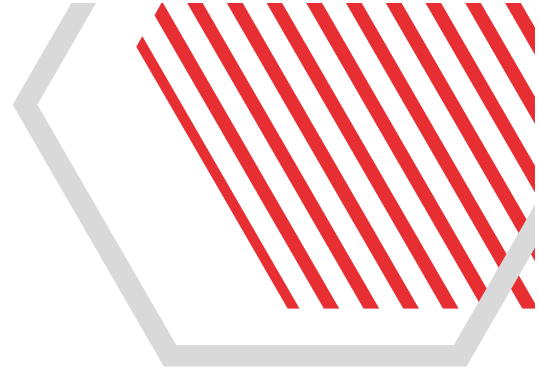




**SDG** | SOLI DEO GLORIA  
Református Diákmozgalom

# BÖJTI NAPLÓ

## 2024



# BEVEZETÉS: MIT KAPSZ A FÜZETBEN?

Kedves Barátunk!

Gondolkodtál már rajta, hogy mi is igazából a böjt? Elsőre talán a húsról vagy a csokiról való lemondás jut eszedbe. Sokszor gondoljuk azt, hogy lemondunk valamiről egy időre, hátha látja Isten, hogy mi mennyire sanyargatjuk magunkat, és így majd könnyebben megadja nekünk a kéréseinket.

A böjt lényege bizony nem ez. Nem nekünk kell befolyásolnunk Istent, hanem pont ellenkezőleg: ez az időszak lehetőséget ad arra, hogy jobban odafigyeljünk, mit akar tőlünk Isten, és hogyan szeretne formálni.

Ez a napló ebben nyújt számodra segítséget. Hétfőtől szombatig egy-egy imádságtémát ajánlunk, míg vasárnap Zsoltárok segítenek az elcsendesedésben. Írj, rajzolj, jegyzetelj a naplóba bátran!

Bátorítunk a Biblia rendszeres olvasására is, amelyhez az utolsó oldalakon adunk egy kis segítséget.

Azt ajánljuk, hogy a böjt kezdetén jelöld ki, hogy a napodban mikor fordítasz időt az elcsendesedésre.

Isten áldása kíséreljen böjti utad során és utána is!

Szeretettel: az SDG Református Diákmozgalom csapata

*Amikor pedig böjtöltök, ne nézzetek komoran, mint a képmutatók, akik eltorzítják arcukat, hogy lássák az emberek böjtölésüket.*

*Bizony mondom nektek: megkapták jutalmukat.*

*Te pedig, ha böjtölsz, kend meg a fejedet, és mosd meg az arcodat,*

*hogy böjtölésedet ne az emberek lássák, hanem Atyád, aki rejtve van; a te Atyád pedig, aki látja, ami titokban történik, megjutalmaz téged. (Mt 6,16-18)*

# VASÁRNAP

Zsolt 91

II.18.

Zsolt 121

II.25.

Zsolt 25

III.3.

Zsolt 78

III.10.

Zsolt 102

III.17.

Zsolt 22

III.24.

# HÉTFŐ

Hálás vagyok a családomért:

# KEDD

Nehézség, amivel küzdök:

# SZERDA

Hálás vagyok a barátaimért:

II.19.

II.20.

II.21.

II.26.

II.27.

II.28.

III.4.

III.5.

III.6.

III.11.

III.12.

III.13.

III.18.

III.19.

III.20.

III.25.

III.26.

III.27.

# CSÜTÖRTÖK

Kérdésem Istenhez:

# PÉNTEK

Hálás vagyok az életemért:

# SZOMBAT

Imádkozom érte: (személy)

II.22.

II.23.

II.24.

II.29.

II.01.

II.02.

III.7.

III.8.

III.9.

III.14.

III.15.

III.16.

III.21.

III.22.

III.23.

III.28.

III.29.

III.30.

# EGY KIS SEGÍTSÉG A BIBLIAOLVASÁSHOZ

Szeretnénk segíteni a Bibliaolvasásban is, hogy az valóban életet formáló találkozás lehessen Istennel. Két módszert ajánlunk, amelyek segíthetnek az ige feletti elcsendesedésben. Fontos tudni, hogy ezek ötletek és javaslatok, nem pedig kész receptek. Az elcsendesedésre fordított időt nem igazán lehet megspórolni velük.

Ha úgy érzed egyik sem áll hozzád közel bátorítunk, hogy látogasd meg az @SDG\_mozgolodo Instagramm profilt, ahol további ötleteket találsz.

<b>S</b>	Scripture Szentírás	Írd le azt a verset, ami valami miatt kiemelkedett számodra a szakaszból!
<b>O</b>	Observation Megfigyelés	Mi volt érdekes ebben a szakaszban? Milyen kulcsfogalmakat találsz? Mit mutat Istenről? Mit mutat az emberről?
<b>A</b>	Application Alkalmazás	Amit tanultál a szakaszból, hogyan tudod alkalmazni az életedben? Min kell változtatnod?
<b>P</b>	Prayer Imádság	Válaszolj Istennek imádságban! Kérd Istent, hogy segítsen alkalmazni azt, amit megértettél!

# EGY KIS SEGÍTSÉG

## RICK WARREN MÓDSZERE

### 1. Imádkozz!

### 2. Elmélkedj!

- Képzeld el! Képzeld el (vizualizáld) a jelenetet!
- Mond ki! Olvasd fel többször hangosan!
- Fogalmazd át! Írd le a szakaszt saját szavaiddal!
- Szabd személyre! Cseréld ki a névmásokat vagy neveket a saját nevedre!
- Imádkozz! Formáld át a szakaszt egy imádságra, és mondd el Istennek!
- Próbáld ki! Kövesd a következő kilenc lépést!

### 3. Alkalmazd! – Ez egy:

- valami, amiért hálás lehetek Istennek?
- ígéret, amiben bízhatok?
- tulajdonság, amiben változnom kell?
- parancsolat, amit meg kell tartanom?
- példa, amit követnem kell?
- imádság, amit elmondhatok?
- hiba, amit kerülnöm kell?
- bűn, amit meg kell vallanom?
- igazság, amiben hihetek?

### 4. Memorizáld! Tanulj meg egy igeszakaszt, hogy magaddal tud vinni!

# JEGYZETEIM

