



3. nap: Péntek

A nagyböjt idején pénteki böjtünkkel az Egyház kezdetektől tartó hagyományához csatlakozunk, azzal hogy Jézus szenvedésére és kereszthalálára emlékezünk. A böjt a keresztény élet fontos része. Sok bölcs és szent ember megjegyezte a történelem során, hogy teli gyomorral nehezebb imádkozni, mert már elégedettek vagyunk. Az ételtől való tartózkodás mélyebb éhségre serkenthet: Isten után kutatva keressük azt a táplálékot, amelyre mindennél nagyobb szükségünk van. De ne feledjük, hogy minden aszkézis csak eszköz egy sokkal nagyobb célhoz: az Isten- és felebaráti szeretethez.

Nagyböjt idején az Egyház meghív minket a keresztút végzésére is. Ez tovább mélyítheti kapcsolatunkat Jézussal és a szerető Atyával. Javasoljuk, hogy vegyünk részt házaspárként vagy családként is közösen keresztút végzésén.

A mai imában először a böjttel kapcsolatban elmélkedünk és kapunk támpontokat Kentenich atyától a helyes böjti lelkületre. Ezután folytatjuk tovább elmélkedésünket a közös imádság módjairól Tilmann atyával, hogy lelkigyakorlatunk sarokkövévé válhasson az imádság.

Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében. Ámen.

ITudatosítsuk, hogy Isten szerető jelenlétében vagyunk. Engedjük közel Őt a mai imádságban. Tartsunk most egy perc csendet. [...Csend...] Imádkozzunk Isten áldásáért házastársunkért, magunkért, gyermekeinkért és a házaspárokért és családjaikért, akikkel közösen vagyunk ennek a lelkigyakorlatnak az útján.

Szentlélek Isten, Te vagy lelke a lelkemnek. Alázattal imádlak Téged. Világosíts meg engem! Erősíts engem! Vezess engem! Vigasztalj engem! Tárd fel előttem, amennyiben az örök Atya tervének megfelel, tárd fel előttem kívánságaidat! Ismertesd meg velem, mit kíván tőlem az örök szeretet! Mutasd meg, mit kell tennem! Mutasd meg, mit kell elviselnem! Hadd lássam meg, mit kell csendesen, szerényen, elmélkedve magamra vennem, hordoznom és elszenyednem! Igen, Szentlélek Isten, mutasd meg nekem akaratodat és az Atya akaratát, hogy egész életem semmi más ne legyen, csak egy állandó, folytonos "igen" az örök Atya Isten kívánságaira és akaratára. Amen.

Istenem, te nem veted meg az alázatos és töredelmes szívet.

Olvasmány Izajás próféta könyvéből (Iz 58, 1-9a)

A helyes böjtölésről prófétája által szól az Úr: Kiáltst teli torokból, ne kíméld magad, emeld föl hangodat, mint a harsona... De lám, még a böjtölések napján is csak a hasznót keresitek, és sanyargatjátok munkásaitokat. Veszekedés és perlekedés közt böjtöltök, és ököllel ütitek le a szegényt. Bizony, mostani böjtölések soha nem szerez nektek meghallgatást a magasságban. Talán az ilyen böjt tetszik nekem? Ilyen az a nap, amelyen az ember megsanyargatja magát? ...

Ezt nevezitek ti böjtnek, olyan napnak, amely tetszik az Úrnak? Tudjátok, milyen az a böjt, amelyet én kedvelek? Ezt mondja Isten, az Úr: Törd össze a jogtalan bilincseket, és oldd meg az iga köteleit! Bocsásd szabadon az elnyomottakat, törj össze minden ígát! Törd meg az éhezőknek kenyeredet, és a hajléktalan szegényt fogadd be házádba. Ha mezítelent látsz, öltöztess föl, és ne fordulj el embertársad elől! Akkor majd felragyog világosságod, mint a hajnal, és a rajtad ejtett seb gyorsan

beheged. Előttem halad majd igazságod, és az Úr dicsősége gyűjt egybe téged. Akkor, ha szólítod, az Úr válaszol, könyörgő szavadra így felel: Nézd, itt vagyok!

Elmélkedés

Istenszeretetünknek is szüksége van szárnyakra, ezek az imádság és az önmegtagadás, az áldozatra kész szeretet. Az életszentség virágai és gyümölcsei csak a szeretet és önmegtagadás fáján nőnek. Aki szervesen gondolkodik és érez, sohasem fogja a két erényt elszakítani egymástól. Az önmegtagadás a szeretet kifejeződése, és nem akar mást, mint a szeretetet növelni. Összetartoznak, mint „a tiszta levegő be-, és a rossz levegő kilélegzése”, vagy mint az ember két lába, vagy egymást mosó két keze.

(Kentenich atya)

A következőkben folytassuk elmélkedésünket a családi imádság módjáról.

A családi szokásrendben különösen nagy jelentősége van a házaspár és a család imarendjének. Az első szerzetesközösségek újfajta imaformát hoztak létre, például a kórusimát. Az Oltáriszentség köré gyűlve háromóránként zsoltárokat énekeltek és lelki olvasmányokat olvastak. Hasonlít ez ahhoz, ahogy a csecsemő is állandó kontaktusban él anyjával, és három óránként szopik. Az a nagy hatás és erő, ami ezekből a szerzetesközösségekből kiáradt, ebből az Istennel való szoros kapcsolatból eredt. Az imának egy új formáját hozták létre azok az apostoli közösségek, amelyek nem éltek mindig szorosan együtt. Ez volt az elmélkedő ima. Napi fél-egyórai elmélkedés bekapcsolja az embert Jézus életébe, aki így nála kipihenheti magát és erővel telítődhet. Milyen imaforma felelne meg családjainknak, hogy ők is erősek legyenek, és életüket átítassa Isten? Ma még erre nincs kialakult és bevált gyakorlat. Ennek a megtalálása a mi feladatunk.

Kentenich atya azt javasolta, hogy fejlesszük tovább az elmélkedést, és keressük meg a mi körülményeinknek megfelelő imaformákat. A családoknak még azt is mondta, hogy nekik elsősorban a *házasság szentségi kegyelmét kell aktivizálniuk és felhasználniuk*. Számunkra tehát a megfelelő elmélkedő ima azt jelentheti, hogy megfigyeljük, mi mindent tesz Isten az életünkben. Meglátjuk az események mögött Őt, és élvezzük gondviselő szeretetét. Természetesen közben szegénynek, gyengének és bűnösnek érezzük magunkat. Ám ez nem maradhat sohasem a végső gondolatunk. Elmélkedésünk mindig azzal zárul, hogy az irgalmas Isten szeret minket úgy, ahogy vagyunk. Jóllehet a saját nyomorúságunk folyamán úszunk, de ez a folyam beletorkollik Isten könyörületességének tengerébe. Mint egy szerető apa, nem hagy soká kínlódni, hanem a karjába veszi, magához öleli gyermekét. A megfelelő imaforma kialakításánál mindenki vegye figyelembe személyes adottságait. Olyan formát kell keresni, amely örömet szerez.

(Tilman atya nyomán)

Istenem, te nem veted meg az alázatos és töredelmes szívet.

Emeljük fel szívünket!

Urunk Istenünk, Te a böjt és az imádság által szeretnél felkészíteni a veled való találkozásra. Vágyom arra hogy veled találkozhassam és színről színre dicsőíthesselek Téged! Segíts, hogy a böjt és imádság útjához szeretettel ragaszkodjak és Szentlelked által oldhassam meg az iga kötelékét és segíthessek embertársaimon. Amikor pedig eljössz, ujjongó szívvel tudjam mondani “Nézd, itt vagyok!”.