

Segítség a család lelki növekedéséhez

Hogyan válhatnak családi áhítataink a meghittség, a közösség és a szeretet különös pillanataivá?

„Szeresd azért az Urat, a te Istenedet teljes szívedből, teljes lelkedből és teljes erődből! Maradjanak a szívedben azok az igék, amelyeket ma parancsolok neked. Ismételd meg azokat fiaid előtt, és beszélj azokról, akár a házában vagy, akár úton jársz, akár lefekszel, akár fölkelsz!” (5Móz 6:5–7)

A legnagyobb ajándék, amelyet gyermekeinknek átadhatunk, az az Isten iránti szeretet, az Ő követésének és szolgálatának vágya. Hogy gyermekeink lelkileg erős, magabiztos és életigenlő felnőtt keresztényekké válnak-e, az nagyrészt a szülők pozitív példamutatásán múlik. A gyermekek hite a szülők hitéből táplálkozik. Ezért nagyon fontos, hogy a szülők megtalálják a módját annak, hogy miként engedhetnek betekintést csemetéiknek a saját hitükbe, hogyan adhatják át nekik Istennel szerzett tapasztalataikat, és miként vezethetik őket saját lelki növekedésük útján.

Hogy ez megtörténhessen

- Először is figyelj oda, hogy neked, mint szülőnek szoros kapcsolatod legyen Istennel. Legyél igényes a saját lelki növekedésedre, naponta tudatosan különíts el időt a Biblia és más építő könyvek olvasására.
- Természetes módon beszélj gyermekednek a hitedről, és Istennel való kapcsolatodról. Lásd rajtad, hogy ez életednek ugyanolyan része, mint a fogmosás vagy az öltözködés.
- Beszélj neki arról, hogy Isten miként állt melléd nehéz időkben. Nyugodtan oszd meg vele a kételyeidet is, és avasd be, hogy a kétely leküzdésével hogyan erősödött meg a hited.
- Szentelj időt az imádkozásra. Gyermeked számára akkor lesz vonzó az imádkozás, ha vannak imatapasztalataid, amelyeket megoszthatsz vele. Imádkozz a gyermekedért az ő jelenlétében! Lásd, milyen fontos a számára és lásd meg mennyire bízol Istennel, hogy rábízod az ő életét.
- Nevelj rá gyermekedet, hogy tudatosan keresse Isten válaszát az imáira. Ugyanakkor legyen tudatában annak is, hogy Isten olykor nem úgy felel a kéréseinkre, mint ahogyan mi azt előre elképzeltük. Segítsünk neki megérteni, hogy Isten jobban tudja a dolgokat mint mi, ezért néha mást ad, mint amit kérünk.
- Teremts rendszeres alkalmakat az izgalmas, figyelmet lekötő és kreatív családi áhítatokra.
- Légy pozitív, amikor az egyházzadról és annak vezetőiről beszélsz. Persze nem kell hazudnod, lásd gyermeked reálisan, hogy még az egyházi vezetők is követnek el hibákat. Magatartásodból tanulja meg, hogy a hibázó embernek nem kritizálásra, hanem támogatásra van szüksége.
- Legyen természetes dolog a családotban Isten kegyelméről beszélni, és abban élni. A kegyelem azt jelenti, hogy Isten elfogad bennünket úgy, ahogy vagyunk, függetlenül a tetteinktől, mert a gyermekei vagyunk. Ez a keresztény hit egyik legszebb eleme. E nélkül a hit csak kegyeskedés lenne, amellyel az állandó lelkiismeret-furdalásunkat akarnánk elhessegetni.



- Gyűjts össze olyan történeteket, amelyek a gyakorlati életben mutatják be a kegyelmet, és oszd meg ezeket gyermekeddel. A legfontosabb lecke, amit gyermekednek el kell sajátítania az az, hogy Istenhez mindig odamehet – függetlenül attól, hogy mit tett, vagy milyenek éri magát. Isten mindig elfogad, szeret és megbocsát, pontosan úgy, mint az apa a tékozló fiúnak Lukács evangéliumában.
- Tanuld meg a kegyelmet átültetni a családi életetek gyakorlatába. Tanúsíts megbocsátó és elfogadó lelkületet akkor is, ha gyermeked hibát követett el.
- Légy a gyermekedhez olyan türelmes, mint amilyen türelmes Isten hozzád.
- Ha fegyelmezned kell gyermekedet, akkor először gondolkodj el azon, hogy Isten miként fegyelmez téged. Gondolj arra a hatalmas szeretetre, amelyben Isten téged és gyermekedet részesít, és akkor a gyermekedhez való viszonyulásodat nem a szigor, hanem a kegyelem fogja meghatározni.
- Szeresd a gyermekeidet úgy, ahogyan Isten szereti őket. 1Korinthus 13. fejezete konkrét, kézzel fogható támpontokat nyújt ehhez.

Ahogyan a fenti felsorolásból bizonyára észre vetted, a gyermek hitre neveléséhez nem elég a szombatiskola, meg egy gyorsan elmormogott „Édes Jézus, légy vendégünk...” az ebéd előtt. A család hitélete sokkal több ennél. Egy életprogram. Ott kezdődik, hogy a szülők komolyan gondolják a kapcsolatukat Istennel, és ez a kapcsolat egy meghatározó, biztos pontja az életüknek. Nem mesterkélte kötelességteljesítés, hanem természetes belső igény. Egy ilyen légkörben a családi áhítatnak is természetes helye van minden erőlködés és kényszer nélkül.

Ha a saját családomból indulok ki, akkor be kell vallanom, hogy egy időben nagyon sok görcs keletkezett bennem, amikor azt a kifejezést hallottam, hogy „családi áhítat”. Kirajzolódott bennem az a kép, ahogyan a család reggel indulás előtt körbeáll, elolvas egy bibliaszöveget, együtt énekel, majd pedig letérdel és imádkozik. Iszonyatos lelkiismeret-furdalást éreztem, mert pontosan tudtam, hogy a mi családukban ez így nem működne. Ha megtennénk, akkor az mesterkélte, kényszeredett és izzadtságzagú lenne. Ezt kívánná Isten tőlünk? Erőszakoljuk rá magunkat az Ő tiszteletére olyan módon, amit természetellenesnek, formálisnak és unalmasnak érzünk? A gyerekek (és mi felnőttek is, csak mi nem szeretjük bevallani) ösztönösen menekülnek attól, amit unalmasnak éreznek. Hihetetlen felszabadulást hozott az életünkbe, amikor megtudtuk, hogy mindezt másként is meg lehet valósítani. Senki ne értsen félre, nem arról beszélek, hogy idejétmúlt, vagy rossz dolog lenne reggel felolvasós-éneklős-térdnimádkozós családi áhítatot tartani. Őszintén csodálom azokat a családokat, akik ezt a formát meg tudják tölteni nagyszerű tartalommal és a család minden tagja örömét leli benne. Nálunk ez egyszerűen nem működött. És sok családdal találkoztam, amely ugyanilyen problémákkal küszködik. Szükség van tehát egy széles repertoárra, amelyből minden család kiválaszthatja azokat az elemeket, amelyekből élményszerűen, kreatívan, a saját szükségleteinek megfelelően összeállíthatja családi áhítatait. Erre vállalkozom ebben a cikksorozatban és szívből remélem, hogy valóban minden család segítséget talál benne lelki növekedéséhez.

Néhány alapelv, amelyet magunkévá kell tennünk a családi áhítat megtervezése előtt

- Szülőként bizonyosodj meg róla, hogy lelkileg feltöltödsz a személyes áhítataidon. Az, amit a gyermekeiddel teszel, abból fog táplálkozni, amit Istennel átélsz a „belső szobád” csendes perceiben. Ezért az Istennel való személyes kapcsolat ápolását nem lehet eléggé hangsúlyozni.



- A családi áhítat legyen egyszerű, élvezetes, és szólítson meg minél több érzékszervet (ez a kicsiknek különösen fontos, akiknek nem elég valamit hallani, de látniuk, tapintaniuk, esetleg ízlelniük és szagolniuk is kell).
- Vegyél részt a hétvégi istentiszteletek megtervezésében, hogy azok élvezetes, örömteli, feltöltő élmények legyenek az egész család számára.
- Tervezd meg előre a családi áhítatokat, és szerezz be hozzájuk időben minden szükséges eszközt.
- Gyermekednek a legjobb lelki táplálékot szerezd be. Ha a család költségvetése szoros, akkor ne a gyermek lelki élete legyen az, ahol spórolni kezdetek. Vegyél gyermekednek igényes, jó minőségű keresztény könyveket, filmeket, zenéket, játékokat vagy foglalkoztatásokat.
- A családi áhítatban nincs helye a fegyelmezésnek és a kritikának. Legyenek ezek az alkalmak pozitív hangulatú, érdekes, vidám, szeretetteljes élmények, amelyekre a gyermek felnőttként is szívesen fog visszaemlékezni.
- A családi áhítat célja, hogy a gyermek bibliai történeteket tanuljon, felkészüljön erkölcsi döntések meghozatalára, kövesse Isten útmutatását, imakapcsolatot építsen ki Istennel, megismerje Istent mint teremtőt, megtanuljon bibliai szakaszokat kívülről, megtapasztalja mások szolgálatának örömét, megtanulja énekekben dicsőíteni Istent, és élvezze, hogy keresztény.
- A gyermek többféleképpen tanul, ezért a családi áhítat nem lehet egyoldalú. Legyenek benne gyakorlati illusztrációk, megjegyezhető történetek, kézműves elemek stb.
- Használd fel a mindennapi eseményeket (családi, munkahelyei, óvodai, iskolai, akár még a politikai eseményeket is), hogy Istenről beszélgessetek. Lásd meg a gyermek, hogy Isten benne van a mindennapi életben, neki ezekhez a „közönséges” dolgokkal kapcsolatosan is van mondanivalója, és nem csak a gyülekezetben lehet vele találkozni.
- A legtöbb családnál az áhítat jól beilleszthető az esti lefekvés előtti „rituáléba” (vacsora-fürdés-felöltözés-fogmosás-áhítat-imádkozás-jóéjt puszi). Mivel ezeknek a rituáléknak kötött ritmusa van, valamint a nap végén nyugodtabb, meghitt együttlétekre adnak lehetőséget, érdemes a családi áhítatot ebbe a sorba beépíteni.

Ezeket az alapelveket figyelembe véve biztosak lehetünk abban, hogy családi áhítataink nem lesznek ellaposodott, kegyeskedő, vontatott és unalmas ceremóniák, hanem étellel teli, boldog és felszabadult pillanataink lesznek mindennapjainknak. Ha az alapokat tisztáztuk, akkor most már beszélhetünk a „hogyanról” is. Az alábbiakban egy gyűjteményt teszünk közzé olyan kreatív ötletekből, amelyeknek segítségével családra szabottan megtervezhetjük áhítatainkat. Természetesen ezekre az alkalmakra meghívhatunk barátokat, rokonokat vagy más családokat is, akikkel ilyenkor együtt ünnepelhetjük Isten szeretetét.

Kreatív ötletek családi áhítatokhoz

- Válasszunk ki egy kedvelt bibliai történetet, és készítsünk róla papír kollázst vagy zászlót.
- Válasszunk ki egy bibliai könyvet és készítsünk hozzá könyvborítót, mintha az egy különálló könyv lenne. A család minden tagja kiválaszthat magának egy-egy könyvet és bármilyen segédeszköz, vagy kézműves módszer felhasználásával elvégezheti a feladatot. A végén beszéljünk az elkészült művekről.
- Készítsünk egy plakátot, amely az imádkozásra bátorítja az embereket.



- Egy dobozban helyezünk el különböző színű apró, szétvagdalt papírdarabkákat. A család minden tagja készítsen egy képet a kis papírdarabkákból. Ezután mondjuk el a teremtéstörténetet, és beszélgessünk arról, hogy Isten hogyan tud jelentéktelen, apró dolgokból csodálatos szépségű tárgyakat, vagy élőlényeket teremteni. Isten a mi életünkben is valami nagyszerűt akar alkotni.
- Készítsünk együtt kitűzőt, amely bemutatja, mit érzünk Jézus iránt.
- Készítsünk só-gyurmát (két rész liszt, egy rész só, és annyi víz, amennyitől jól gyúrható, homogén masszává válik). Mindenki gyúrjon egy-egy bibliai tárgyat. Amikor a művek elkészülnek, találjuk ki, milyen tárgyról van szó, és melyik történetben szerepel. Meséljük el a történetet.
- Kis kartoncsíkokra pecsételjük gyerekeknek való motívumokat (kreatív üzletekben kapható gumi pecséttel). A pecsételt képet mindenki színezza ki, és keressen egy hozzá illő bibliaszöveget. Írjuk a szöveget a kartoncsíkra. Ha akarjuk, készíthetünk egy kis dobozát is „Isten ígéretei” felirattal, amiben összegyűjthetjük az elkészült munkákat. Ezeket időről időre elővehetjük és elolvashatjuk.
- Osszuk ki papírlapokat és sorsoljuk ki minden családtagnak, valamely másik családtag nevét. A kisorsolt személynek készítsünk olyan ajándékot a papírlapból, amely bátorítást jelent számára, vagy örömet szerez neki. Törekedjünk arra, hogy az ajándék személyreszabott legyen! Hajtogathatunk belőle hajót, vagy készíthetünk belőle repülőjegyet, kivághatunk belőle egy házat, egy autót, vagy akár egy bútordarabot. Készíthetünk belőle egy egyetemi diplomát is vagy vásárlási utalványt. Utána beszéljük meg, hogy miért éppen ezt az ajándékot készítettük, mit kívánunk ezzel a másiktól.
- Válasszunk ki egy bibliai történetet, majd építőkockákból építsük fel a díszletét. Így eljátszhatjuk a bábéli toronyépítést, Jerikó meghódítását, a salamoni templomépítést, vagy akár az új Jeruzsálemet is.
- Egy rövid bibliai történetet írjunk le úgy, hogy bizonyos szavakat képekkel helyettesítsünk. Ezután a család legfiatalabb, olvasni tudó tagja olvassa el a leírt történetet és beszélgessünk el róla.
- Készítsünk kis papírcsíkokat, amelyekre olyan képeket rajzolunk, és olyan szavakat írunk, amelyek Isten szeretetére emlékeztetnek bennünket. Ezután helyezük el őket a lakás különböző pontjain, hogy naponta többször is legyen lehetőségünk látni őket.
- Készítsünk háromdimenziós bibliai jelenetet egy üres dobozban. A doboz belső falaira felfesthetjük a díszleteket (házak, hegyek, tenger stb.) a szereplőket pedig kivághatjuk újságokból, régi karácsonyi képeslapokból, vagy akár mi magunk is megrajzolhatjuk őket. Ha elkészült a jelenet, meséljük el a történetet.
- Különböző alakú és színű gomicukorkákból – vagy egészségesebb változatként különböző gyümölcsök szeleteiből – készítse el mindenki a saját arcképét. A nagyobb gyümölcsdarabokat akár fogpiszkálóval is rögzíthetjük egymáshoz. Mindenki egy-egy tányéron készítse el a „művet”. Amikor készen vagyunk, beszélgessünk el arról, hogy Isten miért ilyen sokféleképpen teremtett bennünket. Adjunk hálát a sokféleségünkért, és együk meg az alkotásokat.
- Válasszunk ki egy példázatot a Bibliából, és rajzoljuk meg képregényként. A szereplők fölé rajzoljuk szövegfelhőket, és írjunk nekik egy képzeletbeli párbeszédet.
- Válasszunk CD-ről vagy kazettáról egy keresztény éneket, amely a család minden tagjának tetszik. Hallgassuk meg, majd különböző testmozdulatokkal játsszuk el, amiről az ének szól.



- Rajzoljuk meg Noé bárkájának belsejét. Mindenki mondja el, hogy milyennek képzeletben. Hogyan nézhetett ki a bárka belülről, ahol minden állat elfért. Milyen fajta ételeket vittek be annak sok állatnak? Milyen helyen voltak az emberek? Ők mit vittek maguknak ennivalóként?

A fenti példák csak néhány lehetőséget mutatnak be arra, hogy miként válhatnak a családi áhítataink vidám, kreatív és egyúttal meghitt, szeretetteljes alkalmakká. Ha e minták hatására újabb ötletek jutnak az eszünkbe, írjuk le őket és valósítsuk meg. A lehetőségeknek csak a fantáziánk szabhat határt!

Bibliai játékok

Az áhítat ideje mellett a hitet beleszőhetjük a család szabadidős tevékenységeibe is. Ilyenkor játékként használhatunk bibliai motívumokat, neveket, történeteket. Némi fantáziával ezen a területen is nagyszerű lehetőségek nyílnak meg előttünk:

- Adjunk mindenkinek egy-egy Bibliát. Válasszunk ki egy fejezetet és várjuk meg, amíg mindenki megtalálja. Valaki kezdjen el olvasni egy mondatot és álljon meg a mondat közepénél. Aki elsőnek találja meg, hogy melyik mondat volt az, és folytatni tudja annak olvasását, az nyerte meg a menetet. Most ő választhat egy újabb mondatot, amit elkezd olvasni, majd a közepén megáll...
- Mondjuk sorban az ábécé betűit, és próbáljunk meg minden betűhöz legalább egy bibliai nevet találni, amely az adott betűvel kezdődik. (Pl. Apollós, Ábrahám, Boáz, Cippóra stb.)
- Valaki kezdjen el rajzolni egy bibliai jelenetet. A többiek találgatnak, hogy milyen jelenetet ábrázol a kép. Aki elsőnek kitalálja, az a győztes és most ő rajzolhat egy újabb jelenetet.
- Ülünk körbe és a csoport egyik tagja mondjon egy bibliai nevet. A mellette ülőnek most olyan nevet kell mondania, amelynek kezdőbetűje megegyezik az előző név utolsó betűjével. (Pl. Ábel, Lea, Ananiás, Sidrák, Káleb stb.)
- A csoport minden tagja kiválaszt egy-egy bibliai személyt és eljátszik egy meghatározó jelenetet az életéből. A csoport többi tagjának a jelenet alapján ki kell találnia, hogy kiről is van szó. Aki elsőnek kitalálja, az kezdheti a következő jelenetet...
- Írjuk le az ábécét egymás alá egy nagy papírlapra. Ezután keressünk minden betűhöz egy-egy bibliai idézetet (lehetőleg fejből), amely az adott betűvel kezdődik.
- Mindenki kiválaszt egy-egy példabeszédet a Példabeszédek könyvéből. Ezután a csoport egy része kap öt percet arra, hogy kitaláljon egy jelenetet, vagy rajzoljon egy karikatúrát az adott példabeszédről. A csoport többi tagjának ki kell találnia, hogy melyik példabeszédről van szó.
- A csoport minden tagja kap egy-egy zacskót. Ezután öt perc áll rendelkezésre arra, hogy mindenki végigjárja a lakást és olyan tárgyakat gyűjtsön, amelyek egy bibliai történetre emlékeztetik. A végén egyenként öntsük ki a zacskó tartalmát, a többiek pedig találják ki, hogy melyik bibliai történethez tartoznak az összegyűjtött tárgyak.
- Válasszunk bibliai neveket és alkossunk belőlünk mozaikszavakat. A mozaikszó olyan rövidítés, amelyben minden betű egy másik szó kezdőbetűje. (Pl. DÁVID: Derék Állhatatos Végrehajtója Isten Döntéseinek.) A betűkhöz csatolt szavak lehetőleg legyenek összhangban a személy bibliai jellemrajzával.

A figyelmes olvasó menet közben biztosan rájött, hogy ezek a játékok feltételeznek bizonyos bibliai előismeretet. Ahhoz, hogy jól működjenek, tisztában kell lennünk a bibliai szereplőkkel és azok történeteivel. Ennek az ismeretnek a megszerzésére egy lehetőség van: olvasni kell a Bibliát.



Erre szolgálnak a személyes áhítataink, amikor csak úgy magunknak olvassuk a Biblia szövegét. A fent bemutatott játékok ösztönzik gyermekeinket, hogy kezükbe vegyék és olvassák Bibliájukat. A legfontosabb ösztönzést azonban mi, szülők adhatjuk számukra. Ha látnak bennünket Bibliát olvasni, akkor jó esélye van annak, hogy előbb-utóbb ők is „rákapnak” az ízére. De ha bennünket soha nem látnak Bibliával a kezünkben, akkor hiába várjuk, hogy ők is felvegyék. Nem fogják. Legalábbis nem önként, érdeklődésből és kényszer nélkül.