

Imádság mindenhol

Imasegédlet:

Hogyan imádkozzuk a Miatyánkot, az Úr Jézustól tanult imádságot

Mi ez pontosan?

A Miatyánk történelmünk leghíresebb imádsága, szerzője maga Jézus Krisztus. Ez az imasegédlet rámutat a fontosságára és bemutatja, hogyan használhatjuk sablonként és térképként, iránymutatóként.

Miért alkalmazzuk?

„A mai napig úgy táplálkozom a Miatyánkból, mint egy csecsemő és úgy éhezem és szomjazom rá, mint egy idős ember, anélkül, hogy megunnám.” Luther Márton

„A helyesen értelmezett Miatyánk az egyik legfontosabb út, amely a keresztény üdvösség és a keresztény tapasztalat központi misztériumához vezet.” N.T. Wright

„Imaéleted elmélyítéséhez csak annyit kell tenned, hogy elmondod a Miatyánkot, de szánj rá egy órát!” Timothy Jones

Bibliai vonatkozás:

„Ti azért így imádkozzatok: Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy, szenteltessék meg a te neved, jöjjön el a te országod, legyen meg a te akaratod, amint a mennyben, úgy a földön is; mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma, és bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek; és ne vígy minket kísértésbe, de szabadíts meg a gonosztól.” Máté 6:9-13 (RÚF)

Rövid bevezető az Úr Jézustól tanult imádsághoz

Amikor a tanítványok megkérték Jézust, hogy tanítsa őket imádkozni, ő egy részletes, megjegyezhető, versszerű modellt állított eléjük.

A Miatyánk olyan szavakból áll, amelyeket elmondhatunk, – és amikor elismételjük ezeket a jól ismert sorokat, magának Krisztusnak a szavait visszhangozzuk valaha élt és élő keresztények milliárdjaival együtt szerte a világon.

Két különböző módon használhatjuk a Jézustól kapott imádságot:

Sablonként. A Miatyánk alapvető prototípusként szolgál. Ez egy tömörített, egyértelműen gyakori ismétlésre szánt liturgikus költemény. *Megtanít minket arra, hogy mit imádkozzunk.*

Térképként, iránymutatóként. Az Úr Jézustól tanult imádság vezet bennünket, amikor kifejezzük mindazt, ami a szívünkben van. Minden egyes sora alkalmazható és kibővíthető az Atyával folytatott személyes beszélgetés során. *Megtanít minket arra, hogyan imádkozzunk.*

Alkalmazás: Hogyan imádkozzuk az Úr Jézustól tanult imádságot?

A Miatyánk sablonként: tudva, mit imádkozzunk

Jézus korában a rabbinikus csoportoknak hagyományosan megvolt a saját, egyedi, hitvalló imádsága. Úgy tűnik, Keresztelő János követőinek is lehetett ilyen, mert amikor Jézus tanítványai azt kérték: „Uram, taníts minket imádkozni” hozzátették „ahogy János is tanította a tanítványait.” (Lukács 11:1)

Nem csupán pár ötletet kértek az imával kapcsolatban Jézustól. Azt is mondták: „Szükségünk van egy hitvallásra!” Ez teszi a Miatyánkot a legkorábbi keresztény hitvallássá, amelyet maga Jézus adott nekünk mintegy három évszázaddal a niceai zsinat előtt.

Mint ilyen, ez az életünk és hitünk elsődleges tanbeli alapja, amelyet érdemes rendszeresen ismételtetni, hogy alapigazságai lassan átformálják szívünket és gondolatainkat.

Egy egyszerű módja annak, hogy az Úr Jézustól tanult imádságot beépítsd a napi rutinodba az, ha minden napra emlékeztetőt állítasz be délre.

Bosszantó lesz. Végül is ez a lényeg. Megszakít a véget nem érő elfoglaltságodban, emlékeztetve arra, hogy tarts szünetet és tedd első helyre a legfontosabbat, egy percre arra fókuszálva, amiben igazán hiszel.

És ez nem egy új ötlet. Valójában az első században írt didakhé arra utasítja az első keresztényeket, hogy naponta háromszor imádkozzák el az Úr Jézustól tanult imádságot – valószínűleg a templomban való imádkozás három meghatározott időpontját tükrözve: reggel 9 órakor, délután és este 6 óra körül.

Érthetően némelyek aggódnak, hogy a gépies felmondás olyan hiábavaló, üres ismétlésekké válhat, amelytől Jézus kifejezetten óva int bennünket, közvetlenül azelőtt, hogy átadja az imádságot a Máté 6-ban.

Nyilvánvalóan fontos, hogy ne mondogassuk esztelenül és ne kezeljük babonásan a Miatyánkot – hanem használjuk ezt az erőteljes imát életünk formálására, hitünk erősítésére.

A Miatyánk térképként, iránymutatóként: tudva, hogyan imádkozzunk

Az Úr Jézustól tanult imádság térkép is, amely segít nekünk, hogy a saját szavainkkal, szívből imádkozzunk.

Amikor Jézus azt mondta „Ti azért így imádkozzatok”, arról beszélt a tanítványainak, hogy ezt az imát inkább útmutatóként, semmint célként használják.

Sokan nehéznek tartjuk az imádkozást. Könnyen elterelődik a figyelmünk és kínlódunk a megfelelő szavak használatával is. De a Miatyánk imádkozása, egyszerű válasz ezekre a nehézségekre.

Már az első két szava, „Mi Atyánk” arra ösztönöz, hogy megálljunk és imádkozzunk családunkért. A „Szenteltessék meg a te neved” meghívás az imádatra. „Jöjjön el a te országod” lehetőség arra, hogy a szívünkön hordozott emberekért, helyekért, körülményekért járjunk közben. A „Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma” arra hív, hogy alapvető szükségleteinkért imádkozzunk. A „Bocsásd meg vétkeinket” felszólít minket arra, hogy magunkba szállva felsoroljuk, hogyan bántottuk meg Istent.

Ilyen módon imádkozva, mindegyik mondat a Miatyánkból meghívássá válik egy személyes kalandra imádat, könyörgés, közbenjárás, bűnvallás és szellemi hadviselés terén.