

**4. Legyen buzdító elméd** – A Krisztus elméje szerint működő hívő pozitív, felemelő, építő gondolatokat gondol, nem csak magáról és az ügyeiről, hanem más emberekről is. A buzdítás szolgálatára nagy szükség van a mai világban. (Róm. 12,8) A buzdítás jelentése: valaki mellém lép, és arra buzdít, hogy haladjak előre az Úr útján. De csak akkor tudsz buzdítani másokat, ha előtte szeretetteljes gondolatokat gondolsz az illetőről. Ezért céltudatosan táplálj magadba szeretetgondolatokat! A felemelő szavaktól embertársad jobban érzi magát, és bátortást kap a továbbhaladáshoz. Ami nem jó, azon ne gondolkodj, és ne mondd ki! Mindenkinek van elég baja. Nem kell ezt még tetézni azzal, hogy kioktatjuk, ledorongoljuk egymást, és földbe döngöljük a másikat. Építenünk kell egymást szeretetben. A ki nem mondott gondolatok végül elhalnak.

**5. Hálás elme** – A Krisztus elméje szerint gondolkodó hívő gondolatai dicsérettel és hálaadással vannak telve. (Zsolt. 100,4) A panaszkodással sok ajtót nyitunk meg az ellenség előtt. Vannak, akik azért erőtlenekek és betegszenek meg, mert a gondolataikat a „panaszkodás” nevű kór támadta meg. Hálaadás nélkül nem lehet erőteljes keresztény életet élni. A gondolatokban és szavakban megfogalmazott panaszkodás a halál szolgálata, a hálaadás pedig az életé. Akinek a szíve nem hálával telt, annak nem árad hála a szavaiból sem. Ugyanis amikor hálásak vagyunk, azt ki is fogjuk mondani. (Zsid. 13,15) Nem kell mindenért hálát adni, mert a rossz dolgok nem Istentől származnak. Viszont mindenkor, minden helyzetben adjunk hálát Istennek. (1Thes. 5,18) Ha jó dolog ér bennünket, akkor azt köszönjük meg Neki, ha rossz dolog jön az életünkbe, akkor Isten szabadításáért már előre adjunk hálát. A hálaadással lépünk be a győzedelmes életbe, ahol az ördög már nem irányíthat és uralhat bennünket.

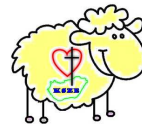
**6. Elmédet állítsd az Igére** – Az Ige Isten gondolatainak leírt gyűjteménye, amit azért vetettek papírra, hogy tanulmányozhassuk azt. (Józs. 1,8) Az írott Ige megmutatja, hogyan gondolkodik Isten egyes dolgokról és helyzetekről. Akik meg akarják tapasztalni a hit jó gyümölcseit, engedniük kell, hogy az Ige élő üzenetté váljon a szellemükben, ami az Igén való elmélkedés útján valósítható meg. Így Isten gondolatai a mi gondolatainkká válnak. Ez az egyetlen módja annak, hogy Krisztus elméje kiteljesedjen bennünk. Addig nem tudjuk gyakorlatba ültetni az Igét, amíg azt nem forgatjuk kellő ideig az elménkben. Az Igén való elmélkedés egyrészt kihat a testünk állapotára, másrészt pedig az anyagi életünkre is. (Péld. 4,20-22) Az újjászületésedkor megkaptad Krisztus elméjét, tehát ideje, hogy használd! – *Teljes anyag: [www.bekevar-portal.hu](http://www.bekevar-portal.hu) > Tanítások*

**AZ ÜDVÖSSÉG IMÁJA – AZ ÉLET LEGFONTOSABB IMÁJA!**

Hiszem, hogy Isten Fia, Jézus meghalt értem, majd feltámadt, és ma is él! Úrrá teszek Jézus az életem felett! A hittel elmondott imám által újjászülettem Krisztusban! Köszönöm, Jézus, hogy az életed árán megváltottál, és örök életet adtál nekem! Amen (Róm. 10,9-10)

**KSZE BIBLIAÓRÁKI** – SÁGVÁR: vasárnap 15:00 – Helyszínről infó: 06(30)460-2061 (Éva)  
Budapesti és helyi kóstoló: [www.ksze.org](http://www.ksze.org) [www.bekevar.x3.hu/sagvar-hang.htm](http://www.bekevar.x3.hu/sagvar-hang.htm)

Impresszum és előző számok: [www.bekevar-portal.hu](http://www.bekevar-portal.hu) E-mail: [bekevar.webkikoto@gmail.com](mailto:bekevar.webkikoto@gmail.com)  
Köszönjük a nagylelkű adományokat! – Békevár Egyesület számlaszáma: 10700749-67761939-51100005  
Lapunk ingyenes és vallásoktól független, terjesztés céljára változtatás nélkül sokszorosítható.  
**Az Örömhír másokkal való megosztása > másoknak az élet lehetőségével való megáldása!**



**AZ ELMÉLKEDÉS FONTOSSÁGA**

„Áldott ember az, akinek [...] az Úr törvényében van gyönyörűsége, és vágyakozása, és az Ő törvényeiről (útmutatásáról és tanításáról) **gondolkodik (fontolgatja és tanulmányozza azt) szokása szerint éjjel és nappal**” – Zsoltárok 1,1-2. NKJV

**ELMÉLKEDÉS** – Az elmélkedés alapelve a Bibliából származik. (Józs. 1,8) Az „elmélkedni” görög szó jelentése: töprengeni, mormolni, vagyis az elmédet hosszabb ideig egy bizonyos dologra összpontosítani. Ki kell hangsúlyozni ennek az alapelvnek a jelentőségét, ugyanis, ha Isten Igéjén következetesen elmélkedünk, azzal életet nyerünk, ami kiárad a környezetünkre is. Ahogy a sötétség oldalán a meditáció hatalmat ad a gonosznak, úgy a világosság oldalán az elmélkedés is mennyei erőt szabadít fel a számunkra. Jézus folyamatosan töltötte be az elméjébe Isten Igéjét.



**KIHATÁS** – Az elmélkedés hatással van az életünkre! A gyötrő gondolatok öregítik, vagy megbetegítik a testünket, a boldogság és az öröm viszont gyógyít. Minél több időt töltünk az Igével való elmélkedéssel, annál több hasznunk lesz belőle. (Márk 4,24) Az Igében kincsek, életet adó titkok vannak elrejtve. Isten azok előtt tudja megnyitni ezeket, akik elmélkednek, felidéznek magukban, és gondolkodnak az Igén. Továbbá tanulmányozzák, és forgatják az elméjükben, valamint magukban mondogatják azokat. Isten egyetlen versen keresztül is végtelen sok mindent tud kinyilatkoztatni és feltárni előttünk az Írásokból. Az Igéből kaphatunk egy kijelentést, de amikor újra elővesszük, felfedezhetünk valami újabbat, amit előtte nem vettünk észre. Akik kitartóan foglalkoznak az Igével, azoknak Isten fel tudja fedni a titkait. Lehet mások kijelentésén is épülni, de jobb, ha magad is kapsz kinyilatkoztatást az Igéből a Szent Szellem által. Az ügyeid intézéséhez is kérhetsz Igét a Szent Szellemtől, amin elmélkedj. Elcsodálkozol majd, hogy az elmélkedés által mekkora erő szabadul fel.

**ALKALMAZÁS** – Minél többet elmélkedsz az Igén, annál jobban tudod majd hasznosítani a benne rejlő erőt a nehézségek idején. Isten Igéjének a megcselekedéséhez az azon való elmélkedés által nersz természetfeletti erőt. Az Igének hatalma van megmenteni minket a bűnös élettől, de csak akkor, ha szeretettel fogadjuk be azt, mind a szellemünkbe, mind az elménkbe. (Jak. 1,21) Az elültetés és a meggyökerezés olyan módon történik meg, ha mi Isten Igéjére figyelünk, és mindenekelőtt arról gondolkodunk. Ha folyton a gondjainkról elmélkedünk, akkor azok még mélyebben meg fognak gyökerezni bennünk. Ha azon elmélkedünk, hogy mi a baj velünk vagy másokkal, akkor sohasem fogjuk meglátni a megoldást. Folytonosan ügyelned kell a gondolataidra, hogy ki tudd szűrni az ellenség gondolatait. A testi gondolkodás valójában a Szent Szellem nélkül való érvelés, ami a halálra vezet. (Róm. 8,6) Válaszd az életre vezető utat oly módon, hogy a Szellem gondolatain elmélkedsz. – *Forrás: Joyce Meyer alapján*

A gondolatok idővel tettekké válnak! Ahhoz, hogy helyesen tudj viselkedni, először a gondolkodásodat kell átfarmálnod!

„Oh te rest, meddig fekszel?” „Ne adjatok helyet magatokban a sátánnak, ne adjatok neki semmi lehetőséget! – Példabeszédek 6,9. Efézus 4,27. EFO



**Az ördög szereti a tétlen hívőt. Azt sem bánja, ha nem csinál semmi rosszat, csak jót ne tegyen! Spurgeon**

nem győzhet felette. Ha azonban a hívő passzív állapotban vesztegel, bajt hoz magára. Az Efézus 4,7-ben a „hely” szó ürességet jelent. Gyakran a bennünk levő ürességet adjuk át az ördögnek. Ugyanis az üres, tétlen elmét könnyen be tudja tölteni helytelen gondolatokkal. A passzív gondolkodású hívő nem ismeri fel az ellenségtől származó gondolatokat, ezért nem is áll ellen azoknak. Sőt, gyakran a saját gondolataiként fogadja be azokat. Észre sem veszi, hogy az ördög lövellte be azokat az elméjébe.

**VESZÉLYZÓNA** – Vannak emberek, akik bizonyos területen aktívak, míg más téren passzívok. Ez komoly súrlódáshoz vezethet a kapcsolatokban. De aki Istenhez fordul segítségért, Ő ráirányítja a figyelmet a passzivitás veszélyeire. (2Kor. 11,3) Azokon a területeken, ahol a hívő passzív, valójában tudatlanul átadja az akaratát az ördögnek, és így elnyomás alá kerül az elméje. (Luk. 11,24-26) Ezért nincs vágya, motivációja, hogy bizonyos feladatokat elvégezzen. Az ördög az emberek gyengeségeit kihasználva szembefordítja őket egymással. Sok szakadás ilyen okokra vezethető vissza. Amikor egy hívő olyan területen tétlen, amihez van képessége, az a terület elkezd visszafejlődni. Ezt az izomsorvadáshoz lehetne hasonlítani. Minél tovább tart a tétlenség, annál kevésbé akar bármit is megtenni az illető. A passzivitást legyőzni nem könnyű feladat, mert a negatív érzelmeink nem támogatnak ebben. De a passzivitás állapota Isten segítségével legyőzhető. Ehhez az elme tétlenségét kell felszámolni. Addig nem lehet fejlődni ezen a területen, amíg döntést nem hozunk a gondolatmintáink kicserélésére.

**ALAPELV** – Isten Igéjének alapelve: a helyes gondolatot követni fogja a helyes cselekedet. Vagyis a helyes magaviselet a helyes gondolkodásnak a gyümölcse. Lehetetlen eljutni a helytelen viselkedéstől a helyesig, ha előbb meg nem változtatjuk a gondolatmintáinkat. A passzív ember lehet, hogy szeretne jót tenni, de mindaddig nem tudja azt véghezvinni, amíg céltudatosan nem hozza mozgásba az elméjét, hogy összhangba kerüljön Isten Igéjével és akaratával. Te felelősséggel tartozol azért, hogy mit engedsz megjelenni az elméd képernyőjén. Az elme gyakran olyan terület, ahol az emberek gondolatban játszadoznak a bűnnel. A bűnös tettek útját pedig a bűnös gondolatok egyengetik. Aki például szabad akar lenni a paráznaságtól, akkor nem idézhet fel magában idegenekkel kapcsolatos szexuális képeket. Sokan azért nem tapasztalják meg az áttörést, mert ugyan szabadok akarnek lenni, meg akarják változtatni a hozzáállásukat, de a gondolkodásukat nem akarják megújítani. Ha egy győzedelmes életet szeretnél élni, akkor nem üldögélhetsz passzívan! Aktív legyen az elméd! – *Forrás: J. Meyer*

**Arról elmélkedj, hogy ki vagy Krisztusban! Ne a bűnösségednek, hanem a megigazult voltodnak legyél a tudatában!**

„Kinek elméje [irányultságában és jellemében egyaránt] reád támaszkodik, megőrzöd azt teljes és folyamatos békében, mivel [...] terád támaszkodik” – Ésaías 26,3. NKJV

**HAT LÉPÉS** – A hétfajta helytelen gondolkodás elemzését követően áttérünk a helyes gondolkodásmód tanulmányozására. Ha az Úr Jézus útján szeretnénk járni, akkor el kell kezdenünk úgy gondolkodni, ahogy Ő. Ehhez meg kell látnunk azt, hogy Isten szerint mely gondolatok helyesek, és ahhoz kell igazítanunk a gondolatmintáinkat. A Biblia azt állítja, hogy Krisztus elméje van bennünk. Ezért mi már nem gondolkodhatunk test szerint, hanem csakis szellem szerint. Hatalmas változáson mennénk keresztül, ha megtanulnánk megkülönböztetni az életet és a halált. Nem a szellem gondolatai azok, amelyek lenyomnak és legyengítnek. A feszültség következménye lehet fejfájás, gyomorgörcs, levertség, amelyek a helytelen gondolkodás eredményei. Ha viszont Isten szeretetéről és jóságáról gondolkodunk, akkor az élet fog betölteni bennünket. Jézus a saját elméjét adta nekünk. Ha úgy döntünk, hogy Krisztus elméjének a vonalában maradunk, akkor megtelhetünk élettel. Ennek eléréséhez a segítségünkre van a következő hat lépés.

**1. Gondolkodj pozitívan** – Dávid úgy győzte le a depressziót, hogy Isten munkájáról és jóságáról gondolkodott a problémák idején. (Zsolt. 143,5) A Krisztus elméje szerint gondolkodó hívő fejében pozitív gondolatok vannak. Nagy fontossággal bír a pozitív gondolkodás, mert hatalma van. Ha Isten útján akarunk járni, akkor át kell állnunk az Ő hullámhosszára, hogy pozitívan tudjunk mi is gondolkodni és beszélni. Jézus is rendkívüli pozitív hozzáállást tanúsított annak ellenére, hogy sok támadás érte, de nem csüggedt el. Amikor nekünk negatív gondolataink vannak, akkor nem működünk együtt Krisztus elméjével. A negatív gondolkodás növeli a problémákat, és súlyosbítja a testi tüneteket. Isten a fejünk felemelője (Zsolt. 3,3), az ördög viszont szeretne lenyomni. A negatív gondolkodás nem oldja meg a problémát, inkább súlyosbítja azt.

**2. Elmédet az Úrra fordítsd!** – Összpontosítás nélkül nem lehet közösségben lenni valakivel. Jézus állandó közösségben volt a mennyei Atyával, mert Őrá fókuszált. A Krisztus elméjében meggyökerezett hívő gondolatai Isten tervére és hatalmas műveire irányulnak. (Zsolt. 119,15) Te is elmélkedj az Úr munkájáról, Dávidhoz hasonlóan! A győzelem megtapasztalásához Istenről és kezének munkájáról kell gondolkodnunk. A reggeli közösség Istennel biztosítja azt, hogy ne rossz hangulatban, hanem örömmel teljesen kezdjük, és békességben töltjük el az egész napot. (Zsolt. 17,15) Isten mindig veled van, de nekünk oda kell figyelniünk erre, hogy tudatában lehessünk a jelenlétének.

**3. Él „Isten szeret engem” tudatban!** – Csak kevés hívő van tudatában annak, hogy Isten mennyire szereti őket. (1Ján. 4,16) Ha nem elmélkedünk Isten felénk áradó szeretetéről, akkor nem is fogjuk megtapasztalni azt. Isten szeretete olyan hatalmas erőt képvisel, hogy még a legnehezebb megpróbáltatásokon is képes átvinni győztesen. Ha sokat elmélkedsz az Isten szeretetéről szóló Igéken, és meg is vallod azokat, akkor egyre nyilvánvalóbbá válik Isten feltétel nélküli szeretete irántad. Krisztus elméje szerint gondolkodó hívők nem azon időznek, hogy ők rosszat tettek. Az újjászületett hívők gondolatai a megigazulás ajándékai körül forognak! – *(J. M.) Folytatás ▶ ▶ ▶*

**Bennünk azonban Krisztus (a Messiás) elméje van és az Ő szívének gondolatai (érzései és céljai). 1Kor. 2,16. NKJV**

