

## A BÖJT

### A imádság legerőteljesebb fókuszálása

Mielőtt erről a témáról tanítanék, szeretném egy személyes vallomással kezdeni. Én tanítottam évekkézelőtt a böjtről úgy, hogy soha nem böjtöltem. Nem is volt komoly ereje vagy motiváló hatása annak a tanításnak. Aztán Isten belevezetett a mély imaéletbe, a közbenjárásba és a böjtölésbe. Hosszú ideig böjtöltem rendszeresen heti egy vagy két napot, aztán az életem egy pontján Isten azt mondta, hogy mélyebbre kell mennem ezen a területen, és végeztem egy negyven napos böjtöt. Nyolc héten át böjtöltem hétfőtől péntekig, nem ettem semmit, és napi 8-10 órát, néha még többet töltöttem ebben a nyolc hétben igetanulmányozással és imádkozással. Hétfégen egy kicsit ettem, próbáltam minél kevesebbet. Ezután jött több 10-12 napos folyamatos böjtölés is, és pontosan ezekben az időszakokban mélyítette el Isten a tanítói szolgálatomat. Azóta is böjtölök, de volt egy fél év, amit sok hosszú böjtben töltöttem el, és ennek a bibliaiskolának a főbb tanításait, a szemléletét ebben az időszakban mutatta és tanította meg nekem is Isten. Ez volt az az időszak, amikor hihetetlen erővel töltött fel, tisztított meg, és készített fel arra, hogy a szolgálatom egy következő szakaszába beléphessek. Tehát amit most a böjtről tanítani fogok, azt személyesen én is átéltem. És csak megerősíteni tudom a bibliai alapelveket és más keresztények bizonyágtételeit: a böjtölésben hatalmas szellemi és mennyei potenciál van, amit vétek kihasználatlanul hagyni!

Ezek után térjünk rá a böjtről szóló tanításra.

Sok keresztyéntől hallottam, hogy a böjtölés nem újszövetségi dolog. Szeretnék kedvcsinálónak ezzel szemben néhány egyszerű tényt felsorolni a Bibliából és keresztyén egyház történetéből – a teljesség igénye nélkül, tényleg csak ráhangolásképpen:

Kezdjük a Bibliánál. Az ószövetségi böjtöléssel valószínűleg semmi bajunk nincsen, a legtöbben magától értetődőnek tartják azt, hogy a Dávid, Dániel, Nehémiás, az igazi nagyagyúk mind rendszeresen böjtöltek. Mi szeretünk inkább az újszövetségre hivatkozni, ha a böjt alól ki kell bújni, ezért most csak ezt nézzük meg futólag, mert azért itt is meg van említve a böjtölés 24 alkalommal!

Az első újszövetségi nagy böjtölő Anna, a 84 éves prófétaasszony, aki szó szerint a templomban lakott, és imádkozásra és böjtölésre szánta oda az életét.

Maga Jézus Krisztus is az ő szolgálatát egy negyven napos böjtöléssel kezdte meg a pusztában, ahol éppen ezáltal kellett legyőznie a kísértőt.

De nem csak böjtölt, hanem tanított is róla, rögtön a Hegyi beszédben. A **Máté 6:16-18-ban** ezt mondja:

*Amikor pedig böjtöltök, ne nézzetek komoran, mint a képmutatók, akik eltorzítják arcukat, hogy lássák az emberek böjtölésüket. Bizony, mondom néktek: megkapták jutalmukat. Amikor pedig te böjtölsz, kend meg a fejedet, és mosd meg az arcodat, hogy böjtölésedet ne az emberek lássák, hanem Atyád, aki rejtve van; és Atyád, aki látja, ami titokban történik, megfizet neked.*

Teljesen természetesen beszél a böjtölésről, mint általános gyakorlatról, és nem azt mondja, hogy „ha véletlenül rászánnátok magatokat arra, hogy a böjtölést is kipróbáljátok...” Mivel Jézus szerint a böjtölés teljesen természetes velejárója az istenfélő életnek, nem arról tanít, hogy ezt csinálni kell, hanem arról, hogy mivel úgyis mindenki csinálja, hogyan kell azt jól, biblikusan és Istennek is tetsző módon csinálni.

Amikor Jézus nyilvánosan szolgált, akkor azt mondta, hogy tanítványainak nem kell böjtölniük, amíg velük a vőlegény, de amikor elvételük, akkor ők is böjtölni fognak. Ez fontos mozzanat, mert három evangélium is megemlíti. Nos nézzük, hogy igaza lett-e?

Az első konkrétan megemlített böjtölő Kornéliusz, bár csak a Károliban van ez megemlítve, az **ApCsel 10:30**-ban:

*„Negyednaptól fogva mind ez óráig böjtöltem, és kilencz óraker imádkozám az én házamban; és ímé egy férfiú álla meg előttem fényes ruhában, és mondá...”* – és jött az üzenet.

A jeruzsálemi gyülekezet életének egy fontos mozzanata, amikor Pált és Barnabást kiválasztják a pogánymisszióra. Mi volt ennek a közege és feltétele? **ApCsel 2-3**:

*Egyszer, amikor ezek az Úrnak szolgáltak és böjtöltek, ezt mondta a Szentlélek: „Válasszátok ki nekem Barnabást és Sault arra a munkára, amelyre elhívtam őket.” Akkor böjtölés, imádkozás és kézzrátétel után elbocsátották őket.*

A Szentlélek kijelentésének előzménye is, és a szolgálatba állítás előzménye is a böjtölés volt. Ugyanezt erősíti meg a 14. részben a missziós szolgálatuk, **Csel 14:21-23**:

*Miután hirdették az evangéliumot ebben a városban, és sokakat tanítvánnyá tettek, visszatértek Lisztrába, Ikóniumba és Antiókhába. Erősítették a tanítványok lelkét, és bátorították őket, hogy maradjanak meg a hitben, mivel sok nyomorúságon át kell bemennünk az Isten országába. Miután pedig gyülekezetenként előljárókat választottak nekik, böjtölve és imádkozva az Úrnak ajánlották őket, akiben hittek.*

Amikor Pál apostolt Rómába szállították, és a hajó legénysége nagy veszélybe került, akkor a hajón lévő összes ember két héten keresztül böjtölt, hogy megmeneküljenek – ez a **Csel 27:33-34-ből** derül ki.

Ezen kívül Pál apostol a második korintusi levelében említi meg a böjtölést kétszer is, ugyanabban az összefüggésben tesz bizonyosságot arról, hogy ő és társai gyakorta böjtöltek. Ez a két igehely a **2Korintus 6:5** és a **11:27**.

Mivel vissza fogunk térni a konkrét igeszakaszokra, most csak ilyen vázlatosan szaladtunk végig az újszövetségen. De nézzük tovább az egyháztörténelmet:

- A nagy egyházatyák rendszeresen böjtöltek.
- Luther, Kálvin és John Knox, a nagy reformátorok rendszeresen böjtöltek.
- Charles Finney azt írta az önéletrajzában, hogy valahányszor úgy érezte, hogy a szellemi akkumulátora lemerült, azonnal három napos böjtbe kezdett. Ennek aztán olyan hatása lett, hogy ha Finney belépett egy áruházba vagy egy csarnokba, mindenki elkezdett zokogni – erről a korbaeli újságok rengeteget cikkeztek.
- Jonathan Edwards minden prédikációja előtt imádkozva böjtölt – és az egyik legnagyobb ébredési evangélistája volt az ekklesiának.
- Wesley János minden szerdán és pénteken böjtölt. Sőt, ezt minden szolgatársától is megkövetelte, azt mondta enélkül nem lesz ébredés sehol.
- Spurgeon rendszeresen böjtölt – és az érte imádkozók is rendszeresen böjtöltek. És nem volt olyan igehirdetése, amikor ne tért volna meg valaki!
- Mahesh Chavda – Derek Prince egyik legközelebbi munkatársa volt ez az ember, és nekem a böjtben ő a példaképem. Hindunak született a harcosok kasztjába, ez majdnem a legmagasabb kaszt, és ebből a kasztból rajta kívül még soha senki nem tért meg. Ő azonban megtért, Amerikába került, ott végezte el a bibliaiskoláit, és ha jól emlékszem, 21 évig pásztortolt egy kis gyülekezetet. Ebben az időszakban minden évben legalább négyszer böjtölt negyven napig, és közben is sok kéthetes és egyhetes böjtje volt. 21 éven keresztül az életének több mint felét töltötte böjtben. Soha nem beszélt erről, csak a

családjá tudta, nem ment konferenciákra, nem gyógyított, hanem egy kisvárosi gyülekezetet pásztorolt. És 21 év böjtölés után Isten azt mondta neki, hogy indulj el, és taníts a böjtről, és mutasd be a hatalmát! És elindult, közbenjáró és imamozgalmakat indított el, betegeket gyógyított, ördögöket űzött, és sok ébredés köttődik az Ő nevéhez Ázsiában vagy Dél-Afrikában. De ez az ember 21 évig böjtölt és készült, hogy egy nagyszabású munkára alkalmas eszköz legyen.

Lehetne folytatni a sort, de így is hosszúra sikerült ez a kis kedvcsináló. Remélem azt mindenki belátta, hogy a böjt egyáltalán nem egy idejétmúlt, felesleges és ma már nem működő bibliai igazság.

#### **Hat témáról szeretnék tanítani a böjtöléssel kapcsolatban:**

1. Arról, hogy miért van nagy ellenállás bennünk a böjtöléssel szemben
2. Arról, hogy mi a böjt lényege
3. Arról, hogy az Ézsaiás 58-ban milyen ígéretek és áldások kapcsolódnak a böjtöléshez
4. Arról, hogy milyen konkrét okai és céljai lehetnek a böjtnak
5. Arról, hogy mire kell figyelni a böjtöléskor – ez egyfajta gyakorlati útmutató lesz
6. És arról, hogy mi a virrasztás

#### **1. Miért van nagy ellenállás bennünk a böjtöléssel szemben**

Hogy ezt megértsük, meg kell értenünk a mai ember egy nem túl kedvező jellemzőjét, amely érvényes a világi dolgainkra – de sajnos a Krisztus-követésre is.

Timóteusnak Pál apostol azt írja a **2Timóteus 2:3-ban**:

*Te azért a munkának terhét hordozzad, mint a Jézus Krisztus jó vitéze.*

(Az UFO-ban ez teljesen másképp hangzik, ott „*vállald velem együtt a szenvedést...*” van.)

Vagy a **Galata 6** elején, hogy mindenki a maga terhét hordozza, meg egymás terhét is hordozzuk. A mai ember azonban nem szeret terheket hordozni. És mivel nem szívesen lesz *teherhordó*, ezért nem lesz belőle *teherbíró* sem.

A mai világ a könnyű és gyors megoldásokat kínálja minden területen, és az emberek az olyan megoldásokat keresik, amelyek a legkevesebb befektetéssel a legnagyobb eredményt nyújtják. És ez beszivárog a hívő emberek szemléletébe is. Nagyon kevesen vagy nagyon ritkán tudnak hosszú ideig imádkozni, néha az egy órát sem tudja kitölteni egy ötven fős gyülekezet az imaórán! Ha egyszer ledaráljuk az evangéliumot valakinek, és az nem tér meg, akkor másodszor már ritkán próbálkozunk. Ha valamit nem kapunk meg egy-két esti fohász után, akkor csalódunk Istenben, vagy azt mondjuk, nem is az Úr akarata, hogy megkapjuk. Ha célokat tűzünk ki, de pofonokat kapunk, akkor szinte azonnal visszavonulunk és feladjuk.

A mai ember nem kitartó. Nem állhatatos. Mert a mai emberre nem jellemző az önfegyelem. Egyre kevesebbet sportolunk, mert az is önfegyelmet igényel. Kivesznek a komolyabb hobbik, mert azok is önfegyelmet igényelnek. Marad a virtuális szórakozás, mert az kontroll nélküli.

Tudjátok, melyik emlősállat a leggyorsabb? A gepárd. 110km/h-ás sebességre is képes. De csak alig másfél percig. Ha ezalatt a rövid idő alatt nem sikerül elkapni a zsákmányát, akkor lehet, hogy éhen marad, mert az összes energiatartalékát bele kellett tennie ebbe a kritikus másfél percbe. Zoológusok sokat foglalkoztak a gepárdokkal, és kiderítették, hogy a gepárd azért nem képes másfél percnél hosszabb ideig erre a nagy sebességre, mert nagyon kicsi a szíve. Egyszerűen a kicsi szíve nem bírja a nagy, és hosszan tartó erőfeszítést, csak pontszerű, pillanatnyi teljesítményekre képes.

Sok hívő ember pont ilyen, mint a gepárd: kicsi a szíve. Néha belelkeseedik, akkor elrohan a többi mellől, alig lehet utolérni, de ez a lelkesedés nagyon hamar elmúlik, és utána hosszú ideig csak liheg, és nem képes semerre mozdulni. A gepárd gyors, csak nem kitartó és nem állhatatos. És vannak ilyen üstökösszerű hívők, de az ébredéseket általában nem az ilyen berobbanó, és gyorsan kirobbanó gepárd-hívők hozzák el, hanem azok, akik tudnak terheket hordozni, és állhatatosak az imádkozásban és a böjtölésben.

A Biblia nagyon sokat beszél az állhatatosságról, ami azt jelenti, hogy a teher és a nyomás alól sem bújunk ki. Akkor sem, ha úgy érezzük, hogy nem bírjuk tovább, akkor is ha emberileg tényleg nem hordozható már a teher, mert ha itt is kitartunk, akkor belép mellénk Isten is az Ő mennyei erejével, és átveszi a mi terheinket. Ez a kitartás és állhatatosság győzelme.

A terheket vállaló, a terheket hordozó ember az állhatatos, a kitartó ember. Meg kell tanulnunk teherrel imádkozni, teherrel böjtölni, teherrel közbenjárni, teherrel missziózni. Mint akiknek egyáltalán nem mindegy a végeredmény. Megfigyeltem, hogy tudunk mi szenvtelenül imádkozni, úgy, hogy kiabál az imádságunkból, mennyire nem tudunk azonosulni azzal, amit épp kimondunk. Imádkozunk megtérésekért, de nem látszik rajtunk, hogy valóban számít annak a másinak a lelki üdve. Imádkozunk hálaadással az elhangzott igehirdetésekért, de nem érződik rajtunk, hogy ezután minden erőnkkel azon leszünk, hogy meg is csináljuk azt, amiről tanított bennünket Isten.

A böjtölésnek, a közbenjárásnak, a szellemi harcnak az alapja a teherhordozás, az önfegyelem, az állhatatosság. Ezeket nem kérni kell Istentől, hanem gyakorolni kell, mert ezeket Isten nem adja – hanem várja tőlünk! Kár visszapasszolni Istennek azt, amit nekünk parancsolt és tőlünk vár! Ezt nagyon fontos tisztán látni a böjtöléssel kapcsolatban! És ilyen az imádság és a böjtölés is a keresztyén ember életében nagy önfegyelmet igényel. Ez a feltétele. Ha meg nincs, akkor nagy önfegyelmet tud kialakítani bennünk – ez meg egy nagyszerű következménye és jótéteménye lehet. Tehát ha rendben vagy az önfegyelmed, akkor használd ezt a jó tulajdonságodat a közbenjárásban is. Ha meg nincs rendben, akkor azért kezd el, hogy megtanuld!

## 2. Mi a böjt lényege?

Az eredeti görög szó pontosan „nem-evést” jelent. Azaz a böjt elsősorban a testi tápláléktól való lemondást jelenti, amit ki lehet bővíteni a kényelmünkről, igényeinkről, megszokásainkról való önkéntes lemondással, sőt, akár a szexuális életről való lemondással is a házasságban, de ezek mindig a „nem-evéssel” együtt járó dolgok, és nem ahelyettiek! (Hallottam valakiről, aki „smink-böjtöt” tartott – ez jól hangzik, csak éppen nem biblikus böjt.) Egyszerűen tudomásul kell vennünk, hogy a böjttel mindig együtt jár az étkezéstől való távolmaradás. Néha más is együtt járhat vele, de ez mindig! És a másik, ami mindig együtt jár a böjttel, hogy amikor böjtölünk, azokon a napokon objektíven is sokat, tehát több órát imádkozunk, sokat vagyunk Isten jelenlétében, személyes csöndességben, kettesben az Úrral. A böjt soha nem öncélú koplalás, hanem mindig az imádkozásra és az igetanulmányozásra való teljes odaszentelése a testünknek, amikor kizárunk minden mást az életünkéből, hogy csak Istennel legyünk.

Van aki úgy értelmezi a böjtölést, hogy a böjt az olyan intenzitású imádkozás és csendesség, amelyben háttérbe szorulnak a testi szükségek, mert Isten jelenléte valamilyen természetfeletti módon megelégteti a testi szükségünket is. Természetesen ez is benne van, de a Biblia azt tanítja, hogy a böjt a mi döntésünk, a mi tudatos lemondásunk az ételről és az egyéb elfoglaltságainkról azért, hogy Istenhez közel kerülhessünk.

Még valamit tisztázni kell – főleg azért, mert ezután az Ézsaiás 58-at fogjuk áttanulmányozni, és bár ott is az igaz istentiszteletről, vagyis az Istennek tetsző böjtről van szó, azonban megjelenik a konkrét szolgálat is, az éhezők táplálása, a szegényekről vagy az özvegyekről való gondoskodás is. Tehát amit meg kell tanulnunk a böjttel kapcsolatban még, az az, hogy a böjt nem azt jelenti, hogy bezárkózok egy szobába, és kizárólag csak imádsággal foglalkozok. Ez az alapja, és gyakorlatilag is így kell elkezdni. De a böjt több, mint imádság és igeolvasás – a böjt tulajdonképpen az ISTENNEK VALÓ 100%-OS RENDELKEZÉSRE ÁLLÁS. Egy olyan Istennel való közösség, amelyben Isten vezethet és utasításokat adhat, feladatokat és szolgálatokat bízhat ránk, és a böjtben ezeket is azonnal tennünk kell. Mert amikor böjtölök, Isten rendelkezésére állok. És akár az imádságról, akár az igeolvasásról, de akár az engedelmességről és konkrét tettekről van szó, nem mondom azt, hogy most nem érek rá, dolgoznom kell, pihennem kell, jönnek a barátaim, vacsoraidő van – mert a böjtben minden tevékenységemet alárendeltem Istennek. Tehát a böjtben 100%-osan Isten rendelkezésére állok. Így kapcsolódik össze a böjt az istentisztelet gyakorlati megélésével.

Hogyan zajlik le a böjt?

Van egy nagyon jó és részletes leírás erre a **Nehémiás 9:1-5-ben**:

*Ennek a hónapnak huszonnegyedik napján összegyűltek Izráel fiai, és böjtöltek, zsákba öltöztek, és port hintettek magukra. Az Izráel utódai közül valók elkülönültek minden idegentől, azután előállva vallást tettek vétkeikről és őseik bűneiről. A helyükön állva a nap negyedrészen át olvasták Istenüknek, az ÚRnak a törvénykönyvét, a negyedrészen át pedig vallást tettek, és leborultak Istenük, az ÚR előtt. Azután fölállt a léviták emelvényére Jésúa, Báni és Kadmiél, Sebanjá, Bunni és Sérébjá, Báni és Kenáni, és hangos szóval kiáltottak Istenükhöz, az ÚRhoz. Majd ezt mondták a léviták, Jésúa, Kadmiél és Báni, Hasabnejá, Sérébjá és Hódijjá, Sebanjá és Petahjá: Jöjjetek, áldjátok Isteneteket, az URat örökkön örökké! Áldják dicső nevedet, amely magasztosabb minden áldásnál és dicséretnél!*

Nézzük meg, milyen „elemei” vannak egy olyan böjtnek, amely egész Izráel megújulását, megreformálását és a templom újjáépítését készítette elő:

1. ÖSSZEGYŰLTEK IZRÁEL FIAI – vagyis egy gyülekezet megújulásáért nem elég egy-két böjtölő, oda mindenki kell! Egyedül böjtölhetek a saját életem megújulásáért és a saját forrásaim felfakasztásáért, közbenjárhatok másokért is, de egy gyülekezet ébredéséhez egy gyülekezeti böjtölő kell. Egy város ébredéséért a város gyülekezeteinek együttes böjtölése kell.
2. ZSÁKBA ÖLTÖZTEK ÉS PORT HINTETTEK FEJÜKRE – ez a megalázkodás jele. Amíg nem tudunk megalázkodni együtt Isten előtt, addig a böjt csak formáság lesz. A böjt szíve az alázat! Ezt viszont meg kell tanulnunk Krisztustól, ezt nem kapjuk meg imádságra, mert ezt Isten nem adja, hanem elvárja tőlünk. Tehát a megalázkodás a böjthöz való szívbeli hozzáállás.
3. ELKÜLÖNÜLTEK MINDEN IDEGENTŐL – vagyis félrevonultak. Abbahagyták a munkát, kizárták az életükből a világot, mert a böjt egy elkülönülés mindentől, hogy kizárólag Isten számára legyünk elérhetők. A böjthöz ki kell kapcsolni a telefont (nem csak lenémítani), a számítógépet, ki kell kötni a csengőt, mert a böjt Isten kizárólagos ideje az életünkben.
4. VALLÁST TETTEK VÉTKEIKTŐL – itt kezdődik el az alázatos Istennel való közösség. Az életünk megtisztításával, a bűnrendezéssel, a bocsánatkéréssel és bocsánat adással. És ezt együtt is gyakorolni kell, ha egy gyülekezet böjtöl együtt, akkor rendezni kell az egymás közötti konfliktusokat is, mert minden titokban maradt bűn hatástalanítja az imáinkat és a böjtölésünket – ezt láttuk már az előző tanításokban is.
5. A NAP NEGYEDRÉSÉN ÁT OLVASTÁK AZ ÚR NAK TÖRVÉNYKÖNYVÉT – vagyis olvasták a Bibliát. A böjtölés az Isten mondanivalójára való ráhangolódás, amelynek elsődleges eszköze a Szentlélek által megelevenített ige. És a böjtöt a csendességtől vagy az áhítattól többek között az is megkülönbözteti, hogy amikor böjtölünk, akkor a nap negyedrészen át olvassuk a Bibliát – ami a zsidóknál három óra időtartamot jelentett. Tehát a böjt tartalma egy minimum három órás igeolvasás. Ez természetesen nem törvény, de jelzi: amikor böjtölünk, akkor nagyon intenzíven, órák hosszát olvassuk az igét. És ilyenkor Istennek van ideje szólani hozzánk, vezetést adni, látásokat adni, elhívásokat adni.
6. NEGYEDRÉSÉN ÁT VALLÁST TETTEK ÉS LEBORULTAK AZ ÚR ELŐTT – vagyis minimum három órán át imádkoztak. A „vallást tenni” kifejezés a megvallásokra, a „leborulás” pedig az imádkozásra vonatkozik. Tehát intenzív igeolvasás és intenzív imádkozás. Ez a kettő már hat óra!
7. JÖJJETEK ÁLDJÁTOK ISTENETEK AZ ÚR NEVÉT! – ez a böjt dicsőítő része. Mert a böjtölésben helye van a dicsőítésnek, akár zenével, akár anélkül.
8. Ezután a léviták elkezdtek sorolni Isten tetteit népe életében, ez tart egészen a 9. rész végéig – ez pedig a BIZONYÁGTEVÉS. Ez is a böjt része! Amikor egymást erősítjük az Isten közöttünk végzett munkájáról szóló megemlékezésekkel és bizonyágtételekkel.
9. A BÖJTNEK MINDIG VAN KÖVETKEZMÉNYE! – Így folytatódik a **Nehémiás 10:1**:

*Mindezek alapján írásbeli megállapodást készítettünk, amelyet pecséttel láttak el vezetőink, lévitáink és papjaink.*

Isten a börtben rendelkezik, vezet, eligazít, megmutatja, mit kell tennünk, és a bört következménye egy megújuló szerződéskötés és elkötelezettség az Istennek való engedelmességre és a cselekvésre.

Így működik a bört a Bibliában.

### **3. Mik a börtöz kapcsolódó ígéretetek?**

A Bibliában a bört helyes és helytelen módjáról és következményeiről sok helyen ír a Biblia, de a legrészletesebben az előbb említett **Ézsaiás 58-ban** beszél, ezért most ezt az igeszakaszt fogjuk részletesen áttanulmányozni:

*Kiáltst, ne sajnáld a torkod! Harsogjon hangod, mint a kürt! Mondd meg népemnek, hogy mi a bűne, Jákób házának, hogy mi a vétke! Ők minden nap keresnek engem, szeretnék megismerni utaimat, mint egy olyan nép, amelynek tettei igazak, és nem hagyja el Istene törvényét; igaz döntéseket kérnek tőlem, szeretnék Istenhez közel lenni. Miért börtölünk - mondják -, ha te nem látod meg, miért gyötörjük magunkat, ha nem akarsz tudni róla? De hiszen ti a börti napokon is megtaláljátok kedvteléseketeket, mert robotosaitokat hajszojátok. Hiszen pörölve és veszekedve börtöltök, sőt bűnösen, ökölrel verekedve. Nem úgy börtöltök, ahogyan ma illenék, nem úgy, hogy meghalljam hangotokat a magasságban. Ilyen az a bört, amely nekem tetszik? Ilyen az a nap, melyen az ember a lelkét gyöttri? Ha lehajtja fejét, mint a káka, zsákba öltözik, és hamut szór maga alá, azt nevezed börtnek, és az ÚR kedves napjának? Nekem az olyan bört tetszik, amikor leoldod a bűnösen fölrakott bilincseket, kibontod a járom köteleit, szabadon bocsátod az elnyomottakat, és összetörsz minden jármot! Oszd meg kenyeredet az éhezővel, vidd be házádba a szegény bujdosókat, ha mezítelent látsz, ruházd fel, és ne zárkózz el testvéred elől! Akkor eljön világosságod, mint a hajnalhasadás, és hamar beheged a sebed. Igazságod jár előtted, és az ÚR dicsősége lesz mögötted. Ha segítségül hívod az URat, ő válaszol, ha kiáltasz, ezt mondja: Itt vagyok! Ha majd senkire sem raksz jármot, nem mutogatsz ujjal, és nem beszélsz álnokul, ha kenyeret adsz az éhezőnek, és jól tartod a nyomorultat, akkor fölragyog a sötétben világosságod, és homályod olyan lesz, mint a déli napfény. Az ÚR vezet majd szüntelen, kopár földön is jól tart téged. Csontjaidat megerősíti, olyan leszel, mint a jól öntözött kert, mint a forrás, amelyből nem fogy ki a víz. Fölépítik fiaid az ősi romokat, falat emelsz a régiek által lerakott alapokra; a rések befalazójának neveznek, aki romokat tesz újra lakhatóvá. Ha nem jársz kedvteléseid után a nyugalom napján, az én szent napomon, ha a nyugalom napját gyönyörűségnek hívod, az ÚR szent napját dicsőségesnek, és azzal dicsőíted, hogy abba hagyod munkáidat, nem keresed kedvteléseidet, és nem tárgyalasz ügyeidről. akkor gyönyörködni fogsz az ÚRban, én pedig a föld magaslatain foglak hordozni, és táplálalak ősdnek, Jákóbnak örökségében. Az ÚR maga mondja ezt.*

Én most nem szeretnék a bűnökkel és a negatív dolgokkal foglalkozni, inkább az ígéreteket és lehetőségeket emelem ki ebből a szakaszból, mert a pozitív és motiváló tanításban hiszek, nem a negatív és kritizáló fenyegetőzésben.

Tehát milyen ígéretetek fűződnek a helyes, Istennek is tetsző börtöléshez? Tizenháromat fogok felsorolni innen az **Ézsaiás 58-ból**. Aki börtöl, azt ezek az áldások fogják kísérni:

#### **1.) KIJELENTÉS – Eljön világosságod, mint hajnalhasadás (8.vers)**

Isten az állhatatosan kérdezőnek, várakozónak, figyelőnek fog adni KIJELENTÉSEKET. Sőt, nem csak kijelentéseket ad, hanem világosságot gyújt. Olyan ez, mint amikor egy sötét szobában valaki botladozik, és mi segítünk neki: „vigyázz, ott az asztal, vigyázz, kicsit jobbra menj, hogy le ne verd a vázát...” – ezek a kijelentések. Világosság akkor esz, amikor felkapcsoljuk a villanyt. Akkor átlátjuk az egész szobát, minden egyértelmű lesz. Isten ilyen világosságot akar adni nekünk. Amelyben lesz LÁTÁSUNK. De látó emberré csak az állhatatosan imádkozó és börtölő emberek váltak! Isten VEZETÉSÉT csak az állhatatosan imádkozó és

böjtölő emberek látták nagyon egyértelműen – a többiek inkább csak hivatkoznak rá, és botladoztak. Ezt láttuk a **ApCsel 13-ban** is, amikor a gyülekezet vezetői imádkoztak és böjtöltek, és a Szentlélek konkrét, névre szóló kijelentést és vezetést adott, hogy kinek kell elmennie a pogánymisszióba, és kiválasztották Pált és Barnabást. A 100%-os bizonyosság Isten akaratáról a világosságban való járás lényege. Az egyik fontos eszköze pedig a böjt.

## 2.) GYÓGYULÁS ÉS EGÉSZSÉG – *Hamar beheged sebed* (8.vers)

A betegség természet szerint a bűnhöz tartozik. Isten azonban ritkán leli örömét abban, hogy mi nyomorult, beteg állapotban vagyunk. Miért? Mert a testünk a Szentlélek temploma, és összeomlott templomban csak korlátolt missziómunkát, dicsőítést lehet bemutatni. És Isten nem akarja, hogy a betegség miatt kimaradj az istentiszteletekből, a gyülekezeti életből és a misszióból. Úgy látom, hogy nagyon racionálisan elfogadtuk a betegségeket az életünk részeként, holott Jézus szinte egész szolgálata alatt csak gyógyított, az apostolok rengeteg embert gyógyítottak Jézus nevében, az apostoli levelekben is olvasunk konkrét felhívásokat a betegekért való imádságra. Persze a mai embernek még mindig könnyebb a betegséggel sodródni, gyógyszereket szedni, mint megfegyelmeznie önmagát az állhatatos könyörgésre és böjtölésre. Azonban az Istennek tetsző böjtöléshez a sebek, a testi és a lelki sebek gyors (!) begyógyulása is ígéretként adatik.

## 3.) HITELESSÉG – *Igazságod jár előtted* (8.vers)

A böjt szellemi előkészítése a fizikai dolgoknak. Amikor imádkozunk, és a böjt az imádkozásnak egy felfokozott módja, akkor Isten munkatársaiként beleavatkozhatunk földi eseményekbe, előkészíthetünk szolgálatokat, szituációkat, beszélgetéseket. És mikor sor kerül azokra a valóságban, már egy egészen más, megváltozott légkör, egy előkészítettség vár bennünket, mert Isten előttünk járt, és cselekedett. Igazságod előtted jár – azaz Isten maga mindig a böjtölő előtt jár, és egyengeti az útját, előkészíti a szolgálatát, megtisztítja a szellemi közegeket, távol tartja az akadályokat.

A másik jelentéssíkja ennek az ígéretnek az, hogy Isten ad egy természetfeletti jó hírt, egy jó illatot, ami megelőz bennünket. A böjtölő ember életében megjelenik Isten természetfeletti ereje, és ez egy olyan bizonyágtétel, amely gyakran megelőzi az ilyen embert. Mert beszélnek róla, mert érzik, hogy ő valahogyan más. Az igazán jelentős szolgálát Istennek számon tartják az emberek. Nem biztos, hogy szeretik őket, mert az Istennel túl szoros életmód, a radikális istenkövetés vagy követőkre, vagy ellenségekre talál. De az biztos, hogy a szellemileg komoly embereket a földön is, a démoni világban is, és persze a mennyben is számon tartják, és a hírük mindig megelőzi az ilyen emberek érkezését.

## 4.) ISTEN DICSŐSÉGE LESZ MÖGÖTTED (8.vers)

Isten a hiteles embereket tudja csak igazolni. Aki előtt az igazság jár, annak a szavai, tettei, élete mögé beáll Isten dicsősége. A dicsőség a héberben azt jelenti: súly. Aki mögött Isten dicsősége áll, annak a szavainak súlya lesz. Az imádságainak súlya lesz. A jelenlétének súlya lesz. A bizonyágtételének súlya lesz. Mert Isten a maga „súlyával” fog az ilyen ember mögött állni. Ez az, amiről Pál apostol beszélt az **1Korintus 2:4-5-ben**:

*Beszédem és igehirdetésem sem az emberi bölcsesség megejtő szavaival hangzott hozzátok, hanem a Lélek bizonyító erejével; hogy hitetek ne emberek bölcsességén, hanem Isten erején nyugodjék.*

Sokszor érezzük súlytalannak magunkat, és érezzük úgy, hogy amire mi képesek vagyunk, az csak emberi erő, és hiányzik valami plusz. Beszélünk, érvelünk, szervezünk, dolgozunk, és valahogy súlytalan, hatástalan marad minden emberi igyekezetünk. De azt látom, hogy aki böjtöl, az elég, ha csak megszólal, akkora nyomatóka lesz minden szavának, hogy nem lehet megállni vele szemben. Ha tesz valamit, abban mennyei erők szabadulnak fel. És Isten keresi az olyan embereket, akik nagyon sok időt töltenek a Vele való mély közösségben – mert ez a böjt lényege – hogy azután Ő állhasson mögöttük a maga isteni súlyával és tekintélyével.

A böjt a lelki érettség egyik jele. A lelki csecsemő nem böjtöl. Mert akinek az is gondot jelent, hogy rendszeresen jöjjön a gyülekezetben, imádkozzon, adakozzon vagy szolgálatot vállaljon, úgysem fog

böjtölni. De aki Isten jelenlétében feltöltődik arra, hogy enni adjon az éhezőknek, ruhát adjon a nincstelennek, hogy ne megköttözzön, hanem eloldozzon, vagyis a böjtben felkészül egy erőteljes és valós szolgáló életre, annak az igazsága, annak jó híre, annak krisztusi jó illata előtte fog járni, és az hiteles is lesz, ha megszólal, mert már a jelenléte a menny jelenlétét sugározza magából, és mert az életmódja már prédikál. És ha szól, akkor ereje lesz a szavának, ereje lesz a kegyességének, nem csupán látszata. Mert a szavaink erejét, a szolgálatunk természetfeletti hatalmát csak szellemi, természetfeletti módon lehet a mennyből lehívni és az életünkben felszabadítani, ennek az egyik legfontosabb csatornája pedig a böjt. Egyszerűen aki böjtöl, az teljesen más erővel beszél az evangéliumról vagy szolgál mások felé. Amellett természetfeletti hatalom fog bizonyosságot tenni, ami a böjtölés által szabadul fel az életében! Ez minden kiemelkedő hithős életének közös jellemzője.

#### 5.) IMAMEGHALLGATÁS – *Ha segítségül hívod, válaszol* (9.vers)

Úgy gondolom, nem Istennek van szüksége arra, hogy mi kitartóan imádkozunk, és böjtöljünk – azaz mondjunk le másról az óhajtott célért, mintha elfelejtené, amit kérünk. Szeretné látni, hogy komolyan gondoljuk-e, amit kérünk. Szeretné látni, hogy többet ér-e nekünk az imakérésünk, mint a hasunk, mint a kényelmünk vagy a megszokásaink. Igazából nekünk van nagy-nagy szükségünk az Istennel való elmélyült közösségre, aminek a legjobb eszköze a böjtölés.

Isten a nagyon komolyan gondolt imádságokat nagyon komolyan veszi. És az állhatatos, böjtöléssel megtámogatott közbenjárás megindítja az Urat, és válaszolni fog. De az, amikor az Úr Jézus azt mondja, hogy „nincsen semmitek, mert nem kértek”, arra is vonatkozik, hogy komolytalan az imádsághoz való hozzáállásunk. Nem látszik rajtunk az az elszántság, hogy addig nem tágítunk, míg meg nem kapjuk, amit kértünk. És barátaim, ne féljetez ettől, mert Istennek ez tetszik! Erőszakosoké a mennyek országa – ez derül ki a Bartimeus történetéből. Ha nem adod fel, ha nem lehet elhallgattatni, ha nem lehet félreállítani, ha addig küzdesz, míg Jézus meg nem hallgatja a kérésed, akkor meg fogsz gyógyulni! Ennek a küzdelemnek a szellemi módszere a böjtölés.

#### 6.) ISTEN JELENLÉTE - *ha kiáltasz, azt mondja, itt vagyok*.(9.vers)

Ez talán még az imameghallgatásnál is fontosabb ígérete Istennek. Ha sok időt szánsz Istenre, akkor meg fog látogatni! Ha csak futólag érsz rá Istenre, csak pillanatnyi ideje lesz veled foglalkozni.

A böjt lényege az Istennek való rendelkezésre állás. A testi szükségletektől, a kényelemtől való elfordulás és az Istenhez való odafordulás. Isten meglátogatja az ilyen böjtölő gyermekeit, és megint csak tapasztalat, hogy böjtölés közben sokkal intenzívebben lehet átélni az Isten jelenlétét, mint a mindennapos, rohanó életmódunkban.

#### 7.) FOLYAMATOS VEZETÉS – *Az Úr vezet majd szüntelen* (11.vers)

Isten alkalmankénti vezetését mindannyian átéltük már. Azonban van folyamatos vezetés is – ezt kevesen ismerik. A böjtölés nem elsősorban alkalmi élményeket jelent, hanem egy életforma. És ebben az életformában Istennek nem csak alkalmanként van tere beleszólni az életünkbe, hanem rendszeresen van alkalma, ez pedig az egyik legjobb feltétele annak, hogy folyamatosan tudjon vezetni bennünket Isten.

Mi a krízis-vezetéshez vagyunk hozzászokva, azaz amíg nem jutunk döntéskényszerbe, addig megyünk lendületből. A kritikus pontokon aztán kétségbe esünk, és lázasan keressük Isten akaratát, aminek általában mindig nagy a tétje. A folyamatos vezetés a legtöbb krízispontot ki tudja kerülni, mert Isten időben fel tud készíteni bennünket arra, hogy a nagy és változások helyett egy mindennapos követésben éljünk.

#### 8.) MEGELÉGEDETTSÉG – *kopár földön is jól tart téged* (11.vers)

Na persze, aki koplal, annak nem kell nagy ellátás. Csakhogy nem erről van szó! Itt sokkal inkább egy szemléletváltásról van szó – mert bár nagy ajándék a kegyesség megelégedettséggel, sajnos mégis olyan sok hívő ember él folyamatosan elégedetlenül. Szomorú látni, amikor hívő emberek is csak panaszkodnak, irigykednek és elégedetlenkednek. Aki böjtöl, az viszont megtanulja, hogy ha előbb Isten országát keressük, akkor Isten minden szükségünket betölti, sőt, bővítködő forrásokat fakaszt fel az életünkben! És jöhet bármilyen külső körülmény, a böjt megtanít az Istentől való teljes függésre, az Istenre való teljes ráhagyatkozásra, és az ilyen embereket Isten mindig természetfeletti módon áldja meg.

### 9.) MEGERŐSÍTI A TESTÜNKET – *Csontjaidat megerősíti* (11.vers)

Az előbb már idéztem azt az újszövetségi tanítást, hogy a mi testünk a Szentlélek temploma. A börtben a mi testünket tisztítjuk meg és szenteljük meg azáltal, hogy iga alá hajtjuk. Ha pedig a Szentlélek eljön és betölt, mert amikor börtöl az ember, a Szentlélek mindig eljön és betölt, akkor az mindig erő kiadásával fog járni, és ez az erő először a mi életünket, a mi testünket járja át, és rajtunk keresztül fogja betölteni a környezetünket is.

Isten áldásai között szerepel az egészséges test is, és ennek az áldásnak a birtokbavételében eszköz többek között a böjtölés is. Mert amikor mi a testünket háttérbe szorítjuk, akkor Isten azt is át tudja mosni az ő mennyei erejével, hogy azután a megtisztított és megerősített testünket tudjuk odatenni okos istentiszteletként és kedves áldozatul Isten oltárára.

### 10.) KIAPADHATATLANNÁ TESZ – *Olyan leszem, mint a forrás, amelyből nem fogy ki a víz.* (11.vers)

Sok a megfásult keresztyén ember. Akikben megposhadt az a több éves vagy évtizedes hit, amit valamikor élő vízként vettek, csak közben elteltek az évek, és valahogy nem frissült a hitük, nem frissültek az istenélményeik, nem frissültek a kijelentéseik, és maradt valami régi állóvíz, állóhit. Az pedig általában bűdös és ihatatlan.

Amikor az ember börtöl, akkor a kiapadhatatlan élő víz forrására kapcsolódik rá, a mennyei kútforrásra, amelyből ige, erő, Szentlélek árad bele az életünkbe, és az Istennel eltöltött nagyon intenzív együttlétben olyan mértékben áramlik be az Élet vize, amit egyetlen konferencia sem képes pótolni. Ez az, amit Finney az akkumulátor feltöltéseként hívott: rákapcsolódni a mennyei áramforrásra és feltöltekezni, hogy utána tele legyünk olyan feszültséggel és töltettel, amivel meg lehet változtatni ezt a világot!

### 11.) HELYREÁLLÍTÓVÁ TESZ - *Fölépítik fiaid az ősi romokat, falat emelsz a régiek által lerakott alapokra; a rések befalazójának neveznek, aki romokat tesz újra lakhatóvá.*(12.vers)

Szeretnénk nagy dolgokat tenni Isten nevében. Szeretnénk a résekre állni, a leomlott falakat, generációkat felépíteni – de a magunk erejéből, emberi erővel nem fog menni. Fel kell építenünk újra a gyülekezeteinkben, a családjainkban, a kapcsolatainkban, a szolgálatainkban az Isten uralmát. Ezért rengeteget kell dolgoznunk, de ezt szellemi szinten is meg kell harcolnunk. Megvan az ideje a munkálkodásnak, és megvan az Isten előtt való megállásnak és megmaradásnak is. Ez pedig a böjt ideje.

### 12. GYÖNYÖRŰSÉGET OKOZ – *Gyönyörködni fogsz az Úrban* (14.vers)

A legtöbb keresztyén, aki nem gyakorolta a böjtöt, azt gondolja, hogy az valamiféle szörnyűség, az etiópok nyomorának önkéntes felvállalása, aminek alig várjuk a végét. Isten ígéje azonban azt mondja, az Istennek tetsző böjt gyönyörűséget okoz. Akik pedig nem böjtölnek, azok olyan ritkán tudnak gyönyörködni az Úrban. Megszokják a Vele való közösséget, megszokják a neki való szolgálatot, és már nem dobja fel őket az Isten jelenléte. Aki börtöl, az olyan mélységét éli át az Istennel való közösségnek, amit anélkül nem lehet elképzelni sem. Négy-, hat- vagy nyolcórás szünet nélküli imádkozás után az ember egészen másképp éli meg az Istennel való közösségét, mint egy ötperces rutinima után. Ezt gyakorlom én is, és volt, amikor 80 héten keresztül csináltam, és eddig az volt a keresztyén életem legjelentősebb időszaka!

### 13. ÖRÖKSÉGET AD ÁLDÁSUL – *Táplálalak ősödnek, Jákóbnak örökségében.*(14.vers)

Jákób örökségét hadd olvassam összegzésül az **5Mózes 33:28-29**-ből:

*Izráel bizton lakhatik, Jákób forrása egymagában a gabona és must földjén, ahol az ég harmatot hint. Boldog lehetsz, Izráel, van-e hasonló hozzád? Nép, amelyet védelmez az ÚR! Ő a te segítő pajzsod és dicsőséges kardod. Hízelegnek majd ellenségeid, és te azok magaslatain lépdelsz.*

A böjt felszabadítja a biztonságot, a boldogságot, Isten védelmét, segítségét és dicsőségét, és győzelmet ad minden ellenségnek!

Nos, ezek az Istennek tetsző böjthöz kapcsolódó ígéretek. Olyan dolgok ezek, amelyekre mindannyian vágyunk – de teherhordozás nélkül nem lesznek a miéink. Bízok abban, hogy a jó példák és a nagy ígéretek motiválnak bennünket arra, hogy megragadjuk a szellemi harcnak ezt a nagyszerű és nagy hatalmú

fegyverét, és elkötelezzük magunkat egy böjtölő, közbenjáró, kitartóan imádkozó és terheket hordozó életmód mellett. Ámen? Így lesz?

#### 4. Milyen konkrét céljai lehetnek a böjtölésnek

Mivel ez a lista sem rövid, a Bibliában legalább tízféle konkrét okát és célját találhatjuk meg, most is csak egy felsorolásra van lehetőség, és legfeljebb egy-egy lényeges gondolatra kommentárként.

##### 1. ISTEN VEZETÉSÉNEK MEGÉRTÉSE

###### **Bírák 20:26-29**

*Ekkor elvonultak Izráel fiai mindnyájan, az egész nép; elmentek Bételbe, és ott ültek sírva az ÚR színe előtt. Böjtöltek azon a napon egész estig, és égőáldozatokat meg békeáldozatokat mutattak be az ÚR színe előtt.*

*És megkérdezték Izráel fiai az URat, mert abban az időben ott volt az Isten szövetségének a ládája, és Áron fiának, Eleázárnak a fia, Fineás szolgált előtte abban az időben. Ezt mondták: Kivonuljak-e még egyszer harcolni a testvérem, Benjámín ellen, vagy abbahagyjam? Az ÚR azt felelte: Vonuljatok föl, mert holnap a kezetekbe adom!*

Isten népe itt egy belháborúban volt, és egy nagyon fontos, egyáltalán nem magától értetődő helyzetben kezdtek el böjtölni, hogy Istentől konkrét vezetést kérjenek, hiszen nem egy ellenséges pogány néppel, hanem a saját testvéreikkel kellett harcolniuk. És a böjtölésben megértették Isten vezetését, és engedelmeskedve győzelmet is szereztek. Ez egy érdekes történet egyébként, mert már kétszer megpróbálták legyőzni a benjáminitákat, de vereséget szenvedtek. De a böjtöt kihagyták az első két alkalommal. És Isten a böjtölésben felszabaduló megalázkodást, Istentől való függést használta arra, hogy világos vezetést és győzelmet adjon Izráel törzsének.

Tehát ha Isten vezetésére van szükséged, böjtölj!

##### 2. A BŰNRENDEZÉS RÉSE A BÖJTÖLÉS

###### **1Sámuel 7:5-6**

*Majd ezt mondta Sámuel: Gyűjtsétek össze egész Izráelt Micpába, és imádkozni fogok értetek az ÚRhoz. Összegyűltek tehát Micpába, vizet merítettek, és kiöntötték az ÚR előtt. Böjtöltek azon a napon, és ezt mondták: Vétkezünk az ÚR ellen! Sámuel pedig igazságot szolgáltatott Izráel fiainak Micpában.*

Hajlamosak vagyunk túl könnyedén venni a bűnt, és sokszor teher nélkül valljuk meg. És sokszor éppen azért, mert így csináljuk, mert a bűnbánat sok keresztény életében egy esti jóéjtpuszi színvonalára süllyedt le, nem is érezzük és tapasztaljuk a bűnből való felszabadulást sem. Jegyezzétek meg: amilyen mértékben bánjátok meg a bűneiteket, olyan mértékben hat át a szabadulás. Ha valakinek van egy megkötözöttsége, és akár minden nap elmondja lefekvés előtt, hogy „Uram bocsáss meg, ma is elestem...”, ne csodálkozzon, ha holnap is elesik. Mert nem lehet ennyire komolytalanul venni a bűnbánatot és a bűnrendezést! Ha tényleg szabadulni akarsz, akkor kezdj el böjtölni.

##### 3. A TÁMADÁSOK ELHÁRÍTÁSAKOR

###### **1Krónikák 20:2-3 és 14-17**

*Amikor megérkeztek, és jelentették Jósáfátnak, hogy a tenger túlsó széléről nagy sokaság jön ellene Edóm felől, és már Hacedón-Támárban, azaz Éngediben vannak, megijedt Jósáfát, az URat kezdte keresni, és böjtöt hirdetett egész Júdában...*

*Akkor rászállt az ÚR lelke a gyülekezet jelenlétében Jahaziélre, aki Zekarjáhu fia, az Benájá fia, az Jeiel fia, az Mattanjá fia, Ászáf fiai közül való lévita volt, és megszólalt: Figyeljetek, egész Júda és Jeruzsálem lakói, meg te, Jósáfát király! Ezt mondja nektek az ÚR: Ne féljete, és ne*

*rettegjetek ettől a nagy tömegtől, mert nem a ti háborútok ez, hanem Istené. Holnap induljatok ellenük! Ők a Cíc-hágón vonulnak majd föl, és a völgy végénél, a Jerúél-pusztá előtt találkoztok velük. Nektek nem is kell majd harcolnotok, csak veszteg állnotok és néznetek, hogyan szabadít meg benneteket az ÚR. Ne félj, és ne rettegj, Júda és Jeruzsálem! Holnap vonuljatok ellenük, mert veletek lesz az ÚR!*

Ha látod, hogy közeleg a túlerőben lévő ellenség, ha a Sátán hatalmas szellemi erőket mozgat meg ellened, a gyülekezedet vagy a szolgálatod ellen, akkor kezdj el böjtölni, hogy te egy még hatalmasabb szellemi erőt szabadíthass rá a Sátánra – mégpedig Isten mennyei seregeit és munkáját! Ez a történet az egyik legnagyobb szellemi harcról szóló történet az egész Bibliában, mert Istennek csak dicsőítenie kellett, és néznie, ahogy Isten a kisujjuk megmozdítása nélkül hogyan győz egy hatalmas hadsereg felett. De mi volt ennek a győzelemnek az előkészítése? A böjt! Böjtölés nélkül semmilyen harcot, sem fizikait, sem szellemi harcot nem lehet megnyerni. De a böjtölés felszabadítja, és az ellenségre rászabadítja Isten győzelmét!

#### 4. MINDEN KOMOLYABB VÁLLALKOZÁS ELŐTT BÖJTÖLJÜNK!

##### **Ezsdrás 8:21-23**

*Ekkor böjtöt hirdettem ott az Ahavá-folyó mellett, hogy megalázzuk magunkat Istenünk előtt, és jó utat kérjünk tőle magunknak, hozzátartozóinknak és minden jószágunknak. Mert szégyelltem sereget és lovasokat kérni a királytól, hogy oltalmazzanak az ellenséggel szemben az úton, hiszen azt mondtuk a királynak: Istenünk ereje mindazoknak a javára van, akik őt keresik, de hatalma és haragja fordul mindazok ellen, akik őt elhagyják. Böjtöltünk tehát és könyörögtünk ezért Istenünkhöz, ő pedig meghallgatott minket.*

Ezsdrás éppen hazaindulóban volt a babiloni fogságból, hogy újjáépítsék Jeruzsálemet és egész Izráelt. Elérkezett a menetengedély, de mielőtt Ezsdrás belevágná ebbe a hatalmas munkába, böjtre hívja a népet. Mielőtt bármilyen vállalkozásba belekezdesz, jól teszed, ha böjtölsz. Mert a böjtben Isten tud vezetni, tud kijelentéseket adni, meg tudja mutatni a jövőt a Szentlélek által. És mindegy, hogy üzleti vagy gyülekezeti munkáról van szó – ha böjtölsz, akkor az életed bármilyen területét érintő döntésbe beengeded Isten mennyei munkáját és irányítását. Ezt pedig kár lenne kihagyni.

#### 5. KRÍZISHELYZETBEN

##### **Eszter 4:16**

*Menj, és gyűjts össze minden zsidót, aki csak Súsánban található, és böjtöljetek értem! Ne egyetek, és ne igyatok három napig se éjjel, se nappal! Én is ugyanígy böjtölök szolgálóimmal, aztán bemegyek a királyhoz a törvény ellenére is. Ha elveszek, hát vesszek el!*

##### **Dániel 6,17-23**

*Ekkor a király parancsára előhozták Dánielt, és az oroszlánok vermébe dobták. De a király ezt mondta Dánielnek: A te Istened, akit állhatatosan tisztelsz, szabadítson meg téged! Odavittek egy követ, és a verem szájára tették; a király pedig lepecsételte gyűrűjével, valamint főrangú embereinek a gyűrűjével, hogy Dániel sorsán ne lehessen változtatni. Azután a király a palotájába ment, és böjtölve töltötte az éjszakát; nőt sem engedett be magához, és kerülte őt az álom. Hajnalhasadáskor mindjárt fölkelte a király, és sietve odament az oroszlánok verméhez. Amikor odaért a veremhez, szomorú hangon kiáltott Dánielnek. Így szólt Dánielhez a király: Dániel, aki az élő Isten szolgálója vagy! A te Istened, akit te állhatatosan tisztelsz, meg tudott-e menteni az oroszlánoktól? Dániel így felelt a királynak: Király, örökké élj! Az én Istenem elküldte angyalát, és az bezárta az oroszlánok száját, úgyhogy nem bántottak engem. Mert ő ártatlannak talált engem, és téged sem bántottalak meg, ó király, semmivel.*

Amikor az ember krízishelyzetbe kerül, akkor nagyon megkísérti a kapkodás, az elkeseredés, a felelőtlenség, az, hogy a rá nehezedő nyomás vagy veszély olyan döntéseket és tetteket hoz ki belőle, amelyek nem hogy megoldanak, hanem inkább tovább rontják a helyzetet.

Amikor a bibliai hithősök krízisekbe kerültek, gyakran olvassuk azt, hogy imádkozni és böjtölni kezdtek. Mert a böjt egy tudatos fókuszváltás, amikor a tekintetünket átfordítjuk az előttünk álló veszélyekről Istenre. Ez a fókuszváltás pedig felszabadítja a hitet, és a hit mindig pozitív gyümölcsöket és egy pozitív változást fog láthatóvá tenni. A krízisben tehát nem elkeseredni kell, hanem böjtölni, mert abban lesz megoldás, a keserűségben és a megfutamodásban azonban soha nem lesz győzelmünk.

## 6. MÁSOK GYÓGYULÁSÁÉRT

### **Zsoltárok 35,13**

*Pedig ha ők betegek voltak, én zsákruhát öltöttem, böjttel gyötörtem magamat, újra meg újra szívből imádkoztam.*

A testi gyógyulás az újszövetségi gyakorlatban a működő kegyelmi ajándékhoz és a gyülekezeti vének kézzelrátételes imádkozásához van hozzárendelve. Azonban ezek is olyan szellemi szolgálatok, amelyek csak akkor szabadulhatnak fel hatékonyan, ha mögöttük egy imádkozó, közbenjáró, böjtölő szolgálat is áll. Ez az alapelv minden szolgálatra áll. A morva ébredést elindító Zinzendorf grófnak volt egy mottója, ami aztán az ébredési gyülekezetek vezérelve lett: „Egy otthon, egy a harcmezőn”. Vagyis minden szolgálót kiegészített egy közbenjáró. Ha hárman elmentek evangéliumot hirdetni, hárman biztosan imádkoztak és böjtöltek értük otthon. Ha egy tíz tagú vezetőség szolgált betegek felé, akkor tíz közbenjáró otthon támogatta őket. Számoljuk össze, hányan végeznek valamilyen szolgálatot a gyülekezetünkben: pásztor, igehirdetők, szolgálatvezetők, ahol vannak, imaórávezetők, vasárnapi iskolai tanítók, a dicsőítő zenekar tagjai, a diakóniai munkákban résztvevők, beteglátogatók... és hány közbenjárónk van, akik ezeknek az embereknek a szolgálatait szellemi módon támogatják és Isten előtt képviselik? A legtöbb gyülekezetben egy sincs. Pedig legalább ugyanannyi kellene! Akkor lenne ébredés! Jegyezzük meg ezt az alapelvet: „egy otthon, egy a harcmezőn”. És legyen minden szolgálónak legalább egy embere, egy közbenjárója, akinek mindig leadja az infókat, mikor hova megy, ki felé kell szolgálnia, mit vár, mik lehetnek az akadályok, és amíg ő szolgál, addig a másik közbenjár.

## 7. A SZOLGÁLATRA VALÓ FELKÉSZÜLÉSKOR

### **Máté 4:1-2**

*Akkor elvitte Jézust a Lélek a pusztába, hogy megkísértse az ördög. Miután negyven nap és negyven éjjel böjtölt, végül megéhezett.*

Még Jézus sem vetette bele magát ész nélkül abba a szolgálatba, amire Isten őt elhívta. A Szentlélek elvitte őt, és bevezette a szolgálata előtt és mögött álló szellemi harcba, a böjtölésbe, és a kísértések legyőzésébe, mert ha erre nem készül fel, akkor már a nyilvános szolgálatában érhatték volna kudarcok.

Ha Isten valamit rád bízott, és a gyülekezet is felhatalmazott, akkor vonulj el, és készülj előbb mindig a szellemi síkon. Teljesen más minőségben, erővel és következményekkel tudja a rábízott feladatokat elvégezni az, aki előtte feltöltekezett szellemi erőforrásokkal is, akinek Isten el tudta mondani, hogyan kell tennie azt, amit tennie kell. Ennek a szellemi felkészülésnek jó módja a böjtölésben való felkészülés.

Megjelent egy angol nyelvű könyv a legnagyobb és leghatékonyabb mai gyülekezetek növekedésének közös jellemzőiről, amiben leírták, hogy az igazán jelentős munkát végző és eredményeket felmutató gyülekezetekben egy prédikáció vagy tanítás mögött 10-12 órányi imádkozás és konkrét készülés áll, és a az igehirdetők rendszeresen böjtölnek, míg egy átlagos, stagnáló gyülekezetben alig egy órányi háttér van ugyanennek a szolgálatnak, és a böjt egyáltalán nem jellemző. És ez természetesen nem csak az igeszolgálatokra vonatkozik, hanem az összes többire is. A böjt tehát az erővel és hatalommal történő szolgálatra való szellemi felkészülés egyik módja és eszköze.

## 8. ÖRDÖGŪZÉS

### **Máté 17:21**

*Ez a fajta pedig nem távozik el, csak imádságra és böjtölésre.*

Az előbb már láttuk, hogy mindenszolgálat mögött ott kell álljon egy közbenjáró, böjtölő háttér, és ez különösen igaz a szabadító szolgálatra, amelyben a Sátán erővel közvetlenül kell szembeállni.

És ezen a ponton szeretnék egy nagyon lényeges dolgot elmondani, ami a szellemi harcról szóló tanításban még említésre fog kerülni, de éppen a szabadító szolgálattal kapcsolatban nagyon hangsúlyos. Amikor Jézus ördögöt úzött, azaz konfrontálódott a szellemi hatalmakkal és lényekkel, AKKOR soha nem kezdett el böjtölni, nem tartott könyörgéseket, imaéjszakákat, nem gyűjtött össze egy teremnyi gyülekezeti vént, hanem tömören, határozottan parancsolt. Ugyanezt olvassuk Pál apostolról is. A közbenjáró imádságoknak, a böjtölésnek nem akkor volt az ideje, akkor a harcnak volt az ideje, amely ha valóságos mennyei hatalom állt mögötte, sosem tartott órák hosszát. DE azért nem böjtölt vagy imádkozott hosszasan Jézus az ilyen esetekben, mert egyébként mindig kora hajnalban kelt, hogy imádkozott, egyébként jellemző volt az életére a rendszeres virrasztás és közbenjárás. Tehát nem a konfrontáció helyett kell imádkozni vagy böjtölni, akkor parancsolni kell Jézus hatalmával – de erre csak az képes, akinek az életére jellemző a rendszeres és gyakori böjtölés, virrasztás és közbenjárás! Nem hangerő meg karizmatikus virtus kell a hatékony szabadító szolgálathoz, mert ez sokaknál megvan, de eredmények mégsincsenek, hanem nagyon komoly odaszánt imaélet és böjt. Csak az próbálkozzon szabadító szolgálattal, akit erre Isten hívott, akit a gyülekezet erre felhatalmazott, és akire jellemző a kifejezetten mély imaélet és az objektíven is gyakori és rendszeres böjtölés.

## **9. SZOLGÁLATRA VALÓ KIRENDELÉSKOR**

### **ApCsel 13:2-3**

*Egyszer, amikor ezek az Úrnak szolgáltak és böjtöltek, ezt mondta a Szentlélek: „Válasszátok ki nekem Barnabást és Sault arra a munkára, amelyre elhívtam őket.” Akkor böjtölés, imádkozás és kézzrátétel után elbocsátották őket.*

### **ApCsel 14:23**

*Miután pedig gyülekezetenként elöljárókat választottak nekik, böjtölve és imádkozva az Úrnak ajánlották őket, akiben hittek.*

Ez az előzőekkel összefüggő területe a gyülekezeti életnek. Isten nem az ad hoc jellegű szolgálatokat áldja meg, hanem azokat, amelyek biblikusan épülnek fél és indulnak el. Ennek pedig olyan elemei vannak, amit az előbb is említettem, mint a konkrét és világos elhívás, a gyülekezet felhatalmazása a vének kirendelése által, és a megfelelő szellemi háttér illetve szolgálati felkészítés. A vezetők kirendelése kulcsfontosságú egy gyülekezet életében, mert ha nem a megfelelő, az Istennek emberek kapnak vezetői tekintélyt, abba akár az egész gyülekezet is belepusztulhat. Ha nem Isten vezetése alapján, nem teokratikusan, hanem demokratikusan, tradicionálisan akarunk gyülekezetet vezetni, abból is csak beszűkülés és gyümölcstelenség lesz. Viszont Isten akarata és vezetése a vezetők együttes böjtölése során szabadul fel, és csak a vezetők odaszánt imádkozása és böjtölése az a fórum, amelyben a Szentlélek gyülekezetre vonatkozó kijelentéseket tud adni. Barátaim, a böjt a presbiteri, a vezetői szolgálat automatikus velejárója. És nem is csak egyénileg, hanem közösen is. Amíg ezt egy vezetőség nem ismeri fel, addig a Szentlélek nem fogja őket vezetni.

## **10. AZ IMÁDSÁG MEGERŐSÍTÉSEKOR**

### **1Korintus 7:5**

*Ne fosszátok meg egymást magatoktól, legfeljebb közös megegyezéssel egy időre, hogy szabadabbá legyetek az imádkozásra, de azután legyetek ismét együtt, nehogy megkísértsen a Sátán titeket azáltal, hogy képtelenek vagytok magatokon uralkodni.*

A böjt az imádság megerősítésének egyik módja. Itt Pál apostol nem az evésbeni, hanem a szexuális életben meghozott böjtről beszél, amelynek az egyetlen alapja a közös imádkozás lehet. Tehát itt is látjuk, hogy a böjt egy fontos és örömteli élvezetről való lemondás az imádkozás és közbenjárás kedvéért.

## 11. BÁRHOL, BÁRMIKOR

Ez az utolsó ok és cél. Amikor nincs konkrét ok és cél. A böjt ugyanis a szolgáló, erőteljes keresztény élet természetes velejárója. Aki viseli a szolgálat terhét, annak a böjt beépül az életébe, és csak egy az életet jellemző megannyi természetes cselekvés és készség között. Mert a teherhordás mindig együtt jár a böjtöléssel is. Aki nem böjtöl, az nem alkalmas arra, hogy terheket hordozzon. Aki pedig terheket hordoz, kezdje el a böjtöt az életmódja részévé tenni, mert enélkül csak idő kérdése, mikor fog összeomlani a terhek alatt. Pál apostol két helyen is beszél úgy a böjtről, hogy csak sorolja az életére jellemző megannyi dolog között – és éppen ez benne a lényeg. Hogy a böjtnek be kell épülnie az életünk folyásába. Az nem egy különleges, élményszerű esemény, amin ha túlvagyunk, akkor olyan büszkék vagyunk rá, mintha épp most diplomáztunk volna le az egyetemen. Az teljesen természetes és automatikus része az életünknek. Legalábbis az érett, terheket hordozó és szolgálatokban mennyei erővel helytálló keresztények életében. A két ige hely:

### **2Korintus 6:4-7**

*Úgy ajánljuk magunkat mindenben, mint Isten szolgálói: sok túrésben, nyomorúságban, szükségben, szorongatásban, verésekben, bebörtönzésben, fáradozásban, virrasztásban, böjtölésben, tisztaságban, ismeretben, türelemben, jóságban, Szentlélekben, képmutatás nélküli szeretetben, az igazság igéjével, Isten erejével, az igazság jobb és bal felől való fegyverével... stb. stb. (még folytatódik a felsorolás)*

### **2Korintus 11:26-28**

*Gyakran voltam úton, veszedelemben folyókon, veszedelemben rablók között, veszedelemben népem között, veszedelemben pogányok között, veszedelemben városban, veszedelemben a tengeren, veszedelemben áltestvérek között, fáradozásban és veszélyben, gyakori virrasztásban, éhezésben és szomjazásban, gyakori böjtölésben, hidegben és meztelenségben. Ezekon kívül még ott van naponkénti zaklattatásom és az összes gyülekezet gondja.*

## 5. Néhány gyakran feltett gyakorlati kérdés a böjtöléssel kapcsolatosan:

### 1. EVÉS-IVÁS...?

- A legelején tisztáztuk, hogy a böjt „nem-evést” jelent, ez tehát az alap. Egy, legfeljebb kétnapos böjtöknél igyekezz csak vizet inni, és semmit nem enni. Kezdd el vacsora után, és böjtölj másnap egész nap, hogy csak a következő nap reggelén egyél újra.

Több napos, különösen hetes vagy annál hosszabb böjt esetén igyál gyümölcsleveket, és a kritikus pontokon, amikor úgy érzed, hogy már tényleg nem bírod, egy keksz (persze nem félkilós csokis keksz) vagy egy kenyércsücsök elrágcsálása miatt Isten nem fogja áthúzni az odaszánásodat.

Mindenképpen fokozatosan tanuljunk böjtölni, tehát senki ne kezdjen egyhetes vagy negyvennapos böjttel, legfeljebb ha erre félreérthetetlen vezetést kapsz Istentől, de akkor is jobb megkonzultálni ezt a vezetőiddel. Hosszabb böjtöknél érdemes egy-két vezetőt mindenképpen bevonni, mert ugye a böjtölést reklámozni nem kell, erről Jézus egyértelműen tanít, de az nem árt, ha megkérsz egy vagy két embert, hogy figyeljenek oda rád a hosszabb böjtölésed alatt, és szóljanak, ha úgy látják, hogy nem bírod – mert te nem biztos, hogy ezt be fogod ismerni magadnak.

### 2. MENNYI IDEIG BÖJTÖLJÜNK? MENNYI AZ ELÉG HOSSZÚ BÖJT?

- Azt hiszem, a heti egy vagy két nap általánosan nagyon jó életelv lehetne mindannyiunk számára hosszú távon. Ennél többet legfeljebb nagyon fontos döntések előtt, szolgálatba állás előtt, vagy konkrét szolgálatokért és missziókért böjtöljünk, de akkor sem ajánlott egyezzerre háromnapos böjtnél hosszabbat tartani. Az egy-kéthetes vagy negyvennapos böjtökhöz meggyőződés, hogy Isten konkrét, személyhez szóló kijelentése és vezetése szükséges, és amíg nem vagyunk meggyőződve arról, hogy Isten ezt kéri tőlünk, természetesen csak egy rendszeres böjt-élet után, addig ne tegyük. Főleg azért ne, mert igazából a

hosszabb böjtöket csak kevesen engedhetik meg maguknak, ugyanis a böjtölés – emlékezzetek – nem koplalás, hanem az Istennel való napi 6-8 órás intenzív közösség. Ezt pedig munka mellett nem igazán lehet rendszeresen tenni, munka helyett nem is szabad, ezért a nyolcórás munkahelyeken dolgozók inkább hétvégéken vagy szabadságok alatt tudnak komolyabban böjtölni. Persze az is már böjt, ha egy nap nem eszik valaki, és nem olyan fizikai munkát végez, amihez komoly testi erő szükséges, és miután a munkából hazament, az estéjét és az éjszakájából egy kis részt még böjtöléssel tölt, tehát néhány órát bibliázik, imádkozik.

### 3. MIÉRT ÉREZHETJÜK ROSSZUL MAGUNKAT BÖJTÖLÉS SORÁN?

- Egyrészt azért, mert nem szoktuk meg a nélkülözést. Jóléti társadalomban élünk, ahol a szervezetünk nincs hozzászoktatva a nélkülözéshez, és amíg ezt nem szokja meg, addig jelezni fog, hogy valami nem szokványos történik.

- A másik ok fiziológiai, ilyenkor távoznak a testben összegyűlt mérgeanyagok, amelyektől megtisztul a szervezet azáltal, hogy folyamatosan nem tölti újra a méregraktárt azokkal az ételekkel, amelyeken általában élünk. Még a táplálkozástudománnyal foglalkozó szakemberek is elismerik, hogy napi egy napos böjtölés étletlenül is nagyon hasznos és kívánatos lenne minden ember számára, sokkal egészségesebben tudnánk élni.

### 4. A BÖJT CSODASZER, AMELLYEL MEGHATJUK ISTENT?

- Soha nem a böjt oldja meg a problémákat – hanem Isten oldja meg a problémákat! A böjt a szellemi élet és szellemi harc egyik fontos eszköze, de csak akkor, ha közben nem csak a táplálkozástól, hanem a bűnöktől, az önzéstől is elfordulunk, illetve Istenhez pedig odafordulunk. A farizeusok is böjtöltek és imádkoztak – miközben megfeszítették Jézust! Így nincs értelme ennek. Nem a böjt a csodaszer, az csak segít odafordulni Istenhez, segít megérteni a Szentlélek hangját és vezetését, segít a felkészülésben, feltölti mennyei erőkkkel – de mindig Isten az, aki csodát tud tenni az életünkben vagy a mi közbenjárásunk által más életében!

### 5. SOHA NE BÖJTÖLJ AZÉRT, HOGY KIVÍVD EZZEL MÁSOK ELISMERÉSÉT!

Ezzel épp a böjt lényegét ütnénk ki, hiszen maga Jézus tanította, hogy úgy böjtölj, hogy azt senki ne vegye észre. Ha kérkedsz vele, megoltod az értelmét:

#### **Máté 6:16-18**

*Amikor pedig böjtöltök, ne nézzetek komoran, mint a képmutatók, akik eltorzítják arcukat, hogy lássák az emberek böjtölésüket. Bizony, mondom néktek: megkapták jutalmukat. Amikor pedig te böjtölsz, kend meg a fejedet, és mosd meg az arcodat, hogy böjtölésedet ne az emberek lássák, hanem Atyád, aki rejtve van; és Atyád, aki látja, ami titokban történik, megfizet neked.*

### 6. MI TÖRTÉNIK, HA EGY GYENGE PILLANATOMBAN MEGTÖRÖM A BÖJTÖT?

A gyengeségérzet a böjt velejárója – hiszen az a lényege, hogy az én erőtlenségem által Isten ereje mutatkozzék meg. Isten azonban nem csak a végeredményre néz, hogy megttetted-e azt, amit elhatároztál – hanem arra a folyamatra, amelyet közben el tud végezni benned. Mert van olyan, amikor összeszorítom a fogamat, és azt mondom: „csak azért is kibírom, majd én megmutatom...” – csak ez nem a legjobb hozzáállás. Próbáld meg kibírni, ha már vállaltad – de ha nem megy, ne ess kétségbe, és semmiképp ne hagyj abba, hanem folytasd!

### 7. HOGYAN HAGYJUK ABBA A BÖJTÖLÉST?

Gyakran hallani csoportos böjtölés közben (amikor tudnak egymás böjtjéről) ilyeneket: „Ha befejezem a böjtöt, akkor a világ legnagyobb hamburgerét akarom a világ legnagyobb adag sültkrumplijával!” – Hét ez sem éppen a helyes sorrend megtalálásáról vagy a mennyei folyamatok sikeréről árulkodik. Főképp két-három napos böjt után csak óvatosan szabad újra enni. Először keveset, aztán egyre többet. Semmiképp ne habzsoló falás legyen a dologból, mert az egészségileg is ártalmas, és nem épp arról a megtisztulásról és a világi dolgoktól való sikeres elfordulásról tesz bizonyosságot, ami miatt csináltuk.