

# Tedd Úrrá Jézust



LELKI NÖVEKEDÉS

KÖNYV

**Barry St.Clair**



## Mi a közös az alábbiakban?

- Osztályzatok
- Sport
- Anyagiak
- Barátok
- Udvarlás
- Szokások

Jézus mindezekben Úr akar lenni az életedben! Miért? Azért, hogy tied legyen az ereje, és így a lehető legtöbbet eléred mindenben, amit teszel.

## A Tedd Úrrá Jézust segíthet:

- Világosan megérteni az Atya Isten, Jézus Krisztus és a Szentkélek nagyszerűségét.
- Megvizsgálni Jézus érdemeit, hogy meglásd, miért akar beleszólni a mindennapi életedbe.
- Megtanulni, hogyan lehet Jézus ereje a te erőd.

Eloolvashatod ezt a könyvet egyedül, vagy, tanulmányozhatod egy csoporttal. A *Lelki növekedés* sorozat további tagjai:

- Kövesd Jézust
- Beszélj hitedről másoknak
- Legyen egyedül Istennel töltött idő
- Növekedj



Barry St. Clair a Reach Out Ministries igazgatója. Barry és munkatársai – Magyarországon a Kinyújtott kéz Alapítvány – az egész világon kiképeznek fiatalokat és ifjúsági munkásokat az evangélizálásra és a tanítványásra a helyi gyülekezetekben. Tagja az Athletes in Action nevű kosárlabda csapatnak és neve ismert Amerika szerte.

Lelki növekedés, 3. könyv  
Tedd Úrrá Jézust



LELKI NÖVEKEDÉS, 3. KÖNYV

**TEDD  
ÚRRÁ  
JÉZUST**

**BARRY ST. CLAIR**

Lelki növekedés sorozat

*Kövesd Jézust* (1. könyv)

*Legyen egyedül Istennel töltött időd* (2. könyv)

*Tedd Úrrá Jézust* (3. könyv)

*Beszélg hitedről másoknak* (4. könyv)

*Növekedj* (5. könyv)

KINYÚJTOTT KÉZ ALAPÍTVÁNY

2030 Érd, Kövirózsa u. 11.

a Reach Out Ministries

magyarországi képviselője

Copyright 1991, by Barry St. Clair. All rights reserved.

Originally Published in the United States of America

under the title: *Making Jesus Lord*

by Victor Books.

A fejezetkezdő és a „Tedd személyessé” oldalak illusztrációi Joe Van Severen munkái.

# A KÖNYV TULAJDONOSA:



*Név:* . . . . .

*Cím:* . . . . .

*Telefonszám:* . . . . .





# TARTALOMJEGYZÉK

A szerző önmagáról	5
A cél	7
Mire jó ez a könyv?	8
Gyakorlati tanácsok	9
Ha tanítványi családba tartozol	10
Személyes odaszánás	11
1. LÁSS HOZZÁ	12
Felfedezni, hogy mire képes Jézus	
2. BEFEKTETÉS NÉLKÜL NINCS NYERESÉG	22
Lássuk mibe kerül és mire jó	
3. MI A KÜLÖNBSÉG	34
Jézus nagyságának megtapasztalása	
4. TELJES BIZALOM	46
Növekedés a hitben	
5. A VALÓSÁG ÉRDEKÉBEN	58
Tudva az igazságot	
6. NE HAGYD MAGAD	70
A hozzáállás megváltoztatása	
7. SZABADÍTSD FEL	82
A Szentlélek erejében élni	
8. HOZD A LEGJOBB FORMÁDAT	94
Lerázni az akadályokat	
9. MEGVÁLTOZVA ÉS ÁTRENDEZVE	106
Gondolataid helyreállítása	
10. KIÉ VAGY?	118
Neked kell döntened	
Hogyan tanulmányozzunk egy igeszakaszt	129
Memorizálás	130

# KÖSZÖNET

Rod Minornak, Debbie Hayesnek és a Reach Out Ministries irodai dolgozóinak együttműködésükért ebben a munkában.

Randy Drakenek és Rob Lassiternek találékony rajzaikért és a szerkesztésért.

Jane Vogelnek és a Victor Books munkatársainak szüntelen közreműködésükért és végtelen türelmükért.

Az ifjúsági vezetőknek, akik kipróbálták, és hasznos javaslataikkal gazdagították ezt az anyagot.

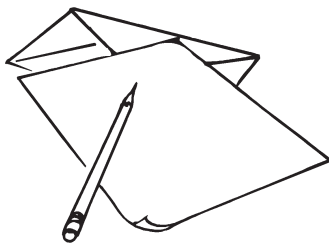
Feleségemnek, Carolnak és gyermekeimnek, Scottnak, Catiének és Jonathannak, akik szeretettel bátorítottak e könyv megírására.

Az Úr Jézus Krisztusnak, aki megtanított mindarra, amit ebben a könyvben leírtam.

BARRY St. CLAIR



## A SZERZŐ ÖNMAGÁRÓL



Jézus Krisztus pozitív változásokat hozott az életembe. Ő meg tud változtatni téged is, sőt fel tud használni arra, hogy megváltoztass másokat!

Csak tedd magad **ELÉRHETŐVÉ** az ő számára, és Jézus:

- segít, hogy jobban megismerd őt,
- munkálkodik az életedben, hogy érettebb keresztyénné tegyen,
- arra késztet, hogy beszélj másoknak Krisztusról,
- használ más keresztyének növekedésében,
- lelki vezetővé tesz.

Az előtted álló cél: „Azért amiképpen vettétek a Krisztus Jézust, az Urat, akképpen járjatok őbenne, meggyökerezvén és tovább épülvén őbenne, és megerősödvén a hitben, amiképpen arra tanítottatok, bővülködven abban hálaadással (Kol 2:6–7, Károli).

Amikor ez valósággá lesz, akkor ugyanúgy, mint ahogy  $2 \times 2 = 4$  és  $4 \times 4 = 16$ , és így tovább a végtelenségig, Jézus fel tud használni arra, hogy megsokszorozd az ő életét másokban, és hatást gyakorolj a világra. Hogyan? Egy hívő (mint te), Krisztushoz vezet egy másik személyt, és segít neki növekedni, amíg érett hívővé nem válik. Azután az új hívő is Jézushoz vezet egy következő személyt, és segít neki a növekedésben. Így megy tovább a folyamat. Isten megadja neked azt az óriási kiváltságot, hogy ismerheted őt, és ismertté teheted mások előtt. Ebből áll az életed és a Lelki növekedés c. sorozat is.

A Lelki növekedés c. sorozatba öt tanítványsági tanulmányfüzet tartozik, melyek célja, hogy segítsenek növekedned Krisz-

tusban, és fontos láncszemmé teyenek a megsokszorozódási folyamatban. A *Tedd Úrrá Jézust* a sorozat harmadik könyve. Többi tagjai:

*Kövesd Jézust* (1. könyv)

*Legyen egyedül Istennel töltött időd* (2. könyv)

*Beszélg hitedről másoknak* (4. könyv)

*Növekedj* (5. könyv)

Isten azt szeretné, és én is azért imádkozom, hogy azok a felfedezések, melyekre a következő oldalakon jutsz, ne csak a ceruzádat mozgassák meg, hanem az egész életedet. Legyen Istené a dicsőség mindazért, ami megvalósul belőle az életedben.

*Barry*



## A CÉL

Ez a könyv segít, hogy felfedezd, miért fontos Úrrá tenned Jézust az életedben. Megtanít olyan döntéseket hozni, melyek segítségével Jézus tényleg Úr lesz az életed különböző területein.

A tanítvány tanuló, aki követ valakit. Amint megtanulod, hogyan tedd Úrrá Jézust, egyre jobban megismered őt és azt, hogy hogyan lehetsz egyre inkább olyan, mint ő. Amikor ez valósággá válik, el tudod mondani Pál apostollal:

„Mi pedig, miközben fedetlen arccal, mint egy tükörben szemléljük az Úr dicsőségét mindnyájan, ugyanarra a képre formálódunk át az Úr lelke által dicsőségről dicsőségre” (2Korinthus 3:18).

Mielőtt elkezdenéd a bibliatanulmányokat, amelyek ebben a könyvben találhatóak, adj szabad kezet Jézus Krisztusnak, hogy elvégezhesse benned mindazt, amit ő akar. Ne felejtse el: Istent jobban érdekli, hogy mi épül be az életedbe, mint az, hogy mit írsz ebbe a könyvbe.

## MIRE JÓ EZ A KÖNYV?

### 1. CSOPORTOS TANULMÁNYOZÁSRA

Használhatod ezt a könyvet egy bibliatanulmányozó csoport tagjaként (amit mi tanítványi családnak nevezünk), egy felnőtt vezető segítségével. A csoport mindegyik tagja aláírja a vállalási lapot (11. old.) és elfogadja, hogy hétről-hétre használja ezt a könyvet személyes tanulmányozásra és növekedésre.

### 2. EGYÉNI TANULMÁNYOZÁSRA

Egyedül is végigmehetsz ezen a könyvön hetente egy leckét átvéve saját lelki növekedésed érdekében.

### **3. KÖZÖS TANULMÁNYOZÁSRA**

Megbeszélheted egy barátoddal, aki szintén szeretne növekedni, hogy hetente egyszer összejöttök tanulni, beszélgetni és együtt fejlődni.

### **4. SZEMÉLYES TANÍTVÁNNYÁ TEVÉSRE**

Miután elsajátítottad és alkalmaztad a könyvben található valamennyi bibliatanulmányozást, segíthetsz más valakinek is könyve áttanulmányozásában.

## **GYAKORLATI TANÁCSOK**

### **(Hogyan lehet a legtöbb hasznod ebből a könyvből)**

Ha növekedni akarsz hitedben, akkor konkrét dolgokban kell alkalmaznod a Bibliát az életedre. Ez nem mindig könnyű, de ez a könyv segíthet, ha kész vagy:

#### **1. IMÁVAL KEZDENI MINDEN BIBLIATANULMÁNYOZÁST**

Kérd Istent, hogy szóljon hozzád.

#### **2. ÉRTHETŐ BIBLIAFORDÍTÁST HASZNÁLNI**

Hasznos, ha Bibliád minél több kiegészítő adatot és párhuzamos ígérekre való utalást is tartalmaz.

#### **3. VÉGIGMENNII A BIBLIATANULMÁNYOZÁS FOLYAMATÁN**

- Keresd ki a bibliaverseket.
- Gondold végig a válaszokat.
- Írd le a válaszaidat.

- Jegyezz le minden kérdést, ami felmerül benned.
- Tanuld meg fejből a kijelölt verse(ke)t.

(Használd a könyv végén található Bibliavers tanulási kártyákat. Csoportos tanulás esetén azonos bibliafordítást érdemes használni a közös gyakorlás miatt.)

#### **4. ALKALMAZNI MINDEN BIBLIATANULMÁNYT AZ ÉLETEDRE.**

Az itt szereplő tanulmányok legfőbb célja, hogy megtanítsa az Istennel való közösség ápolására.

- Kérd Istent, mutassa meg, mit kell tenned azzal kapcsolatban, amit olvastál Igéjéből.
- Engedelmeskedj neki kapcsolataidban, viselkedésedben és tetteidben.
- Mondd el, hogy mire jutottál olyan hívőknek, akik tanácsolni és bátorítani tudnak.

## **HA TANÍTVÁNYI CSALÁDBA TARTOZOL**

- *Minden találkozó előtt* jelölj ki magadnak két időpontot hétenként, amikor az adott bibliatanulmányozással foglalkozol. Ha lehetséges, végezd el az egész bibliatanulmányozást az első alkalommal, azután a második időpontban (a következő csoportfoglalkozások napján, vagy az azt megelőző napon) ismételd át, amit korábban megtanultál. Legyen időd Istenre minden reggel függetlenül az itt található leckék kitöltésétől. Ne olyankor foglalkozz a könyv feladatainak megoldásával.
- *Miután* megbeszéltek minden bibliatanulmányt a tanítványi családban, végezd el a kijelölt feladatot a következő héten.

- Minden csoportos foglalkozáson legyen nálad a Bibliád, ez a könyv és egy toll vagy ceruza.

## SZEMÉLYES ODASZÁNÁS

Én \_\_\_\_\_ ezennel tanúsítom, hogy vállalom az alábbi feladatok teljesítését:

1. Naponta alárendelem magam Istennek, és mindannak, amit meg akar tanítani a lelki növekedésről.
2. Részt veszek minden csoportfoglalkozáson, ha ebben súlyos betegség, vagy rendkívüli körülmények nem akadályoznak. Amennyiben egynél több alkalommal hiányzom, akkor kész vagyok visszavonulni a csoportból, ha a csoportvezetővel való beszélgetés után ő erre kér.
3. Elvégzem a heti feladatokat kihagyás nélkül.
4. Hűségesen bekapcsolodom helyi gyülekezetem életébe.

Tudom, hogy ezek a vállalások nem csupán az Úrnak szólnak, hanem a csoportnak és önmagamnak is. Minden tőlem telhetőt megteszek, hogy Isten segítségével teljesítsem ezeket.

Aláírás: \_\_\_\_\_

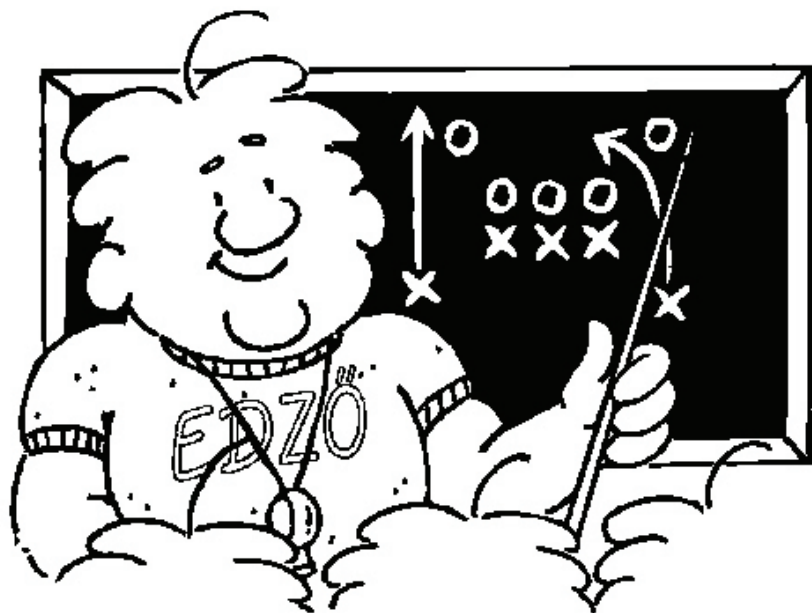


1

BIBLIATANULMÁNY

# LÁSS HOZZÁ

*Felfedezni,  
hogy mire képes  
Jézus*



Ma volt az első edzés. Minden bajom lett, és egy kicsit ügyetlennek éreztem magam. De az edző tartott egy előadást a csapatmunkáról. Aztán játszottunk egy kicsit, és egész jólesett. Persze bőven van még gyakorolnivalóm.

Vissza tudsz emlékezni az első napra, amikor elkezdted valami újat (egy tantárgyat, valamilyen sportot vagy hangszert)? Mit éreztél?

---

---

Nevez meg egy adottságodat, amire igazán büszke vagy.

---



Mióta csinálsz? Hogy jutottál oda, hogy most ilyen jól megy? Írd le néhány mondatban a tanulási folyamatot attól a ponttól, amikor elkezdted egészen mostanáig.

---

---

---

---

---

---

---

---

Magadtól tanultál vagy valaki tanított?

---

Ki segített a tanulásban?

---

## AZ EDZŐ KÉPESSÉGEI

Úrrá tenni Jézust az életedben hasonlít ahhoz, amikor megengeded, hogy egy tanár vagy edző segítsen a lehető legjobbat kihozni belőled.

Minek tartotta Nikodémus Jézust? (János 3:2)

---



Jézus Krisztus meg akar tanítani neked mindent, amit tudnod kell arról, hogy mit jelent hívő keresztyénnek lenni. De vajon tényleg alkalmas ő erre? Nézzük meg tanári képesítését, mely feljogosítja arra, hogy életed Ura legyen.

### 1. Ő TEREMTETTÉGED

Olvasd el a János 1:1–18-at úgy, hogy behelyettesíted az „Ige” szót Jézus Krisztus nevére (Jézus Isten élő Igéje). Hasonlítsd össze ezt az igeszakaszt a Kolossé 1:15–16-tal, és írd le, hogyan vett részt Jézus Krisztus a világ teremtésében, és még konkrétan *a te* teremtésedben.

---

Olvasd el a Zsoltárok 139:13–16-ot. Jézus teremtett téged, ezért tudja, hogyan tudsz a legjobban működni. Mi mindent tud rólad Jézus Krisztus?

---

---

Jézus Krisztus teremtett téged és mindent tud rólad.

## **2. Ő AZONOSUL VELED**

Képzeld el egy történetet, amiben az egyik főszereplő a Gonosz Uralkodó, a másik pedig a Bátor Fiú (aki nem ismeri a félelmet). Abban az országban, ahol ez a történet játszódik, Gonosz Uralkodó éhezeti, becsapja és elnyomja az embereket. Bátor Fiú Gonosz Uralkodó kormányzása alatt nőtt fel, és eldönti, hogy megmenti népét legyőzve Gonosz Uralkodót. Ha meg akarod tudni a történet végét, olvasd el a János 1:14-et.

Jézus Krisztus úgy jött a földre, mint aki egy közülünk. Halálával örökre szétzúzta a Sátán uralmát ezen a földön. Mivel 33 évig itt élt, tudja, hogy mi mindenben megyünk át naponként. „Mert nem olyan főpapunk van (Jézus Krisztus), aki ne tudna megindulni erőtlenségeinken, hanem olyan, aki hozzánk hasonlóan kísértést szenvedett mindenben” (Zsidók 4:15).

Olvasd el a Lukács 4:1–13-at, és írd le, hogyan találkozott Jézus ugyanazokkal a kísértésekkel, mint te.

---

---

---

---

Jézusnak is olyan küzdelmei voltak, mint neked.

### 3. Ő MEGVÁLTOTT TÉGED

Az, hogy *megváltott*, azt jelenti, hogy „kimentett”.

Hogyan mentett ki Jézus téged? (1Korinthus 6:20; Róma 14:9)



A *megváltás* egy másik definíciója: „a tulajdonjog visszanyerése egy bizonyos összeg kifizetésével”, vagy „kiváltás”.

Ha egy banda elrabolná a legjobb barátodat, mennyi váltságdíjat fizetnél érte, hogy kiszabadítsd?

Jézus mennyi váltságdíjat fizetett érted?

Jézus fizetett azért, hogy visszaszerezze a tulajdonjogot életed felett, ezért joga van arra, hogy életed Ura legyen. Jézus drága áron váltott meg.

## JÉZUS URALMI FELADATAI

Lehet, hogy ezt mondod: „Jól van, látom, hogy Jézusnak joga van tanítani engem és arra, hogy az életem Ura legyen, de egyáltalán mi a dolga egy *úr*nak?” Az Újszövetségben három görög szó írja

le Jézusnak mint Úrnak a szerepét. Nézzük meg egyenként, mit jelentenek ezek.

**Despotes** (mester) – itteni jelentése: „korlátlan erő”. Jézus bármit le tud győzni, ha működésbe lép korlátlan ereje.

**Basileus** (fejedelem) – Ezt a kifejezést keleten gyakrabban használták, és azt jelentette, hogy övé minden „erő és hatalom”. A fejedelem szava törvény. Mivel Jézus Isten, azért ő mindig igazságos hatalmat képvisel – ő a Főnök.

**Kurios** (úr) – A szónak ebben az értelmében a „tulajdonos” az úr. Ebben a szóban benne van a bölcsesség és a szeretet. Jézus mint Úr bölcs és szeretetteljes.

Most itt az ideje, hogy mindezt összerakd magadnak.

Gondolj a három szó jelentéseire az *úrral* kapcsolatban, és írd le saját meghatározásodat, hogy mit jelent Úrrá lenni Jézus Krisztusnak.

---

---

Mit jelent ez a meghatározás neked személyesen?

---

---

## TEDD SZEMÉLYESSÉ

Jézus azt akarja, hogy uralma valóság legyen az életedben. Hogyan történik ez meg? Amint átveszed a *Tedd Úrrá Jézust* c. tanulmányt, meg fogsz vizsgálni nagyon konkrét területeket az életedben: udvarlás, szex, szülők, viselkedések, szokások, gondolatok, barátságok, kísértések és anyagi javak. Meg fogod tanulni,

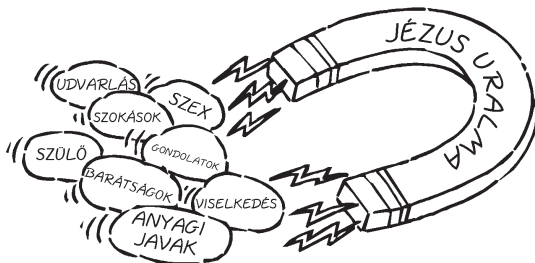
## 1. Láss hozzá

hogy Jézus Krisztus uralma kihat mindezekre a területekre. Két dolgot tehetsz annak érdekében, hogy el tudd ismerni Jézust, mint Urat az életedben:

### 1. KÍVÁND

A zsoltáros ezt írta: „Ó Isten, te vagy Istenem, hozzád vágyakozom! Utánad szomjazik lelkem, utánad

sóvárog testem, mint kiszikkadt, kopár, víztelen föld” (Zsoltárok 63:2). Ez a fajta kívánczóság akkor alakul ki, amikor kétségbeesetten vágyunk valamire. Amikor belefáradunk saját próbálkozásainkba, akkor Isten vágyat ad a szívünkbe, hogy őszintén tegyük a dolgainkat.



Eljutottál-e már arra a pontra, amikor elengeded saját elgondolásaidat, és átengeded Istennek a vezetést?

---

Minél inkább meglátjuk, hogy ki is Jézus valójában, annál nagyobb a kíváncság bennünk, hogy örömet szerezzünk neki és imádjuk őt. A *Tedd Úrrá Jézust* áttanulmányozása során egyre világosabban fogod látni Jézust. De most értékeld ki, hogy jelenleg hol tartasz, mennyire akarsz, hogy Jézus tényleg Ura legyen az életednek.

Belefáradtál-e saját útjaidba? \_\_\_\_\_ Miért?

---

---

Mi mindent tudsz Jézusról, ami arra késztet, hogy akard odaadni magad neki, mint Úrnak?

---

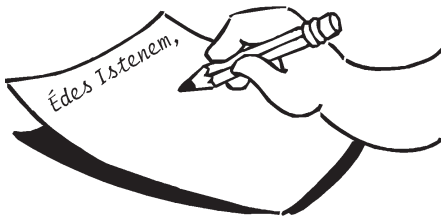
---

Milyen kételyeid vannak azzal kapcsolatban, hogy életed Urává tegyed Jézust?

---

---

*Akármilyen kívánságaid is legyenek ebben a pillanatban, állj meg most, és kérd Istent, hogy adjon vágyat a szívedbe arra,*



hogy életed Urává tegyed Jézust. Írd le ide a saját imádat:

---

---

---

---

## 2. KÖVESD

Amikor Pál felismerte a damaszkuszi úton, hogy kicsoda Jézus, ezt kérdezte: „Mit tegyek, Uram?” Jézus így válaszolt: „Kelj fel, menj Damaszkuszba, és ott megmondják neked mindazt, amit tenned kell” (ApCsel 22:10).

Mit tett Pál? Ott rögtön kifejezte elkötelezettségét arra, hogy Urává fogadja Jézust. Nézd csak meg, hogyan reagált: „Nem voltam engedetlen a mennyei láto-





## 1. Láss hozzá

más iránt, hanem először Damaszkuszban és Jeruzsálemben, majd Júdea lakóinak és a pogányoknak hirdetem, hogy térjenek meg, forduljanak az Istenhez, és éljenek a megtéréshez méltóan” (ApCsel 26:19–20). Neked is ki kell fejezned saját elkötelezettségedet arra, hogy életed Urává teszed Jézust *most rögtön*. Tedd meg ezt hit által, tudva, hogy az idő múlásával ő növelni fogja benned a vágyat uralma után. Csöndben, saját szavaiddal tudasd Jézussal, hogy eldöntötted: őt teszed életed Urává. Miután ezt elhatároztad, töltsd ki az alábbi állítás hiányzó részét.

Ma, \_\_\_\_\_ ( dátum ), megkértem Jézust, hogy legyen az életem Ura.

Aláírás: \_\_\_\_\_

Ezt a bibliatanulmányt a Zsoltárok 63:2 megtanulásával fejezd be.



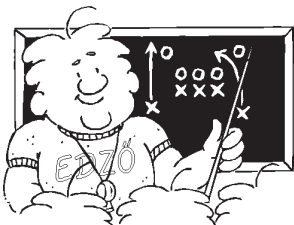
## FELADAT

1. Egyik feladatod ezen a héten (és az egész könyv áttanulmányozása alatt) az, hogy legyen egyedül Istennel töltött idő mindennap. Naponta olvass el egy rövid szakaszt a Márk evangéliumából. Ezen a héten a naponkénti Istennel töltött idő alatt olvasd el az alábbi igeszakaszokat. Írd le megfigyeléseidet egy jegyzetfüzetbe vagy naplóba.

1. nap: Márk 1:1–11
2. nap: Márk 1:12–13
3. nap: Márk 1:14–15
4. nap: Márk 1:16–20
5. nap: Márk 1:21–34
6. nap: Márk 1:35–38
7. nap: Márk 1:39–45



2. Végezd el a 2. bibliatanulmányt.



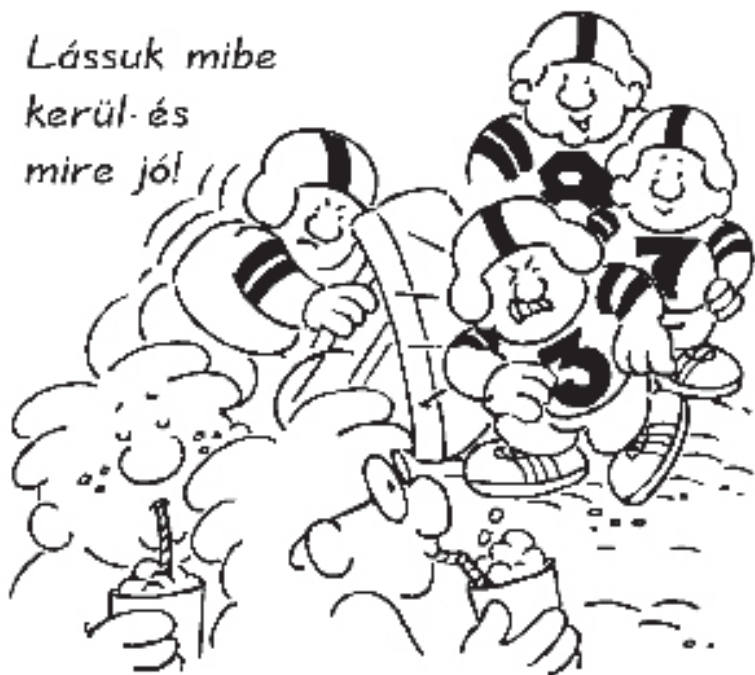
Jegyzetek

2

BIBLIATANULMÁNY

# BEFEKTETÉS NÉLKÜL NINCS NYERESÉG

Lássuk mibe  
kerül-és  
mire jól!



Ma azt mondta az edzőm, hogy megvan a képességem a kiemelkedő teljesítményre, ha gyakorlok és többet pihenek (ami azt jelenti, hogy hamarabb kell lefeküdnöm). Nagyon belelkesedtem, amikor ezt hallottam, de nem tartott soká, amikor rájöttem, hogy nem lófrálhatok hosszasan a barátaimmal iskola után, és tanítási napokon nem maradhatok ki sokáig este.

Amikor elfogadod Jézus uralmát, hasonló döntések elé kerülsz. El kell veszítened valamit, hogy megnyerj valami mást. Ebben a bibliatanulmányban őszintén felmérheted, hogy mennyit vagy hajlandó áldozni érte. Másfelől azt is felfedezed, hogy milyen sok áldása van annak, ha Jézus az Urad.

## MEGADNI AZ ÁRÁT



Keresd ki a Máté  
16:24–26-ot. Fogalmazd át saját szavaiddal ezeket a verseket.

---

Elég erős szavak, ugye? Nézzük csak meg közelebbről, hogy mire is kér valójában Jézus minket.

### 1. TAGADD MEG MAGAD

Mit jelent megtagadni magad? Azt, hogy megszabadulsz az „én, nekem, enyém” életszemlélettől – és elkötelezed magad Jézus Krisztusnak. A világ azt tanítja, hogy „Vigyázz magadra!” De Jézus azt mondja, hogy feledkezz el magadról, mert

## 2. Befektetés nélkül nincs nyereség

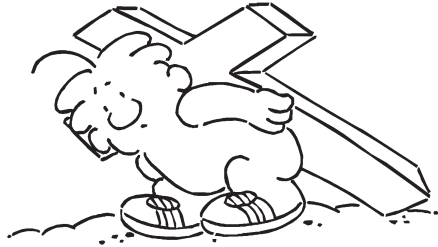
- Ő átvette a felelősséget érted, hogy vigyázzon rád.
- Neked nem kell aggódnod magad miatt.
- Ő arra akar készíteni, hogy a tőled telhető legjobbat nyújtsd számára.
- Nem kell önmagad körül forognod.

Írj le egy konkrét dolgot, ahol még mindig magadra vigyázol.

---

### 2. VEDD FEL A KERESZTEDET

A Filippi 2:5–11 jó példát nyújt valakiről, aki felvette a keresztyét. Hogyan? Jézus úgy vette fel a keresztyét, hogy Atyja engedelmes szolgája lett.



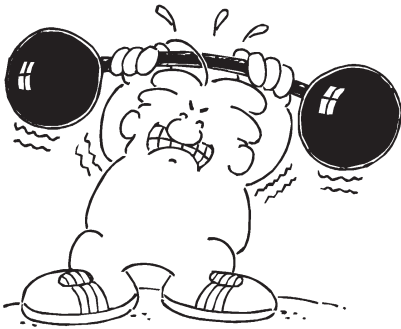
Te hogyan tudod felvenni keresztedet?

---

---

Ha felveszed a kereszted, akkor képes vagy:

- Feladni bármit, ami nem szolgálja Uradat. Péter azt írja, hogy mindent megkaptál, ami az életre és a kegyességre való (1. 2Péter 1:3).
- Kiállni a szenvedést. Milyen szenvedést? Ugyanolyan szenvedést, amit elviselsz azért, hogy tested jó formában legyen. Késznek kell lenned ellenállni bizonyos hatásoknak (sőt még a fájdalomnak is), hogy jó eredményeket érj el.



Hogyan kell reagálnod a szenvedésre? (Jakab 1:2–4)

---

---

Mit tesz meg Isten ígérete szerint, amikor szenvedsz? (1Péter 5:10)

---

Mi a Krisztusért való szenvedés eredménye? (Róma 8:17)

---

### 3. KÖVESD JÉZUST

Ha tanulmányoztad ennek a sorozatnak az első könyvét, melynek címe: *Kövess Jézust*, akkor foglald össze, mit jelent Jézust követni.

---

---

Ha követed Jézust, akkor:

- Kapcsolatba lépsz vele, és az ő kísérelője leszel.
- Ugyanabba az irányba mész, mint Jézus.
- Aláveted az életed az ő hatalmának.
- Engedelmeskedsz Neki most és a jövőben.

## JÓ EGYEZSÉGEK

Tehát ára van annak, ha Úrrá akarsz tenni Jézust, de ugyanakkor jó egyezségekkel is jár. Sokszor így gondolkodunk: „Mi mindent kell feladnom, ha Jézus követője leszek? Akkor is cigizhetek, ihatok, és ölelkezhetek valakivel az autó hátsó ülésén, ha Jézust

## 2. Befektetés nélkül nincs nyereség

követem?” Pedig jobb kérdés lenne, ha ezt mondanánk: „Mik azok a dolgok, amikről kiváltság lemondani azért, hogy Krisztust kövessem és megköthessem azokat a jó egyezségeket, amiket ő előkészített nekem?”

Mint ahogy egy csillogó, gyors autó is csak úgy tud igazán suhanni, ha a megfelelő személy ül a kormánynál, te is akkor haladsz megfelelő irányba az élet országútján megalóerővel, ha Jézus ül a vezetőüléseden. Ha odaengeded, ezzel lehetővé teszed, hogy a lehető legjobb módon éld az életet.

Néhány jó egyezés, amit Jézus felajánl neked:



### 1. JÓ DÖNTÉSEKET FOGSZ HOZNI

Ha másképpen akarjuk megfogalmazni, hogy „Jézus Ura az életemnek”, ezt mondhatjuk: „Isten rám vonatkozó akaratának középpontjában vagyok”. Amikor döntéseket kell hoznod, Isten konkrét vezetést fog adni.

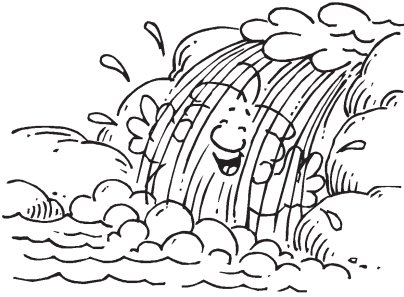
Keress ki a Példabeszédek 3:5–6-ot. Amint éppen rá gondolsz egy nagy döntésre, amit mostanában kell meghoznod, hogy vonatkoznak ezek a versek a döntésedre?

---

### 2. MEGELÉGEDETT LESZEL

Hogy érzi magát a szájad és a tested, amikor nagyon szomjas vagy?

---



Jézus a lelki szomjoltód.

Olvasd el a János 4:10–14-et. Mit mond Jézus önmagáról?

---

---

Milyen területen van szükséged megelégedésre most? Légy konkrét.

---

Jézus, „az élet folyója” odafolyik hozzád. Kielégíti szomjúságodat, hogy megtaláld az élet értelmét.

### 3. GYŐZELMES ÉLETED LESZ

Vizsgáld meg, hogy mit mond Pál az 1Korinthus 15:57-ben: „De hála az Istennek, aki a diadalt adja nekünk a mi Urunk Jézus Krisztus által!”

Gondolj egy olyan esetre, amikor győztes voltál. Milyen érzés volt?



---

---

Olvasd el a Róma 5:17-et. Milyen győzelmek várnak azokra, akik Úrrá teszik Jézust?

---

---



#### 4. REMÉNYTELJES A JÖVŐD

Ezekben a napokban sok minden keménnyé teszi az életet: szét-  
esett családok, rossz jegyek és olyan emberek, akik nem szeretnek  
– csak hogy néhányat említsek.

Nevez meg egy dolgot, ami keserúséget okoz neked.

---

Mit mond a 2Timóteus 2:11–12, mi fog történni, ha kitartasz ebben?

---

Nem számít, hogy milyen rossznak látszanak bizonyos dolgok most, mégis fényes jövőd van.

#### 5. VÁLTOZNI FOG A JELLEMED

Olvasd el a Róma 8:28–29-et. „Elhatározása szerint elhívott”, ez egy másik kifejezőmódja annak, hogy „Ő Úr az életemben”.



Mi lesz az eredmény, ha Jézus Úr lesz életed minden területén?

---

---

---

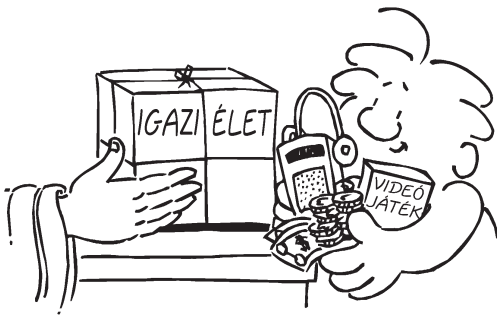
---

A „hasonlókká legyenek Fia képéhez” azt jelenti, hogy kezded elsajátítani az ő jellemvonásait.

Mi minden jellemezte Jézust, amit te is szeretnél kifejleszteni magadban?

---

---



Olvasd el a Máté 16:24–26-ot. „Aki meg akarja menteni az életét, elveszti, aki pedig elveszti az életét énérétem, megtalálja” (25. v.). Azzal, hogy Úrrá teszed Jézust, „elveszted az életed”

(ha így fogalmazzuk), mert mindent átadsz neki. De eközben igazi életet nyersz és minden áldást, ami azzal jár. Csak ezután találhatsz rá arra a gyönyörű életre, amit Isten akar neked adni.

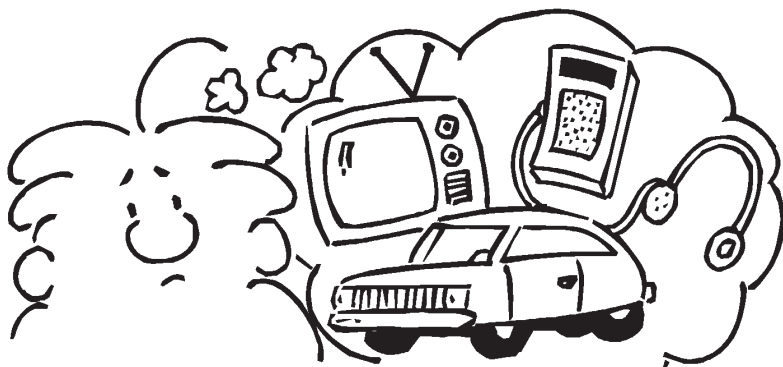
## TEDD SZEMÉLYESSÉ

Azok között, amiket el kell veszítened az új élet megnyerése érdekében, vannak az anyagi javaid. Mi jut eszedbe, amikor ezt a szót hallod, hogy „materializmus”?

Miután megnézted egy értelmező szótárban is, írd le ide saját meghatározásodat.

---

---



Mostantól fogva minden bibliatanulmányozási fejezet egy rövid Életváltató lappal fog befejeződni, mely segít alkalmaznod Isten igazságait a saját életedre. A következő oldalon is egy Életváltató lapot találsz, mely a materializmus kérdésével foglalkozik. Úgy teheted személyessé ezt a leckét, hogy alaposan áttanulmányozva az ígerést kitöltöd ezt az oldalt, és válaszolsz az utána következő kérdésekre.

A Máté 16:24 megtanulásával fejezd be ezt a tanulmányt.

## FELADAT

1. Legyen egyedül Istennel töltött időd minden nap ezen a héten, melyhez használd fel az alábbi bibliai olvasmányokat.

- |         |              |
|---------|--------------|
| 1. nap: | Márk 2:1–12  |
| 2. nap: | Márk 2:13–17 |
| 3. nap: | Márk 2:18–28 |
| 4. nap: | Márk 3:1–12  |
| 5. nap: | Márk 3:13–19 |
| 6. nap: | Márk 3:20–30 |
| 7. nap: | Márk 3:31–35 |



2. Végezd el a 3. bibliatanulmányt

## ÉLETVÁLTOZTATÓ

TÉMA: Anyagi javak

BIBLIATANULMÁNY: Máté 6:19–34

(Lásd a „Hogyan tanulmányozzunk egy igeszakaszt” c. írást a 128. oldalon. Használd fel az alábbi üres sorokat véleményed kifejtésére.)

---

---

Gyenge oldalaim az anyagi javakkal kapcsolatban:

---

---

---

Erős oldalaim az anyagi javakkal kapcsolatban:

---

---

---

## MEGVALÓSÍTÁS

A Máté 6:19–34 tanulmányozása alapján Úrrá kell tennem Jézust anyagi javaim felett azzal, hogy:

---

---

---

---

## 2. Befektetés nélkül nincs nyereség

A következő konkrét lépéseket teszem meg azért, hogy legyőzzem az anyagi javak szorítását az életemben:

---

---

\_\_\_\_\_ fog imádkozni velem ezért.



## Jegyzetek

3

BIBLIATANULMÁNY

# MI A KÜLÖNBSÉG?

*Jézus nagyságának  
megtapasztalása*



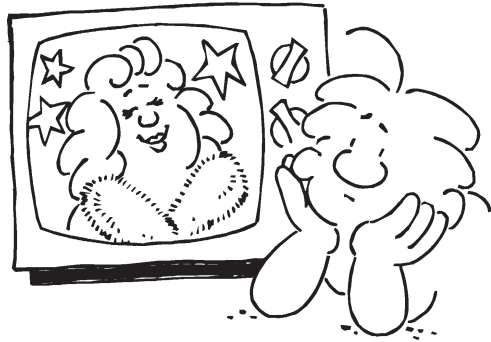
### 3. Mi a különbség?

Ma ezt mondta az edző: „Az emberek 80 százaléka nem tudja, hogy mi történik, 15 százaléka figyeli, hogy mi történik, 5 százaléka viszont azon dolgozik, hogy történjen valami.” Én egyértelműen ebbe az 5 százalékba akarok tartozni, de nem tudom, hol kezdjem.

Gondolkodtál-e már azon, hogy mi a különbség a sikeres és a sikertelen emberek között?

Gondolj valakire, akit ismersz, és tudod róla, hogy tényleg nagyon sikeres. Írd le ide a nevét.

---



Szerinted hogy lett ez az ember sikeres?

---

Akik sikeresek az életben, azok egyszer hoznak egy döntést, hogy valamiben kiemelkedők lesznek. Ha Úrrá teszed Jézust, ezzel úgy döntesz, hogy kiemelkedő leszel, mert Jézus is kiemelkedő. Miért olyan kiemelkedő ő? Először is azért, mert Isten.

Amikor a Biblia Istenről beszél, akkor Atyának, Fiúnak (Jézusnak) vagy Szentléleknek nevezi. Isten három személy egyben, és egy személy háromban. Ez elég nagy fejtörést jelent az agyunknak, ugye?

Az Ige bemutatja Isten mindhárom személyét, mint Szentháromságot. Nézzünk meg néhány illusztrációt, hogy legalább töredékesen megértsük a Szentháromságot.

Ez egy egyenlő oldalú háromszög, de mégis egy-egy oldala különbözik a másik kettőtől. Egy ember is lehet apa, fiú és férj is egyszerre, így Istennek is három identitása van egyben.

Vagy tételezzük fel, hogy dolgozatírás során az alábbi kérdéssel találkozol. Mi lenne a válaszod rá?



Az alábbiak közül melyik tartalmazza a  $H^2O$  vegyületét?

- (A) víz
- (B) gőz
- (C) jég
- (D) mindhárom



Ti kémikusok, pillanatnyi habozás nélkül

a (D)-t választanátok. Tudjátok, hogy a  $H^2O$  egy olyan kémiai vegyület, melynek három különböző halmazállapota van. Ez egy szép titok. A jég nem jobban és nem kevésbé  $H^2O$ , mint a víz vagy a gőz, mégis ez a három halmazállapot egészen különbözőnek látszik. Hasonló módon Isten különböző formában mutatkozik be, mégis az Atya, a Fiú és a Szentlélek egyenlő részei az egy Istennek.

## MILYEN AZ ISTEN?

Ha tényleg meg akarod tudni, hogy valaki milyen, akkor nem elég megnézni a külső megjelenését. Mélyebben szeretnéd megismerni, hogy milyen a *jelleme*. Megbízható? Becsületes? Képes szeretni? Ha szeretetteljes fiú, akkor szeretetteljes férj és apa lesz.



### 3. Mi a különbség?

Isten ilyen. Jelleme, mint Atyának, Fiúnak és Szentléleknek ugyanaz – csak másképp fejeződik ki. Nézzük meg néhány tulajdonságát, hogy felfogjuk, milyen is ő.

#### 1. ISTEN NAGY

Vegyél elő egy világtérképet, és néhány percig keress rajta olyan országokat, melyeket még nem láttál, és sorold fel ezeket. Aztán keresd meg saját hazádat.



Mekkora az országod egyes nagy országokhoz képest, melyeket még csak nem is láttál?

---

Isten teremtette a világmindenséget. Galaxisunk csak egy a sok közül, melyeket Isten létrehozott az univerzumban. Naprendszerünk is csak egyike a sok naprendszernek galaxisunkban. A földgolyó egyike a sok bolygónak naprendszerünkben. Hazád egy kis része a kontinensnek, mely egy kis része egy bolygónak, ami kis része egy galaxisnak, ami kis része az univerzumnak, melyet Isten teremtett. El tudod képzelni? A 145. zsoltár 3. verse ezt



így mondja: „Nagy az Úr, méltó, hogy dicsérik, nagysága felfoghatatlan.”

Olvasd el az Ézsaiás 40-et, és sorolj fel egy-két területet, amiben Isten nagy.

12. vers \_\_\_\_\_

---

15–17. vers \_\_\_\_\_

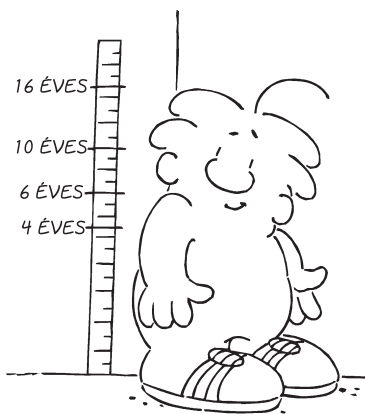
21–22. vers \_\_\_\_\_

23. vers \_\_\_\_\_

25–26. vers \_\_\_\_\_

## 2. ISTEN KÖVETKEZETES

Ő sohasem változik. Előveheted néhány általános iskolai képe-



det, és meglátod, hogy te mennyit változtál. De nemcsak külsőleg változtál. Biztos, hogy sokkal magasabb és erősebb vagy, mint voltál, sőt valószínű, hogy sokkal érettebb is.

Sorolj fel néhány dolgot, melyekben sokkal érettebb vagy most, mint általános iskolás korodban.

---

---

De Isten sohasem változik. Ő nem válhat érettebbé, mint mi, hiszen máris tökéletes. Azt mondta Mózesnek, hogy „Vagyok, aki vagyok” (2Mózes 3:14), ami azt jelenti, hogy „önmagamban létező vagyok, aki sosem változik”. Nézzünk meg közelebbről néhány területet, melyekben Isten nem változik.

**Igazsága változatlan.** Gondolj egy esetre, amikor kimondtál valamit, amit később szerettel volna visszaszívni. Aztán olvasd el a Zsoltárok 119:89-et, az Ézsaiás 40:8-at, 45:23-at és a János 14:6-ot.

### 3. Mi a különbség?

Mit mondanak ezek a versek Isten igazságáról?

---

---

**Szándéka változatlan.** Olvasd el a Mózes 4. könyve 23:19-et és a Zsidókhoz írt levél 7:21-et.

Miért van az, hogy Istennek sohasem kell változtatnia a tervein?

---

---

### 3. ISTEN SZENT

A. W. Tozer mondta: „Isten szent. Ahhoz, hogy szent legyen, nem kell igazodnia egy mércéhez. Ő a mérce. Ő abszolút szent, végtelen és felfoghatatlan, teljesen tiszta, képtelen más lenni, mint aki.” (*A Szent ismerete*, Dobner Győző gondozása alatt kiadva). Micsoda kijelentés!

Fogalmazd meg ugyanezt saját szavaiddal.

---

---

Olvasd el és tanulmányozd az Ézsaiás 6:1–8-at. Erre az igeszakaszra alapozva szerinted mi a szentség?

---

---

Hogyan reagált Ézsaiás Isten szentségére?

---

---

Isten milyennek akar látni bennünket?

---

Miért?

---



„Szentnek” lenni azt jelenti, hogy „elválasztva” lenni. El vagy választva, mert Istenhez tartozol. A Róma 6:11 és az Efézus 2:1–6 el-

mondja, hogy *kinek* vagy elválasztva, és *mitől* vagy elválasztva.

El vagyok választva

kinek? \_\_\_\_\_

mitől? \_\_\_\_\_

Hogyan választott el Isten a bűntől?

---

---

## ELVÁLASZTVA LENNI

Az Efézus 4 leír néhány gyakorlati területet, amelyeken szent lehetsz. Pál a „tehát” szóval köti össze ezt a részt az előzővel. Ezért fontos tudni, hogy mit írt *előtte*. Az az igeszakasz, amit éppen most olvastál (Efézus 2:1–6) összefoglalja, hogy mire utal Pál „tehát” szava. Pál azt mondja, hogy mivel meghaltatok a bűnnek, és éltek Istennek, úgy *lehettek* szentek, ha levetkőzitek a régi

### 3. Mi a különbség?

(bűnös) természeteket, és felöltözték az új (Isten szerinti) természetet.

Tanulmányozd át a következő táblázatot és az Efézus 4:25–5:8-at, hogy meglásd, hol kell levetköznöd régi személyiségedet, és felöltöznöd az újat Krisztusban.

<b>VÁLTOZTATNI</b>		
<b>Régiből</b>	<b>Újra</b>	<b>Mert</b>
Hamisság	Igazság	Mindannyian az egy test tagjai vagyunk
Rossz harag	Fegyelmezett harag	Nem adhatsz helyet az ördögnek
Lopás	Hasznos munka	Így segíthetsz a szükségben levőkön
Könnyelmű beszéd	Egymást építő szavak	Áldására lehetsz hallgatóidnak
Keserűség és boszszú	Kedvesség és irgalom	Nem szabad megszorítanod a Szentlelket
Verekedés és rágalmazás	Megbocsátás	Jézus megbocsátott neked
Erkölcstelenség, tisztátalanság és fegyelmezetlenség a nemiségben	Szeretet	Szent vagy
Trágárság, buta beszéd és durva viccelődés	Hálaadás	Isten világossága vagy

## TEDD SZEMÉLYESSÉ

Talán több területet is látsz a fentiek közül, melyekről úgy érzed, hogy javítani kell rajtuk az életedben. Ez nem baj. Van egy általános probléma, amivel a fiatalok szembenéznek. Ez az utolsó előtti kategóriába tartozik: „Erkölcstelenség, tisztátalanság és fegyelmezetlenség a nemiségben”. Konkrétan, milyen a kapcsolód a másik nemmel? Ennek a tanulmánynak a végén is találsz egy Életváltoztató oldalt – olyat, mint amit múlt héten kitöltöttél az anyagiassággal kapcsolatban. Most töltsd ki az üresen hagyott helyeket az e heti Életváltoztató lapon, melynek témája a szex és az udvarlás.

Az 1Péter 1:15–16 megtanulásával fejezd be ezt a bibliatanulmányt.

### FELADAT

1. Legyen minden nap egyedül Istennel töltött időd a következő bibliai olvasmányok felhasználásával:

- 1. nap: Márk 4:1–12
- 2. nap: Márk 4:13–20
- 3. nap: Márk 4:21–34
- 4. nap: Márk 4:35–41
- 5. nap: Márk 5:1–20
- 6. nap: Márk 5:21–43
- 7. nap: Márk 6:1–6



2. Végezd el a 4. bibliatanulmányt.

### 3. Mi a különbség?

#### ÉLETVÁLTOZTATÓ

TÉMA: Szex és udvarlás  
BIBLIATANULMÁNY: 2Korinthus 6:14–7:1  
1Thesszalónika 4:3–8

Írd le saját megjegyzéseidet az igékről.

---

---

---

Gyengeségeim a szex és az udvarlás területén:

---

---

Erősségeim a szex és az udvarlás területén:

---

---

#### MEGVALÓSÍTÁS

A 2Korinthus 6:14–7:1 és az 1Thesszalónika 4:3–8 tanulmányozása alapján, Úrrá kell tennem Jézust a nemiségen és az udvarlási szokásaimon azzal, hogy:

---

---

---

A következő konkrét lépés megtételével biztosítom, hogy udvarlásom és nemi életem Isten mércéje szerinti legyen:

---

---

\_\_\_\_\_ fog imádkozni velem ezért.



## Jegyzetek

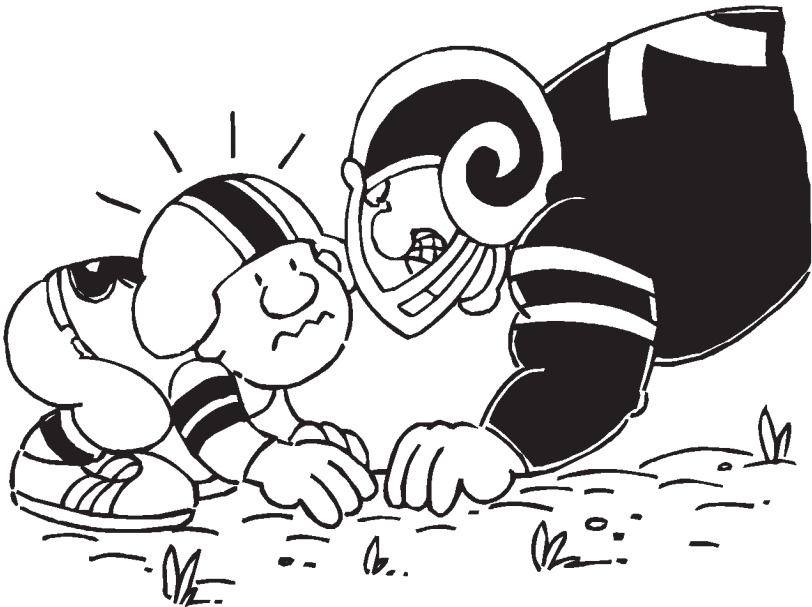


4

BIBLIATANULMÁNY

# TELJES BIZALOM

*Növekedés a hitben*



Ma azt mondta az edző, hogy ha biztosabban játszanék, akkor bekerülhetnék az induló csapatba. De hogyan lehetek biztosabb? A lehető legjobb szeretnék lenni!

Mi kell ahhoz, hogy elérd a legjobb teljesítőképességedet valamilyen sportágban?

---

---

Mi kell ahhoz, hogy elérd a legjobb teljesítményt, mint keresztényen?

---

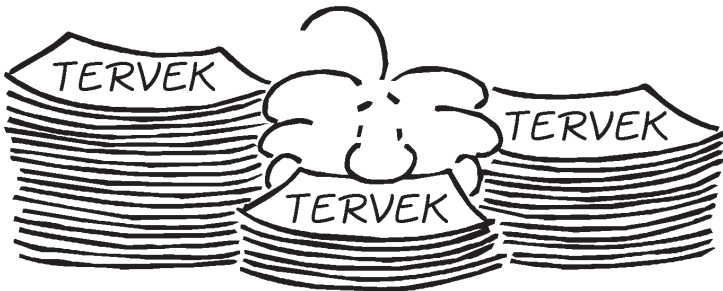
---

Lehet, hogy a két fenti kérdésre sok tekintetben ugyanaz a válasz (gyakorlás, engedelmesség, stb.) De egy másik nagy előfeltétel a legnagyobb teljesítményhez a hit – elhinni, hogy képes vagy rá. Jézus Krisztusnak nagyszerű terve van veled.

Nézd meg a Jeremiás 29:11-et, és írd le, hogy mit mond neked ennek a nagyszerű tervnek a részleteiről.

---

---



#### 4. Teljes bizalom

Olvasd el a Máté 10:29–31-et. Mennyire tart fontosnak téged Isten?

---

---

## ISTEN HŰSÉGE

Akkor ismered fel életed értékét, amikor elkezded gyakorolni a hitedet, és megérted Jézus rád vonatkozó terveit. De hogyan fejlesztheted ki ezt a fajta hitet? Az első lépés: megpróbálni jobban megérteni Istent, mert Isten a hit forrása.

Dicsérjétek az Urat mind, ti népek,  
dicsőítsétek mind, ti nemzetek!  
Mert nagy az ő szeretete irántunk,  
az Úr hűsége örökké tart.  
Dicsérjétek az Urat!

117. zsoltár

Isten hűsége arra készíti szeretetét és irgalmát, hogy folytonos legyen irántad.

Mit árul el a Jeremiás siralmi 3:22–23 Isten hozzád való hűségéről?

---

---

---

„Nem fogyott el”; ez jellemzi Isten hűségét.

Tanulmányozd a következő verseket és sorolj fel néhány dolgot, amit Isten hűségesen megtesz az életedben.

1Korinthus 1:9 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1Korinthus 10:13 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2Thesszalónika 3:3 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

1János 1:9 \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Isten *hozzánk* való hűségének hitet kell ébresztenie *bennünk*. Mondjuk, hogy nagy szükséged van arra, hogy valaki segítsen neked algebrából, és egyik iskolatársad felajánlja, hogy tanítás után ott marad veled, és segít. Mit éreznél, ha nem tartaná be a szavát?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ha kétszer vagy háromszor is megismétlődne, hogy nincs ott a megbeszélte helyen, vajon továbbra is próbálkoznál, hogy találkozz vele?

Viszont, ha eljönne minden megbeszélte időpontban és segítené, akkor vajon nem így gondolkodnál felőle: *Végre van valaki, akire lehet számítani?* Az Istenbe vetett hit is ugyanígy erősödik meg. Isten bizonyítja neked, hogy megbízhatasz benne, és kezdesz hinni neki.

#### 4. Teljes bizalom

Hogyan bizonyította eddig Isten neked, hogy ő megbízható? Írj le egy konkrét példát.

---

---

Hogyan adhatsz neki még alkalmakat hűsége bizonyítására?

---

---

Amikor Isten azt mondja, hogy megtesz valamit, akkor ő *mindig* megteszi. Isten hűséges, ezért egyre erősebb hited lehet benne.

## A MI HITÜNK

Mi a hit bibliai definíciója? (Zsidók 11:1)

---

---

---

A hit bizonyosság az értelmekben, az érzéseidben és a tetteidben arról, hogy Isten cselekszik.

**Egy példa arra, hogy mi nem a hit** – Egy kötélháncs átmege a Niagara fölött kifeszített kötélén. Az emberek tapsolnak. Megint átmege, de most már egy talicskával. Az emberek nagyon tűzbe jönnek. Hisznek-e ezek az emberek abban, hogy a kötélháncs érti a dolgát? Azt gondolhatnád, hogy igen. De tételezzük fel, hogy ez a kötélháncs megkér egy önként jelentkezőt, hogy üljön



bele a talicskába, mert át akarja tolni a vízesés fölött. Itt a próbája, hogy mennyire hisznek benne. Az igazi hit nem ül karba tett kézzel másokat figyelve. Csak úgy fejlődik ki, ha rizikó is van benne.

**Egy példa arra, hogy mi a hit**  
– Amikor leülsz egy székre, aggódsz-e amiatt, hogy vajon kibír-e vagy sem? Természetesen nem. Miért? Eddigi tapasztalataidra alapozva a

széknek az a dolga, hogy megtartsa, amikor ráülsz. Mindaddig, amíg állva maradsz, nem élsz át semmilyen hitet. A hit akkor jön, amikor leülsz, elengeded magad és egész súlyoddal ránehézkedsz a székre. A leülés egyike a hit sok egyszerű cselekedeteinek, melyeket mindennap megteszünk. Mindenki hisz valamiben. De az az igazán fontos, hogy *miben* vagy *kiben*.

Nézzük meg közelebbről, hogy mi a hit.

Egyedül Jézus az, akiben érdemes hinned, mert ő sohasem csap be.

## A HIT BIZALOM

Olvasd el megint a Zsidók 11:1-et. Szerinted mire utalnak a következő kifejezések?

#### 4. Teljes bizalom



„Remélt dolgok” \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

„A nem látható dolgok” \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Hogyan „győződhetsz” meg ilyen dolgokról?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

#### A HIT AZ ÉRTELEM DOLGA



Olvasd el a Zsidókhöz írt levél 11:6-ot.

Mi az a két dolog, amit el kell fogadnod intellektuálisan ahhoz, hogy legyen hited?

\_\_\_\_\_

Mi Isten válasza, ha teljesíted ezeket a feltételeket?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ábrahám ismert volt hitéről. Olvasd el a Róma 4:18–21-et.  
Mit jelent az, hogy „teljesen bizonyos volt”?

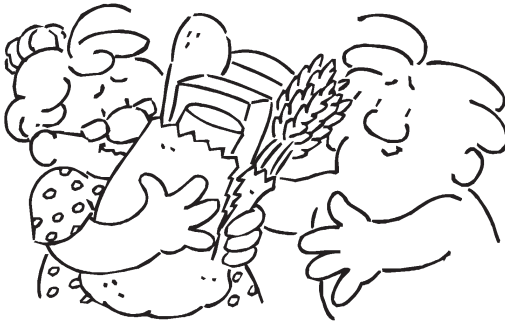
---

---

Teljesen bizonyos vagy-e abban, hogy Isten meg tudja ten-  
ni, amit megígér? Miért, vagy miért nem?

---

---



A hit aktivizálódás.

Olvasd el a Márk 11:24-et. Ho-  
gyan lesz ebben  
a versben a hitből  
aktivizálódás?

---

---

Aktivizálódás nélkül a hit nem létezik. A hit *teljes* bizalom Isten-

Mindennap gyakorold a hitedet.  
Ami ezen kívül van,  
az csak vallásos szöveg.  
(Peter Lord)

ben. Ő azt akarja hogy aszerint cselekedjünk, amit hiszünk.

Ha megtanulod teljesen rábízni magad Istenre, akkor elérhe-  
ted maximális teljesítőképességedet, és ugyanakkor megdicsőít-  
heted őt.

Olvasd el újra a Róma 4:20–21-et.



#### 4. Teljes bizalom

Hogyan illeszkedhetnek össze a te képességeid és Isten dicsősége ezeknek az igeverseknek az alapján?

---

---

Most írd le egy-egy gondolatot az alábbi igeversek mellé azzal kapcsolatban, hogy miként érheted el maximális teljesítőképességedet, és hogyan dicsőítheted meg Istent az életeddel?

Róma 10:17 \_\_\_\_\_

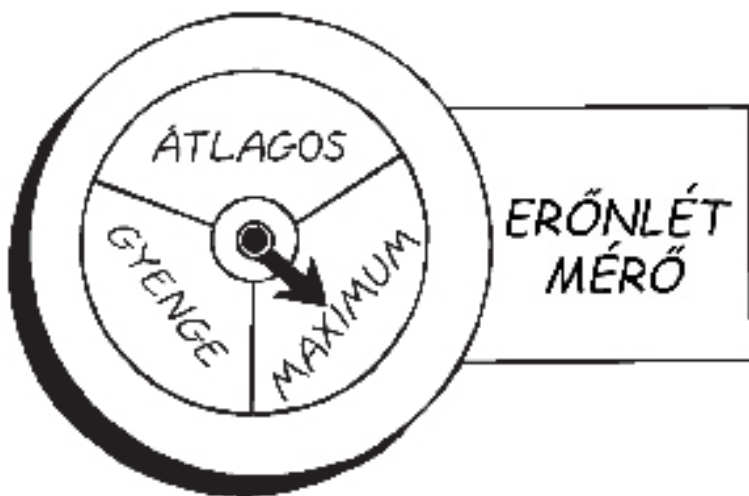
Zsidók 11:8 \_\_\_\_\_

Zsidók 13:7 \_\_\_\_\_

1Péter 1:6–7 \_\_\_\_\_

2Péter 1:5–9 \_\_\_\_\_

### TEDD SZEMÉLYESSÉ





A barátság egyik legfontosabb jellemzője a hűség – az a képesség, hogy lehet ránk számítani. Ha szeretnél egy jó barátot, akkor meg kell bíznod a másik félben, és hinned kell benne. Töltsd ki az Életváltató lapot a „Barátság” témájáról, mely segít személyesé tenni saját életedben ezt a leckét a hitről és a hűségről. Gondold át, hogy Isten hűsége és a te hited hogy tehet jobb barátta.

Ezt a bibliatanulmányt a Zsidók 11:1 megtanulásával fejezd be.

### FELADAT

1. Legyen egyedül Istennel töltött időd mindennap ezen a héten, melyhez használd fel az alábbi bibliai olvasmányokat.

- |         |              |
|---------|--------------|
| 1. nap: | Márk 6:7–13  |
| 2. nap: | Márk 6:14–29 |
| 3. nap: | Márk 6:30–44 |
| 4. nap: | Márk 6:45–52 |
| 5. nap: | Márk 6:53–56 |
| 6. nap: | Márk 7:1–23  |
| 7. nap: | Márk 7:24–30 |



2. Végezd el az 5. bibliatanulmányt

## ÉLETVÁLTOZTATÓ

TÉMA: Barátság

BIBLIATANULMÁNY: 1Sámuel 18:1–5

Írd le megjegyzéseidet az alábbi üres sorokba.

---

---

---

Gyenge pontjaim a barátságaim terén:

---

---

---

Erősségeim a barátságaimban:

---

---

---

## MEGVALÓSÍTÁS

Az 1Sámuel 18:1–5 tanulmányozása alapján Úrrá kell tennem Jézust a barátságaimban is azzal, hogy:

---

---

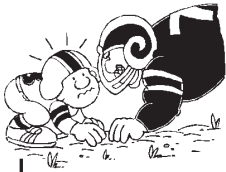
---

Megteszem az alábbi konkrét lépést már meglévő barátságaim megerősítésére és/vagy újak kialakítására.

---

---

\_\_\_\_\_ fog imádkozni velem ezért.



Jegyzetek

5

BIBLIATANULMÁNY

# A VALÓSÁG ÉRDEKÉBEN

*Tudva az igazságot*



Az a hír járja az iskolában, hogy az edző nem is volt profi játékos, mint ahogy korábban állította. Én tényleg elhittem neki, amikor a „régis szép időkről” beszélt, de azok után, hogy ezt meghalottam, már nem tudom, hogy kinek higgyek.

Az emberek sokféleképpen beszélnek Jézus Krisztusról. Valószínű, hogy sok lekicsinylő beszédet hallottál már róla az iskolában.



Ezek legnagyobb része nem igaz, de biztos felkelhetnek egy kis kételyt abban, hogy kinek van igaza. Nézzünk meg néhány híresztelést Jézussal

kapcsolatban, aztán vizsgáljuk meg a bizonyítékot, hogy biztosak lehessünk, tényleg az volt-e Jézus, akinek állította magát.

## POZITÍV BIZONYÍTÉK

### 1. HÍRESZTELÉS

Jézus Krisztus csupán jó tanító volt.

### BIZONYÍTÉK

Jézus több, mint csupán egy jó tanító. Csak egyetlen egy személyen teljesedtek be az ószövetségi Messiásra vonatkozó próféciaák, és ez a valaki Jézus Krisztus volt. Keresd ki a 61. oldalon feltüntetett prófétai igehelyeket, és nézd meg, hogyan teljesedtek be.

Ez csak néhány példa. Jézus Krisztus több mint 300 ószövetségi próféciaát töltött be, tehát nyilvánvalóan több, mint egyszerűen egy jó tanár. C. S. Lewis klasszikus *Keresztyén vagyok* c. könyvében ezt írja:

## 5. A valóság érdekében

„Egy olyan embernek, aki csak ember volt, de olyasmiket mondott, mint Jézus, nem lenne komoly erkölcsi alapja. Talán olyan holdkóros szintjén mozgott volna, mint aki azt állítja, hogy ő buggyantott tojás, vagy a pokol ördögének kellene lennie; a döntés rajtad áll.

Ő vagy tényleg Isten Fia, vagy őrült, vagy valami még rosszabb. Elnémíthatod azt gondolva, hogy ördög, vagy leeshetsz a lábához és Uradnak, Istenednek hívhatod. De ne állj elő valamilyen leereszkedő sületlenséggel arról, hogy nagy tanító volt. Ő nem hagyta meg ezt az alternatívát számunkra.”

Profécia	Beteljesedés	Mi történt?
Zsoltárok 16:9–11	ApCsel 2:2–32	
Zsoltárok 22:1	Máté 27:46	
Zsoltárok 34:20; 22:16–18	Máté 27:35 Lukács 23:33; János 19:33–37	
Zsoltárok 110:1	ApCsel 2:34–36 Zsidók 1:3	
Ézsaiás 53:7	Lukács 23:8–9	
Ézsaiás 53:9	Lukács 23:33, 50–53	

## 2. HÍRESZTELÉS

Azok a proféciaik, melyeket Jézus betöltött, vagy az ő idejében, vagy később íródtak.

## BIZONYÍTÉK

Josh McDowell *Bizonyítékok* c. könyvében rámutat, hogy a héber Szentírás görög fordítása, a Septuaginta Kr. e. 250-ben befejeződött. Tehát legalább 250 éves időszaknak kellett eltelnie a Krisz-

tusról szóló írásos próféciaák papírra kerülése és beteljesedésük között.

Olvasd el a 2Péter 1:20-at. Milyen további bizonyítékot szolgáltat ez az ige a próféciaikkal kapcsolatban?

---

---

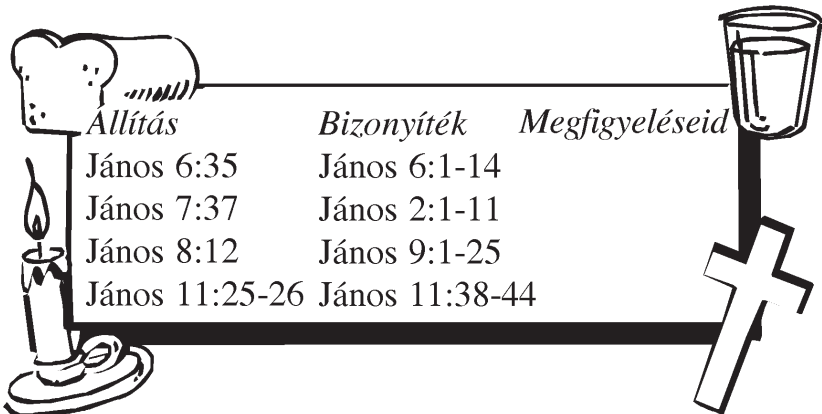
Egyértelmű bizonyíték van arra, hogy Jézus sok évvel azután született, hogy leírták a róla szóló próféciaikat.

### 3. HÍRESZTELÉS

Valójában Jézus nem volt Isten, csak egy nagy vallásalapító.

#### BIZONYÍTÉK

Mint ahogy C. S. Lewis mondta, egyetlen nagy vallásalapító sem állt elő olyan állításokkal, mint Jézus. Mi mindent állított Jézus, és milyen bizonyítékot szolgáltatott annak bizonyítására, hogy igazat mond? Keresd ki a következő igéket, és dönts el, hogy alátámasztotta-e Jézus az istenségéről szóló állításait.



Allítás	Bizonyíték	Megfigyeléseid
János 6:35	János 6:1-14	
János 7:37	János 2:1-11	
János 8:12	János 9:1-25	
János 11:25-26	János 11:38-44	



Olvasd el a Máté 3:16–17-et.

Valaki más elhitte Jézus állításait azzal kapcsolatban, hogy ő Isten – az Atya. Mivel bizonyította az Atya Isten Jézus állításait?

---

---

Olvasd el a Máté 14:25–32-t. Voltak olyan emberek, akik elhitték, hogy Jézus Isten. Mit mondtak ezek az emberek Jézusról?

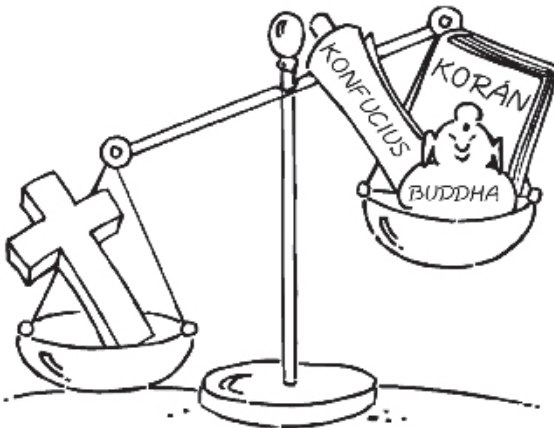
---

#### 4. HÍRESZTELÉS

Jézus egyenlő Mohameddel, Konfuciuszal, Buddhával és más nagy vallási tanítókkal.

#### BIZONYÍTÉK

Ha elmész Mohamed, Konfucius vagy Buddha sírjához, megtalálhatod földi maradványaikat. De nem ez a helyzet Jézus



Krisztussal. Az ő sírja üres. Miért? Mert Jézus Krisztus feltámadt a halálból, és felment a mennybe, hogy az Atyával legyen. Vizsgáld meg a következő bizonyítékot.

Jézus megpróbáltatta feltámadását. Fogalmazd meg saját szavaiddal a Lukács 18:31–34-et.

---

Jézus sírja üres volt. Olvasd el a Máté 27:57–28:7-et. Milyen bizonyítékkal szolgálnak ezek az igeversek Krisztus feltámadására?

---

Jézus feltámadása után megjelent egyes embereknek. Olvasd el az alábbi igéket, és készíts felsorolást azokról, akik élve látták Jézust halála után.

Máté 28:1, 8–10 \_\_\_\_\_

Máté 28:16–20 \_\_\_\_\_

Lukács 24:13–16, 28–31 \_\_\_\_\_

Lukács 24:34 \_\_\_\_\_

Lukács 24:36–43 \_\_\_\_\_

János 20:14 \_\_\_\_\_

János 20:26–28 \_\_\_\_\_

János 21:1–14 \_\_\_\_\_

1Korinthus 15:3–8 \_\_\_\_\_

Jézus feltámadásának bizonyítékai alapján *nem* lehet őt összehasonlítani más vallási vezetőikkel.

## 5. HÍRESZTELÉS

Jézus zsidó volt, aki 2000 éve meghalt. Semmi köze nincs a mai életemhez.

## BIZONYÍTÉK

Ez a bizonyíték tőled függ. Hogyan tudod személyes tapasztalatodból bizonyítani, hogy Jézus az, akinek mondta magát, és hogy ő még ma is aktív?

---

---

## HIGGY ÉS ENGEDELMESKEDJ

Tanulhatunk Krisztus példájából. Jézus azért tudott az lenni, aki volt, és azért tudta megtenni, amit tett, mert tökéletesen engedelmeskedett az Atyának. Nézd meg ezeket a példákat.

- Jézus engedelmes volt a bemelegítésben (Máté 3:13–17).
- Jézus engedelmes volt élete minden részletében (János 6:38).
- Jézus még a halálban is engedelmes volt (Máté 26:36–46).

Határozd meg a fenti igékből, hogy mi készítette Jézust az Atyának való engedelmességre.

---

Határozd meg, hogy mi az engedelmesség Jézus élete alapján.

---

---

Az életben az erő és a cél felfedezésének legnagyobb tényezője az Istennek való engedelmesség. Ha Uraddá teszed Jézust, ez azt jelenti, hogy engedelmeskedsz neki, és azt teszed, amiről tudod, hogy az ő akarata számodra. Biztos, hogy megtapasztalod engedelmességed pozitív eredményeit.

## BÖLCS LESZEL

Olvasd el a Máté 7:24–27-et, és írd le újra ezt a példázatot úgy, hogy a saját életedre vonatkozzon.

---

---



## MEGFOGODTAPASZTALNI ISTENSZERETETÉT ÉS KÖZÖSSÉGÉT

Nézd meg a János 14:23-at. Mit jelent számodra ez az igevers?

---

---

## EGYRE JOBBAN MEGISMERED JÉZUST

Olvasd el a János 14:21-et, hogy meglásd, hogyan történik ez meg.

---

---



## GYŐZELMES LESZEL

Milyen ígéreteket tartogat az 1János 5:3–4 azoknak, akik megtartják Isten parancsait?

---

---

Nevezd meg egy területet az életedből, ahol tényleg nehéz engedelmeskedned Jézus Krisztusnak.

---

Talán a legkeményebb engedelmességi vizsgám az egyetemen volt, ahol kosaraztam. Egyik nap, amikor Bibliámat olvastam, a Máté 6:33-hoz értem: „Keressétek először az ő országát és igazságát, és ezek is [élelem, ruha, stb.] mind ráadásul megadatnak néktek.” Amikor elolvastam ezt az igeverset, rádöbentem, hogy a kosárlabdázás nekem fontosabb mint Jézus Krisztus. Küzdöttem azzal a gondolattal, hogy *ne* játszom. Első osztályos koromtól kosaraztam. Az utolsó középiskolai tanévem előtti nyáron naponta nyolc órát gyakoroltam – a kosárlabda volt az életem.

Nem akartam abba hagyni, de állandóan beugrott a kérdés: *Mi az első, a kosárlabda vagy Jézus Krisztus?* Végül egy nap szüleimmel együtt beszélgettünk, sírtunk és imádkoztunk, hogy jól döntsek, és tudtam, hogy abba kell hagynom a kosárlabdázást.

Miután ezt eldöntöttem, felfedeztem, hogy Jézus mennyire valóságosan gondoskodik rólunk, ha engedelmeskedünk neki. Azt hittem, hogy ha abba hagyom a kosarazást, akkor nagy űr támad az életemben. Mihelyt abba hagytam, Isten összehozott valakivel, aki bevezetett a diákok közti munkába. Aztán másfél év múlva Isten lehetővé tette, hogy egy olyan kosaras csapatban játszhattam, amely az egész országban túrázott és kihívta a



híres egyetemek csapatait. De a kosárlabdázás mellett beszéltünk Jézus Krisztusba vetett hitünkről az emberek tömegeinek, akik eljöttek a mérkőzésekre. Feladtam a kosarazást, hogy Jézust keressem először, és ő visszaadta nekem a kosárlabdát.

## TEDD SZEMÉLYESSÉ

Valószínű, hogy te is ismersz több területet, ahol neked kell elkezdened engedelmeskedni Jézus Krisztusnak. Nézzünk meg csak egyet – a szüleiddel való kapcsolatodat, és tedd ezt igazán személyessé az életedre most rögtön. Végezd el az Életváltoztató lapon lévő bibliatanulmányozást, és válaszolj minden kérdésre. Koncentrálj gondolataidat arra, hogy miben segít a szüleidnek való engedelmesség abban, hogy engedelmeskedj Jézusnak.

A János 14:21 megtanulásával fejezd be ezt a bibliatanulmányt.

### FELADAT

1. Legyen egyedül Istennel töltött időd mindennap ezen a héten, melyhez használd fel az alábbi bibliai olvasmányokat.

- |         |               |
|---------|---------------|
| 1. nap: | Márk 7:31–37  |
| 2. nap: | Márk 8:1–13   |
| 3. nap: | Márk 8:14–21  |
| 4. nap: | Márk 8:22–26  |
| 5. nap: | Márk 8:27–30  |
| 6. nap: | Márk 8:31–9:1 |
| 7. nap: | Márk 9:2–13   |



2. Végezd el a 6. bibliatanulmányt

## ÉLETVÁLTOZTATÓ

TÉMA: Engedelmesség a szülőknek

BIBLIATANULMÁNY: Efézus 6:1–4

Kolossé 3:20

Írd le megjegyzéseidet az alábbi üres sorokba.

---

---

---

---

---

---

---

---

Gyenge pontjaim a szüleimnek való engedelmesség terén:

---

---

---

Erősségeim a szüleim iránti engedelmességben:

---

---

---

## MEGVALÓSÍTÁS

Az Efézus 6:1–4 és a Kolossé 3:20 tanulmányozása alapján Úrrá kell tennem Jézust a szüleimmel való kapcsolatomban is azzal, hogy:

---

---

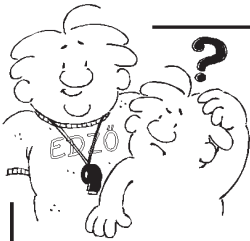
---

Megteszem az alábbi konkrét lépést azért, hogy engedelmesebb legyek szüleimnek:

---

---

\_\_\_\_\_ fog imádkozni velem ezért.



## Jegyzetek

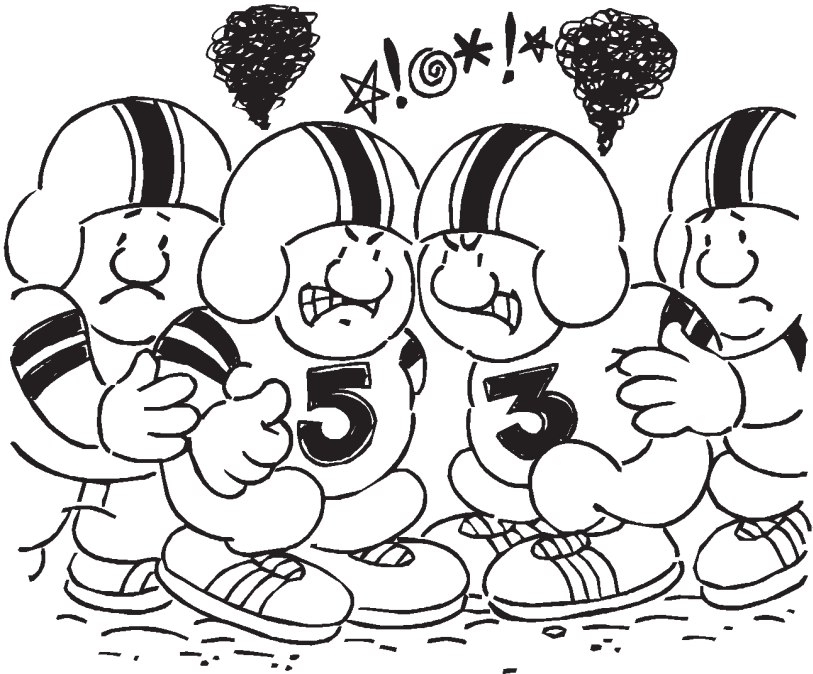


6

BIBLIATANULMÁNY

# NE HAGYD MAGAD

*A hozzáállásod megváltoztatása*



Ma az egyik srác lehordott a sárga földig, mert felkapta a vizet. Ki akartam ütni. Nehéz helyesen viszonyulni az ilyen fickókhoz.

Te mit tennél hasonló helyzetben?

---

---

Miért?

---

---



Hozzáállásod meghatározza cselekedeteidet, éppen úgy, mint ahogy génjeid meghatározzák a külsődet. Halottam egyszer egy történetet, ami jól mutatja a hozzáállás és a cselekedetek közti kapcsolatot. Egy Steve Trass nevű srác

durcásan elköltözött otthonról, és egy fatelepen kapott állást. Korábban szülei a szélről is óvták, ezért elég puhány volt. Egy nap ezt írta haza: „Utálok ezt a helyet. A legrosszabb, amit valaha is láttam. Az emberek kegyetlenek és mocskosak. Nem találok itt a helyem.”

Egy nap mindenki bement a városba a telepről, hogy lerészegedjen – kivéve Steve-et. Miután a többiek elmentek, egyszer csak ott termett néhány fickó a másik fatelepről, hogy rajtaüssön Steve telepén. Steve megrémült, és nem tudta mitévő legyen, ezért megragadott egy közelben lévő fejszenyelet, és lekapcsolta a villanyt. Amint az idegenek az ajtóhoz értek, odacsapott. *Piff! Paff! Puff!*

A betolakodók hamarosan visszavonulót fújtak. Amikor Steve felkapcsolta a lámpát, hét testet látott a földön fekvve. Aznap este megint írt haza: „Szeretem ezt a helyet. Olyan férfiaknak való, akik bátrak és erősek. Itt maradok, és szerencsét próbálok.” Ez alkalommal így írta alá levelét: „Fiatok, Fejszenyél Trass”. Micsoda változás a hozzáállásban!

## HOZZÁÁLLÁS TESZT

Ismerős-e számodra valamelyik hozzáállás ezek közül?

- „Utálom a sulit.”
- „Úgyis felcsípem ezt a lányt.”
- „Ez a tanár vén, mint a nagyapám.”
- „Olyan ez az étel, mint a moslék.”
- „Nincs joga az öregeméknek, hogy beleszóljanak a dolgaimba.”

Ha beleestél az ilyen (vagy még rosszabb) gondolkodásmódba, akkor *változtatnod kell a hozzáállásodon*.

De ne az legyen a vége, hogy az egyik rossz hozzáállást kicseréled egy másikkal. Tudnod kell, milyen a jó hozzáállás egy-egy dologhoz. Jézus tökéletes példája az olyan embernek, akinek helyes volt a hozzáállása az élet dolgaihoz. Nézzük csak meg néhány élethelyzetét, és próbáljuk meg utánozni (amint erre Pál is biztat a Filippi 2:5-ben).

### 1. JÉZUS NEM HAJTOTT RÁ NAGYRAVÁGYÓ TERVEKRE ÉS SIKEREKRE

Feladta saját vágyait és céljait Atyja vágyai és céljai érdekében. Olvasd el a Filippi 2:3-at.

Milyen két negatív hozzáállást említ ez a vers?

---

---

Hogyan küzdesz meg ezekkel a hozzáállásokkal?

---

---

Milyen pozitív hozzáállásnak kell felváltania ezeket a negatívakat?

---

---

A Filippi 2:6 leírja, hogyan mutatta be Jézus ezt a pozitív tulajdonságot. Írd le ide, hogy mit tett.

---

---

Jézus „megüresítette magát”. Ez azt jelenti, hogy kiöntötte saját vágyait, mint egy pohár vizet. Nekünk is ki kell öntenünk büszke, önző, öntelt, makacs és védekező beállítottságunkat. Ezek közül melyektől kell megszabadulnod?



\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Önmagad megüresítése a reményeid, álmaid vagy vágyaid elvesztésébe kerülhet.

## 2. JÉZUS FELADTA „JOGAIT”, HOGY SZOLGÁLHASSON MÁSOKNAK

Mit mond a Filippi 2:7 Jézus „jogairól”?

---

Olvasd el a Márk 10:45-öt. Mit tanulhatsz még Jézus hozzáállásából?

---

Az Ószövetségben sok szolgát *felfogadtak*. Ezek fizetést kaptak, és voltak jogaik. De az Újszövetségben előjön a *rabszolga* fogalma – olyan valaki, akinek nincsenek jogai, és egyszerűen ura tulajdonát képezi. Jézus *rabszolga* volt. Önkéntesen adta fel a jogait, hogy megdicsőítse Istent, és megmentse az embert.

Keresd ki a Filippi 1:1-et és a 2Korinthus 4:5-öt, és rá fogsz jönni, hogy Pál apostol is rabszolgának nevezi magát (l. Csia ford.).

Ki volt az ura?

---



Társadalmunkban az emberek úgy gondolják, hogy vannak jogaik. Neked is ez a véleményed? Védd meg a válaszodat.

---

---

---

Hogyan alakíthatod ki magadban Jézus szolgáló lelkületét? Úgy, ha feladod a „jogaidat”. Utolsó Életváltoztató lapod a szüleidről szól, ezért most rátérünk néhány gyakorlati kérdésre, melyek segítségével alkalmazzuk a szolgáló lelkületet a szüleiddel való kapcsolatra.

1. *Lásd meg az életet szüleid szemszögéből.* Hogy érzi magát édesapád a munkahelyén mostanában? Milyen a hozzáállása barátaihoz? A korához? Édesanyáddal való kapcsolatához?

---

---

---

Mi a helyzet édesanyáddal? Hogy érzi magát? Mennyire tartja értékesnek magát? Édesapádat? Előfordul-e, hogy egyedül érzi magát?

---

---

---

2. *Kérd ki szüleid tanácsát a problémákra, amikkel szembe találsz magad.* Miben van szükséged éppen most a tanácsukra?

---

---

Írd le egy nem régi rossz döntésedet, amit lehet, hogy nem hoztál volna meg, ha először megkérdezted volna szüleidet.

---

---

## 6. Ne hagyd magad

3. *Mutasd ki, hogy értékeled a szüleidet.* Néhány javaslat ennek elkezdéséhez:

- Vidd el őket egy fagyira (kólára, stb.), és te fizesd a számlát.
- Pakold el a ruháidat.
- Takarítsd ki a szobádat.
- Ne felejtse el a születésnapjukat és házassági évfordulójukat.
- Porszívózd ki a lakást.



Mivel fogod kimutatni ezen a héten, hogy értékeled a szüleidet?

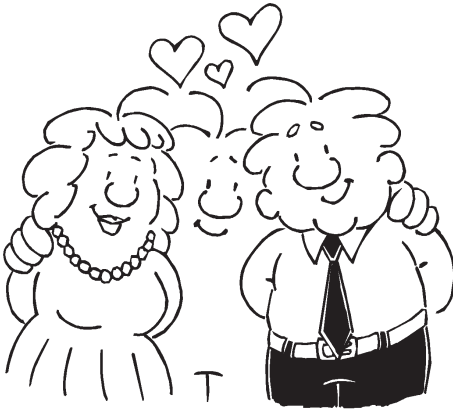
---

---

---

4. *Imádkozz a szüleidért.* Ügyelj arra, hogy emlékezz meg szüleidről naponta az Istennel töltött időd során. Használj egy „Közbemjárás naplót” (lásd: 142. old. a *Legyen egyedül Istennel töltött időd* c. könyvben), és jegyezd fel benne imakéréseidet a szüleiddel kapcsolatban.

5. *Kérj bocsánatot a szüleidtől, ha valami rosszat tettél.* Van-e feszültség közted és a szüleid között? Nem szolgáltatnál-e rá *bármivel* okot? Ha igen, akkor oda kell menned hozzájuk, és bocsánatot kérni. Gyakorold ezt hangosan: „Nem volt igazam (magyarázd meg miben). Kérlek ne haragudj rám.” Miután többször is elpróbáltad a bocsánatkérésedet, állj szüleid elé, és mondd el nekik, aztán írd le, hogy mi történt.



6. *Mondd meg szüleidnek, hogy szereted őket.* Minden ember más. Lehet, hogy a te szüleid pozitívan, negatívan vagy közömbösen reagálnak arra, ha kimondod, hogy „Szeretek benneteket”. De bárhogy is legyen, fontos tudniuk, hogy szereted őket. (És ne csak *mondd*

ezt, hanem *mutasd* is). Reagálásuk segít pontosabban meghatározni, hogy miért kell imádkozni velük kapcsolatban. Írd le ide reakciójukat.

---

---

---

Megtudhatod, hogy van-e szolgáló lelkületed abból, ahogy olyankor viselkedsz, amikor tényleg úgy bánik veled valaki, mint egy szolgálóval.

### 3. JÉZUS LEMONDOTT ÉLETÉRŐL A KERESZTEN

Olvasd el a Filippi 2:8-at. Jézus a Gecsemáné kertben küzdött azért, hogy „engedelmes legyen haláláig” (Máté 26:38). A Biblia olyan hasonlattal írja le Jézust, mint aki „vércseppeket izzadt”, miközben azért küzdött, hogy engedelmes legyen az Atyának.

Olvasd el a Máté 26:39-et. Meg akart-e halni Jézus?

---



## 6. Ne hagyd magad

Miért döntött úgy, hogy önként lemond az életéről?

---

Sohasem tanulsz meg élni,  
amíg nem tanultál meg meghalni.

### 4. JÉZUS TUDTA, HOGY GYŐZNI FOG

Olvasd el a Filippi 2:9–11-et. Milyen két dolgot tett Isten Jézus jó hozzáállása következtében?

---

---

Milyen két dolgot kell nekünk tennünk Jézus jó hozzáállásának eredményeképpen?

---

---

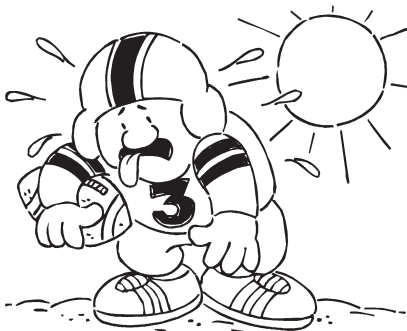
Olvasd el az 1Péter 5:5–6-ot. Mit kell tennünk ahhoz, hogy kövessük Jézus lelkületét?

---

---

Át kell menned a kereszten ahhoz,  
hogy eljuss a feltámadásra.

Minden, amit teszel, kerül valamibe (időbe, pénzbe, energiába, stb.). Az a kérdés, hogy kész vagy-e megadni az árát. Ha egy focicsapat bajnok akar lenni, akkor edzenie kell, ha esik, ha fúj. Ha egy diák be akar jutni valamelyik híres egyetemre, akkor le kell mondania bizonyos programokról, és mindennap tanulnia



kell. Ha arra akarsz törekedni, hogy olyan legyen a lelkületed, mint Krisztusé, akkor meg kell aláznod magad Jézus előtt, mint Úr előtt. Neki az a lelkesítő ígérete számodra, hogy felmagasztal, felemel, és győztessé tesz az életben.

## TEDD SZEMÉLYESSÉ

Olyan-e a hozzáállásod a dolgokhoz, mint Jézusé volt? Vagy változtatnod kell a hozzáállásodon több mindenben? Lelkületed meghatározza tetteidet. Ennek a leckének a személyessé tételéhez töltsd ki a lecke Életváltoztató lapját a „Hozzáállás az élet dolgaihoz” témakörben. Végezd el a megadott bibliatanulmányt, aztán válaszolj mindegyik kérdésre.

Ezt a bibliatanulmányt a Filippi 2:5 megtanulásával fejezd be.

### FELADAT

1. Legyen egyedül Istennel töltött időd mindennap ezen a héten, melyhez használd fel az alábbi bibliai olvasmányokat.

- |         |               |
|---------|---------------|
| 1. nap: | Márk 9:14–29  |
| 2. nap: | Márk 9:30–32  |
| 3. nap: | Márk 9:33–37  |
| 4. nap: | Márk 9:38–41  |
| 5. nap: | Márk 9:42–50  |
| 6. nap: | Márk 10:1–12  |
| 7. nap: | Márk 10:13–16 |



2. Végezd el a 7. bibliatanulmányt

## ÉLETVÁLTOZTATÓ

TÉMA: Hozzáállás az élet dolgaihoz

BIBLIATANULMÁNY: Máté 5:1–12

Írd le megjegyzéseidet az alábbi üres sorokba:

---

---

---

Gyenge pontjaim a hozzáállásomban:

---

---

---

Erősségeim a hozzáállásomban:

---

---

---

## MEGVALÓSÍTÁS

Az Máté 5:1–12 tanulmányozása alapján Úrrá kell tennem Jézust a hozzáállásomban azzal, hogy:

---

---

Megteszem az alábbi konkrét lépést azért, hogy hozzá-  
állásom is tükrözze Krisztus uralmát az életemben.

---

---

\_\_\_\_\_ fog imádkozni velem ezért



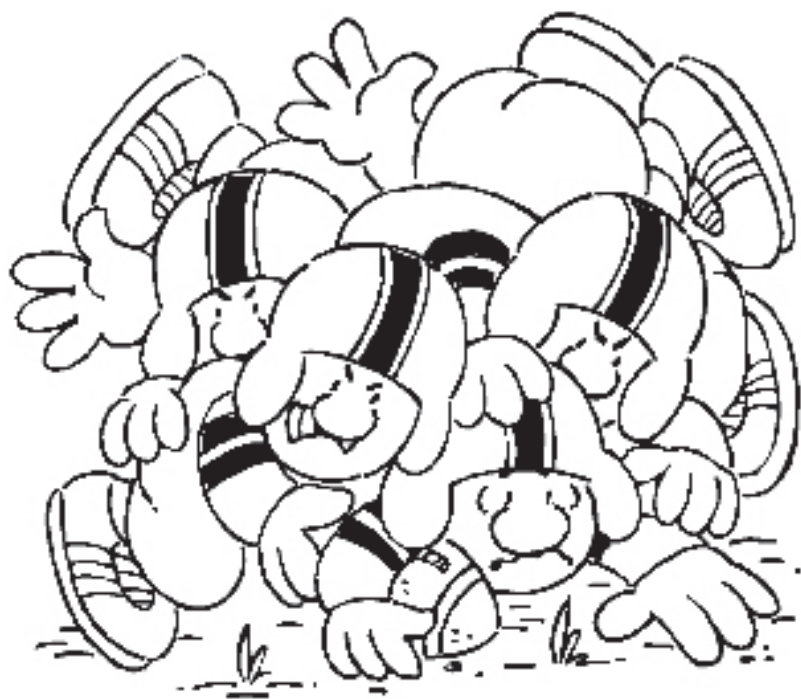
## Jegyzetek

7

BIBLIATANULMÁNY

# SZABADÍTSD FELŐT

*A Szentlélek erejében élni*



Eddig ez a hét volt a legkeményebb. Egyszer sem voltam formában. Bárcsak több erőm lenne!

Volt egy szobatársam a kollégiumban, aki egyszerűen lehengetelt a kosárlabda pályán. Én vékony, 182 centi magas védő vagyok, de ő kétméteres, 100 kilón felüli jellegzetesen kosaras alkat. Gyakran



játszunk kettesben. Ilyenkor kimerülten esem be a kollégiumba, miután a játék legnagyobb része alatt egyszerűen megetette velem a labdát.

Szobatársam újból és újból megvert, és győzelmei hatására kezdett megrendülni az önbizalmam. Egy délután ott ültem a szobámban, és azon törtem a fejem, hogy miként lehetne őt legyőzőnm. Elaludtam, és már csak arra emlékszem, hogy Michael Jordan (valószínű, hogy a legjobb kosárlabda játékos, aki valaha élt) belebújt a bőrömbe. Kívülről továbbra is úgy néztem ki mint addig, de belül én lettem a környék legjobb kosarasa.

Másnap lementünk a szobatársammal a tornaterembe, hogy lejátsszuk szokásos egyéni mérkőzésünket. Úgy döntöttem, hogy nyugodt maradok, és egyszer elütöttem a labdát a térdemmel, úgy hogy semmit se gyanított. De aztán ezt gondoltam: *OK, Michael, szabadulj fel!* Megfordultam és belőttem egy tökéletes labdát. Olyan erős volt, hogy elszakította a hálót. Legközelebb, amikor hozzám került a labda, alacsonyan cseleztem, aztán hirtelen át-emeltem a szobatársam fölött, és bevágtam a hálóba pontosan a feje fölött. Ha hozzá került a labda, rákényszerítettem, hogy megegye... és azt se kérdeztem, hogy kér-e hozzá sót vagy paprikát.

## 7. Szabadítsd fel Őt

Fogalma sem volt, hogy miért nem megy neki a játék, hiszen nyilvánvalóan nem a szokásos formámban voltam.



Nem kívántad-e valaha, hogy erősebb legyél, mint amilyen általában vagy? Mikor?

---

Jézus a keresztyéneknek adott egy kapaszkodót az élet játékában. Beléjük sűrítette a Szentlélek személyét. Mi haszna van ennek? Jézus azt mondta, hogy „amikor azonban eljön ő, az igazság Lelke, elvezet titeket a teljes igazságra; mert nem önmagától szól, hanem azokat mondja, amiket hall, és az eljövendő dolgokat is kijelenti nektek. Ő engem fog dicsőíteni, mert az enyémből merít, és azt jelenti ki nektek” (János 16:13–14).

Ha ott él benned a Szentlélek, ez olyan, mintha „különleges képességed” lenne arra, hogy mindennap szembenézz a Krisztusért való élet próbájával. Váltsd ki neked szóló ígéretét az Efézus 3:20–21-ben: „Aki [Jézus] pedig mindent megtehet sokkal bőszesebben, mint ahogy mi kérjük vagy gondoljuk, a bennünk munkálkodó erő [a Szentlélek] szerint: azé a dicsőség az egyházban Krisztus Jézus által nemzedékről nemzedékre, örökkön-örökké.” A Szentlélek ad erőt neked a keresztyén élet megéléséhez.

## ERŐ ADATOK

Mit tudsz valójában a Szentlélekről? Nézzünk meg néhány „erőmutatót” róla.

### 1. A SZENTLÉLEK ISTEN

Ő a Szentháromság harmadik személye. Emlékszel még a 3. bibliatanulmány ábrájára?



Keresd ki a következő igeverseket, és jegyezd le a bennük szereplő bizonyítékokat arra, hogy a Szentlélek tényleg Isten.

Máté 28:19–20 \_\_\_\_\_

János 14:26 \_\_\_\_\_

1Korinthus 12:13 \_\_\_\_\_

### 2. A SZENTLÉLEK AZ IDŐK KEZDETÉTŐL MUNKÁLKODIK

Hogyan mutatnak rá a következő igeversek a Szentlélek korai szolgálatára?

1Mózes 1:2 \_\_\_\_\_

Haggeus 2:5 \_\_\_\_\_

### 3. A SZENTLÉLEK MUNKÁJA NYILVÁNVALÓ VOLT JÉZUS ÉLETÉBEN

Hogyan igazolják az alábbi igeversek a Szentlélek munkáját?

Lukács 1:35 \_\_\_\_\_

Lukács 4:1 \_\_\_\_\_

Lukács 4:14–21 \_\_\_\_\_



## 7. Szabadítsd fel Őt

János 1:32 \_\_\_\_\_

Róma 8:11 \_\_\_\_\_

Zsidók 9:14 \_\_\_\_\_

### 4. A SZENTLÉLEK IHLETTE A BIBLIÁT

Olvasd el és foglald össze, hogy mit mondanak a következő igeversek a Szentlélek szerepéről a Biblia megírásában.

János 16:13 \_\_\_\_\_

Cselekedetek 1:16 \_\_\_\_\_

2Péter 1:21 \_\_\_\_\_



Több bizalmat ad-e számodra Isten Igéje iránt az a tudat, hogy a Szentlélek volt az ismeret forrása minden bibliai könyv szerzője számára? Miért?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### 5. A SZENTLÉLEK SEGÍT HINNÜNK KRISZTUSBAN

Olvasd el a János 14:15–17-et. Hogyan hoz bennünket a Szentlélek Krisztushoz?

\_\_\_\_\_

Ott lakhat-e a hitetlenekben a Szentlélek?

---

Hogyan szomoríthatja meg egy nem keresztyén ember a Szentlelket? (Máté 12:31–32)

---

---

## **6. A SZENTLÉLEK ELJÖN, HOGY BENNED ÉLJEN**

Mit árulnak el a következő versek a hívő ember kapcsolatáról a Szentlélekkel?

János 7:37–39 \_\_\_\_\_

1Korinthus 12:13 \_\_\_\_\_

2Korinthus 3:6 \_\_\_\_\_

Galácia 4:6 \_\_\_\_\_

Efézus 1:13–14 \_\_\_\_\_

## **7. A SZENTLÉLEK MEGVÁLTOZTATJA AZ ÉLETED**

A következő igeversek segítségével jobban láthatod, hogy a benned élő Szentlélek hogyan tesz egyre hasonlóbba Krisztushoz.

Ezékiel 36:26–27 \_\_\_\_\_

János 14:26 \_\_\_\_\_

Cselekedetek 1:8 \_\_\_\_\_

Róma 8:13–16 \_\_\_\_\_

## 7. Szabadítsd fel Őt

1Korinthus 12:4–11 \_\_\_\_\_

Galácia 5:22–23 \_\_\_\_\_

Filippi 3:3 \_\_\_\_\_

Írd le a Szentlélek benned végzett munkáját a saját szavaiddal a 2Korinthus 3:18 alapján.

---

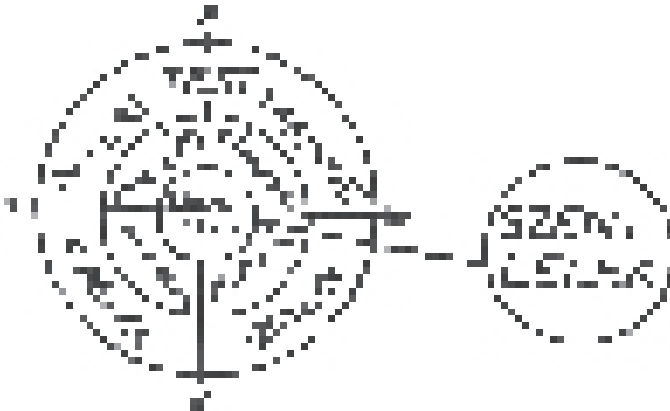
---

## ERŐ EGYEZMÉNY

Miután befogadtad Krisztust, tested a Szentlélek temploma lett (1Korinthus 3:16). Hagynod kell, hogy a Szentlélek működjön a templomában.



Tanulmányozd a Róma 8:1–11-et, és készíts róla vázlatot megmagyarázva, hogy mi történik, amikor betölt a Szentlélek. Használd fel ezt az alapábrát segítségül.



Miért kell telve lenned Szentlélekkel? Légy konkrét.

---

---

Van-e valami az életedben, ami nem engedi, hogy megtelj Szentlélekkel?

---

---

A következő lépések segítenek abban, hogy *naponta* megtelj Szentlélekkel, hogy az ő irányítása alatt maradj. Imádkozd végig mindegyik lépést, amint megkéred Istent, hogy töltsön be Lelkével.

### 1. ISMERD FEL

hogy a Szentlélek folyamatosan benned lakik, mert behívtad Krisztust az életedbe. Olvasd el az 1Korinthus 6:19–20-at.



Mit kell tenned? Miért?

---

---

### 2. ISMERD BE

hogy Isten azt akarja, hogy állandóan az ő Lelke irányítson. (Ez a lényege annak, hogy lehetővé teszed Jézus uralmát.)



Mit parancsol Isten neked az Efézus 4:17–18-ban?

---

---

### 3. TARTS BŰNBÁNATOT

bármilyen bűnnel kapcsolatban az életedben. Vannak-e olyan dolgok az életedben, amik nem tetszenek Istennek? Jézus bocsánatot és szabadságot hozott bűneidről a kereszten. Bocsánata valóságossá válik, ha megvallod neki bűnödöt (egyetértesz Istennel a bűnödöt illetően). Ekkor nagyon közel jön hozzád ígérete az 1János 1:9-ben.



Milyen bünt vagy bűnöket kell most megvallanod?

---

### 4. TAGADD MEG

és hagyd el *saját* vágyaidat, hogy követhesd *Isten* vágyait.



Mit mond a Galata 2:20 vágyaid kezelésével kapcsolatban?

---

Melyek azok a vágyaid, amik a te kezvedben vannak, pedig át kellene adnod őket a Szentléleknek?

---

### 5. TEDD SZABADDÁ

a Szentlélek teljességét benned hit által. Tedd ezt *most!* Éppen úgy, ahogy befogadtad Isten Lelkét az életedbe, amikor hívővé lettél, most fogadd el a Szentlélekkel való beteljesedést hit által.



Milyen ígéreted van Istentől a Szentlélek vételére? (Galata 3:14)

---

Írj le egy imádságot ide, melyben megkéred Istent, hogy árássa ki életedbe Szentlelkét.

---

---

## TEDD SZEMÉLYESSÉ

Most már érted, hogyan tudja a Szentlélek megváltoztatni az életedet, és hogyan tud több erőt és hatalmat adni, ezért engedd, hogy megtegye. Az Életváltoztató lap megint csak egy területet vizsgál meg, amiben a legtöbb embernek változnia kell. Miközben végiggondolod „szokásaidat”, végezd el az Efézusi levélből vett tanulmányt, és válaszolj minden kérdésre.

Ezt a bibliatanulmányt az Efézus 5:18 megtanulásával fejezd be.

### FELADAT

1. Legyen egyedül Istennel töltött időd mindennap ezen a héten, melyhez használd fel az alábbi bibliai olvasmányokat.

- |         |               |
|---------|---------------|
| 1. nap: | Márk 10:17–31 |
| 2. nap: | Márk 10:32–34 |
| 3. nap: | Márk 10:35–45 |
| 4. nap: | Márk 10:46–52 |
| 5. nap: | Márk 11:1–14  |
| 6. nap: | Márk 11:15–19 |
| 7. nap: | Márk 11:20–26 |



2. Végezd el a 8. bibliatanulmányt

## ÉLETVÁLTOZTATÓ

TÉMA: Szokások

BIBLIATANULMÁNY: Efézus 5:1–18

Írd le megjegyzéseidet az alábbi üres sorokba.

---

---

---

---

Gyenge pontjaim a szokásaimban:

---

---

---

Erősségeim a szokásaimban:

---

---

---

### MEGVALÓSÍTÁS

Az Efézus 5:1–18 tanulmányozása alapján Úrrá kell tennem Jézust a szokásaimon azzal, hogy:

---

---

---

Megteszem az alábbi konkrét lépést azért, hogy megszabaduljak rossz szokásaimtól, és olyanokkal váltsam fel ezeket, melyek tisztelik az Urat.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ fog imádkozni velem ezért.



Jegyzetek

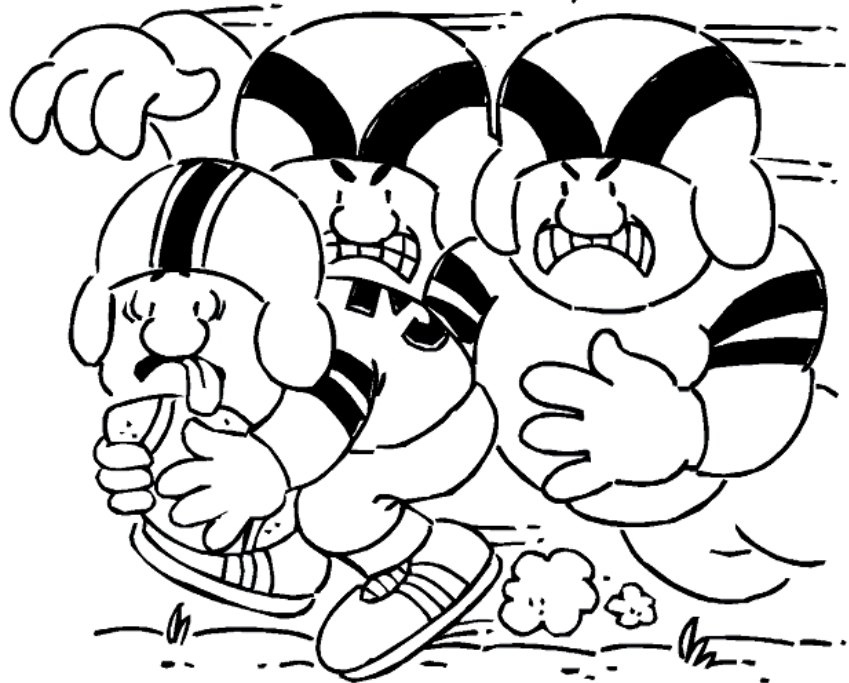


8

BIBLIATANULMÁNY

# HOZD A LEGJOBB FORMÁDAT!

*Lerázni az akadályokat*



Tegnap este legnagyobb ellenfelünkkel játszottunk, és a harmadik félidőben teljesen kifogyott az erőm. Nagyon úgy érzem, hogy cserben hagytam a csapatomat és az edzőt. Hétfőn megkérdezem az edzőt, hogyan tudok több kitartást szerezni, hogy erősebben fejezzem be a játékot, mint ahogy elkezdtem.

Pál egyszer rákérdezett a galáciai gyülekezetre: „Eddig jól futottatok, ki akadályozott meg titeket abban, hogy az igazságnak engedelmesskedjete?” (Galata 5:7) A Zsidókhoz írt levél szerzője arra biztat, hogy: „tegyünk le minden ránk nehezedő terhet és a bennünket megkörnyékező bűnt, és állhatatossággal fussuk meg az előttünk lévő pályát” (Zsidók 12:1).



Mi akadályoz meg minket abban, hogy kitartással megfussuk a versenyt? Nézzünk meg néhány gyakori terhet, és vizsgáljuk meg, hogyan „tegyük le” ezeket.

---

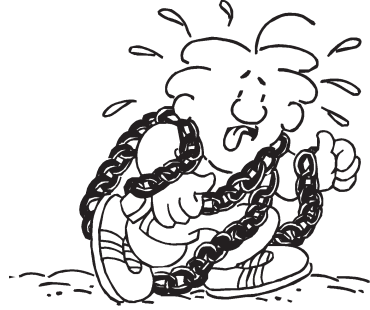
---

---

---

## TERHEK KOMOLY „FUTÓKNAK”

Ezeknek a súlyoknak az egyik felsorolása a Galata 5:19–21-ben található. Nézzünk meg egy csoportot egyszerre, és vizsgáljuk meg, hogyan akadályozzák Jézus uralmát az életedben.



### 1. HÁZASSÁGTÖRÉS, PARÁZNASÁG, TISZTÁTALANSÁG

Napjainkban eléggé elfogadható dolog alkalmi szexuális kapcsolatokat teremteni. Lehet, hogy kinéznek maguk közül, ha szűz vagy (az iskolában biztosan így van). De mit gondol Isten a nemi tisztaságról?



Olvasd el az 1Thesszalonika 4:3–6-ot. Mit kell kerülnöd?

---

Mit kell elhagynod? Miért?

---

Miért olyan nagy probléma a házasságon kívüli szex? Ha nem vársz a megfelelő személyre, helyre és időre (a házasságra), akkor elsődlegesen így gondolkodol: „Ki kell elégítenem a nemi vágyaimat”, és nem így: „Ez a szeretetem kifejezése irántad”. Az egészen az lesz a vége, hogy kihasználod a másikat saját, önző indítékaid beteljesítésére. Ha megtanulsz uralkodni nemi életedben, akkor képes leszel szeretettel és figyelmességgel viszonyulni a másik félhez. Az önfegyelem hiánya ezen a területen azt jelzi, hogy a szex fontosabb neked, mint Jézus.

## 2. BÁLVÁNYIMÁDÁS ÉS VARÁZSLÁS

A bálványimádás azt jelenti, hogy valami vagy valaki mást tartani legfőbb értéknek Istenen kívül. Bálványaink egy része elég ártatlannak tűnik. Mások egyértelműen rosszak. Az alábbiakban három jellegzetes bálványról lesz szó, amik megkísérthetnek téged is. (Természetesen sokkal, de sokkal több létezik.)

*Népszerűség.* Az iskolában az elismertségre megy ki a játék. Úgy látszik, hogy mindig az osztályzatokon, a választásokon vagy a randevúkon van a hangsúly.

Mit mond Pál a népszerűségről? (Galata1:10)

---

Miért rossz túlzottan arra törekedni, hogy másoknak tetszünk?

---

*Büszkeség.* Az egoista büszkeség arra késztet, hogy fontosabbnak gondold magad, mint amilyen vagy.

Mivel cseréljük ki a büszkeséget Péter tanácsa szerint? (1Péter 5:5) Miért?

---

---

*Okkult érdeklődés.* El szoktad-e gyakran olvasni a horoszkópodat? Kísérleteztél-e már ábécés deszkalappal? És mi a helyzet az asztrológiával?

Milyen figyelmeztetést olvasunk a 3Mózes 19:31-ben?

---

---

### 3. ELLENSÉGESKEDÉS, VISZÁLYKODÁS, FÉLTÉKENYSÉG, HARAG, ÖNZÉS, SZÉTHÚZÁS, PÁRTOSKODÁS ÉS IRIGYSÉG

Ezek mind negatív érzelmek, melyek megakadályoznak abban, hogy összhangban élj más emberekkel. Néhány konkrét példa:

*Keserűség.* A széthullott családokkal és a beteljesületlen vára-  
kozásokkal együtt járó fájdalom tükrében könnyű belátni, hogy  
miért annyira keserűek ma a diákok. De a keserűség felemészt  
téged.

Olvasd el a Zsidók 12:15-öt. Mi történik, ha egy bizonyos  
időnél tovább is keserűek maradunk?

---

---

*Irigység és féltékenység.* Neheztelsz-e mások eredményeire és elő-  
menetelére? A Példabeszédek 14:30-ban egy jó tanácsot talál-  
hatsz.

Foglald össze ezt a tanácsot.

---

---

---

### 4. RÉSZEGESKEDÉS, TOBZÓDÁS ÉS EZEKHEZ HA- SONLÓK

Az akadályoknak ez a csoportja a „mulatás szellemére” utal. Való-  
színű, hogy megismered következő jeleit.

*Ábrándokba menekülés.* A kábítószer, az alkohol, a televízió,  
sőt még a videojátékok is népszerűbb menekülési eszközök lettek  
napjainkban, mint valaha. De az emberek évszázadok óta próbál-  
nak menekülni a valóság elől.

Olvasd el a Példabeszédek 23:29–35-öt. Mi volt az emberek népszerű menekülési eszköze és módszere a bibliai időkben?

---

---

*Élvezet.* Az élvezet iránti ellenállhatatlan vágy sokféleképpen kifejezésre juthat: ruhák, autók, sztereó készülékek, utazások stb. elérése. Aki túlzott fontosságot tulajdonít az élvezetnek, annak mindig manipulálnia kell külső körülményeit ahhoz, hogy boldog legyen.



Olvasd el a Példabeszédek 21:17-et. Mi történik, ha túlzottan szereted az élvezeteket?

---

---

Aki az élvezetet teszi mindenek elé, az végül önző lesz.

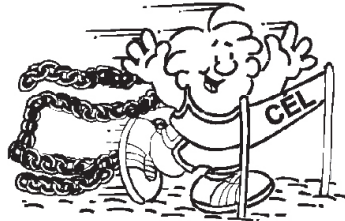
## DOBD LE A SÚLYOKAT

Mi a három legnagyobb teher, mely gyengíti a Jézus Krisztussal való kapcsolatodat?

---

---

---



## 8. Hozd a legjobb formádat!

Olvasd el a Galácia 5:16-ot. Mi a titka a súlyoktól való megszabadulásnak, melyek lehúzzák lelki fejlődésedet?

---

Az előző részben megtanultad, hogyan teljesedj be Szentlélekkel. De hogyan járj „Lélek szerint” minden nap?



Mielőtt megfutnál egy jó versenyt,  
meg kell tanulnod Lélek szerint járni.

### 1. LÉGY FOLYAMATOSAN TELVE SZENTLÉLEKKEL

(Efézus 5:18)

Ez akkor valósul meg, ha megengeded neki, hogy teljesen ő irányítson. Először a Szentlélek rávilágít az életedben egy területre, ahol változásra van szükség. A Lélekben járás akkor valósul meg, ha kiszolgáltatód ezt a területet az Úrnak nap mint nap. Folyamatosan engeded a Szentléleknek, hogy rávilágítson erre a területre, és megváltoztasson. Végül arra kéred majd, hogy *mindig* ő irányítsa viselkedésedet.

### 2. NE OLTSD MEG A SZENTLELKET

(1. Thesszalonika 5:19)

Mit jelent megoltani a Szentlelket? Azt, hogy nem vagy hajlandó megtenni, amire rávezet téged. Például amikor arra késztesz, hogy hívd meg egyik barátodat, de nem teszed, ezzel megoltod a Lelket. Mondhatsz neki nemet vagy figyelmen kívül hagyhatod, de késztetései mindig a te javadat vagy mások javát szolgálják.

### 3. NE SZOMORÍTSD MEG A SZENTLELKET

(Efézus 4:30)

A Szentlélek mindig megszomorodik, amikor tudatosan a bűnt választod. Például, ha tudod, hogy nem helyes egy nem hívővel randevúzni, de mégis megteszed, akkor megszomorítod a Szentlelket. Ezzel ígent mondasz a bűnre és nemet Istennek.

## FORDULJ VISSZA AZ ÚTRA

Mit tehetsz, ha tudod, hogy már nem Lélek szerint jársz, mert megoltottad vagy megszomorítottad őt? Úgy kerülhetsz vissza a helyes útra, ha megtanulsz lelkileg lélegezni. A testi légzés természetes számodra. Állandóan lélegeztél, miközben átolvastad ezt a tanulmányt, de észre sem vetted. Kilélegzel, kifújva tüdődből az összes széndioxidos tisztátalanságot. Aztán belélegzel, hogy magadba szívd az életadó oxigént, melyre testednek szüksége van.

Hasonlóképpen a lelki légzés gondoskodik lelki életed egészségéről. És miután egy ideig gyakorlod, olyan lesz számodra, mint a testi légzés – egy természetes folyamat.



*Kilékezés* bűnvallással. A bűnvallás azt jelenti, hogy néven nevezed a probléma forrását vagy forrásait. Aztán megvallod (egyetértesz Istennel), hogy megoltottad vagy megszomorítottad a Szentlelket.

*Belégzés* két dolog igénybevétele: Isten megtisztító munkája (1János 1:9) és Isten Szentlélekkel betöltő munkája által (Efézus 5:18). A légzésben az a





## 8. Hozd a legjobb formádat!

nagyszerű, hogy olyan gyakran teheted, amilyen gyakran akarod vagy amilyen gyakran szükséged van rá. Ha valamilyen különlegesen nehéz feladatod van, akkor lehet, hogy egy kicsit gyorsabban lélegzel, mint általában. Így van ez a lelki légzéssel is. Ezért ne vonakodj olyan gyakran tenni, amennyiszer szükséged van rá. Isten azt akarja, hogy Lélek szerint jársz, ezért kezd el most mindjárt gyakorolni a lelki légzést.

## TEDD SZEMÉLYESSÉ

A Lélek szerinti élet elkezdése az első lépés ahhoz, hogy jó formában légy. Lélek szerint jársz-e? Ha igazán személyessé akarod tenni ezt a tanulmányt, akkor töltsd ki az Életváltoztató lapot a „kísértés” témakörében. Nézd át a Galácia 5:19–21-et, és konkrétan nevezd meg azokat a kísértéseket, melyek akadályoznak a Lélek szerinti életben.

A Galácia 5:16 megtanulásával fejezd be ezt a bibliatanulmányt.

### FELADAT

1. Legyen egyedül Istennel töltött időd mindennap ezen a héten, melyhez használd fel az alábbi bibliai olvasmányokat.

- |         |               |
|---------|---------------|
| 1. nap: | Márk 11:27–33 |
| 2. nap: | Márk 12:1–12  |
| 3. nap: | Márk 12:13–27 |
| 4. nap: | Márk 12:28–34 |
| 5. nap: | Márk 12:35–40 |
| 6. nap: | Márk 12:41–44 |
| 7. nap: | Márk 13       |



2. Végezd el a 9. bibliatanulmányt

## ÉLETVÁLTOZTATÓ

TÉMA: Kísértés

BIBLIATANULMÁNY: Jakab 1:2–4, 12–22

Írd le megjegyzéseidet az alábbi üres sorokba.

---

---

---

---

Gyenge pontjaim a kísértések területén:

---

---

---

Erősségeim a kísértések területén:

---

---

---

## MEGVALÓSÍTÁS

A Jakab1:2–4, 12–22 tanulmányozása alapján Úrrá kell tennem Jézust a kísértéseim felett azzal, hogy:

---

---

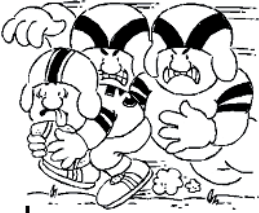
8. Hozd a legjobb formádat!

Megteszem az alábbi konkrét lépést azért, hogy felkészüljek bármilyen kísértés legyőzésére, amivel szembe találok magam:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ fog imádkozni velem ezért.



## Jegyzetek

9

BIBLIATANULMÁNY

# MEGVÁLTOZVA ÉS ÁTRENDENZVE

*Gondolataid  
helyreállítása*



Most, ahogy az idény és a meccsek végéhez érünk, visszatekintve látom, hogy mennyit fejlődtem. Nagyszerű érzés, bár tudom, hogy ezután még jobban kell teljesítenem. Mi jön ezután? Honnan fogom tudni, hogy elértem a célomat?

Jézus Úrrá tétele során is remélhetőleg hasonló érzések támadtak benned: „Hogyan tovább?” vagy „Mikor lesz már ez a dolog elintézve?” Látod, hogy Jézus sok területen változást hozott az életedben, de így tűnődsz: „Még mennyi mindent fog megváltoztatni?”

## MEGVÁLTOZOTT POZÍCIÓ

Amikor hívó lettél, több változás történt, mint amennyit érzélhettél. Nemcsak megváltoztál – hanem teljesen átrendeződöttél! A Róma 6:3–11 szemlélteti, hogyan változtál meg és hogyan rendeződött át.

<b>Krisztus meghalt (6:3)</b>	<b>Krisztust eltemették (6:4)</b>	<b>Krisztus feltámadt a halálból (6:4)</b>
Amikor elfogadtad Krisztust, meghaltál.	Amikor elfogadtad Krisztust, eltemettek.	Amikor elfogadtad Krisztust, feltámadtál.

Ismételd el kétszer a következő kifejezéseket, hogy bevésődjenek:

- Krisztus meghalt, ezért én is meghaltam.
- Krisztust eltemették, tehát engem is eltemettek.
- Krisztus feltámadt a halálból, és én is feltámadtam a halálból.

A Róma 6:4 szerint arra támadtál fel, hogy \_\_\_\_\_életet élj. Azt mondhatod, hogy „Nem *érezem* halottnak magam,” vagy nem *érezem* újnak magam!”



Az első napsütéses nyári napon lehet, hogy nem *érezed* a napot, mely leégeti a bőrödöt. De másnap látni és érezni is fogod a változást.

Egyes dolgokat fel kell ismerni, és hit által el kell fogadni az alábbiak szerint:

- Tudd, hogy mit mond Isten rólad (Róma 6:6, 9).
- Tartsd magad halottnak a bűnre, és élőnek Isten számára (Róma 6:11).
- Rendeld alá magad Istennek (Róma 6:13).

Amint növekszel és aztán visszatekintesz, biztos lehetsz új életed valódiságában.

## MEGVÁLTOZOTT GONDOLKODÁS

Mennyit fogsz változni? Miután belülről új emberré lettél, észre fogsz venni külső változásokat is. A következő táblázat felsorol néhányat e változások közül.

9. Megváltozva és átrendezve

Mielőtt hívő lettél	Miután hívő lettél
Halott voltál vétkeidben és bűneidben (Efézus 2:1).	Életre keltél Istennek (Efézus 2:5).
<i>Saját magad</i> döntötted el, hogy mi a jó vagy mi a rossz (Efézus 2:3).	Most <i>Isten</i> mondja meg, hogy mi a jó vagy mi a rossz (Efézus 2:10).
Szolgája voltál a bűnnek (Róma 6:6).	Isten fia vagy (Galata 4:7).



Hogyan mutatkozik meg új belső a külsődön is? Régi életedben (mielőtt hívő keresztyén lettél), megtanultál egy bizonyos módon gondolkodni és cselekedni. De ez a régi meghalt. Mivel hívő emberként újjá lettél, most már másképp kell gondolkodnod és cselekedned. Hogyan? Tanulmányozd a következő táblázatot, aztán írd be a hiányzó szavakat az üres vonalakra a Kolossé 3:1–4 alapján.

Krisztus feltámadt (3:1).	Krisztus leült a mennyben (3:1–2).	Krisztus meg fog jelenni (3:4).
Te is _____ _____ _____	Azokat keresd, _____ _____	Vele együtt te is _____ _____

Most olvasd el az Efézus 4:22–24-et. Hogy fogsz megváltozni? Írd le saját szavaiddal.

---

Külső változásaid nagy része belső *gondolkodásod* függvénye – meg lehet tanulni új módon gondolkodni. Ez az idézet lebontja a folyamatot számodra:



Vess gondolatot, és cselekedetet fogsz aratni.  
Vess cselekedetet, és szokást fogsz aratni.  
Vess szokást, és életmódot fogsz aratni.  
Vess életmódot, és sorsot fogsz aratni.

Más szóval, gondolataid meghatározzák a sorsodat.

A. W. Tozer mondta: „A legfontosabb dolog veled kapcsolatban az, amit Jézusról gondolsz, mert amit Jézusról gondolsz, az meghatározza, hogy ki vagy és hogy viselkedsz.”

Hogyan vethetsz el olyan gondolatokat, melyek végül odavezetnek, hogy „hasonlóvá leszel Fia képéhez”? (Róma 8:29) Kétféleképpen: *levetve* és *felöltve*.





## VEDD LE

Ha tornázol, akkor izzadsz. Ha izzadsz, akkor ez előbb-utóbb érződik a ruháidon. Ha trehány vagy, akkor lehet, hogy még néhány napig hordod a ruhákat, amibe beleizzadtál, amíg igazán orrfacsaróak nem lesznek. De ha adsz magadra, akkor leveszed a ruhákat, és felveszel valami tisztát.

„Le kell vetned” a szennyes gondolatokat éppen úgy, mint ahogy leveszed az undorító, rossz szagú, bűdös ruhákat.

Olvasd el a Kolossé 3:5–9-et. Milyenek azok a gondolatok, amiket le kell vetni?

---

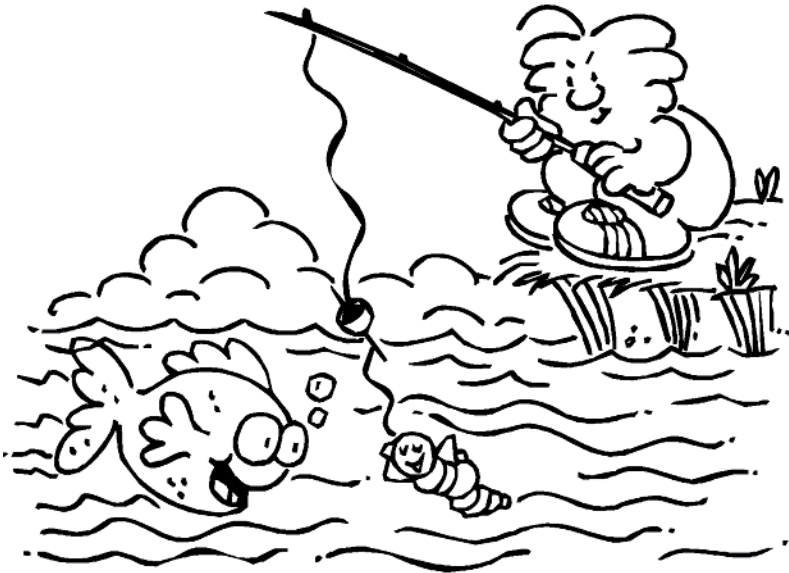
---

Sorold fel *saját* gondolataidat, melyekre ráillenek a fenti kategóriák. Légy őszinte!

---

---

---



Mi lesz akkor, ha úgy döntesz, hogy nem veted le az ilyenfajta gondolatokat? Képzeld magad egy hálnak, amint meglátsz egy igazán gyönyörű kukacot, ami éppen lefelé kacsázik a vízben. Odaúszol, és megnézed közelebből. *Hmmmm*, gondolod, *egész jól néz ki, de jó lesz távol maradnom tőle. Figyelmeztettek rá, hogy általában van egy horog, ami egy zsinaghez kapcsolódik, az pedig egy bothoz van erősítve, s mindez ennek a kukacnak a végén.*

Elúszol onnan, de nem tudod kiverni a fejedből azt a nagy, kövér, ízletes kukacot. Állandóan elképzeled, hogy milyen finom lenne, ezért visszaúszol, hogy alaposan szemügyre vedd megint. Így gondolkodsz: *Nem, nem, jól néz ki ugyan, de jobb lesz, ha itt hagyom.* Mégis állandóan körbe-körbe úszkálod – igyekezve kikutatni a helyzetet.

Minél többet úszkálsz körülötte, annál jobban néz ki az a kukac. Ezt gondolod: *Már érzem, ahogy lecsúszik a torkomon, és milyen finom íze lesz. Végül, hmmm – ráharapsz, fennakadsz, és meghalsz.*

## 9. Megváltozva és átrendezve

A Jakab 1:13–15 leír egy hasonló folyamatot:



A gonosz gondolatok forrása  
(a Sátán horga) - Jakab 1:13



csali (a kukac) - Jakab 1:14



Kezdeményező (te, a hal) Jakab 1:14



Csábítás (állandóan a kísértéseiden  
járnak a gondolataid) - Jakab 1:14



A bűn megszületése  
(gondolataid megvalósítása) - Jakab 1:15

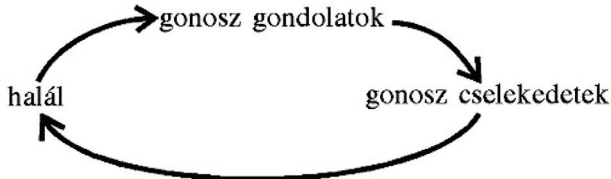


A bűn felnövekedése (horogra  
akadni egy rossz szokáson) - Jakab 1:15



Halál (fogva vagy a bűnödben) - Jakab 1:15

Miután eléred a „bűn felnövekedése” szakaszt,  
olyan ördögi körbe kerülsz, mint ez:



Nincs hatalmad a forrás (a Sátán) felett. Esetenként nincs hatalmad a csali (a kukac) felett sem, amit az orrod elé lökdös. De hatalmad *van* a saját gondolataid felett. „Az odafelvalókkal törődjétek, ne a földiekkel” (Kolossé 3:2).

## VEDD FEL

Olvasd el a Kolossé 3:12–17-et. Megújult az értelméd, ezért pozitív változások történnek az életedben.



Sorold fel azokat a tulajdonságokat, melyeket fel kell öltöznöd.

---

---

---

Ezek a változások úgy fognak bekövetkezni, ha „ezekről a dolgokról gondolkodsz”. Milyen dolgokról?

Olvasd el a Filippi 4:8-at és sorold fel, hogy mikén érdemes gondolkodnod.

---

---

Hogyan tanulhatod meg, hogy „ezeken gondolkodj”? Néhány gyakorlati javaslat:

1. Szokd meg, hogy állandóan úgy gondolsz az életedre, mint ami *Krisztusban van*. Ismételd át ezeket a mondatokat mindennap:

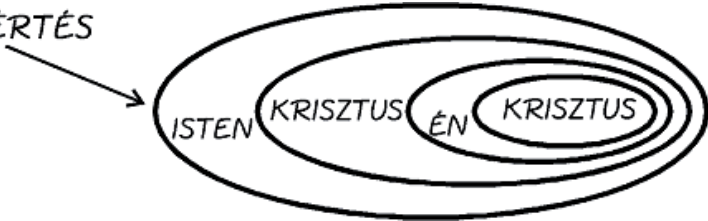
- „Halott vagyok magamnak” (Kolossé 3:3).
- „Krisztusnak élek” (Róma 6:4).
- „Életem el van rejtve Krisztussal az Istenben” (Kolossé 3:3).
- „Krisztus *bennem* él” (Kolossé 1:27).

## 9. Megváltozva és átrendezve

2. *Tanulj meg igeverseket.* Isten Igéjének emlékezetbe vésése megújítja az értelmet. Írj le néhány verset azok közül, amiket megtanultál szóról szóra, ez segít az „odafelvalókkal törődni”.

3. *Állj ellene a kísértésnek.* Krisztusban új teremtés vagy, ezért a kísértésnek nagyon nehéz a közeledbe férkőznie.

KÍSÉRTÉS



Ne felejtsd el: Életed el van rejtve Krisztussal az Istenben (Kolossé 3:4). Gondolj magadra úgy, mint aki védve van a kísértéstől kívülről és belülről egyaránt. Ha kísértésbe kerülsz, Jézus Krisztus benned él. *Halott* vagy a bűnnek (és a halottak nem reagálnak a kísértésre). *Élsz* Krisztusnak, ezért engedd, hogy Jézus elbánjon bármilyen kísértéssel, amivel találkozol.



Tehát, amikor reggel felébredsz,  
amikor valamilyen nem Isten szerinti gondolat jut eszedbe,  
amikor félsz, levertnek és magányosnak érzed magad, vagy  
amikor semmihez sincs kedved...

**GONDOLJ EZEKRE!**

## TEDD SZEMÉLYESSÉ

Válassz ki egy területet a gondolati életedből (lapozz vissza felsorolásodhoz a Kolossé 3:5–9 alapján), és menj végig az Életváltoztató lapon.

A Kolossé 3:1 megtanulásával fejezd be ezt a bibliatanulmányt.

### FELADAT

1. Legyen egyedül Istennel töltött időd mindennap ezen a héten, melyhez használd fel az alábbi bibliai olvasmányokat.

- 1. nap: Márk 14:1–2
- 2. nap: Márk 14:3–9
- 3. nap: Márk 14:10–11
- 4. nap: Márk 14:12–16
- 5. nap: Márk 14:17:21
- 6. nap: Márk 14:22–26
- 7. nap: Márk 14:27–31



2. Végezd el a 10. bibliatanulmányt

## ÉLETVÁLTOZTATÓ

TÉMA: Gondolatvilág

BIBLIATANULMÁNY: Efézus 4:8

Írd le megjegyzéseidet az alábbi üres sorokba.

---

---

Gyenge pontjaim a gondolataim terén:

---

---

Erősségeim a gondolataim terén:

---

---

### MEGVALÓSÍTÁS

A Filippi 4:8 tanulmányozása alapján Úrrá kell tennem Jézust a gondolataim felett azzal, hogy:

---

Megteszem az alábbi konkrét lépést, hogy megszabadítsam az értelmem minden tisztátalan gondolatától, és „az odafelvalókkal törődjek”.

---

\_\_\_\_\_ fog imádkozni velem ezért.



## Jegyzetek

10

BIBLIATANULMÁNY

# KIÉ VAGY?

*Neked kell döntened*





## 10. Kié vagy?

Ma volt az év utolsó meccse. Jó látni, ahogy visszatekintek, hogy mennyit fejlődtem. A sok fáradság mind kifizetődött. A mérkőzés után az egyik egyetemi edző felajánlotta, hogy nem kell tandíjat fizetnem a következő tanévben. Nagy megtiszteltetés, és nagyon örülök neki, de biztos vagyok benne, hogy még keményebbek lesznek a követelmények.

Ha Úrrá teszed Jézust, ez nem garantálja, hogy könnyebb lesz az életed, sőt általában nehezebb kihívások elé állít. De van egy ígéretünk, amire számíthatunk: „Az én Istenem pedig be fogja tölteni minden szükségéteket az ő gazdagsága szerint dicsőséggel a Krisztus Jézusban” (Filippi 4:19).



A Máté 13:44–46 bemutat két példázatot Jézus Úrrá tételéről. Milyen párhuzamot látsz e példázatok és a bevezető illusztráció között a szerződés elfogadásával kapcsolatban?

---

---

---

Gondolj a következő helyzetre, hogy világosabbá váljon a kép Jézus Úrrá tételével kapcsolatban: Jézus megnyit neked egy bankszámlát egy üres papír ellenében. Nézzük csak meg közelebbről ezt a hasonlatot.

## ÉLŐ ÁLDOZAT

A bankszámla, amit Jézus a rendelkezé-

sedre bocsát, jelképez mindent, amire szükséged van a lehető legjobb élethez. Keresd ki a következő igéket, hogy felfedezz néhány ígéretet Jézus „bankszámláján”.

Róma 8:32 \_\_\_\_\_

Efézus 1:3 \_\_\_\_\_

2Péter 1:3 \_\_\_\_\_

Krisztus gondoskodásáért cserébe oda kell adnod neki az életedet, mint egy üres papírlapot – minden megkötés nélkül. Bármit ráírhat, amit szeretne veled kapcsolatban.

A Róma 12:1–2 leírja, hogyan megy végbe ez a folyamat. Pál azt írja, hogy „tehát”, vagyis visszaatal arra, amit a Római levél korábbi fejezeteiben már kifejtett. Valójában arra hivatkozik, hogy olyan fantasztikus kapcsolatod van Istennel, és Jézus olyan sokat tett érted, hogy ezért „szánd oda testedet élő és szent áldozatul”. Szerinted mit jelent ez?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Amikor Pál azt mondja, hogy „szánjátok oda testeteket”, akkor ez alatt azt érti, hogy Jézus rendelkezésére bocsátod az egész értelmeket, érzéseidet, vágyaidat és képességeidet.



## 10. Kié vagy?

Felajánlod magad Istennek, mint ahogy az áldozatokat az oltárra tették az Ószövetség idején.

Hogyan teheted testedet az oltárra? Tudatos döntést kell hoznod, hogy leteszed az életed, és engeded, hogy Isten eltávolítson bármit belőle, ami ellene dolgozik Jézus veled kapcsolatos vágyainak. De Pál azt írja, hogy *élő* áldozatoknak kell lennünk.

Milyen élő áldozattá kell válnod? (Róma 12:1)

---

---

*A Tedd Úrrá Jézust* anyagának eddigi tanulmányozása alapján, szerinted mit jelent *élő* áldozatnak lenni?

---

---

A Róma 12:9–21 több mindent leír azzal kapcsolatban, hogy hogyan adhatod oda testedet Krisztusnak. Írj le ezek közül néhányat.

---

---

## MEGVÁLTOZOTT ÉLET

Amikor meghozod a nagy döntést, hogy „odaszánod testedet élő áldozatul”, akkor mindennap „az oltáron” kell élned. Amint megtanulsz úgy gondolni magadra, mint áldozatra, láthatod, hogy Jézus naponta formálja az életedet.

Hogyan? Nézd meg a Róma 12:2-t. „Ne igazodjatok e világhoz.” Ez azt jelenti, hogy ne igyekezz olyannak látszani kívülről, amilyen nem vagy belülről.

Nem kaptad még rajta magad azon, hogy mások hatására olyasmit csinálsz, amit nem kellene, vagy nem teszel valamit, amit pedig kellene? Hogy érezted ilyenkor magad?

---

---

---



„Változtatok meg értelmetek megújulásával.” Ez azt jelenti, hogy kívül is azt mutatod, amilyen belül vagy. Jézus Krisztusban nyert új életed erőt ad minden cselekedeted és szavad irányítására.

Többek között hogyan formálja át Jézus Krisztus a cselekedeteidet? Légy őszinte.

---

---

---

*Értelmed megújítása* a megváltozott élet kulcsa. Ha nem változik meg a gondolkodásod, akkor a tetteid sem fognak. Gondolj megint arra az esetre, amikor mások hatására tettél vagy nem tettél valamit.

## 10. Kié vagy?

Ha koncentráltál volna arra, hogy Jézus Krisztus benned lakik, akkor milyen kimenetele lett volna ugyanannak a helyzetnek?

---

---



A Róma 12:2 így fejeződik be: „hogyan megítélhessétek: mi az Isten akarata, mi az, ami jó, neki tetsző és tökéletes”. Miután elfogadtad Jézus ígéreteinek korlátlan bankszámláját, és odaadtad neki az életedet, mint egy üres lapot, fejlődni fog a Krisztusban való életed minősége: „jó”, „neki tetsző” és „tökéletes” lesz. Mindig egyre jobbá válik!

Hogyan lesz a keresztyén élet egyre jobb számodra?

---

---

Miért? \_\_\_\_\_

---

## ISTEN JUTALMA

Mindent összefoglalva lapozz vissza a Róma 8:28–29-hez. Isten megígéri, hogy *minden* körülményt felhasznál a javadra, ha az ő elhívottja vagy, márpedig az vagy. Az a célja veled, hogy „hasonlóvá légy Fia képéhez”. Más szóval, olyan leszel, mint ő, mindenben amit teszel.



Azok a kérdések, melyekkel ebben a könyvben foglalkoztál, segítettek koncentrálnod életed néhány sajátos területére, ahol változnod kell. De ezek a változások már jelen vannak a *belsődben*, mert benned él a Szentlélek.

Olvasd el a 2Korinthus 3:18-at. Kihez hasonlít téged?

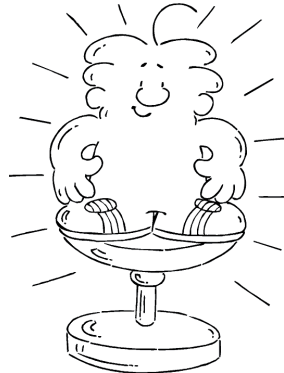
---

---

A belső változásból eredő pozitív tulajdonságok egyre jobban tükröződni kezdenek viselkedéseden, amint Jézus Úrrá leszel az életedben.

Ismersz-e olyan valakit, aki kapott már valamilyen tróféát? A trófea azért kedves a tulajdonosának, mert jelképez valamit, amire büszke. Ha életed Urává teszed Jézust, te leszel Isten tróféája. Életednek tükröznie kell Istent mások felé. Ha téged látnak, akkor látniuk kell öbelőle is valamit.

A trófea azé, akinek a neve szerepel rajta, és ő azt tehet vele, amit akar. Ne felejtssd el: Isten tróféája vagy, és ő a tulajdonosod.



## TEDD SZEMÉLYESSÉ

Éppen most van itt az ideje, hogy megbizonyosodj, mit tesz Jézus az életedben. Néha más dolgok megváltoztatásán munkálkodik bennünk, mint amiket mi akarunk megváltoztatni magunkban. Most szánj néhány percet arra, hogy visszatekints az elmúlt tízへtre, és vedd észre, hogy mi az, ahol ő dolgozik benned.

Amint kiértékeled az eltelt nyolc hét Életváltató lapjait, szánj időt az imádkozásra. Nézd át mindegyik lapot, és tedd fel a kérdést magadnak: „*Mit tett Isten már eddig ezen a területen?*” Koncentrálj a *Megvalósítás* c. bekezdésekre, és határozd meg, hogy milyen további tennivalókat vár Isten tőled az egyes területeken. Miután befejezted mind a nyolc lap átismétlését, szánj időt az imádkozásra, és válaszd ki azt a területet, amely legfontosabb Istennek, hogy azon változást munkáljon az életedben *éppen most*.

<b>Téma</b>	<b>Mit tett már Isten</b>	<b>Minek a megtételére vezet most Isten</b>
Anyagi javak		
Udvarlás és szex		
Barátságok		
Szülők		
Hozzáállás		
Szokások		
Kísértés		
Gondolatok		

Ezek közül melyik területen van szükség leginkább a helyreállításra éppen most?

---

Minek a megtételét várja Isten tőled azután?

---

Tanuld meg a Róma 12:1–2-őt.



Úgy fejezd be ezt a könyvet, hogy visszalapozol mindegyik részhez, és néhány perc alatt átismétled az anyagát. Aztán írd le saját szavaiddal, hogy érzésed szerint mit tanultál Jézus uralmáról az életedben. Hogyan változott meg az iránta való elkötelezettséged, mióta elkezdted ezt a tanulmányt?

---

---

## FELADAT

1. Legyen egyedül Istennel töltött időd mindennap ezen a héten a következő bibliai olvasmányok felhasználásával:

- 1. nap: Márk 14:32–42
- 2. nap: Márk 14:43–65
- 3. nap: Márk 14:66–72



## 10. Kié vagy?

- 4. nap: Márk 15:1–15
- 5. nap: Márk 15:16–47
- 6. nap: Márk 16:1–14
- 7. nap: Márk 16:15–20



A Lelki növekedés c. sorozat következő tagja a *Beszélj hitedről másoknak* c. könyv, mely segít megtanulnod, hogyan oszd meg másokkal azt az életet, amelyet Jézus Krisztusban nyertél.



## Jegyzetek

## HOGYAN TANULMÁNYOZZUNK EGY IGESZAKASZT

MEGFIGYELÉS (Használd fel a *Cím* és a *Kulcsigevers* megnevezésére a Bibliaolvasási lapodon.)

Először imádkozz a Szentlélek vezetéséért, aztán olvasd el figyelmesen az igeszakaszt. Legyen nyitott az értelméd, azzal a hozzáállással, hogy kész vagy elfogadni és megtenni, amit Isten tanít a számodra.

ÉRTELMEZÉS (Használd fel az *Összefoglalás* kitöltésére a Bibliaolvasási lapodon.)

*Első lépés* – Olvasd el az igeszakasz előtti és utáni verseket, hogy jól el tudd helyezni a vizsgált igeszakaszt, és megértsd a szövegkörnyezetét.

*Második lépés* – Tedd fel a következő kérdéseket a tanulmányozott igeszakaszra vonatkozóan: *Ki? Mit? Mikor? Hol? Miért?* és *Hogyan?* Írd le meglátásaidat és bármilyen megválaszolatlanul maradt kérdésedet, ha van.

*Harmadik lépés* – Keresd ki az ismeretlen kifejezéseket egy értelmező vagy bibliai szótárban.

ALKALMAZÁS (Használd fel a *Személyes alkalmazás* c. szakasz kitöltésére a Bibliaolvasási lapodon.)

*Első lépés* – Keress:

*Ígéreteket*, amikre ráállhatsz

*Parancsokat*, amiknek engedelmesskedhetsz

## *Hogyan tanulmányozzuk egy Igeszakaszt*

*Hozzáállást, amit megváltoztathatsz*

*Tetteket, amiket végrehajthatsz*

*Kihívásokat, amiket elfogadhatsz*

*Példákat, amiket követhetsz*

*Bűnöket, amiket meg kell vallanod*

*Ismereteket, amiket elsajátíthatsz*

*Második lépés* – Gondold át, hogyan vonatkozik ez az igeszakasz rád. Ebben segítenek a következő kérdések: „Hogyan tehetem személyessé ezt az igét?” „Hogy tehetem gyakorlativá?” „Hogy tehetem kiértékelhetővé?” Légy konkrét.

## MEMORIZÁLÁS

Keress ki egy igeverset vagy igeszakaszt, aminek személyes üzenete van számodra, és tanuld meg kívülről. A „Lelki növekedés” sorozat áttanulmányozása során azokra az igeversekre koncentrálj, melyeknek az anyag kéri a megtanulását. Az igeverstanulás lépéseit megtalálod a *Legyen egyedül Istennel töltött időd* c. könyvben.

A következő lapokon található minden egyes igevers kapcsolódik a könyvben szereplő bibliatanulmányokhoz. Vágd ki az igeverseket, és rakd be egy kártyatartóba. **ÉLVEZD AZ IGEVERS TANULÁSÁNAK ÁLDÁSAIT!**

### **1. KERESNI ISTENT – ZSOLT 63:2**

Ó Isten, te vagy Istenem, hozzád vágyakozom! Utánad szomjazik lelkem, utánad sóvárog testem, mint kiszikkadt, kopár, víztelen föld.

### **2. A TANÍTVÁNYSÁG ÁRA – MÁTÉ 16:24**

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

### **3. SZENTSÉG – 1PÉT 1:15–16**

...hanem – mivel ő, a Szent hívott el titeket – magatok is szentek legyetek egész magatartásotokban, úgy, amint meg van írva: „Szentek legyetek, mert én szent vagyok.”

### **4. A HIT MEGHATÁROZÁSA – ZSID 11:1**

A hit pedig a remélt dolgokban való bizalom, és a nem látható dolgok létéről való meggyőződés.

### **5. ENGEDELMESSÉG – JÁNOS 14:21**

Aki befogadja parancsolataimat, és megtartja azokat, az szeret engem, aki pedig szeret engem, azt szeretni fogja az én Atyám; én is szeretni fogom őt, és kijelentem neki magamat.



### **6. HOZZÁÁLLÁS – FIL 2:5**

Az az indulat legyen bennetek, ami Krisztus Jézusban is megvolt.

### **7. SZENTLÉLEK – EF 5:18**

Ne részegeskedjete, mert a borral léhaság jár együtt, hanem teljete meg Lélekkel.

### **8. A LÉLEK SZERINTI ÉLET – GAL 5:16**

Intelek titeket: a Lélek szerint éljete, és a test kívánságát ne teljesítete.

### **9. AZ ODAFELVALÓK – KOL 3:1**

Ha tehát feltámadtate a Krisztussal, azokat keressete, amik odafent vannak, ahol a Krisztus van, aki az Isten jobbján ül.

### **10. ÉLŐ ÁLDOZAT – RÓMA 12:1–2**

Az Isten irgalmára kérlek tehát titeket, testvéreim, hogy okos istentiszteletként szánjátok oda testeteket élő és szent áldozatul, amely tetszik az Istennek; és ne igazodjátok e világhoz, hanem változzate meg értelmetek megújulásával, hogy megítélhessete: mi az Isten akarata, mi az, ami jó, ami neki tetsző és tökéletes.







