IMÁDSÁG 1/6

A kapcsolat alapja

IGESZAKASZ | IGEI GONDOLATOK | SZAKMAI ANYAGOK | JÁTÉKOK

ÉNEKEK | TÉMAFELDOLGOZÁS | KÉRDÉSEK | KONTEXTUS

IGESZAKASZ

Zsolt 25,1-7

Ti azért így imádkozzatok: **Mi Atyánk**, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved, jöjjön el a te országod, legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is; mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma, és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól; mert tied az ország, a hatalom és a dicsőség mindörökké. Ámen.

IGEI GONDOLATOK

A következő hat hétben 6 bibliai történeten keresztül arra lesz lehetőség, hogy megmérjük: **hogyan is áll az imaéletünk?** Miért és hogyan szoktunk imádkozni? Vagy éppen miért nem? Miért fontos része a keresztyén hitnek az imádság? Kívülről vagy belülről jön? Ösztönösen vágynia kellene rá a hívő embernek? Szokássá kell tennie? A Bibliában sok példát találunk arra, hogy Isten szentjei hogyan imádkoznak. Meglehetősen sokféleképpen! Hosszú dicsérő imádságtól kezdve (pl. *Mária éneke* - Lk 1,46-55), találkozunk néhány mondatos imával (pl. *Jabéc imája* - 1Krón 4,10), szitkozódással és haraggal Isten előtt (pl. *Dávid panaszzsoltára* - Zsolt 109), bűnbánattal és megalázkodással (pl. *Ezsdrás bűnbánati imája* - Ezsd 9), és ujjongó tánccal is (pl. *Mirjam éneke* - 2Móz 15,20). És ez mind, mind imádság! Valódi imádságok ezek.

Sokszor szoktuk mondani, hogy nincs rossz vagy jó imádság. Pedig csak a külsőségeket tekintve igaz ez a mondat. Valóban nincsen szerkezeti szempontból jó vagy rossz ima. De talán ti is tapasztaljátok, akár a saját imádságaitokban is, hogy lelkületben igen is meg lehet fogalmazni, hogy milyen a jó imádság. Mert ha a hossza nem is számít, az, hogy **mennyire őszinte**, az fontos. Az, hogy milyen érzelmet viszünk Isten elé (öröm, harag, irigység, hála) talán nem számít, de hogy **alázattal tesszük-e** meg, az már annál inkább. Az, hogy este vagy reggel, nyitott vagy csukott szemmel, feltartott vagy összekulcsolt kezekkel talán lényegtelen. De az, hogy **hisszük e a valóságát és erejét annak** Akihez imádkozunk, **Akihez kapcsolódunk**, hogy **szeretjük-e Jézust és értjük-e az áldozatát** közel sem lényegtelen.

Richard Wurmbrand romániai evangélikus lelkész a kommunizmus alatt 14 évet töltött börtönben a hitéért, ebből 3 évet teljesen egyedül egy magánzárkában 9 méter mélyen a föld alatt. Erről a keserves tapasztalatáról és az ezen keresztül is megerősödő Krisztushitéről több könyvet is írt. A Megkínozva Krisztusért című könyvben a következőt írja az imádságról: „*A magánzárkában nem voltunk képesek ugyanúgy imádkozni, mint azelőtt. Olyan elképzelhetetlenül éhesek, bágyadtak és eltompultak voltunk, hogy szinte teljesen idiótákká váltunk. Külsőleg vándorló csontvázaknak tűntünk. Az Úr imádsága túlságosan hosszú volt számunkra. Nem tudtunk addig koncentrálni, hogy elmondjuk. **Az egyetlen imádság, amelyet újra és újra elismételtem ez volt: "Jézus, szeretlek Téged.**"
Ebben az imában nincsenek meg a klasszikus felosztás elemei: dicsőítés, hálaadás, bűnbánat, kérés, közbenjárás. Mégis érezzük, hogy mennyire mély és őszinte.

Az imádság lényege az, hogy kapcsolódjunk Istenhez. Nem a hatékonyságán, a kéréseink teljesülésén van a hangsúly, és nem is azon, hogy menyire erős az imádságunk, hanem egyedül a szabadító Istenen. Azon, hogy leülünk-e úgy beszélgetni Vele, mint (ideális esetben) az apukánkkal. Olvashatunk a Bibliában arról, hogy Jézus maga is elvonult a sokaságtól, hogy imádkozzon. Úgy is mondhatnánk, hogy elvonult az apukájával személyesen beszélgetni, kapcsolódni.

Ezért Jézus, amikor minket szeretne segíteni abban, hogy hogyan imádkozzunk akkor így kezdi a tanítást: ezt mondjátok: Mi Atyánk... Minden utána jövő hála és kérés ebben a kapcsolatrendszerben értelmezhető. Isten olyan Atya, aki egészen közel enged magához, akinek bármit elmondhatunk és akinek mindennél nagyobb a hatalma. **Az imádság az Istennel való kapcsolatunk alapja.**

A Miatyánkot sokszor csak úgy mondjuk el megszokásból, mint egy betanult tételt az iskolában. Pedig nagyon hasznos tudatosítani, hogy mit is tanít Jézus azon keresztül. M. Craig Barnes amerikai lelkipásztor elmeséli, hogy amikor egy gyülekezeti tag valamelyik családtagja balesetet szenved és ő bemegy hozzá a kórházba, először mindig a hozzátartozókkal találja szemben magát. Ilyenkor ezek az emberek arra vágynak, hogy valaki megerősítse bennük amiben amúgy is hisznek. Soha nem érdeklik őket dogmatikai igazságok, de sokszor szokták kérni az Úri imádság imádkozását. Pont abban van az ereje, hogy annyira ismerjük, hogy betéve tudjuk, és mégis minden benne van. A mai alkalmon picit tegyétek félre a korábbi gondolataitokat! **Találkozzatok úgy ennek az imádságnak a mélységével, mintha ott ülnétek Jézus mellett az első tanítványokkal,** és most hangozna el legelőször a világtörténelemben. Mintha ti kérdeznétek meg: Jézus, hogyan imádkozzunk? Jézus így válaszolt: Hát így: Mi Atyánk...

KÉRDÉSEK

BEVEZETŐ

- Próbálj meg egy 2-3 mondatos definíciót alkotni arról, hogy mi az imádság?
- Van valamilyen tapasztalatod arról, hogy milyen imádkozni? Hogyan élted meg?
- Az imádság kapcsolódás Istenhez. Tudsz más módokat is, ahogyan Istenhez kapcsolódunk? Mik ezek?
- Ki tanított először imádkozni?
- Mit jelent számodra az Istennel való beszélgetés?
- Azt szoktuk mondani, hogy az imádság a lélek lélegzetvétele. Te hogyan értelmezed ezt? Tudsz más hasonlatot találni rá?

MÉLYREVIVŐ

- Neked van valamilyen imádkozási szokásod, ami segít?
- Mit gondolsz, akkor is kell imádkozni, ha nem érezzük a belső indíttatást? Miért?
- Ha az imádság az ember személyes és mély kapcsolódása Istenhez miért kell közösségben is hangosan imádkozni?
- Sokszor kapcsoljuk az imádkozást a csendhez. Te mit gondolsz erről? Hogyan kapcsolódik össze a kettő és miért?
- Te hogy vagy a Miatyánk imádkozásával?

EXTRÉM

- Van különbség szerinted a meditáció és az imádság között? Ha igen mi lehet az?
- Sok vallásban van szó imádságról. Miben lehet más és több a keresztyének imádkozása?
- Mikor nehéz szerinted imádkozni?

EGYÉNI REFLEXIÓ

Próbáld ki, hogy egy héten keresztül minden reggelt imádsággal kezdesz. (Akár csak 5 perc erejéig.) Hogyan formálódsz ezáltal?

KONTEXTUS

A mai korban egyre népszerűbbé kezd válni a befelé figyelés, a belső hangunk megkeresése, a meditatív létállapot. A spiritualitásnak ez a formája sokféle vallásban jelen van, és a keresztyén kegyességben is megtaláljuk ezeket az elemeket. A Biblia is beszél az imádság kapcsán az elvonulásról, a csendről, a belső békességről. Ugyanakkor fontos különbség, hogy a keresztyén hit szerint a csendben nem a belső hangunk meghallására, hanem Isten életet adó szavának a meghallására vágyunk. A hívő ember számára az imádságos csend és a békesség állapotának megkeresése nem cél, hanem eszköz lehet arra, hogy megkereshesse a saját életének valódi és mély kérdéseit és meghallja Teremtő és Megváltó Istenének a szavát. Az imádság ideje a hívő ember számára nem a kiüresedés, hanem a kapcsolódás. Beléphetünk Isten jelenlétébe és az imádság révén egészen személyesen beszélhetünk Vele.

TÉMAFELDOLGOZÁS

Témára hangoló

1. Felfelé: Jó helyen vagy!

Nézzétek meg Odett bizonyságtételét ebben a Felfelé videóban. Majd beszélgessetek róla: mit mond az imádsággal kapcsolatban? Milyen tapasztalata van? Ti hogyan tapasztaljátok ezt?

Majd alakítsatok 3 fős csapatokat. Csapatonként egy lapra írjátok fel középre, hogy *imádság*. Szedjetek össze minél több gondolatot, ami kapcsolódik hozzá, személyes tapasztalatokat, konkrét imádságokat, nehézségeket, imádkozási szokásokat! Osszátok meg egymással!

KATTINTS a videóért!

ige elmélyítése

2. A Miatyánk tanulmányozása.

Nyomtasd ki a Miatyánk szövegét, és adj minden ifisnek egyet, hogy tudjon a lapon dolgozni. Emellett keressétek ki a Bibliából is, hogy lássák a kontextusát.

1. Hagyj időt, hogy mindenki kigyűjtse, milyen fontos témákat említ a Miatyánk. Miért pont ezeket? (alá is húzhatják)
2. Tagoljátok szerkezeti egységekre és adjatok címet a részeknek!
3. Nézzétek meg a kontextust! Olvassátok hozzá a Bibliából az előzményét. Mit ad hozzá az értelmezéshez?
4. Van-e olyan gondolat ami különösen közel áll hozzád vagy amit nagyon nem értesz?

\+ 2-3 fős csapatokban/vagy egyénileg is lehet: írjátok át a szövegét, úgy hogy a tartalma megmaradjon, de a nyelvezete legyen a mai kornak megfelelő, hétköznapi nyelvezet

Önismeret

3. Beszélgessetek és imádkozzatok közösen!

Menjetek végig a Miatyánk részein, a melléklet segítségével. Ezt lehet önálló csendes munkában is, vagy akár úgy is, hogy kártyaként használod a blokkokat, egy-egy ember kap egyet és keresnie kell egy párt, akinek felteszi a kérdést. Azután kártyát cserélnek és új párt keresnek. (A saját bűnnel kapcsolatos kérdést csak akkor tedd bele, ha egyénileg megválaszolandó.)

Az alkalmat zárjátok a Miatyánkkal. Álljatok meg mondatonként egy kis csöndet hagyva. Kérd meg a fiatalokat, hogy egy-egy mondattal fűzzék tovább magukban azt a gondolatot Isten előtt, ahol éppen tartotok az imában. Keressék meg, hogy a saját életükben éppen mi az a kérés/hála/dicsőítés, ami kapcsolódik ahhoz a sorhoz.

KATTINTS a mellékletért!

ALTERNATÍV FELDOLGOZÁSI ÖTLETEK

Szela

Az imádság éve kapcsán elkészült egy kiadvány, ami az egyéni imaéletünket segíti. Ezt kipróbálhatjátok az ifi közösséggel is 4 héten keresztül. (Talán valaki kedvet kap, hosszabban is folytatni. Javasoljuk, hogy a II. fejezeten próbáljátok ki. Az ifi alkalmakba pedig beépíthettek egy 10 perces beszélgetést, akár az elejére, hogy ki mit élt meg az imaéletében a héten ennek kapcsán. Ha van közös ifis online csoportotok, hétközben akár oda is posztolhattok egy-egy gondolatot.

KATTINTS a kiadványért!

SZAKMAI ANYAGOK

- **Felfelé: Odett**
- **Szela**
- **Induktív bibliatanulmányozás módszere**
- **M. Craig Barnes: Életre szóló - A Heidelbergi Káté újraértelmezése 6. fejezet**
- **Heidelbergi Káté 116-129. kérdés (Miatyánkról szóló rész)**
- **Imamágnes**

ÉNEKEK

- Tied a dicsőség
- Mindenem Tiéd, az egész életem
- Imádkozzatok és buzgón kérjetek
- Megváltóm, Szabadítóm
- Csendben állok, Jelenlétedben

Saját jegyzetek:

JÁTÉKOK

CSEND JÁTÉK

korlátlan létszám I kapcsolódó

Vajon mennyi idő telik el? Erre kell rájönni a játékosoknak. A feladat az lesz, hogy mindenki csendben figyeljen. Csukja be a szemét is. Valami hangjelzésre indul a játék (pl. taps, csengettyű, stb.), majd az újabb hangjelzésre ér véget, ekkor ki lehet nyitni a szemet és mindenki felírja egy lapra, hogy mennyi idő telhetett el. Aki a legközelebb tippel, az nyer. Kérd meg a fiatalokat, hogy semmiképp ne számoljanak a játék alatt, illetve ha van a teremben olyan óra ami kattog vidd ki a játék erejéig. (3 percnél ne tarts hosszabb csendet.) A játék után beszélgessetek róla, hogy mi történik a csendben? És ez mire adhat lehetőséget?

Eszközigény: stopper
Időtartam: kb. 5 perc

KÖZÖS PONTOK

korlátlan létszám I csapatépítő

Egy nagy táblára / lapra minden résztvevő játékos neve felkerül. A fele nevet az oszlopba, a másik fele nevet felülre a sorba írjátok. A feladat az lesz, hogy az ifi közösen kitöltse a táblázatot. Meg kell keresni minden érintettet és keresni kell egy közös pontot. Szűkíthetitek témára is. Kb. így fog kinézni:

	Sára	Botond	Vilmos
Milán	szeretjük a csokit	Pesten élünk	
Zelda	két testvér		
Terka			utáljuk a főciórát
Marci			
...			

Eszközigény: nagy lap, filcek
Időtartam: kb. 10 perc

Óravázlatot összeállította: Szabó Luca

Felhasznált források: Wayne Rice: Fején a szöget, Magyarázatos Biblia, Richard Wurmbrand: Megkínozva Krisztusért, Segítség, ifit tartok! M. Craig Barnes: Életre szóló - A Heidelbergi Káté újraértelmezése