



Pünkösdi kilenced

ALAKÍTSD A SZÍVEDET



Impresszum

Kiadó: Renovabis, a németországi katolikusok szolidaritási kezdeményezése a közép- és kelet-európai emberekkel. Kardinal-Döpfner-Haus, Domberg 27, 85354 Freising
www.renovabis.de

© Renovabis, 2019 április

Kommunikációért és kapcsolatokért felelős osztály
Publikációért felelős részleg

Fotók: Rolf Bauerdick †, Achim Pohl
Grafik és illusztrációk: ReclameBüro, München
Composing, iStockphoto felhasználásával

Gyártás: Renovabis

Terjesztés: Telephone 08161/5309-49

Külön köszönet Török Csaba Professzor Úrnak a pünkösdi kilenced tervezetért.

Szerkesztőség: Fabian Brand, Heike Faehndrich, Pfarrer
Dr. Christian Hartl, Thomas Schumann (felelős szerkesztő)

Alkítsd a szívedet

Pünkösdi kilenced

Tartalom

- | | | | |
|----|---|----|---|
| 5 | Előszó
Dr. Christian Hartl atyától | 54 | A Renovabis tevékenysége keleten |
| 8 | Bevezetés
Török Csaba atyától | 56 | A kilenced imája közösségben |
| 11 | Jézus mennybemenetele
Hivatásunk van | 57 | Ajánlott imák |
| 15 | A kilenced első napja
A szív tisztasága | | |
| 19 | A kilenced második napja
Az élet értéke | | |
| 23 | A kilenced harmadik napja
Együttérző figyelmesség | | |
| 27 | A kilenced negyedik napja
A béke útján járva | | |
| 31 | A kilenced ötödik napja
Egység a sokféleségben | | |
| 35 | A kilenced hatodik napja
Önfeláldozás | | |
| 39 | A kilenced hetedik napja
Küzde az igazságosságért | | |
| 43 | A kilenced nyolcadik napja
Alázat és szolgálat | | |
| 47 | A kilenced kilencedik napja
Nagylelkűség | | |
| 51 | Pünkösöd
A Lélek erejében | | |



A kilenced napi imájának felépítése

A pünkösdi kilenced megtekintéséhez és megtervezéséhez lapozzon az oldal 56.

Szeretettel köszöntöm a Renovabis szolidaritási akciójának barátait és pünkösdi kilencedünk imádkozóit!



Dr. Christian Hartl
Atya Renovabis
Ügyvezető Igazgatója

Renovabis csapatunkban gyakran beszélünk az „Adománycseréről”. Ezalatt nem csak azt értjük, hogy szolidaritási kezdeményezésünk 29 partnerországban igyekszik a lehetőségeihez mérten segíteni, hanem, hogy mi is, a német egyház, sokféle módon megajándékozottak vagyunk külföldi partnereink által. Kezében épp egy ilyen „lelki” adományt tart, amelyet egy magyar pap, Török Csaba írt. Nagyon hálás vagyok neki érte! Török Csaba jelenleg az esztergomi szeminárium fundamentális teológia professzora. Tudja, milyen támogatást nyújtott a Renovabis az ő honfitársainak az elmúlt években. Most viszont mi kapunk tőle bátorítást és spirituális gondolatébresztőket hitünk útján. Ha Török Csabát hallgatjuk, megtudjuk, mi mozgatja egy magyar gondolkodó szívét. Mi pedig ráeszmélünk, hogy az elmélkedés nemcsak az ember elméjében, hanem a szívében is helyet talál. Török Csaba gondolatai egybecsengenek idei pünkösdi témánkkal: „A tanulás élet”. A tanulást mindig egészében kell szemlélnünk: gazdagít,

egy életen át tartó kihívást jelent és éltet. A sok szempont, amiket Török Csaba bibliai szövegekből levezet, egy témában találkozik: „ALAKÍTSD A SZÍVEDET!” Ez a gondolat pedig központi szerepet játszik abban, amit a Renovabis szellemiségében képviselni akar. Mielőtt olvasni illetve imádkozni kezdik, íme egy-két tudnivaló a kilenced elimádkozásához. A pünkösdi kilencedet általában Jézus mennybemenetelét követő péntektől a Pünkösdtől megelőző szombatig imádkozzuk. Ez így kilenc nap! Jézus mennybemenetelének ünnepére egy ráhangoló imádságot kapunk, Pünkösvasárnapra pedig egy záró imát.

Kiadványunk használható

- a.** egyéni imához
- b.** kisebb csoportos imához, (szerzetesi) közösségi imához
- c.** egyházközségi áhítathoz
- d.** szentmiséhez köthetően
- e.** integrálva a májusi litániához vagy egy másik rendszeres szentmiséhez.

Ennek függvényében alakítható, egyszerűsítható vagy bővíthető az összetétele.

A következő vázlatot ajánljuk újra:

1. Bevezetés

2. Meghívás a csendre

3. Szentírási szakasz, gondolatébresztő a szemlélődéshez és az imához

4. Pünkösdi himnusz

5. Áldás

→ A kilenced felépítését a füzet végén találhatja kihajtható oldalként.

Talán tudnak rá figyelni, hogy a pünkösdi kilencednél nem a több ima, hanem a mélyebb ima a meghatározó. Ezért rövid a szövegrészlet. Az impulzust, a könyörgéseket és az imát lassan és nagy nyugalommal kell olvasni. Mindenki, aki ezt a kilencedet pünkösöd előtt imádkozza, jó ha tudja, hogy gondolatban és imában össze van kötve sok-sok imában elmélyült hívővel. A Renovabis csapata is együtt imádkozik Önnel. De mindenekelőtt Isten Szentlelke fogja eltölteni szívünket!

Ebben bízva



Dr. Christian Hartl Atya

Renovabis Ügyvezető Igazgatója

Kedves Imádkozó Testvéreim!



der Szent Pál így szólította meg a korintusiakat: „Erőtlenségben, nagy félelem és rettegés között jelentem meg nálatok. Beszédem és igehirdetésem nem a bölcsesség megejtő szavaival szólt hozzátok, hanem a Lélek bizonyító erejével“ (1Kor 2,3–4, *Simon László fordítása*). Ugyanez az érzés és elfogódottság hatja át e sorok íróját,

amikor belekezd a közös imádság megfogalmazásába — amit olyanoknak szán, akiket nem ismer, ám tudja: a hitben s a tevékeny szeretetben mindannyian a barátai, a testvérei. Minden elmélkedési szövegnek, minden impulzusnak csupán annyi az értéke, amennyire képes teret nyitni a Szentlélek ereje és hatása előtt, amennyire a kegyelem eszközévé válik, hogy keresztyén önazonosságunk megerősítését és elmélyítését szolgálja.

Pünkösdre készülünk. A Szentlélek kétezer esztendővel ezelőtt leszállt az apostolokra, és gyökeresen átalakította a szívüket. Így beteljesült Jézus ígérete: „Amikor eljön az Igazság Lelke, ő majd elvezet benneteket a tel-

jes igazságra. (...) Megdicsőít engem, mert az enyém-ből kapja, amit majd hirdet nektek“ (Jn 16,13–14). Erő, bátorság és tetterekészség veszi át a gyöngeség, a félelem és a bénultság helyét, és ezáltal megszületik az Egyház. Az időknek, amikben élünk, megvannak a maguk jelei és kérdései, amelyekre csakis az evangélium igazsága ad választ. „A világnak Krisztus kell... A világnak kellesz te is, mivel te Krisztushoz tartozol“ — énekeljük. Igen, a világnak szüksége van olyan emberekre, akik engedik, hogy szívüket Krisztus Lelkének az ereje és kegyelme alakítsa.

A szív formálásának az útja azonban nehéz és meredek. Készen kell állnunk rá, hogy nap mint nap újra megtérjünk. „Alakítsd a szívedet!“ — intenek a lelkiélet messterei. Idei kilencedünk épp ezt a célt tűzte ki maga elé. Ennek a kis füzetnek az elmélkedései és imái abban szeretnének segíteni, hogy bejárjuk a „szűk ösvényt“, „hogy az Isten embere tökéletes legyen és minden jóra kész legyen“ (2Tim 3,17).

Így imádkozzunk együtt és egymásért!

Török Csaba



Hívatásunk van



„Nem ti választottatok engem, hanem én választottalak benneteket, s arra rendelvelek, hogy menjetek, teremjete gyümölcsöt, maradando gyümölcsöt.” Jn 15,16

Elmélikedés

Isten emberszeretetének a megtestesülés a legnagyobb jele: nem csak közel lépett hozzánk, hanem egyé lett közölünk. „Isten Fia ugyanis megtestesülésével valamiképpen minden emberrel egyesült. Emberi kézzel dolgozott, emberi értelemmel gondolkodott, emberi akarattal cselekedett, emberi szívvel szeretett.” *(Gaudium et spes, Nr. 22)*

A mennybemenetel megmutatja, micsoda távlatok rejteznek a megtestesülésben: Isten Fia nem hagyja

hátra az emberségét; az emberré levés nem átmene-
ti, esetleges történés volt. Isten emberként van jelen
közöttünk, és a mennybemenetele után sem szünteti
meg ezt a közösséget. Feltámadott teste belépett a
Szentháromság örök jelenjébe. Ezáltal pedig mi min-
dannyian, ugyanannak az emberi családnak a tagjai,
meghívást nyertünk közös Atyánk házába.

Ez a csodálatos ajándék azonban szüntelenül felada-
tot is jelent a számunkra, amire elő kell készítenünk a
szívünket: „Menjeteek tehát, tegyéteek tanítványommá
mind a népeket! Kereszteljéteek meg őket az Atya és a
Fiú és a Szentlélek nevére“ (Mt 28,19). Az Istennel való
közösségünk sohasem zárt vagy csak pár kivételezett
számára fenntartott. Az Atya gyermekeiként minden
ember testvérként tekinthet egymásra. A jócseleke-
detek pedig abban segítenek, hogy mindenkit kö-
zelebb segítsünk az Istennel való gyógyító és életadó
közösséghez.



Imaszándék és Imádság

Istenünk, te mindannyiunkat hívsz, és az szeret-néd, hogy hozzád tartozzunk. Megajándékozol minket a jóra szóló hivatás kegyelmével.

Ezért imádkozzunk:

- az emberekért, akik nem találnak célt és értel-met az életükben;
- a kirekesztettekért és elutasítottakért, akik nem érzik értékesnek magukat;
- azokért, akik látszólag senkihez sem tartoznak.



Örök Atyánk, Fiad mennybemenetele megnyitotta számunkra a Hozzád vezető utat, és megmutatta, milyen értékesek vagyunk a számodra. Új reménnyel töltötted el a szíveinket, és kivételes hivatást ajándékoztál nekünk. Áraszd ki Lelkedet, hogy elfogadjuk meghívásodat, és bőséges gyümölcsöt teremjünk a mi Urunk, Jézus Krisztus által



1. NAP

A szív tisztasága



**„Teremts új szívet belém, s éleszd fel
bennem újra az erős lelkiületet!”** Ps 51,12

Elmélkedés

A tiszta víz minden élet alapja. Erről könnyen megfeledkezünk, hiszen náluk akadálytalanul árad a csapokból, és korlátozás nélkül a rendelkezésünkre áll ... A világ más részein azonban minden egyes cseppje értékes kincs. Ezekben a régiókban a legegyszerűbb dolgok, mint például a kézmosás vagy egy pohár megtöltése, rendkívülinek és kivételesnek számítanak. Egy magyar segélyszervezet „vízközpontot” épített ki Afrikában: egy egyszerű, fedett épület, pár vízcsap, ivási, vízvételzési, mosdási és mosási lehetőség a helyieknek ... Nálunk mindez természetes. Ott azonban sok ezer ember élete változott meg ettől

az „apróságtól“. A tiszta forrásból tiszta víz fakad — csak hogy szükség van a vezetékre is, hogy ez a víz eljusson az emberekhez, és életet ajándékozzon nekik. A Szentlélek életünknek a forrása — ám nekünk is szükségünk van valamiféle „vezetékre“, egy belső kútra, hogy meríthessünk belőle. Létezésünknek szívünk a központja, az a hely, ahonnan előtörhet az éltető víz. Az önzés, a birtoklásvágy, a gőg beszennyezheti; az önzetlenség, az alázat és a szeretet azonban megtisztíthatja életünk kútját. Ezért vigyáznunk kell, hogyan mérlegelünk, döntünk és cselekszünk.

Szívünk szüntelen megtisztításának egyik kiváló módja a Jézus-ima, amelyet a szív imájának is neveznek: „Uram, Jézus Krisztus, (Isten Fia,) könyörülj rajtam!“ Az ima lehetővé teszi, hogy a rajtunk keresztül a többi ember felé eljutó víz mindig iható, friss és tiszta legyen — különösen azokban az élethelyzetekben, amikor olyan szükség van a jóságunkra, mint egy csepp vízre!



Imaszándék és Imádság

Istenünk, Te az élő vizek forrásához terelsz minket, s letörölsz a szemünkről minden könnyet (vö. Jel 7,17), s csillapítod a szomjúságunkat. Szeretnénk tiszta szívvel befogadni kegyelmed éltető vizét. Ezért imádkozzunk:

- a szomjazókért, akik nem jutnak ivóvízhez;
- azokért, akik életük sivatagában forrás után kutatnak;
- a bűnösökért, akiknek belső kútja beszennyeződött és elapadt.



Kegyes Atyánk, te a pusztában sziklából fakasztottál vizet, hogy megitasd népedet, Jézusban pedig olyan vízforrást ígértél nekünk, amelyből merítve nem szomjazunk többé. Áraszd ki Lelkedet, hogy megtisztuljon a szívünk, s olyan kúttá váljon, amelyből embertársaink tiszta vizet meríthetnek a mi Urunk, Jézus Krisztus által.



2. NAP

Az élet értéke



**„Fordítsd ide füledet, hallgasd
a bölcsék szavait, és figyeljen
elméd tudományomra!”** Péld.22,17

Elmélkedés

Életünk egyik legnagyobb kihívása és feladata a helyes önismeret megszerzése, önmagunk igaz szeretete és elfogadása. Ez persze azt jelenti, hogy szembe merünk nézni árnyainkkal és a gyengeségeinkkel is. Ezen a ponton mutatkozik meg az Istenbe vetett hit fontossága: az Atya szeretete válaszol a töredékességeim és gyarlóságaim tapasztalatára. Az isteni Irgalmasság megismerése kiszabadít bűneim csapdájából, és feltárja előttem életem igazi értékét. Az önismeret és Istennek a megismerése ezért kéz a kézben jár: minél előrébb haladunk

az egyikben, annál inkább megértjük a másikat. Olyan ez a kettős-egy ismeret, mint két láb, melyekre támaszkodva végigjárhatjuk életünknek az útját. Zarándoklásunk idején pedig a szív formálása lesz a vándorbot, a Szentlélek pedig az iránytű. Ő az, aki ajándékai által megvilágosít, vezet és kísér bennünket.

Napjainkban különösen fontos, hogy odafigyelve, helyesen formáljuk önmagunkat. Ha csupán arra törekszünk, hogy tartózkodjunk a bűnöktől s meneküljünk a rossz elől, akkor nem jutunk messzire. Sokkal jobb, ha szembefordulunk a rossz magatartásmintákkal, megszokásokkal, és elkezdjük begyakorolni azok ellentétét. Három évvel ezelőtt sok ezer ember vándorolt Nyugat-Magyarországon keresztül Ausztria felé. A politikusok és a médiumok rengeteg rosszat mondtak rájuk és róluk — ám az egyik falu lakói almát, körtét, ivóvizet tettek ki házaik előtt az árokpartra. Ezek az emberek a maguk egyszerűségében felismerték az élet értékét — minden egyes emberi élet értékét.



Imaszándék és Imádság

Istenünk, Te elidegeníthetetlen méltósággal ruháztad fel az emberi életet. Ez az alapja minden más értéknek.

Ezért imádkozzunk:

- az erőszak és a háborúk áldozataiért;
- azokért, akiket megfosztottak a jogaiktól és nem vettek emberszámba;
- azokért, akik összezavarodtak, és nem tudják felismerni az élet valódi értékét.



Jóságos Atyánk, Te a saját képmásodra teremtettél minket, és mással nem helyettesíthető értékkel ajándékoztad meg a létezésünket. Emberré lett Fiad feláldozta magát értünk, és a megváltás révén helyreállította emberségünk szépségét és méltóságát. Áraszd ki Lelkedet, hogy felismerjük minden egyes emberi élet értékét, és legyen bennünk bátorság, hogy fellépjünk az élet védelmében a mi Urunk, Jézus Krisztus által.



3. NAP

Együttérző figyelmesség



„Jézusnak megesett rajta a szíve,
kinyújtotta kezét, és így szólt hozzá:
Akarom, tisztulj meg!” Mk 141

Elmélkedés

Jézus neve ezt jelenti: Isten megment, Isten megsegít. Milyen ez a segítség? Sok „megváltó” lép fel korunkban, aki rendet, biztonságot, stabilitást és jólétet ígér. Erővel és hatalommal akarják elvezetni az embereket egy földi mennyországba — sokan pedig hagyják megbabonázni magukat ettől a „virtustól”. Az erő mítosza sokféle formát ölthet magára: megjelenik a fegyverekben, a szilárd, de rideg intézményekben, a magas falakban...

Jézus másképpen közelít az emberekhez. Szemei azokat keresik, akik a nagy szavak orkánjában némán állnak, akikre senki nem figyel oda. A kicsinyeket, a sírókat, a gyöngéket, a kiszolgáltatottakat kutatja... azokat, akik nem illenek bele az oly nagyra tartott erő és hatalom kereteibe. Istenemberi kezei nem csak „meglátják“, megérintik a sebeket, de képesek gyógyítani is. Szemei együtt sírnak a sírókkal (vö. Róm 12,15). Jézus belép az aggodalmaik birodalmába, Szíve hidat képez, mely személytől személyig vezet. Együttérzése sohasem passzív, épp ellenkezőleg: a lehető legaktívabb: érintés, belső találkozás.

Egy alkalommal csak úgy odavetve megkérdeztem egy diáktól az egyetemen: „Hogy vagy?“ — Ő pedig egy pillanatig csöndben csak állt, majd így válaszolt: „Ezt már kilenc hónapja nem kérdezte meg tőlem senki“. Hosszabb, megindító beszélgetés bontakozott ki közöttünk. Arra nyertünk meghívást, hogy minden nap „felebarátjává“ váljunk a másik embernek. A megélt szeretet a szomszédunk ajtajánál, a pályaudvaron vagy a buszon kezdődik. Ehhez pedig szükségünk van a Szentlélek segítségére, aki érzékennyé tudja tenni a szívünket.



Imaszándék és Imádság

Istenünk, de csöndesen és szelíd hatalommal érkezel hozzánk. Mindannyiunknak szüksége van a Te gyógyító jelenlétedre. Ezért imádkozzuk:

- a magányosokért, akik vágyakoznak egy másik ember közelségére;
- azokért, akik nem találhatnak együttérzésre;
- az érzéketlenekért, akik sokszor maguk is sebetől szenvednek.



Szerető Atyánk, Te érzékeny szívű Isten vagy, aki mindig közel akar lenni a gyermekeihez. Azért küldted közénk Szent Fiadat, hogy kinyilatkoztassa nekünk irgalmadat és emberszerető jószágodat. Áraszd ki Lelkedet, hogy szívünket Jézus Szent Szívének példája szerint alakítsuk ugyanazon a mi Urunk, Jézus Krisztus által.



4. NAP

A béke útján járva



**„Boldogok a békességben élők, mert Isten
fiainak hívják majd őket.”** Mt 5,9

Elmélkedés

Mindannyian szeretnénk békében élni, ám a konfliktusok hozzátartoznak az életünkhöz: az emberi sokféleség, az eltérő vélekedések, a különböző életvezetési módok olykor nem békéltethetők meg egymással. Politikailag korrekt nyelvezetünk gyakran finomkodó szavakkal szeretné elfedni ezeket a feszültségeket. Joggal mondja Ferenc pápa Evangelii gaudium kezdetű apostoli buzdításában: „A konfliktust nem lehet figyelmen kívül hagyni vagy eltitkolni. El kell fogadni” (nr. 226). Hogyan lehetünk erre képesek? A konfliktus felvállalása semmi esetre sem jelent erőszakot, harci kedvet vagy kényszeres önállítást. Az ilyen és ezekhez hason-

ló magatartások legtöbbször csak meddő vitába, vagy rosszabb esetben pusztító viaskodásba torkollnak. „Ha a [konfliktus] csapdájába esünk, elveszítjük a távlatot, beszűkülnek a horizontok és a valóság töredékes marad. Ha beleragadunk a konfliktuskonjunktúrába, elveszítjük a valóság mély egységének érzékét“ — tanít Ferenc pápa (uo.).

A konfliktus tehát nem csupán tényyszerű adottság, olyasvalami, ami elkerülhetetlenül hozzátartozik az élet sokszínűségéhez; hanem meghívás arra, hogy keressük a békét, járjunk annak az útján. A béke azonban nem válhat önmaga karikatúrájává: a Szentlélek működése nyomán kell megszületnie — az ember tevékeny együttműködése révén. Erre utal Szent Ferenc a gyönyörű imában: „Uram, tégy engem békéd eszközévé, hogy ahol gyűlölet lakik, oda szeretet vigyek, ahol sértés, oda megbocsátást, ahol széthúzás, oda egyetértést...”



Imaszándék és Imádság

Istenünk, Te arra hívsz meg minket,
hogy béketeremtőid legyünk a világban.
Ezért imádkozzuk:

- azokért, akik politikai, társadalmi vagy katonai konfliktusoktól szenvednek;
- az emberekért, akik félnek attól, hogy felvállaljanak egy szükséges konfliktust;
- a harc megszállottjaiért, akik az örök konfliktusok csapdájába estek.



Atyánk, Te sokszínűnek és feszültségekkel telinek teremtetted meg a világunkat. Emberré lett Fiad a legvégsőig szerette az övéit (vö. Jn 13,1), halála és feltámadása által pedig megajándékozott minket az igazi békével. Áraszd ki Lelkedet, hogy az Ő erejében a Te békéd eszközeivé legyünk a mi Urunk, Jézus Krisztus által.



5. NAP

Egység a sokféleségben



„Amilyen lelki ajándékot kaptatok, úgy szolgáljatok azzal egymásnak, mint Isten sokféle kegyelmének jó sáfárai.” 1 Pt 4,10

Elmélkedés

Mit jelent az egység? Sokan azt gondolják, hogy testi vagy lelki „uniformisra” van szükségünk, amelynek segítségével mindenkit tökéletesen be lehet tagozni a közösségbe. Mindenkinek ugyanazt kell gondolnia, ugyanúgy kell élnie és hinnie. Csakhogy az így létrejött egység nem más, mint emberi erőlködések terméke: ilyenkor úgy tekintünk a személyre, mint egy nyers farönkre, amelyet fejszével azonos formára kell szabni.

Bertolt Brecht elgondolkodtathat mindannyiunkat. „»Mit tesz Ön, ha szeret egy embert?« – kérdezték K. urat. – »Tervezetet készíték róla, és gondoskodik arról, hogy hasonlóná váljék hozzá.« – felelte K. úr. »Kicsoda? A tervezet?« – »Nem! Az ember!«“ (*Ha K. Úr szeretne egy embert*). Sok formája van az ilyen magatartásnak. Személyes szinten megmutatkozhat az intoleranciában, az előítéletességben vagy az elszigetel(őd)ésben; míg a társadalom szintjén populizmust, szélsőségeséget, kirekesztést eredményezhet, ami elmehet egészen a nyílt ellenségeskedésig. Mindez egy tévesen értett önazonosság és különbözőség gyümölcse, amely fenyegetve érzi magát, ezért kierőszakolt egységességre és biztonságra vágyik.

Pünkösdkor Isten megmutatta nekünk, hogyan akar viszonyulni a világban tapasztalható sokféleséghez. A bibliai elbeszélés szerint mindenki megőrizhette a maga nyelvét és kultúráját, és mégis eggyé vált a Lélek által. Minden jelenlévő egyformán megértette az apostolok szavait anélkül, hogy emberi kéz alkotta uniformist kényszerítettek volna rá. Így született meg az Egyház közössége. Az idegenek, a másképp gondolkodók vagy máshogyan hívők, az elvándorlók, a kitaszítottak kérdést szegeznek nekünk: Készen állunk arra, hogy higgyünk a Szentlélek által megteremtett, pünkösdi egységben, amely épp a sokféleségben válik teljessé?



Imaszándék és Imádság

Istenünk, te az egyetlen emberi család tagjaiként teremtetted meg minket. Soha nem szabad elfelejtünk alapvető egységünket. Ezért imádkozzuk:

- azokért, akiknek el kell hagyniuk a hazájukat, hogy békében élhessenek;
- azokért, akiket félelem és előítélet itat át;
- a világ népeiért, akiket közös felelősség terhel az emberiség békéjéért.

Az emberiség Atyja, Te vagy az igazi egység alapja. Azt akartad, hogy Fiad tanúságtétele révén megismerjük a szentháromságos Személyek tökéletes egységét. Áraszd ki Lelkedet, hogy megtanuljuk, miként élhetjük meg a sokféleségek közepette is az egységet a mi Urunk, Jézus Krisztus által.



6. NAP

Önfeláldozás



„Mindenre van erőm Abban,
aki megerősít.” Fil 4,13

Elmélkedés

Az önvédelem természetes ösztönünk, mindenütt megfigyelhetjük az élővilágban. Létezésünk van annyira értékes, hogy megoltalmazzuk: egyediek, a Teremtő ajándékai vagyunk.

Jézus azonban „új parancsot” adott nekünk (Jn 13,34): „Szeressétek egymást! Amint én szerettelek benneteket, úgy szeressétek ti is egymást”. „Senki sem szeret jobban, mint az, aki életét adja barátaiért” (Jn 15,13). A szeretetre nyertünk meghívást, s ennek legnemesebb formája az önfeláldozás. Ily módon túllépünk az ösztön által adott határainkon. A Szentlélek adja meg ehhez az erőt.

Síkra szállni, áldozatot hozni, önmagunkat feláldozni a másikért — olyan emberi döntések ezek, amelyek beemelnek minket Krisztus megváltói művének a dinamikájába. Nehéz dolog önmagunknál is jobban szeretni a másikat, erre nem vagyunk képesek szeszélyből vagy valamiféle örületből, csakis egy még nagyobb szeretet megtapasztalása által: Isten már előbb és sokkal jobban szeretett és oltalmazott engem ...

Egy idős pap, aki egész életében nehéz sorsú emberekkel, közöttük számos gyermekkel foglalkozott, újra meg újra elmondta: „Senki nem lehet jóvá szidni. Csakis jóvá dicsérni lehet az embert!” Nem voltak ezek üres szavak: a legnehezebb időkben, a kommunizmus alatt nyögő Magyarországon számos anyátlan, apátlan fiattal törődött. Személyes áldozatkészsége és odaadása révén sokaknak nyújtott hitet, reményt és jövőt.

Az emberi félelem, szegénység és gyöngeség tapasztalatával szemközt nem maradhatunk közömbösök! A Szentlélek meg tudja erősíteni a szíveinket, hogy megszabadulva az önzésünktől készen álljunk az önfeláldozó szeretetre.



Imaszándék és Imádság

Isten a kicsinyek és a gyöngék oltalmazója,
Ő soha nem feledkezik meg az ínséget
szenvedőkről. Ezért imádkozzunk:

- a gyermekekért, akik nem élhetnek biztonságban, védetten;
- a gyöngékért és támasz nélküliekért, akiknek a mi segítségünkre van szükségük;
- azokért, akik nem érznek erőt magukban, hogy áldozatot hozzanak másokért.



Oltalmazó Atyánk, Te vagy a mi reményünk
és erősségünk. Fiad önfeláldozása révén
megszabadítottál minket. Áraszd ki Lelkedet,
hogy készek legyünk az önfeláldozásra és
az odaadásra embertársainkért a mi Urunk,
Jézus Krisztus által.



7. NAP

Küzdve az igazságosságért



**„Aki nem az igazságosságot teszi,
az nem Istentől való. Ugyanígy az sem,
aki nem szereti testvérét.”** 1 Jn 3,10

Elmélkedés

Babits Mihály, a nagy magyar költő így írt 1938-ban híres költeményében: „Vétkesek közt cinkos aki néma“ (*Jónás könyve*). Sokat fáradozunk, hogy a hit által alakítsuk a szívünket. Így szeretnénk elérni a vágyott belső békét. Ez azonban soha nem jelentheti azt, hogy a sóvárgott nyugalom elnyerése után visszahúzódunk benső világunkba, hogy ott mennyei harmóniában időzzünk. Jézus meghív, hogy éberek legyünk, és tevőlegesen működjünk közre a jövő formálásában.

„Mi [Isten] ígérete alapján új eget és új földet várunk, az igazságosság hazáját“ (2Pt 3,13). Aktív várakozás ez, kreatív együttműködés, dinamikus összjáték Isten és ember között. A békeszerető embernek is sikra kell szállnia, és erőt kell merítenie, hogy megküzdjön az igazságosságért és szembeszegüljön a közömbösséggel. Krisztus evangéliumában van valami provokatív, kihívást jelentő, nyugtalanító. Aki a Mester útján akar járni, annak ki kell mondania az igazságosság szavait, s igaz tetteket kell végbevinnie. Keresztényi mivoltunk hitelessége azon is múlik, hogy vajon készen állunk-e az áldozatra embertársaink javáért és jogaiért.

Egy indiai teológus arról számolt be, hogy vallásközi párbeszéd során felismerte: mennyire egyedi és kivételes adottság az, hogy a Biblia Istene „véd- és dacszövetséget“ kötött a legkisebbekkel és legszegényebbekkel. Épp ezért csakis a másik emberért felszólalva, érte tettekre készen hirdethetjük meg az Úr örömhírét.



Imaszándék és Imádság

Istenünk, Te jóságos és igazságos vagy.
Senki sem lehet a gyermeked, aki igaztalanul
cselekszik. Ezért imádkozzunk:

- azokért, akik jogtalanságokat szenvednek el;
- az emberekért, akiknek a hangját senki nem akarja meghallani;
- a segítségre szorulókért, akiknek támaszra van szükségük.



Erős Atyánk, Te mindig készen állsz, hogy síkra száll a gyermekeidért. Fiad, Jézus Krisztus meghirdette a Te Országodnak, az igazságosság Országának az örömhírét, s arra hívta meg követőit, hogy munkálkodjanak egy jobb, emberibb és igazságosabb világ megteremtésén. Áraszd ki Lelkedet, hogy jó munkatársaidnak bizonyuljunk a mi Urunk, Jézus Krisztus által.



Alázat és szolgálat



„Vegyétek magatokra igámat, és tanuljatok tőlem, mert szelíd vagyok és alázatos szívű, s megtaláljátok lelketek nyugalmát.” Mt 11,29

Elmélkedés

Jézus Szíve, Szűz Mária méhében a Szentlélektől alkotott Szív – imádkozzuk a Jézus Szíve-litániában. Már az Ószövetség is szólt arról, hogy Istennek „szíve” van. Ez a jelképes kijelentés valósággá vált akkor, amikor Krisztus emberré lett. Jézus szavai és tette kinyilatkoztatták számunkra a Szentháromság belső életét. Olyan isteni valóság ez, amely messze meghaladja emberi képzelőerőnk lehetőségeit. Amikor Jézus Szívére tekintünk, szavaink elveszítik a jelentésüket — jobban szólva: csakis ekkor tárják fel igazi értelmüket. A fenség

az alázat, az uralom a szolgálat, a nagyság az apró dolgok művészetében mutatkozik meg. Mintha fogalmaink a fejük tetejére állnának, amikor Istenre tekintünk — vagy éppenséggel így áll minden a „talpára“.

Szükségünk van az evangéliumi paradoxonokra. Ezek tanítják meg nekünk a szív alakításának az egyik legfontosabb leckéjét: „Ti Mesternek és Úrnak hívtok, s jól teszitek, mert az vagyok. Ha tehát én, az Úr és Mester megmostam lábatokat, nektek is meg kell mosnotok egymás lábát“ (Jn 13,13–14). Nem engedhetjük meg, hogy Jézus Szíve a tisztelet és imádás holt tárgyává legyen. Szüntelenül, újra meg újra például kell szolgálnia, hogy mi ennek megfelelően alakítsuk a szíveinket. A valódi szolgálat soha nem méltóságon aluli, az alázat semmi esetre sem jelent megaláztatást. Pilinszky János ezt írta egy papi évforduló, aranymise után: „...aki Istennek áldozta életét, annak nincs többé más szerepe az emberek között, mint az, hogy szolgálata és szeretete válogatás nélkül mindannyiunké legyen“ (Ünnep és áldozat.

Egy aranymise margójára).



Imaszándék és Imádság

Istenünk, Te úgy vagy jelen közöttünk, „mint aki szolgál” (Lk 22,27). Alázatod felülmúlhatatlan nagyságodat nyilatkoztatja ki. Ezért imádkozzunk:

- azokért, akiknek „nincs embere” (vö. Jn 5,7), aki mellettük állna;
- a betegekért és szenvedőkért, akiknek oly nagy szüksége van alázatos szolgálatunkra;
- a gőgös és büszke keresztényekért, akik nem szívesen vállalnak fel alantásnak tekintett szolgálatokat.



Alázatos Atyánk, a Te gondoskodó és szolgáló szereteted minden emberi szeretet mintája. Elküldted a világba Fiadat, aki nem „azért jött, hogy neki szolgáljanak, hanem hogy ő szolgáljon másoknak” (Mt 20,28), s ezáltal példát adjon nekünk. Áraszd ki Lelkedet, hogy soha ne rettenjünk vissza az alázatos szolgálattól a mi Urunk, Jézus Krisztus által.



Nagylelkűség



**„Ha tehát kitartotok a jótékonyságban,
Istent magasztalják érte, mivel készségesen
vallomást tettetek Krisztus evangéliumáról,
és bőkezűségetekkel kifejezésre
juttattátok a velük és a többiekkel való
közössége.”** 2 Kor 9,13

Elmélkedés

Megszoktuk, hogy életünket egyfajta „privát zónában” éljük. Egyfelől természetes, hogy legbensőbb érzéseinket, gondolatainkat csakis bizalmas jóbarátainkkal osztjuk meg. Másfelől azonban nagy a veszélye annak, hogy végül mindent „privatizálunk”, időnket és erőnket csakis önmagunk s legszűkebb családi, barát-

ti körünk számára tartjuk fenn. Ferenc pápa ennek kapcsán egyfajta „önmagunkra vonatkoztatottságról” beszél, egy olyan önző magatartásról, ahol a privát élet határai túlságosan tágra lesznek szabva, és végül már nincs hely a többi ember számára. Így ír: „Amikor az egyén benső élete bezárkózik a saját érdekeibe, akkor nem marad hely mások számára, többé nem jöhetnek be a szegények, többé nem hallja Isten hangját, nem örül szeretete édes örömének. A hívek kétségtelenül ki vannak téve ennek az állandó veszélynek” (*Evangelii gaudium*, nr. 2).

Nem arra kaptuk a szívünket, hogy azt elrejtve tartsuk, megőrizzük önmagunk számára. Meg kell nyitnunk a szívünk, hogy „pünkösdivé” legyen, készségessé váljon az ajándékozásra. Ez persze sebezhetővé tesz minket: a szeretetért kockára kell tennem a legszemélyesebb dimenziómat is. Igen, a lelkem bekoszolódhat, visszaélhetnek a jószágommal. Isten azonban bizonyly nagy szeretettel tekint a megsérült és „elemésztett” szívre, hiszen az hasonló Jézus Szívéhez: átdöfte a szeretet áldozata. De épp ezáltal vált az élet és a vigasz forrásává sokak számára!



Imaszándék és Imádság

Istennünk, Te feltártad előttünk a Szívedet, és arra hívtál meg minket, hogy szíveinket a te példád szerint alakítsuk. Ezért imádkozzunk:

- az önzés és az önközpontúság börtönében élőkért, akik nem vállalják fel a szeretet kockázatát;
- az elzárt szívűekért, akik félnek a személyes kapcsolatoktól, a nyíltságtól és az őszinteségtől;
- a fösvényekért, akik idejüket és erejüket csakis önmaguk számára tartják fenn.



Nagylelkű Atyánk, Te „a bennünk működő erővel mindent megtehetsz azon felül is, amit mi kérünk vagy megértünk” (Ef 3,20). Fiad részesített minket ebben az erőben, hogy általa szívünket a nagylelkű szolgálatra neveljék. Áraszd ki Lelkedet, hogy szívünk valóban lángoljon a szeretettől a mi Urunk, Jézus Krisztus által.



PÜNKÖSD

A Lélek erejében



**„Ha kiárasztod lelkedet, fölébrednek,
és megújítod a föld színét.”** Zsolt 104,30

Elmélkedés

INapjainkban megszoktuk már, hogy mindent technikai készséggel, emberi erővel oldjunk meg. A szükségleteket és a nehézségeket is pusztán megoldandó gondnak tekintjük. Professzionális „probléma-menedzserekké” váltunk. Olykor előfordul, hogy még a másik embert is olyan „alkalomnak” tekintjük, amelynek gyors és célirányos megoldásra van szüksége.

Nem feledkezhetünk meg az önátadás, az ajándékozás logikájáról, a Szentlélekbe vetett hitünkről! Professzi-

onalitásunk túl kevés ahhoz, hogy megújítsuk a föld színét. A magyarországi migrációs krízis kezdetén egy barátom arról mesélt, hogy a Budapest utcáin felbukkant idegenek sokkolták és megrémítették. Végül azonban erőt vett magán, és egy ideig önkéntesként tevékenykedett a migránsok körében. „Egyszer egy almát adtam egy gyermeknek. Maga Isten nézett vissza rám a szemeiből” — mondta később. Ez az alma ott és akkor valóban „a Lélek gyümölcse” volt — a „szegények Atyja” pedig megújította a barátom szívét.

A Szentlélek a szegények Atyja, az ajándékos Jóbarát, a szívek Fénye. Akit megérint, az új erőre kap, és útnak indul, hogy munkatársa legyen Isten hatalmas üdvözítő művének. A hitre jutás és a Szentlélekkel való találkozás nem vég, hanem egy új kezdet, nem nyugalom, hanem folytonos mozgás — az emberek pedig, akikkel a világ útjain találkozunk, mind a testvéreink, akiknek javára az Úr kegyelmeit elnyertük.



Imaszándék és Imádság

Istenünk, a világ a Te Lelked erejéből és dinamizmusából él. Ő minket is útnak indít. Ezért imádkozzunk:

- azokért, akik a technikában hisznek, s nem bíznak a Lélek erejében;
- a kicsinyhitűekért, akiknek oly nagy szükségük van a Szentlélek indításaira;
- a fiatalokért, akik a bérmlásukra készülnek.



Mindenható Atyánk, Te eltervezted a teremtet világ üdvösségét, s ezt a tervedet Fiad megtestesülésében velünk is megosztottad. Áraszd ki Lelkedet, hogy munkatársaiddá legyünk, és elkötelezzük magunkat az egész emberiség javára a mi Urunk, Jézus Krisztus által.

26 éve tevékenyen keleten a Renovabisszal



A német katolikusok központi bizottságának javaslatára a Renovabis 1993 márciusában alapították meg a német püspökök, a következő meghatározással: a „német kato-

likusok szolidaritási kezdeményezése Közép- és Kelet-Európa embereivel„. A Renovabis egyházi és társadalmi csoportokkal tart fenn kapcsolatot Közép-, Kelet- és Délkelet-Európa 29 országában és támogatja az ottani közösségek fejlődését.

A Renovabis, mint „a német katolikusok szolidaritási kezdeményezése a közép- és kelet-európai emberekkel” 1993 óta kereken 23.800 projektet támogatott 746 millió Euróból.

Neve egyben a segélyszervezet programja is:

„Renovabis faciem terrae - Megújítod a föld színét”. A 104. zsoltár szavait segítők, partnereink és munkástársaink a következőképpen fordítják le: „Részesei szeretnénk lenni Kele-

teurópa pasztorációk, szociális, és társadalmi megújulásának, tudva, hogy ez csak Isten erejével lehetséges". Az ehhez szükséges pénzügyi támogatás a pünkösdi perselyadományokból, magánfelajánlásokból, egyházi adóból valamint állami forrásokból származik.

Aktuális információkat a közép- és kelet-európai országokban folyó projektekről és a partnerségi munkáról a következő címen kaphat:

**Renovabis, Kardinal-Döpfner-Haus,
Domberg 27, D-85354 Freising,
Telefon 08161/5309-0, Fax 08161/5309-44
info@renovabis.de**

www.renovabis.de • www.pfingsten.de



Adományszámlánk:

LIGA Bank eG

BIC/SWIFT: GENODEF1M05

IBAN: DE24 7509 0300 0002 2117 77

Pax-Bank eG

BIC/SWIFT: GENODED1PAX

IBAN: DE17 3706 0193 3008 8880 18

Kilenced – közösségben imádkozva

A kilenced kihajtható hátsó oldalán leírt felépítése kiterjeszthető egy kisebb vagy egy nagyobb csoportra vagy átültethető egy másfajta istentisztelet struktúrájába. A következő elemekkel lehet bővíteni: hosszabb bibliai szöveg, zsoltárok, váltakozó imádságok, énekek, könyörgések, szimbolikus cselekedetek, kreatív elemek, átbeszélés a csoportban.

A következőkben bemutatjuk egy lehetséges levezetését az áhítatnak. További információk az interneten: [**www.renovabis.de/novene**](http://www.renovabis.de/novene)

- Bevezetés
- Pünkösdi himnusz vagy szekvencia / Ének
- esetleg egy rövid bevezetés és meghívás a csöndre
- Csönd
- Napi olvasmány
- esetleg egy rövid ének
- Napi elmélkedés
- Csönd
- Napi könyörgés, vagy szabadon fogalmazott könyörgések közös válasszal, mint pl. *„Küldd el Szentlelkedet, és megújul a föld színe!”*
- Mi Atyánk
- Napi ima
- esetleg egy ének
- Zárás / Áldás

A kilenced napi imájának felépítése

1.

Bevezetés

ima az 58. oldalon

2.

Csendre való meghívás

imák az 58. oldalon

3.

Szövegrészlet, elmélkedés, könyörgés és ima

az aznapi

4.

Venite sancte spiritus

a hátoldalon és az 60. oldalon

5.

Áldás

ima az 60. oldalon

Az alapforma az igényeknek megfelelően további elemekkel (hosszabb olvasmány, zsoltárok, énekek, kreatív elemek) gazdagítható. Erre egy példa az 56. oldalon található.

1. Bevezetés

Istenem, jöjj segítségemre.

Uram, segíts meg engem.

Dicsőség az Atyának a
Fiúnak és a Szentléleknek
*miképpen kezdetben
most és mindörökké.
Ámen.*

2. Meghívás a csöndre

Jöjj Szentlélek,

töltsd el híveid szívét,

és gyújtsd meg bennünk szereteted tüzét!

Áraszd ki Lelkedet,

és mindent újjá teremtesz,

s újjáalkotod a Föld színét.



További énekja-
vaslatok
a renovabis.de/
Gottesdienst
oldalon találhatók.

vagy

Üres edénnyé kívánok válni,
mely képes békéd befogadására,
üres edény számodra, Szentlélek.

Üres kezeimet ajánlom fel Teneked
nyitottan az élet teljességére,
üres kezek számodra, Szentlélek.

Szívemet nyitom meg Előtted
készen állva szereteted erejére
szívem a Tiéd, Szentlélek.

Jó termőföldre kívánok válni
Boronált, az igazság magjának befogadására
jó termőföld számodra, Szentlélek.

Folyómederré kívánok válni
alkalmas a jóság vizének befogadására
folyómeder számodra, Szentlélek.

Anton Rotzetter

4.

Venite sancte spiritus

Veni, Sancte Spíritus,

Et emítte cáelitus
Lucis tuae rádium.

Sine tuo númine,

Nihil est in hómine,
Nihil est innóxium.

Veni, pater páuperum,

Veni, dator múnium,
Veni, lumen córdium.

Lava quod est sórdidum,

Riga quod est áridum,
Sana quod est sáucium

Consolátor óptime,

Dulcis hospes ánimae,
Dulce refrigeríum.

Flecte quod est rígidum,

Fove quod est frígidum,
Rege quod est dévium.

In labóre réquies,

In aestu tempéries,
In fletu solátium.

Da tuis fidélibus,

In te confidéntibus,
Sacrum septenárium.

O lux beatíssima,

Reple cordis íntima
Tuórum fidélium.

Da virtútis méritum,

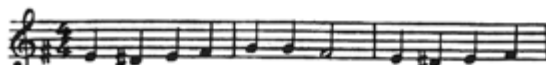
Da salútis éxitum,
Da perénne gáudium.
Amen. Halleluja.

5.

Áldás

Titokzatos Isten, áldásodért könyörgünk –
számunkra és a kelet-európai emberek számára.
Erősíts meg minket a jóban és
ajándékozz meg minket Szentlelked sugallatával,
hogy a Föld színe megújuljon! Ámen

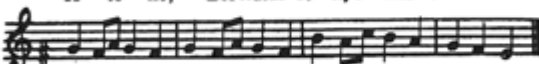
Zsaskovszky: Énektár (1874) – Sík Sándor



1. Jöjj, Szent-lé-lek Is-te-nünk, Add a mennyből
2. Jöjj, sze-gé-nyek aty-ja te, Bő-ke-zű-ség



ér-ze-nünk Fé-nyes-sé-ged su-ga-rát.
Is-te-ne, Lel-künk fé-nye has-sa-át.



Jöjj el, jöjj el, Jöjj el, jöjj el, Jöjj Szent-lé-lek Is-te-nünk.

- | | |
|--|---|
| 3. Édességes vigaszunk,
Drága vendég, szomjazunk,
Édes lélekújulás!
Jöjj el, stb. | 4. Fáradottnak könnyülés,
Tikkadónak enyhülés,
Sírónak vigasztalás.
Jöjj el, stb. |
| 5. Boldogságos, tiszta fény,
Szállj meg szívünk rejtekén,
Híveidnek napja légy!
Jöjj el, stb. | 8. Simogasd a darabost,
Fölmelenged a langyost,
Útra vidd, ki tévelyeg.
Jöjj el, stb. |
| 6. Ihleted ha fényt nem ad,
Emberszívben ellohad
Minden erő, minden ép.
Jöjj el, stb. | 9. Add, vegyék el híveid,
Kik hitük beléd vetik,
Hétszeres kegyelmedet.
Jöjj el, stb. |
| 7. Mosd meg, ami szennyezett,
Asszúságra hints vizet,
Orvosold a sebhelyet.
Jöjj el, stb. | 10. Jámbornak jutalmazást,
Engedj boldog kimúlást,
Mindörökké mennyeket.
Jöjj el, stb. |

Szegedi: Cantus Catholici [1674] – Sík Sándor



1. Ó al - ko - tó Lé - lek, jö - vel És
2. Kit úgy hí - vunk: Vi - gasz - ta - ló, Kit
szí - vünk, lel - künk tölt - sed el. Te al - ko - tád a
ád ne - künk az Al - ko - tó, Te é - lő for - rás,
szí - ve - ket, Hozd nekik bő ke - gyel - me - det.
é - gi láng, Szent kenet ég -ből, szállj le ránk.

3. Te hét ajándok kútfeje,
Atyánk kegyelmes jobbkeze
Az Úr erős ígérete,
Sugalmas ajkak ihlete.
4. Gyűjtsd meg szemünknek fényedet,
És szállj szívünkbe, Szeretet
Ha testünk gyarló, s lankadunk
Légy mindig éber gyámolunk.
5. Űzd messze tőlünk ellenünk,
Szent békességed add nekünk.
Te járj, vezér, útunk előtt,
Veszélytől védjen szent erőd.
6. Add, ismerjük meg az Atyát
Teáltalad és egy Fiát,
És kettejüknek Lelke, Te,
Örökre légy lelkünk hite.
7. Az Istent áldjuk: jó Atyát,
S ki felkelt sírból, szent Fiát,
S a Lelket, szívünk vigaszát
Most és örök időken át.



Lernen ist Leben

Unterstützen Sie
Bildungsarbeit
im Osten Europas!