

Természetseretet 2024.10.26-2024.11.30. (évközi idő)

Imaóra

Segédanyag az egyéni vagy közösségi imádsághoz.

Szabadon felhasználható a lehetőségeknek és a résztvevők számának, összetételének függvényében. Alkalmas Szentségimádáshoz, templomi imaórához, vagy akár egyéni elmélkedéshez is.

Az egyes részek között lehet énekelni, ez azonban akár el is hagyható. Az imák, szentírási rész, illetve a szemlélődés után tartsunk csendes percekét Isten jelenlétében.

Előkészület

Keressünk egy csendes, békés helyet az imádsághoz.

Lehet ez egy megszentelt hely, egy templom, ahol az Oltáriszentség előtt elcsendesedhetünk.

Kereshetünk a természetben is egy olyan helyet, ahol tudunk imádkozni.

De lehet ez akár az otthonunk is: készítsünk imasarkot (ez lehet akár egy sarok a szobában, egy polc vagy egy asztal). Helyezhetünk ki Szentírást, hisz Isten az Ő Igéjével is jelen van, vagy szentképeket, amelyek Isten jelenlétére emlékeztetnek bennünket. Az imasarkot díszítsük fel virágokkal Jézusnak, ahogy Magdi is tette.

Énekek:

Szentségimádáshoz például: Ez nagy szentség valóban; Imádlak, nagy Istenség

Király vagy; Jézus, Jézus

Más alkalmakhoz: Szentlélek Isten, szállj reánk

Szentlélek jöjj, lobogó láng; Szentlélek, úgy kérünk

Ima

Köszönöm Istenem, hogy lehetőséget adsz arra, hogy itt és most Veled legyek, befogadjam szeretetedet, ezzel együtt elengedjem gondjaimat, félelmeimet. Kérlek segíts abban, hogy rá tudjak csodálkozni arra a sok szépségre, amit teremtettél nekünk, és mindezért hálát is adjak.

Énekek:

Uram Jézus! Légy velünk; Zengjünk Jézus szent Nevének

Add, hogy a szívemmel lássak; Odaadom Neked mindenemet

Szentírási rész

Zúgjon a tenger s ami betölti azt, a földkerekség és lakói. Tapsoljanak a folyóvizek, és a hegyek is mind ujjongjanak az Úr előtt, mert eljön megítélni a földet. Isten dicsőségét beszélük az egek, és keze művét hirdeti az égbolt. (Zsolt 98, 7-9)

Énekek:

Jöjj el Jézus, én szerelmem

Nézzétek az ég madarait; Minden, mi él

Történet Magdi életéből:

1941. augusztusában Magdi Margitkával útnak indult Pécel felé, hogy ott részt vehessen életének első zárt lelkigyakorlatán (...) - Együtt utaztunk hazafelé is - mondja el L. Margitka, - Lelkünk visszahangzott a lelkigyakorlat felemelő élményétől. (...) Tele voltunk lelkesedéssel.

Különösen Magdi arca ragyogott a boldogságtól. Lelkünk belső világával összhangban volt az augusztusi idő, a fölénk boruló gyönyörű kék égbolt. Úgy vélekedtünk - nyilván a lelkigyakorlat hatására -, hogy a természet szépségét annyira élvezzük, amennyire Loyolai Szent Ignác szerint az a jó Isten nagyobb dicsőségére szolgál.

Énekek:

Előtted, Jézusom, leborulok; Édes Jézus, én szerelmem

Mint szarvas hús folyóvízhez; Úr Jézus, Megváltóm

Szemlélődés

Bódi Mária Magdolna szülei messze földről származtak és kerültek ide a Balaton környékére, erre a csodálatos vidékre, mely minden évszakban számos, szebbnél szebb látnivalót nyújt a természetben gyönyörködni vágyóknak. Magdi csodálattal szemlélte a teremtett világot, a virágokat, az állatokat és gyakran imádkozott a természetben. De természetesen nem csak a természetben, hanem az otthonában és az Oltáriszentség előtt is szívesen imádkozott. Mindig kereste a lehetőséget arra, hogy Istennel legyen és embertársait is Hozzá vezesse.

Kérlek, Magdi, segíts nekem abban, hogy én is teljesen Istenre figyelve tudjak imádkozni.

Köszönöm Jézus, hogy itt lehetek Veled és elcsendesedhetek, hiszen a csendben hallhatom meg szavaidat. Vágyom arra, hogy Veled legyek, szeretném érezni jelenlétedet.

Belégzéseimmel kifejezem azt, hogy vágyakozom utánad, kilégzéseimmel átadom magam Neked. Ha elkalandoznának a gondolataim, akkor akár apró fohászok segítségével, vagy azzal, hogy Rád tekintek, visszatérek Hozzád. Örülök a csendnek, amely körülvesz, és megfigyelem, hogy milyen szépségeket látok magam körül. Ha természetben vagyok, akkor a tájban, ha az Oltáriszentség előtt vagyok, akkor az Oltáriszentségben, ha a szobámban vagyok, akkor az ott kialakított imasarokban elhelyezett dolgokban gyönyörködöm, hiszen minden, ami most körülvesz engem, az Téged dicsér.

Uram kérlek, ne engedd, hogy valaha is abba hagyjam a dicséretedet. Tartsd meg és növeld a hitemet, hogy életem minden napja a Te csodálatos és felüdítő jelenlétedben teljen.

Tartsunk hosszabb csendet, a csend ennek az imádságnak a lényege.

Énekek:

Jézusomnak Szívén; Ó Jézus, emlékezni rád

Te vagy szerelme életemnek; Gyönyörű vagy én Uram

Hálaadás

Itt megköszönhetjük azt, amit ebben az imádságban kaptunk.

Uram Jézus Krisztus! Hálátelt szívvel imádlak, magasztallak és dicsőítelek Téged! Hálát adok Neked a teremtett világért, a sok szépségért, ami nap mint nap körülvesz.

Hálát adok szereteteimért és hálát adok azért, hogy Bódi Mária Magdolna segítségével tehettem egy lépést a szemlélődés útján.

Uram, Te jól ismered engem, ismered szükségleteimet. Köszönöm, hogy megadod mindazt, ami javamra szolgál, és ami üdvösségemhez szükséges. Köszönöm, hogy vezetsz az istengyermekség útján.

Szentségimádás esetén kiegészíthetjük a következővel:

Hálát adok Neked Uram, hogy a jelenlétedben lehetek, és hogy itt vagy velem az Oltáriszentségben. Köszönöm, hogy az elmúlt percekben csak Téged szemlélhettelek, és megízlelhettem a Veled való együttlét határtalan örömét.

Énekek:

Jézus Szíve, legtisztább szív; Ó édes Jézus, ég és föld

Fenséges Isten vagy; Az Úr jósága

Mi Atyánk, illetve szentségi áldás

Énekek

Tantum ergo Sacrementum; Szent vagy Uram, szent vagy

Mert Te, Uram

