

# HÁLAADÁS

grafikai tervezés, tördelés  
MAJOR LÉNA

 **baptista**  
szeretetszolgálat



## A HÁLAADÁS MARGÓJÁRA

Hetek óta ízlelgetem a kifejezést: hálaadás. Próbálok, elsősorban magam számára, megfogalmazni, hogy miben lehetne megfogalmazni és megragadhatóvá tenni, hogy mit is jelent hálásnak lenni. Különösen annak az összefüggésében forog bennem a kérdés, hogy a Bibliába Pál apostol nagyon szélsőségesen fogalmaz, amikor azt írja: „adhatok hálát Istennek, az Atyának mindenkor mindenért, a mi Urunk Jézus Krisztus nevében” (Ef 5,20). Hogyan lenne ez lehetséges? Nem túlzó elvárás ez, hogy mindenkor? Hiszen nincs olyan ember, akinek ne lennének nemhogy rossz pillanatai, sokkal inkább napjai, akár hetei és hónapjai. Amelyeken olykor felkelni is nehéz, nemhogy bármi olyat összegyűjteni, ami akár egy kicsi bizakodásra okot adhatna. Ezekben az időszakokban nemhogy az nem megy, hogy „mindenért”, még az is lehetetlenségnek tűnik, hogy valami apró reményszikra felcsillanjon valahol, valamiben. Ha sikerül is valami bizakodásra okot adót találni, akkor hol van még annak a beteljesülése. Már, ha eljutunk odáig. És akkor ne is beszéljünk arról, amikor egyenesen valami végtelenül nehezzé teszi a jelent. Valami olyan történés, amiben nincs, nem lehet semmi jó...

Ahogy forogtak bennem a gondolatok elkezdtem megérteni, hogy nem egyszerűen arról beszél Pál apostol, hogy „mindenkor, mindenért”, hanem ott van az is, hogy „a mi Urunk Jézus Krisztus nevében”. A hálaadás tanulásában sokat tud segíteni, ha nem egyszerűen olyan kapaszkodókat próbálok találni, amelyekben fel tudok fedezni valami „jószerű” vonást, amiért talán még valami „hálaszerűséget” is ki tudok préselni magamból. Érdemes inkább azt keresem mindig és mindenben, hogy hol és hogyan van körülöttem Isten. Ebben a keresésben rá fogok találni, hiszen megígérte, hogy aki keresi őt, azelől nem fog elrejtőzni. Az Istenre találásban nem a dolgok fognak hirtelen megváltozni, nem lesz varázsütésre a rosszból jó, a tragikusból valami hirtelen kívánatos. De megláthatom azt, aki jó, akiben és akinél oltalomra és menedékre találhatok, akinél valós reményre lehet találni. Ez teszi lehetővé, hogy „mindenkor mindenért” megnyílhasson a szívünk a hálaára.

Ebben a kiadványban olyan írások találhatók, amelyek segítséget adhatnak a hálaára találásban. Isten adjon segítséget ebben!

## A HÁLAADÁS IMÁJA

Mindenért, amit adtál,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Mindenért, amit elvettél  
hálát adok Neked, Istenem!  
Mindenért, amit segítségeddel megtehettem,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Mindenért, amit megakadályoztál,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden örömért, amivel boldoggá tettél,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden szenvedésért, amivel formáltál,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden békés óráért, amivel széppé tetted életemet,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden problémáért, amitől megszabadítottál,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden jó tulajdonságomért, amivel szolgálhattalak,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden gyengeségemért, amivel aláztára tanítottál,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden erényért, amit nekem ajándékoztál,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden bocsánatért, amiből irgalmadat megismerhettem,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden szép emberi kapcsolatomért, amivel gazdagítottál,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Minden emberért, akit tőlem elszakítottál,  
hálát adok Neked, Istenem!  
A helyért, amelyet nekem országodban készítettél,  
hálát adok Neked, Istenem!  
Ámen

LACKFI JÁNOS  
HÁLA NEKED

Hála neked, hogy  
nem mérhető és látható Isten vagy,  
hanem mérhetetlen és láthatatlan.  
Hogy nem az egyik lehetséges Isten vagy,  
hanem a lehetetlenek Istene.  
Hogy nem kiszámítható Isten vagy,  
hanem kiszámíthatatlanul leleményes.  
Hogy nem szenvedélymentes,  
unottan közömbös Isten vagy,  
hanem a szenvedélyes önkívületé.  
Hogy nem irgalmatlan Isten vagy,  
hanem olyan, akinek irgalma égiség.  
Hogy nem hatékony Isten vagy,  
aki megköveteli híveitől a növekedési  
százalékokat, hanem türelmes.  
Hogy nem haragvó Isten vagy,  
hanem késedelmes a haragra.  
Köszönöm, hogy nem személytelen  
természeti erő vagy,  
hanem személyes szerelmes.

Köszönöm, hogy mérhetetlen létedre  
mérhetővé, kicsinnyé tetted magad értem.  
Hogy láthatatlan létedre  
látható alakot öltöttél értem.  
Hogy bár hatalmas vagy,  
emberméretre zsugorodtál értem.  
Hogy bár emberméretre zsugorodtál,  
isteni erő sűrűsödött benned.  
Hogy bár isteni erő sűrűsödött benned,  
elszenvedtél mindent,  
többet is, mint az ember.  
S bár elszenvedtél értem mindent,  
mégis az öröm Istene voltál.  
S bár az öröm Istene voltál,  
nem érted be a saját örömmel.  
Bár szomjaztam rád,  
te jobban szomjaztál rám.  
Bár esküdözöm,  
hogy mindent odaadnék értem,  
te valóban mindent odaadtál értem.



## 5 OK, AMIÉRT A HAÁLAADÁS MINDIG ISTEN AKARATA

Az 1Thesszalonika 5:18 szerint: "mindenért hálát adjatok, mert ez Isten akarata Jézus Krisztus által a ti javatokra." Az emberek szeretnék tudni Isten akaratát az életükre vonatkozóan, és amikor Isten akaratáról elmélkednek, általában arra gondolnak, hogy mit kellene legközelebb tenniük életük egy bizonyos területén. Kihez menjek feleségül? Hova menjek iskolába? Melyik munkát fogadjam el? De ezek mind másodrangú dolgok, amikor Isten akaratáról van szó. Az Ő akarata mindenekelőtt az, hogy megtanuljunk hálát adni.

Nézzünk öt okot arra vonatkozóan, hogy miért Isten akarata az, hogy körülményeinktől függetlenül mindig hálát adjunk.

### 1. A HÁLAADÁS TISZTELI ISTENT

A hála megtiszteli Istent. Bármikor, amikor hálát adsz valakinek, megtisztelod őt. Meg kell tanulnod, hogy ne csak azt köszönd meg Istennek, amit tesz, hanem azért adj neki hálát, aki Ő.

„Istenem, köszönöm, hogy okosabb vagy nálam. Köszönöm, hogy nagyobb a bölcsességed... Köszönöm, hogy jobban tudod, mi tesz boldoggá, mint én... Köszönöm, hogy következetes vagy, amikor én következetlen vagyok... Köszönöm a szereteted... Köszönöm a kegyelmedet...”  
Ez hálaadás Istennek azért, aki Ő, és ez a fajta hálaadás tiszteli Őt.

Az orvosok tudják, hogy a hála a legegészségesebb emberi érzélem. Minél hálásabb vagy az életben, annál egészségesebb leszel fizikailag. Minden nap ülj le az ágyad szélére, és gondold tíz dologra, amiért hálát adhatsz Istennek, mielőtt felkelsz az ágyból. Ez meg fogja változtatni a hozzáállásodat. Megváltoztatja a napodat. A napod első öt perce meghatározza a hangulatodat a nap hátralévő részére. Ha hálával kezded, egészségesebb leszel, boldogabb leszel és közelebb kerülsz Istenhez.

Az izmok csodája teszi képessé a szemeidet arra, hogy elolvasd ezeket a szavakat, és az agyad értelmezhesse őket. Köszönöm, Istenem!

A tüdőd minden nap tizenegyezer liter levegőt szív be és fúj ki. A szíved körülbelül hárommilliárdszor ver életed során. Az agyad valódi elektromos erő generátor. Köszönöm, Istenem!

A pirítóson a dzsemért, a gabonapelyhen a tejért. A finom meleg takaróért, a viccért, ami nevetésre fakaszt, és a meleg napsugárért, ami Isten szeretetére emlékeztet. A sok repülőért, ami nem zuhan le ma. A férjekért, akik nem csalják meg a feleségüket, és a feleségekért, akik nem fordítanak hátat férjüknek, és a gyerekekért, akik mindenhol azt hallják, hogy ne tiszteljék a szüleiket, és mégis úgy döntenek, hogy tisztelni fogják őket. Köszönöm, Istenem!

A hála segít átmenni a nehéz időkön. Ha az áldásainkra összpontosítunk, ezzel Isten teljesítményét ismerjük fel és ismerjük el. Azzal, hogy felismerjük Isten teljesítményét, felfedezzük az Ő szívét. Azzal, hogy felfedezzük az Ő szívét, nem csak az ajándékokat fedezzük fel, hanem Magát az Ajándékozót, Akitől minden jó származik. A hála mindig arra készíti, hogy Istenre nézzünk, és ne a félelemre. Ugyanazt teszi az aggodalommal, mint a reggeli napsütés a völgyben megülő párával: eltünteti.

...és adjatok hálát az Istennek, az Atyának mindenkor mindenért, a mi Urunk Jézus Krisztus nevében. (Ef 5,20)



MAX LUCADO  
HÁLÁS SZÍV

A hálás szív minden napot ajándéknak tekint.  
A hálás emberek nem arra koncentrálnak, amijük nincs, hanem sokkal inkább arra, amijük van, és ezért kiváltságosnak tartják magukat.  
Nem régiben egy fogadáson vettem részt, amit egy háborúban megsérült katona tiszteletére rendeztek.

A katona, akinek egyik lába odaveszett, egy házat kapott ajándékba. Annyira túlsordult benne a hála, hogy azt leírni sem lehet. Egy lábával felpattant a színpadra, és megölelte a konferanšiét.  
„Köszönöm! Köszönöm! Köszönöm!” Megölelte a gitárost, és egy testes hölgyet az első sorban. Megköszönte a pincérnek, a többi katonának, majd újra a konferanšiének. Még nekem is köszönetet mondott! Pedig én aztán semmit sem tettem.

Hát nem ilyeneknek kellene lennünk? Jézus egy házat készít számunkra (Jn 14,2-3). Olyan biztos, hogy a tulajdonosai vagyunk annak a háznak, mint amilyen biztosan az említett katona birtokolja a neki ajándékozott házat. Sőt mi több, Jézus a leprából is gyógyított minket. A bűntől elüszkösödött a lelkünk és eltompultak az érzékszerveink. És az Ember, aki éppen arra járt azt mondta, hogy meggyógyultunk, és íme, így is történt!

A hálás szív olyan, mintha egy mágnes lenne, ami végigsöpör a napjainkon, és minden okot megragad a hálára. Minden éjjel milliárdnyi gyémánt tündököl az égbolt fekete bársonyán. Köszönöm, Istenem!

## 2. A HÁLA KÖZÖSSÉGET TEREMT

A hála mindig mélyebb kapcsolatokat épít közted és más emberek között.

Szeretnéd újraépíteni a kapcsolatodat egy barátoddal, szüleiddel, házastársaddal, vagy a kiscsoportodban lévő emberekkel? Bárkihez is szeretnél közelebb kerülni, kezdj el több időt tölteni azzal, hogy hálát fejezel ki feléje. Írj nekik sms-t, e-mailt, hívd fel őket, írd nekik és mindenekelőtt találkozz velük. Egyszerűen mond el nekik, hogy mennyire hálás vagy értük. Ez közelebb hoz benneteket egymáshoz.

## 3. A HÁLA FEJLESZTI A HITEDET

Tudsz hálát adni Istennek, amikor rosszul mennek a dolgaid? Ez a próbája annak, hogy sekélyes keresztény vagy-e vagy mély hívő. Ha nehéz időket élsz át, ne azt nézd, mi veszett el. Nézd meg, mi maradt. Nem számít, hogy mennyire rosszul mennek a dolgok az életben, mindig, de mindig ott van az a tény, hogy hálás lehetek Istennek, csak azért, mert Isten.

Isten megígérte, hogy átsegít az élet legnehezebb helyzetein is – kiségit, megerősít, gondoskodik rólam, csodákat tesz, válaszol az imára. Megígérte, hogy még ha a dolgok nem is úgy mennek, ahogyan én szeretném, ő akkor is jóra tudja fordítani őket az életben. Tehát végső soron az Ő terve van érvényben, és ennek felismeréséhez növekvő hitre van szükség.





## 136. ZSOLTÁR

ADJATOK HÁLÁT AZ ÚRNAK, MERT JÓ,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE!  
ADJATOK HÁLÁT AZ ISTENEK ISTENÉNEK,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE!  
ADJATOK HÁLÁT AZ URAK URÁNAK,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE!  
NAGY CSODÁKAT MŰVEL EGYMAGA,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
BŐLCSEN ALKOTTA MEG AZ EGÉT,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
A FÖLDET A VÍZ FÖLÉ TERÍTETTE,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
MEGALKOTTA A NAGY ÉGITESTEKET,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE,  
A NAPOT, HOGY URALKODJÉK NAPPAL,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE,  
A HOLDAT ÉS A CSILLAGOKAT,  
HOGY URALKODJANAK ÉJJEL,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
LESÚJTOTT EGYIPTOM ELSŐSZÜLÖTTEIRE,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
KIHOZTA ONNAN IZRÁELT,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE,  
ERŐS KÉZZEL ÉS KINYÚJTOTT KARRAL,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
KETTÉHASÍTOTTA A VÖRÖS-TENGERT,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE,  
ÁTVEZETTE RAJTA IZRÁELT,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.

DE A FÁRAÓT ÉS SEREGÉT  
A VÖRÖS-TENGERBE SZORÍTOTTA,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
VEZETTE NÉPÉT A PUSZTÁBAN,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
NAGY KIRÁLYOKAT VERT MEG,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE,  
DICSÓ KIRÁLYOKAT ÖLT MEG,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE:  
SZÍHÓN EMÓRI KIRÁLYT,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE,  
ÉS ÓGOT, BÁSÁN KIRÁLYÁT,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
ODAADTA ORSZÁGUKAT ÖRÖKSÉGÜL,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE,  
ÖRÖKSÉGÜL SZOLGÁJÁNAK, IZRÁELNEK,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
GONDOLT RÁNK MEGALÁZTATÁSUNKBAN,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
MEGSZABADÍTOTT ELLENSÉGEINKTŐL,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
Ő AD ELEDELT MINDEN ÉLŐLÉNYNEK,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE.  
ADJATOK HÁLÁT A MENNY ISTENÉNEK,  
MERT ÖRÖKKÉ TART SZERETETE!

## 4. A HÁLA MÁSOKAT SZOLGÁL

A radikális hála másokat szolgál. Szolgálattá válik. Azért vagyunk megmentve, hogy másokat szolgáljunk, és a hála ebben eszköz lehet.

Ha valaha is vettél már autót, tudod, mit jelent az értékcsökkenés szó. Abban a pillanatban, hogy kihajtasz vele a telepről, kevesebbet ér, mint amennyit fizettél érte. Még ha vadonatúj is, ha visszaviszed, kevesebbet ér. Az értékcsökkenés azt jelenti, hogy csökken az értéke.

A felértékelődés pedig azt jelenti, hogy növekszik az értéke. Amikor megbecsülsz a férjedet, akkor növeled az értékét. Amikor megbecsülsz a feleséged, akkor növeled az ő értékét. Amikor megbecsülsz a munkatársaidat, növeled az értéküket számodra és a vállalat számára.

Az életben mindenkinek nagy adag bátorításra van szüksége. Kétségtelenül szükséged van arra, hogy megerősítsenek, hogy szeressenek, hogy megbecsüljenek. És mindenki másnak is. Ha azt akarod, hogy Isten használjon téged, íme egy kis titok: erősíts meg mindenkit. Értékelj mindenkit. Mutass hálát mindenki iránt.

## 5. A HÁLA TANÚSÁGTÉTEL A NEM HÍVÓK ELŐTT

A Biblia azt mondja, hogy hívóként úgy kell élnünk, hogy vonzóvá tegyük az Istenről szóló igazságot. A legjobb módja annak, hogy megoszd a hitedet másokkal, ha hálával kezded. A hála megdöbbeníti az embereket, mert a legtöbb ember ma nagyon hálátlan.

Egy olyan romlott nemzedékben, amely cinikus, szarkasztikus és kritikus, a hálás, bátorító emberek úgy ragyognak, mint a csillagok az égen. A keresztényeknek a radikális szeretetről, a radikális kedvességről, a radikális örömről, a radikális háláról kellene ismertnek lenniük. Van erre egy kifejezés. Úgy hívják, hogy Krisztushoz hasonlónak lenni.

## HÁLA, HOGY ITT A CSENDES REGGEL

G Am D

1. Há-la, hogy itt a cse-n-des reg-gel,  
 2. Há-la ba-rá-tért, test-vér-szí-vért,  
 3. Há-la a munka ál-dá-sá-ért,

G C D

Há-la, hogy éj-re nap-pal jó:  
 Há-la, hogy bennük bíz-ha-tom,  
 Há-la a bol-dog per-ce-kért,

G G<sup>7</sup> C Cm

Há-la, hogy minden ó-rám gond-ját  
 Há-la, hogy minden el-len-ség-nek  
 Há-la, hogy ad-tál dalt is, fényt is,

G D<sup>7</sup> G C G

el-hor-doz-za Ő.  
 bé-két hoz-ha-tom.  
 ad-tál szép ze-nét.

## LELKEM ÁLDD AZ URAT

G D A/cis Hm G D A<sup>sus4</sup> A

Lel-kem áldd az U-rat, áldd az U-rat! Egye-dül Őt i-mádd!

G Hm G Hm G A D

Zengj úgy, mint so-ha még, Őt dí-csérd! Lelk-em csak Té-ged áld!

G/d D G D A Hm G D A Hm

1. Egy új nap kél és már éb-red min-den, itt az i-dő, hogy áld-ja-lak,  
 3. És

G D A Hm G

És bár-mi ér ma, bár-mit rejt az út e-lőt-tem,

D A D D<sup>sus4</sup> D

Hadd zeng-jek es-te is majd há-lá-val.

G D A Hm G D A Hm

2. Kegyelmed nagy és tü-relmed hosz-szú, Szerelmed mély és az é-gig ér.

G D A Hm G

Nem szű-nök é-ne-ke-l-ni jó-sá-god-ról,

D A<sup>7</sup> D D<sup>sus4</sup> D

Tíz-e-zer o-kom van, hogy zeng-jek még.

G D A Hm G D A Hm

Egy nap majd ez a test el-gyen-gül, E-róm el-hagy, u-tam vé-get ér.

G D A Hm G D A<sup>7</sup> D

A lelk-em mégis Téged áld vég nélkűl Tízezer évig és mindö-rök-ké.