

MEGÚJULÓ IMAÉLET

Carlo Carretto után Katona István

„Ne aggódjatok semmi miatt, hanem minden imádságokban és könyörgésekben terjesszétek kéréseteket az Úr elé, hálaadástokkal együtt.

Akkor Isten békéje, amely minden értelmet meghalad, megőrzi szíveteket és értelmeteket Krisztus Jézusban.” (Fil 4,6-7)

AZ IMÁDSÁG TERVE - NÉGY HÉTRE

1. Hétfő

Helyezz magad elé egy Krisztus-képet és csendesen szemléld. Isten jelen van benned, jelen van az igében, az egyházban, a természetben, az eukarisztiában. (A zsoltárokat lehet úgy is imádkozni, hogy a végén saját szavaiddal hozzáfűzöd életed eseményeit.) A következő imarendet javaslom:

- **reggeli dicséret:** Zs 94 – Zs 139
- - Dávid éneke 1 Krón 22
- **esti ima:** Zs 46; Zs 104
- a Bárány éneke Jel 4 és 5
- **szentírási olvasmány:** Ter 1; Iz 59; Jn 1

Imádkozni annyit jelent, mint „Istenben lenni”. Ő az, aki megérint a simogató széllel, Ő oltja szomjodat a friss vízzel, éhségedet Ő csillapítja a kenyérral. Istenben hinni fényt, békét, örömet és ujjongást jelent. A mai napon próbáld Őt felfedezni mindenben.

(Először talán soknak találsz mindezt egy napra. Jó, hát végy belőle annyit, amennyi a szívedet felmelegíti, és közelebb viszi Istenhez. De ne felejtse el, ha igazán szeretni akarod Őt, sok időt kell szánni rá. Ő nem éri be néhány perccel, életed egy kicsiny részével. Ő egész életedet kéri tőled.)

2. Kedd

Meg kell tanulnod a város sivatagában, a munkahely hajszoltságában átélni Isten szeretetét. Az igazán nagy szeretethez hozzátartozik a szabadság. Ne engedd, hogy a dolgok rabságba verjenek. Ne engedd, hogy a vágyak idegessé változtassanak. Tanulj meg kicsinynek lenni és szelédnek. A következő imát javaslom:

- **reggeli dicséret:** Zs 42; Zs 18; Sirák fiának éneke Sir 42, 15-43, 33
- **esti ima:** Zs 130; Zakariás éneke Lk 1,67-79
- **szentírási olvasmány:** Kiv 16; a teljes Kolosszei levél (1,2,3,4. fejezet) - Jn 13.

3. Szerda

A mennyek országa Istent jelenti, aki bennünk él. Ennél csodálatosabb hír nem is létezhet. Isten együtt él velem - Isten a szövetségese. Életem isteni létté válik, történetem szent történetté. Ha nem sikerül, hogy ebben az életben szerelmes légy Istenbe, akkor elvesztél. Szeretet nélkül tökéletlenek, éretlenek, unalmasak vagyunk, és számunkra nem létezik a mennyország. Isten szeretete egyenlő a békével,

örömmel, ujjongással, termékenységgel, mennyországgal. A mennyek országa minden alkalommal növekszik, ha valamit teszünk a szeretet viszonzásaként. Azzal vagyunk azonosak, amit elajándékozunk. Csak az abszolút Lény iránti szeretetünk menthet meg minket a bálványimádástól. A következő igehelyeket javaslom imád alapjául:

- **reggeli dicséret:** Zs 23; Zs 122; Tóbiás éneke Tób 13
- **esti ima:** Zs 8; Zs 126; Menyegzői ének Jel 19, 1-30
- **szentírási olvasmány:** Ez 36; Óz 2; Lk 13.

4. Csütörtök

Isten úgy szeret engem, mint saját gyermekét, nehéz elmenekülni ez elől a szeretet elől. Hamis vágyaink útján nem jutunk messzire. Az embernek megvan a szabadsága ahhoz, hogy a dolgokat a fejük tetejére állítsa, de ezt az utat járva bizonyosan találkozni fog a szenvedéssel, amely két vállra fekteti.

Az ember annyira beteg a vágyaitól, annyira hajszolja a gyönyört, hogyha nem ütközne a fájdalom falában, rövid időn belül ördögivé válna. Ha elszakítom magam az élettől, aki az Isten, ha elszakítom magam az igazságtól és szeretettől, aki az Isten, a sötétségbe

és a gyűlöletbe lépek, így nem marad más hátra, minthogy figyelmeztessen.

- **reggeli dicséret:** Zs 22; Zs 38; Iz 38, 9-20
- **esti ima:** Zs 27; Zs 51; Jób 6.7.9; 16-19
- **szentírási olvasmány:** Iz 53; Filippi levél; (1,2,3,4. fejezet) és Jn 9.

5. Péntek

Isten megnyilvánul a dolgokban, eseményekben, a történelemben és megmutatja magát a jelekben. Nehéz az idők jeleit tisztán látni és mi keresztények függék vagyunk abban, hogy a boldogságot az anyagi gazdagságban és a hatalomban keressük, a szegényeket pedig lenézzük, és az üldözöket pedig átkozzuk. De az evangélium elítél minket. Elítél engem, ha ájtatos frázisokkal ki akarok bújni Isten akarata alól. Elítéli az egyházat, ha a szegénységet távol akarja magától tartani. Meddig jutottunk már el a javak szétszórása felé? Föltettük-e a kérdést: „Én ... mit kell, hogy tegyek, mit kell, hogy adjak, ha az evangélium szerint akarok élni?”

- **reggeli dicséret:** Zs 30; Zs 130; Kiv 15 Mózes éneke

- **esti ima:** Zs⁴⁰; Zs 116; Jónás 2 Jónás éneke
- **szentírási olvasmány:** 2Törv 6.7.8; Ez 16; Jn 18.19.

6. Szombat

„Jöjj el Uram Jézus!” - így imádkoztak az első keresztények. Mindig ez marad a nehéz idők imádsága, az olyan időké, mint a mostani is, amelyben a hit megtisztul a sötétségtől és Isten a megélt szeretet áttetszőségében nyilvánul meg. Apokaliptikus időket élünk. Ilyenkor a hívő először a mennyre tekint és csak azután a földre. Az optimizmus, bizalom az emberben, a remény, bizalom Istenben és az Ő mindenhatóságában. A keresztény közösség feladata nem más, mint hogy tanúságot tegyünk egymásnak hitünkről. Ha úgy cselekszel, ahogy Jézus, kiszabadítod Istent a láthatatlanság fátylából és láthatóvá teszed Őt az emberiség útján. A hit cselekedet, nem pedig beszélgetések sorozata.

- **reggeli dicséret:** Zs 62; Zs 124; Ezekiel éneke: Ez 36
- **esti ima:** Zs 69; Zs 91; Magnificat: Lk 1, 46-55
- **szentírási olvasmány:** Jer 20; Jn 14; Mt 25.

7. Vasárnap – Isten újjáteremt téged

Jézus próféta ígérete, hogy benne föl fogok támadni. A feltámadás Isten győzelme az emberben, aki hatalmat kapott arra, hogy megtegye a lehetetlent, hogy a nyolc boldogságot megélje. Különösen a szegénységét és a lelki tisztaságot. Azt keressétek tehát, ami odafönt van. - A feltámadás nem a holttest kihantolása, hanem az, hogy Isten újrateremti az embert. A feltámadás Isten győzelme bennünk.

- **reggeli dicséret:** Zs 114; Zs 148; Dán 3,51-90

Három ifjú éneke

- **esti ima:** Zs 2; Zs 110; Kol 1

- **szentírási olvasmány:** Jónás könyve; Jel 21 és 22; Lk 24.

8. Hétfő – Tanuld meg ma Mária bátorságát

A Szűzanya az én testvérem. „Boldog vagy, mert hittél”. Mária bátorságára van szükség ahhoz, hogy olyan dolgokban, amelyek felülmúlják az ember képzeletét, hinni tudjunk. Természetes egyszerűséggel engeddd, hogy hasson rád Mária bátorsága és hite. Azután próbálj imádkozni.

- **reggeli dicséret:** Zs 8; Zs 15; Kiv 15, 1-20.

- **esti ima:** Zs 4; Zs 11; 1Sám 2,1-11

- **szentírási olvasmány:** Ter 1; Iz 59; Jn 1.

9. Kedd

A megtestesülés hírüladása mindenekelőtt azt jelenti, hogy Isten belépett az életünkbe. Ő a „Velünk az Isten - Emmánuel”. A hírüladás egyúttal hivatást, felhívást, meghívást is jelent, hogy kezdjük el a mi saját exodusunkat, hogy menjünk szabadulás felé. Mária megtanít minket a hitben való bátorságra és erőre.

- **reggeli dicséret:** Zs 16; Zs 18; MTörv 32,1-43

- **esti ima:** Zs 17; Zs 19; Lk 1,46-55

- **szentírási olvasmány:** Kiv 17; Kol 1-4; Lk 1.

10. Szerda

„Én Istenem, én Gyermekem!” - Isten születése Máriában és Isten születése a mi szívünkben. A végtelen közelivé válik. Ahol aggodalom volt, oda betér a bizalom, a bensőséges meghittség. A legnagyobb, amit ember Istennek mondhat: „Gyermekem”. Ez azt jelenti, hogy volt bátorságunk befogadni.

- **reggeli dicséret:** Zs 23; Zs 26; Jón 2,3-10
- **esti ima:** Zs 35; Zs 24; Lk 1,46-55
- **szentírási olvasmány:** Iz 35; Jn 13; Lk 2.

11. Csütörtök

Elmélkedj ma arról, hogy Isten vállalta a gyöngeséget „lemondott” mindenhatóságáról, hogy belépjen a történelembe és ezt vállalja annak minden következményével együtt. Jézus elfogadja a történelem zűrzavarát, hogy megmenthesse az emberiséget. Isten akarata az emberi hatalom túlkapásai ellenére, sőt azokon keresztül is teljesül.

- **reggeli dicséret:** Zs.28; Zs 30; Hab 3.
- **esti ima:** Zs 29; Zs 31; Dán 3, 52-90
- **szentírási olvasmány:** Jer 9; Óz 2; Lk 15.

A rózsafüzér egyáltalán nem az a szóvirágos haszontalan ima, amint egyesek gondolják. Sok ember, aki az imádság útján messze előrehaladott, a rózsafüzérben a legegyszerűbb formáját találja annak, hogy az imát konkrét módon átélje és, hogy hosszabb ideig kitartson benne. Aki ezt az ima-módot szereti, az szemlélődő ember vagy úton van, hogy azzá váljék.

12. Péntek --Emlékezés Jézus halálára

Ez az elmélkedés alapvető ahhoz, hogy megértsük Jézust, egészen belső életének legmélyéig. Fedezzük fel Isten szenvedő szolgájának arcát. Az Ő képét Izajás vázolta fel, és ez pontosan megvalósult Krisztusban. Aki Jézusnak ezt a magatartását megérti, az a megváltás örömhírét egész szívvel be tudja fogadni. Sőt annak szívét felszabadítja és erővel tölti el.

- **reggeli dicséret:** Zs 22; Zs 51; Lk 1, 68-79.
- **esti ima:** Zs 55; Zs 57; Iz 49,1-6.
- **szentírási olvasmány:** Jer 14-15; Iz 53; Jn 18-19.

13. Szombat – Éljük át ma Názáretet

A Názáretről való elmélkedés a legközelebb áll a te életedhez. Názáret az a mód, ahogyan a hit hatása alatt ezen a földön élhetünk. Názáret azt jelenti, hogy Isten velünk van, azt jelenti, hogy átistenülnek az olyan egyszerű dolgok, mint a munka, és az emberi kapcsolatok. Jelenti az imát reggeltől estig. Gondolj arra, hogy a mai nap alapvetően fontos.

- **reggeli dicséret:** Zs 33.7; Zs 37; Kol 2,6-11.
- **esti ima:** Zs 34; Zs 39; Sirák 42,15-43,33

- **szentírási olvasmány:** Ef 1-6 fejj.; Lk 4.

14. Vasárnap – Jézus feltámadt

Mit jelent számomra az, hogy Krisztus feltámadt a halálból? Mária feleletet ad. Hagyjunk magunk mögött minden érzelgősséget és önfejlőséget és vessük bele magunkat határozottan a hit, remény és szeretet dinamikájába. Ezek szolgáltatják az igazi alapot, amelyen napról napra megvalósulhat Jézus feltámadása. Éljük az Istentől kapott új életet!

- **reggeli dicséret:** Zs 62; Zs 68; Ez 37, 1-15.
- **esti ima:** Zs 66; Zs 84; Jel 5,1-13.
- **szentírási olvasmány:** Jón.1-4; Jel 21-22, Lk 24.

15. Hétfő – Misszió – szolgálat - apostolkodás

Mai elmélkedésünk a missziós feladatunkra, a szolgálatra vonatkozik. Mit jelent az apostolság? Tenni azt, amit Krisztus mond. Nem üres sürgölődés. Mária segít, hogy Jézus közelében maradjunk, hogy imádságunkkal erőszakosan kérjünk, és hogy szeretetünkkel elérjünk nála valamit.

- **reggeli dicséret:** Zs 40; 2s 46; iz 26, 1-21.
- **esti ima:** Zs 42, Zs 47; Lk 1,46-55.

- **szentírási olvasmány:** Kiv 19-20. /Szövetség/, Ez 34; Jn 15.

16. Kedd – Növekedj ma a bizalomban

Hinni annyit jelent, hogy bizalommal öleled át az életet..., azt jelenti, hogy jót tételezel fel testvéreidről..., azt jelenti, hogy nem félsz senkitől, hogy átjár az a gondolat: Isten az én jószágos Atyám, Jézus a testvérem, Mária az édesanyám. Hinni annyit jelent, hogy megbocsátasz ellenségednek, hogy enni adsz az éhezőnek, hogy védelmezod a gyöngét, hogy elfogadod az újabb gyermeket, hogy hűséges maradsz a társadhoz, és örömmel indulsz munkába.

- **reggeli dicséret:** Zs 89; Zs 103; Irgalom, Jel 21,
- **esti ima:** Zs 91; 2s 104; Lk 1,46-55
- **szentírási olvasmány:** Iz 42; Filippi levél; Jn 17.

17. Szerda - Szemlélődő irányvonal

Új módon tanítom meg neked a rózsafüzér használatát. Minden szemnél csak a megszólítást mondd lassan: „Üdvözlégy Mária”, csak a tized végén mondd el teljesen az Üdvözlégyet. Vagy minden szemnél ezt is mondhatod: **Atyám, bízom benned**, vagy: **Legyen nekem a te igéd szerint.**

Vagy: Atyám rád bízom az életemet!

18. Csütörtök

Az egyes szemekre most ezt mondd:

Máriával, az Úr anyjával dicséri lelkem (lelkünk) az Urat, és ujjong Jézusban, Megváltónkban. Áldott legyen az Isten mindörökké!

Vagy ezt is lehet:

Máriával, Isten alázatos leányával együtt ujjong és énekel a szívünk: Isten velünk van! Áldott legyen Isten mindörökké!

Vagy:

Máriával, az Úr szolgáló leányával átadjuk magunkat és egész életünket Istennek, mondván: teljesedjék be a te akaratod bennem. Áldott legyen az Isten mindörökké!

Vagy:

Máriával, „Emmánuel” anyjával igent mondunk, vállaljuk, hogy bennünk az Ige megtestesüljön és felvegyen minket sátorába. Áldott legyen Isten mindörökké. Máriával a Napba öltözött asszonnyal jelt adunk a világnak, hogy Urunk eljön nemsokára.

Áldott legyen Isten mindörökké!

Lehet az „Úrangyala” szavaival is, különösen ezt: Az Úr szolgáló leánya vagyok, teljesedjenek be rajtam szavaid. Vagy: „Én Uram, én Istenem!”

19. Péntek - Szemlélődő irányvonal

Ma azzal töltsd meg napod üres perceit, hogy a rózsafüzér szemeire a következő szavakat mondd: „Én Uram, én Istenem, élj bennem” - szem előtt tartva azt az igazságot, hogy a hit és szeretet által Jézus hozzád jön: „Aki szeret engem, megtartja tanításomat. Atyám is szeretni fogja őt, hozzá megyünk és benne fogunk lakni.” (Jn 14,23) Istennek van hatalma arra, hogy belépjen szívedbe, hited, szereteted és reményed ujjongása közepette. --- Vagy: „Jézusom, szeretlek.”, --- Vagy: „Jöjj el Jézus, várlak”.

20. Szombat

Ma röviden csak annyit mondjál „Istennél minden lehetséges” - ez a mondat járja át egész napodat, és este mondd el a Magnificatot. (Magasztalja lelkem az Urat.....)

21. Vasárnap

Mondd el a hagyományos rózsafüzért, a dicsőségest.

22. Hétfő

Ma újra keleti módon imádkozhatod a rózsafüzéredet. Ezeket a rövid mondatokat váltogatva egy-egy szemre: „Atyám, küldj munkásokat aratásodba - Atyám ments meg minket, mert elveszünk - Atyám jöjjön el a Te országod.”

23. Kedd

Ma ezt a rövid formát javaslom: „Krisztus feltámadt, valóban feltámadt!”

24. Szerda

Ma ezt javaslom: „Atyám, ne az én akaratom teljesüljön, hanem a Tied!”

25. Csütörtök

Ma ezt javaslom: „Istenem, szeretlek, irgalmazz nekem!”

26. Péntek

Javasolom: „Uram, Jézus Krisztus az élő Isten Fia, könyörülj rajtam!”

27. Szombat

Ma ezt javaslom: „Áldjad én lelkem az Urat, egész bensőm az Ő szent nevét áldja!”

28. Vasárnap

Itt javaslom, most a „saját titkodat”, azt az igét, amely különösen közel áll hozzád. Segíteni fog neked ez a forma, hogy egész napodat átjárja az imádság szelleme.

A négy hetet befejezve kezdhethetjük újra az imádság formáit váltakoztatva és mindig keresve a mélyebb kapcsolatot Jézussal. Ugyanakkor vigyáznunk kell lelkünk békéjére is, hogy a mindennapi tevékenység között megmaradjon bennünk

a jóindulat, a türelem, az alázat, a hála, a szelíd-ség és a kedvesség,

így távol tudjuk tartani magunkat a gonosz lélek támadásaitól, aki sokszor a félelmeken és a haragvó indulatokon keresztül működik.

Isten Fia a szegénység útját választotta, hogy az embert megmentse, de halála pillanatában akkora szegénységnek szolgáltatotta ki magát, amit már nem lehet felülmúlni.

A szeretet győzött, az ember meg lett mentve.

Uram Jézus Krisztus, előtted és a megdicsőült szentek serege előtt, szeretném most véglegesen átadni Neked egész életemet.

Felajánlom értelmemet, akaratomat, érzelmeimet és vágyaimat. Felajánlom neked képességeimet és körülményeimet, hozzátartozóimat és minden kívánságomat.

Kérlek, hogy légy Ura életemnek és változtasd át szívemet olyanná, amilyennek eltervezted.

Felajánlom Neked halálom pillanatát és körülményeit is. Bármikor hívsz, előre készségesen igent mondok Neked.

Szívből megbocsátok mindenkinek, aki életem folyamán megbántott.

Hálát adok mindenért, ami eddig történt velem. Minden ajándékodat megköszönöm Uram.

Hálát adok a szenvedésekért és a rossz napokért is. Mert hiszem, hogy minden rosszat a javamra fordítasz.

Kérlek, töltsd be szívemet Szentlelkeddel. Add, hogy felismerjem mindig a Lélek vezetését, és készségesen engedelmeskedjek Neki. Ámen.

Az ima, élet. Aki nem imádkozik, abban megszűnik a természetfeletti élet. Az ima túl egyszerűnek, jelentéktelennek tűnik a mai ember előtt, pedig olyan, mint a tiszta forrás a vándornak. Nagy érték. Rajta keresztül Isten kegyelme árad feléd. Gyógyulást, szabadulást kapsz általa. A mai világ olyan erőket szabadít fel, amelyek megbolondítják az embert. Aki imádkozik, az meg tudja őrizni az ép eszét.

Miért? Mert az ember két világra van teremtve, („kódolva”): a természetesre és a természetfelettre. Ha nem törődik a természetfeletttel, ez olyan, mintha az egyik lábát levágnák, nem tud előbbre menni,... elesik. – Ha imádkozol, rajtad keresztül láthatatlan kegyelmi áramlások indulnak el a világra. Gyógyítod a világot és a közvetlen környezetet. Ne felejtsd el nemcsak magadért vagy felelős, hanem a világodért is. Kezdd el komolyan, még ma az imát. Vedd fel a kapcsolatot a Teremtő Atyával, és Jézussal, aki meghalt érted a kereszten. Ő mondta: „Szüntelenül imádkozzatok” (Lk 18,1). „Legyetek éberek, mert nem tudjátok, mely napon jön el Uratok!” (Mt 24,42)