

Ima és böjtnap

Segédanyagok a 2. negyedévhez - 2017. április 1.

Téma:

Az Úr dönti el a csatát

Harcoljunk egymásért

Tartalomjegyzék

Miért van szükség Ima és böjtnapra?	1
Ima és böjtnap ötletek és segédanyagok	2
Ajánlott délutáni imaprogram és tevékenységek	3
Útmutató imaszolgálat vezetőknél	4
Harcoljunk egymásért (imacélok)	6
Folytassuk az egymásért való harcot imában.....	8
Függelék	9
Imádkozó harcosok – áhítat	9
Megszállott módon imádkozni	13
Mi mindenért imádkozzak?	14
Gyermekeid a sárba ragadtak?	15
Hívás a biblikus imára és böjtre	16
Lelki áttörés	21

Miért van szükség Ima és böjtnapra?

Képzeld el, hogy szülő vagy és abban a tudatban készülsz elköszönni gyermekeidtól, 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 reformációs ima és böjt kezdeményésébe.

Talán nem döntesz úgy, hogy teljesen tartózkodsz az ennivalótól. Talán mellőzni fogod az édességet, a közösségi mádiát, 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. feb. 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 reformációs bizottság tagja

Ima és böjtnap ötletek és segédanyagok

- **Alapige:** Jak 5:16
- Ajánlott prédikáció címek vagy téma a gyülekezetnek:

*Mindannyian részei vagyunk!
A nagy küzdelem és az Egyház
A csata, az Egyház és Isten népe
Az Úr dönti el a csatát*

- Ajánlott gyermektörténet:

Mondd el Nehémiás 4. fejezetének történetét! Miközben a nép a várfalak újjáépítésén dolgozott, az ellenség próbálta megállítani őket. Ezért Nehémiás arra kérte az embereket, hogy segítsék egymást. Egyesek építettek, mások meg az építőket védték. Egész nap őrt álltak (22. vers). Mivel annyira szétszóródtak a város körül, egy tervet ötlöttek ki: amikor az egyik csoportot megtámadták, megfújták a trombitákat, és mindenki odaszaladt segíteni (19-20. vers). Amikor mindenki együttműködött és egymásról gondoskodtak, 52 nap alatt képesek voltak újjáépíteni a várfalakat, és minden ellenségük meglátta, hogy az Úr velük van.

Hogy a történetet humorosabbá tedd, megkérheted a gyermekeket, hogy építsék a falat, de mindenki csak az egyik kezét használhatja, és mindenkinek együtt kell működnie a többiekkel. Vagy, ha sokkal valóságosabb akarsz lenni, kérj meg néhány gyereket, hogy építse a falat, míg a többiek odajönnek és megpróbálják megakadályozni őket feladatuk teljesítésében. Kérdezd meg őket, hogy mennyire nehéz építeni, amikor valaki megpróbálja akadályozni. Aztán kérd meg őket, hogy próbálják újra, de ekkor legyen néhány gyerek, akik védelmezik őket, hogy azok, akik akadályozni próbálják őket, ne tudjanak hozzájuk közelíteni. Aztán kérdezd meg őket, hogy mennyire nehéz volt építeni akkor, amikor valaki segítette őket. Mutass rá arra, hogy a nehéz dolgok mindig könnyebbek, amikor egymást segítjük. [Eldobható műanyag poharak olcsó „építőanyagok” lehetnek]

- A 2. negyedév *Ima és böjtnapjának* témája: „Harcoljunk egymásért” 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: „**Harcoló imák**”. 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. (További információt a ***Hívás a biblikus imára és böjtre*** című mellékletben találsz).

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

Azonban, ha a testvérek úgy döntenek, hogy nem böjtölnek, még akkor se vegyük el a kedvüket attól, hogy ezen 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.

Dereck 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 *Az egyháznak csak Jézus...* című ének éneklésében (Hitünk énekei, 306)!

Ezt követően olvassuk el 2Krón 5:16-ot: „*Valljátok meg azért egymásnak bűneiteket, és imádkozzatok egymásért, hogy meggyógyuljatok. Nagy az ereje az igaz ember buzgó könyörgésének.*”

Kezdő ima és köszöntés: Legyen egy imaszolgálati vezető vagy egy kijelölt vezető, aki köszönt mindenkit az imaalkalmon, és aki megtartja az áhítatot! Címe: „Harcoló imák”. Aztán vegyék át az *Ima és böjtnap* imacéljait a mellékelt felsorolás szerint (10. oldal). Ha lehetséges nyomtassátok ki mindenki számára, hogy mindenki előtt ott legyen ez a lista! Ekkor lehet itt az ideje annak, hogy emlékeztessük a tagokat, hogy mindenki röviden imádkozzon, hogy minél több embernek lehetősége legyen az imára.

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. Az idő gyorsan el fog telni.

Befejezés: Az imaalkalom befejezéseként énekeljünk néhány dicsőítő éneket, megköszönve Istennek mindazt, amit tenni fog. Bátorítsd a tagokat, hogy az *Ima és böjtnap* után is folytassák az imádságot a környezetükben élő, más hitet vallókért, és keressék a lehetőséget arra, hogy nekik bizonyosságot tegyenek.

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

Útmutató imaszolgálat vezetőknek

Miközben arra bátorítod az embereket, hogy az alkalmon többször is imádkozzanak, emlékeztess őket annak fontosságára, hogy imáik legyenek rövidek. Ellen White ezt írja: Az imaórákon imádkozzunk röviden. A hosszú imákat, amikor Istennel beszélgetünk, hagyjuk a belső szobánkba" (*Manuscript Releases*, 10:130). Így tehát, miközben az imaalkalom lehet hosszú, az egyéni imák ne legyenek azok. A rövid imák az imaalkalmat aktívvá és mozgalmassá teszik. Ugyanakkor a tagok szívét is összeköti, és megakadályozza azt, hogy a gyermekek vagy a felnőttek nyugtalanná váljanak.

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

Ha dicsőítéssel és bűnvallással kezdjük, az imaközösséget így kezdhethetjük: „Drága Urunk, amint eléd jövünk ma, szívük tele van dicsőítéssel. Mielőtt 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 több kisebb csoportban tervezed az imát, most, az elején még maradjatok együtt egy nagy csoportban, de később alakítsátok ki a kisebb csoportokat. Amikor elérkezik az idő, hogy továbblépjünk a bűnvallomáshoz, vedd át újra a vezetést.

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

A következő szakasz a könyörgés ideje. Bátoríts mindenkit saját példáddal, hogy **Isten Igéjét imádkozod**, és igényeled Isten ígéreteit. Teljesen konkrétan imádkozz! Imádkozz hittel! Hagyd, hogy ez a szakasz olyan hosszú legyen, ahogy a Szentlélek indít!

Érezd magad szabadnak, hogy megszakítsd az imákat egy **jól ismert énekkel**, amely illik az elmondott imádságokhoz. „Az istentiszteletet részeként az éneklés ugyanolyan istentiszteleti cselekmény, mint az ima. Tény az, hogy nagyon sok ének tulajdonképpen imádság” (Ellen G. White: *Nevelés*. Budapest, 2015, Advent Kiadó, 146. o.).

Bátoríts mindenkit, hogy **jussanak egységre egymással** az imában, Mt 18:19-et igényelve. Ezek ötletek ahhoz, hogy hogyan kezdjük, de a legfontosabb, hogy a Szentlélek vezessen.

Töltsétek azzal a délutánt, hogy a gyülekezet tagjaiért imádkoztok – azokért, akik jelen vannak és azokért is, akik nincsenek ott. Vegyétek a gyülekezeti névsort és nyomtassátok ki. A csoport nagyságától függően kisebb imacsoportokra lehet oszlani, akinek kiosztunk neveket a névsorból, akikért imádkozzanak. Ha a gyülekezet kicsi, akkor imádkozzatok minden tagjáért és a barátokéért!

Készíthettek egy kis papírcetlit minden gyülekezeti tag/család nevével. Tudomására hozhatjátok minden gyülekezeti tagnak, hogy mindenkiért imádkozni fogtok, és megkérhetitek őket, hogy írják le imacéljaikat, amiért imát kérnek. Ezeket a kéréseket vezessük fel a papírcetlire. Aztán bátorítsátok arra az imaközösségen jelenlevőket, hogy vigyék haza ezeket a papírcetliket és küldjenek egy rövid üzenetet, képeslapot, e-mail-t nekik, tudatva azt, hogy imacéljaikért imádkoztatok.

Hasznos lehet a nevek néhány csoportra való felosztása: aktív/gyülekezetlátogató tagok, elmaradtak, akik saját döntésük alapján már nem járnak gyülekezetbe, a házhoz kötöttek, akik betegség vagy idős kor miatt nem járnak gyülekezetbe és a gyermekek/fiatalok/fiatal felnőttek. Osszál neveket a tagoknak és tudasd velük az imakéréseket. Vagy tegyétek a papírcetliket egy dobozba, minden imaharcos húzzon neveket, akikért imádkozik.

Emlékeztess mindenkit arra, hogy az ima az nem a „szent pletyka” ideje. Ne osszunk meg olyan információkat, amelyek nem publikusak.

Fejezzük be a délutánt azzal, hogy összejövünk a csoportokból és egy kis időt a **hálaadással és dicsőítéssel** töltünk.

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

Harcoljunk egymásért

Imakérések

A. Tagok. Imádkozz különleges módon minden egyes tagért és személyért, akik a gyülekezetbe járnak. Ha nincsenek különösebb kérések, az alábbi területekért imádkozhatunk (csak néhány példa):

- Lelki növekedés/kapcsolat Istennel
- Egészség
- Kapcsolatok – házasság, gyermeknevelés, barátságok
- Pénzügyek
- Munka/iskola
- Kihívások és megpróbáltatások
- Kísértések/bűnnel való harc
- Szervedély és elhívás – hogy mindenki megtalálja a módját, hogyan szolgálhatja Istent

B. Kimaradó tagok. – Imádkozz különösképpen a kimaradó tagokért – azokért, akik úgy döntöttek, többé nem jönnek el a gyülekezetbe.

- Ne csupán azokért a területekért imádkozz, amelyeket fentebb felsoroltunk, hanem ezeknek az embereknek az Istennel és a gyülekezettel való kapcsolatáért is.
- Kérd Istent, hogy gyógyítsa be azokat a sebeket, amelyeket úgy éreznek, a gyülekezet vagy a gyülekezeti tagok ejtettek rajtuk.
- Imádkozz azért, hogy Isten adjon szívükbe vágyat arra, hogy visszajöjjenek a gyülekezetbe, vagy találjanak egy másik gyülekezetet új közösségükön belül.

C. Gyülekezet. Imádkozz gyülekezetedért, hogy egy olyan elfogadó, kegyelemmel telt hely legyen, ahol minden ember, tekintet nélkül arra, milyen szinten áll jelenleg az Istennel való kapcsolatában, azt érezze, hogy szívesen látják és szeretik őt.

D. Házhoz vagy ágyhoz kötöttek. Imádkozz a gyülekezet azon tagjaiért, akik valamilyen okból nem tudnak elmenni otthonról. Nehéz időszak lehet ez az emberek életében. Talán úgy érzik, senki sem gondol rájuk, és nincs céljuk az életben.

- Imádkozz érdekükben is a fentebb felsorolt szempontok alapján, de különösen az egészségükért!
- Kérd Istent, hogy segítsen nekik célt és örömet találni az életben, még korlátolt képességeiken keresztül is, és mutassa meg nekik, hogyan szolgálhatják Őt továbbra is. Kérd Istent, hogy segítsen nekik megérezni azt, hogy számítanak, még akkor is, ha nem tudnak olyan aktívan részt venni a tevékenységekben, mint egykor.
- Kérd Őt, hogy segítsen nekik érezni kötődésüket Istenhez és a gyülekezetéhez.

- Imádkozz olyan ötletekért és lehetőségekért, melyek által segítheted ezt a csoportot, akik talán egykor központi szerepet töltöttek be a gyülekezet életében, de most elfeledettnek érzik magukat.
- Kérd Istent, hogy küldjön el olyan embereket, akik meglátogatják ezeket a tagokat, és törődnek velük.

E. Ifjúság. Imádkozz különleges módon a gyülekezet gyermekeiért, fiataljaiért, és fiatalabb felnőtteiért.

- A fiatalok gyakran úgy döntenek, elhagyják a gyülekezetet, mivel úgy gondolják, hogy ez nem egy fontos része az életüknek, és nem így fognak változásokat elérni (Jan Barna tanulmányából).
- Miközben imádkozol a fentebb felsoroltak alapján, imádkozz az üdvösségükért is.
- Imádkozz, hogy Isten megvédje őket minden bajtól – nem csupán a fizikai bántalmaktól, hanem az érzelmi, mentális és különösképpen a lelkiaktól is.
- Imádkozz azért, hogy olyan szenvedéllyel szeressék Istent, ami soha nem érhet véget.
- Imádkozz azért, hogy egy személyes és közeli kapcsolatot éljenek meg Krisztussal. Imádkozz, hogy a gyülekezet ne csak egy megszokás legyen, hanem egy olyan hely, ahol érzik a törődést, ahol bátorságra és segítségre lelnek a hétköznapi életükre nézve, és ahol felfedezhetik, milyen különleges módokon szolgálhatják Istent és használhatják különleges lelki ajándékaikat és képességeiket.
- Kérd Istent, hogy mutassa meg neked azokat a pontokat, ahol a gyülekezet kudarcot vall vagy cserbenhagyja a fiatalokat.

Kérd Őt, hogy mutassa meg, hogyan kerülhetsz kapcsolatba a gyülekezet gyermekeivel, tinédzserjeivel és fiataljaival.

F. Vezetők. Imádkozz különleges módon gyülekezeted vezetőiért. Az ellenség nagy erővel próbálja meggyengíteni a vezetőket és azokat, akik a szolgálatban részt vesznek.

- Imádkozz az ő védelmükért – az ő esetükben is: ne csupán a testi, hanem a lelki, érzelmi és mentális védelmükért is.
- Imádkozz számukra bátorságért és erőért, miközben ők is kísértésekkel néznek szembe.
- Imádkozz Istennel való kapcsolatukért, hogy mindig is ez legyen számukra a legfontosabb, és soha ne legyenek annyira elfoglaltak, hogy ne legyen idejük Istenre, hiszen semmire nem képesek e nélkül a kapcsolat nélkül.
- Imádkozz számukra bölcsességért és tisztánlátásért miközben szolgálnak.
- Imádkozz azért, hogy a gyülekezet bátorító legyen ne pedig ítélkező. Imádkozz, hogy még azokban a pillanatokban is, amikor a vezetőről kell beszélniük, azt sok szeretettel és imádsággal tegyék.

Továbbá kérlek, emlékezz meg a **világszéles egyház imakéréseiről**:

- Arra kérünk, emeld fel imában azon emberek millióit, akik még nem hallottak az evangéliumról és a világ nagy városaiban élnek.
- Kérlek, imádkozz azért, hogy Isten küldjön el munkásokat: egészségügyi misszionáriusokat, gyülekezetalapítókat és városi misszionáriusokat, hogy elérjék ezeket az embereket.
- Imádkozz, hogy a Szentlélek dolgozzon a különböző alapítványainkon és szolgáltatásainkon keresztül, mint az Adventista Fejlesztési és Segély Alapítvány (ADRA), Adventista Világrádió (AWR), ASI stb., hogy elérhessük az embereket.

- Imádkozz a személyes megújulásért és reformációért, valamint azért, hogy tudatában legyünk saját küldetésünknek is.
- Imádkozz azokért a gyerekekért, akik adventista, vagy állami iskolákba járnak világszerte. Kérjük Istent, adjon nekik bátorságot, hogy kiálljanak a jóért és az igazság tanúi legyenek.
- Imádkozz azokért a családokért szerte a világban, akik fény lehetnek szomszédjaik számára, reményt és békességet nyújthatnak azoknak, akiket bántalmaztak vagy elhagytak.

Folytassuk az egymásért való harcot imában

Van valami erőt adó abban, amikor azt hallod, hogy mások imádkoznak érted – igazán imádkoznak érted és azokért a dolgokért, amelyek a legjobban nyomják szívedet. Az is hihetetlenül bátorító tud lenni, amikor tudod, hogy mások imádkoznak érted. Ne csupán egyszer egy évben imádkozzunk másokért. Felsorolunk pár ötletet, ami segíti az embereket, hogy az év folyamán folyamatosan imádkozzanak a többiekért:

- Biztosíts olyan lehetőségeket, ahol az emberek **meg tudják osztani imakéréseiket**:
 - o Készíts egy dobozt, ahova a tagok bedobhatják különleges imakéréseiket. Azután bizonyosodj meg róla, hogy az emberek imádkoznak ezekért a kérésekért.
 - o Helyezz el cédulákat egy állványra, melyeket az emberek kitölthetnek és beletehetnek egy táliba/kosárba. Ezután bizonyosodj meg róla, hogy az emberek imádkoznak ezekért a kérésekért.
 - o Legyen a weboldalotokon egy olyan rész, ahova az emberek leírhatják imakéréseiket – és ebben az esetben is bizonyosodj meg arról, hogy valaki követi a kiírásokat, és imádkozik értük.
 - o Hozz létre egy privát imacsoportot Facebookon (bizonyosodj meg arról, hogy privát a csoport, hogy csak azok láthassák, akik tagjai a csoportnak), ahol a gyülekezet tagjai megoszthatják kéréseiket és imádkozhatnak egymásért úgy, hogy poszt alá, hozzászólásban leírtok egy rövid imát.
- Alakíts ki egy **imaszobát** a gyülekezeten belül, amely nyitva áll szombatonként. Egy helyet, ahova az emberek bemehetnek, és valaki imádkozik értük. Működhet a szoba szombat reggel, és az istentisztelet után is egy rövid ideig. Emlékeztess az embereket, hogy valaki készen áll, hogy imádkozzon velük.
- Minden héten **irányítások figyelmeteket** egy családra/párra/egyedülálló személyre a gyülekezetben, aki(k)ért imádkozhattok. Bátorítsd arra az embereket, hogy ne csupán imádkozzanak ezekért a tagokért a hét folyamán, hanem írjanak nekik egy üzenetet, egy levelet, vagy egy Facebook posztot, hogy tudassák velük, imák szállnak fel értük. Bizonyosodj meg arról, hogy a passzív vagy házhoz/ágyhoz kötött tagokat is felírod erre a listára.
- Alakíts meg az **imádkozó édesanyák csoportját** a gyülekezetedben - Anyák Krisztusban Gyermekükért. Cél: különleges módon imádkozni gyermekeik üdvösségéért – tekintet nélkül arra, hogy mennyire fiatalok vagy idősek. Oszd meg a gyermekek nevét azokkal, akikkel együtt szoktál imádkozni. Bátorítsd az anyukákat arra, hogy rendszeresen osszák meg az új fejleményeket a csoporttal.
- Oszd meg a függelékben található „Megszállott módon imádkozni” szövegrészt az imacsoportoddal, és bátorítsd őket, hogy továbbra is imádkozzanak másokért.

FÜGGELÉK

Imádkozó harcosok

Gondolatok az Ima és böjtnapra

Az élet sokszor nehéz.

Olyan kihívásokkal szembesülünk nap mint nap, amik elviselhetetlennek tűnhetnek. Pénzügyek. Egészség.

Kapcsolataink.

Harc a bűnnel és kísértéssel. Egyedüllét.

Néha meglepnek minket ezek a dolgok.

Azt szeretnénk, hogy az élet könnyű legyen. Hogy a dolgaink simán menjenek. A számláink ki legyenek fizetve. egészségesek legyünk. Tartós barátságaink legyenek.

Házastársunk és/vagy gyermekeink mindig szeressenek minket és Istent. Győzelmet arassunk a kísértések felett.

A probléma egyik része az, hogy felejtünk. Elfelejtjük, hogy a Nagy küzdelem több mint egy polcunkon pihenő könyv címe. Ez az életünk. A mindennapos harc, amiben benne élünk.

A Biblia figyelmeztet minket. Jézus elmondta a tanítványainak, hogy „*a tolvaj ... jön, hogy lopjon, öljön és pusztítson*” (Jn 10:10, új prot. ford.). Hajlamosak vagyunk a vers ezen részét kihagyni, és a másik részére figyelni: „*én azért jöttem, hogy életük legyen, sőt bőségben éljenek.*” Vágyunk erre a bővülő életre. Nem is akarunk arra gondolni, hogy van egy ellenségünk, aki szerte jár, keresve, kit nyeljen el (1Pt 5:8).

Miközben Nehémiás és a zsidók elkezdtek Jeruzsálem falának újjáépítését, valószínűleg abban reménykedtek, hogy baj nélkül, gyorsan, könnyedén elvégzik a feladatot, és nézhetik, ahogyan a fal újra áll, a várost védelmezve.

Azonban nem ez történt.

Mihelyt elkezdtek a munkálatokat, ellenségeik feldühödtek. „*Lőn pedig, mikor meghallotta Szanballat, hogy mi építjük a kőfalat, haragra gerjede és felette igen bosszankodék, és gúnyolá a zsidókat*” (Neh 4:1). Szanballat támadásai a zsidók ellen nagyon hasonlóak azokhoz, melyekkel mi is szembenézünk ma, miközben próbáljuk azt az életet élni, melyet Isten hozott létre számunkra, és tenni, mindazt amire elhívott. „*Mit művelnek e nyomorult zsidók? Vajon megengedik-e ezt nékik? Talán áldozni fognak? Hát bevégzik ma?*” (2. vers).

1. támadás: Nem vagy képes rá.

Szanballat megkérdőjelezte a zsidók képességeit, hogy képesek lesznek elvégezni ezt a feladatot. A mi ellenségünk ugyanezt teszi. Azt szeretné elhíttetni velünk, hogy nem vagyunk képesek semmire. Azt hiteti el, hogy nem tudjuk megcsinálni, ezért nem is fogjuk. Nem fogjuk véghezvinni azt, amire Isten elküldött bennünket.

Nem fogunk ellenállni a kísértésnek.

Nem fogjuk barátinkkal megismertetni Krisztust.

De Szanballat még nem végzett. „*Bármit építsenek, ha egy róka lép fel rá, összezúzza köveiknek falát*” (3. vers).

2. támadás: Nem fog működni.

Ezután Szanballat kijelentette, hogy az újjáépítésre tett kísérletük értelmetlen, hiszen bármit tesznek is, nem lesz tartós. Még egy róka is le tudná rombolni azokat a falakat. Az üzenet: nem vagy képes semmire, de amit teszel, az sem lesz célravezető. Ismerősen hangzik? A mi ellenségünk is megpróbál elbizonytalanítani azáltal, hogy elhiteti velünk, akármit teszünk, nem fog működni. Értelmetlen. Újra és újra próbálkozhatunk, de nem fogunk nagyobb változásokat elérni. Szanballat szavai nem hatottak túlságosan a zsidókra. *„És építők a falat annyira, hogy elkészült az egész fal félmagasságban, mert a nép nagy kedvvel dolgozott.”* (6. vers)

A nép a feladatára koncentrált, és figyelmen kívül hagyták Szanballat támadásait. Hogyan voltak képesek folytatni az építkezést és továbbra is bízni Istenben, hogy segít nekik befejezni a falat? Imádkoztak. Beszéltek Istennek ellenségeikről, és megkérték Őt, hogy vigyázzon rájuk (4-5. vers). Figyeljük meg, ahogyan együtt imádkoztak: *„Halld meg, oh mi Istenünk! Hogy csúffá lettünk...”* Összefogtak, és együtt imádkoztak az ellenség visszaveréséért.

Amikor ellenségeik látták, hogy a munka mégiscsak halad, és a falak épülnek, *„igen nagy haragra gerjedtek. Mindnyájan egy akarattal összeesküdtek, hogy eljönnek, megostromolják Jeruzsálemet, és a népet megrémítik”* (7-8. vers, ÚRK).

3. támadás: Össztűz!

Érezted már úgy, hogy minden ellened dolgozik? Úgy értem, minden, ami rosszul végződhet, az rosszul is végződött? Néztél már szembe annyi problémával egyszerre, hogy azt sem tudtad, melyikkel küzdj meg először? Csakúgy, mint Szanballat, Tóbiás és mások, a mi ellenségünk is szeretne túlterhelni minket, hogy úgy tűnjön, ez már több, mint amit el tudunk viselni.

A zsidók újra Istenhez fordultak. *„De imádkozánk a mi Istenünkhöz, és állítánk ellenük őrséget nappal és éjjel”* (9. vers). Embereket állítottak ki őrködni nappal és éjjel. Példájukat követve, imában mi is ellen tudunk állni az ellenségnek nappal és éjjel.

Az ellenség nyughatatlan. Ha egyféleképpen nem tud az utadba állni, megpróbálja máshogyan. A zsidók ellenfelei nem adták fel. Kipróbáltak egy másféle taktikát. *„Nem is sejtik, nem is veszik észre, egyszer csak bemegyünk közéjük. Megöljük őket, és megállítjuk a munkát.”* (11. vers, ÚRK).

4. támadás: Alattomban

Nem tudhatták, hogy be fog következni. Nem észlelték, hogy ez is egy támadás. A mi ellenségünk ugyanezt szokta tenni. Alattomosan támad, ezért nem is érzékeljük, hogy az ellenségünkkel van dolgunk. Lassan olyan apró döntésekre készítet minket, melyek eltávolítanak Istentől – de mi ezt nem vesszük észre először. Olyan dolgokat hitet el magunkról, amik nem igazak, de igaznak tűnnek. Alattomban hazugságokat ültet el a fejünkbe Istenről, az ő szeretetéről és megbocsátásáról, az ő kegyelméről és megváltásáról, olyan módon, hogy kételkedjünk benne és jóságában.

De nem csupán az ellenség volt az, aki támadta a zsidókat. Egymás számára is megnehezítették az építkezést. Sokan azzal küszködtek, hogy ételt tegyenek az asztalra és visszafizessék azt a pénzt, amit kölcsönkértek vezetőiktől szabadságuk kiváltásáért. Ezek a vezetők „uzsorát” követeltek (Neh 5:7). Pénzt adtak kölcsön azoknak, akik visszatértek a fogságból, hasznot húzva szükségleteiből, önmagukat gazdagítva. A visszatért foglyok a megélhetéssel, a fal és saját életük újjáépítésével küszködtek, és mindezt a vezetők még nehezebbé tették számukra.

5. támadás: Baráti tűz

Nem csupán az ellenség támadásai bénítják le szívünket. Sokszor az a támadás, amely barátainktól jön, még jobban bánt. Kritikák. Ítéletek. Félreértések. Árulások. Egy barát okozta seb mélyre hatol.

Nehémiást elöntötte a düh, amikor meglátta mi történik. Rögtön rendre utasította a vezetőket: *„Mi megváltottuk a mi atyánkfiait, a zsidókat, akik a pogányoknak eladattak vala, a mi tehetségünk szerint; és ti meg akarjátok venni a ti atyátokfiait, s ők nekünk adják el magukat?”* (8. vers)

Nehémiás szavaira elnémultak a vezetők. Felszólította őket arra, hogy féljék az Urat, és adjanak vissza mindent a zsidóknak, kamatostól.

Ők pedig megtették.

Minden támadás ellenére, a zsidók mindössze 52 nap alatt befejezték a fal építését. *„Amikor ezt meghallották ellenségeink, megrettent minden nép, amely körülöttünk élt, és igen összeestek a saját szemükben, mert fölismerték, hogy Istenünk segítségével vittük végbe ezt a munkát.”* (Neh 6:16, ÚRK)

Hogyan voltak képesek ilyen nagy dolgot véghezvinni ennyire rövid idő alatt, miközben félelmetesen sok akadállyal kerültek szembe?

Harcoltak egymásért.

1. haditerv: Harcolj a családotért!

Az első lépés Nehémiás haditervében az volt, hogy a családok együtt dolgozzanak és megvédjék egymást. *„Azért odaállítottam a népet a hely legalsó, nyílt részére, a várfal mögé nemzetségeik szerint, fegyverekkel, dárdáikkal és íjakkal együtt. Majd körültekintettem, megálltam, és így szóltam az elöljárókhöz, a főemberekhez és a többi néphez: Ne féljetek tőlük! A nagy és rettenetes ÚRra emlékezzetek, és harcoljatok testvéreitekért, fiaitokért, leányaitokért, feleségeitekért és házatokért!”* (Neh 4:13-14, ÚRK).

Elsődleges haditervünk az kell, hogy legyen, hogy imádkozunk és küzdünk családjunkért. Fiainkért. Lányainkért. Házastársunkért. Azokért, akikkel megosztjuk otthonunkat.

2. haditerv: Egymásért harcolni.

Ezután, Nehémiás az emberek felét azzal bírta meg, hogy építsék újra falat, míg a másik fele őrizte őket. *„De attól a naptól fogva embereimnek csak az egyik fele dolgozott, másik fele pedig dárdákkal, pajzsokkal, íjakkal és páncéllal volt fölfegyverkezve, a fejedelmek pedig ott álltak egész Júda háznépe mögött”* (16. vers, ÚRK).

Képzeld el, hogyan fejlődnének a gyülekezeteink, ha mi is ugyanígy összedolgoznánk! Lennének olyanok, akik imádkoznak azokért, akik munkálkodnak és szolgálnak Istenért. Mások imádkoznának a szombatiskolai tanítókért, miközben ők vezetik a beszélgetést. Imádkoznának azokért, akik elmennek bibliaórákat tartani. Egy imacsoport fohászolna azokért, akik evangelizációs sorozatokra járnak, a tanítók számára pedig erőért és hatalomért imádkoznának. Imádkozó harcosok állhatatosan és kitartóan imádkoznának a gyülekezet lelkészéért és vezetőiért. A tagok egymásért imádkoznának a hét folyamán.

Nehémiás tudta azt is, hogy a vezetőknek szintén imádkoznia kell az emberekért.

3. haditerv: Imádkozó vezetők.

„És a fejedelmek ott állának az egész Júda háznépe mögött” (16. vers). A vezetők támogatták az építőket és az őreket az által, hogy mögöttük álltak, küzdve velük és értük. Korábban, az Ótestamentumban, Sámuel szintén ráébredt arra, hogy az ő felelőssége azokért imádkozni,

akiket Isten az ő gondjára bízott. Bűnnek tekintette, ha nem így tett volna. *„Sőt tőlem is távol legyen, hogy az Úr ellen vétkezzem és felhagyjak az érettetek való könyörgéssel”* (1Sám 12:23). Mint vezetők, kötelességünk imádkozni azokért, akiket Isten a vezetésünkre bízott.

Nehémiás megbizonyosodott arról is, hogy minden egyes ember fel van szerelve és készen áll a harcra.

4. haditerv: Hidd el, hogy van ellenséged, és légy készen a harcra!

„A falon munkálkodók és a teherhordók egyik kezükkel a munkát végezték, a másik kezük pedig a fegyvert tartotta. Akik pedig építettek, azoknak a fegyvere a derekukra volt kötve, és így építettek. A kürtös pedig mellettem állt.” (Neh 4:17-18, ÚRK). Úgy dolgoztak, hogy tudatában voltak annak, az ellenség készen áll elpusztítani őket. Munkájuk közben éberek voltak, felkészültek, és készen álltak a harcra.

Isten minket is ugyanerre bátorít. *„Minden féltett dolognál jobban őrizd meg a szívedet”* (Péld 4:23).

Péter ezt írja: *„Józanok legyetek, vigyázzatok; mert a ti ellenségeitek, az ördög, mint ordító oroszán szerte jár, keresvén, kit elnyeljen”* (1Pt 5:8)

Tehát a nép dolgozott. Küzdöttek családjaiért. Küzdöttek egymásért. A vezetők mögöttük álltak. Ők pedig felkészültek, éberek voltak, és figyeltek. Tudták, hogy van egy ellenségük, és figyelték, mikor támadhat. Nehémiás ráébredt arra is, hogy az emberek akkor küzdhetnek a leghatékonyabban, ha együtt küzdenek.

5. haditerv: Vonuljunk fel és harcoljunk egymásért, amikor a háború tombol!

„Majd így szóltam az előjárókhhoz, a főemberekhez és a többi néphez: A munka nagyon sok és kiterjedt, és mi a várfalon elszéledve, messze vagyunk egymástól. Azért ha a kürt szavát halljátok, gyűljetek ide hozzánk mindenhol. Istenünk harcol értünk!” (Neh 4:19-20, ÚRK). Amikor egy csoportot vagy személyt megtámadtak, a felharsant a kürt, és nyomban mindenki abbahagyta amit éppen csinált, és összegyűltek harcolni.

Túl sokszor próbálunk egyedül küzdeni. El sem mondjuk másoknak. Nem kérjük, hogy imádkozzanak értünk. Sokszor be sem valljuk, hogy küzdünk valamivel. Mosolygunk, és azt mondjuk, hogy minden rendben van, miközben nem így van. Túl sokszor gondoljuk azt, hogy mindenki más rendben van, csak mi nem. Csakis mi vagyunk azok, akik küzdenek valamivel. Senki más nem veszít a kísértések elleni harcban. Senki más nem él olyan házasságban, ami épp hogy csak létezik. Senki más nem érzi, hogy szülőként kudarcot vallott.

Mindenki másnak dinamikus imaélete van, és szereti tanulmányozni a Bibliát – csak mi vagyunk azok, akik nehezen találják meg a kapcsolatot Istennel, és úgy érezzük, nem nagyon válaszol imáinkra.

Isten haditerve nem ez.

„Vigasztaljátok azért egymást, és építse egyik a másikat” (1Thessz 5:11).

„Valljátok meg bűneiteket egymásnak és imádkozzatok egymásért, hogy meggyógyuljatok: mert igen hasznos az igaznak buzgóságos könyörgése” (Jak 5:16).

„Ismét, mondom néktek, hogy ha ketten közületek egy akaraton lesznek a földön minden dolog felől, a mit csak kérnek, megadja nekik az én mennyei Atyám” (Mt 18:19).

Isten vágyik arra, hogy lásson minket, ahogy összegyűlünk őszinte szívvel, megfűjjük a „trombitát” amikor szükségünk van mások segítségére, és együttes imádságra. Küzdeni egymásért.

Ez volt az a haditerv, ami lehetővé tette a zsidóknak, nem csupán azt, hogy 52 nap alatt felépítsék a falat, hanem hogy megmutassák a világnak, milyen hatalmas Istenük van. *„Amikor*

ezt meghallották ellenségeink, megrettent minden nép, amely körülöttünk élt, és igen összeestek a saját szemükben, mert fölismerték, hogy Istenünk segítségével vittük végbe ezt a munkát” (Neh 6:16 - a kiemelés tőlünk származik).

Talán mi nem építünk újjá falakat, de arra igenis elhívást kaptunk, hogy életet építsünk újjá. A saját életünket. Szeretteink életét. Azoknak az életét, akikkel egy közösségben élünk. Isten arra hívott el bennünket, hogy küzdjünk egymásért és azokért, akik még nem adták át életüket Neki. Sok hasonló küzdelemmel nézünk szembe, mint a zsidók. Meg tudjuk küzdeni ezeket a csatákat és véghez tudjuk vinni azt a munkát, amire Isten elhívott minket, miközben megmutatjuk a világnak, milyen hatalmas Istenünk van.

A mai gyülekezetben Nehémiásokra van szükség – nem olyan emberekre, akik csak imádkozni és prédikálni tudnak, hanem akiknek imái és prédikációi szilárd és lelkes céltudatossággal párosulnak. ... A Nehémiás erőfeszítéseit kísérő siker azt bizonyítja, hogy mi mindent végezhet el az ima, a hit és a bölcs és erőteljes cselekvés” (Ellen G. White, Keresztény szolgálat, 177. oldal).

Összegzés—Ismétlésképp

Ahogy a nép összegyűlt a fal újraépítésére, úgy ellenségeik is összegyűltek azért, hogy megakadályozzák őket:

- Nehémiás együtt érzett a néppel és Isten felé vezette őket.
- Az ellenség nem akarta látni, ahogyan az emberek véghezviszik azt, amire Isten elhívta őket.
- Nehémiás felfegyverezte az embereket, csoportokba rendezte, és összehívta őket.
- Az által, hogy együtt dolgoztak és megvédték egymást, be tudták fejezni a munkát.

A zsidókhöz hasonlóan nekünk is van egy ellenségünk, aki meg akar minket akadályozni abban, hogy azok az emberek legyünk, akiknek Isten tervezett minket, és végezzük azt a munkát, amit számunkra készített. Isten erre hív bennünket:

- Küzdjünk családunkért imában!
- Küzdjünk egymásért imában!
- Imádkozzunk azokért, akiket Isten arra hívott el, hogy vezetők legyenek!
- Higgyük el, hogy harcban állunk, és legyünk éberek, felkészültek az ellenség támadásaira!
- Gyűljünk össze imádkozni!

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” (1 Thessz 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.

Mi mindenért imádkozzak?

„Ezokáért meghajtom térdeimet a mi Urunk Jézus Krisztusnak Atyja előtt, a kiről 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 (1Királyok 3:9; 2Krón 1:10; Kolossé 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

Gyermekeid beleragadtak a sárba?

A mai világban rengeteg dolog van hatással a gyermekeinkre: Közösségi hálók. TV. Rádió. Videójátékok. Magazinok. Társaik. Zene.

Rengeteg olyan kísértés van, melyek elvonják figyelmüket Istenről: Alkohol. Szex. Drogok. Dohány.

Arra vágyunk, hogy gyermekeink igazán ismerjék Istent. Egy közeli, szenvedélyes kapcsolatuk legyen vele.

De gyakran beleragadnak a világ sárába és mocsarába.

Ragadjuk ki őket onnan az ima erejével!

A Hetednapos Adventista Egyház Észak-amerikai Divíziójának egyik egyházterülete, a Dél-nyugati Régió Egyházterület indította el a M.U.C.K elnevezésű kezdeményezést, ami nem más jelent, mint: Édesanyák Együtt Krisztusban a Gyermekekért. [Mothers United in Christ for Kids. MUCK. - angol szójáték: a MUCK azt jelenti: sár, mocsok.]

Mi a kezdeményezés célja?

Édesanyák indították útjára, akik rendíthetetlenül imádkoznak gyermekeikért és mások gyermekeiért.

Elsősorban üdvösségükért, és Krisztussal való kapcsolatukért könyörögnek.

Ezek a gyerekek talán még egészen kicsik, és Istenben növekednek. Talán fiatalok, akik azon gondolkoznak, mit kezdjenek Istennel. Vagy felnőttek, akik elkóboroltak.

A kezdeményezés arra fekteti a hangsúlyt, hogy ezekért a gyerekekért rendszeresen imádkozzon valaki, abban bízva, hogy Isten bármit megtenne értük, hogy valódi kapcsolatba kerüljenek Vele.

Hogyan írhatod fel gyermekeidet a listára?

Azzal, hogy te is imádkozol a listán lévő gyermekekért. Mindegyikért. Rendszeresen. Talán naponta. Vagy hetente. De rendszeresen.

Jelentkezz még ma!

Amennyiben indítást érzel, hogy csatlakozz magad is egy hasonló, magyar csoporthoz, kérünk, töltsd ki az alábbi jelentkezési lapot, másold be két kattintással egy e-mail üzenetbe, vagy írd saját kezűleg néhány sort! Lesz egy csoportunk, amely rendszeresen imádkozik a beküldött levelekben szereplő gyerekekért. A listát folyamatosan frissíteni fogjuk, és a csoport tagjai rendszeresen kapnak bátorító történeteket és erősítő igéket, üzeneteket.

Együtt változást érhetünk el!

Igen, szeretnék az Édesanyák Krisztusban Gyermekeinkért csoport tagja lenni!

Név _____

Cím _____

Telefonszám _____ Email _____

A gyermekek neve és kora:

Milyen gyakran szeretnél majd imádkozni? _____

Naponta, hetente / egyéb: _____

Megjegyzés: Mi a gyermekek üdvösségéért, az Istennel való kapcsolatukért, valamint fizikai/lelki/érzelmi/mentális életük védelméért fogunk imádkozni.

A papír kitöltésével te is elhatározod, hogy rendszeresen imádkozni fogsz a listákon szereplő gyermekekért.

Elküldendő a következő e-mail címre: hegyescsilla@gmail.com

Hívás a biblikus imára és böjtre

Segédanyag az Ima- és böjtnaphoz

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

Gondolkodtál-e valaha Jézus jelenlegi böjtjén érted és értem?

Ha tanulmányozod a Bibliában szereplő összes böjtöt, azt fogod találni, hogy minden alkalommal, amikor Isten népe böjtölt, Isten hatalmas dolgokat tett értük. Az ellenségtől való szabadulástól háborúik idején, a természetfeletti szabadulásig a börtönből, a Szentlélek kitöltéséig 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 ebédől 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 öngazult 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, jótékonyosság 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 kitarja nekik az igazság gazdag tárházát” (*Christ's Object Lessons*, 59. oldal).

A korai adventistákhoz szólva Ellen White ezt írja: „A mi kiváltságunk, hogy többet kapjunk Isten Lelkéből, ha böjtölünk és buzgóan imádkozunk.” Az imát és a böjtöt összefüggésbe hozza 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, természetesen tartották a bibliai böjt alkalmazását. Luther Márton nem csupán heti egy alkalommal élt a böjt lelki fegyelmező eszközével, hanem gyakran beiktatott plusz böjtöket napi három órás imádsága mellé olyannyira, hogy gyakran kritizálták amiatt, hogy túl sokat böjtöl. Viszont ő áldást jelentett az egész egyháznak és befolyást gyakorolt a világra imáival, böjtjével és szent bátorságával... Kálvin Jánost szenvedélyes böjtölőnek tartották és megélte azt, hogy Isten hatalma végigsöpört egész Genfen. A morva keresztények böjtöltek, éppúgy, mint a husziták, valdensek, hugenották és a skót presbiteriánusok szövetségének tagjai. A böjtöt is magába foglaló ima nélkül nem lett volna Reformáció, és a nagy ébredések sem történtek volna meg a századok folyamán” (181. oldal).

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

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

- Böjtölünk akkor, amikor a Szentírás igazságait kutatjuk, hogy világos megértésre jussunk (*Counsels on Diet and Foods*, 187. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor mennyei bölcsességet keresünk, amelyet Isten megígért (uo., 188. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor Isten útmutatását keressük fontos tervek készítésénél (*Szemelvények Ellen White írásaiból*. Budapest, 2000, Advent Kiadó, 2. köt., 364. o.)
- Böjtölünk akkor, amikor képességeinket Isten szolgálatára szenteljük (*Bizonyságtételek a gyülekezeteknek*, 5. kötet, 134. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor Isten segítségét keressük válságos helyzetekben (*Bizonyságtételek*, 4. kötet 517-518. oldal)
- Böjtölünk akkor, amikor démoni megszállással találkozunk (*Jézus élete*, 431. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor több munkást kérünk Isten aratásába. (26. levél, 1883)
- Böjtölünk egységért a gyülekezet tagjai között (98. levél, 1902)
- Böjtölünk akkor, amikor szívünk megtisztítását és lelki megújulást keresünk (*Counsels on Diet and Foods*, 187-188. oldal)
- Böjtölünk akkor, amikor le akarjuk győzni a lelki kísértéseket (*Bizonyságtételek* 2. kötet, 202. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor étvágyunkat szeretnénk átállítani az egyszerű ételekre (*Counsels on Health*, 148. oldal).
- Böjtölünk akkor, amikor betegségeket akarunk legyőzni (*Counsels on Diet and Foods*, 189. oldal).
- Böjtölünk buzgalmunk csökkenése és lanyhuló lelkeségünk ellen (Evangélium szolgálói. 1892, 37. oldal)
- Böjtölünk akkor, amikor szorosabban szeretnénk Istennel járni az utolsó időben (*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 igaznak köteleit megoldjad, és szabadon bocsásd az elnyomottakat, és hogy minden igazt széttépjete; [...] ha odaadod utolsó falatodat az éhezőnek, és az elepedt lelkűt megelégeded« (Ésa 58:6.10). Itt élénk tárul Krisztus munkájának igazi lelkülete és jellege. Egész élete önfeláldozás volt a világ megmentésére. Akár böjtölt a megkísértés pusztájában, akár a vámszedőkkel evett Máté lakomáján, mindenkor életét adta az elveszettek megváltásáért. Az odaszentelődés igazi lelkülete nem a tétlen gyászban, sem nem pusztán a test megsanyargatásában vagy az áldozatok sokaságában nyilvánul meg, hanem az én alárendelésében, a készséges szolgálatban Istennek és embernek» (Jézus élete, 225. oldal).

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 éttrendjét, egy néhány dolgról tudomásunk van. *Dániel könyve* első fejezetében Dániel úgy döntött, hogy nem eszik a király asztaláról, amit neki felszolgáltak, hanem csak zöldségeket evett, és vizet ivott. Egy másik alkalommal (Dán 10:2-3-ban) megvonta magától a kívánatos ételeket, a húst és a bort, amikor Istent imában kereste. A legtöbb bibliamagyarázó úgy gondolja, hogy a kívánatos ételek a kenyér és az édességek lehettek.

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

Ellen White ezt írja: *„Mostantól kezdve az idők végezetéig Isten népe legyen buzgóbb, éberebb, ne bízzon saját bölcsességében, hanem egyedül Vezetője bölcsességében! Különítsenek el böjt- és imanapokat. Nem lehet mindenkitől megkövetelni az ételektől való teljes tartózkodást, de mindenki fogyasszon mértékletesen a lehető 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 lelkibbé vagy szentebbé. Ez csupán azt jelenti, hogy más indítást kaptak. Így ezeket a javaslatokat csak javaslatoknak szánjuk, és semmi másnak. Az a cél, hogy egészséges határokat teremtsenek meg a böjt számára. Végeredményben azonban a döntés, hogy hogyan és milyen böjtöt gyakorolunk, csak Istenre és ránk tartozik.

Mai Dániel böjt étel lista

- **Minden gyümölcs** - friss, fagyasztott, szárított, préselt, befőtt
- **Minden zöldség** - friss, fagyasztott, szárított, préselt, konzerv
- **Minden mag** - amaránt, zab, barna rizs, árpa, köles és teljes búza
- **Minden dió és mag** - mandula, kesudió, mogyoró, pekándió, földi mogyoró, dió, tökmag, szezám, napraforgó mag, natúr mandulatej, mogyoróvaj
- **Minden hüvelyes** - szárított vagy konzerv: fekete bab, csicseri borsó, veteménybab, lencse, tarkabab, felezett borsó
- **Minden minőségi olaj** - avokádó, kókusz, szőlőmag, olíva, mogyoró, szezám, dió
- **Italok** - desztillált víz, szűrt víz, forrásvíz vagy gyógynövény teák.
- **Egyéb** - natúr 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** - agávénektár, 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

Lelki áttörés

Írta: Janet Page

Szeretnél egy friss energiával teli, állandóan megújuló lelki életet? Szeretnéd, ha Isten iránti szereteted elmélyülne? Szeretnéd, ha világosabban látnád Isten akaratát életeddel kapcsolatosan? Szeretnéd látni, hogy Isten hatalmasan munkálkodik személyes életedben, valamint családot, gyülekezetet és szomszédaid életében? Szeretnéd mélyebben megismerni a Szentírást? Szeretnéd, ha több életerőd lenne és jól éreznéd magad a bőrödben? Szeretnél boldogabb lenni és teljesebben megérezni Isten örömét és békességét?

Akkor próbáld ki az imát és a böjtöt!

Ne ess pánikba, és kérlek, ne hagyd abba az olvasást! Ez valóban igaz! A böjtölés igenis meg fogja változtatni az életedet és azok életét is, akikért imádkozol.

Nem muszáj teljes mértékben tartózkodni az ételektől.

Teheted a következőket is:

- Kihagyod a desszerteket
- Egyszerű élelmiszereket fogyasztasz: gyümölcsöt, zöldségfélét, kenyeret
- Kihagyod az ebédet vagy a vacsorát (az így felszabaduló időben imádkozol)
- 1-2-3 napon át csak friss zöldség- és gyümölcsleveket fogyasztasz (konzultálj előtte az orvosoddal)
- Saját választásod alapján egy ideig mellőzöd egyiket vagy többet is a következők közül: tévé, számítógép, videó, könyvek, zene, rádió (az így szabadon maradó időben imádkozol)
- Egyszerű ételeket eszel
- Fogsz egy térképet a faludról vagy városodról, és bevonod a gyerekeket is abba, hogy utcánként imádkozol a településért
- Imasétát tartasz a szomszédságban
- Együtt imádkozol másokkal - egyszerre egy témáért, röviden, mindenki

Miért böjtöljünk?

Azért, mert Isten akarja, hogy böjtöljünk. „Mostantól kezdve az idők végezetéig Isten népe legyen buzgóbb, éberebb, ne bízson saját bölcsességében, hanem egyedül Vezetője bölcsességében! Különítsenek el böjt- és imnapokat. Nem lehet mindenkitől megkövetelni az ételektől való teljes tartózkodást, de mindenki fogyasszon mértékletesen a lehető legegyszerűbb ételekből” (Counsels on Diet and Foods, 188. o.).

Csak akkor és úgy böjtölj, ahogyan az Úr személyesen vezet téged. Miközben időt töltesz Istennel, kérd meg Őt, hogy adjon neked vágyat a böjtölésre, és mutassa meg neked, hogy mikor, mennyi ideig, milyen típusú böjtöt vállalj fel.

„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” (Étrendi és táplálkozási tanácsok. Budapest, 2001, Advent Kiadó, 147. o.).

A böjt...

- szívbeli viszonyulás, amikor felfüggesztjük életünk mindennapi tevékenységeit azért, hogy egy konkrét tárgyért vagy ügyért imádkozzunk
- eszköz, amit Isten dicsőségére lehet használni, hogy valódi választ kaphassunk imáinkra
- eszköz, ami által szolgálhatjuk az Urat, és alázattal alárendelhetjük magunkat Neki

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

BIBLIAI PÉLDÁK

A böjt céljával kapcsolatos lenyűgöző bibliai példák:

A tanítvány böjtje

„... *hogy megnyisd a gonoszságnak bilincseit*” (Ézs 58:6; Mt 17:21) - magunkon és másokon is.

Ezsdrás böjtje

„*az ígának köteleit megoldjad*” (Ézs 58:6)

„*Böjtöltünk tehát, és könyörögtünk ezért Istenünkhöz, és ő meghallgatott minket*” (Ezsd 8:23).

Sámuel böjtje

„*szabadon bocsásd az [fizikai és/vagy lelki értelemben] elnyomottakat*” (Ézs 58:6; 1Sám 7:6).

Illés böjtje

„... *hogy minden igát széttépjete*” (Ézs 58:6; 1Kir 19:4, 8). Legyőzni a mentális és érzelmi problémákat.

Az özvegy böjtje

„*az éhezőnek megszegd kenyeredet*”, gondoskodni a szegényekről (Ézs 58:7; 1Kir 17:16)

Pál böjtje

Engedni, hogy Isten világossága felhasadjon, mint a hajnal, tisztább látást és ítélőképességet adjon létfontosságú döntéseknél (Ézs 58:8; ApCsel 9:9).

Eszter böjtje

Az Úr dicsősége védjen bennünket a gonosztól (Ézs 58:8; Eszter 4:16; 5:2).

* Janet Page a Generál Konferencia munkatársa a Lelkészfeleségek Nemzetközi Szervezeténél és az Imaszolgálatoknál. Szenvedélye, hogy Jézust jobban megismerje, elérje az embereket Jézus számára, és imádkozzon. Az észak-amerikai, Pennsylvániai-közép-kaliforniai Egyházterület Imaszolgálat, Lelkészfeleségek és Női Szolgálatok Osztályánál végzett munkája során Janet számtalan alkalommal látta, hogyan dolgozik Isten csodálatosképpen, és változtatja meg emberek életét, amikor népe együttesen imádkozik. Gyakran kéri meg előadónak különféle tábori alkalmakon, és ilyenkor szívesen beszél Jézusról, valamint tölt időt Vele. Férjével, Jerryvel világszerte tart előadásokat különböző vezetői értekezleteken.