

AZ ÉRZELMI VILÁGUNK – 2. Ne engedj az érzéseidnek

Bor Ferenc élőben elhangzott tanításának nyers szövege

KSZE Békevár szolgálat, 2019. július 1.

Drága Szent Szellem! Kérjük, add a szavakat a szánkba, hogy azt mondjuk, ami a Te akaratodban van, és nyisd meg a hallgatóság szívét arra, hogy befogadják az Igét, és épülésükre, növekedésükre legyen. Köszönjük, hogy te tanítasz bennünket, és táplálsz minket hozzánk illő eledellel. Hálákat adunk, Atyám, hogy a Biblia által megismerhetünk Téged, és megismerhetjük a bibliai alapelveket, hogy ahhoz tudjuk igazítani a gondolkozásunkat, az életünket. Köszönjük, Uram, hogy áldottak vagyunk, és áldássá válhatunk. A Jézus nevében. Ámen.

Szeretettel köszöntjük a drága szenteket. *Az érzelmi világunk* sorozat 2. része következik: *Ne engedj az érzéseidnek*

1. Érzelmi reakció

Filippi 1,28. Bővített fordítás

28. Semmiképpen egy pillanatra sem, meg ne rémüljetez az ellenfelektől. Ez a szilárd-ság és bátorság, nekik a közelgő kárhozát jele, bizonyítéka és pecsétje lesz, nektek pedig az üdvösség, és szabadulás biztos jele és bizonyítéka lesz, mégpedig az Istentől.

Az Igében szerepel a rémület szó. A rémület is egy érzelmi reakció. Sokkal jobb a számunkra, ha Isten Igéje alapján cselekszünk, mintha érzelmi alapon reagálnánk a körülményekre. Ez nem mindig könnyű, de Isten segítségével lehetséges. Ha szilárdak tudunk maradni az élet állandó és nem kívánatos körülményei között, akkor azzal egyrészt Isten tetszésére leszünk, másrészt megtapasztalhatjuk Isten szabadítását.

Jakab 1,17.

17. Minden jó adomány és minden tökéletes ajándék felülről való, és a világosságok Atyjától száll alá, akinél nincs változás, vagy változásnak árnyéka.

Egyedül Istennél nincs változás. De a világ állandó változásnak van kitéve. Az emberek, a körülmények, a testünk, a vágyaink, a hozzáállásunk. Az életben egy biztos dolog van, ez pedig Isten. Mert a világra egy folytonos változás jellemző. Nem ellenezzük azt a változást, amit mi kérünk az imáinkban. De amelyek hívatlanul jönnek, azok könnyen felkavarják a lelkünket. Ha hagyjuk, hogy a nem kívánt változások felbosszantsanak bennünket, attól azok még nem szűnnek meg. Mondok egy példát. Valakinek felmondanak a nyugdíjazása előtt. Az illetőnek két választása van. Az egyik, hogy érzelmileg reagál erre, ideges, stresszes, aggódó, és mérges lesz. Továbbá a negatív érzéseit ki is beszéli folyamatosan. A másik, hogy cselekedhet Isten Igéje alapján. Bízhat Őbenne, hogy Isten fog neki igazságot szolgáltatni, és betölti minden szükségét. Ha az elbocsátott az érzése alapján reagál, akkor szerencsétlen helyzetbe kerül, és ebbe belesodorja a környezetét is. Ez többek között kihat a családjára is. Ha az Ige alapján cselekszik, akkor kevesebb zűrzavarral vészeli át az előtte álló időszakot. Ha Istenre veti minden terhét, akkor az érzelmei elcsitulnak, és bízni tud Isten segítségében.

1Péter 5,7.

7. Minden gondotokat Őreá vessétek, mert néki gondja van reátok.

A változás legtöbbször az engedélyünk nélkül jön. Dönthetünk úgy is, hogy alkalmazkodunk hozzá a gondolkozásunkban és a hozzáállásunkban. Ha nem így tennénk, attól a körülmények még nem változnak meg. De a békességünk és az örömünk elvész.

2. Alkalmazkodj!

Róma 12,16. Bővített fordítás

16. Legyetek készen alkalmazkodni emberekhez, dolgokhoz, és az alázatosokhoz szabjátok magatokat. Soha ne értékeljétek túl önmagatokat, és ne legyetek bölcsek önmagatok szerint.

A sorozat első részében arról szóltam, hogy miként alkalmazkodjunk a különböző személyiségtípusokhoz, akikkel találkozunk.

Ma arról tanítok, hogy miként alkalmazkodjunk a változó körülményekhez. Az, hogy miként reagálunk érzelmileg, az meghatározza majd, hogy mennyi örömben és békességben lesz részünk. A változások során, elsőként a gondolatainkat kell kezelnünk, mert a gondolatok közvetlenül hatnak a lelkünk területén található érzelmi világunkra. Amikor a körülmények megváltoznak, először az elmédben rendezd le a változást, mert így az érzelmeidet sokkal könnyebben tudod majd kezelni. Ha váratlanul ér egy változás, akkor általában az érzelmeid széles skálája tör fel benned. De ha az Ige szerint lépsz, akkor képes leszel kezelni, és irányítani az érzelmeidet. Vallj meg az Igét hangosan, még akkor is, ha az ellentétes az érzelmeiddel. Ez azért rendkívül fontos, mert az Igében ott van az az erő, amely képes megváltoztatni az érzéseidet. Az Ige arra is képes, hogy megvigasztaljon, és lecsendesítse a zaklatott elmédet. Meg kell értenünk, hogy a gondolatoknak és a szavaknak hatalmuk van a körülmények és az érzelmeid felett. Csalódottak és kiábrándultak leszünk, ha valami keresztülhúzza a terveinket, számításainkat. Csalódhatunk például a negatív körülmények miatt, csalódhatunk az emberekben, de magunkban is. Vannak, akik Istenben csalódnak, mert nem kapják meg az imaválaszt. Ha mérges vagy, szeretnél nekirontani valakinek, de ne Istent vedd célba! Jobb, ha hozzá rohansz a fájdalommal, mintha elrohannál Tőle. Mivel senki sem kap meg mindet, amit szeretne, ezért meg kell tanulnunk megfelelően kezelni a csalódást. Amikor csalódunk, az érzelmeink először a mélybe süllyednek, majd időnként harag formájában fellobbannak. Miután kiadtuk a haragunkat, az érzelmeink újra lesüllyednek, és levertség, kedvetlenség, depresszió vehet erőt rajtunk. Amikor legközelebb csalódás ér, figyelj az érzelmi változásra. Ne engedd, hogy az érzelmeid irányítsanak, hanem te irányítsd azokat. Még ha kiábrándító helyzeteket kell is átélnünk, Istennel az oldalunkon visszabilenhet a lelki egyensúlyunk. Ha bízunk Isten segítségében, akkor ez a bizalom kulcs ahhoz, hogy a csalódottságunk ne váljon kétségbeeséssé. A Bővített fordításból olvassuk:

Példabeszédek 16,9. Bővített fordítás

9. Az embernek az értelme terveli ki útját, de az Úr irányítja és teszi biztossá a járását.

Csodálatos dolog bízni Istenben, mert lecsendesednek a vad gondolatok és érzelmeid. Beláthatjuk, hogy egyes akadályok, például egy forgalmi dugó is szolgálhatja a védelmünket. Mert Isten nem enged tovább, hogy esetleg egy balesetet szenvedjünk, hogy rosszkor, rossz helyen legyünk és balesetet szenvedjünk.

3. Tanulj meg várakozni

Jakab 1,4. Bővített fordítás

4. Engedjétek, hogy a kietartás az állhatatosság, és a türelem teljes mértékben és mélyrehatóan dolgozhasson bennetek, hogy tökéletes emberek lehessetek, akik hibátlanok, és minden fogatkozás nélküliek.

A Vines görög szótár szerint a türelem a Szent Szellem egyik gyümölcse, ami csak akkor terem meg, ha próbáknak vagyunk kitéve. Ha még nem vagy képes türelmet gyakorolni, akkor a várakozás lehet, hogy a legrosszabbat hozza ki belőled. De az érdemi reakció nem gyorsítja fel az eseményeket. Mindenki szeretne türelmes lenni. De nehéz helyesen viselkedni, amikor nem a mi elképzelésünk szerint történnek a dolgok. Néhány ember a természeténél fogva türelmesebb, mint más, de nekik is vannak gyenge pontjaik. Amikor gyakoroljuk a türelmet, akkor valójában magunkat eddzzük. Így a várakozás nem idegesít fel többé. Egyikünk sem kedveli az ingerlékeny és idegesítő embereket. Ha valaki nyomás alatt van, az durvább hangvétel formájában nyilvánul meg. Ez ugyan nem mentség az udvariatlan viselkedésre, de rávilágít a probléma gyökerére. Hogyan reagálsz a goromba emberekre? Szerettedben válaszolsz, vagy a világi viselkedést követed? Ha együtt munkálkodunk a Szent Szellemmel, akkor egy udvariatlan viselkedés ellenére is képesek leszünk krisztusi módon viselkedni.

Lukács 6,31–33.

31. És amint akarjátok, hogy az emberek veletek cselekedjenek, ti is akképpen cselekedjétek azokkal.

32. Mert ha csak azokat szeretitek, akik titeket szeretnek, mi jutalmatok van? Hiszen a bűnösök is szeretik azokat, akik őket szeretik.

33. És ha csak azokkal tesztek jót, akik veletek jól tesznek, mi jutalmatok van? Hiszen a bűnösök is ugyanazt cselekszik.

Ez az igesor azokról szól, akikkel nehéz kijönni. Az emberekkel való bánásmód széles kört érint az egész életünk során. Mert emberekkel mindenhol találkozunk, és nem mindegyik kedves. Ezért el kell döntenünk, hogy miként reagálunk rájuk. Az Ige alapján szeretetben viszonyulunk hozzájuk, vagy az érzelmek alapján még gorombábban visszaszólunk. Ha megengeded, hogy valaki elrontsa a napodat, akkor elvesztegetted valamennyit az Istentől kapott drága időből. Ha egy „nehéz vele kijönni” típusú emberrel van dolgod, akkor imádkozz érte ahelyett, hogy az érzéseid alapján reagálnál. Az imák ugyanis ajtót nyitnak Istennek, hogy munkálkodhasson.

4. A gondolatok táplálják az érzéseket

Zsoltárok 7,9. Bővített fordítás

9. Te, aki megvizsgálod a szíveket, érzéseket és a gondolatokat, igazságos Isten vagy.

Dávid egy versben említi az érzéseket és a gondolatokat, mert azok szorosan összetartoznak. Meg kell értenünk a gondolatok erejét ahhoz, hogy meg tanulhassuk kezelni az érzéseinket. Sokan hoznak döntést bizonyos dologban, de aztán engedik, hogy a gondolataik és érzéseik diktáljanak. Például sokan hoznak döntést, hogy az új évben, január 1-től fogyókúráznak, vagy lemondanak a káros szenvedélyeikről. De az érzéseik ezeket gyakran felülírják, és kútba esik a terv. A gondolataink alapozzák meg a cselekedeteinket. Helytelen, amikor megengedjük, hogy az érzéseink befolyásolják a döntéseinket. Sikeresen megfékezhetnénk magunkat, ha megértenénk a gondolatok erejét és tudnánk, hogy hatalmunk van szelektálni azokat. Vágyakozás nélkül senki sem lesz sikeres. A sikeres ember terveket készít, és folyton arról beszél önmagának. Amikor céltudatosan a terveidről gondolkodsz, akkor meglehet, hogy az érzéseidnek ez nem fog tetszeni, de azok behódolnak majd. Például, valamilyen feladat elvégzéséhez korán kell kelni. Az érzéseid ezt nem nagyon fogják támogatni. Nem kell, hogy a negatív gondolatok csapdájába ess. A rossz gondolatokat el kell csípní, és ki kell dobni az elméből.

2Korinthus 10,3–5.

3. Mert noha testben élünk, de nem test szerint vitézkedünk.

4. Mert a mi hadviselésünk fegyverei nem testiek, hanem Isten által hatalmasak erősségek lerontására;

5. Lerontván okoskodásokat és minden magaslatot, amely Isten ismerete ellen emeltetett, és foglyul ejtvén minden gondolatot, hogy engedelmeskedjék a Krisztusnak;

Egy szellemi háború kellős közepén vagyunk, és az elménk a csatatér. Attól függően fogunk győzedelmeskedni, hogy az elménkben megnyerjük-e a csatát? Ha megtanulsz Isten Igéje szerint gondolkodni, akkor az érzéseid követik majd az isteni gondolataidat.

Ha hosszú ideje helytelenül gondolkozol és engeded, hogy az érzéseid irányítsanak akkor nem lesz könnyű változásokat bevezetned. Ehhez időre, igetanulmányozásra és erőfeszítésre lesz szükséged. De a végeredmény megéri majd! Ne hivatkozz arra, hogy én érzelmi beállítottságú vagyok, ezért nem tehetek az érzéseimről! Én pedig azt mondom, ragadd magadhoz az irányítást! Amikor az emberek bántó dolgokat tesznek, azok felkavarják az érzéseinket. Mivel nem tudjuk irányítani mások cselekedeteit és megnyilvánulásait, ezért meg kell tanulnunk a módját annak, hogyan tudjuk lecsendesíteni az elménket és az érzéseinket. A megoldást a Bővített fordításból olvassuk.

1Korinthus 13,4–5. Bővített fordítás

4. A szeretet hosszan tűr, türelmes és kedves, a szeretet sosem irigy, nem féltékeny, nem dicsekvő vagy öntelt, nem mutogatja magát gőgösen.

5. Nem beképzelt, arrogáns, a büszkeségtől nem fuvalkodik fel, nem durva, modortalan és nem cselekszik illetlenül. A szeretet, Isten szeretete bennünk nem ragaszkodik saját jogaihoz vagy útjaihoz mert nem keresi a maga hasznát, nem sértődékeny, nem ingerlékeny, nem neheztel, nem számítja fel a vele szemben elkövetett gonoszságot, nem veszi figyelembe ha igazságtalanságot kell elszenvednie.

Hatalmas erő van abban, ha mindig a legjobbat hiszed másokról. Ha engedjük, hogy a gondolataink irányítsanak bennünket, akkor azok többségében negatív irányba visznek el minket.

Róma 8,5–6.

5. Mert a test szerint valók a test dolgaira gondolnak; a Szellem szerint valók pedig a Szellem dolgaira.

6. Mert a testnek gondolata halál; a Szellem gondolata pedig élet és békesség.

Gondolkozhatunk test és szellem szerint. Ha a test szerinti gondolkodásnak engedünk, akkor rendkívül negatív érzések és viselkedések fognak előtörni. De ha szellem szerint gondolkodunk, akkor étellel, békességgel és nyugodt érzelmekkel telik majd meg a lelkünk.

János 14,27.

27. Békességet hagyok néktek; az én békességemet adom néktek: nem úgy adom én néktek, amint a világ adja. Ne nyugtalanodjék a ti szívetek, se ne féljen!

Jézus isteni békességet hagyott ránk. Ezt válaszd! Az érzelmi zürzavarral teli élet nem csak szerencsétlené, de beteggé is tehet. Sok betegség gyökere a stressz, mert a nyugtalanság betegséget okoz. A legtöbb érzelmi zavarodottság más emberek miatti problémákból fakad. Amikor bántó dolgokat mondanak rólad és a családról, az első reakciód a döbbenet, utána a csalódás és zavarodottság, majd megjelenik a harag is. Ilyenkor utasítsd vissza az érzéseidet és dönts a békesség mellett!

1Korinthus 13,7. Bővített fordítás

7. Bármilyen történések is a szeretet minden körülmények közt is kitart, mindig kész mindenkiről a legjobbat feltételezni, reményei semmi módon sem halványulnak el, mindent kibír anélkül, hogy meggyengülne.

Ha a legjobbat hisszük másokról, az olyan hatással bír, mintha bevinnénk egy szellemi nyugtatót. A gondolataink összeköttetésben vannak az érzelmeinkkel. Így amikor jókat gondolunk, akkor jó érzések fognak eltölteni bennünket. Így megvédhetjük magunkat a goromba megnyilvánulásoktól. Nem vagyunk felelősek mások cselekedeteiért, de a saját reakcióinkért igen. Bármilyen kilátástalannak is tűnik egy szituáció, Isten képes azt a javunkra fordítani.

1Mózes 50,20/a.

20/a. Ti gonoszt gondoltatok ellenem, de Isten azt jóra gondolta fordítani,

Ennek a versnek az újszövetségi megfelelője a Róma 8,28, amit szorgalmi feladatként kaptok, hogy elolvassátok. Most lapozzunk a Római levélhez.

Róma 12,20–21.

20. Azért, ha éhezik a te ellenséged, adj ennie; ha szomjúhozik, adj innia, mert ha ezt teszed, eleven szentet gyűjtesz az ő fejére.

21. Ne győztedd le a gonosztól, hanem a gonoszt jóval győzd le.

Az eleven szén paraszat jelent. A parázs itt nem azt jelenti, hogy jól megfizetünk az ellenségeinknek, hanem az általunk tanúsított szeretet tűzét jelképezi, amely megolvasztja az ellenségünk szívének a keménységét. Amikor jót feltételezünk Isten gyermekei felől, akkor a rossz érzéseink erőssége csökkenni fog, mivel nem tápláljuk tovább azokat negatív gondolatokkal. Ezt nagyon be kell gyakorolnunk mindannyiunknak. Ezt a döntést akkor kell meghoznod, amikor még kavarnak benned az érzéseid, mert ettől fognak majd lenyugodni. Isten védő szárnyai alatt elrejtve élhetünk.

Zsoltár 91,7–8. Bővített fordítás

7. Ha ezren esnek is el melletted, és tízezren jobbod felől, téged akkor sem ér el.

8. A te szemed csak nézi, mert te magad elérhetetlen vagy a felséges rejtekhelyén és meglátod a bűnösök bűnhődését.

Sokszor hallottunk a széles útról és a keskeny útról. A széles út a világot jelenti, a keskeny út pedig az Úr követését.

Lukács 13,24. Bővített fordítás

24. Igyekeztek bemenni a szoros kapun, préseljétek át magatokat rajta, mert mondom nektek, hogy sokan akarnak majd bemenni, de nem tudnak.

A széles úton maradáshoz kevés erőfeszítés kell, de nem mindenki hajlandó erőfeszítést tenni ahhoz, hogy a keskeny úton járjon. Néha erőfeszítésbe kerül átverekedni magunkat a negatív dolgokon, de ha megtesszük a magunkét, akkor Isten is megteszi a maga részét. Ha megengedjük, hogy az elménk céltalanul csattogjon, akkor az érzéseink fognak irányítani bennünket. De ha megválogatjuk a gondolatainkat és kézben tartjuk az érzéseinket, akkor kordában tarthatjuk az elménket. Ha rendszeresen tanulmányozod az Igét, akkor telve leszel vele, ami átsegít az érzelmi nehézségeken. Így amikor az ördög bekopogtat egy rossz gondolattal, hogy felzaklasson, nem fog találni helyet az elmédben.

5. A szavak táplálják az érzéseket

A szavak is éppúgy táplálják az érzéseket, mint a gondolatok. Valójában a szavainkkal fejezzük ki a gondolatainkat. Már a negatív gondolat is elég rossz, de ha azt ki is mondjuk, az még rosszabb. Bárcsak mindenki megértené a szavak erejét és hatalmát! Továbbá megtanulnák megfegyelmelni a szájukat. Mivel a szavak erőt és hatalmat hordoznak, ezért hatással vannak az érzelmeinkre. A szavak vagy a jókedvünket táplálják, vagy a rosszat. Így ezek a hozzáállásunkat is meghatározzák.

Példabeszédek 18,21.

21. Mind a halál, mind az élet a nyelv hatalmában van, és amiképpen ki-ki szeret azzal élni, úgy eszi annak gyümölcsét.

Ha pozitív és jó dolgokat beszélünk, akkor étellel szolgálunk saját magunk felé. Ezzel növeljük az örömezésünket. Ha negatív szavakat mondunk ki, akkor halállal és gyötrellemmel szolgálunk magunk felé. Ezzel növeljük a szomorúságunkat, és a hangulatunk zuhanórepülésbe kezd. Ne úgy kelj reggel, hogy majd meglátod, milyen kedved lesz, aztán mindenkivel megosztod a negatív érzéseidet. Így hatalmat adsz az érzéseidnek, és annak a szolgájává válsz. Észre kell vennünk, hogy időnként a szavaink miatt alakulnak ki bennünk az érzések. Kevesen ismerik fel, hogy már reggel meghatározhatnánk az egész nap kimenetelét, ha az érzéseinktől függetlenül jó dolgokról gondolkodnánk és beszélünk. Magadnak segítesz, ha az áldásaidról és a terveidről beszélsz. Szavaink nemcsak másokra vannak hatással, hanem a saját életünkre is. Hiba azt hinni, hogy nincs módunkban irányítani az érzelmeinket.

Példabeszédek 21,23.

23. Aki megőrzi száját, és nyelvét megtartja életét a nyomorúságtól.

Ez a vers a bölcs emberről szól. A megtévesztés alatt álló emberek semmilyen ellenállást nem tanúsítanak a negatív érzéseikkel szemben. Ha őket megbántják, mérgesek lesznek és a haragjukat ki is fejezik. Kevés kedvetlen, reménytelen, elesett embernek jut eszébe, hogy elengedje a haragját és az Úr örömét öltse magára. Az, hogy mit mondunk a nehézségek idején, meghatározza azt, hogy mennyi ideig fog tartani és mennyire válik súlyossá. Ahhoz, hogy irányítani tudjuk a reakcióinkat meg kell találnunk hozzá a megfelelő gondolatokat és szavakat. Egy fontos mondat következik: A szelet nem irányíthatod, de a vitorlát hozzáigazíthatod. Amit mondasz, azt céltudatosan mondd.

Példabeszédek 17,28. Bővített fordítás

28. Még az ostobát is bölcsnek gondolják, ha hallgat, és értelmesnek azt, aki csukva tartja a száját.

Megvan az ideje a szólásnak és az elhallgatásnak. Néha az a legjobb, ha semmit sem szólunk, így nem öntünk olajat a tűzre. De amikor szólunk, akkor bölcs dolog először átgondolni

a mondandónkat. Kérhetjük a Szent Szellemet, hogy töltsse be a szánkat szavakkal. A problémákról is beszélhetünk reményteli módon, a megoldást megfogalmazva. Sokan többet foglalkoznak a hiányaikkal, mint a meglévő áldásaikkal. A következő történet ezt szemlélteti: 1911-ben ellopták a híres Mona Lisa festményt. A két év alatt, amíg nem volt meg a festmény, sokkal többen látogatták meg a hűlt helyét, mint előtte magát a műalkotást. Amikor a problémáinkat szajkózzuk, azok elhatalmasodnak rajtunk. De a rossz hír is jó hírré válhat, ha megváltoztatjuk a hozzáállásunkat. Ha nem beszélünk a problémákról fünek-fának, akkor képesek vagyunk a bennünk levő zűrzavart a legkisebbre csökkenteni. Megjegyzem, hogy az imatársunknak el kell, hogy mondjuk a problémánkat, mert különben nem tudunk egy akaraton imádkozni. Ha viszont többet beszélünk az áldásainkról és a terveinkről, akkor a kedélyállapotunk is igazodni fog ehhez. Rendszeresen olyan szavakat mondj ki, amelyek az örömet táplálják! Így beszélheted rá magadat a jobb kedvre.

Az agyban másként jelenik meg a pozitív és másként jelenik meg a negatív gondolat. A mérgező gondolatok hatására kis tüskék képződnek az idegsejtek ágacskaín. Ezek a tüskék mérgező kémiai anyagokat tartalmaznak. Amikor a tüskék kilövellik a mérget, megbetegítenek. A mérgező először a szívhez jut és szorongatni kezdi azt, majd az immunrendszerbe kerül, ahol lerombolja a védekezőképességet. Van egy jó hírem: van mód a helyreállításra! Négy nap alatt eltávolíthatjuk a tüskéket, és huszonegy nap alatt tüskék nélküli emlékeket alakíthatunk ki, az elme Igével való megújítása által és a sérelmek elengedésével.

Filippi 2,5.

5. Annakokáért az az indulat legyen bennetek, mely volt a Krisztus Jézusban is,

Azt kívánom a kedves testvéreknek, hogy mindenki legyen szabad érzelmi téren is! Hisszük, Atyám, hogy ez a mai tanítás is áldás volt sok szent számára és világosságot hozott ezen a területen, hogy az érzéseinkkel miként kell foglalkozni. Áldott napokat kívánunk!

A Hiszekegy imájára hívunk meg benneteket, de mi Pál apostol levele alapján mondjuk el. Pál apostol pedig azt írja, hogy aki a szívében hiszi és szájával kimondja, hogy Jézus Krisztus meghalt, feltámadt, és megkéri Őt, hogy legyen az élete Ura, akkor újjászületik a belső embere, a szelleme, és üdvösséget nyer. Így hangzik az imádságunk:

Teremtő Istenem! Válaszolva a hívásodra, Eléd állok, és fennhangon imádkozom a Hiszekegy imájának Pál apostol szerinti változatát: Hiszem, hogy Jézus Istennek Fia, aki meghalt az én bűneimért, és feltámadt a halálból az én megigazulásomért. Én a krisztusi utat választom, a szívemet megnyitom és átadom Neked. Megvallom, hogy Jézus a Megváltóm, Gyógyítóm, és Szabadítóm! A hittel elmondott imám által újjászülettem Krisztusban, és így teljes megváltást, üdvösséget nyertem. Az Ő szent vére megtisztított minden bűntől. Köszönöm, Úr Jézus, az örök életemet. Ámen.

*A függőleges vonallal jelzett igeversek más fordításból származnak.
A felhasznált bibliai versek a King James kiadás számozását követik.

