

AZ IMÁDSÁG *mint életforma*

KERÜLJÜNK KAPCSOLATBA ISTENNEL!



*Csak hívj, engem
mindig utolérsz.
Szeretettel:
Atyád*

GYAKORLATI ÚTMUTATÓ



„Mivel pedig fiak vagytok,
Isten elküldte Fiának Lelkét
a szívünkbe, aki ezt kiáltja:
Abbá, Atya!“

GALATA 4:6

09:30



Annika & Fabi
Szerzők: elérhető



Sziaztok, Annika és Fabian!
Miről szól az ideai
tanulmány?

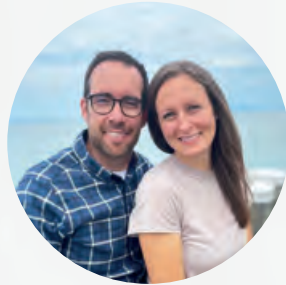
8:14 ✓✓

Szia! Ezek lesznek a TÉMÁK:

A szerzőkről	04
Bevezetés	05
Hogy hozhatjuk ki a legtöbbet a tanulmányból?	06
01 Isten, akit magasztalunk	08
02 Miért imádkozunk?	18
03 Hozzáállásom, amikor imádkozom	28
04 Mikor nincs kedvem imádkozni	38
05 Mikor Isten hallgat	48
06 Mindig légy hálás! – Valóban?	58
07 Hogyan imádkozunk?	68
08 Jézus, az ima embere	78
Ajánlott források	88
Gondolataim összegzése	89
Impresszum	90
Lábjegyzetek	91

9:30

A szerzőkről



Sziasztok! Mi **Annika és Fabian Looser Grönroos** vagyunk Svájcból, viszont a szívünk egy darabkája Finnorszá-
gért dobog, azért az országért, ahol Annika a gyerekkora
nagy részét és tini éveit töltötte. Szeretünk a szabadban
csatangolni, és mindkét ország természetéért odavagyunk:
a végtelen finn égboltért és a svájci impozáns hegyekért.
Legyen szó itt, Svájcban a Német Svájci Egyházterület fia-
taljaival, házaspárokkal és családokkal végzett munkánkról,
vagy bárhol máshol a világon, az is boldoggá tesz, ha jó
emberekkel üljük körbe a tábortüzet, finomakat eszünk, és
együtt magasztaljuk Istent az énekeinkkel.

Két csodálatos gyerekünkkel osztjuk meg az életutunkat, a
12 éves Carinával és a 10 éves Niklasszal. Energiájukkal és
örömmükkel arra hívnak, hogy az ő szemszögükből tekintsünk
az életre és a hitre. Szülői szerepünk által minden nap nö-
vekszik és érettebbé válik a szívünk.

És ma nem lennénk azok, akik, ha nem állt volna mellettünk
mennyei Atyánk. Tőle kapjuk az identitásunkat, gyökereinket
és szárnyainkat. A tudat, hogy Ő mindig itt van velünk, hogy
végül minden értelmet nyer, és hogy az életünk (jó időkben
és rossz időkben is) a tenyerébe van zárva, mindennél többet
ér nekünk, mint amit valaha is ki tudnánk fejezni. Az elmúlt
pár hétben ez lett az egyik kedvenc bibliai Igénk: *„Tudom,
hogy az Úr mindig velem van. Nem rendülök meg, mert a
jobbom felől van.”* (Zsoltárok 16:8; az angol NLT-fordítás
alapján)

Bevezetés



Minden nagy utazás izgalommal, várakozással, elvárásokkal és még egy kis idegességgel is kezdődik. Ebben a tanulmányban most belevetjük magunkat az imádság témájába, és – biztosíthatunk róla titeket – ez egy nagyon izgalmas utazás lesz! Mielőtt azonban belevágnánk, idézzünk fel egy ígéretet. Az angol The New Living Translation a „Hatékony ima” címet adja neki.

„Kérjétek, és adatik nektek, keressetek, és találtok, zörgetsetek, és megnyitják nektek. Mert aki kér, mind kap, és aki keres, talál, és a zörgetőnek megnyitják.

Ugyan ki az az ember közületek, aki fiának követ ad, amikor az kenyeret kér? És ha halat kér, vajon kígyót ad-e neki? Ha azért ti gonosz létekre tudtok fiaitoknak jó ajándékokat adni, mennyivel inkább ad a ti mennyei Atyátok jókat azoknak, akik kérnek tőle?”

(Máté 7:7–11)

Isten nem akarja, hogy szégyenlősek legyünk, sem azt, hogy koldusként jöjjünk hozzá; ehelyett azt szeretné, hogy úgy közeledjünk felé, mint fiak és lányok, akik mindig bátran odamehetnek szerető szívű szülőjükhöz. Ha egészséges, biztonságos és zökkenőmentes kapcsolatotok van a szüleitekkel, akkor *tudjátok*, mit jelent, hogy a szüleitek *szeretnek*: ők mindig ott vannak mellettetek, és jól gondoskodnak rólatok. Ha nincs ilyen kapcsolatotok a saját szüleitekkel, *tudjátok*, hogy Isten minden apák Atyja, és hogy Ő pontosan az, amire mindig is vágytatok a saját családotokban. Hozzá mindig bizalommal fordulhattok, és meg fogjátok kapni, amit *kértek*. Keressetek tovább, és *találni* fogtok. Ő *ki fogja nyitni nektek* az ajtót!

Legyetek gazdagon áldottak, mert *Isten* szeret titeket!

Annika és Fabian

Annika és Fabian



AZ IMA

A legfontosabb, amit most tehetnek, mikor nekifogtok az imádságról szóló utazáshoz, hogy imádkoztok. Imádkozzatok, annak lássátok Istent, amilyen. Imádkozzatok, hogy készítse elő a szíveteket, és érezzétek a jelenlétét. Imádkozzatok, hogy minden fejezetben arra használja a szavakat, amivel személyesen hozzátok szóljon. Imádkozzatok, hogy mutassa meg a lehetőségeket az életetekben, hogy az ő hasonlósága szerint növekedhessetek és fejlődhessetek.

Kérjétek meg a Szentlelket is, hogy nyissa fel a szemeteket arra, mit kell megtanulnotok, és talán min kéne változtatnotok is az életetekben, hogy gyümölcsözően élhessetek őbenne. Kezdzétek imanaplót írni, ahol őszintén megoszthatjátok, hol tartotok az imádságban, és hogy szeretnétek, ha Isten segítene fejlődni benne. Gondolkodjatok el konkrét személyes lépéseken, amelyeket megtehettek, hogy Krisztus követőjeként növekedjétek, és mondjátok el ezeket az Atyának. Használjátok arra az imanaplót, hogy Istennel *kommunikáljatok* remélhetőleg e sorsfordító tapasztalat során. Idővel újra kézbe vehetitek majd a naplót, és meglátjátok, hogyan növekedtetek a menny segítségével.

Minden fejezetben találtok egy *Mai imádságot* is, aminek az a célja, hogy az adott napi témára összpontosítsatok az ima idején. A törzsszöveg utáni rövid ima elindít, és arra ösztönöz, hogy őszintén beszélgessek Istennel. Majd pedig szabad helyet találtok, ahová leírhatjátok a saját imádkat is.



JÉGTÖRŐ ÉS SZEMÉLYES KIHÍVÁS

Ha a lehető legtöbbet akarjátok kihozni ebből a tanulmányból, figyeljétek oda a jégtörőre és a fejezetek személyes kihívásaira.

A *Jégtörő* remekül elindít egy részt, mert segít felismerni, hol tartotok a témával kapcsolatban. Itt még értékesebb lehet a csoportos élmény, mert így több nézőpontot is figyelembe vehettek, és másoktól is tanulhatok.

A szöveg utáni *Személyes kihívás* cselekvésre akar majd bátorítani. Kérjük, fogadjátok el! Mert csak akkor lesz jobb hely a világunk, ha nemcsak *tanulunk* az imádkozásról, hanem tényleg rendszeresen *imádkozunk* is.



KÉRDÉSEK

Az egyes fejezetek végén található kérdések személyes elmélkedésre vagy csoportos megbeszélésre is használhatók.

Reméljük, hogy arra is ösztönöznöd fog, hogy több kérdést tegyetek fel saját magatok számára. Csoportban mindig legyünk tisztelettudóak és szeretetteljesek másokkal. Aktívan figyeljétek oda egymásra, és tisztelettel osszátok meg a véleményeteket egymással.



CSAPATFELADAT

Még jobban fogjátok élvezni az utazást az ima birodalmába, ha csapatban teszitek. Ezért olyan nagyszerű és hasznos ezt az anyagot kis csoporttal vagy az ifjúsági imahéten felhasználni.

Az egyes fejezetekben található *Csapatfeladat* arra szolgál, hogy lelki élményt éljétek át *csoportként*.



GONDOLATÉBRESZTŐ

Minden fejezetet egy-egy *Gondolatébresztő* idézettel és pár végső kérdéssel zárunk. Ennek az a célja, hogy kihívást jelentsen számotokra, hogy egy lépéssel továbbhaladjatok a témában, és egy kis időt töltsétek elmélyült gondolkodással, értelmet adva mindannak, amit mondtunk és tettünk. Az a célunk, hogy elősegítsük benneteket a vágyat és a gyakorlatot, hogy Isten segítségével folyamatosan megújítsátok a gondolkodásotokat és a szíveteket (Róma 12:2; 1Thesszalonika 5:21). Mert végső soron a gondolataitok készítenek utat a tetteiteknek.

Ez remek hely arra is, hogy leírjátok a gondolataitokat és következtetéseiteket a fejezetről, valamint meghatározzátok magatoknak gyakorlatias következő lépéseket, és konkrét imakéréseket és elvárandó célokat fogalmaztatok meg.

ISTEN, AKIT MA- GASZTALLUNK

„Aki nem szeret, nem ismerte meg Istent, mert Isten szeretet. Abban nyilvánult meg Isten irántunk való szeretete, hogy az ő egyszülött Fiát küldte el Isten a világra, hogy éljünk általa.”

(1JÁNOS 4:8–9)



JÉGTÖRŐ

MENJÜNK VISSZA AZ IDŐBEN A MÚLT HÉTKRE. GONDOLJATOK AZ ELVÉGZETT TEVÉKENYSÉGEKRE ÉS AZOKRA AZ EMBEREKRE, AKIKKEL TALÁLKOZTATOK.

MÚLT HÉTEN HOL KERESZTEZTE SZERETET AZ UTATOKAT?

AKKOR TALÁLKOZTAM SZERETETTEL AZ UTAMON...

Hétfőn

Keddén

Szerdán

Csütörtökön

Pénteken

Szombaton

Vasárnap

FIGYELEM!

Ha csoportban végzitek a jégtörőt, mondjátok el egy példát, miben tapasztaltátok meg a szeretetet a múlt héten.

Ettől a kísérlettől majd eláll a szavatok is!

A Disney vidám, egyszerű és mókás *A dzsungel könyve* című rajzfilme Maugli történetét meséli el, a kisfiút, aki csecsemőként magára maradt a dzsungelben. A filmben a vadállatok befogadják, és sajátjukként nevelik fel. Ez a történet azonban nem csak a képzelet szüleményeként létezik. A való életben is megtörtént valami hasonló, amit „tiltott kísérletnek” neveznek, már legalább kétszer is. A Kr. e. VII. században I. Pszammetik fáraó azt próbálta kideríteni, hogy milyen nyelven beszélnek a gyerekek, ha elzárják őket a társadalomtól. Ehhez megkért egy pásztort, hogy egy távoli helyen vigyázzon két csecsemőre, és megtiltotta neki, hogy hozzájuk szóljon.¹ 1700 évvel később meg II. Frigyes király végzett állítólag hasonló kísérletet.² Ő is arra szeretett volna rájönni, mi volt az emberiség eredeti nyelve. Ennek érdekében csecsemőket szakított el a biológiai anyukájuktól, és ápolónők gondjaira bízta őket, és szigorú utasításokat adott nekik a nevelésükre vonatkozóan: minden különleges figyelmet vagy nyelvhasználatot megtiltott nekik. A király azonban – ha hinni lehet a beszámolóknak – soha nem kapott választ a kérdéseire, mert egyik gyerek se élte túl ezt a szörnyű és kegyetlen kísérletet.

A többség intuitív módon felismeri, hogy szüksége van közösségre, szeretetre, ragaszkodásra, kötődésre és érintésre ahhoz, hogy egészségesen fejlődjön, és boldogan éljen. A legújabb, kötődésről szóló kutatások bebizonyították, hogy egyetlen gyereket se kényeztet el, ha túl sok szeretetteljes figyelmet kap. Épp ellenkezőleg, az ilyen szeretetteljes környezet jó alapot ad a gyermek számára ahhoz, hogy majd szabad, önálló és sikeres életet építsen fel magának.

„Szeretetre van szükség az emberiség fennmaradásához.”³

Martin Luther King, Jr.

Az istenképem

Ellen G. White a híres *Korszakok küzdelme* című sorozatának első kötetét a következő szavakkal kezdi: „Isten a szeretet”. E sorozat ötödik és egyben utolsó kötete is ezekkel a szavakkal zárul: „Isten a szeretet”. Ha a Bibliát, sőt, a világtörténelmet is áttanulmányoznánk, végül mi is erre a következtetésre jutnánk. De mi van, ha én nehezen látom meg ezt a szerető Istent?

„A TÖBBSÉG INTUITÍV MÓDON FELISMERI, HOGY SZÜKSÉGE VAN KÖZÖSSÉGRE, SZERETETRE, RAGASZKODÁSRA, KÖTÖDÉSRE ÉS ÉRINTÉSRE AHHOZ, HOGY EGÉSZSÉGESEN FEJLŐDJÖN, ÉS BOLDOGAN ÉLJEN.”



HOGYAN ÍRNÁTK LE ISTENT EGYETLEN MONDATBAN?

Néha miért nem látjuk Istent szeretetként? Milyen félreértések állhatnak az útjába annak, hogy megismerjem úgy, amilyen valójában?

1. félreértés: Isten túl sokat követel

A Biblia elmondja egy gazdag fiatalember történetét, aki Jézus után szalad. Amikor megtalálja, térdre esik előtte, és így szól: „Jó Mester, mit cselekedjem, hogy az örök életet elnyerjem?” (Márk 10:17) Válaszul az Úr felfedi neki az ő személyazonosságát. Ezután a parancsolatokra összpontosít, és egy „új” parancssal egészíti ki a listát. A férfi erre így felel: „Mester, mindezeket megtartottam ifjúságomtól fogva.” (Márk 10:20) Hát nem érdekes és egyben szomorú is, hogy lehetséges-e minden parancsolatot megtartani, miközben mégis gyötör a kérdés: „mit cselekedjem, hogy az örök életet elnyerjem”? Úgy tűnik, bármennyit is csinálunk, az soha nem vezet oda, hogy biztonságban és elfogadva érezzük magunkat.



**„AZ ÜDVÖSSÉG INGYEN VAN,
DE A TANÍTVÁNYSÁG ÁRA
MÁR MAGA AZ ÉLET.”**

Dietrich Bonhoeffer

E felütés után Jézus nem köntörfalaz, és kimondja: „Egy fogyatkozássod van, eredj el, add el minden vagyonedat, add a szegényeknek, és kincsed lesz a mennyben, azután jöjj, és kövess engem!” (Márk 10:21) „Tehát add el mindenedet, aztán kövess Jézust.” A Megváltó tényleg sokat kér tőle, az ő követésének valóban nagy ára van...

Dietrich Bonhoeffer ezt így fogalmazta meg: „Az üdvösség ingyen van, de a tanítványság ára már maga az élet.”⁴

Ha szeretetek is Jézus túl sokat kér, nézzétek meg Steve Olin élet-történetét. Steve zsidó családba született a New York-i Brooklynban. Borzasztó tehetséges sportoló volt, és játszhatott volna a Yankees baseballcsapatában, de az ő élete már más irányt vett. Üzleti pályára lépett, és gyorsan csúcsra tört. Isten minden ajtót megnyitott előtte, mindent megkapott, amire csak vágyhatott, de röviden szólva valójában szörnyű pánikrohamoktól szenvedett, és ezek leküzdésére a partizáshoz fordult, és kokainhoz nyúlt. A házassága tönkrement, és rossz befektetéseket tett. Végül mindenét elvesztette.⁵

Volt egy konkrét pillanat, mikor Steve mélypontra került. Képzéjétek csak el. Két hét múlva esedékes a lakbér, de neki semmi pénze, hogy kifizesse. Tudja, hogy hamarosan hajléktalan lesz. Régebben minden magazinban ott szerepelt a sikertörténete, de most senki sem akarja felvenni a híre miatt, hogy nem dolgozik, csak bulizik és drogozik. Hajnali 3 óra van, térden állva kiált Istenhez: „Atyám, miért hagytál el engem?” Minden nyomorúságáért Istent hibáztatja, miközben pontosan tudja, hogy mindezt saját magának köszönheti. És azon az éjszakán Isten megszólítja, és Steve elfogadja *Jeshua HaMashiah-t* – Jézus Krisztust – Urának és Megváltójának. Tíz év óta először megy békés szívvel lefeküdni, és végigalussza az éjszakát. Tudja, hogy az utcára kerül, de semmit sem vár a mennytől, csak valahogy a túlélésre törekszik. Két nappal a bérleti díj esedékessége előtt váratlan dolog történik: egy idegen felhívja, és munkát ajánl neki az acéliparban. Aláír egy több millió dolláros szerződést, és évi 500.000 dolláros fizetést kap. Újrakezd, és megint csak felkapaszkodik a ranglétrán. Steve Olin így fejezi be bizonyágtételét: „Bevettem Sátán hazugságát, hogy boldoggá tesz a pénz, a hatalom és a hírnév. De ez hazugság, ha nincs ott a jó Isten az életedben. Mert Krisztus nélkül... soha nem leszel képes békében élni.”⁶ Isten csak a szívünket várja tőlünk, hogy vigaszt hozó és maradandó

**„AZ ATYÁT NEM KELL
MEGGYÖZNI, MERT Ő
MÁR A KEZDETEKTŐL A MI
OLDALUNKON ÁLL”**

békességgel töltse be, függetlenül attól, hogy gazdagok vagy szegények vagyunk-e, bármilyen körülmények között is élünk. Ő azt ígéri számunkra, hogy bármit is kell feláldoznunk a földön, az végül megéri: szabaddá tesz. Elgondolkodtatok már azon, mi történt volna a gazdag fiatalemberrel, ha elfogadja Krisztus hívását? Talán Jézus visszaadta volna a vagyonát, talán nem... de biztos, hogy ez lett volna a legjobb döntése!

2. félreértés: a közömbös Isten

A Nobel-díjas és holokauszt túlélő Elie Wiesel mondta: „A szeretet ellentéte nem a gyűlölet, hanem a közöny.”⁷ Néha úgy tűnik, mintha Isten mindenkivel törődne, és mindenki mellé odaállna, csak mellém nem. Vagy a sebek, amelyeket az élet ezen a bolygón okozott, arra engednek következtetni, hogy a Mindenható megközelíthetetlen, rideg és kemény. A sebeim lencséjén keresztül szemlélem és értelmezem az életet.

A Jézus-korabeli embereknek is voltak téves elképzeléseik Istenről, és ezért mondta el egyszer a Mester a következő példázatot.

„Volt egy bíró egy városban, aki az Istent nem félte, és az embereket sem sokra becsülte. Élt abban a városban egy özvegyasszony is, aki gyakran elment hozzá, és arra kérte: Szolgáltass nekem igazságot ellenfelemmel szemben. A bíró egy ideig nem akarta, de azután így szólt magában: Én ugyan nem félem az Istent, és az embereket sem becsülöm, de mivelhogy terhemre van ez az özvegyasszony, igazságot szolgáltatok neki, hogy ne jöjjön szüntelen, ne zaklasson már engem.”
(Lukács 18:2–5)



A Megváltó ezután rávilágít a lényegre: ha egy gonosz ember enged az igazságos kérésnek, mennyivel inkább fog az *Atya* igazságos ítéletet hozni? Ha egy igazságtalan ember mer helyesen lépni, mennyivel inkább fog *Isten* helyesen cselekedni? Az *Atyát* nem kell meggyőznünk, mert Ő már a kezdetektől a mi oldalunkon áll. És mikor az élet fájdalma térdre kényszerít, Ő mellettünk van, és összegyűjti könnyeinket egy edénybe (Zsoltárok 56:9). Egyetlen könnycsepp sem gördül le az arcunkon anélkül, hogy az Úr ne figyelne fel rá.

3. félreértés: Isten igazságtalan

A Máté evangéliuma 25. fejezetében található példabeszéd a ránk bízott pénzüsszegekről felvetheti a kérdést: „Isten valóban igazságos?” Az első szolga öt talentumot kap, a második két talentumot, a harmadik pedig csupán egyet. De ha utánaszámolunk, rájövünk, hogy így is hatalmas pénzüsszegekről van szó. Még az az egyetlen talentum sem egy kis értéktelen érme. Máté 20:2 szerint egy munkás egynapi bére egy dénár volt, és egy talentum = 6.000 dénár! Tehát a harmadik szolgára is sokat bízta. Ha jól figyelünk, rájövünk, hogy a gazdag ember minden szolgával *külön-külön* foglalkozik. A végén világossá válik, hogy nincs összehasonlítás nála: teljesen lényegtelen, hogy a többiek mit kaptak, és hogyan gazdálkodtak vele. A hangsúly a kérdésen van: „*Mit cselekedtél azzal, amit rád bízta?*”

Az első két szolga szorgalmas volt, így hát mindketten meg tudták duplázni a talentumaikat. A harmadik szolga azonban kemény vádakkal érkezik: „*Uram, tudtam, hogy te kemény ember vagy, aki ott is aratsz, ahol nem vetettél, és ott is begyűjtöd a termést, ahol nem plántáltál. Félelmemben azért elmentem, és elástam a te talentumodat a földbe, íme, megvan, ami a tied.*” (Máté 25:24–25) „Te kemény ember vagy...” Tényleg? Minden, amit a példabeszédből megtudunk, az ellenkezőjére utal. A gazdag ember nagylelkű, és mindenki bízta. És nem is kell védekeznie, mert az egész történet mellette szól. Ő *mindenkinek* adott esélyt, és ott is vetett,

ahol soha nem fog aratni. Isten nem számító, hanem Ő bőkezűen szeret.

A szeretet élete

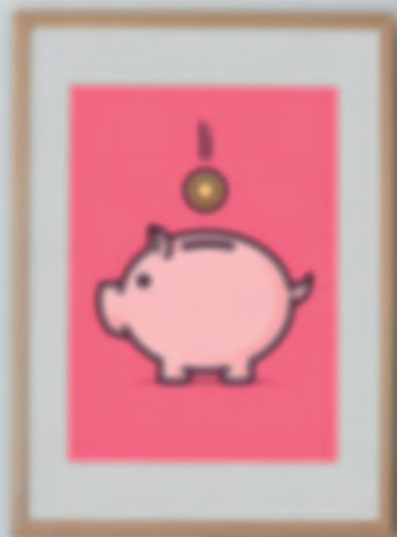
„Az élet szeretet nélkül nem is élet” – mondta állítólag Leonardo da Vinci. Szeretetre van szükségünk ahhoz, hogy éljünk, hogy *jól* éljünk. Isten pedig a következőképpen határozza meg magát: „*Én vagyok a szeretet.*” Nem azt mondja, hogy van szeretetem; azt mondja, hogy én vagyok a szeretet.

A „szerelek” olyan szó, amit bárki kimondhat, éppen ezért *tetteknek* kell követnie. Valóban, a szeretet egy *cselekvést* jelentő ige. Jézus földi élete és golgotai kereszthalála azt bizonyítja, hogy amit az Úr mond magáról, az igaz. Mert Isten a szeretet.

„*Abban nyilvánult meg Isten irántunk való szeretete, hogy az ő egyszülött Fiát küldte el Isten a világra, hogy éljünk általa.*”

(1János 4:9)

**„MIT CSELEKEDTÉL
AZZAL, AMIT
RÁD BÍZTAK?”**



IMÁDSÁG MÁRA



Drága Uram!

Én képtelen vagyok igazán felfogni az értelmekkel nagyságodat és hatalmadat,
de hogy te vagy a szeretet, az megérinti a szívemet.

Köszönöm, hogy az vagy, aki.

Biztonságban pihenhetek meg a te szeretetedben,
és a te szeretetedben biztonságban és bátran akarok belépni az életbe.

Egyetlen reményem a feltétlen szereteted irántam,
és ez gyógyítja meg összetört szívemet.

Kérlek, hadd váljon egyre tisztábbá a rólad alkotott képem;
hadd növekedjen a veled való kapcsolatomban.

Kérlek, áldj meg, miközben elviszem a szeretetedet ebbe a világba!

Rád bízom a szívemet!

ÁMEN!

Az én
imám



KÉRDÉSEK

1. Milyen területeken esik nehezemre meglátni, hogy Isten a szeretet? És vajon miért?
2. Milyen téves elképzelések jutnak eszembe Istenről (ünneprontó, engem figyelő Nagy Testvér, közömbös valaki stb.)?
3. Hol tapasztaltam meg Isten szeretetét az életemben?
4. Kik vagy milyen helyzetek segítettek abban, hogy tisztább képet kapjak Istenről mint szeretetről?
5. Miért kelt szeretetet a szeretet (lásd: 1János 4:19)?

A large area of dotted grid paper for writing answers to the questions.



Szükséges alapanyagok: fehér tábla, színes, öntapadós cetlik és tollak.

1. Egy fehér táblára írjátok fel a következő címet: „Akkor látom, hogy Isten a szeretet, mikor...”.
2. Osszátok ki a cetliket, és kérjétek meg mindenkit, hogy fejezze be a mondatot.
3. Ragasszátok fel az öntapadós cetliket a flipchart táblára.
4. Mondjátok el, honnan tudjátok, hogy Isten szeretet, és fejezzétek be ezt a részt egy popcornimával.*

***Popcornima:** Ahogy a kukoricaszemek is röviden „pattannak” egyet, amikor pattogatott kukorica lesz belőlük, ez az ima egyetlen szó vagy rövid gondolat megosztásából áll. Például azzal kezdheted az imaórát, hogy ezt mondod: „Drága Istenem, köszönöm, hogy te vagy a szeretet! Látjuk a szereteted...” Ezután mindenki egy szóval vagy rövid mondattal csatlakozhat az imához. Nincs meghatározott sorrend, és ha eljött az ideje, az imát egy ÁMEN-nel fejezzétek be.



SZEMÉLYES KIHÍVÁS

Gondolkodtál már azon, *hogyan* szeressük Istent? Más szóval mit kell azért tennünk, hogy helyesen cselekedjünk?

Most térj vissza az előző oldal utolsó kérdéséhez, ott megtalálod a választ rá: *a szeretet szeretetet ébreszt*. Azzal, ha hagyod, hogy Isten szeressen téged, valódi szeretet ébred a szívedben az Úr iránt.

Ma keress három olyan bizonyítékot, ami azt mutatja, hogy Isten szeret téged!

1. _____

2. _____

3. _____



GONDOLATÉBRESZTŐ

*„Hit nélkül pedig lehetetlen Istennek tetszeni,
mert aki Isten elé járul, hinnie kell, hogy Ő létezik,
és megjutalmazza azokat, akik Őt keresik.”*

(Zsidók 11:6)

Most az imádságról fogunk tanulni. De lehetetlen teljes szívvel közelednem Istenhez és imádni, ha nem értem az Urat, ha nem bízom benne, vagy ha nem vagyok biztos abban, hogy az én érdekemet nézi.

Ezért mielőtt továbblépnénk, önts ki a szíved Istennek, mondd el, ami közted és közte van (ne aggódj túlzottan a szavak miatt, Ő már úgyis tudja)!

Hagyd, hogy meghallja a kérdéseidet, lássa a csalódásaidat, érezze a fájdalmadat... Meséld csak el neki a csalódásaidat. Ne tarts vissza semmit. Isten nem akarja, hogy álarcot viseljünk előtte. A vele való kapcsolatunk képes elhordozni a bizonytalanságainkat, mert valódi és biztonságos.

.....



Miért imádkozzunk?



ALAPIGE

„Egyszer, amikor egy helyen imádkozott,
miután befejezte, azt mondta neki egyik tanítványa:
Uram, taníts minket imádkozni, mint ahogy
János is tanította a tanítványait!”

(LUKÁCS 11:1)




2. fejezet

Chateljünk!




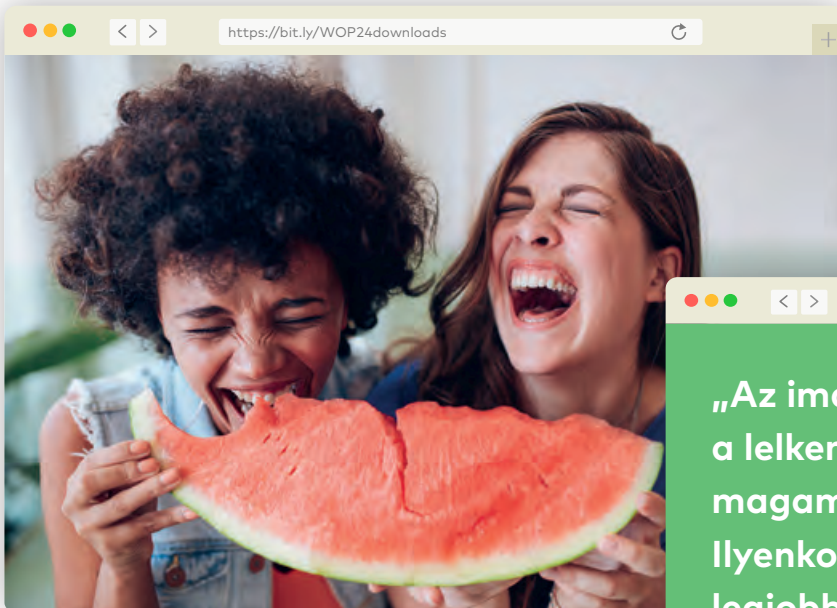
JÉGTÖRŐ

1. Ha Isten mindenről tud, miért kellene imádkoznom?



2. Ha Isten a legfőbb uralkodó, miért kéne imádkoznom?





„Az ima által lélegzik fel a lelkem, és ott találok magam Isten jelenlétében. Ilyenkor minőségi időt töltök legjobb barátommal, az Úrral. Ekkor találkozom magával Istennel.”

Mi célból?

Milyen gyerekkori élményeket meséltek újra és újra a családban? A mi gyerekeink szeretnek visszatekinteni a múltba: ilyenkor elmeséljük nekik, miket csináltunk együtt családként, mikor még kicsik voltak, és régi fényképeket és videókat nézegetünk. Igazából mi általában így kezdjük a szombatot otthon: ez lett a mi családi hagyományunk. A történetek, a fotók és a videók ugyanazok, de a gyerekeink mégsem tudják megenni. Miért nem? Mert nem az újabb infók átadásáért tekintünk vissza, hanem a szeretet és a nagyrabecsülés kifejezésként. Ez erősíti a családonkon belüli kapcsolódást.

Vannak, amiket csak egyszer végzünk el. Például mikor befizetünk egy csekket, a banki alkalmazással beszkeneljük a QR-kódot, és megerősítjük a fizetést. Miután megtörtént, kihúzhatjuk a tennivalólistánkról. Nem kell még egyszer kifizetni a csekket. Viszont amikor a kapcsolatok kerülnek a középpontba, sosem leszünk igazán kész. Amikor azonban a kapcsolatokról van szó, sosem vagyunk igazán készen. Mert mondogathatjuk, hogy „szeretlek”, időt töltünk együtt, megbízunk egymásban, jelen vagyunk egymás életében, bepillantást engedünk a szívünkbe a másiknak, megbocsátunk egymásnak, és ezt újra és újra meg merjük tenni. Az egyszeri eseményekkel ellentétben a kapcsolatok olyan elemek állandó ismétlődéséről szólnak, amelyek mindig is ugyanazok maradnak.

Az imádság olyan, mint egy kapcsolat. Nem arról szól, hogy tájékoztatjuk Istent, hanem hogy kapcsolatba lépünk vele. Egyszer Ellen G. White ezt írta:

„Az ima a lélek lélegzetvétele, a lelkierő titka. Semmilyen más eszköz nem tudja helyettesíteni; ez őrzi meg a lélek egészségét. Az ima közvetlen összeköttetésbe hozza a szívet az élet forrásával, és erőt ad a keresztény tapasztalatokhoz.”¹

Az ima által lélegzik fel a lelkem, és ott találok magam Isten jelenlétében. Ilyenkor minőségi időt töltök legjobb barátommal, az Úrral. Ekkor találkozom magával Istennel.

Most gondoljunk vissza egy olyan esetre az életünkben, amikor egészen közel éreztük magunkat valakihez (Istenhez vagy máshoz). Hogy emelkedik ki ez az emlék a többi közül, és miért?



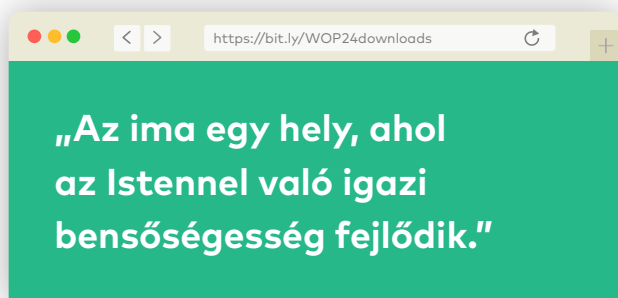
Erről szól az ima. Az imádság táplálja a mennyel való kapcsolatunkat, mert ez kommunikáció, egy hely, ahol az Istennel való igazi bensőségesség fejlődik.

Min változtat az ima?

Lehetséges befolyásolni Istent? Egyszerűen fogalmazva a kérdés úgy hangzana: *manipulálhatjuk az Urat?* Finoman szólva pedig: *meg tudjuk győzni a Mindenhatót? Ti* hogy válaszoltátok ezekre a kérdésekre?



A large dotted grid area for writing or reflection, with a pencil icon at the top left.



Az életünk törékeny és bizonytalan. Globálisan tekintve háborúk, világjárványok, környezeti katasztrófák és gazdasági válságok is fenyegetnek. A személyes életünkben is sok mindennel küszködünk: betegségekkel, fájdalommal, szenvedéssel és magánnyal. A Biblia is beszél erről a helyzetről, és legfelsőbb hatalomként mutatja be Istent. Ennek a mindenhatóságnak köze van az Atya nagyságához és ahhoz, hogy Ő mindentől teljesen független és szabad. Végso soron senki nem képes áthúzni a terveit és céljait, még a bűn sem. Amit meg akar tenni, azt meg is fogja.

*„A mi Istenünk az égben van,
és mindent megtesz, amit csak akar.”*

(Zsoltárok 115:3)

4 éve, hogy a NASA egy kisfilmet készített a Tejútrendszer méreteiről. Ha érdekel, itt tudjátok megnézni:

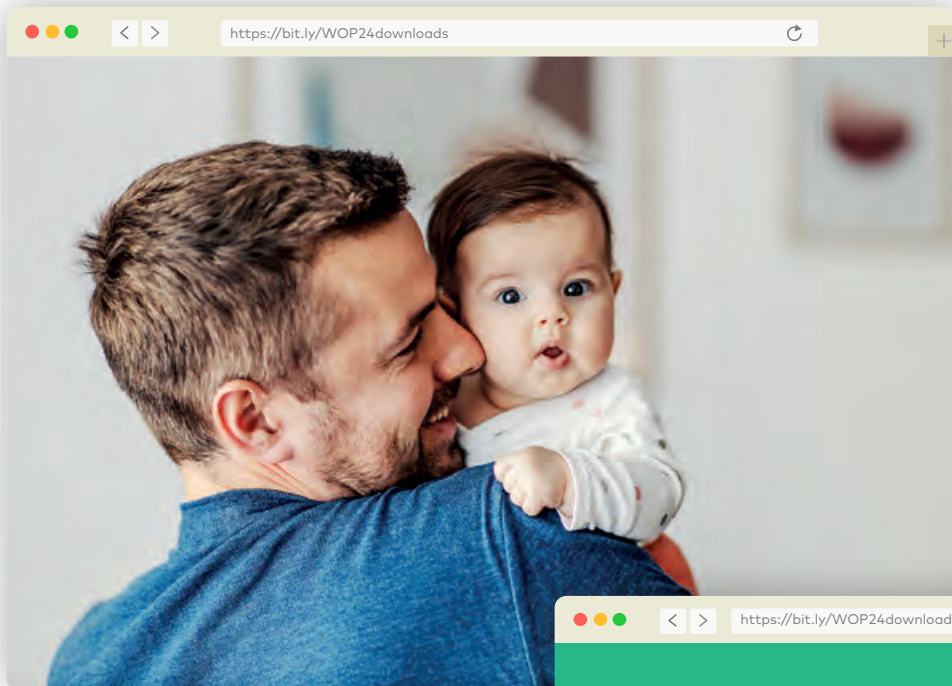


<https://bit.ly/NASAMilkyWay>

A videó bemutatja a különböző csillagok közti távolságokat az ott-honi galaxisunkban, de mi gyorsan elérjük képzeletünk határait. A távolságok egyszerűen túl nagyok. A modern technika segítségével már több mint 50 milliárd galaxist is megfigyelhetünk a Földről. Ha az általunk ismert világegyetem ilyen óriási, akkor vajon milyen hatalmas lehet Isten?

Mi, emberek, olykor túlbecsüljük magunkat, és azt gondoljuk, hogy magunk mellé állíthatjuk az Örökkévalót, vagy egy szintre helyezhetjük magunkat vele. Tekintettel arra, milyen nagyszerű az Úr, valószínűleg a magasztalás a megfelelőbb válasz nekünk, embereknek (erről majd a 3. fejezetben lesz szó bővebben).

Azonban van valami, amit a mindenható Istenünk soha nem érint: és ez a mi szabad akaratunk. A szabadság az egyik legnagyobb jó a világegyetemben, és ezt Ő mindenki számára biztosítja. Sokat elmond az Atyáról, hogy a szabadság elve mentén teremtett meg egy világot. Mert csak akkor lehet garantálni a szabadságot, ha az ember teljesen biztos abban, mit tesz. Mivel a szabadság kockázattal jár. Ezen az úton semmire nincs garancia: a szeretetet vagy viszonzozzák, vagy visszautasítják. Igen, Isten fensége láttán elámulunk, és eláll a szavunk is tőle, de amikor megtapasztaljuk, hogy milyen is Ő valójában, a szívünk átförmálódik, és óhatatlanul imádni fogjuk Őt.



„Azzal, hogy Isten a velünk való kapcsolatát apa-gyerek viszonyként határozza meg, melegséget, védelmezést, gondoskodást, érdeklődést és bensőségeség utáni vágyat sugároz felénk.”

Tehát akkor miért imádkozunk, ha Isten mindenható fenség? Ahogy az 1. fejezetben is már elmondtuk, egyáltalán semmi szükség nincs arra, hogy meggyőzzük az Urat: Ő már a kezdetektől fogva a mi oldalunkon áll, és csak a mi érdekeinket tartja szem előtt. Jót tervez az életünkre, és következetesen hajtja végre. Érdekes módon nagysága ellenére is törődik velünk (lásd: Zsoltárok 8:5), és beszélgetni és kapcsolódni szeretne velünk, emberekkel mint *gyermekeivel*. És mikor imádkozunk, Ő *hall* bennünket. Az ima sohasem hatástalan. Több mindent is mi képtelenek vagyunk felfogni a háromdimenziós agyunkkal, mint például hogy lehet Isten három az egyben, vagy hogy Jézus Isten és ember. És az is egy nagy rejtély, hogy az ima milyen hatást ér el, még ha az Úr teljhatalmú úr is, és ezt sohasem érthetjük meg teljes egészében.

Jézus mesterkurzusa az imáról

Mikor az imára gondolunk, gyorsan végigpörgetjük magunkban, miket akarunk kérni. Biztos jók a kéréseink, de az ima több annál, mint hogy Isten elé visszük a „szent kívánságlistánkat”. Krisztus az imádság embere volt, és egy nap, ahogy visszament az imádkozásból, az egyik tanítványa megkérte rá, hogy *„Uram, taníts minket imádkozni”* (lásd: Lukács 11:1). Ahogy Ő fohászokodott, az nagy hatással lehetett erre a tanítványára. Örömmel teljesítette a kérését, és megtanította tanítványait az Úr imájára.

„Mi Atyánk, ki vagy a mennyekben” (Máté 6:9)

Az ima az Atya szóval kezdődik. Azzal, hogy Isten a velünk való kapcsolatát apa-gyerek viszonyként határozza meg, melegséget, védelmezést, gondoskodást, érdeklődést és bensőségeség utáni vágyat sugároz felénk. Az ima eleje azt sugallja, hogy az imádkozás a kapcsolatépülésről szól, arról, hogy valódi beszélgetést folytassunk vele, és nem arról, hogy csak végigpörgessük neki a kívánságlistánkat.

„Szenteltessék meg a te neved” (Máté 6:9)

Az első kérés egy tiszteletteljes, mély vágyat fejez ki az Istennel való találkozásra. Ő nem egy a millió közül, hanem egy mindenekfelett. Ez a vágyakozás tükrözi az első három parancsolat lényegét.

„Jöjjön el a te országod” (Máté 6:10)

Már nem olyan az élet ezen a bolygón, amilyennek Isten eredetileg megteremtette. Ez a kérés az Isten világa utáni vágyódást jelenti. Ha így imádkozunk, azzal azt kérjük az Úrtól, hogy használjon fel az ő elgondolása szerint, így építve az országát.

„Legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is” (Máté 6:10)

Már Jézus is megfogalmazta ezt a kérést a Gecsemáné-kertben: *„Ne úgy legyen, amint én akarom, hanem amint te.”* (Máté 26:39) Ilyenkor az a vágy hajt, hogy Isten elképzelése, értékei és elvei valósuljanak meg az életben és a világon.

„Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma” (Máté 6:11)

A Miatyánk e része csakis az Úrra és az ő céljaira fókuszál. A hívőknek dicsőíteniük, imádniuk kell Istent, és alávetniük magukat az akaratának – csak ezután fogalmazhatják meg a személyes kéréseiket.

A mindennapi kenyér kérése többről szól, mint csak az éleletről: tudatosítja, hogy Istentől jön minden, amire az élethez szükségem van. És ezzel a kéréssel arra emlékeztet, hogy bizony ne vegyem magától értetődőnek a jó dolgokat, inkább legyek hálás értük.

„És bocsásd meg a vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek” (Máté 6:12)

Ez a kérés az Istennel és a másokkal való kapcsolatunkról szól. Szükség van a bűnök megvallására, és ez a felebarátunknak való megbocsátáshoz kapcsolódik. Nem opció a másokkal szemben tartogatott harag, ha rendben akarunk lenni az Úrral. Jézus ezt egy példázatban magyarázta el: *„Akkor maga elé hívatta őt az ura, és azt mondta neki: Gonosz szolgál, minden adósságodat elengedtem neked a te könyörgésedre. Nem kellett volna neked is könyörölnöd szolgatársadon, ahogy én is könyörültem rajtad?” (Máté 18:32–33)*

„És ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól” (Máté 6:13).

Nem Isten az, aki kísért bennünket (Jakab 1:13). Ebben a kérésben a hívő belé kapaszkodik, és egyszerre kér tőle szabadítást a gonosztól és segítséget, hogy ellenállhasson a kísértésnek. A hívő mindent az Úrtól vár, beleértve a mindennapi gondoskodást róla és az erőt a lelki élethez.

Ha valaki szeretne jobban elmélyedni a Miatyánk egyes részleteiben, hogy összefüggésbe hozza a mindennapjaival, használja a lenti QR-kódot az Úr imáján való személyes elmélkedést segítő kérdések eléréséhez.



Gondolkodjunk el a Miatyánkon!

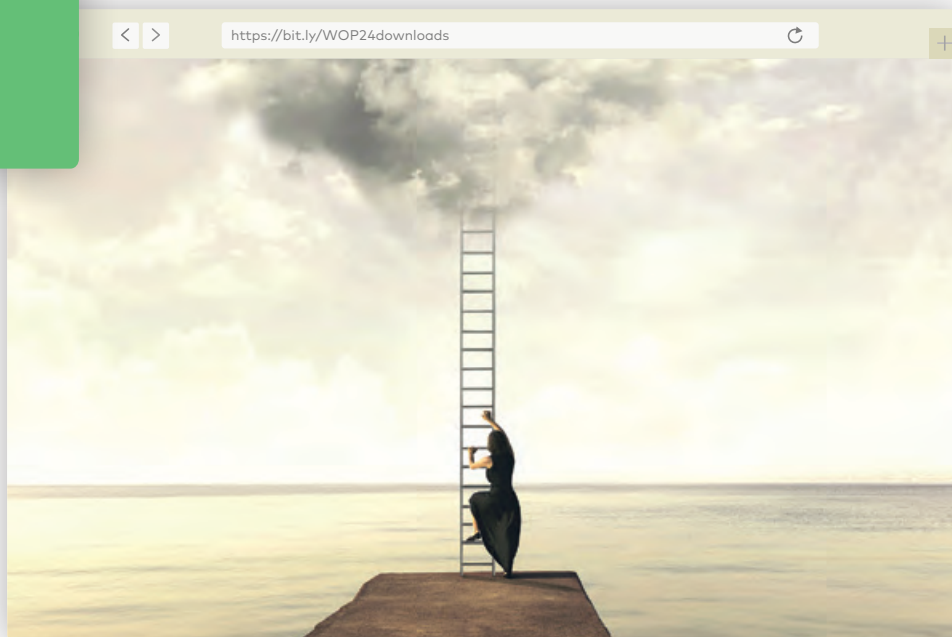
<https://bit.ly/WOP24downloads>

Az imádság mint életstílus

Jézus követőiként az ima nem csak egy kötelezően kipipálandó feladat, az ima inkább a mennyei Atyával való kapcsolódás keresése. Ahogy az izraeliták sem tudtak mannát eltárolni másnapra a pusztában, hanem szombat kivételével minden nap friss adagot kellett szedniük, úgy Istennel az életünk is azoknak a jó lelki szokásoknak a beemelésén múlik, mint az ima, a mindennapi életünkbe.

Sokszor a sikeres embereknek eltérő szokásaik vannak a környezetükben élőktől. Ugyanez igaz azokra is, akik Krisztushoz tartoznak: ők mások, mint a környezetük. Nem azért, mert szentebbek vagy jobbak lennének mindenki másnál, hanem mivel nekik másmilyen életstílusuk van: olyan, ami következetesen keresi Istent, beépíti a vele való kapcsolatot a mindennapokba.

„Az ima inkább a mennyei Atyával való kapcsolódás keresése.”



MAI IMÁDSÁG



Drága Atyánk!

*„Mert aki kér, mind kap,
és aki keres, talál,
és a zörgetőnek megnyitják.”
(Lukács 11:10)*

Köszönöm az ígéreted!
Szeretnék úgy tekinteni az időre, mikor imádkozom, mint egy nyitott ajtóra,
ami közvetlenül a te jelenlétedbe visz.

Rád bízom a szívemet.

ÁMEN!

**Az én
imám**



KÉRDÉSEK

1. **Mit jelent számomra, hogy Isten szuverén uralkodó? Ez a meggyőződés milyen hatással van az imádságról alkotott felfogásomra?**
2. **Vannak olyan dolgok, amikről nem szeretek Istennel beszélni? Mi gátol meg, hogy behívjam az Urat életemnek ezen területeire?**
3. **Hogy válhat számomra az ima a „lélek lélegzetvételévé”?**
4. **Az imával kapcsolatban mit tanulnék meg szívesen Jézustól?**
5. **(Légy teljesen őszinte magaddal): miért imádkozol te valójában?**

A large area of dotted lines for writing answers to the questions.



GONDOLATÉBRESZTŐ

*„Az intimitás az önkéntes védtelenség
kockázatának vállalása.”
(ismeretlen szerző)*

Miért van az, hogy az intimitás olyan fontos része az ember imaéletének?

Személyesen titeket mi indít arra, hogy bensőséges kapcsolatot keressetek Istennel?

A large rectangular area filled with a light gray dot grid pattern, intended for handwritten notes or reflections.

Hozzáállásom, amikor imádkozom

3. fejezet



ALAPIGE

„Jöjjetek,
hajoljunk meg,
boruljunk le,
essünk térdre
az Úr,
a mi alkotónk
előtt!”

(ZSOLTÁROK 95:6)

„Imában keressük
az Úrral való találkozást,
mert szeretjük Őt,
és a közelében
akarunk lenni.”

Mikor szeretetből cselekszünk

A szeretet szeretetet szül. Azért dicsőítjük Istent, ami Ő a szeretet. Ezért keressük, ezért akarunk olyanok lenni, mint Ő. És pontosan ez az az elv, ami a kis Murtaza Ahmadi életét vezérli. 2016-ban, 5 éves korában Murtaza híres lett egy kép miatt, amin egy sugárzó arcú kislány láthatunk, aki a hőse, Lionel Messi pólóját viseli, csakhogy az nejlomból van. A családja túlságosan szegény egy focipólóhoz, de a bátyja tudja, hogy segítsen rajta. Ezért fog egy világoskék és fehér csíkos nejlonszatyrot, lyukakat vág rá a karoknak és a fejnek, és ráírja: „Messi 10”. És igazi örömet szerzett vele a kistestvéreinek!

De nemsokára még nagyobb öröm is vár rá! Messi, a világhíres argentin focista megtudja, hogy van egy kis rajongója Afganisztánban. Ezért egy aláírt pólót és egy focilabdát küld Murtazának. Körülbelül egy évre rá, mikor az FC Barcelona Dohában játszik, Murtaza személyesen is találkozik a hősével. Elkísérheti Messit a pályára. De nem akarja, hogy az álma véget érjen; nem akar Messi mellől elmenni. A meccslabda lerakása után le se megy a pályáról, hanem egyből visszaszalad Messihez.



A megható találkozást itt nézhetitek meg:
<http://bit.ly/Murtaza-Messi>

A kis Murtaza nagyszerű inspirációs forrás számunkra. A hőse, Messi közelébe igyekszik kerülni, mert kedveli őt, és olyan akar lenni, mint ő. Ugyanez igaz a kapcsolatunkra Istennel. Imában keressük az Úrral való találkozást, mert szeretjük Őt, és a közelében akarunk lenni.



Harcoljon Isten értünk

A nehézségek idején általában az imádkozás van a gondolataink homlokterében. Akut veszély idején sürgető könyörgéseket küldünk az ég felé. Amikor egy bizonyos helyzet elhúzódik, hónapokon át visszük a kéréseinket Isten elé. Nyomás alatt gyakran az az imáink témája, hogy „vedd el”, „ments meg”, „szabadíts ki”, „gyógyíts meg” és „lépj közbe”. És jó bibliai társaságban vagyunk, amikor segítségért kiáltunk, és a jó Isten közbeavatkozását kérjük.

Jósáfát júdeai király volt, mikor az ország két részre szakadt. Egy nap azt jelentették neki, hogy a moábiak és az ammoniak ellenséges seregei közelednek feléjük (lásd: 2Kronika 20. fejezet). Hogy reagált erre a király? Némely bibliai uralkodó hívívót küldött egy prófétához, mások kapcsolatba léptek a szövetségeseikkel, és sokan Istenhez fordultak, ahogy Jósáfát is.

„És félni kezdett Jósáfát, és az Urat kezdte keresni, és egész Júdában böjtöt hirdetett.”

(2Krónika 20:3)

Jósáfát ráébredt a helyzet komolyságára, félni kezdett, és az Urat kereste. Bár én már más korban élek, még ha más fenyegetettségekkel nézek is szembe, sokat tanulhatok ebből a rövid versből egy imádkozó ember hozzáállásáról: Istent kell keresnem. A fókusz nem a problémára irányul, hanem az Úr keresésére. Mert akkor a király ezeket a szavakat mondja:

„Ó, Uram, atyáink Istene! Nem te vagy-e egyedül Isten a mennyben, aki a népek minden országán uralkodsz? A te kezekben van az erő és a hatalom, és senki sincs, aki megállhatna veled szemben.”


(2Krónika 20:6)

Jósáfát jól emlékszik arra, kicsoda Isten. Visszagondol az Úr nagyságára. Ma sem nagyobb az előttem tornyosuló probléma nála, aki a hátam mögött áll, és ennek felismerése békét hoz a szívembe. Tudom, hogy nem számít, mit hoz az élet, Istent soha, de soha nem lepi meg egy helyzet. Neki mindig van egy jó terve, amit senki és semmi nem húzhat keresztül. És Ő olyan Isten, aki csodákat tesz összetört cserépdarabokból és vérző sebekből. Ha ebből a nézőpontból szemlélem a kihívásokat, lehet, hogy a körülményeim ugyanazok maradnak, mégis minden megváltozik, mert a hitem sziklára épült. Ha tudni akarjátok, hogy végződik a történet, olvassátok el 2Krónika 20. fejezetét.

Még ha nem is olvastátok el Jósáfát történetét, valószínűleg sejtitek, hogy zárul. Isten megmondja a népének, hogy nem kell harcolniuk, hanem Ő fog csatába menni értük. Az Úr ma is harcba száll értem az iskolában vagy a főiskolán, a munkahelyen és a saját családomban. Mikor fájdalommal itatja át az életet, mikor a saját viselkedésem miatt szégyenkezem, a Mindenható harcolni akar értem.

Imádkozz és örködj

Martin Luther King azt mondta: „Soha ne helyettesítsd az imát munkával és ésszel.”¹ Ez azt jelenti, hogy akik imádkoznak, proaktívak, mert az imádság a gondolatokat és a cselekvést is befolyásolja. Vagyis a mi felelősségünk, hogy Isten keze legyünk a világban, gyakran rajtunk keresztül szereti az Úr az embereket, és lesz jó hatással rájuk.



„Ma sem nagyobb az előttem tornyosuló probléma nála, aki a hátam mögött áll, és ennek felismerése békét hoz a szívembe.”

Nehémiás a perzsa udvar magasrangú tisztviselője volt. De egyben zsidó is, és a szíve otthon maradt Jeruzsálemben. A babiloni fogság óta szeretett városa nyomorúságos, teljesen védtelen állapotba került, és ez nagyon nyomasztotta. Még a király is felfigyelt rá, hogy valami nincs rendben Nehémiással: „*Miért szomorú az arcod? Hiszen nem vagy beteg! Nem más ez, mint szíved szomorúsága!*” (Nehémiás 2:2) Erre ő kiöntötte a szívét neki. Az uralkodó pedig engedélyt adott Nehémiásnak, hogy Jeruzsálembé menjen, és segítsen újjáépíteni a várost, amit meg is tett, noha ellenségei sok akadályt gördítettek elé.



„A mi felelősségünk,
 hogy Isten keze
 legyen a világban, gyakran
 rajtunk keresztül szereti az Úr
 az embereket, és lesz jó hatással
 rájuk.”

Kérdezzük meg magunktól: „Vajon én milyen hozzáállással közelítek az imádsághoz?”



A dotted grid area for writing reflections, with a pencil icon at the top left.

A következő versben a városfal újjáépítésének története közepén ezt találjuk: „Mi azonban imádkoztunk Istenünkhöz, és éjjel-nappal őrséget állítottunk védelmül ellenük.” (Nehémiás 4:9) Építették a falat, imádkoztak, és ugyanakkor őrköt állítottak ki, hogy védjék magukat az ellenségeiktől. Jóllehet néhányan azt mondhatnák, hogy őrség állítása ima után a hit hiányának a jele, de egy szót se találunk a szövegben, amely elítélné Nehémiást ezért. Vannak helyzetek, amikor úgy helyes, ha teljesen elengedjük a gyeplőt, ahogy Jósáfát tette, de vannak másféle helyzetek is, amikor tökéletesen indokolt imádkozni és *cselekedni*. (Az *Átgondolandó kérdések* részben lesz lehetőségetek tovább gondolkodni erről a pontról.)

Imára kulcsolt kéz

„Jöjjetek, hajoljunk meg, boruljunk le,
 essünk térdre az Úr,
 a mi alkotónk előtt!
 Mert Ő a mi Istenünk,
 mi pedig legelőjének népe
 és kezének juhai vagyunk.”
 (Zsoltárok 95:6–7)

„Jöjjetek, hajoljunk meg, boruljunk le, essünk térdre az Úr, a mi alkotónk előtt!” Magasztalásra hívás. Gondoljunk a kis Murzatára, és hogy mennyire örült, hogy újra Messi közelébe férhetett!

Imádkozni annyit tesz, mint feltárni magamat Isten előtt, kapcsolódni hozzá, imádni Őt, dicsőséget adni neki, köszönetet mondani neki, bevallani a bűneimet és kérni, hogy változtasson meg, megkérni, hogy rendezze át a fontossági sorrendemet és helyet adni számára az életemben. Meg kiönteni előtte a szívemet, hogy elmondjam neki, mit szeretnék, és mire van szükségem.

Ti láttátok már ezt az ábrát az imádkozó kézzel? Ez az illusztráció abban segít, hogy az ima különböző elemeit imádkozás közben is észben tartsuk.

Dicséret és magasztalás (hüvelykujj)

„Áldom az Urat minden időben, dicsérete mindig ajkamon van!” (Zsoltárok 34:2)

„Dicsérek ezért, Uram, a népek között, és zsoltárt énekelek nevednek.” (2Sámuel 22:50)

Hálaadás (mutatóujj)

„De hála Istennek, aki a diadalmat adja nekünk a mi Urunk, Jézus Krisztus által!” (1Korinthus 15:57)

„Menjünk eléje hálaadással, ujjongjunk neki zengedezve.” (Zsoltárok 95:2)

Bűnvallomás és bűnbánat (középső ujj)

„De megalázza magát az én népem, amely nevről neveztetik, s könyörög, és keresi az én orcámat, és megtér bűnös útjairól, én is meghallgatom őket a mennyből, megbocsátom bűneiket, és megszabadítom földjüket.” (2Kronika 7:14)

„Aki elfedezi vétkeit, nem lesz jó dolga, aki viszont megvallja és elhagyja, irgalmat nyer.” (Példabeszédek 28:13)

Közbenjárás (gyűrűsujj)

„Mindenekelőtt arra kérek, hogy tartsatok könyörgéseket, imádságokat, esedezéseket és hálaadásokat minden emberér.” (1Timóteus 2:1)

„Hálát adunk Istennek mindenkor mindnyájatokért, amikor megemlékezünk rólatok imádságainkban.” (1Thesszalónika 1:2)

Személyes kérések (kisujj)

„Mindazt megkapjátok, amit imádságban hittel kértek.” (Máté 21:22)

„Semmi miatt ne aggódjatok, hanem imádságban és könyörgésben mindenkor hálaadással tárjátok fel kéréseiteket Isten előtt.” (Filippi 4:6)

Noha mindig a hozzáállásunk a kulcs ima közben, ez az imádkozó kéz a segítségünkre lehet, miközben minőségi időt töltünk Istennel: végigvezet az imán, és segít összpontosítanunk.



Az imádság fajtái innen tölthetők le (angolul és németül):
<https://bit.ly/WOP24downloads>

MAI IMÁDSÁG



Kedves Atyánk!

Magasztallak, mert

.....

Még soha nem köszöntem meg neked ezeket a dolgokat, és most szeretném bepótolni:

.....

Uram, te ismered életemnek azon pillanatait, amiket szégyelltem:

.....

Jól ismersz minden egyes elhibázott lépést:

.....

És most az összes fájdalmas élményt elhozok eléd a kereszt lábához, és bocsánatot kérek értük.

Köszönöm szerető megbocsátásodat! Köszönöm, hogy a gyermeked vagyok, még akkor is, ha nem brillírozok.

Nem csak magam számára vannak kéréseim, hanem eléd hozom _____ imában. Kérlek, áldd meg _____ és _____.

Uram, jelenleg a személyes életemben ez okozza a legnagyobb aggodalmat:

.....
.....
.....
.....

Te már tudsz ezekről, és köszönetet mondok azért, hogy ma még egyszer eléd hozhatom a kérésemet, és rád bízhatom. Kérlek, mélyítsd el még jobban a veled való kapcsolatomat. A közeledben akarok lenni. Hadd folytatódjon az ámen után is ez a beszélgetés!

Rád bízom a szívemet!
ÁMEN!



KÉRDÉSEK

1. **Ima közben mi a fontosabb: a hozzáállásotok, vagy hogy milyen szavakat használtok? Indokoljátok meg, miért.**
2. **Mit szerettek Istenben? Hogyan befolyásolja ez a viselkedésemet, miközben imádkozom?**
3. **Honnan tudhatom, mikor kell hagynom Istent harcolni értem, vagy már itt az ideje imádkozni és őrködni?**
4. **Mit jelent számomra, hogy az Úr harcol értem? (Lásd például Zakariás 4:6; Ézsaiás 30:15. De milyen más szövegek jutnak még eszetekbe?)**
5. **Milyen motiváló idézeteket ismertek az imáról? Álljon itt a mi egyik kedvencünk: „Ha többet hoz az élet, mint amit el tudnál viselni... borulj térdre.” (ismeretlen szerző)**

A large rectangular area with a light beige background and a fine grid of small dots, intended for handwritten answers to the questions above.

CSAPAT- FELADAT

Vegyétek meg vagy készítsétek el a saját lapotokat ezzel az üzenettel: „Drága vagy, és végtelenül szeretett!”

Osszátok szét a lapokat egy bevásárlóközpontban, vagy tűz-zétek fel mosdók tükreire a suliban vagy a munkahelyen.

Imádkozzatok együtt azokért, akik látni fogják vagy kézhez kapják a lapokat. Imádkozzatok, hogy Isten szeretetének bizonyosságát fogadhasák be a szívükbe.



SZEMÉLYES KIHÍVÁS

Vezess hálanaplót!

Legalább két hétig minden este írd föl 5 dolgot, amiért hálás vagy, és köszönd is meg a jó Istennek.

Tudtad, hogy egy idő után már szinte lehetetlen őrizgetni magunkban a félelem, irigység és harag érzését, miközben a szív hálával telik meg?

A large area of dotted lines provided for writing the personal challenge or gratitude journal entries.



GONDOLATÉBRESZTŐ

*„Az ügyfélszolgálat nem csak egy részleg,
az ügyfélszolgálat maga a hozzáállás”²*

Carsten K. Rath (német vállalkozó és szerző)

Mi kijelenthetjük, hogy az ima sem egy keresztény tevékenység, hanem egy hozzáállás?
Hogyan?

A large rectangular area filled with a light gray dot grid pattern, intended for writing or drawing.

MIKOR NINCS KEDVEM IMÁDKOZNI



ALAPIGE

„MINDEN FÉLTETT DOLOGNÁL JOBBAN ŐRIZD MEG
SZÍVEDET, MERT ABBÓL INDUL KI MINDEN ÉLET.”

(PÉLDABESZÉDEK 4:23)

JÉGTÖRŐ

MIT CSINÁLNÁTOK ELŐSZÖR, HA MÉG MA JELENTŐS Mennyiségű pénzt örökölnétek?

Large dotted grid for writing answers to the first question.

MILYEN OKA LEHET ANNAK, HA VALAKI NEM SZERETNE NAGY ÖRÖKSÉGHEZ JUTNI? MÁS SZÓVAL MIÉRT UTASÍTANA EL VALAKI EGY ÖRÖKSÉGET?

Large dotted grid for writing answers to the second question.

„CSAKIS EGY KISGYEREK MERÉSZELI HAJNALI 3-KOR FELEBRESZTENI A KIRÁLYT EGY POHÁR VÍZÉRT.” MI IS ÍGY KÖZELÍTSÜNK AKKOR ISTENHEZ.

Az elszalasztott lehetőség

Tudtátok, hogy mindenfelé élnek olyan emberek a világon, aki soha nem jelentkeztek a lottónyereményükért? Németországban például 11,3 millió euró nyereményt hagytak veszni 2021-ben.¹ Ez hogy lehetséges? Vannak, akik nem ellenőrzik le, hogy nyertek, mások meg elhagyják a szelvényüket.

Lehetséges, hogy néha ilyesmi esik meg velünk is, mikor imádkoznánk? Meglehet, hogy kicsit összezavarodunk? Mert elvágandó feladatként gondolunk rá, ahelyett, hogy meglátnánk, micsoda kiváltság és ajándék is ez. Egyszer Timothy Keller azt írta: „Csakis egy kisgyerek merészeli merészeli hajnali 3-kor felébreszteni a királyt egy pohár vízzért.”² Mi is így közelítsünk akkor Istenhez. Nem, Ő nem alszik, Tim is csak egy metaforát használ, de az Úr a világegyetelm legnagyobb és leghatalmasabb lénye, és mi a nap 24 órájában beszélhetünk vele.

Emlékeztek még arra az igeszakaszra, amiben Jézus épp csak visszatért az imádkozásból? Érdekes, de a tanítványa nem azt kérdezte

tőle: „Akkor nekünk is imádkoznunk kell most?” Nem! Ő azt mondta: „Krisztus, *taníts meg* engem is. Úgy *akarok* imádkozni, ahogy te!” Ez nem egy terhes kötelesség, hanem a szív legmélyebből fakadó vágya. A Megváltó szabaddá tesz bennünket. Jelenlétében az emberek kivirágognak, mert az ő igája gyönyörűséges, és az ő terhe könnyű (Máté 11:30).

Mikor létszükséglet lesz az imából

Valószínűleg minden hívő embernek ismerős ez a gondolat: „Minden nap kéne imádkoznom!” Önmagában semmi gond nincs az állítással, csak épp nem nagy segítség. Mióta már nem élünk a Paradicsomban, és a bűn valamit megtört bennünk, gyakran először arra gondolunk, hogy csak keményen kell próbálkoznunk, és megcsináljuk. De igazából ez öngazultság, ami azt feltételezi, hogy a mi erőfeszítéseink által kell jónak lenni. Viszont Jézus egy ellenszert adott a probléma kezelésére:



„...nélkülem semmit sem cselekedhettek.”

(János 15:5)

Ez Krisztus egyik kijelentésének a része, amiben egy természeti képet alkalmazott. Azt mondta, hogy a szőlőtőke nélkül, azaz őnélküle a vesszők nem teremhetnek gyümölcsöt, és csak akkor terem szőlő, ha a szőlőtőhöz *kapcsolódik*.

Az evangéliumnak az a jó híre, hogy nekem nem *kell* mindent magamtól megtennem, mert tény, hogy erre *nem vagyok képes*. Egy-magamban soha nem fogok elboldogulni. Istennek mindig az volt a terve számomra, hogy a gyermeke legyek, és hozzá kapcsolódjak.

Jó szokás az imádkozás? Kétségkívül az! De mikor központi szerepet kap a „kell” és a „kéne”, elfelejtem, elsősorban *miért* is szeretnék imádkozni. Tehát az ilyen gondolatok helyett, mint hogy „többet kéne imádkoznom”, próbáljam meg ezeket a kérdéseket föltenni magamnak:

- ✓ Miért is akarok imádkozni?
- ✓ Mire vágyom igazából?
- ✓ Jelenleg mire van kétségbeesetten szükségem az Úrral való kapcsolatomban?

A motivációnak erős partnerre van szüksége

Gyakran indítunk lelkesen és motiváltan meg a legjobb szándéktól fűtve, mint mikor eldöntjük, hogy többet edzünk. De idő múltával lecsökken a nekibuzdulás, és a legjobb szándék is megfakul. Egyszer valakitől azt hallottam (Annika), hogy soha nincs ott ez a bátorító erő, mikor tényleg szükséges lenne, ezért nem számíthatunk rá. Ahelyett, hogy frusztrálnak éreznék magunkat amiatt, hogy nem tart ki mindvégig a motiváció, állítsunk egy *erős partnert* is a motiváció mellé.

„ISTENNEK MINDIG AZ VOLT A TERVE SZÁMOMRA, HOGY A GYERMEKE LEGYEK, ÉS HOZZÁ KAPCSOLÓDJAK.”

„A motiváció indít el. A szokás meg az, ami továbbvisz minket.”³

(Jim Ryunnak tulajdonítva)

Csodálatos dolog az ösztönzés, és szükségünk van rá ahhoz, hogy belevágjunk valamibe, de már a kezdetektől jó szokások kialakítására is, hogy ne csak pillanatnyi fellángolás legyen minden erőfeszítésünk. Gondoljuk végig, melyik *napszak* a legalkalmasabb nekünk az imádkozáshoz. Majd tegyük fel a kérdést, *hol* esne jól imádkoznunk. Sokszor már ágyba bújva imádkozunk éjszaka, és persze álomba zuhanunk, vagy beemeljük a mobilunkat is az Istennel közösen töltött időnkbe, és csak megzavarjuk vele. Mi lenne, ha egy kellemes helyet alakítanánk ki az imához, például egy olvasófotelben az ablak mellett vagy talán kinn a természetben? Fontos, hogy *beépítsük* az imádkozást a napi rutinunkba, hogy ne kelljen magunkat kérdegetnünk: „Most úgy érzem, hogy tudok imádkozni?”

Amúgy néha úgy is érezzük, mintha csak a plafonig jutnának az imáink. Csak imádkozunk, és semmi nem változik, és emiatt lecsökken a lelkesedésünk, hogy imádkozzunk, mert „nem működik” az ima, nem ér el sehova. (Ha ez úgy hangzik, mintha te mondtad volna, akkor hadd áruljuk el, hogy erről az 5. fejezetben egy saját tapasztalatot is elmesélünk majd. Várd csak ki!)

FONTOS, HOGY BEÉPÍTSÜK AZ IMÁDKOZÁST A NAPI RUTINUNKBA, HOGY NE KELLJEN MAGUNKAT KÉRDEZGETNÜNK: „MOST ÚGY ÉRZEM, HOGY TUDOK IMÁDKOZNI?”

Itt az ideje az újratekzésnek?

Győződjetek meg, hogy úgy választjátok meg az ima idejét, hogy már alig várjátok, hogy találkozzatok a legjobb barátotokkal. Az ima olyan idő Istennel, ami lehetővé teszi számomra, hogy jelen legyek, hogy mindent rázúdítsak, hogy szeretve legyek, és hogy megerősödjek. Csodálatos Istent imádunk, aki valóban ott van mellettünk!

*„Veled van az Úr, a te Istened,
Ő erős, és megment.
Nagy örömmel örül neked,
megújít szeretetével,
ujjongással örvendezik neked.”*
(Zofóniás 3:17)

Lehet, hogy ráférne egy kis friss szellő az imaéletekre. Kövesetek be olyan embereket, akiknél első helyen áll az imádság, és inspirálóak a tapasztalataik. Olvassatok el egy inspirációs könyvet az imáról. Nyissatok imanaplót, írjátok le bele az imakéreseiteket, hogy milyen tapasztalataitok vannak az Úrral, és hogyan válaszolja meg a kéréseiteket. Próbáljatok ki valami újat, mondjuk az imását. És ha nem tudtok imádkozni, olvassátok el valaki más írott imáját (lásd: lentebb), vagy kérjétek meg azt, akiben megbíztok, hogy imádkozzon veletek együtt értetek.

Viseljétek gondot a szívetekre

*„Minden féltett dolognál jobban őrizd meg szívedet,
mert abból indul ki minden élet.”*
(Példabeszédek 4:23)

Emlékszünk még Ellen G. White mondására az imáról? Álljon itt akkor az idézet második része is.

„Az ima a lélek lélegzétvétele. Ez a titka a lelkierőnek. Semmilyen más eszköz nem tudja helyettesíteni; megőrzi a lélek egészségét. Az ima közvetlen összeköttetésbe hozza a szívet az élet forrásával, és erőt ad a keresztény tapasztalatoknak. Ha elhanyagoljuk az imát, vagy csak alkalmyszerűen imádkozunk, akkor elveszítjük kapcsolatunkat Istennel; elvesz a lelki képességek életeréje, a vallásos tapasztalatok nélkülözik az egészséget és az erőt.”⁴



Ha ilyen sok áldást hozhat az imádkozás az életembe, ha ilyen sokat nyer belőle a szívem és az Istennel való kapcsolatom, mégis mi állít meg benne?



Mikor semmi időm imádkozni

Az élet gyakran kész rohanás, nagy nyomás alatt vagyunk, és úgy tűnik, a leghűségesebb barátunk a stressz. Már azt gondoljuk: „Semmi időm nincs imádkozni.” De ha megállunk, és egy percre belegondolunk, hamar felébredhet bennünk a gyanúja, hogy ha nem szánunk időt az Úrhoz fűződő kapcsolatunkra, annak nem lesz jó vége.

„Olyan sok dolgom van, hogy az első 3 órát imával kell töltenem.”⁵

(Luther Márton)

Isten országában minden a feje tetején áll (holott Isten szemszögéből biztos mi vagyunk fejjel lefelé). Még ha éjt nappallá téve dolgozom is, ha a saját erőmre hagyatkozom, soha nem érem el, amit az Úr egy csettintéssel megtehet. Másfelől meg ha megadom a testemnek a szükséges pihenést és egyensúlyt, és ha nem a saját erőmből, hanem vele együtt élem az életemet, akkor egy fenntartható életúton találok magam.

Imák elvitelre

Előfordul olykor, az összes tudás ellenére, a helyes hozzáállás és jó szív ellenére is, hogy egyszerűen csak már nincs erőnk imádkozni. Legyünk biztosak abban, hogy az Úr ezekben a nehéz, pusztai időkben is velünk van! *„Még ha a halál árnyékának völgyében járok is, nem félek a gonosztól, mert te velem vagy. Vessződ és botod megvigasztal engem.”* (Zsoltárok 23:4)

Azokon a napokon, mikor képtelenek vagyunk imádkozni, elolvashatunk egy előre megírt imát, és elimádkozhatjuk. Most néhány imát mutatunk Zsoltárok könyvéből, amit elimádkozhatunk:



Imák elvitelre

<https://bit.ly/WOP24downloads>



„MÉG HA ÉJT NAPPALLÁ TÉVE DOLGOZOM IS, HA A SAJÁT ERŐMRE HAGYATKOZOM, SOHA NEM ÉREM EL, AMIT AZ ÚR EGY CSETTINTÉSSEL MEGTEHET.”

IMÁDSÁG MÁRA



Drága Atyám!

Beléd szeretne kapaszkodni a szívem,
de tudod jól, hogy néha úgy hiányzik
belőlem az erő és a motiváció.

Köszönöm, hogy itt vagy velem,
és minden pillanatban megtartasz.

Rád bízom a szívemet!

ÁMEN!

Az én
imám



KÉRDÉSEK

1. **Miért olyan könnyű akár 30 percet is eltölteni a Tiktokon, Instagramon vagy más effélén, és olyan nehéz 5 percet találni az imára?**
2. **Miről maradok le, ha nem imádkozom?**
3. **Könnyű vagy nehéz imádkozni? Indokoljátok meg a választotokat.**
4. **Hogy keveredtem ki a múltban a pusztai időszakokból (mikor alig imádkoztam)?**
5. **Mi a legjobb imaszokásom?**

A large area of dotted lines for writing answers to the questions.

CSAPAT- FELADAT

Készítsetek egy közös szelfit a csoportról, és küldjétek el azoknak, akik ma nem voltak ott.

Küldjétek külön is üzenetet nekik, és mondjátok el, hogy hiányoltátok őket, és imádkoztok értük.

Az üzenet elküldése után imádkozzatok mindenkiért, aki ma távol maradt.



SZEMÉLYES KIHÍVÁS

1. kihívás: Kapcsolódj Istenhez

Alakítsd ki a saját, személyes pihenőzónádat. Takaríts ki egy kicsit. Főzz vagy rendelj valami olyat, amit tényleg szeretsz. Gyűjts meg egy gyertyát, majd keresd ki a lelki zenei listádat, és hallgasd meg a kedvenc énekedet. Élvezd ki a pillanatot, és hagyd, hogy az ének üzenete elhasson a szíved mélyéig.

2. kihívás: Készítsd el a te imáidat, amikhez bármikor nyúlhatsz

Keress bibliai Igéket, amikhez bármikor fordulhatsz, ha imádkoznál, de közben meg „kiszáradt” a lelki életed. Ilyen témák szerint is kereshetsz szövegeket, mint bizalom, remény, erő, szomorúság vagy öröm.



GONDOLATÉBRESZTŐ

„Az imádság a kormányod vagy a pótkereked?”⁶

(Corrie Ten Boom)



5. FEJEZET

MIKOR ISTEN HALLGAT



ALAPIGE

„ELÉG NEKED AZ ÉN KEGYELMEM,
MERT AZ ÉN ERŐM ERŐTLENSÉG
ÁLTAL ÉR CÉLHOZ.”

(2KORINTHUS 12:9)

JÉGTÖRŐ

KÉPZELJÉTEK EL, HOGY 90 ÉVESEK VAGYtok, ÉS LEHE-
TŐSÉGETEK NYÍLIK EGY KÍVÁNSÁGLISTÁT CSINÁLNI.
MILYEN 5 DOLOG KERÜLNE RÁ A LISTÁTKRA?

A large grid of small dots on a piece of paper, intended for writing a list of 5 wishes.

HA MOST KÉNE EZT A LISTÁT MEGÍRNI, MIBEN KÜLÖNBÖZNE
A JÖVŐBELI ÖNMAGATOK LISTÁJÁTÓL?

A smaller grid of small dots on a piece of paper, intended for writing a list of 5 wishes.

„MIÉRT FÁJ ANNYIRA, MIKOR
ISTEN NEMET MOND,
VAGY CSEENDBEN MARAD?
AZ ISTENNEL VALÓ
ÉLETNEK EZT
A VALÓSÁGÁT NEM LEHET
MEGSZÉPÍTENI, SEM ELNYOMNI.”



Mikor nagyon fáj...

Sok keresztény írja le az imatapasztalatait, és ha mindet összegyűjtenénk, köteteket tölthetnénk meg a történeteikkel. De hány füzet telne meg az összes megválaszolatlan imával? És miért fáj annyira, mikor Isten nemet mond, vagy csendben marad? Az Istennel való életnek ezt a valóságát nem lehet megszépíteni, sem elnyomni: valahogy szembe kell néznünk vele.

Valószínűleg azért fájnak olyan nagyon a megválaszolatlanul maradt imák, mert megtéppázzák az Úrba vetett bizalmunkat. Ő akkor tényleg jó lenne? Akkor miért nem lép közbe? Ez az egész közvetlenül a szenvedés kérdéséhez vezet: hogy engedheti meg egy jó Isten a gonoszságnak, hogy megtörténjen? Az Úr itt van, és Ő a szeretet, csak hogy mi már ellenséges területen élünk, a Paradicsomon kívül. Ezen a bolygón már kezdetek után igazságtalan lett az élet. Igazságtalanul vannak elosztva az erőforrások és a lehetőségek. És gyakran értelmetlenül szenvednek az emberek. Ilyen a világ aktuális helyzete, amiben élek.

Emlékeztek még Murtazára, a kis Messi-rajongóra? Megvalósult

a nagy álma, de csak egy pillanatra. Sok mindenem ment keresztül az eltelt években a kisfiú a családjával. Háború, kitelepítés és a félelem tette tönkre az életüket. Sok afganisztáni azt feltételezte, hogy a család nagy összeget kapott a profi futballjátékostól, de ez nem így volt. Eközben Murtaza állandó veszélyben forog váltságdíjban reménykedve. Ilyen fájdalmas is lehet az élet, és még egy olyan nagy sztár, mint Lionel Messi sem mentheti meg vagy változtathatja meg a világot.

És ha mi most kitennénk a pontot, teljesen reménytelen lenne a helyzetünk. De hála Jézus Krisztus kereszthalálának a Golgotán a történet tovább folytatódik, és jó véget ér. Isten mindig is munkálkodik, Ő bizony a háttérben ott mozgatja a szálakat, és szeretete folyton-folyvást beszivárogoz az ellenséges területre, hogy elérje és meggyógyítsa a szíveket.

Az Úr a hit mellett dönt

Isten úgy is dönthetett volna, hogy létezésének, szeretetének, igazságosságának és gondoskodásának megdönthetetlen bizonyítékát hagyja maga után a földön, de Ő nem így tett. Bizonyíték helyett az Atya a hitet választja.

*„A hit pedig a remélt dolgok
felőli bizonyosság és a nem látott
dolgokról való meggyőződés.”*

(Zsidók 11:1)

Ez azt jelenti, hogy alkalmam nyílik a hitet és a bizalmat választani, tudva, végül minden értelmet fog nyerni. Csakhogy ez nem könnyű! Isten sokat kér tőlünk, de azért, mert valamikor úgy döntött, hogy szabad akaratot ad nekünk. Azt akarja, hogy szabadok legyünk. Nem manipulál, még ha az jó célt is szolgálna. Ő azért választja ezt az utat, mert teljesen bízunk az ügyében, és mert tudja, hogy végül az egész emberi történelem azt fogja igazolni, hogy Ő egy szerető, gondoskodó és igazságos Isten.

Néha úgy gondoljuk, hogy könnyebb lett volna, ha a bibliai korban élünk, vagy személyesen ismerjük Jézust, mert akkoriban olyan sok csoda történt. De igazából a Szentírás mindkét valóságra hoz példát: Dániel és társai csodás megmeneküléséről, a gyermektelen Anna megválaszolt imájáról és ugyanakkor Keresztelő János és István mártírhaláláról is olvasunk benne. Pál is háromszor kért Istentől szabadítást, és Ő nemet mondott neki (lásd: 2Korinthus 12:8).

*„Elég neked az én kegyelmem,
mert az én erőm erőtlenség által
ér célhoz.”*

(2Korinthus 12:9)

Az Úr azt is mondhatta volna: „Elég neked, ha megválaszolom az imáidat”, de Ő mégis ezt mondja: „Elég neked az én kegyelmem”. Csak arra van szükségünk, hogy Isten itt legyen, munkálkodjon értünk, és szeretetteljesen gondoskodjon rólunk.

*„Nem kell mindig elmondani a mi szempontunkból
a történetet. Azt majd az idő fogja.”¹*

(Toby Macnek tulajdonítva)

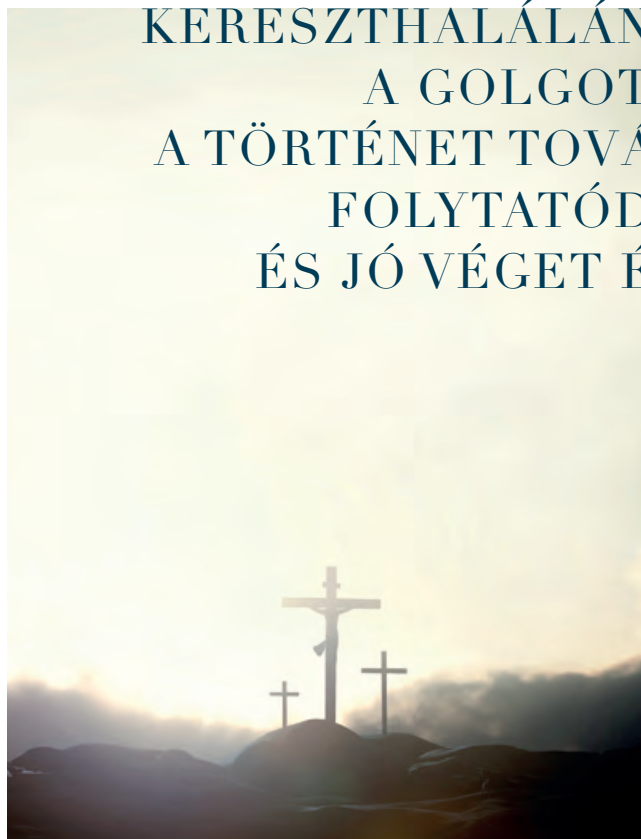
Isten igazának bizonyítása

Keresztelő János börtönbe kerül, mert megfeddi a helyi uralkodót, Heródest. Bár megkeresztelte Jézust (Máté 3:13–17), és egyértelmű szavakat szőtt Krisztus személyéről (János 1:29–34), mégis kétely mardossa, így ezzel a kérdéssel küldi el tanítványait hozzá:

„Te vagy-e az Eljövendő, vagy mást várjunk?”

(Máté 11:3)

**„ÉS HA MI MOST
KITENNÉNK A
PONTOT, TELJESEN
REMÉNYTELEN LENNE
A HELYZETÜNK.
DE HÁLA JÉZUS
KRISZTUS
KERESZTHALÁLÁNAK
A GOLGOTÁN
A TÖRTÉNET TOVÁBB
FOLYTATÓDIK,
ÉS JÓ VÉGET ÉR.”**



IMÁDSÁG MÁRA



Drága Istenem!

Ma egy olyan több ezer éves imára szeretném összpontosítani az imámat,
amit már sok hittestvérem elimádkozott előttem.

*„Semmi miatt ne aggódjatok, hanem imádságban
és könyörgésben mindenkor hálaadással tárjátok fel
kérdéseiteket Isten előtt. És Isten békessége,
amely minden értelmet felülhalad, meg fogja őrizni szíveteket
és gondolataitokat Krisztus Jézusban.”*

(Filippi 4:6–7)

Rád bízom hát a szívemet.

ÁMEN!

Az én
imám



KÉRDÉSEK

1. **Miért fájnak annyira a megválaszolatlan imák?**
2. **Milyen tapasztalatokon keresztül látom visszatekintve, hogy Isten mindent jól alakított?**
3. **Még milyen kérdéseim vannak ma?**
4. **Az Úr miért inkább a bizalmat és a hitet választja, és nem (mindig) a bizonyítékokat és a megválaszolt imádságokat?**
5. **A menny terveit senki nem hiúsíthatja meg, gondoljatok csak vissza József történetére (lásd: 1Mózes 37–50. fejezet).
Hogy segíthet az ő tapasztalata nekem, mikor megválaszolatlan imákról van szó?**

A large area of dotted lines for writing answers to the questions.



GONDOLATÉBRESZTŐ

*„Egy megtört történetet csak úgy lehet meggyógyítani,
ha beillesztjük a nagy képbe. Ez az egyetlen gyógymód rá.”*

(Daniel Duda)

Az életedben milyen gyógyulásra van szükséged?

A large grid of small dots, intended for writing a response to the question above.

MINDIG LÉGY HÁLÁS!

Valóban?

6.
FEJEZET

ALAPIGE

*„Mindenkör örüljete!
Szüntelen imádkozzate!
Mindenért hálát adjate,
mert ez Isten akarata
Krisztus Jézusban
számotokra.”*

(1THESSZALONIKA 5:16–18)



JÉGTÖRŐ

*Mi az az örömteli dolog, amit minden
nap átéltek, és amit már egész
természetesnek vettek?*

*Mi az a kemény lecke, amiért hálásak voltatok,
hogy megtanulhattátok?*

A tettekre váltott hála

„Továbbá, testvéreim, azokról gondolkozzatok, amik igazak, amik tisztességesek, amik igazságosak, amik tiszták, amik szeretetreméltók, amik jó hírűek, ha van valami erényes, és ha van valami dicséretes.”

(Filippi 4:8)

Első reakcióként most lehet, úgy gondoljuk: „Ez milyen fárasztó...!” De amikor meglátjuk, mi történik, mikor ezek a nemes tulajdonságok a gyakorlatban is megvalósulnak, a szívünk megnyugszik, és felkiáltunk: „Én is így akarok élni!”

A boldogsághoz vezető királyi út

A mai fejezet középpontjában a *hála* felbecsülhetetlen értékű tulajdonsága áll. „A hála olyan, mint a boldogsághoz vezető királyi út. Sok minden lehet: csodálkozás, elismerés vagy annak felismerése, hogy egy negatív élménynek is lehetnek jó oldalai”¹ – mondja Sonja Lyubomirsky amerikai pszichológiai professzor, aki a boldogság kutatásának szentelte karrierje nagy részét.

„A hála nem mást lát, hanem másképp látja a dolgokat.”

(ismeretlen szerző)

A hála az élethez való hozzáállás, a magamban hordozott boldogság. A hála nem azt jelenti, hogy minden tökéletes, vagy hogy minden álmomról és vágyamról le kell mondanom, és bele kell törődnöm a status quóba, hanem hogy mély megbecsülést érzek minden jóért, ami jelen van az életemben:

Azért élek, mert Isten így akarta.

Az ő tervezése vagyok.

*Megbocsátott, megváltott,
és gazdagon megáldott.*

*Minden, ami vagyok, és mindenem,
amim csak van, minden átélt jó
az én mennyei Atyámtól származik.*

*„A hála olyan, mint
a boldogsághoz vezető
királyi út.”*



Dirk Lehr pszichológus egy másik okot is felhoz, miért tesz olyan jót nekünk a hála. Elmagyarázza, hogy különbség van az olyan pozitív érzelmek, mint a megbecsülés vagy az öröm és a hála között, mert a hála *elismeri* egy másik *személy* szerepét vagy hozzájárulását is az életéhez.

Emberfeletti parancsolatok

„Mindenkor örüljetek! Szüntelen imádkozzatok! Mindenért hálát adjatok, mert ez Isten akarata Krisztus Jézusban számotokra.”

(1Thesszalonika 5:16–18)

Néhány parancsolatot nemcsak nehéz, hanem szinte lehetetlen is betartani. És talán ennek így is kell lennie. Talán a parancsolatok arra valók, hogy ráébresszenek, egyedül egyszerűen nem tudunk boldogulni. Talán a parancsolatok arra hivatottak, hogy ráébresszenek, szükségünk van egy Megváltóra, aki az ő Lelke által bennünk lakozik.

E három kemény figyelmeztetés után Pál azonnal feltárja a megoldást, amikor azt mondja: *„...ez Isten akarata nektek, akik Krisztus Jézushoz tartoztok”* (az angol NLT-fordítás szerint). A Jézussal való kapcsolat változtat meg mindent. Ahogy vele élünk, olyan embereké válunk, akik tudatosan az örömet, imádságot és hálát választják.

*„A szívünk megnyugszik,
és felkiált: Én is
így akarok élni!”*

A *„mindenkor örüljetek”* nem azt jelenti, hogy el kell fojtani az érzéseinket, egyszerűen vidám arcot kell vágnunk, és kerülni kell a szomorúságot. Pál olyan hívőknek ír, akik a szeretteiket gyászolják (1Thesszalonika 4:13–18), valamint egy nehéz időket átélő gyülekezetnek (1Thesszalonika 3:3–4). Mégis arra buzdítja őket, hogy örüljenek, mert a hitük, és az a tény, hogy Istenhez tartoznak, az örömük alapja. Választhatnak: vagy a kihívásokra összpontosítanak, és elmerülnek az önsajnálásban, vagy pedig Istenre koncentrálnak. Az örömük és hálájuk hozzáállás kérdése.

A *„szüntelen imádkozzatok”* azt jelenti, hogy az ima legyen a legfőbb prioritásunk. Azok az emberek, akik az imádságon keresztül kapcsolódnak a mennyországhoz, alapvetően azt mondják, hogy nem akarnak a saját erejükből és bölcsességükből élni. Elismerik Istentől való függőségüket, és bíznak benne. Nem könnyű így élni, mégis mindig csak egy döntésnyire van tőlünk.

A hála fog győzni

A két nőtestvér úgy lép be új „otthonába”, hogy jól tudják, valószínűleg már nem jutnak ki élve erről a horrorisztikus helyről. Addigra már mindent elvettek tőlük. Innentől kezdve az emberiség történetének egyik legszörnyűbb és leggonoszabb helyén fognak élni: a ravensbrücki koncentrációs táborban. Ezt a két hollandiai keresztény testvért letartóztatták, mert azzal gyanúsították meg őket, hogy zsidó menekülteket rejtegettek (ami tényleg így is volt, de a hat embert, aki Betsie és Corrie otthonában rejtőzött, soha nem találták meg).

Corrie csendben fekszik az ágyon, és a sorsán töpreng, amikor hirtelen valami megcsípi. Erre sebesen felpattan, megpróbál elmenekülni, de már az egész testét bolhák borítják. „Hogy élhetünk itt?!“ – kiáltja oda a nővérenek. És Betsie pontosan tudja, mit kell válaszolnia. Eszébe jut valami, amit aznap reggel olvastak a Bibliából: „Mindenért hálát adjatok.”

Corrie nyilvánvalóan azt kérdezi: „Mi az ördögért lehetünk mi hálásak ezen a borzalmas helyen?” „Hogy együtt vagyunk, és nem szakítottak el bennünket” – válaszolja Betsie. „Ó igen, köszönöm, Jézus!” – suttogja Corrie. „Hogy be tudtunk csempészni egy Bibliát. És mivel ilyen közel lakunk egymáshoz, sok nő hallja majd, hogy olvassuk.” Betsie várakozóan néz Corrie-ra, és bátorítja, hogy csatlakozzon. „Jól van, jól van... köszönöm ezt a zsúfolt, szűkös, fullasztó helyet” – kezdi el Corrie. „És hála Istennek a bolhákért” – fűzi hozzá Betsie. „A bolhákért?! Betsie, ez már túl sok. Semmi értelme, hogy Isten azt akarná, hogy hálás legyek a bolhákért” – vág vissza Corrie. „Légy hálás minden körülmények között – idézi Betsie. – Nem csak akkor kell hálásnak lennünk, ha jók a körülmények. A bolhák részei annak a helynek, ahová Isten helyezett minket.”

Este, miután felszolgálták a levest, Corrie és Betsie félenken elkezd olvasni a Bibliát a hatalmas hálóterem hátsó részében. Hollandul olvassák a szöveget, lefordítják németre, majd hallják, ahogy a nők franciául, oroszul, lengyelül és csehül ismétlik meg a szavakat. Ezen a sötét és kétségbeesett helyen remény- és fényugarak jelennek meg. Az örök mindenütt ott vannak, és a két nővér minden éjjel attól fél, hogy felfedezik őket. De mintha Isten védőhálót feszített volna köréjük. Egy nap Betsie rájön, miből van ez a háló! Végre megérti, mi az, ami lehetővé teszi számukra, hogy éjszakáról éjszakára folytassák illegális tevékenységüket. A bolhák! Attól való félelmükben, hogy ők maguk is bolhásak lesznek, egyetlen ör sem teszi be a lábát a hálóba. Ezzel az új felismeréssel Betsie odasiet hűgához, és egy „már az elejétől tudtam” mosollyal köszönti. Még a bolhákért is van okuk hálásnak lenni.

Könnyű hálásnak lenni a jó napokon. De hálásnak lenni a zűrzavar, kudarc és fájdalom közepette... az már egy egészen más liga! Mi nem ismerünk minden információt. Nem látjuk a teljes képet. Ezen a ponton már csak a bizalom marad számunkra. Bízni abban, hogy Isten irányít, hogy Ő nem hibázik, és jól vezet minket.

Betsie Ten Boom nem élte túl a koncentrációs tábor. De az ő reménye inspirálta Corrie-t, aki egész életében áldást árasztott maga után.

„Könnyű hálásnak lenni jó napokon. De hálásnak lenni a zűrzavar, kudarc és fájdalom közepette... az már egy egészen más liga!”



*„Minden tapasztalat, amit Isten ad nekünk...,
tökéletes felkészülés a jövőre,
amit csak Ő láthat.”²*

(Corrie Ten Boom)



IMÁDSÁG MÁRA



Drága Uram!

Segíts, hogy hálás szemmel nézhessek;
kérek, ültess el a hála magját a szívembe.

Szeretném a jó dolgokat értékelni az életemben és látni,
hogyminden átéltem jó a te kezedből jön.

És azokon a napokon, mikor az élet fájdalmas,
a hála mellett akarok dönteni,
mert tudom, hogy jó vagy, és jót akarsz nekem.

Rád bízom a szívemet!

ÁMEN!

Az én
imám



KÉRDÉSEK

1. **Mikor olyan nehéz hálásnak lennem?**
2. **Miért nevezik a hálát „a szív emlékezetének” (egy Jean-Baptiste Massieu-nek tulajdonított mondás szerint)?**
3. **A hála miért a szív hozzáállása is, és nem csak egy spontán reakció?**
4. **Milyen hatással van a hála a hitemre? És az Isten iránti szeretetemre?**
5. **Lehetséges minden helyzetben az öröm, imádkozás és hála mellett dönteni? Hogyan?**

A large rectangular area with a light gray background and a fine grid of small dots, intended for writing answers to the questions above.

CSAPAT- FELADAT

1. Töltsétek le és vágjátok ki a négyzeteket, hajtsátok össze őket, és tegyétek egy tálba.
2. Majd mindenki felváltva húzzon két darabot a tálból, olvassa el a kérdéseket, és válaszoljon rájuk. Annyi kört csinálhattok, amennyit csak akartok.

A kérdéseket a QR-kód segítségével innen tölthetitek le:



<https://bit.ly/WOP24downloads>



SZEMÉLYES KIHÍVÁS

Hallottad már ezt a mondást: „istenbiztos: azaz tudom, hogy nekem nem megy, de neki igen”? Ez a kitalált szó (az istenbiztos) az Isten és a bizalom szóból áll.

Alkoss saját szót/szavakat, amivel/amikkel jellemezheted az életedet Istennel.

A large area of dotted lines provided for writing a personal challenge.



GONDOLATÉBRESZTŐ

*„Adjatok hálát az Úrnak, mert jó,
mert kegyelme örökké tart!”*

(Zsoltárok 136:1)

Tizenhárom évvel azelőtt, hogy John Wesley átadta az életét Jézusnak, egy életet megváltoztató beszélgetést folytatott főiskolájának hordárjával. Ez a rövid párbeszéd sejtette meg vele, hogy többről szól a kereszténység, mint addig gondolta. A hordárnak ugyanis csak egy kabátja volt, és egész nap nem evett semmit, mégis mélyen hálás volt Istennek. Wesley kíváncsian megkérdezte tőle: „Hálát ad az Úrnak, amikor nincs mit felvennie, nincs mit ennie, és nincs hova lefeküdni? Mi másért ad még hálát?” „Hálát adok neki – válaszolta a hordár –, amiért nekem adta az életemet és a lényemet, a szívemet, hogy szeressem Őt, és a vágyat, hogy szolgáljak neki.”³

Te miért vagy hálás Istennek?

A large rectangular area filled with a fine grid of small dots, intended for writing a response to the question above.

HOGYAN IMÁDKOZZUNK?



ALAPIGE

„NAPPAL KEGYELMÉT KÜLDTE
HOZZÁM AZ ÚR, ÉJJEL ÉNEKE
VOLT VELEM, IMÁDSÁG ÉLETEM
ISTENÉHEZ.”

(ZSOLTÁROK 42:9)



„EZÉRT SZERETÜNK
A KÖZELÉBEN LENNI,
ÉS IGYEKSZÜNK
KOMMUNIKÁLNI VELE.
MERT AZ IMÁDKOZÓ
EMBEREK SORSDÖNTŐ
ÉLETET ÉLNEK.”

Mire vágyunk igazán?

Mi a legnagyobb vágyad az imaéletteddel kapcsolatban? Mit szeretnél, hogy az Istennel való kapcsolatod hogy növekedjen? Bármire is vágysz, bármiért is dobog a szíved, tudd, hogy az Úr tervei még ennél is magasroptúbbek.

*„Mert amiképpen magasabbak az egek a földnél,
akképpen magasabbak az én útjaim
a ti útjaitoknál és az én gondolataim
a ti gondolataitoknál!”*

(Ézsaiás 55:9)

Istent nem lehet elvakítani; Ő mindig legalább egy lépéssel előttünk jár, és az ő gondolatai és útjai mindig nagyobbak a mieinknél. És ez az Isten a mi oldalunkon áll, neki nagyon magas vágyai és tervei vannak az életünkkel és a vele való viszonyunkkal kapcsolatban.

Egy céltudatos élet

1938 karácsonyán Nicholas Winton, a brit, aki eredetileg Svájcban akart síelni, elfogadta barátai meghívását, és Prágába utazott. Bár a második világháború hivatalosan még nem robban ki, Európában a helyzet már eszkalálódik, és Prága túl van zsúfolva menekültekkel. Mivel Nicholas maga is zsidó származású, megérzi a helyzet súlyosságát. Londonba visszatérve megszervezi, hogy 669 zsidó származású gyerek meneküljön el a holokauszt elől. Az elkövetkező évtizedekben azonban soha nem beszél arról, mit tett.

Csak 1988-ban – amikor a felesége egy régi, dokumentumokkal teli bőröndöt talált a padláson – tudta meg a nagy nyilvánosság, hogyan segítette Nicholas azoknak a gyerekeknek. És 2003 decem-

berében, amikor Nicholas már több mint 90 éves volt, II. Erzsébet királynő lovagá ütötte szolgálataiért.

Itt láthatjuk azt a pillanatot, amikor Sir Nicholas Winton – már idősen – először találkozik néhány megmentett gyermekkel:



<https://bit.ly/NicholasWintonReunion>

Vajon miért nem beszélt soha arról, hogy ő egymaga tette lehetővé a gyerekek kiszabadítását? Mert ő nem hajhászta a hírnevet és a dicsőséget, csak helyesen akart cselekedni. „Ő volt az egyik legszerényebb ember, akit csak ismertem” – mondta Lady Milena Grenfell-Baines, a 669 megmentett kisgyerek egyike.

Jézus elmagyarázta, hogy amikor imádságban fordulunk Istenhez, hasonlóan kell hozzáállnunk: alázatosan és kettesben kell közelednünk Istenhez.

„Te pedig amikor imádkozol, menj be a belső szobádba, és titkon, ajtódat bezárva imádkozz a te Atyáddhoz. Atyád pedig, aki látja, amit titkon tettél, megfizet neked.”

(Máté 6:6)

Sir Nicholas meghatározó életet élt. Senkinek sem kellett kényszerítenie arra, hogy helyesen cselekedjen. A hozzáállása inspiráló és ragályos. Ha ezt az imaéletünkre alkalmaznánk, ez azt jelentené, hogy nem azért imádkozunk, mert muszáj, hanem azért, mert megismertük, kicsoda Isten, hogyan viszonyul hozzánk, és mennyire törődik velünk. Ezért szeretünk a közelében lenni, és igyekszünk kommunikálni vele. Mert az imádkozó emberek sorsdöntő életet élnek.

ÉS TI HOGYAN ÍRNÁTOTK LE AZ ISTENNEL VALÓ IMAÉLETETEKET?

(Lapozzátok fel hozzá Zsoltárok 42:9. versét.)



Az igazi kommunikáció

Az imádság beszélgetés Istennel. Néha csak spontán történik meg, mert a szívünk majd felrobban az örömtől; vagy félelemből és szomorúságból, mert nem tudjuk, mit tegyünk. Amikor abban a pillanatban imádkozunk, minden érzésünket Isten elé visszük; megosztunk vele mindent, ami a szívünkben van. És még ha csak „megszokásból” is imádkozunk, mindig a szívünket kell beletennünk az imába, mert az Istennel való kommunikáció nem pusztán az elme dolga.

Engedd meg az Úrnak, hogy lásson téged. Érezd jól magad a saját bőrödben. Vedd le az álarcot: nem kell becsapni Őt (amit amúgy se tudnánk megtenni). Isten teremtett, és ha valaki megért, az Ő lesz, mert Ő ismeri az egész utadat. Ismer mindent, min mentél keresztül, és megérti, miért vagy az, aki ma vagy. És Isten teljes szívből szereti ezt az embert! Légy tehát őszinte, amikor vele beszélsz.

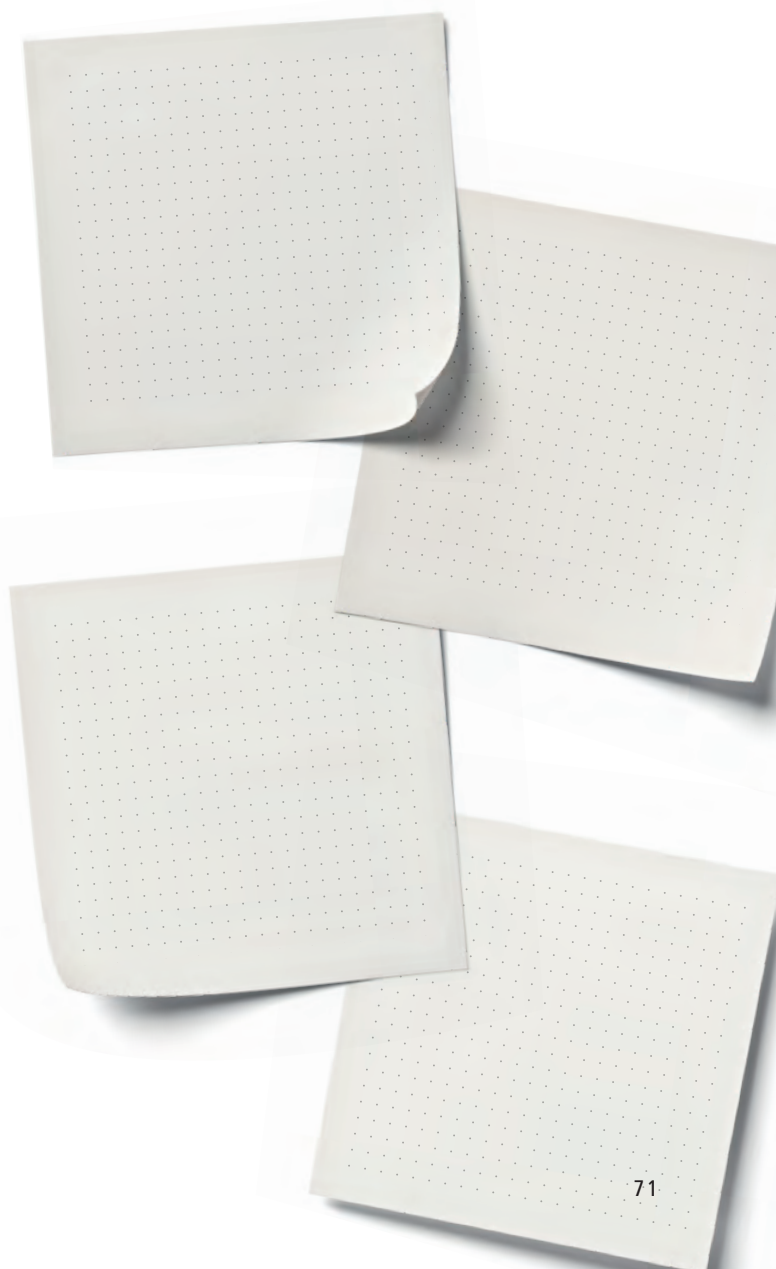
Kreatív imaidő

Beszéltünk már az Úr imájáról (lásd: a 2. fejezetben), az imádság különböző elemeiről (lásd: az imakezet a 3. részben) és az imádkozó személy hozzáállásáról (lásd: a 3. fejezetet), így most már itt az ideje, hogy elgondolkodjunk, *milyen* is az imádság. Íme, néhány kreatív ötlet:

A személyes imaidődhöz:

- ✓ Lapozd át az egyik gyerekkori albumodat (vagy pörgezd végig a fotókat a telefonodon), és adj hálát Istennek azért, ahogy egész eddig vezetett.
- ✓ Menj ki egy imasétára a természetben.
- ✓ Imádkozz különböző csoportokért (a szomszédságodért, a gyülekezeti közösségedért, a munkatársaidért, az osztálytársaidért, a kormányért, vagy azokért az emberekért, akik már nem tartoznak a baráti körödhöz, stb.).
- ✓ Villámdicséret. Gyűjts meg egy csillagszórót, és dicsőítsd Istent önmagáért, míg le nem ég.
- ✓ Mielőtt imádkozni kezdenél, ülj le 10 percre csendben.
- ✓ Vedd fel az okostelefonodat, nyisd meg a névjegyek alkalmazást, és imádkozz a névjegyzékedben szereplő emberekért.
- ✓ Keress ki egy olyan éneket, amely Istennek íródott, és teljes szívből énekelj el.

Most írd le te is a saját ötleteidet a személyes imaidő eltöltéséhez:



Csoportok számára:

- **A kezek tornya:** Az első személy az öklét az asztalra helyezi, hüvelykujjával felfelé mutat, és megnevez egy tulajdonságot, amit csodál Istenben. Most a következő személyen a sor; megfogja az első személy hüvelykujját a kezével, felfelé tartja a hüvelykujját, és megnevezi azt a tulajdonságot, amit ő a legjobban szeret az Úrban. Folytassátok, amíg mindenki keze a torony része nem lesz, majd számoljatok vissza tíztől. Amikor eléritek a nullát, mindenki mondjon egy áment.
- **A kör bezárul:** Egy személy elkezd imádkozni valakiért a csoportból. Ezután az a személy, akiért imádkoztak, folytatja a könyörgést valaki másért a csapatból. Ezt addig csináljátok, míg már mindenkiért fohászkodtatok.
- **Imádkozom érted:** Mindenki kap egy üres lapot, amire ráírhatja a nevét és/vagy a konkrét imakérését. Gyűjtsétek össze a papírokat, keverjétek össze őket, és osszátok ki. Mindenki hazavisz egy darab papírt, és hét napon át imádkozik azért a fiatalért és az imakéréséért. Így mindenki imádkozik, és mindenkiért imádkoznak.
- **Színes hála:** Tegyetek ki egy csomag M&M's-et és egy üres poharat vagy befőttesüveget az asztalra. Majd mondjatok hálaadó imát úgy, hogy mindenki vesz egy darabot, hálát ad Istennek egy adott dologért, majd a csokit a pohárba vagy az üvegbe teszi. Figyeljétek, ahogy megtelik, és örüljétek mindannak a jónak, ami jelen van az életetekben.
- **Imaposta:** Mindenki írjon egy imát, és tegye bele egy saját magának címzett borítékba. Egy személy hazaviszi az összes borítékot, és két hónap után feladja az imaleveleket.

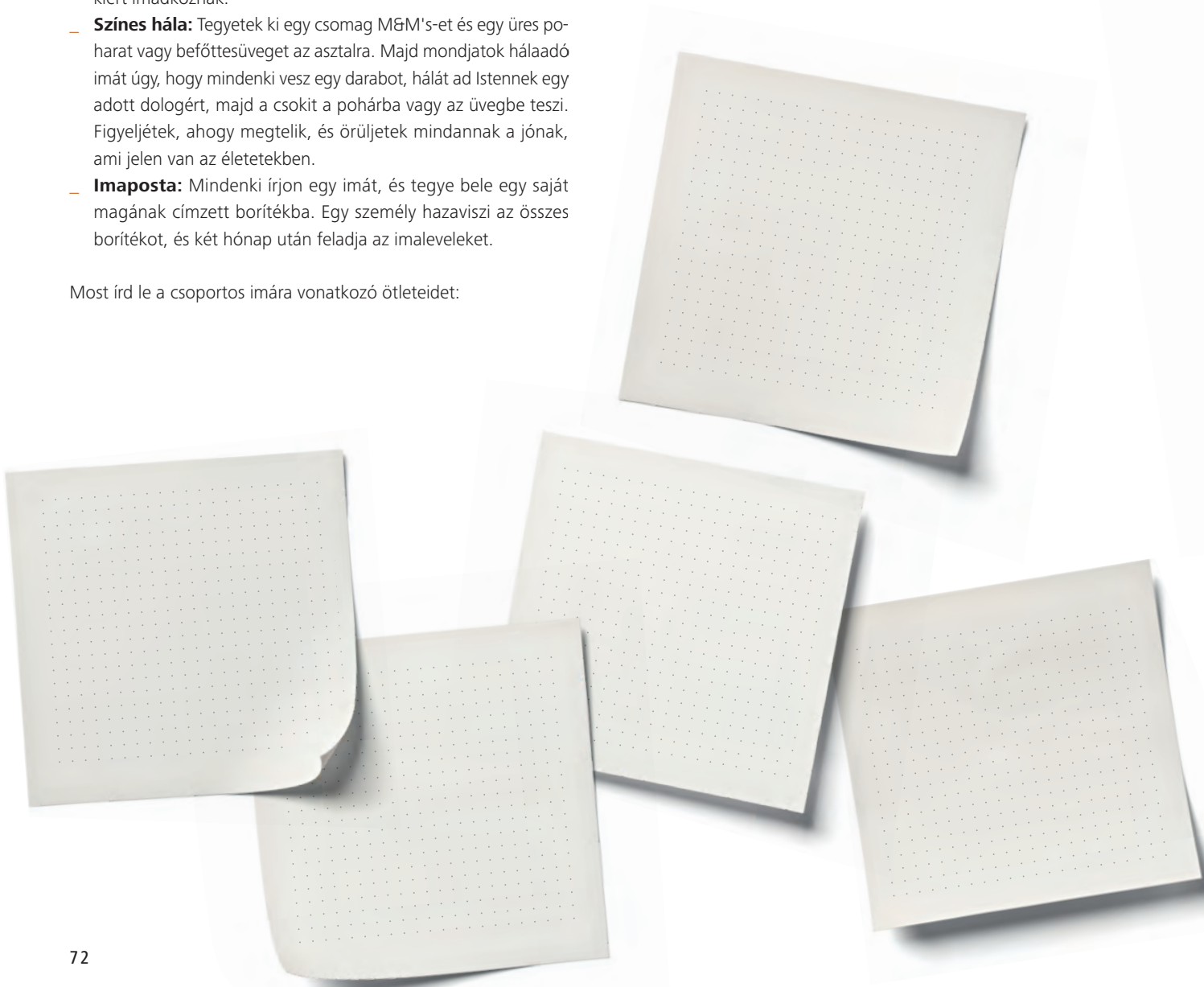
Most írd le a csoportos imára vonatkozó ötleteidet:

Imatapasztalatunk

Ezen a ponton röviden szeretnénk megosztani veletek személyes imaéletünk néhány elemét.

Csak felnőtt koromban kezdtem el (Annika) igazán megélni az ima szokásaimat, és váltak mindennapossá. És idővel rájöttem, hogy minél fontosabb számomra az ima, annál inkább látom Isten keze nyomát a mindennapjaim során. Az Úr mindig is ott volt velem, de minél inkább hajlandó vagyok kapcsolódni hozzá, annál jobban érzem a jelenlétét.

Én (Fabian) minden hétfő reggel imasétára indulok. Isten elé tárom az új hetet, az összes találkozóm, projektem és kihívásomat, valamint minden célokat és álmomat. Elsétálok a gyerekeink iskolája mellett is, és imádkozom az osztályaikért és a tanárikaikért. Az imasétámon tudatosan úgy döntök, hogy nem saját erőből élek, hanem behívom Istent az életem minden területére.





**„AMIKOR ÉN NÉHA
NEM TUDOK SZÍVBŐL
KAPCSOLÓDNI MENNYEI
ATYÁMHOZ, MÉG A
VELE TÖLTÖTT CSENDES
IDŐ UTÁN SEM,
AKKOR ELMONDOM
A LEGRÖVIDEBB ÉS
LEGŐSZINTÉBB IMÁT,
AMIT CSAK ISMEREK:
ISMEREK: KÉRLEK, TALÁLJ
MA RÁM!”**

Amikor én (Annika) néha nem tudok szívből kapcsolódni mennyei Atyámhoz, még a vele töltött csendes idő után sem, akkor elmondom a legrövidebb és legőszintébb imát, amit csak ismerek: „Kérlek, találj ma rám!”. És az Úr Jézus mindig meghallgat és válaszol.

Évek óta van egy kis imanoteszem (Fabiannak), és abban a pillanatban, amikor egy kérést leírok, tudatosan átadom a helyzetet Istennek, mert már nem próbálkozom egyedül kezelni az egészet. Nekem meg (Annikának) van egy gyönyörű jegyzetfüzetem, amibe mindazt leírom, amit Istennek együtt átélek. Egy ideje elkezdtem hátulról is megtölteni a könyvecskét minden olyan helyzettel, ami bántott. Azért csinálom így, mert már nem szeretném magamban tartani a fájdalmamat, hanem el akarom mondani Istennek, hogy szabadon meg tudjak bocsátani.

Most arra szeretnénk hívni, hogy csatlakozzatok az itt elindított imaközösséghez. Szeretnénk, ha megosztanátok velünk, hogyan alakul az imaéletek, és milyen imaélményeitek vannak Istennek! Használjátok ezt a linket, hogy megosszátok a tapasztalataitokat másokkal és velünk is:



Meséld el a te imatapasztalatodat

<https://bit.ly/WOP24downloads>

IMÁDSÁG MÁRA



Drága Istenem!

Te jól tudod, mire vágyom
az imaéletemmel kapcsolatban.
Pontosan tudod, mi után vágyakozik a szívem.
De a te utaid és gondolataid
sokkal magasabbak az enyéimnél.

Köszönöm, hogy veled nagy álmaim lehetnek!

Szeretek veled lenni.

Rád bízom a szívemet.

ÁMEN!

**Az én
imám**



KÉRDÉSEK

1. **Mi volt a leggyönyörűbb imatapasztalatom?**
2. **Ha meg szeretném változtatni az imaéletemet, mi lenne az első lépés hozzá? Mikor tehetném meg a következő lépést?**
3. **Személyesen nekem mit jelent a céltudatos élet?**
4. **Hogyan tudom az érzelmeimet és mindenemet, vagyis teljes szívemet belevinni az Istennel töltött időbe?**
5. **Ki a személyes példaképem, ha imádságról van szó?**

A large rectangular area with a light gray background and a fine grid of small dots, intended for handwritten answers to the questions listed above.

CSAPAT- FELADAT

Szükséges eszközök: Színes, öntapadós cetlik és filcek.

Néha miért társítjuk az imádságot olyan szavakhoz, mint unalmas, nehézkes vagy egyhangú?

Most csoportként gondolkodjatok el azon, hogyan tehetnétek az imádságot a csoportos és a személyes életetekben is kiemelkedővé. Írjatok le minden ötletet egy-egy öntapadós cetlire, és tegyétek ki a színes cetliket az ifjúsági csoport termében. Készítsetek fényképet az ötletekről, és őrizzétek meg emlékeztetőül.



SZEMÉLYES KIHÍVÁS

Gyakran használjuk ugyanazokat a kifejezéseket, amikor imádkozunk, és többé-kevésbé ugyanazt a felépítést is követjük. Ez azt jelentheti, hogy már szokásunkká vált az imádság, és ez nagyszerű hír!

De ma próbálj ki valami mást: mondj el egy olyan imát, amit még soha nem imádkoztál!

A large area of dotted lines provided for writing a personal prayer challenge.



GONDOLATÉBRESZTŐ

*„Dicsőítsétek velem az Urat,
és magasztaljuk együtt az ő nevét!”*

(Zsoltárok 34:4)

Ha ma nekilátnál imanaplót írni, mi lenne a címe?
És milyen lenne az első bekezdése?

A large area of dotted lines for writing the response to the reflection questions.

Jézus,

AZ IMA EMBERE



ALAPIGE

**„AZOKBAN A NAPOKBAN TÖRTÉNT, HOGY KIMENT A HEGYRE IMÁDKOZNI,
ÉS AZ ÉJSZAKÁT ISTENHEZ VALÓ IMÁDKOZÁSSAL TÖLTÖTTE.”**

(LUKÁCS 6:12)



„MÉG
Isten Fia
SEM BÍZOTT A
MAGA EREJÉBEN.”

Mint Jézus

Bizonyára egyedülálló élmény lenne találkozni Jézussal és személyesen látni, *hogyan* is él! Ez a vágy mélyen ott gyökerezik Krisztus követőinek szívében.

Most az evangéliumokból keresünk részleteket, hogy többet megtudjunk Krisztus imádkozási szokásairól. Ha olyanok akarunk lenni, mint Ő, akkor ezt ne úgy érzük el, hogy kétségbeesetten próbálunk mindent jól csinálni, hanem úgy, hogy kapcsolatba kerülünk vele, és igyekszünk minél közelebb lenni hozzá.

Nézzük meg, hogyan élte Jézus az életét, és inspiráljon az a kapcsolat, melyet mennyei Atyjával ápolt!

Isten perspektíváját keresve

„Miután elbocsátotta a sokaságot, felment a hegyre, hogy magányosan imádkozzék. Amikor beesteledett, egyedül volt ott.”

(Máté 14:23)

Az ehhez a szakaszhoz vezető események azt sugallják, hogy a dolgok nemsokára már igazán érdekessé válnak. Épp ekkor fejezték le Keresztelő Jánost, Jézus pedig megpróbál visszavonulni egy elhagyott helyre. A tömeg viszont követi Őt, ezért velük tölti a napot, meggyógyítja a betegeket, és még egy csodát is tesz, hogy enni adjon nekik.

Az embereket lenyűgözi a Megváltó; rájönnek, hogy biztos Isten küldte Őt, és királlyá akarják tenni (János 6:14–15). Krisztusnak egyszer már felajánlották a világ összes királyságát (Máté 4:8–9), de tudja, hogy neki más küldetése van, ezért magányosan időt szakít rá, hogy beszélgethessen az Atyjával.

Az imádkozó Jézus – Minden nap fontos az imádság, de Jézus cselekedetei arra utalnak, hogy pont akkor válik az ima még fontosabbá és sürgetőbbé, amikor túl nagy a csüggedés, a kísértések vagy a kihívások. Máté csak ebben a szakaszban és a Gecsemáné-kertben említi, hogy az Úr imádkozott.

Feltöltődés a csendből

*„Kora reggel, még szürkületben fölkelt,
kiment, és egy puszta helyre ment,
ahol imádkozott.”*

(Márk 1:35)

Jézus egy csendes helyre megy, távol a tömegtől, hogy egyedül töltsön el egy kis időt. Az imperfekt igeidő használata azt jelzi, hogy ez egy tartós, folyamatos imádkozás volt. Charles Spurgeon egyszer azt mondta: „Senki arcába ne nézz, míg nem láttad Isten arcát. Ne beszélj senkivel, míg nem beszéltél a Magassággal.”¹ Az Istennel való találkozás teszi lehetővé számunkra, hogy másképp érintkezzünk embertársainkkal.

Az imádkozó Jézus – Még Isten Fia sem bízott a maga erejében. Csendben, mennyei Atyjával imádkozva vértette fel magát az előtte álló napra.

Szüntelenül imádkozzatok

*„Azonban megtartotta azt a szokását,
hogy elhagyatott helyekre vonult vissza,
és imádkozott.”*

(Lukács 5:16; az angol ISV-fordítás alapján)

Itt az igeidő azt hangsúlyozza, hogy ez a szokása volt. Egyes átirások emiatt az „újra és újra” szavakat is hozzáteszik. „A motiváció az, ami elindít. A szokás az, ami megtart.” (Jim Ryunnak tulajdonítva)² Nem kell motiválnunk magunkat, hogy minden nap imádkozunk, de kialakíthatunk olyan szokásokat, amelyek a napi rutinunk részévé teszik az imádkozást.

**„AZ IMA NEM IDŐ,
hanem prioritás
kérdése.”**

Az imádkozó Jézus – Az élet által támasztott követelmények arra készíthetnek, hogy azt gondoljuk: „Semmi időm nincs imádkozni!” Jézus azonban bemutatta, hogy az ima nem idő, hanem prioritás kérdése. Az ő példája arra is bátorít, hogy életünk első számú prioritásaként kapcsolódjunk és kommunikáljunk Atyánkkal.

Hogy találkozhatunk Istennel?

„Az én házamat imádság házának nevezzük.”

(Máté 21:13)

A templom már olyannyira piactérré vált, hogy Jézusnak meg kellett tisztítania. Amikor a kereskedők, pénzváltók és ügyfelek elhagyták a templomot, a vakok, sánták és gyerekek is bemehettek. Az Üdvözítő közreműködése hatására nem vált olyan szent helyé a templom, ahol csak suttogni lehet: nem, épp ellenkezőleg, megtelt étellel (Máté 21:14–16). Azon a napon a templom olyan hely lett, ahol az emberek találkozhattak az Üdvözítővel és Istennel – és erről szól az imádság. Mert az imádság nem házimunka (valami, amit el *kell* végezned), hanem minőségi idő a legjobb barátoddal.

Az imádkozó Jézus – Ahol Jézus van, ott egyenes út visz az Atyához. Ahol Jézus van, ott helyreállítás és gyógyulás van. Ha ma ellátogatna a gyülekezetetekbe, szerintetek minek nevezné azt? (Ő a gyülekezetet „imádság házának” hívta.) Van-e valami a gyülekezetben, amit el kellene távolítania, vagy meg kellene változtatnia?



„AHOL JÉZUS VAN, OTT EGYENES ÚT VISZ AZ ATYÁHOZ. AHOL JÉZUS VAN,

*ott helyreállítás
és gyógyulás
van.”*



Útmutatás kérése

„Azokban a napokban történt, hogy kiment a hegyre imádkozni, és az éjszakát Istenhez való imádkozással töltötte.”

(Lukács 6:12)

Ez egy másik szakasz, ami megmutatja, hogy mennyit imádkozott Jézus. Ha megnézzük a szövegkörnyezetet, felfedezzük, hogy másnap hívja el a tizenkét tanítványát. Az éjszakát imádságban tölti e fontos döntés előtt. Lukács rámutat, hogy mind Krisztus életében, mind az ősegyházban a fontos döntéseket vagy válságos időket imaidőszakok jellemezték.

Az imádkozó Jézus – Isten megígéri, hogy megtaláljuk, ha őszintén és szívből keressük Őt (Jeremiás 29:12–14). Maga Jézus pedig így fogalmazott: „Kérjete, és adatik nektek, keressetek, és találtok, zörgessetek, és megnyitják nektek.” (Máté 7:7) Azzal, hogy a Megváltó az éjszakát imádságban töltötte, mielőtt egy döntést hozott volna, bemutatta, hogy szaván fogta Istent, és hogy úgy élt, amit prédikált. Minden bizalmát az Atyába helyezte.

Helyezzük Istent az első helyre

„Egy kissé előrement, arcra borult, és e szavakkal könyörgött: Atyám, ha lehetséges, múltjék el tőlem ez a pohár; mindazáltal ne úgy legyen, amint én akarom, hanem amint te.”

(Máté 26:39)

Jézus életét imádság jellemezte, és küldetésének csúcspontjához közeledve a világ Megváltóját ismét térdre borulva találjuk. Miközben tanítványainak a szeme azon az éjszakán újra és újra lecsukódott, Jézus háromszor is ugyanúgy könyörgött mennyei Atyájához, de minden alkalommal hozzátette: „ne úgy legyen, amint én akarom, hanem amint te”.

Krisztus példájának köszönhetően megtanuljuk, hogy akkor is ragaszkodjunk Istenhez, mikor...

...félünk az előttünk álló feladattól,
...az ő terve nem a mi logikánk szerint való,
...az érzéseink mást sugallnak.

És ha mégis kudarcot vallunk, egy hűséges imaharcos áll mellettünk (lásd: Lukács 22:32).

„AZ ÚR JÉZUS imádkozott értetek!”



Az imádkozó Jézus – „Jézus, amikor valamilyen nagy próba vagy fontos feladat előtt állt, elvonult a hegyek magányába, és az éjszaka az Atyához való imádkozással töltötte. Egy éjszakai imádkozás előzte meg az apostolok elhívását, a hegyi beszédet, a megdicsőülést, valamint a tárgyalótermi és a kereszten elszenvedett lelki gyötrelmet és a feltámadás dicsőségét.”³ (Ellen G. White)

Harc a többiekért

„De én imádkoztam érted, hogy el ne fogyatkozzék a hited. Azért ha majd megtérsz, erősítsd testvéreidet!”
(Lukács 22:32)

Ezeket a könyörületessé szavakat Jézus az impulzív Péternek mondja, aki a következő alkalommal már azt állítja, hogy kész börtönbe menni, sőt, meghalni is Urával együtt. A Mester tudja, hogy tanít-

ványa milyen keserű csalódást és szégyent fog érezni néhány órán belül. Saját gyengeségének fájdalmas megtapasztalása lefelé vivő spirálba taszíthatja őt, de Krisztus azért imádkozik, hogy Péter hite ne csüggedjen. És az Úr még ennél is tovább megy. Még a kudarc után is új küldetést bíz az apostolára. Miután túljutott ezen a válságon, vissza kell térnie, és meg kell erősítenie testvéreit a hitben.

Az imádkozó Jézus – Ez az ima Krisztus feltétel nélküli szeretetét mutatja be. Szereti a bűnös embereket, megbocsát, helyes útra terel, helyreállít, és új bizalmat ad. Jézus minden élethelyzetben hűséges Isten marad mellettünk (lásd: 1János 2:1)!

Jézus imalistája

Talán ettől most arra gondolunk: „Jó neki, jó Péternek! De mi lesz velem?” Mi is arra vágyunk, hogy imádkozzanak értünk, hogy Isten Fia imádkozzon értünk.

És a Megváltó erről is gondoskodott! Mielőtt elhagyta volna a földet, elmondta a János 17-ben feljegyzett nagy megszentelő imáját. Tudta, hogy földi ideje hamarosan lejár, hogy visszatér a mennybe, és tanítványainak az ő fizikai jelenléte nélkül kell majd boldogulniuk. De nem akarta őket magukra hagyni, ezért mondta el értük ezt a nagyszerű imát. És ennek az imának a közepén találjuk a következő verset:

„De nemcsak értük könyörgök, hanem azokért is, akik majd az ő beszédükre hisznek bennem.”
(János 17:20)

Krisztus minden emberre gondolt, aki valaha is hinni fog benne – beleértve minket is. Az Úr Jézus imádkozott *értetek!* Ő nemcsak elhív, hogy imádkozó emberek legyetek; a nevetek már rajta is van az imalistáján.

IMÁDSÁG MÁRA



Drága, mennyei Atyám!

Nagyon szeretnék kapcsolódni hozzád,
mert te olyan jól ismered a szívemet és a vágyaimat.

Néha bátor és elszánt vagyok;
és következetesen téged teszek az első helyre.

Máskor meg a fejük tetejére állnak a prioritásaim.

Köszönöm, hogy a gyermeked vagyok. Mindig.

Köszönöm, amiért megengeded, hogy áldássá váljak a körülöttem élők számára
még az imáimon keresztül is.

Szeretlek, és rád bízom a szívemet.

ÁMEN!

**Az én
imám**



KÉRDÉSEK

1. **Mit árulnak el Jézus imaszokásai róla?**
2. **Honnan tudhatom, hogy Isten törődik velem (az élet nagy dolgainál, valamint az apró és jelentéktelennek tűnő eseteknél is)?**
3. **Mi befolyásolja az imaidóm minőségét, vagy mi van rá hatással?**
4. **Hogy tudom biztosítani, hogy ne üresedjenek ki vagy ne váljanak monotonná a jó imaszokások?**
5. **Miként válhat az imádság a legjobb Barátommal való értékes találkozássá?**

A large rectangular area with a light green background and a fine grid of small dots, intended for writing answers to the questions listed above.

CSAPAT- FELADAT

Az imáról szóló tanulmány végére értünk, és ez jó ok az ünneplésre! Nem azért, mert mindennek vége (mert nincs), hanem azért, mert az együtt töltött idő alatt egész különleges módon tapasztalhattuk meg Isten áldásait.

Jó megosztani a kapott jót. A menny áldása a mi kezünkön keresztül áramlik tovább mások felé. De mi magunk sem maradunk üres kézzel, még akkor sem, ha továbbadjuk, amink van. Az áldások elfogadása boldoggá tesz bennünket, ahogy az adakozás is.

Tegyetek tehát valami jót csoportosan! Vásároljatok be egy olyan családnak, amelyiknek kevés a pénze. Adjatok az időtökből valakinek, aki magányos, és látogassátok meg. Ajánljátok fel, hogy segítetek megjavítani egy biciklit, kipakolni a pincét, kitakarítani a konyhát stb. Találjátok ki, hogy tudtok csoportként áldássá válni, és most rögtön írjátok be az időpontot a naptáratokba.

És mindezek közben imádkozzatok is.

AJÁNLOTT FORRÁSOK

„Az ima oxigénnel tölti meg a lelkemet. Általa Isten jelenlétében találok magam.
Közben a legjobb-Baráttal töltök minőségi időt.
Ez egy találkozás magával Istennel.”

KÖNYVEK

- ✓ Cseri Kálmán: *Sorsfordító imádságok*, Harmat Kiadó, Budapest, 2016.
- ✓ Ellen G. White: *Az imádság*, Editura Viata si Sanatate, Pantelimon, 2018. – Angolul elérhető: <https://egwwritings.org>.
- ✓ Gallusz László: *Jézus hét imája*, Adventi Kiadó, Budapest, 2017.
- ✓ Karen Holford: *100 kreatív imaötlet (Nem csak gyerekeknek!)*, Advent Kiadó, Budapest, n. a.
- ✓ Kovács Árpád: *Imakalauz. Az egyéni imádkozás kézikönyve*, Editura Viata si Sanatate, Pantelimon, 2020.
- ✓ Richard W. O’Ffill: *Transforming Prayer: Praying to Become Rather Than to Receive*, Review and Herald Publishing Association, Hagerstown, Maryland, 1999.
- ✓ Timothy Keller: *Prayer: Experiencing Awe and Intimacy with God*, Hodder & Stoughton, London, 2014.

HONLAPOK ANGOLUL

- ✓ <https://www.adventist.org/prayer/>
- ✓ <https://www.adventist.org/are-there-different-types-of-prayers/>

FORRÁSANYAGOK

- ✓ Imakártyák egy 30 napos imakihíváshoz



<https://bit.ly/WOP24downloads>

- ✓ Bibliaolvasó terv (angolul)



<https://www.bible.com/reading-plans/21810-prayer-daily-conversations-with-god>

- ✓ Online tanulmány



<https://watch.studygateway.com/28-day-prayer-journey>



Az imádság mint életstílus: Kerüljünk kapcsolatba Istennel! Gyakorlati útmutató
Angol cím: Prayer as a Lifestyle: Living in Connection with God.
A Practical Study Guide.

©2024 a Hetednapi Adventista Egyház Intereurópai Divíziójának Ifjúsági Osztálya
 3006, Bern, Schosshaldenstrasse 17. Svájc
youth@eud.adventist.org

Figyelem! Az eredeti kézirat németül készült el, és angolra lett lefordítva. Ez az angol változat szolgált mintául minden más nyelv fordítási alapjául.

**AZ INTELEURÓPAI DIVÍZIÓ IFJÚSÁGI VEZETŐJE:**

Jonatán Tejel

SZERKESZTŐ ÉS PROJEKTMENEDZSER:

Alexandra Mora

SZERZŐK:

Annika e Fabian Looser Grönroos

ANGOLRA FORDÍTOTTA:

Alexandra Mora

A MAGYAR KIADÁS KOORDINÁTORA:

Szász Ernő

MAGYARRA FORDÍTOTTA ÉS LEKTORÁLTA:

Czinkota Judit Orsolya

DIZÁJN:Simon Eitzenberger  @desim_design**TIPOGRÁFIA:**

Alexandra Mora és Isaac Chía

ÁBRÁK:

shutterstock.com, unsplash.com, freepik.com, Midjourney

Ezt a forrást a 2024-es ifjúsági imahétre ajánljuk.

2024, 1. kiadás

Viața și Sănătate, Bukarest

A forrásanyag nyomtatása gyülekezetekben, ifjúsági csoportoknak és más keresztény oktatási alkalmakon helyi használatra engedélyezett. A kiadó írásos engedélye nélkül tilos a forrás egyes részeit bármilyen formában sokszorosítani. A kiadvány tartalmát semmilyen módon nem lehet megváltoztatni. Minden jog fenntartva.

A bibliai idézeteket a Magyar Bibliatársulat 2014-es új fordítású Bibliájából vettük.

1. FEJEZET ISTEN, AKIT MAGASZTALUNK

- ¹ <https://bit.ly/PsammetichusExperiment>
- ² <https://bit.ly/FrederickExperiment>
- ³ Martin Luther King, Jr.: *Sermon at Temple Israel of Hollywood*, 1965. február 26. – Megtekinthető (angolul): <https://bit.ly/MLKsermon>
- ⁴ <https://byfaith.org/2023/02/06/the-cost-of-discipleship-by-dietrich-bonhoeffer/>
- ⁵ <https://bit.ly/SateveOlinStory>
- ⁶ *l. m.*
- ⁷ <https://bit.ly/IndifferenceElieWiesel>

2. FEJEZET MIÉRT IMÁDKOZZUNK?

- ¹ Ellen G. White: *Az evangélium szolgálói*, 1915, 254. o. – Megtekinthető (angolul): <https://egwwritings.org/read?panels=p35.1299&index=0>

3. FEJEZET HOZZÁÁLLÁSOM, MIKOR IMÁDKOZOM

- ¹ <https://kinginstitute.stanford.edu/king-papers/documents/misuse-prayer>
- ² <https://bit.ly/KundenserviceHaltung>

4. FEJEZET MIKOR NINCS KEDVEM IMÁDKOZNI

- ¹ <https://bit.ly/UnclaimedLotteryPrize>
- ² <https://bit.ly/TimKellerKingChild>
- ³ <https://bit.ly/motivationandhabit>
- ⁴ Ellen G. White: *Az evangélium szolgálói*, 1915, 254. o. – Megtekinthető (angolul): <https://egwwritings.org/read?panels=p35.1299&index=0>
- ⁵ <https://bit.ly/MLimportantceofprayer>
- ⁶ <https://medium.com/@katiebeth0/the-power-of-prayer-df2f1e34c6e0#:~:text=Corrie%20ten%20Boom%20once%20asked%2C%20%20%20prayer%20your%20steering%20wheel,your%20answer%20to%20that%20question>

5. FEJEZET MIKOR ISTEN HALLGAT

- ¹ <https://bit.ly/YourSideoftheStory>
- ² Ellen G. White: *Jézus élete*, 1898, 224. o. – Megtekinthető (angolul): <https://egwwritings.org/read?panels=p130.1043&index=0>
- ³ Timothy Keller: *Prayer: Experiencing Awe and Intimacy with God*, Hodder & Stoughton, London, 2014, 228, 230.

6. FEJEZET MINDIG LÉGY HÁLÁS! – VALÓBAN?

- ¹ <https://bit.ly/GratitudeRoyalRoadtoHappiness>
- ² <https://www.booklistqueen.com/the-hiding-place-by-corrie-ten-boom/>
- ³ <https://bit.ly/JohnWesleyandporter>

8. FEJEZET JÉZUS, AZ IMA EMBERE

- ¹ <https://bit.ly/SpurgeonSeekGod>
- ² <https://bit.ly/motivationandhabit>
- ³ Ellen G. White: *A nagy Orvos lábnymán*, Pacific Press Publishing Association, Mountain View, CA, 1905, 509. o. – Megtekinthető (angolul): <https://egwwritings.org/read?panels=p135.2689&index=0>

Ez az imádságról szóló útmutató most arra hív, hogy úgy kapcsolódjatok Istenhez, mint még soha.

Miközben végighaladtok mind a nyolc fejezetén, azért imádkozunk, hogy az imát „lelketek lélegzetvételeként” (Ellen G. White) lássátok és tapasztaljátok meg. Mert az imádság olyan, mint az oxigén lelketek számára. Az ima olyan, mint minőségi időt tölteni a legjobb barátotokkal. Az ima valódi beszélgetés Istennel életetek minden napján.

Hagyjátok, hogy ez az imaút megváltoztassa az életeteket. Tárijátok hát ki szíveteket Isten jelenléte előtt.

*Kérjétek, és adatik,
keressétek, és találjátok,
zörgessétek, és megnyitják nektek.*

Szeretettel: Abba



 **Seventh-day
Adventist® Church**
INTER-EUROPEAN DIVISION

Hetednapi Adventista Egyház Intereurópai Divíziójának
Ifjúsági Osztálya
Svájc 3006, Bern, Schosshaldenstrasse 17.