

# Hogyan javíthatsz az imáidon?

Ez a feladatlap segít átgondolni, hogy miről és hogyan szoktál beszélgetni Istennel.

## MIRŐL?

Általában ugyanazt szoktad mondani?  
Ha igen, próbáld ki a következőket:

Írj le három dolgot,  
amiért hálás vagy.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

„Ha hálát adok Jehovának,  
az elmélyíti az iránta érzett  
szeretetemet, mert ilyenkor  
arra összpontosítok, hogy  
mennyi mindent köszönhe-  
tek neki. Így még hálásabb  
leszek” (Jeanette).

Írj le három dolgot,  
ami miatt aggódsz.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

„Minél nyíltabban beszéltem  
Jehovának az érzéseimről,  
annál nagyobb nyugalom  
töltött el, és annál inkább  
a barátomnak éreztem őt”  
(Kiara).

Írd le három személy nevét,  
akiről tudod, hogy nehéz  
helyzetben van.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

„Imádkozhatsz olyan hittársai-  
dért, akik más országokban  
élnek, és próbákon mennek  
keresztül, vagy valakiért, akit  
ismersz, és tudod, hogy  
nehézségeket él át”  
(Shelby).

Éppen most írtál le kilenc dolgot,  
amit belevehetsz az imáidba.

**Tipp:** „Hasznos, ha készítesz egy listát arról,  
hogy mi mindenért imádkozhatnál, és  
ha ima előtt átnézed. Idővel egyre több  
minden lesz a listádon, és könnyebb lesz  
beszélged Jehovának bármiről, ami foglal-  
koztat” (Ciara).



# HOGYAN?

Neked melyik terület megy a legnehezebben?

## MÉLY GONDOLATOK

(Lásd: Héberék 5:7)

## GYAKORISÁG

(Lásd: 1Tesszalonika 5:17)

## HOSSZÚSÁG

(Lásd: 1Sámuel 1:12)

### Mit tűzhetnél ki célul?



„Néha úgy érzem, hogy az imáim elég felszínesek. Dolgoznom kell azon, hogy őszintén beszéljek Jehovának az érzéseimről” (Lauren).

**A célom:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---



„Arra valahogy mindig találunk időt, hogy ráírjunk a barátainkra, vagy felhívjuk őket. A Jehovával való beszélgetés a legfontosabb, ezért az imának elsőbbséget kell biztosítanunk” (Alana).

**A célom:** \_\_\_\_\_

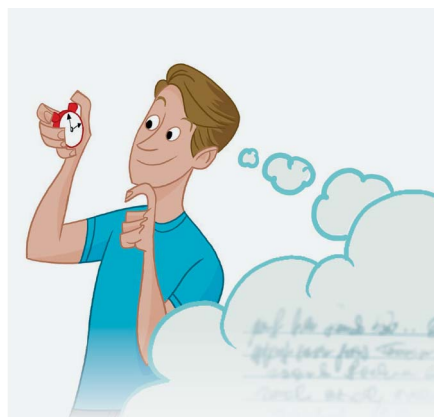
---

---

---

---

---



„Jó, ha nem sieted el az imát, mert minél hosszabban imádkozol, annál könnyebb lesz beszélned az érzéseidről” (Teresa).

**A célom:** \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

# TIPPEK

## Legyél spontán!

„Az egyik nap olyan szép volt az ég, hogy teljesen lenyűgözött – mondja egy tizenéves, Maria. – Egyből hálát adtam Jehovának, hogy ilyen gyönyörűen alkotta meg a világot.”



## Keress egy nyugodt helyet!

Egy fiatal lány, Kimberly ezt mondja: „Néha kimegyek a szabadba, hogy imádkozzak Jehovához. A természetben közelebb érzem magam hozzá, olyan, mintha ott lenne mellettem.”

### Csendes helyek, ahol imádkozhatok:

---

---

---

## Keress imákat a Bibliában!

„A Zsoltárok könyve nagyon jó – mondja Helena. – Sokat tanulok belőle arról, hogy mások hogyan fejezték ki az érzéseiket Jehovának. Arra ösztönöz, hogy én is olyan őszintén imádkozzak, mint ők.”

### Imák a Bibliában, amikből sokat tanultam:

---

---

---

