



LÁNYOK
KÖNYVE

Piktogramok jelentései



Hallgasd meg!



Gondolataidnak!



Nézd meg!



Olvasd el!



Játszatok egyet!



Olvasd be!



Zeneszó!



Beszélgetés!

„Tekinteted megerősít!”

Ezt a jelmondatot választottuk ősszel a lányzsinaton. Vagy inkább kaptuk, ajándékba?! Felismertük azt, ami a miénk.

Mindnyájan az egész világon ugyanazt a krízist éltük, éljük át. Mindaz, amit a Korona vírus jelent egy olyan váratlan esemény, olyan megváltozott körülményeket hozott az életünkbe, amire egyáltalán nem számítottunk, és amivel bizony komoly küzdelmet kellett folytatni a közösségek szintjén és persze mindenkinek a saját életében egyénileg is.

Ritkán élhettük meg a személyes találkozás örömét, maszk mögött csak egymás tekintetében kapcsolódva tudtuk kiolvasni mit is érezhet, mit is gondolhat a másik, akivel találkozunk.

A jelmondat egy vezérfonal, amibe kapaszkodni tudunk, amiből táplálékot nyerünk, ami irányt mutat számunkra.

„Tekinteted megerősít!” – mit jelent ez neked most? Ki az, akinek a tekintete felrémlik előtted, kiből táplálkozol? És kinek tudsz te megerősítést adni?

Ezt a füzetet azért készítettük nektek, hogy segítsen kibontakoztatni a jelmondatot számotokra, hogy segítsen megérteni személyesen nektek mit jelent ez az üzenet. Használjátok, forgassátok sokat, mert szeretettel készítettük nektek.

Tekinteted megerősít





Úrnőm és Anyám! Egészen felajánlom magamat Neked!

Odaadásom tanúsítására ma Neked szentelem

Szememet, fületem, számat, szívemet és egész lényemet!

Mivel tehát a Tied vagyok jó Anyám,

őrizd meg engem és oltalmazd, mint birtokodat és

tulajdonodat.

Ámen



Barbara Kast átgondolja a szentelési imát:

„Kedves Mater, a tabernákulumban lévő Krisztus előtt szeretném az anyai oltalmad alatt átgondolni, hogy mit is jelent számomra, neked szentelni a szememet.

Mater, ha neked szentelem magam, akkor a szemeimet is neked szentelem. Ezek többé már nem az én szemeim lesznek, hanem a tied, vagyis mostantól



kezdve te fogsz rajtuk keresztül nézni. Mater, tudod, hogy ezzel kapcsolatban egyszer már átéltem egy nagy fájdalmat. Segíts, hogy mindig téged tükrözzenek vissza, és hogy a tekintetem tiszta legyen, hogy a szereteted, a megértésed, a szívélyességed átsugározhasson rajta. Mater, a szemeim többé nem szemlélhetik úgy a világot, mint korábban. A kritikának, a gyűlöletnek, és az irigységnek nem lesz többé hely bennük. Mater, mivel neked szentelem a szemeimet, szeretném, hogy a

szereteted és Krisztus jelenléte már mostantól kezdve elevenen felragyogjon közöttünk. Az egész lényem tabernákulum lesz. Ha megkapom azt a medált, ami benne volt a legtökéletesebb tabernákulumban, akkor a szemeim a te szemeid lesznek. A szemeim végérvényesen neked szentelt szemek lesznek.” (57-es naplóbejegyzés)

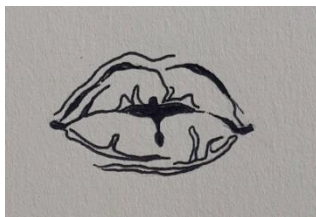
„Kedves Mater, egy kicsit át szeretném ma gondolni, hogy mit is jelent, hogy neked szentelem a füleimet. Mater, pontosan tudom, hogy ez azt jelenti, hogy többé nem az én füleimmel fogok hallani, hanem a te füleiddel. Az én füleimmel



fogsz hallani, ezért lesz ez olyan, mintha azok a te füleid lennének. Mater, ezek tiszta fülek lesznek, amiknek a szívem és a felebarátaim szívének minden megmozdulását meg kell hallgatnia. Meg kell tanulnom az egész lényemmel fülelni, először nem a saját eszményeimet kell másokra ráerőltetnem, hanem tudnom kell hallgatni. Mater, de jó, hogy a füleim a te füleid lesznek! Tiszta fülek

lesznek, semmi tisztátalan dolgot nem fognak meghallani, mert ilyenek nem érdeklik. Ha egyetlen dolgot hallanak, akkor meg fogják ezt mondani a nyelvemnek, hogy szívből vezetve más beszélgetésre terelje a szót. Mater, nehéz hallgatni, ha az embernek semmi kedve sincs hozzá, de tudom, hogy te mindenkit meghallgatsz. Ezért, Mater, neked adom a füleimet. Szenteld és változtasd meg őket.” (63-as naplóbejegyzés)

„Kedves Anya! Szeretnék ma beszélgetni veled, és azt átgondolni, hogy mit is jelent neked szentelni a számat. Ez



nagyon fontos. Mostantól kezdve ez már a te szád lesz, a tabernákulum szája. Minden, ami kijön belőle, az azt fogja tükrözni, ami a bensőmből árad, a tabernákulumból. Mater, a számban fecsegésnek, irigységnek vagy ronda szavaknak ezentúl nem lesz helye. Ez a te szád lesz, és ezen keresztül fogsz majd az emberekhez beszélni, és ezen keresztül viszed el majd nekik az örömhírt. Mater, kérlek, minden nap szenteld meg a számat, hogy valóban a tabernákulumom ajtaja lehessen, az az ajtó, amelyen át

Krisztus kilép és eljut más emberek szívébe. Mater, vigyázz a szádra, hogy semmi olyat ne mondjon, amit te nem akarsz.” (63-as naplóbejegyzés)

„Ma neked ajándékozom a szívemet, Mater. Ez egy olyan szív, aminek semmiye sincs, amit neked ajándékozhatna; csak nyitottan áll, hogy minden kegyelmedet, az egész szívedet belehelyezhesd. Mater, már nem a magamé vagyok, már hozzád tartozom. Tudod, hogy most még nem sokat értek abból, ami majd történni fog az életemmel, de ez nem baj. A te szívedben élek, szóval már nem vagyok egyedül.



Matercita, vegyél örökre a kezeidbe, és soha többé ne engedj el. Ha önfejű vagyok, és el akarok menni, akkor csak érintsd meg a kezeddel a szívemet, hogy az helyesen cselekedjen. Mater, lesznek nehéz pillanatok, ezért te védelmezz engem, hisz te mindig hűséges vagy.” (64-es naplóbejegyzés)

Nekem mit jelent az, hogy a szememet, fületem, szívemet
és a számat a Szűzanyának szentelem?



**„Tekinteted megerősít”
... ezért ma Neked szentelem
magam...**

Kis szentelési ima - J. Kentenich, 1967. 01. 22

A Kis szentelési imában egy szeretetszövetség van. Ezt a szeretetszövetséget nap mint nap valamilyen formában megújítjuk. (...)

Ha megszólítjuk a Szűzanyát; ha felajánljuk magunkat a Szűzanyának; ha a Szűzanyának ajándékozunk magunkat, akkor ő is ugyanezt teszi irántunk. Ha tehát azt mondjuk neki: *Egészen Neked ajándékozom magamat*, akkor a hit fényében hallhatjuk a választ: *Én is Neked ajándékozom magamat; én is Nektek ajándékozom magamat teljesen és osztatlanul.* (Amikor azt mondjuk:

- Neked ajándékozom a szemeimet,
- Neked ajándékozom a kezeimet,
- Neked ajándékozom a szívemet,

Akkor hívón mindig újra hallanunk kell: *Akkor én is Neked ajándékozom a szemeimet, kezeimet és a szívemet.*

Ez az, amire nekünk mindannyiunknak, mai embereknek annyira szükségünk van: a személyes „Te-kapcsolat”. Mert általában, amikor imádkozunk, főleg monológot mondunk. Mondunk valamit a Jóistennek, a Szűzanyának, de nem hallunk választ. (...) (Itt azonban egy párbeszédre van szó), ha az imánkat, a szentelésünket valóban kétoldalú, kölcsönös dialógusként fogjuk fel.

Úgy gondolom, hogy ezzel kulcsot adtam a kezükbe, amiből kiindulva mindannyian újra megköthetik a Szűzanyával a szeretetszövetséget; igen, képessé válnak lélektől áthatottan megújítani reggel és este, ahogy ez nálunk szokás. (...)

***"Neked szentelem
szemeimet"***



Mit jelent ez most? Kapaszkodjanak: Ugyanabban a pillanatban gondolhatok arra, hogy a Szűzanya mondja nekem: *Neked szentelem szemeimet!* Milyenek ezek a szemek? Milyenek az én szemeim? Ha itt mintegy a szemek cseréjéről van szó, akkor tudom, hogy holnap, holnapután a szemeim Mária-szemekké lesznek. És milyenek ezek a Mária-szemek?

Milyenek az én szemeim? Mennyire sóvár, mohó szemek! Mennyire a földiekre hangolt szemek! Milyenek az én szemeim? Igen, gyakran nagyon keményszívű szemek; kiszáradt, könnytelen szemek; leselkedő szemek; szexuálisan fertőzött szemek. Lássák meg ezt az egész világot, mely e gondolat, szem-csere mögött van! Hogyan képzelhetjük el a kedves Szűzanya szemeit egy ilyen esetben? Ha a Szűzanya újra nekem ajándékozza a szemeit negyvennyolc órára, akkor ezek irgalmas szemek. Mennyire jól fogom magam érezni ilyen szemek alatt, ilyen irgalmas szemek alatt! (...)

Mária szemei legyenek az én szemeim. Ezeknek tehát jószágos szemek lesznek. (...) Milyenek Mária szemei? Tiszta szemek is, nemcsak jószágos, irgalmas szemek. Tiszta szemek. (...) Az égből Mária irgalmas, jószágos szemekkel néz mindig rám. Szem-csere. (...)

„Neked ajándékozom a kezeimet“

A szeretetszövetség által nem csak szem-csere, hanem kéz-csere is megvalósul. Mit jelent ez? Mária a kapott közbenjáró mindenhatósága által kinyújtja felénk kezét minden veszélyes helyzetben és gondoskodik róla, hogy a vihar elvonuljon; hogy ne bukjunk el; hogy az ő keze által biztosabban belesimuljunk az Üdvözítő kezébe; a háromságos Isten kezébe.

Gyakran meg kell állapítanunk, ha átvizsgáljuk az életünket, ha becsületesek vagyunk, mennyire gyakran konkrétan megállapíthatjuk: a Szűzanya a legnehezebb helyzetekben



valamilyen módon segített, megőrzött a mocsoktól! (...) Nemde milyen sok múlik azon, hogy milyen társaságba kerülünk; milyen fiúval/lánnyal találkozom először; milyenek az első munkatársaim? Ha engedjük mindezt újra és újra hatni magunkra, akkor meg kell állapítanunk, hogy bőséges külső kegyelmet kaptunk; olyan helyzeteket, hogy a kísértéseknek könnyen ellen tudjunk állni. (...) Ahelyett, hogy beleestem volna a szakadékba, szilárdan megálltam. (...) Nem ritkán az is kimutatható, hogy az egyes esetekben megkapott védelem a tapasztalat szerint a Szűzanya-szeretettel kapcsolatos és a Szűzanya irántunk való szeretetével.

Nézzük meg ezért újra. Milyen kezek ezek? Irgalmas kezek, jóságos kezek, mindenható kezek. És megint nyilvánvaló, hogy tiszta, érintetlen kezek is. Ez ma nagyon fontos!

Tehát kéz-csere! Milyenek az én kezeim? Ezek is irgalmas kezek? Tiszta, érintetlen kezek? (...)

***„Neked
ajándékozom a
szívemet“***



Folytatjuk most a felvázolt gondolatmenetet és a szívünkre is alkalmazzuk. Ez a legfontosabb! Ma szívesen így szokták mondani: A személyiség magja nem az akarat, hanem az érzület, a szív. Ezért aztán miután Neked szentelem ma a kezeimet, a szemeimet; *„Neked szentelem ma a szívemet!”*

Mit jelent ez gyakorlatilag? Szív-csere! Megint ugyanazt: A Szűzanya szíve tiszta, Istenben nyugvó szív, nagy irgalmasságú szív. És én az én szegény szívemet hogyan akarom megtisztítani, finomítani? Erre egyedül teljesen képtelen vagyok. Akkor se megy, ha erkölcsileg Isten tudja mennyire, összeszedem magamat. Mégis sokkal egyszerűbben célhoz érek. Komolyan veszem a szeretetszövetséget. Akkor én is megismerek, és előbb-utóbb megélek egy nyilvánvaló szív-cserét. (...)

Könyörögje ki mindannyiunk számára ezt a kegyelmet a Szűzanya. Akkor biztosak lehetünk abban, hogy azok is mindannyian, akik egyszer majd azok nyomába akarnak lépni, akiket már a Szűzanya felvezetett a Mennyei Atya szívébe, mindannyian kivétel nélkül belátható időn belül többé-kevésbé az átalakulás ugyanezen kegyelmeit megkapják.

Magdalen Nővér tanúságtétele

Akkor Kantenich atya nagyon életszerűen szólt a szeretetszövetségről. *A Kis szentelési imát fejtegetve* egészen nyomatékosan beszélt. Ez valóban megragadta a lelkemet: *A szeretetszövetség az adományok, a feladatok és a javak cseréje.* – majd így folytatta: *Ma csak az adományok cseréjéről akar valamit mondani.* Nagyon szépen mondta, hogy mit jelent neki, amikor a *Kis szentelési imában* ezt imádkozza: *Istenanya, ma Neked ajándékozom szemeimet, füleimet, számat* – és akkor a Szűzanya válaszolja: *én is Neked ajándékozom a szemeimet, füleimet, számat.* Nagyon hangsúlyosan fejtegette, hogy mindezt olvasni lehet az előadásokban. Annyira megragadta ez a lelkemet! Arra is gondoltam itt, hogy ha most a Szűzanyának ajándékozom a tökéletlenségemet, ő pedig nekem ajándékozza önmagából ezeket, akkor nagyon gazdag ajándékot kapok. Kantenich atya aztán részletesen kifejtette, hogy mit jelent a szemek cseréje. Majd egyszer csak a kezek cseréjéről kezdett beszélni. Spontán azt gondoltam magamban, ez nincs is benne az imában. Igen, ezt

gondoltam! Ilyen az ember! - persze aztán arra is gondoltam, hogy a Kis szentelési ima tulajdonképpen mindenünk átadását jelenti; arról van szó, hogy magamat teljesen és egészen odaszentelem.

Kentenich atya kifejtése nemcsak megragadott, hanem tovább is dolgozott bennem. Azokban a napokban, amikor Kentenich atya itt volt, különleges helyzetben voltam. Tulajdonképpen egyáltalán nem is akartam elmenni az előadására, mert a vizsgaidőszak közepén voltam. Az előtte levő napokban írásbeli vizsgát tettem, és a rákövetkező hétfőn is folytatódnak a vizsgák. Természetesen azt a vasárnapot is arra akartam felhasználni, hogy belsőleg készüljek hétfőre. És akkor az ifjúságért felelős nővér ezt mondta: *Ah, örökre bántni fogod, ha nem jössz. Mert az alapítónk biztosan nem egyhamar fog újra jönni. Ha nem jössz, akkor valami egészen, nagyon fontosat elmulasztasz.*

Na jó, megfontoltam és úgy döntöttem, hogy most mégis jövök. És most ez az előadás mélyen megragadta a lelkemet. Arra gondoltam, hogy most tulajdonképpen szükségem lenne az Istenanya értelmére. Egész

konkrétan: a vizsgaidőszak közepén mennyire jó lenne, ha nekem ajándékozna az értelmét! Megkaphatja az enyémet a hiányosságokkal együtt; a félelmekkel, hogy bizonyos dolgok talán nem fognak az eszembe jutni, stb. stb. De ha nekem ajándékozza az értelmét, akkor biztosan valami jó dolog lesz a vizsgákból. Ez egzisztenciálisan, mint valami egészen fontos ügy, nagyon foglalkoztatott. Még most is emlékszem rá: ezzel a gondolattal mentem haza az előadásról. Nagyon nyugodt voltam és arra gondoltam: Szűzanya, megkötöttem a szeretetszövetséget Veled, és a *Kis szentelési imát* is sokszor elimádkoztam. A következő nap, hétfő reggel a vizsga helyszínére, nem busszal mentem, hanem gyalog (futva) tettem meg a 3 km-es utat. Ez alatt sokat imádkoztam és arra állítottam be magam: Szűzanya megkötöttem Veled a szeretetszövetséget, tulajdonképpen semmi sem történhet velem. Így aztán szuverén nyugalommal mentem be vizsgázni és minden csodálatosan jól sikerült.



Angyali üdvözlét

Az evangéliumi szakasz a Bibliában: Lk 1, 26-38

A hatodik hónapban elküldte Isten Gábrriel angyalt Galilea egyik városába, Názáretbe egy szűzhöz, aki egy Dávid házából származó férfinak, Józsefnek volt a jegyese. A szűznek Mária volt a neve. Az angyal belépett, és így szólt hozzá:

– Üdvözlégy, kegyelembe fogadott! Az Úr veled van!
a szavakra Mária megdöbbent, és azt fontolgatta, vajon mit jelenthet ez a köszöntés. Az angyal így folytatta:

– Ne félj, Mária, mert kegyelmet találtál Istennél! Íme, fogansz, és fiút szülsz, akit majd Jézusnak nevezel. Nagy lesz ő, és a Magasságos Fiának hívják majd. Az Úristen neki adja majd atyjának, Dávidnak a trónját, és uralkodni fog Jákob házán örökké, és uralmának nem lesz vége.

Mária erre ezt mondta az angyalnak:

– Hogyan lehetséges ez, mikor én férfit nem ismerek?

Az angyal így válaszolt neki:

– Szentlélek száll rád, és a Magasságos ereje árnyékozik be téged, ezért a születendő szent lesz, és Isten Fiának hívják majd. Íme, rokonod, Erzsébet is fiút fogant öregségére, és már a hatodik hónapban van. Ő, akit meddőnek tartottak. Istennek ugyanis semmi sem lehetetlen.



Mária így szólt:

– Íme, az Úr szolgálója vagyok: történjék velem szavad szerint!

Elmélkedés:

- Jézus anyja Mária, a hagyomány szerint Jóákim és Anna leánya. Dávid házából való József jegyese volt Názáretben, amikor Gábriel arkangyal hírül adta neki, hogy fiút fogan a Szentlélektől, aki népének megváltója lesz, és Jézusnak kell hívni.
- A szűz neve Mária volt.
- (“A hatodik hónapban elküldte Isten Gábriel angyalt Galilea egyik városába, Názáretbe egy szűzhez, aki egy Dávid házából származó férfinak, Józsefnek volt a jegyese.”) Názáret városában telepedtek le. Így teljesedett a próféták jövendölése: „Názáretinek fogják hívni.”
- Mária férfi nélkül a Szentlélek által fogant.
- Mária örömének az az oka, hogy az Úr különösképpen a kegyelmébe fogadta, megáldotta őt, illetve vele van.
- Jézus születésének hírül adásakor az angyal küldetésének végcélja Galilea volt. Galilea „a

pogányok Galileája”, a Szentföldnek az a része, amely tisztátalannak számított, amelyről úgy látszott, elhanyagolja Isten, ahonnan „soha próféta ki nem került”.

- Jézus születésének hírül adásáról háromszor beszél az angyal, háromszor felel Mária. Háromszor tudjuk meg, mi Isten szándéka Máriával.
- A Bibliában háromszor halljuk, hogyan viselkedik Mária az angyal ajánlatával szemben:
 - Először az angyal megjelenik Máriának, a Bibliában: (28 Az angyal belépett, és így szólt hozzá) hírül adja a Messiás születését (32 Nagy lesz ő, és a Magasságos Fiának hívják majd).
 - Másodszor az Úristen neki adja majd atyjának, Dávidnak a trónját, (33 és uralkodni fog Jákob házán örökké, és uralmának nem lesz vége.)
 - Harmadszor az angyal kinyilvánítja a szűzi fogantatást. (31 Íme, fogansz, és fiút szülsz, akit majd Jézusnak nevezel.)

- Miután Mária ilyen óriási hírt kap, nem magával kezd foglalkozni, hanem hosszú útra indul, hogy megoszthassa ezt az örömhírt unokatestvérével, Erzsébettel, ezzel is megmutatva nagyvonalúságát és törődését.
- Ugyanígy van a mi életünkben is: Mária meg akarja osztani velünk Szent Fiának és az örök életnek az örömét! Át tud törni életünk nehézségein és összeviSSzaságán, és el tud vezetni minket Jézushoz. Megtanít minket járni, mint a kisgyermeket, újra és újra felsegít, ha elestünk.
- Mivel Mária bűn nélkül való, azt hisszük, hogy megítéli, amit teszünk és megvetéssel tekint a bűneinkre. Mária velünk van életünk legsötétebb eseményeiben. Ő lehet a fény, aki hazavezet minket. Szent Ágoston azt mondja, hogy Mária olyan, mint a hold, aki visszatükrözi a Nap (Krisztus) fényét, ő a mi fényünk a sötétségben. Máriára tekinthetünk, amikor a túlságosan ragyogó Napra nem tudunk ránézni.
- Máriát a bűnösök menedékének is szoktuk nevezni, mert ahogy minden jó anya, ő is segíteni

akar, hogy túljussunk életünk sötét szakaszain és hazaérjünk az ő Szent Fia kegyelmébe.

- Az angyal így szólt: „Íme, fogansz, és fiút szülsz, akit majd Jézusnak nevezel.” Isten szabja meg a gyermek nevét, hogy Jézusnak kell, majd hívni. De a nevet Mária adja majd a gyermeknek. A Jézus név jelentését az angyal nem mondja meg Máriának.
- Mária kérdése az angyaltól, hogy „Hogyan lehetséges ez, mikor én férfit nem ismerek?”. Mária kérdése világosan mutatja, hogy emberileg lehetetlen egyesíteni az anyaságot a szüzességgel.
- Az angyali üdvözlétből Mária megtudta, hogy anya lesz. Mária kérdése, hogy „férfit nem ismerek” egyben bevezetője a titok isteni magyarázatának.
- Az angyal így szólt Máriához: „A Szentlélek száll rád”- Isten ereje, nem emberi erő kelt életet Mária méhében. A Szentlélek életadó és rendező erő. A Lélek Isten teremtő ereje, az ad életet Jézusnak. Krisztus apa nélküli, szüzi foganása Isten teremtő szabadságának legfelsőbb megnyilvánulása.

- A magasságos Lelke és ereje által bekövetkező fogadás arra utal, hogy Jézus, a születendő, szent, Isten Fia. Jézust szentnek nevezik.
- Mária válasza az angyalnak: „Íme, az Úr szolgálója vagyok: történjék velem szavad szerint!” – Az angyal átadta Isten üzenetét, megnyugtatta Máriát, felkínálta a jelet – most választ vár. Mária felismerte az üzenetből Isten akaratát. Mint az Úr szolgálója, teljesíti ezt az akaratot. Isten akarata a mindene.
- Amikor Mária kifejezést ad engedelmességének, az angyal küldetése befejeződött. Az evangélium nem mondja el, hogyan történik a fogadás.

Kérdések:

1. Most odalép hozzád Gábrriel angyal. Hogyan fogadod őt? Fel vagy készülve a vele való találkozásra?
2. Mit jelent Neked, hogy Gábrriel angyal első köszöntése Máriához („Üdvözlégy, kegyelembe fogadott!”) az örömről szól?
3. Mit jelent ez a számodra: „Ne félj!”?

4. Igent tudnál mondani Gábrriel angyalnak úgy, ahogyan Mária? („Történjék velem szavad szerint!”)
5. Mennyire irigylésre méltó Mária határozottsága. Mai nyelven úgy fogalmaznánk, hogy bevállalós csaj volt. Vállalta a gyermeket, mellyel az Isten megajándékozta, mert tudta, hogy a küldetés, a meghívás ajándék. Te Mária helyében vállalnád-e a „gyermeket”, elfogadnád-e a meghívást?
6. Mária felismerte az üzenetből Isten akaratát. Mint az Úr szolgálója, teljesíti ezt az akaratot. Isten akarata a mindene. Mi érint meg leginkább Mária személyiségében? Mit tanulsz tőle? Neked is Isten akarata a mindened?
7. ...Istennek semmi sem lehetetlen... El tudom ezt hinni olyankor is, amikor a saját életemben szembesülök megoldhatatlannak látszó problémákkal?
8. A szeretetszövetség által a hétköznapiakban Máriára mered magad bízni?

Hétköznapi szentté válni

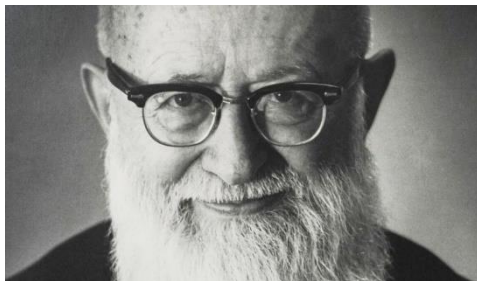
„Ma Jézus, aki az út, arra hív téged, téged és téged, hogy hagyj nyomot a történelemben. Ő, aki az élet, arra hív, hogy hagyj nyomot, amely élettel tölti meg történelmedet és mások történelmét. Ő, aki az igazság, arra hív téged, hogy hagyd el az elkülönülés, a megosztottság, az értelmetlenség útjait. Benne vagy? Benne vagy? Miként válaszolnak – szeretném látni – a te kezeid és lábaid az Úrnak, aki út, igazság és élet? Benne vagy? „

/Ferenc Pápa/





Kentenich atya élete – film



Kérdések a filmhez:

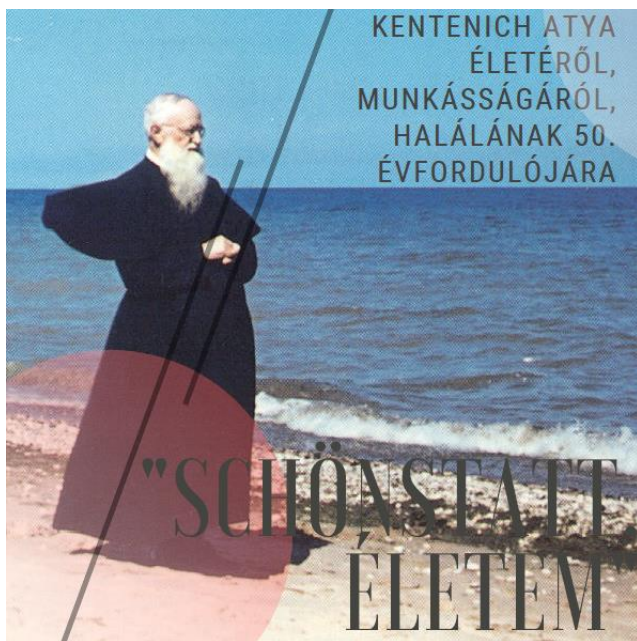
1. Fel mered fedezni az ismeretlent?
2. Isten hív Téged egy ismeretlen útra. Elég bátor vagy ahhoz, hogy Istennel menj ezen az ismeretlen úton?
3. Mi az én küldetésem?
4. Mi a Magyar Schönstatt Lánymozgalom küldetése?
5. Gondolj bele, hogy Te ülsz Kentenich atyával szembe az összentélyben 1914. október 18-án! Milyen érzés van Benned?
6. Mit üzen Neked ez a mondat: „A Szűzanya személyén keresztül Isten tekintete találja szíven őt”?
7. Mit jelent ez számodra: „Semmit Nélküled, Semmit Nélkülem.”?



Gondolataidnak



Kentenich atya hangoskönyv





Neked teszem

Élet a korsóval

*A szeretetszövetség élete – hozzájárulások a kegyelmi
tőkéhez*

„Semmit nélkülünk“.

Amikor találkozunk a schönstatti Szűzanyával, kéri tőlünk, hogy ajándékozzuk neki áldozatainkat és imáinkat. Ezáltal az Úrral jobb és mélyebb kapcsolatunk lesz és a hozzájárulásaink által testvéreinket hazavezethetjük a Mennyei Atyához.

A Szűzanyával való együttműködésünk döntő ismérve a szeretet. Engedjük, hogy minden tettünk szeretetté váljon; szeretetté az emberek és Krisztus iránt. Ez vonatkozik a munkánkra. Egész egyszerűen mondjuk a Szűzanyának,

vagy az Úrnak: *"Ezt Neked teszem."* Ebben az egyszerű életfolyamatban megváltozik számunkra a világ. A munkánk szeretetté válik.

Ugyanúgy járunk el a szenvedésben. Életünk sebei így szeretetté válnak. Saját tevékenységünk ilyen új szemlélete által bizonyos éberségre teszünk szert: Hol hív bennünket Isten, hogy tegyünk valamit, ami Neki örömet okoz? (*Tilman Beller in: Novene zum Christusjahr*)

A mindennapok apró fáradságainak értelmet adunk

A jámborságnak egy ma talán kevésbé gyakorolt, de nemrég még nagyon elterjedt módja volt az a gondolat, hogy a mindennapok apró fáradságait, melyek állandóan ismétlődnek, s többé-kevésbé tűszúrásként érnek minket, „föl lehet ajánlani”, s ezáltal értelmet nyernek. Ebben a jámborsági formában bizonyosan voltak túlzások és helytelenségek, de föl kell tennünk a kérdést, hogy nincs-e benne valami lényeges és segítő mozzanat. Mit jelenthet ez: „fölajánlani”? Ezek az emberek meg voltak győződve arról, hogy kicsi vesződéseiket hozzáadhatják Krisztus nagy együtt-szenvedéséhez, úgy, hogy hozzájárulnak valamilyen formában az együtt-szenvedés kincstárához

melyre, annyira szüksége van az emberiségnek. Így a mindennapok apró kellemetlenségei is értelmet nyerhettek, és hozzájárulhattak a jó és a szeretet ökonómiájához az emberiségben. Azt is megkérdézhetjük, hogy vajon ez a jámborsági gyakorlat nem lehetne-e számunkra ismét egy értelmes lehetőség.

(XVI.

Benedek pápa: *"Spe salvi"* /40)

Az „aranycsinálás” művészete

Lelki napirendünk már nagyon korán az MTA kegyelmi tökéjéhez való hozzájárulás formáját öltötte. A hozzájárulások által az MTA rendelkezésére bocsátottuk jó dolgaink érdemeit és egyre jobban a személyiségünket, teljes lényünket és életünket fenntartás nélkül schönstatti műve és működése számára.

J. Kentenich in: Marianische Werkzeugsfrömmigkeit/223

f

Nemde milyen nagyon szép, ha így beszélek: *Háziasszony vagyok, minden, amit csinálnom kell, apró dolog. A világ nem tud róla semmit. Mit csinállok? Főzök, gondoskodom róla, hogy a férjem gyomra megfelelően megteljen. Takarítok, mosok, alkalmazkodok és dolgozok odakint. Csupa kis dolog! Igen, és most így kell sugárzó emberré válnom!*

Nézzék, csak bele kell állítanom a nagy összefüggésekbe ezeket a kis dolgokat. Tudják, amit a kegyelmi tőkéről mondtunk, az tulajdonképpen az *aranycsinálás művészete*... Mennyire értékes lesz így az én kis hétköznapi életem!

J. Kantenich 08.09.1958



Tekinteted megerősít
Isten gondviselése vezet bennünket – a
szemek cseréje

Részlet a Bibliából, Tóbiás történetéből (Tóbiás.
11, 1-19)

Üssük csak fel egyszer a Szentírást. A fiatal Tóbiást egy angyal kézenfogta és elvezette távoli rokonaikhoz. Egy bizonyos idő eltelte után már vissza kellett érkezniük. Anyja várta haza. Nagyon jól el tudjuk képzelni, amit a Szentírás néhány sorban felvázol: Anyjának nem volt nyugta. Újra és újra kiment a házból, felment mindig újra a közeli dombra egyszer, kétszer, háromszor. Milyen okból? Nézett, nézett és nézett, hogy a gyermeke, a fia mikor jön már haza.

„*Fordítsd felénk irgalmas szemeidet!*“ Értsék meg, kérem, hogy mit jelent ez! Azáltal hogy a szemeimet a Szűzanyának ajándékozom, ő is nekünk ajándékozza irgalmas szemeit. Nem is kell ezt külön kérnem, egyszerűen hozzátartozik az ő természetéhez. Az égből

mindig rám néznek irgalmas, jóságos szemei. A szemek cseréje.

J. Kentenich, 22.01.1967

Bizalom az aggodalmak idején - kéz-csere.

Részlet a Bibliából Mt 8, 23-27

"Neked szentelem a kezeimet is".

Emlékezzünk ismét a Biblia egy jelenetére ezúttal az Újszövetségi Szentírásból: Péter apostol vízenjárására. Amikor Péter felfogta, hogy az Úr az, aki itt a vízen jár, azonnal kiugrott a csónakból. Ilyen erős volt a szeretete, az Úrért lángoló szíve. De aztán hirtelen kételkedni kezdett és ezért hirtelen süllyedni kezdett. Ezért kiáltott: „Uram, ments meg, mert elveszek!” (lásd Mt 14,30; és Mt 8,25)

Alkalmazzuk a jelenetet a hétköznapi életünkre! Meg kell állapítanunk, hogy egész életünk olyan, mint egy rettenetesen kemény és erős tengeri vihar zűrzavara. Tengeri vihar veszély veszély hátán! Csapások és pusztulás fenyeget minden felől főleg a mai időkben. Egy olyan időben, amit szívesen így jellemeznek: pluralista

társadalmi rend , melyben valamennyi áramlat, a legélesebben ellentétes áramlatok hatnak ránk. Nincsenek biztosan álló falak, meztelenül állunk minden szellemi áramlattal szemben... Így úszunk az árral, egy veszélyes áramlattal. Lépten-nyomon féltenünk kell magunkat, gyermekeinket, és gyermeink gyermekeit. Mikor sikoltunk fel mi is: Uram, segíts, mert elveszek?!

Úgy vélem, hogy szabad ezt mondanunk, a szeretetszövetség által nem csak a szemek cseréje, hanem a kezek cseréje is megvalósul. Mit akar ez jelenteni? A közbenjáró mindenhatóságának erejével a Szűzanya kinyújtja felénk kezeit minden ilyen helyzetben. Miért nyújtja felénk kezeit, miről akar gondoskodni? Arról, hogy a szélvihar elvonuljon, hogy ne pusztuljunk bele; hogy kezei által jobban megragadjuk az Üdvözítő kezeit, a Szentháromságos Isten kezeit.

J.

Kentenich, 22.01.1967



A ceruza meséje

A gyermek nézte a nagyapját amint levelet ír. Egy adott pillanatban megkérdezte tőle: - Olyan mesét írsz, ami velünk megtörtént? Vagy talán egy rólam szóló történetet írsz? Nagyapja, félbe hagyta az írást, és mosolyogva ezt mondta unokájának: - Igaz, rólad írok. Azonban a szavaknál fontosabb a ceruza, amivel írok. Szeretném, ha ilyen lennél te is, amikor megnősz. A gyermek értetlenkedve nézte a ceruzát, mivel semmi különösét nem látott rajta.

- De ez olyan, mint az összes többi ceruza, amit életemben láttam!

- Minden attól függ, hogyan nézed a dolgokat. A ceruzának öt értéke van, amit ha sikerül megtartanunk, olyan emberré válunk, aki egész életében békében fog élni a világgal.

A ceruzának öt értéke van, amit ha sikerül megtartanunk, olyan emberré válunk, aki egész életében békében fog élni a világgal.

Első érték: Tehetsz nagy dolgokat, de soha nem feledd, hogy létezik, egy lépteinket vezető Kéz. Ezt a kezet Istennek nevezzük, és Ő vezet mindig kívánsága szerint minket.

A második érték: Időnként abba kell hagynom az írást, hogy meghegyezzem a ceruzát. Ez kevés fájdalmat okoz a ceruzának, azonban végül élesebb lesz. Tehát el kell tudnod viselni a fájdalmakat, mivel ezek tesznek jobbbá téged.

A harmadik érték: A ceruza megengedi nekünk a radír használatát, hogy kitöröljük azt, ami téves. Meg kell értened azt, hogy kijavítani egy dolgot, nem jelent feltétlenül rosszat, a legfontosabb az, hogy megmaradjunk az igaz/egyenes úton.

A negyedik érték: A ceruzának nem a fája vagy külső formája a fontos, hanem a benne lévő grafit. Ugyanígy gondold azt, ami benned történik.

Az ötödik érték: mindig nyomot hagy. Neked is tudnod kell, hogy bármit teszel is életedben, nyomokat fog hagyni, ezért meg kell próbálnod minden tettetted tudatosítani.

/Paulo Coelho/



Hétköznapi szentté válni! – Hogyan
élem meg Schönstatt kegyelmét a
hétköznapokban?

Schönstattos édesanyáktól, lányoktól írás Nektek!



A szeretetszövetséget megélni a
mindennapokban nem könnyű. Ahogyan egy
ünnepet, például a húsvétot sem egyszerű a
hétköznapokból kiszakadva igazán mélyen átélni. Sok a
munka, kötelezettség, s mire odaér az ember, hogy akkor
most, ebben a Szent Három Napban éljem meg Krisztus
feltámadását, sokszor másra sem vágyunk, minthogy
aludjunk és együnk egy jót. Velem is ez szokott általában
történni.

Ebben az évben azonban egy szentgyónás hatására
életem legmélyebb húsvétját éltem meg. A felhők között
éreztem magam. Azt éreztem, hogy az istenkapcsolatom,
a szeretetszövetségem a fellegekben, pont ott, ahol lenniük
kell. Bele tudtam tenni azokat a dolgokat, amiket igazán
szerettem volna, odafigyelve, kiimádkozva. Cserébe pedig
olyan béke és öröm öntötte el a szívemet, amire régóta
vártam. Az apró örömekért való hálaadás, az egymásra

figyelés, azok, amik máskor nehezebbek voltak, most természetessé váltak.

Majd húsvét keddjén meghalt a nagybátyám. Aki egyben a keresztapukám is. A rövid, de annál intenzívebb természetes érzés helyett most a sírás, a „miért?!”, és a gyász lett a természetes itthon.

Mégis, az az intenzív élmény elkísért.

Megtalálni azt, amiért hálások tudunk lenni egy ilyen helyzetben. Például a hit -az egész család hite- abban, hogy ő már a Jóistennél van. Hiszen lehet ennél jobb helyen lenni?!

Egymásra odafigyelni egy ilyen helyzetben. Megölelni, meghallgatni, felemelni, jelen lenni. A legkisebb, de az Isten szemében talán a legfontosabb dolgok.

Megtalálni a békét egy ilyen helyzetben. Egy szentmise, beszélgetés barátokkal, biciklizés, idő.

Idő. Azt hiszem, ez teszi az embert hétköznapi szentté. Időt szánni azokra a dolgokra, ami fontos nekünk. Feltenni a kérdéseinket Istennek, és időt adni, hogy Ő megválaszolja azokat. Mindeközben pedig megtenni azt, ami a mi szemünkben talán kevés, talán nincs erőnk épp,

talán a hátunk közepére sem kívánjuk. De mégis. Isten szemében ez a legtöbb.



Schönstattot gyerekként ismertem meg, beleszülettem. Bár akkor többnyire csak az óbudavári bandázást jelentette. Majd később a lánytáborokat. De igazán a Portréningben került közel hozzám. A Szívlelőkkal Schönstattban kötöttem szeretetszövetséget, majd az Armadával szintén Schönstattban mélyítettem el. Szűzanyával való kapcsolatom egyre bensőségebbé vált, melynek alapját jelentette és jelenti a lelki napirend. Nemcsak azért, mert a napi rendszeres imádság élteni az embert és egyengeti útjait, hanem mert újra és újra rájövök, hogy milyen esendő is vagyok, mennyire el tud laposodni az az imádság, és a hatalmas lendület eltörpül, és valahol a szakadék mélyén újra rám talál a Szűzanya és a Jóistenhez vezet.



Én úgy hiszem, egyik kor sem bűnösebb, elvadultabb, kegyetlenebb, mint a másik. Ugyanúgy csodaszép, varázslatos, ám egyben fájdalmas és

nehéz. Talán mindannyiunk élete is ilyen. Egyszerre eltelve boldogsággal és belső gyötrődéssel. Fontos emlékeznünk múltbéli szentjeinkre, mártírokra, hősi tettekre és csodás eseményekre, hisz mindezek valahol időtlenek, példát adhatnak. Én azonban mégis úgy érzem, talán lényegesebb arra emlékeznünk, hogy ők is ugyanúgy küzdöttek, éltek egy világban, amiben egyszerre rengeteg gyönyörűség, öröm és rengeteg nehézség érte őket. Ők is gyakorta elvesztették, majd megtalálták hitüket, féltek, reméltek és csalódtak. Vétkeztek, ahogy minden ember, majd megbánták, de mégis újból bűnbe estek... Hiszen szerintem a szentté válás nem a büntelenségből, különleges életmódból, földi életünk lekicsinyléséből áll. A szentség valójában mindenkiben benne van, emberségünkből fakadóan. Ám azért, hogy ezt a szentséget valójában életünk részévé tegyük, nap, mint nap tudatosan is formálnunk kell önmagunkat, életünket és világunkat.

Én úgy vélem, a hétköznapi szent igazából az, aki képes erre a változásra. Képesé válik arra, hogy felfelé tekintsen, észrevegye a másik dimenziót is, hogy az életet ne részleteiben, hanem a maga végtelenségében élje. Talán

a legfőbb pedig, hogy szeresse azt az életet, azt a kort, amibe született. Így ebből a szeretetből formálhassa világunkat, küzdhessen, harcolhasson az igazságért. Vagyis ember legyen, mint akárki más, de mégis egyben különbözzön, hiszen ő valójában felfelé is tekint.



Hétköznapi szentté válni!

A Schönstattiság fogalma a hétköznapijaim meghatározó mércéje. Célom a Szűzanyához vezetni a szíveket. Ebben szeretnék nap, mint nap a Szűzanya eszköze lenni, hogy a fiatal lányoknak megmutathassuk milyen kinyitni a szívünket, hogy be tudjuk fogadni a Szűzanyát. Szeretném mindenkinek elmondani, ha a szívünkbe fogadjuk a Szűzanyát, meghívjuk Jézust is, és ők soha többé egy pillanatra sem hagynak magunkra. Mindig vigyáznak ránk, óvnak minket. Néha küzdenünk kell, máskor kitartanunk. Sokszor van olyan, ami fáj, ami nehéz. Amikor inkább elmenekülnénk, elbújnánk. A Szűzanya ilyenkor is ott áll, fogja a kezünket, a fülünkbe súgja: itt vagyok melletted! És elég erőt ad, hogy megküzdjük a harcunkat. Megerősít minket, tanít minket a fájdalommal, a nehézségekkel, olykor a kudarccokkal is.

És ha felállunk, győzünk, és kisüt a nap, a béke ölelésében tudjuk folytatni az utunkat a Szűzanyával kézen fogva. Tovább szeretném adni a lányainknak, akiket vezetünk, akiket a szívünkben hordozunk, a közös munka a Szűzanyával a legcsodálatosabb dolog. Az az érzés, hogy Ő minden pillanatban velem van, ez hatalmas ajándék, és kimeríthetetlen erőforrás. Bátorítalak titeket, hogy ne féljeteK szabadon a Szűzanya eszközei lenni. Mindannyiunknak más az útja, a küldetése, de a Szűzanyában bízva, vele együtt haladva hatalmas és csodálatos dolgokra vagyunk képesek. A Szűzanya erejéből, a Szűzanyáért, és a gyermekeiért. Egymásért.



Hogyan élek a Szűzanyával?

Nem is olyan régen a lelkipapjammal beszélgettem, és mondtam neki, hogy már szégyellem, hogy mindennel a Szűzanyát zargatom. Erre ő így biztatott: „Szólítsd meg bátran, ezt várja. Ő most már ráér!”

Szóval ezzel a „ráérős” Szűzanyával sokat beszélgetek, rábízom például nap, mint nap a gyerekeinket. Azt

szoktam mondani: „Szűzanya, én csak az utcasarokig látom őket, nem tudok rájuk elég jól vigyázni... Segíts!” És a Szűzanya tényleg jelen van, segít a legegyszerűbb helyzetekben is: Parkolnom kellett (volna) egy nagyon forgalmas helyen. Sok autó, sok ideges sofőr – és én – az ebben a témában meglehetősen rutintalan háziasszony. Fohászkodtam: „Szűzanya, a te csacsikádnak nem kellett parkolóhely a kútnál, amikor vízért mentél... Segíts, hogy az én soklóerős csacsikám most találjon helyet! Az eredmény: éppen akkor állt ki egy nagy mikrobusz, így kényelmes helyem lett – és az autót sem koccantottam oda...

És mit adok én?

Minden reggel az első közös imádságunk a férjemmel a szentelési ima:

*„Úrnőm és Anyám, egészen fölajánlom magamat Neked.
Odaadásom tanúsítására ma Neked szentelem szememet,
fülemet, számat, szívemet és egész lényemet.*

*Mivel tehát a Tied vagyok, jó Anyám, őrizd meg engem és
oltalmazz, mint birtokodat és tulajdonodat. Ámen”*

Bármilyen régóta mondjuk, minden reggel újra és újra nagyon súlyosak ezek a szavak.

És ezzel az imádsággal odaadom a napomat, az örömöket és a nehézségeket is. Érzem, a korsó még nincs tele...



A romokból új élet fakad

Középiskolás voltam, amikor a kilencvenes évek legelején Acquilla Nővérnél Pilisszentlélek falucskában jöttünk össze schönstatti lánytáborba néhányan. A nővér szép csokor lányt gyűjtött össze, hogy elhintse magját a Magyarországi Schönstatti Lánymozgalomnak, amely évekkel később virágba is borult. (Virág Orsi□)

Az első nyári lelki napoknak a témája ez volt: a romokból új élet fakad. Kimentünk a közeli rétre, ahol kötörmelékek közé, egykori kőfal tövében telepedtünk le. Acquilla Nővér mutatta a kopár kőfalat, s a kövek között virító gyönyörű virágokat. A romokból új élet fakad. Milyen egyszerű bizonyítéka ez a Teremtő erejének!

Ekkor hallottam először a vallendari romos kápolnáról, amely Schönstatti Összentély lett Kentenich Atya és a papnövendékek által felújítva.

Acquilla Nővér mindig mosolygott és nagyon-nagyon finom ételekkel kínált minket. Rengeteget nevettünk!

Ez a kis lánycsapat 1991. augusztusában Acquilla Nővér vezetésével felkerekedett: úticélunk Schönstatt volt. Az út meglehetősen kalandosra sikeredett: átszállások, éneklés-gitározás a vonaton, bizonyos járművek lekésése, stoppolás- de végül mindannyian megérkeztünk a Schönstatti Lánymozgalom 60. Jubileumi Ünnepségére.

Ennyi vidám, hívő fiataalt, ilyen sok országból itt láttam először. Volt egy része az ünnepségnek, amikor minden nemzet megmutatta magát – mi magyarok boldogan vittük középre a magyar színekből álló csokrot.

Számomra felejthetetlen élmény volt ez a hét, a sok nővérrel, akik a schönstatti dombokon „száguldoztak”, s mindig le lehetett stoppolni őket, ha kicsit messzebbre szerettünk volna eljutni.

Voltunk az Összentélyben, a közösségi helyiségekben, minden nővér kényeztetett bennünket, nagyokat sétáltunk és folyton nevettünk.

Azóta 30 év telt el. Feleségként, édesanyaként és háziasszonyként naponta tapasztalom meg ezt a legelső schönstatti élményt – a romokból fakadó új életet. A konyhában és a mosógép mellett is elhelyeztem egy-egy schönstatti Mária-képet: a mosogatnivalók romjaiból

tiszta tányér és szépen terített asztal lesz. A szennyestől tiszta ruha, ünnepi viselet varázsolódik. Semmit Nélkül- semmit nélkülünk- a Szűzanya velem főz, velem mosogat, velem válogatja a szennyest, velem tereget, érzem! Nem láttam még olyan festményt, amin a Szűzanya éppen házimunkát végzett volna- de sokszor ezzel az oldalával tudok legjobban azonosulni, s ez erőt, lelkesedést ad.

A Lánymozgalomból a Családmozgalomba kerültem férjemmel 1999-ben. Nagy öröm, hogy gyermekeink aktív tagjai a jelen Schönstattjának!

(Remélem, a 120 éves jubileumra az unokáim írnak majd ☺).



Igent mondok a Szűzanyával

A Szűzanya Istennel élt. És a furcsa és váratlan kérésre azonnal igent mondott. Talán nem szentségtörés, ha kicsit fantáziálok, és Tilmann atya szavaival azt mondom: Ő ilyen típus. Ő egy ilyen erős odaadó típusú lány volt. Hát én nem odaadó típus vagyok. Először általában nemet mondok. Megvannak a terveim, és beosztom az időmet. Szeretem magam beosztani. Sok a dolgom. Mindig sok a dolgom. És ha valaki hirtelen és

váratlan kéréssel áll elő, zsigerből nemet mondok. Mert én nagyon-nagyon elfoglalt vagyok. Kitalálom magam, hogy a másinak mire van szüksége: a férjemnek, a gyerekeimnek, a szüleimnek, az öreg néninek és a kis cigány gyereknek, akiket segítek. Elébe megyek a dolgoknak, és megteszem, ami tőlem telik. Tudom, mit csinállok. Ezért a kérések teljesítése nem fér bele az életembe. – Ez így levezetve az általános képlet: az első reakció. Aztán, mint az a fiú, aki apjának azt mondta, hogy nem megy ki a szőlőbe, én is gondolkodni kezdek, újratervezek, mérgeledök ugyan magamban (vagy nem magamban) egy sort, de egyszer csak elkezdek örülni a feladatnak. Valaki rám számít, valaki éppen engem kért meg, valakinek fontos vagyok. Persze, hogy megteszem. Még egy kis gondolkodás, és megvan az új terv, hogy hogyan fogom a kérést teljesíteni. Nem vagyok már egészen fiatal, 56 éves nagymama – de furcsa! -, de ebben a kérdésben nagyon nehezen változok. Régóta küzdök vele. Hiszen nem lenne egyszerűbb azonnal igent mondani? Mára eljutottam odáig, hogy gyakran legalább „nem” helyett azt válaszolom, hogy átgondolom a dolgot. Mondhatom, hogy sokat imádkozom. Törekszem az

Istennel lenni. Rábízni a szeretteimet, a dolgaimat. Felajánlani az életemet. Ám amikor a helyzet fokozódik, akkor nem mindig ismerem fel, hogy Ő az, aki kér valamit. Valami váratlant, valami extrát, valamit, ami nehéz, valamit, amihez nem fűlik a fogam. Arra is rájöttem az idők során, hogy amolyan lassú típus vagyok, olyan, aki nem tud hirtelen jól reagálni. Újra meg újra át kell gondolnom a dolgokat, és akkor megszületik a megoldás. Manapság ezt igyekszem gyakorolni: tudatosítom, hogy az idő nem az enyém. Nyitott szívvel és füllel igyekszem meghallani minden nekem szóló kérdésben a Szűzanya biztatását: „tegyetek, meg mindent, amit mond!” Szövetséget kötöttem Vele. Vele akarom járni az utamat. Újra meg újra nekiveselkedek. Minden reggel, minden hónapban, minden évben. Remélem, hogy ha lassan is, de az utam felfelé vezet. És egyszer csak azt fogom észrevenni: már csak azt lesem, mikor érkezik váratlan kérdés, hogy igent mondhassak.



Nekem az tetszik a schönstatti lelkiségben, hogy a teológiai igazságokat, az Egyház tanítását összeköti a hétköznapi élettel. Például ilyen nagy

igazságok ezek: "aki követni akar, engem vegye fel keresztjét minden nap..."(Mt 16,24.), vagy "testemben kiegészítem, ami Krisztus szenvedéséből hiányzik, testének az egyháznak javára" (Kol 1, 24)

Mit jelent ez nekem minden nap? Először is azt, hogy mindennek van értelme, még azoknak az erőfeszítéseknek és feladatoknak is, amelyeknek semmi látszatja nincs, vagy teljesen láthatatlan az eredménye. Egy otthon dolgozó anya napjai monotonok, és a rendrakás, főzés, kiömlött kakaó-feltakarítás háromszögében még sziszifuszinak is mondhatóak.

Amikor kicsit voltak a gyerekeim, az volt az egyik elhatározásom, hogy minden nap, ha esik, ha fűj, kiviszem őket a kertbe, vagy sétálni. Voltak napok, hogy nagyon nehéz volt ezt betartanom, de a gyerekeim erősödő immunrendszere, és az elegendő mozgás miatti erőnléte napról napra gyarapodott ezáltal. Így vagyunk az imaélettel és a lelki előrehaladással is. A mindennapi nehezűnkre eső tettek, áldozatok meghozzák a gyümölcsöt.

A mindennapi elhatározások, a lelki napirend egy "lelki edzésterv", amelyet rugalmasan alakíthatok az aktuális

élethelyzetemhez, úgy , hogy mindig egy kicsit kihívást jelentsen, de mégis reálisan megvalósítható legyen a számomra.

Amikor pedig kudarcot vallok, veszteség, fájdalom ér, akkor azt a "kegyelmi tőkébe", a korszóba helyezhetem, és így értékes kegyelmi adomány lesz belőle. Semmi nem vész kárba, mindennek van értelme.

Azt is Óbudaváron hallom sokszor, hogy a "szentség útja minden nap újakezdeni." Mindig csak az aznapot kell minél több szeretettel megoldani, megtölteni, erre koncentrálni. A napok pedig szépen egymásra épülnek.



Miben kötődöm Schönstatthoz?

Két szálon szeretném elmesélni. Az egyik egy schönstatti Mária-képhez kötődik, a másik Erika nénihez.

Van egy láthatatlan szál, ami már gyerekkoromban ide kötött. Ez egy schönstatti Mária kép, ami ma a háziszentélyünk központi eleme. Nagymamámék lakásában „csak” mint egyszerű Mária-kép lógott a falon. Nem tudták, mihez kötődik. Sőt, amikor készült a kép (1914-ben), akkor sem kötötték még Schönstatthoz. Én

sem tudtam gyerekként ezt a kötődést, és amikor már sok éve kapcsolatban voltam Óbudavárral és Schönstattal, akkor döbrentünk rá a férjemmel, hogy ez a kép a Háromszor Csodálatos Anyát ábrázolja. Az évek során megörökölték a szüleim (bár ők a sarokban tartották), majd megörököltük mi a férjemmel. Most a háziszentélyünk központja.

A másik Erika néni, aki a hittan tanárom lett kisgyerekkoromban Budapesten. Amikor iskolás lettem, szüleim beíratlak hittanra a plébániára. Erika nénihez kerültem. Az évek során kialakult bennem egy olyan vonzódás felé, ami kislányként meghatározó volt! A mindennapos, esti imámban, mikor felsoroltam, kikért imádkozom, a családtagjaim után Erika nénit és családját soroltam. Ha példaképemet kellett említeni, akkor is Erika néni jutott eszembe elsőként! Néhány év múlva elköltöztek Budaörsre, így egy ideig nem találkoztam vele, és a családjával. Gimnáziumba viszont pont oda jártam, ahol Karcsi, Erika férje volt tanár. Bár engem nem tanított, egy szünetben bejött hozzánk, és „gyerekvigyázó lányokat” keresett. Na és itt kezdődött „gyermeki vonzódásom” Óbudavárhoz! Akkor még Schönstattból és

a lelkeségből nem sokat tapasztaltam. Engem az ott megismert CSALÁDOK vonzottak! Olyan házaspárok, akik figyeltek egymásra és a gyerekeikre!

Alkalmanként kicsit mostoha körülmények között voltak a gyerekvigyázók elszállásolva, így a barátnőim lemorzsolódtak. Belém viszont belémégtek az első mondatok, amiket a családoktól itt-ott véletlenül meghallottam: „nagyinak látni a házastársamat”, „fáradt ember nem tud szeretni”, „szentté akarunk válni”, „megöleljük a kaktuszt”.

Megismertem Róbert bácsit, Rita nénit, aki jelentéktelen gyerekvigyázó személyemre név szerint emlékezett évek után is! Megismertem Virágh Orsit, akivel elkezdődött a lánytáborok „végeláthatatlan” sora! Az egyik lánytábor után kislány csoportot alapítottunk, amely több éven át összefogta a kislányokat Budapest-Budaörs környékén, majd Szentendrén. Nagyon egyszerű találkozók voltak. A neve is egyszerű (ma már megmosolyogtat) PÖTYI (poénos öreg tyúkok intézete) :) Közös ima, rövid beszélgetés egy-egy lelki témáról, kézműveskedés, majd közös étkezés annál a családnál, ahol találkoztunk. Mégis Schönstatthoz kötődtünk ezáltal,

és a Szűz Anyához! Találkoztam azóta az egyik „kislánnyal” a csoportból, komoly felnőtt, aki házasságra készül, és úgy említette a közös találkozóinkat, mint a lelki életének fontos mérföldkövét.

Ezekben az években kétszer is részt vehettem Kahlenbergen (Bécs) lánytáborban, majd Aquila nővér lánytáborában Pilisszentléleken. Mély barátság alakult Virágh Orsival, Kocsispéter Edittel, Gregorich Zsófiával, és Kovács Veronikával. Mi lettünk az elkövetkezendő évek kislánytáborainak (9-12 éves) szervezői.

Szeretetszövetséget csak sok évvel később, már több gyermekes anyukaként kötöttem a férjemmel együtt!

A házasságom erősödését, gyerekeimhez való kapcsolatomat mind Schönstatt által megélt lelkiéletem táplálja. Rita néni írja az Oázisban (2021/1):

Schönstatt erőforrás, ami fölfelé emel!



Valamiért, valakiért élni, számomra a boldogság kulcsa. Talán 16 éves voltam, mikor egy ihletett pillanatban szentmiséről jövet a Szent Imre

templom lépcsőin fogva tartott egy gondolat: „Soha nem lehetek boldogtalan, ha másokért akarok élni...”

Aztán férjhez menvén és hét lányunkat nevelvén ezt hétköznapi szinten is megtapasztalhattam, aprópénzre válthattam.

Közben 1991-ben ismerkedtem meg a schönstatti lelkeséggel, ahol mindehhez ajándékba kaptam két fontos „jelzőtáblát”:

* A szeretet fájhat

* A jó házasság nem szerencse dolga, hanem két ember megfeszített munkájának gyümölcse...

Ennyit bevezetésül, de hol van ebben a lánymozgalom? Gódány Rita személyesen kért meg több, mint 26 évvel ezelőtt, hogy Horváth Mariann-nal összefogva hozzunk létre lánytábort a családok gyerekei számára. Az első két tábor Sümegen volt, majd Fonyban, utána még ezer más helyszínen, de akkor már átadtam a stafétát másoknak. Az első táborból egy kis jelenet:

Két nagycsaládos apuka beszélget az autója mellett hazafelé vivén a lányokat. Mennyi idős? Kérdi egyikük. -

19 - válaszol másukuk... ??? Kislánytáborhoz túl sok. Jaaaa, az autóra gondoltál, vagy a kislányra? ...Ő csak öt...

A táborokat ez a jó légkör jellemezte, ahol az imádság a Szűzanya körül, egy-egy szent példaképként állítása, sok kirándulás, barkácsolás, közös játék alapozta meg a jó légkört.

Tilmann atya ezt így fogalmazta meg: „Fontos, hogy a Szűzanya legyen az, aki a légkört alakítja! Ehhez a nőknek nagyobb érzékük van, mint a férfiaknak. Szeretné megmutatni azt az utat, hogyan lehet a legújabb korban keresztény módon élni.”

Igazából ezzel próbálkoztunk a kislányokkal, s azóta ők hiteles felnőtt nők/asszonyok. (pl Radnai Réka, Radnai Kinga, Palásthy Kinga, Palásthy Anna, Varga Orsi, Varga Móni, Varga Réka, Oroszi Kriszti, Horváth Timi, Radnai Lilla...a teljesség igénye nélkül)

Akkor Magyarországon még csak tervezgettük a kápolnát, szentélyt, de szívünkben már ott élt, hogy mi a Szűzanyának szenteltük magunkat és az eszközeivé

szeretnénk válni, s Őt kérjük, hogy tanítson meg, képesek legyünk magunk körül jó légkört teremteni.

A jó légkört, a Szűzanyával való szeretetszövetséget és annak napi szinten való megélését célul tűztük ki akkor játékosan, azóta a hétköznapiakban aprópénzre váltva.

"Miért kötünk szeretetszövetséget Máriával? Nem lenne sokkal egyszerűbb, ha egyenesen Istenhez fordulnánk, és a Szűzanyát kihagynánk? Ez pont olyan, mintha szeretnék valahova eljutni, vagy felmászni egy hegyre. Valaki, aki már gyakran megtette ezt az utat, felajánlja segítségét, és én követem őt fel a csúcsra. Ez nem kerülő út. Ellenkezőleg, ha egyedül nekiindulok, akkor aggódhatom azért, hogy esetleg eltévedek. Ennek a vezetőnek a kezére bízom magam, és így sokkal gyorsabban és biztosabban érek fel, mintha egyedül bolyongok." Josef Kentenich

Szívemben hordozlak





Kánai menyegző

Az evangéliumi szakasz a Bibliában: **Jn 2,1-11**

“Harmadnapon menyegző volt a galileai Kánában. Ott volt Jézus anyja, és Jézus is hivatalos volt a menyegzőre tanítványaival együtt. Amikor fogytán volt a bor, Jézus anyja így szólt hozzá: »Nincs boruk!« Jézus azt felelte neki: »Mi közünk ehhez, asszony? Még nem jött el az én óráim! « Anyja ekkor ezt mondta a szolgálknak: »Tegyetek meg mindent, amit mond!«

A zsidók tisztulására volt ott hat köedény, egyenként két vagy három mérős. Jézus azt mondta nekik: »Töltsétek meg az edényeket vízzel!« Színig töltötték őket. Ekkor így szólt hozzájuk: »Most merítsetek, és vigyetek belőle a násznagynak!« Azok vittek neki. Amint a násznagy megízlelte a borra vált vizet, mivel nem tudta, hogy honnan való – de a szolgálak, akik a vizet merítették, tudták –, odahívta a vőlegényt, 10és azt mondta neki: »Minden ember a jó bort adja először, és miután megittasodtak, akkor a kevésbé jót. Te mindaddig tartogattad a jó bort!«

Jézus ezzel kezdte meg csodajeleit a galileai Kánában. Kinyilatkoztatta dicsőségét, és tanítványai hittek benne.

Elmélkedés:

- A történet helyszíne Kána, amit pontosan meghatároz az evangélista. Az esküvői ünnepeket akkoriban egy hétig tartották, általában egy ilyen célra bérelhető étkezési teremben, amely gyékényekkel, ülőpárnákkal és fekvőhelyekkel voltak ellátva.
- A leírás alapján és a régi szokások ismeretében arra lehet, következtetni, hogy Jézus öt tanítványával és anyjával együtt akkor érkezhetett Kánába, amikor a több napos lakodalom már javában folyt.
- A hat köedény utalás az ószövetségi (régi) szertartások és a zsidóság tökéletlenségére. A hatos szám az abszolút tökéletlenség száma, mivel majdnem hét, ami a tökéletesség száma. Tökéletesnek akarnak látszani, de mégsem azok: igazi megtisztulást nem tudnak adni, szemben a

borral, Jézus vérével, ami az idők végezetéig árad, és megtisztít bennünket minden szennytől.

- A zsidók sok dolgot tartottak tisztátalannak, az anyagok közül egyedül a kő kóser, ezért kőedényekben tárolták a tisztálkodásra szánt vizet.
- A két vagy három mérő 44-66 liternek felelhetett meg. Tehát Jézus mintegy 350-400 liter borral ajándékozta meg az ifjú párt. Isten jele ez a túláradó bőség.
- Ezt a csodajelet Jézus egy hétköznapi helyszínen, egy örömteli ünnep: egy lakodalom keretében teszi meg, vagyis Isten közel van az emberhez annak minden életkörülményében. Az Úr örül az ember örömének. Megáldja, és megszenteli a férfi és a nő életre szóló, felbonthatatlan szövetségét: a házasságot.
- A történet így kezdődik: “Harmadnapra menyegző volt a galileai Kánában” ám az nem derül ki egyértelműen, hogy melyik előző dátumhoz csatlakozik harmadik nap megjelölés. A teológusok szerint több dolog jelképe is lehet:

- Egyrészt: A harmadnap az Ószövetségben a teofánia dátuma, így például harmadnapon találkozott Izrael az Úrral a Sínai-hegyen (amikor “az Úr a tűzben alászállott”). Ugyanakkor a harmadnap kifejezés előre utalhat Jézus harmadnapra való feltámadására is.
- Másrészt: János evangéliumában az 1,19-től, azaz a tanítványok meghívásától számítva ez a dátum a hatodik vagy hetedik napra esik.
- Más számítás szerint a leírt dátum a hetedik napot jelöli, ami Isten ünnepének napja az emberiség számára, elővételezi Jézus újbóli eljövetelének a napját.
- Az Úr meghívottként jön a menyegzőre. Részvételével megerősíti, hogy ő alkotta a házasságot, így az jó, megmutatja a házasság szentségét, és meghirdeti, hogy a házasság ezentúl az Ő jelenlétének hatékony jele lesz.
- Az Úr személyét jelképezi a vőlegény is, akinek azt mondták, hogy „mindeddig tartogattad a jó bort”. A jó bort ugyanis, azaz az evangéliumot eddig őrizte Krisztus.

- A kánai csoda Jézus kereszthalálának előképe. Sok párhuzam van a menyegző és a kereszt jelenete között.
- Rögtön az elején rövid utalás történik: “Mi közünk ehhez, asszony? Még nem jött el az én óráml!” Jézus órája a kereszthalál, a megdicsőülés óráját jelenti, (Jn13,1: “Jézus tudta, hogy elérkezett az óra...”), belülről ehhez kapcsolódik az első csoda.
- Az ‘asszony’ megszólítás is utalás a kereszthalálra. A keresztfeszítést úgy ábrázolja az evangélium, mint az új Évának, az új asszonynak a megteremtését az új Ádám oldalából. Ez az asszony az Egyház, akit Mária testesít meg a kereszt alatt. A Krisztus oldalából kifolyó vér és víz emlékeztet a keresztségre és az Oltáriszentségre, az Egyház születésére. A kánai menyegzőn is Mária jelképezi, testesíti meg az Egyházat és a tökéletes hitet.
- Mária szüntelenül arra hívja a keresztyényeket, hogy tegyék meg mindig azt, amit Fia mond. Megcselekedni az Úr szavát, a bölcs, és hűséges tanítvány vonása, aki, mert szereti Mesterét,

megőrzi annak a szavát, s ezáltal megteszi az Atya akaratát, aminek a jutalma az örök élet.

- Egyrészt Jézus engedelmeskedik Máriának, aki pedig arra kér, hogy engedelmeskedjünk Fiának, másrészt Mária is engedelmeskedik az Úrnak. Ez az „engedelmesség-kötelék” arra emlékeztet, hogy Mária, mint lelki édesanyánk, oltalmazónk, pártfogónk, és példaképünk közben jár az érdekünkben az Úrnál, de ugyanakkor arra is hív, hogy legyünk figyelmesek mi is Isten szava iránt.
- A víznek a borra változtatása finoman utal arra, hogy Jézus az igazi örömet és boldogságot hozó Messiás: ugyanis a bor az ünnep vidámságának szimbóluma; valamint azt is jelzi, hogy ő önmagát adja oda az embereknek az Oltáriszentségben, amelyben a kenyér az ő Testévé, a bor pedig az ő Vérévé változik át szeretetének legnagyobb jeleként.
- Az utolsó mondatban: “Kinyilatkoztatta dicsőségét, és tanítványai hittek benne.” a “kinyilvánít, nyilvánvalóvá tesz” tipikusan jánosi kifejezés; (amíg a szinoptikusok közül egyedül

Márk használja, addig Jánosnál) kilencszer található meg, s mindig valamilyen formában Jézushoz kapcsolódik. Ez a szó Jézus istenségét tárja fel, rámutat arra, hogy a Fiú szoros, bensőséges kapcsolatban áll az Atyával. Jézus tehát nem valamit nyilatkoztat ki csupán, hanem Istent, illetve saját magát. Ő a kinyilatkoztatás alanya és „tárgya” is: Ő a kinyilatkoztató, de önmaga a Kinyilatkoztatás is! Ez az igazság áll minden cselekedete, szava, és megnyilvánulása mögött, s ebből a titokból kiindulva közelíthetjük meg az ő személyének a misztériumát.

- Az igazi vőlegény tehát ebben a menyegzőben maga Krisztus, aki önmagát adja oda a borban. Jelképesen van ábrázolva Isten és ember násza.
- A kánai menyegző jelképezi azt a végső lakomát is, ahol a menyasszony, Isten népe visszatér a vőlegényhez (vö. Izajás). Ehhez a lakomához adja majd Jézus a bort = saját véré.

Kérdések:

1. A kánai csoda Jézus isteni mivoltának első látható jele. Mikor, hol, kiben ismertem fel Őt az elmúlt héten?
2. Jézus első csodáját egy hétköznapi helyszínen, egy lakodalom keretében teszi meg, vagyis Isten közel van az emberhez annak minden életkörülményében. Gondolok-e erre, megélem-e ezt a mindennapok során?
3. Eszembe jut-e Jézushoz fordulni, amikor elakadok az életemben?
4. Észreveszem-e, ha részese vagyok egy hétköznapi csodának? Mikor történt velem legutóbb ilyen?
5. Milyen a kapcsolatom a Szűzanyával? Milyen szerepet tölt be az életemben? Milyen (ima) élményeim kötődnek hozzá?
6. Ősi keresztény szokás szerint a Boldogságos Szűz Máriának ajánljuk mindenki súlyos gondjait, hogy Fia elé terjesztve, ki eszközölje nála azok megszűnését vagy megváltozását. Mire lenne most szükségem? Mihez kérem Mária közbenjárását?
7. Mária az erkölcsi élet világító és vonzó példája: „az ő élete tanítás mindenkinek” – írja Szent Ambrus. Mit tanulhatnék ma tőle?

8. Tegyetek meg mindent, amit mond!” Mit jelent, hogyan jelenik meg ez az én életemben?

9. Természetesen a csoda Jézus cselekedetéből fakad; azonban ő emberi segítséget is szeretne igénybe venni a csoda beteljesüléséhez. Megtehetné volna, hogy a bor közvetlenül megjelenjen a korsókban. De ő számít az emberi együttműködésre, és megkéri a szolgákat, hogy töltsék meg a korsókat vízzel. Én megtöltöm-e a korsómat vízzel? Odalépek-e Jézushoz?





AZ IDŐ ÉRTÉKE

Képzeld el, hogy van egy bank, ami minden reggel rátesz a számládra 86 400 Ft-ot. Az új egyenleget viszont nem adja hozzá az előző napihoz. Minden este törli azt az összeget, amit nem használtál el aznap. Mit tennél? Természetesen elhasználnád egészen az utolsó forintig.

Mindannyiunknak van egy bankja. A neve idő. Minden reggel ez a bank ad neked 86.400 másodpercet. Minden este a bank törli, és elveszítettnek tekinti mindazt, amit nem fektettél be egy jó elhatározásba. Minden nap új számlát nyit, és minden este törli a napi egyenleget. Ha nem használod el a napi díjadat, a veszteség a tied. Nincs visszaút. A jelenben kell élned az aznapi díjakkal.

Hozd ki a legtöbbet egy napból.

Ahhoz, hogy megértsd az értékét egy évnek, kérdezz meg egy diákot, aki csúszik egy évet a tanulmányaival.

Hogy megértsd egy hónap értékét, kérdezz meg egy anyát, aki egy koraszülött gyermeket hozott a világra.

Hogy megértsd az értékét egy hétnek, kérdezz meg egy hetilap kiadóját. Hogy megértsd az értékét egy órának, kérdezz meg egy szerelmespárt, akik alig várják, hogy találkozhassanak.

Hogy megértsd az értékét egy percnak, kérdezz meg egy embert, aki lekéste a vonatot. Hogy megértsd az értékét egy másodpercnak, kérdezz meg egy sofőrt, aki épp, hogy elkerülte a balesetet.

Hogy megértsd az értékét egy tized másodpercnak, kérdezz meg egy sportolót, aki az ezüstérmet nyerte az olimpián.

Az élet minden percét értékeld, és értékeld még jobban, ha egy olyan emberrel oszthatod meg, aki eléggé különleges ahhoz, hogy időt szánj rá. Emlékezz, hogy az idő nem áll meg senki miatt. A tegnap történelem. A holnap rejtély. A ma ajándék. Ezért kell, hogy megbecsüld a jelent.



Kérdések estére

- Mi jut eszedbe (először) arról a szóról, hogy “siker”?
- Miért éppen azt a hivatást/munkát választottad, amit most gyakorolsz?
- Mennyi idős korodban voltál eddig a legboldogabb? Mi (volt) ebben az időszakban olyan különleges?
- Utoljára mikor hazudtál más(ok)nak, és miért?
- Az élet mely területén hazudsz magadnak?
- Ha szemtanúja lehetnél bármilyen múltbeli vagy jövőbeli eseménynek, mi lenne az; miért?
- Kit/mit veszítettél el legutóbb? Milyen pozitív tanulságai voltak ennek a tapasztalatnak?
- Mi a legjobb tanács, amit valaha kaptál?
- Mi a legjobb tanács, amit valaha adtál?
- Ha bárhová kitehetnél egy száz méter széles óriásplakátot, mi írnál rá, mit üzennél vele; miért?
- Mit jelent számodra a siker?
- Szerinted mi a szerelem?
- Szerinted a szerelem jó vagy rossz (ha muszáj választani)?

- Ha a “sikeres” szóra gondolsz, ki jut eszedbe először, és miért?
- Mi az, ami számodra könnyebben, természetesebben megy, mint másoknak?
- Milyen titkos vágyat dédelgetsz magadban? (Mit tehetnél, hogy ez az életed része legyen?)
- Mostanában mi az a két gondolat, ami a leggyakrabban megfordul a fejedben?
- Ha rapid randira mennél, és csak egy dolgot mondhatnál el magadról a másiknak, mi lenne az?
- Ki volt rád nagyobb hatással, édesanyád vagy édesapád? Mi az, amit a hatásukkal kapcsolatban leginkább és legkevésbé becsülsz?
- Mi az a tevékenység, amibe annyira bele tudsz feledkezni, hogy még enni-inni vagy mosdóba menni sem jut eszedbe?
- Mi a legnagyobb félelmed? Valóra vált már valaha?
- Szerelmes vagy most? Ha nem, mikor voltál legutóbb?
- Mit jelent neked a szerelem?
- Milyen érzés szerelmesnek lenni szerinted?
- Mi volt a legnagyobb kihívás számodra az elmúlt évben? Hogyan oldottad meg a feladatot?

- Mit szeretnél, mire emlékezzenek mások veled kapcsolatban haláloed után?
- Egy párkapcsolatban mi az a három dolog, amit legszívesebben csinálsz a partnereddel együtt? (Egyéb kapcsolatokban ez más?)
- Az életedben mi az, amin változtatnál? Tudsz legalább egy okot mondani, amiért hálás vagy ezért a dologért?
- A szüleid vagy nagyszüleid mely tulajdonságodat értékeli leginkább? (Miért?)
- Ha koldus lennél, mit írnál ki a kis tábládra?
- Milyen nagy, életre szóló álmot/tervet sikerült beteljesítened?
- Milyen álmot/tervet szeretnél beteljesíteni a következő öt-tíz évben?
- Hogyan viseled a mai világ rohanó tempóját? Mit teszel, hogy (nap, mint nap) kiengedjed a gőzt?



Játékok

- cápás (fejre csapós)
- én még sosem
- állítások, igen-nem oldalra állni, ami igaz rád (kérdéseket kitalálni!)
- pókhálós (mondod a neved, dobod valakinek a gombolyagot, ő így tovább - a végén visszafelé felgombolyítani)*
- Állításos - csinálja ezt aki... pl. Járjon óriásként, akinek van nagyobb tesója
- Szeretem a valamit (pl. csoki fagyi) - akire igaz, megfogja az egyik kezemet, ő is mond valamit, a végére lesz egy lánc, ahol minden egymás mellett álló közösen szeret valamit.
- uborka/répa adogatós (kellék: uborka/répa)*
- gépezet magunkból (egy ember elkezd valamit csinálni folyamatosan, pl. emelgeti a kezét, a többiek folyamatosan hozzákapcsolódnak valahogyan)
- fülbesúgós*

- kicsomózódás (csukott szemmel megfogni egymás kezét a körben)
- karmester*
- Hottentotta király (Hottentotta király pl. nagyon éhes, de nem szereti az “r” betűt. Sorban, olyan ételeket kell mondani, amiben nincs “r” hang.)
- Ruhacserélős*
- Aki a labdát kapja, és a föld szót hallja, mond egy szárazföldi állatot, aki a labda elkapásával egyszerre víz-et hall, vizi állatot mond, aki levegőt, repülő, levegőben élő állat nevét mondja*
- cseréljen helyet a 2-es és a 8-as
- családi mánia*
- postás*
- kacsintós gyilkosos*
- „Járj úgy, mint...!” (egy fáradt, idős ember, lopakodó macska, mintha fáznál, stb.)
- (intelligens) puff / állatos, egyéb verziók
- szí-já-szá / ho-si-hő / há
- fogók: sima, terpesz-, wc-, lánc-, háló-, testrészt-, kendős-,
- színcápa

- tűz- víz-repülő / palacsinta-túró gombóc-perec
- „Mari néni”/XY azt mondta
- Családi zűrzavar
- evolúció
- kidobósok
- cica-mica
- ninja
- szöcske hopp
- adj király katonát
- hatan vannak a mi ludaink...
- ha zizik, de nem akarnak „csak úgy” rohangálni, ki lehet találni akadálypályát, amin végig kell menni
- a cipőt fogd, hamar ide tedd elém, ugye szól, ki tudja, hol van az enyém
- székfoglaló
- farkas, farkas, hány óra?
- elvesztettem zsebkendőmet...
- két kör, belsőben valaki páratlan, kacsint valakire, az mögé fut, ha a párja nem kapja el (ha tudnak kacsintani...)
- Ez az én székem
- káposztás/mókusos

- rabszolgás
- szőlánc (útközben...)
- fekete-fehér-igen-nem (ez is)
- mit vihetsz a lakatlan szigetre? (ami a neved kezdőbetűjével kezdődik)
- eper-cseresznye-sárgabarack-kapitányalma-feketeribizli
- itt sincs senki, ott sincs senki - fűrész is van, fejsze is van - el is menjek, ne is menjek - az erdőbe - fát vágni
- Egy elefánt sétálni ment a fák között, de csak lassacskán! Ott csücsül a hátán egy pici papagáj, azt mondja: kutykurutykuruty, és tejet iszik rá. (ének, mindig más magánhangzóval)
- mentőláda
- nem fogsz te pillangó szállni...
- Légy superhős, ments világot, s ne kérj érte pénzt! (Superman, Batman, Pókember, Macskanő, Hulk, Barbie, Vasember, Thor, Amerika Kapitány)
- One, two, three, four - five, six, seven, eight - let me see the (funky chicken, ...)

- Pingvin vi-gyázz! (Jobbra néz, balra néz) Jobb szárny csapkod... Bal szárny csapkod... stb. csapkod, Nóta indul! 🎵 Lenn a völgyben él, a flúgos / él a pingvin-nép, boldogan henyél, ha éppen nincs veszély. 🎵 Van jegesmedve? -Nincs -> előlről -Van -> helycsere (visítva...)
- https://www.youtube.com/watch?v=D0iVgXJzHWk&list=PLlZaqZTgqBxDp1uMSrDJyRBbJiIv-j_bR&index=14



Énekkotta



Intro	E ⁹ E ⁹ H F ^{#sus4} F [#] F ^{#sus4}
Verse 1	E⁹ H F^{#sus} F[#] F^{#sus} Ezerszer elestem én, de Te mégis szeretsz, E⁹ H F^{#sus} F[#] F^{#sus} Ha újra megbotlanék, megtart kegyelmed. G^{#m} E H F[#] Örök fényed az idővel nem múlik el, G^{#m} E H F[#] (Intro...) Dicsőséged véget nem ér, nem szürkül el.
Verse 2	Legmélyebb vágyad, és az én célom az, Hogy megtagadva magam eléd boruljak Örök fényed az idővel nem múlik el, Dicsőséged véget nem ér, nem szürkül el.
Chorus 1	E⁹ H G^{#m7} A szívem mélyén, csak Te légy a fény F[#] Végy birtokodba teljesen (Uram) E⁹ G^{#m7} F[#] A szívem feléd kinyújtja kezét, C^{#m7} (1. Intro) (2. Chorus 2) Hogy átöleljen teljesen!
Chorus 2	G^{#m} E H F[#] Örök fényed az idővel nem múlik el, G^{#m} E H F[#] Dicsőséged véget nem ér, nem szürkül el. H E⁹ F[#] G^{#m7} És a szívem vágya, hogy Téged áldjon, E⁹ F^{#sus} E⁹ F[#] (1.E⁹ H G^{#m7} F[#] E⁹ G^{#m7} F[#] C^{#m7})(vége E⁹) Örökké Téged dicsérjen Ielkem. -



Gondolataidnak

A felsorolt személyek írásait használtuk fel:

- Szent II. János Pál pápa
- XVI. Benedek pápa
- Ferenc pápa
- Székely János püspök atya
- Asztalos Gábor
- Geiszelhardt Sára
- Nyúl Viktor atya
- Pál Ágnes
- Bese Gergő atya
- Alois Stöger St. Pölten-i segédpüspök
- Flores Veronika
- Joseph Kentenich

Akik nélkül ez a füzet nem jöhetett volna létre

Gertrúd-Mária Nővér, Török Janka, Gyuk Csenge, Czigányik Lídia, Czár Anna, Csermák Kálmán, Varga Erika, Szalai Petra, Török-Endrédy Orsolya, Schumickyné Könyves Tóth Ildikó, Debreczeni Katalin, Abai Zsuzsanna, Soós Virág, Ozsvári Rozália Beáta, Ozsvári Ilona, Panykó Eszter, Schumicky Mária, Paulovicsné Nyitrai Orsolya, Rajta Zsófia