pislákol, akkor az imaalkalom nem megy majd olyan jól, mint remélted. De ha te magad elegendő időt szántál a zavartalan imádságra, megvizsgáltad szívedet, megvallottad bűneidet, és kérted az Úr áldását, akkor lenyűgözve tapasztalod majd a Szentlélek munkáját.

Ha aggódsz amiatt, hogy még sosem vezettél ilyen imaalkalmat, akkor áttanulmányozhatod az *Imádkozz esőért – útmutató az egyesített imádság gyakorlásához* c. anyagot. Magyarul is megtalálható itt:

<https://cdn.ministerialassociation.org/docs/languages/hungarian/UnitedPrayer-Hungarian.pdf>

Mielőtt elkezdenétek az imaalkalmat, mondd el a következő gondolatokat és javaslatokat a csoport tagjainak! Saját szavaiddal is összefoglalhatod.

- **Nem beszéljük meg az imacélokat előre.** A Gonosz örül annak, amikor kéréseinkről beszélünk, ahelyett, hogy imádkoznánk azokért.
- **Kövessük a vezetőt!** Mielőtt más témákra térnénk át, előtte dicsőítsük Istent, tehát tartogassuk imakéréseinket egészen addig, míg az imavezető átvezet bennünket ehhez a részhez.

- **Beszélg hangosan, amikor imádkozol, hogy hallhassák az imádat!** Ha Zoomon vagytok, tartsd a mikrofonodat lenémítva. Csak akkor kapcsolj be, ha imádkozol.
- Amikor lehetséges, **élj a Biblia ígéreteivel imádban.** Imádkozd Isten ígéreteit.
- **Igényeld imában Jézus igaz életét és áldozatát!** Az Ő élete teszi elfogadhatóvá imáinkat Isten előtt (Jn 14:14; Jel 8:3).
- **Imádkozz röviden!** Egy gondolatot mondj el, vagy 1-2 mondatot. A hosszú imákat tartogasd a belső szobád személyes imaidejére. A hosszú imák fárasztják a hívőket és az angyalokat egyaránt (*Imádság*, 258. o.).
- Többször is imádkozhatsz (röviden) az összevont imádkozás ideje alatt, de arra kérünk, **hogy adj lehetőséget másoknak is az imára**, hogy ők is örülhessenek az áldásoknak.
- Válassz **kényelmes testhelyzetet** az ima idejére! Dönts szabadon, hogy ülsz, állsz vagy térdelsz. Közben meg is változtathatod testhelyzetedet. Ha Zoomon vagytok, az ima alatt kikapcsolhatod a kamerádat.

Az alkalom végén bátorítsd a tagokat arra, hogy a továbbiakban is imádkozzanak együtt! Ha Zoomon is készek együtt imádkozni a világ sok táján élő adventistákkal, bátorítsd őket, hogy csatlakozzanak a *24/7 együttes imához*. (Ez a napi 24 órás imalehetőség a Generál Konferencia imaszolgálatának része, és sok nyelven keresik fel imakérésekkel. Itt lehet csatlakozni: <https://247unitedprayer.org>)

Magyarországon az Imaszoba szolgálatba kapcsolódhatsz be:

<https://www.facebook.com/groups/1500962713516181>

Hívás a biblikus imára és böjtre

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).

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 pünkösdi 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 ebédre 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; foglalkozzon kevesebbet 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, jótekonyság és a szentség (Ézs 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 kitárja nekik az igazság gazdag tárházát”* (Krisztus példázatai, 35. oldal – Budapest, 1999, Advent Kiadó, Advent Kiadó).

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 azzal 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 hatalmas végigsöpört egész Genfben. 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; 2Krón 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 böjtöljünk. Figyeljük meg a következőket:

- Böjtöljünk akkor, amikor a Szentírás igazságait kutatjuk, hogy világos megértésre jussunk (*Counsels on Diet and Foods*, 187. oldal).
- Böjtöljünk akkor, amikor mennyei bölcsességet keresünk, amelyet Isten megígért (uo., 188. oldal).
- Böjtöljünk akkor, amikor Isten útmutatását keressük fontos tervek készítésénél (*Szemelvények Ellen White írásaiból*. Budapest, 2000, Advent Kiadó, 2. köt., 364. o.)
- Böjtöljünk akkor, amikor képességeinket Isten szolgálatára szenteljük (*Bizonyságtételek a gyülekezeteknek*, 5. kötet, 134. oldal).
- Böjtöljünk akkor, amikor Isten segítségét keressük válságos helyzetekben (*Bizonyságtételek*, 4. kötet 517-518. oldal)
- Böjtöljünk akkor, amikor démoni megszállással találkozunk (*Jézus élete*, 431. oldal).
- Böjtöljünk akkor, amikor több munkást kérünk Isten aratásába. (26. levél, 1883)
- Böjtöljünk egységért a gyülekezet tagjai között (98. levél, 1902)
- Böjtöljünk akkor, amikor szívünk megtisztítását és lelki megújulást keresünk (*Counsels on Diet and Foods*, 187-188. oldal)
- Böjtöljünk akkor, amikor le akarjuk győzni a lelki kísértéseket (*Bizonyságtételek* 2. kötet, 202. oldal).
- Böjtöljünk akkor, amikor étvágyunkat szeretnénk átállítani az egyszerű ételekre (*Counsels on Health*, 148. oldal).
- Böjtöljünk akkor, amikor betegségeket akarunk legyőzni (*Counsels on Diet and Foods*, 189. oldal).
- Böjtöljünk buzgalmunk csökkenése és lanyhuló lelkeségünk ellen (Evangélium szolgálói. 1892, 37. oldal)
- Böjtöljünk akkor, amikor szorosabban szeretnénk Istennel járni az utolsó időkben (*A Call to Stand Apart*, 69. oldal).
- Böjtöljünk akkor, amikor elveszetteket szeretnénk behozni Isten országába (uo.).

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 igának köteleit megoldjad, és szabadon bocsádsz az elnyomottakat, és hogy minden ígát széttépjete; [...] ha odaadod utolsó falatodat az éhezőknek, és az elepedt lelkűt megelégtíted« (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 - Budapest, 2010, Advent Kiadó).

A Dániel böjt és még több részlet

A Dániel böjt Dániel próféta böjtjének tapasztalatán alapul, ahogyan azt a Biblia feljegyzi. Miközben nem ismerjük Dániel teljes étrendjét, egy néhány dologról 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 (Dán 10:2-3-ban) megvonta magától a kíváncsú ételeket, a húst és a bort, amikor Istent imában kereste. A legtöbb bibliamagyarázó úgy gondolja, hogy a kíváncsú 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 imapokát. Nem követelhetünk meg teljes tartózkodást az ételektől, hanem mértéktelenül együnk a legegyszerűbb ételekből” (The Review and Herald, 1904. feb. 11.).*

Manapság a Dániel böjttel nem az a célunk, hogy pontosan lemásoljuk azt, amit Dániel tett, hanem a lelkületet 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 szívünkben 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, másoknál ételük megválasztásában, de ez nem teszi őket lelkipbő vagy szentebbé. Ez csupán azt jelenti, hogy más indíttatást 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, szezámmag, napraforgó mag, natúr mandulatej, mogyoróvaj
- **Minden hüvelyes** - szárított vagy konzerv: fekete bab, csicseriborsó, veteménybab, lencse, tarkabab, felezett borsó
- **Minden minőségi olaj** - avokádó, kókusz, szőlőmag, olíva, mogyoró, szezámmag, dió
- **Italok** - desztillált víz, szűrt víz, forrásvíz vagy gyógynövénytea.
- **Egyéb** - natúr mandulatej, kókusztej, rizstej vagy szójatej; gyógynövények, fűszernövények, só, natúr kókuszpehely, 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** - agávé nektár, mesterséges édesítőszer, nádcukor, méz, melasz, nyers cukor, szirupok, sztívia, 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

Erőteljes imaígéretetek

Bibliai ígéretetek és gondolatok a Prófétaság Lelkétől

(A negyedévi imanapokhoz, vagy bármely más imanaphoz.)

„Mert valahány ígérete van Istennek, azokra őbenne van az igen, és ezért általa van az ámen is, az Isten dicsőségére általunk.” (2Kor 1:20).

„Ragadják meg ígéreteit, mint az élet fájának leveleit: »Aki hozzám jő, semmiképpen ki nem vetem« (Jn 6:37). Amikor hozzá fordulsz, hidd el, hogy Ő elfogad, mert megígérte. Míg ezt teszed, nem pusztulhatsz el, soha” (*A Nagy Orvos lábnyomán*. Budapest, 2001, Advent Kiadó, 39. o.).

„... nincs semmitek, mert nem kéritek.” (Jak 4:2) „Eddig nem kértetek semmit az én nevemben: kérjétek és MEGKAPJÁTOK, hogy örömtök teljes legyen.” (Jn 16:24, a kiemelés tőlünk származik).

„Isten tervét képezi az is, hogy a hittel elmondott imánkra válaszként megadja azt, amit kérés nélkül nem árasztott volna reánk.” (*A nagy küzdelem*. Budapest, 1995, Advent Kiadó, 467.o.)

„Ha megmaradtok énbennem, és beszédeim megmaradnak tibennetek, akkor bármit akartok, kérjétek, és megadatik nektek.” (Jn15:7)

„Ha vágyunk arra, hogy megismerjük akaratát, ígérete nekünk is szól.” (*Jézus élete*. Budapest, 2010, Advent Kiadó, 207.o.)

„Az embereknek lehetetlen, de az Istennek nem, mert az Istennek MINDEN LEHETSÉGES.” (Mk 10:27, a kiemelés tőlünk származik)

„Természeti lehetetlenségek nem akadályozhatják a Megváltó munkáját.” (*Jézus élete*. Budapest, 2010, Advent Kiadó, 250.o.)

„Valljátok meg azért egymásnak bűneiteket, és imádkozzatok egymásért, hogy meggyógyuljatok. NAGY AZ EREJE az igaz ember buzgó könyörgésének” (Jak 5:16, a kiemelés tőlünk származik)

„Sátánnak jobban kell rettegnie, ha akár a legszerényebb lélek a mennyhez folyamodik, mint kormányok rendeleteitől vagy királyok törvényeitől.” (*In Heavenly Places* [Mennyei helyeken], 82. o.).

„Boldogok, akik nem látnak és hisznek.” (Jn 20:29)

„Attól nem kell félnünk, hogy az Úr figyelmen kívül hagyja népe imáját. Az a veszély azonban fennáll, hogy a kísértésekben és próbákban elcsüggedve felhagyunk az imádkozással.” (*Krisztus példázatai*. Budapest, 1999, Advent Kiadó, 117. o.)

„Mert az Úr szemei áttekintik az egész földet, és ő megmutatja EREJÉT azoknak, akik tiszta szívvel az övéi.” (2Krón 16:9)

„Trónja becsülete múlik szava beváltásán” (*Krisztus példázatai*. Budapest, 1999, Advent Kiadó, 98. o.)

„Az ő isteni ereje megajándékozott minket mindazzal, ami az életre és a kegyességre való, azáltal, hogy megismertük őt, aki saját dicsőségével és erejével hívott el minket. Ezek által kaptuk meg azokat az ígéretek, amelyek nekünk drágák, sőt a legnagyobbak: hogy általuk isteni természet részeseivé legyetek és megmeneküljete attól a pusztulástól, amelyet a kívánság okoz a világban.” (2Pt 1:3-4)

„De megalázza magát népem, amelyet az én nevemről neveznek, ha imádkoznak, keresik az én orcámat, és megtérnek gonosz utaikról, én is meghallgatom a mennyből, megbocsátom vétküket, és meggyógyítom országukat.” (2Krón 7:14)

„Amíg az egyház megelégszik a kis dolgokkal, addig alkalmatlan Isten nagy dolgainak befogadására.” (*Home Missionary*, 1893. november 1.)

„Kérjete esőt az Úrtól a tavaszi eső idején! Az Úr alkot viharfelhőket, ő ad záporosőt és mezei növényeket mindenkinek.” (Zak 10:1)

„A Szentléleknek az egyházra való kitöltésére eljövendő eseményként tekintünk, de az egyház kívánsága, hogy már most rendelkezzen vele. Keresd, imádkozz érte, higgy benne! Szükségünk van Reá és a menny várja, hogy adhassa!” (*The Review and Herald*, 1895. március 19.).

„Ha tehát ti gonosz létekre tudtok gyermekeiteknek jó ajándékokat adni, mennyivel inkább ad mennyei Atyátok Szentlelket azoknak, akik kérik tőle?” (Lk 11:13)

„Hajlandók vagyunk imában küzdeni Istennel? Megkapjuk a Lélek keresztségét? Erre van szükségünk és meg is kaphatjuk erre az időszakra... Ha hajlandók vagyunk alázatosan Istennel járni, akkor Isten is velünk lesz” (*Review and Herald*, 1909. október 21).

„Bizony, mondom néktek azt is, hogy ha közületek ketten EGYETÉRTENEK a földön mindabban, amit kérnek, azt mind MEGADJA nekik az én mennyei Atyám. Mert ahol ketten vagy hárman összegyűlnek az én nevemben: ott vagyok közöttük.” (Mt 18:19-20)

„A legnagyobb áldás, amit Isten adhat az embernek, az a komoly ima lelkülete. Az imádkozó ember előtt megnyílik az egész mennyország... Krisztus követének hatalma lesz az emberek előtt, miután komoly könyörgéssel Isten elé járulnak.” (*Az imádság*. Bukarest, 2018, Editura Viata si Sanatate, 82. o.)

„Az iránta való bizalmunk pedig azt jelenti, hogy ha VALAMIT AZ Ő AKARATA SZERINT kérünk, meghallgat minket.” (1Jn 5:14, a kiemelés tőlünk származik)

„Mindaz, amit Krisztus kapott Istentől, a mienk is lehet. Tehát kérj, és akkor kapsz. Jákób állhatatos hitével, Illés rendíthetetlen kitartásával igényeld mindazt, amit Isten megígért!” (*Krisztus példázatai*. Budapest, 1999, Advent Kiadó, 99. o.)

„És MINDAZT, amit imádságban HITTEL kértek, megkapjátok.” (Mt 21:22)

„Az ima és a hit megvalósítja azt, amire a földön semmilyen hatalom nem képes.” (*A Nagy Orvos lábnyomán*. Budapest, 2001, Advent Kiadó, 368.o.)

„Ellenben erőt kaptok, amikor eljön hozzátok a Szentlélek, és tanúim lesztek... egészen a föld végső határáig.” (ApCsel 1:8)

„Ha erőre van szükségetek, elnyerhetitek. Csupán higgyetek Istenben, fogjátok Őt szaván, cselekedjete hitből fakadón, s akkor az áldás meg fog érkezni.” (*Az imádság*. Bukarest, 2018, Editura Viata si Sanatate, 83. o.)

„Akiben ti is együtt épültök az Isten hajlékává a Lélek által.” (Ef 2:22)

„Nincs határa annak, mennyire lehet hasznos az az ember, aki félreteszi az ént, és teret enged a Szentlélek munkájának a szívében, és teljesen Istennek szenteli életét” (*Keresztény szolgálat*. Budapest, 2010, Advent Kiadó, 260.o.)

„Ezt mondja a magasztos, a felséges, aki örök hajlékában lakik, szent az ő neve: Magasságban és szentségben lakom, de a megtörttel és alázatos lelkűvel is. Felüdítem az alázatosak lelkét, felüdítem a megtörttek szívét.” (Ézs 57:15)

„Ő semmit sem tart vissza attól, aki átérzi a rászorultságát. Az ilyen embernek korlátozás nélküli bejárása van Őhozzá, akiben az egész teljesség lakozik. (*Jézusélete*. Budapest, 2010, Advent Kiadó, 246.o.)

„Isten előtt a töredelmes lélek a kedves áldozat. A töredelmes és megtört szívet nem veted meg, Istenem!” (Zsolt 51:19)

„Krisztus egyházának és a keresztény embernek nem azok a legnagyobb győzelmei, amelyeket tehetséggel vagy műveltséggel, gazdagsággal vagy az emberek jóindulatával elér, hanem amelyeket Isten fogadótermében arat, amikor komoly, küzdő hite belekapaszkodik Isten hatalmának erős karjába.” (*Pátriárák és próféták*, Budapest, 1993, Advent Kiadó, 162. o.)

„Aki pedig mindent megtehet sokkal BŐSÉGESEBBEN, mint ahogy mi kérjük vagy gondoljuk, a bennünk munkálkodó ERŐ szerint.” (Ef 3:20, a kiemelés tőlünk származik)

„Az Úr nemcsak valóra váltja a benne bízók legdrágább reményeit, hanem annál többet tesz. Megadja azt a bölcsességet, amelyre különböző helyzetekben szükség van.” (*Próféták és királyok*. Budapest, 1995, Advent Kiadó, 242. o.)

„Ó, Uram, Uram! Te alkottad az eget és a földet nagy hatalommal és kinyújtott karral. Neked SEMMI SEM lehetetlen.” (Jer 32:17, a kiemelés tőlünk származik)

„Nem a képességeid tesznek eredményessé – ha meg is növeled őket –, hanem az, amit az Úr tesz érted. Sokkal kevésbé bízunk abban, amit az ember tud tenni, és sokkal inkább abban, amit Isten tehet minden hívő lélekért! Az Úr szeretné, ha hittel hozzá fordulnál. Szeretné, ha nagyszerű dolgokat várnál tőle.” (*Krisztus példázatai*. Budapest, 1999, Advent Kiadó, 96. o.)

„KérjeteK, és ADATIK nekteK, keressetek, és TALÁLTOK, zörgessetek, és MEGNYITTATIK nekteK.” (Mt 7:7, a kiemelés tőlünk származik)

„Őszinte szívből és lelki sóvárgással kiálts Istenhez. Tusakodj a mennyeieKkel, míg ki nem vívod a győzelmet. Helyezd az Úr kezébe egész lényed, lelkedet, testedet, elmédet – és tőkéld el, hogy szerető, odaszentelt eszköz leszel. Isten akarata által cselekszel, az ő értelme által irányítva, lelke által átitatva.” (*Az imádság*. Bukarest, 2018, Editura Viata si Sanatate, 82. o.)

„Mi pedig tanúi vagyunk ezeknek az eseményeknek, és tanúja a Szentlélek is, akit azoknak adott az Isten, akik engedelmeskednek neki” (ApCsel 5:32).

„Egyedül nagy szükségünk alapján tarthatunk igényt Isten kegyelmére.... A százados nem bízott saját jószágában, érvelése az volt, hogy rászorult a segítségre... Így minden bűnös Jöhet Krisztushoz.” (*Jézus élete*. Budapest, 2010, Advent Kiadó, 260.o.).

„Aki tulajdon Fiát nem kímélte, hanem mindnyájunkért odaadta, hogyne ajándékozna nekünk vele együtt mindent?” (Róm 8:32).

„Krisztusra kell néznünk; úgy kell ellenállnunk, ahogy Ő ellenállt; úgy kell imádkoznunk, ahogy Ő imádkozott; úgy kell küzdenünk, ahogy Ő küzdött, ha úgy akarunk győzni, ahogy Ő győzedelmeskedett.” (*That I May Know Him*, 34. o.)

„Nem ember az Isten, hogy hazudnék, nem embernek fia, hogy bármit megbánna. Mond-e olyat, amit meg ne tenne, ígér-e olyat, amit nem teljesít?” (4Móz 23:19)

„Csak higgyetek, dicsérjétek Istent és menjetek előre. Már majdnem otthon vagyunk... Bízátok minden terheteket Isten ígéreteire. Higgyetek! A ti kiváltságotok, hogy higgyetek.” (31. levél, 1887. január 31.)

„De hála az Istennek, aki a diadalt adja nekünk a mi Urunk Jézus Krisztus által!” (1Kor 15:57).

„Ne nekünk, URam, ne nekünk, hanem a te nevednek szerezz dicsőséget szeretetedért és hűségédért!” (Zsolt 115:1)