

130 ÖTLET – NEM CSAK – A HIT ÉVÉHEZ

közösségvezetőknek, családoknak, közösségeknek, plébániáknak

ELŐSZÓ

XVI. Benedek pápa 2012. október 11-i kezdettel hirdette meg a világegyház számára a hit évét, amely 2013. november 24-ig, Krisztus király ünnepéig tart majd. Ennek időpontja egybeesik a II. Vatikáni Zsinat megnyitásának ötvenedik, valamint a Katolikus Egyház Katekizmusa kiadásának huszadik évfordulójával. A Szentatya ez alkalmakból októberre hívta össze a XIII. rendes püspöki szinódust. A világ minden tájáról érkező püspökök találkozójának mottója: „Az új evangelizáció a keresztény hit átadására”.

Jelen kiadványunkkal a Szentatya szándékához szeretnénk csatlakozni, ötleteket adva arra, hogy mind egyénileg, mind közösségeinkben egyre mélyebben élhessük és átadhassuk a hit évének ajándékát és lehetőségeit. Az itt csokorba gyűjtött ötletek, tanácsok természetesen nem évülnek el a hit éve végeztével; bízunk benne, hogy a későbbiekben is hasznosnak bizonyulnak majd. Nem titkolt szándékunk ugyanis, hogy egy-egy megvalósult kezdeményezés ne csupán kampányszerű megmozdulás legyen, hanem új lendületet adjon, s beépüljön egyéni és közösségi életünkbe.

E 130 ötlet között biztosan találunk már számunkra jó bevált, kipróbált, sőt evidens ötleteket is. Mivel különböző utakon haladunk Isten szeretete felé, ezért jelen kiadványban olyan ötleteket is ajánlunk, amelyek természetesek a hitüket rendszeresen gyakorlók számára, ám egy kereső számára újdonságot, segítséget jelenthetnek.

A könnyebb áttekintést a havonkénti csoportosítás segíti, ám természetesen ezt is kezelhetjük szabadon, szükségleteinkhez mérten.

A Szentlélek vezessen bennünket, hogy az előttünk álló évben minél teljesebben fogadhassuk be Isten számunkra készített ajándékait!

Gáspár István

az Országos Lelkipásztori Intézet igazgatója

„[A hit éve megnyitásának időpontja] egybeesik a II. Vatikáni Ökumenikus Zsinat megnyitásának (1962. október 11.) ötvenedik, valamint a Katolikus Egyház Katekizmusa kiadásának (1992. október 11.) huszadik évfordulójával. Ezenkívül október hónapban fog összeülni a püspöki szinódus ülészsaka, amelynek témája «Az új evangelizáció a keresztény hit átadására.»

Az lesz tehát a feladatunk, hogy alaposan átgondoljuk ezeket a pontokat:

- a II. Vatikáni Zsinatot, hogy ismét úgy fogadjuk be, mint «nagy kegyelmet, amelyet a 20. században élvezhetett az Egyház»; lássuk, hogy a Zsinat «olyan megbízható iránytű, mely elvezetett a most kezdődő évszázadhoz», «egyre nagyobb erő az Egyház mindig szükséges megújulásához»; (vö. *Porta fidei*, 5.)
- a Katolikus Egyház Katekizmusát, hogy valóban elfogadják és használják, mint «hatékony és törvényes eszközt (...) az egyházi közösség szolgálatára, mint a hit tanításának biztos normáját»; (vö. *Porta fidei*, 11.)
- a következő püspöki szinódus előkészítését, hogy valóban «olyan jó alkalom legyen, hogy rávezessük az egész Egyházat a hitről való elmélkedésre és a hit újrafelfedezésére». (vö. *Porta fidei*, 4.)”¹

¹ Mauro Card. Piacenza: Levél a papokhoz. Papi Kongregáció. 2012. március 26.
A hozzáférés módja: <http://nemenyi.net/default.asp?SID=3&AID=17&Direkt=101032>
Az eredeti szöveg: http://www.clerus.org/clerus/dati/2012-03/30-13/LETTERA_ai_Sacerdoti_IT.pdf

Ötletek a hit évének előkészületi szakaszára

- Az egyházközség papja írjon levelet a plébánia híveinek, amelyben a hit évről és az év során tervezett programokról beszél, s meghívja azokra a közösség tagjait; buzdíthat a szentségek felvételére és eligazítást adhat mindezek tekintetében.
- Készíttessünk plakátokat, molinókat, szórólapokat a hit évével kapcsolatban. Kis kártyákat, könyvjelzőket készíttethetünk grafikus, kiadványtervező szakemberekkel is, de az egyházközség gyermekei számára is jó programot adhat a közös könyvjelző- vagy igekártya készítés a hit évéhez kapcsolódó igékkel (pl.: „Krisztus szeretete sürget minket” – 2Kor 5,14), a Pápától vett idézetekkel, rajzokkal. Szükség esetén az Országos Lelkipásztori Intézet tud keresztény grafikusokat, kiadványtervezőket ajánlani.
- Hasonló módon készülhetnek gyertyák is az egyházközség és családjai számára a hit éve logójával, egy-egy idézettel a Szentírásból vagy a Pápától.
- Vásároljuk meg a hívek számára a Szentatya Porta fidei kezdetű apostoli levelét, amelynek magyar fordítása már megjelent a Szent István Társulat kiadásában.

A hit évének ünnepélyes megnyitása az egyházközségben

- A hit évét megnyitó szentmise legyen ünnepélyes; akár rövid körmenetet is tarthatunk. Ez lehet az első alkalom, amikor sor kerül az évvel kapcsolatban készített szórólapok, kártyák kiosztására.
- Az ünnepi szentmise után tartsunk agapét a plébánia közösségi termében. Kérjük meg előre az édesanyákat, nagymamákat, hogy süssenek süteményeket az eseményre.
- Hívhatunk előadókat, akik segítenek mélyebben megismerni a hit évének főbb témaköreit. Az előadások szólhatnak a II. Vatikáni Zsinat és XXIII. János pápa kapcsolatáról, a zsinat felismeréseiről és gyümölcseiről. Gondoljunk együtt arról, hogy mi az, ami már megvalósult a zsinati törekvésekből, s mi az, amiért még mi magunk is tehetünk. Beszélhetünk a felnőtt hit útjairól és a Katolikus Egyház Katekizmusának tanításáról is.
- Teremtsünk lehetőséget hitünk közös megélésére: alakítsunk új, együtt beszélgető és imádkozó kiscsoportot, amely ezentúl rendszeresen találkozik a plébánián.
- Tartsunk kiscsoportos beszélgetéseket az alábbi kérdésekről:
 - Mit jelent számomra hinni?
 - Mi a különbség a hit, a hiszékenység és a babona között?
 - Milyen konkrét körülményekben kell felismernem jelen élethelyzetemben az érkező, engem szerető Urat?
 - A hit számomra azért fontos, mert...
 - Ha valaki megkérdezné tőlem, miért hiszek, azt válaszolnám, hogy...
 - Számomra örömet jelent a hitben, hogy...
 - Számomra nehézséget jelent a hitben, hogy...
 - Arra vágyom leginkább a hitemben, hogy...
 - Ha nem hinnék, az számomra azt jelentené, hogy...
 - A hitben való növekedésemet az akadályozza, hogy...
 - A hitben való növekedésben az segítene, ha...
 - Mit jelent számomra a hit...
 - ...amit megélek?
 - ...amit megvallok?
 - ...amit ünneplek?
 - ...amit megízlelek?
 - ...amit megosztok?

- Mikor nehéz hinni?
 - Hitem története
 - Hitem és kétségbeeséseim
 - Hit és kamaszkor
 - A felnőtt hit
- Hirdessünk művészeti fórumot vagy pályázatot a kreatív plébániai közösségek számára a hit évéhez kapcsolódóan: készíthetnek kisfilmet, rendezhetnek színdarabot, kiállítást, koncertet. Hirdethetünk fotópályázatot is, amely során a pályázók páros képekkel mutatják be hit és kétség kettősségét.
 - Kapcsolódjunk be televízión, rádión vagy az interneten keresztül a hit éve ünnepélyes római megnyitásába. A közvetítést követhetjük közösen élő adásban a televízió, a rádió vagy az internet segítségével, vagy később felvételtől is megtekinthetjük közösen a plébánia közösségeivel.
 - Osszunk „zarándokkenyeret” az egyházközség híveinek, jelképesen felkészítve őket az útra, amelyre rálépni készülnek, vagy erőt adva ahhoz az úthoz, amelyen már járnak.
 - A szentmisék után vagy a közösségi alkalmak során süteményeket is oszthatunk, amelyekbe a „szerencsesütik” mintájára kis cédulákon szentírási igéket, idézeteket sütünk.
 - A hit éve megnyitásával egy időben kiállítást rendezhetünk a plébánián a II. Vatikáni Zsinatról, a zsinati dokumentumokból vagy az egyházközség története során a hitükről tanúságot tett emberekről.

Ötletek a hit évére

Mielőtt elvesznénk az ötletek sokaságában, ajánljuk, hogy vegyük figyelembe a helyi egyházközség adottságait, ünnepeit, valamint a világegyház felhívásait és a liturgikus évet. Mindezeket megfontolva

- havonta egy témára koncentráljunk, s ezt mélyítsük el,
- keressünk az ötlettárból olyan javaslatokat, amelyek leginkább illeszkednek a választott témához,
- „fordítsuk le” azokat a helyi adottságoknak megfelelően,
- majd váltsuk azokat *életre* mind egyénileg, mind közösségileg!

Október

Téma:

a hit évének kezdete

rózsafüzér

1. A Credo feldolgozása a családban és a plébánián
2. Milyen módon emlékeztethetjük a templomainkba betérőket a hit évére?
3. Melyek azok a könyvek, amelyek táplálni tudják hitünket az év során? Ajánljunk könyveket, írásokat egymásnak!
 - **Egyházi dokumentumok**
 1. Porta fidei
 2. A Katolikus Egyház Katekizmusa
 3. A Katolikus Egyház Katekizmusának Kompendiuma
 - Rövidebb írások
 1. Nemeshegyi P., Mi a kereszténység?, Agapé, Szeged, [é.n.]
 2. Gál F., A kereszténység mint vallás, JEL Kiadó, Budapest, [é.n.]
 3. Tomka F., A keresztény hit legfőbb kérdései, OMC, Bécs, 1978. [3. kiadás]
 4. König F. – Kremer J., Régi igazság új köntösben. A hit a harmadik évezred küszöbén, Szent István Társulat, Budapest, [é.n.]
 5. Barsi B., Hitünk foglalatja, Efo Kiadó, Budapest, 1999.
 6. Forte B., Bevezetés a hit titkaiba, Bencés Kiadó és Terjesztő Kft, Pannonhalma, 1999.
 7. Henze W., Hinni szép. A hit életünk fénye, ereje és szépségének titka. Katolikus családi katekizmus, Szent József, Budapest, 2005.
 8. Poupard P., A katolikus hit, Szent István Társulat, Budapest, 2001.
 9. Szabó F., “Isten barátai”, in: Szabó F., Párbeszéd a hitről. Miért és mit hiszünk?, Szent István Társulat, Budapest, 1990, 289-341. o.
 10. Szabó F., Ez a mi hitünk. A katolikus hit bemutatása, Új Ember, Budapest, 2005.

- **Terjedelmesebb munkák**

1. Tomka F., Találkozás a kereszténységgel. Bérnalkozóknak és katekumeneknek, Szent István Társulat, Budapest, 2001.
 2. Ratzinger J., A keresztény hit: Gondolatok az Apostoli Hitvallás nyomán, Opus Mystici Corporis, Bécs, 1983.
 3. Bosco T., A kereszténység 50 leckében, Don Bosco Kiadó, Budapest, 1998.
 4. Beinert W., A kereszténység, Vigilia Kiadó, Budapest, 2005.
4. Ajánljunk internetes forrásokat a hit évével kapcsolatban. Első lépésként ismerjük meg a hit éve hivatalos honlapját: <http://www.annusfidei.va>
5. Október a rózsafüzér hónapja
- Legyen nálunk a rózsafüzért amerre csak járok, hordozzuk az autónkban, a zsebünkben.
 - Milyen szerepet játszik a rózsafüzér az életemben?
 - Imádkozzunk a családban közösen egy-egy tized rózsafüzért!
 - Tartsunk alkalmakat, amelyek során az egyházközség különféle csoportjai, közösségei vezetik a rózsafüzért.
 - Népszerűsítsük a rózsafüzér-társulatot! Tartsunk a tagok számára közösségi alkalmakat is, amelyek során beszélgetni tudnak egymással.
6. Imádkozzunk közösen reggel, délben és este az Úrangyalát akár egyénileg, akár a családban vagy közösségeinkben egy-egy konkrét szándékra!
7. A betérőket fogadja felirat a templomajtón: *Nyitva – Téged is várunk!*

November

Téma:

advent, várakozás

8. Tartsunk imádságos virrasztást vagy versekkel, énekekkel gazdagított ünnepélyes gyertyagyújtást az advent első vasárnapját megelőző szombaton. Hasonló programokat tarthatunk az Isteni Irgalmasság vasárnapja, pünkösöd vagy a templom búcsúja előtt.
9. A kiengesztelődés ünneplése, visszatérés Istenhez:
- Tartsunk bűnbánati napot, bűnbánati liturgiát adventben és nagyböjtben. Ezekre az alkalmakra célszerű több gyóntató atyát is meghívni.
 - Teremtünk teret a kölcsönös kiengesztelődésre a családban is (a szülőknek egymás között, a szülők, a gyermekek és a nagyszülők között).
 - Mit tehetnék, hogy szentgyónásaim rendszeresebbek legyenek? Mikor, hol tudok gyónni? Hogyan készülhetnék fel rá jobban, hogy a kiengesztelődés valóban ünnep lehessen?
 - Van-e lelkiezetőm? Ha nincs, kérjem Istent, hogy küldjön nekem egyet! Ha van, adjak hálát és imádkozzak érte minél gyakrabban!
 - II. János Pál pápa példáját követve bocsánatkérő leveleket fogalmazhatunk akár egyénileg, akár közösségileg; s helyzettől, érettségtől függően a nyilvánosság előtt is megoszthatjuk azokat.

10. Advent közeledtével hívjuk közös koszorúkészítésre a családokat, akik otthon együtt imádkozhatnak esténként az elkészült adventi koszorú mellett. Ha lehetséges, az alapanyagokat a plébánia szerezze be. A koszorúkészítés végeztével tarthatunk rövid beszédet, beszélgetést az advent jelentőségéről, együtt imádkozhatunk. Nem barkácműhelyről van szó, hanem az advent lelkületének átadásáról.
11. Hogyan lehet vonzóvá tenni a gyermekek számára a rórate szentmiséket? A szentmise után tartunk közös reggelit, játszunk társasjátékokat, beszélgessünk a gyerekekkel. Kerüljenek szóba az adventre tett elhatározások, jófeltételek is!
12. Szólítsuk meg azokat, akik az elmúlt évben temetést kértek; hívjuk meg őket az elhunytakért mondott szentmisére, amelyet közös beszélgetés követ.
13. Hogyan csendesíthetem le jobban adventben az életemet? Hol tudom csökkenteni a televízió, a számítógép, a rádió használatát?
14. A fákról lehulló leveleket ne égessük el, hanem komposztáljuk vagy szállítsuk el, mivel így nem szennyezzük a levegőt.

December

Téma:

Jézus Krisztus

15. Az év során egyszer szánjunk időt arra, hogy részt vegyünk egy lelkigyakorlaton valamelyik hazai lelkigyakorlatos házban. Néhány lehetőség:
 - Szív Lelkiségi Központ (Tahi) – <http://www.sziv.communio.hu/>
 - Életrendezés Háza (Püspökszentlászló) – <http://eletrendezeshaza.hu/>
 - Manréza Lelkigyakorlatos Ház (Dobogókő) – <http://manreza.hu/>
 - Mater Salvatoris Lelkigyakorlatos Ház és Konferenciaközpont (Gödöllő) – <http://www.matersalvatoris.hu/>
 - Szent Gellért Lelkigyakorlatos Ház (Leányfalu) – <http://szentgellerthaz.katolikus.hu/>
16. Nézzünk közösen filmeket! Az alábbi lista szabadon kiegészíthető.
 - Robert Barron amerikai pap az internetet használja az evangelizációra. Filmjei a <http://www.wordonfire.org/> honlapon érhetők el.
 - Az utolsó hegycsúcs (La última cima, spanyol film)
 - A passió (The Passion of the Christ, amerikai film. Rendező: Mel Gibson)
 - Sugárzó életek sorozat: életrajzi filmek Mária, Boldog XXIII. János papa, Boldog II. János Pál papa, Péter apostol, Avilai Szent Teréz, Szent Pio atya, Szent Fausztina nővér, Szent Ágoston, Assisi Szent Ferenc, Páduai Szent Antal, Casciai Szent Rita, Kalkuttai Boldog Teréz anya, Bosco Szent János és más szentek életéről.
 - Keresztény filmek a <http://www.keresztenyfilmek.hu> weboldalról.
 - Dokumentumfilmek a torinói lepelről, a qumrani tekercsekről.
17. Szent Család vasárnapján hívjuk meg a templomba a jubiláns házaspárokat, akik megújíthatják a házasságkötéskor tett ígéreteiket a szentmisében. Az anyakönyv alapján visszakereshetőek az egyházközségben kötött házasságok időpontjai. Ez a találkozás is lehetőség az evangelizációra!
18. Elevenítsük fel a „szentcsalád-járás” hagyományát a plébánia közösségeiben!

19. E hónapban védjük az erdőállományt úgy, hogy kevesebb papírt használok, s a papírhulladékot szelektíven gyűjtöm. Postaládámra kiírom: „Köszönöm, nem kérek reklámanyagot.”
20. Készítsünk saját kezűleg karácsonyi ajándékokat!
21. Decemberben hetente egyszer ne használjunk elektromos áramot esténként! Kapcsoljuk ki a számítógépet, a televíziót, a mosógépet, s ez alatt világítsunk gyertyával, szánjunk több időt az egymásra való odafigyelésre, beszélgetésre. Figyeljük meg, milyen mértékben épül az életünk az elektromosságra és mennyire Isten gondviselésére!

Január

Téma:

ima, szentségimádás

22. Fedezzük fel a Szentírásban a Credo egyes pontjait! Hogyan hatnak ezek az életemre, munkámra?
23. Lehetőséget teremtek arra, hogy hetente egyszer eljussak szentségimádásra! Milyen lehetőségek adóttak erre a lakóhelyemen? Keressek társakat, akikkel közösen vállaljuk a szentségimádást. Ha kell, a templomkulcsot plébánosomtól is elkérhetem.
24. Imádkozzunk együtt a családban, együtt a gyermekekkel és kettesben házastársammal is!
25. Egy rövid templomlátogatás során gondoljam át: milyen akadályok állnak imaéletem útjában? Mi tudná segíteni imaéletem fejlődését?
26. Hogyan helyezhetném Istent életem középpontjába? Mit tehetek ezért konkrétan személyes életemben, családom életében és közösségünkben?
27. Egy szentségimádás során gondoljam át, van-e az életemnek olyan területe, amely rendezésre szorul? Mit jelent számomra az életrendezés? Hol szeretné Jézus gyógyítani az életemet?
28. Plébániai kórusok nagymisék Credo tételeiből adhatnak koncertet, amelyet több helyszínen is előadhatnak.
29. Hetente egyszer tartsunk egész napos szentségimádást templomunkban! Ezek az alkalmak jó lehetőséget adnak arra is, hogy átalmékedjünk a Credót.
30. Az ökumenikus imahét során se hagyjuk figyelmen kívül a hit éve adta lehetőségeket, osszuk meg az ökumenikus párbeszéd során is a hit éve ajándékát!
31. Egy csendes ima, szentségimádás során kérdezzem meg Jézustól: *„Uram, mi a következő lépés számomra az életszentség útján? Hol vársz engem? Mit kell elhagynom és mit kell megtennem? Mivel tudnék örömet szerezni Neked?”*
32. Tartsunk kocsmamissziót! Hol, milyen módon látok lehetőséget erre? Tartsunk meghirdetett, tematikus beszélgetéseket, előadói vitaesteket meghatározott témákban!
33. Ha még nem tettük meg, családukban, közösségeinkben is kezdjük el szelektíven gyűjteni a szemetet!

Február

Téma:

család, közösség

34. Alakítsunk ki családi szentélyt, imasarkot otthonunkban, ahol el tudunk helyezni egy ikont, gyertyát vagy Szentírást a közös imádsághoz. Hívjuk meg plébánosunkat, hogy áldja meg az imádságnak ezt a helyét. A családon belül is adjunk egymásnak ötleteket a közös imádságra.
35. Írjunk imádságot családunkért, közösségünkért, amelyet ebben a hónapban minden nap közösen mondunk el.
36. Tartsunk felnőtt katekézist a plébánián a Szentatya Porta fidei kezdetű apostoli leveléről; dolgozzuk fel ezt a dokumentumot a plébániai hittanórákon és más katekézisek során is.
37. A házszenelés mindig kiváló alkalmat nyújt a családlátogatásra! Teremtsünk erre lehetőségeket a hónap során.
38. Tudom-e, mikor volt a keresztelesem napja? A születésnapomon túl ünnepelem meg ezt a napot is azzal, hogy imádkozom szüleimért, keresztszüleimért és a papért, aki megkeresztelt.
39. Szervezzünk családtábort! Az esemény gyakorlati megvalósításához segítséget találunk az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján (<http://oli.katolikus.hu>). A tábor során vigyünk színpadra és mutassuk be XXIII. János pápa életének történetét.
40. Az egyházközség képviselőtestülete minden hónapban válasszon ki egy-egy szentírási idézetet, amelyet kifüggesztenek a templomajtóban, s amely a hit megélésére inspirál.
41. A felnőtt hittanóráin ebben az évben válasszunk témaként egy-egy pápai enciklikát. A dokumentumok feldolgozásához segédanyagokat találunk az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
42. Használjuk ki a házasság hete (2013. február 9-17.) adta lehetőségeket, amely ugyan nem egyházi, hanem civil kezdeményezés, ám nagyon is építhetünk rá, hiszen épp e jellegénél fogva evangelizál. Hívjunk előadókat, tartsunk programokat – s ezekre meghívhatjuk a nem hívó házaspárokat is.
43. Szervezzünk családi, közösségi vagy plébániai zárandoklatot. Keressünk felelősöket, akik megálmodják az időpontot és a helyszínt, és segítenek összefogni a szervezést.
44. Szervezzünk találkozókat a már meglévő kiscsoportok, közösségek – például egyházközségek, esperesi kerületek – között, ahol helye van a tanúságtételeknek, beszélgetéseknek és a közös imádságnak.
45. Hívjuk meg egy-egy jól előkészített plébániai eseményre néhány lelkeségi mozgalom képviselőit! Adjunk lehetőséget a velük való találkozásra, beszélgetésre.
46. Kapcsolódjunk be a kerület, a város, a falu életébe! A falunapon az egyházközség is állítson sátrat, amelyben minden korosztálynak programot kínál. Vonzó módon adjunk lehetőséget az egyházközséghez való csatlakozásra. A sátorban gyűjtsünk imaszándékokat is – a látogatók névtelenül, cédulára írva helyezték imaszándékaikat egy ládába, s a következő vasárnap ezekért a szándékokért imádkozzon a közösség.
47. Hívjuk meg plébániánkra a Familia program képviselőit! A Familia egy nemzetközi katolikus képzési program – négy éves képzési anyaggal – amely a Szentíráásra és az Egyház Tanítóhivatalának megnyilatkozásaira támaszkodva szeretné segíteni a keresztyén családi életet. A Familia programról részletes információkat és elérhetőségeket találunk a Regnum Christi Mozgalom honlapján: <http://www.regnumchristi.hu>
48. Egy gyalogos zárandoklat során megéljük, hogy a hit folyamatos úton-lét Isten felé. A plébánia zárandoklatát segítheti, ha valamelyik kiépített zárandokúton kelünk útra. Ennek megszervezésében a zárandokutak kialakítói is segítségünkre lehetnek. További információt a <http://www.viamargaritarum.info> és a <http://mariaut.hu> oldalon találunk.
49. Próbáljunk meg valamit érdek nélkül, csak szeretetből tenni.

Március

Téma:

kiengesztelődés, bűnbánat

Jézus kiválasztottai: a papok

50. Elhatározom, hogy ebben a hónapban nem fogok megsértődni.
51. Mennyire tudok szabad lenni és szabaddá válni azoktól a dolgoktól, amelyekhez ragaszkodom?
Van-e, olyan tárgy, amit már nem használok, és másnak adhatom? Min csüng a szívem, az időm és a pénzem?
52. Hogyan tudnék tanúságot tenni hitemről közvetlen környezetemben, az iskolában, a munkahelyemen, a családomban? Mit tehetek azért, hogy Jézus ott legyen ezeken a helyeken? Hogyan tudnám kollégáimat, társaimat, családtagjaimat segíteni abban, hogy találkozzanak Isten szeretetével?
53. Mennyit imádkozom egyénileg és családban, közösségben plébánosunkért, püspökünkért és a Pápáért? Mit tehetek a papi hivatások növekedéséért?
54. Nagyböjt péntekjein – a rózsafüzér októberi közös imádkozásához hasonlóan – vezethetik az egyházközség egyes csoportjai a keresztutat (beleértve a hittanos gyermekeket is).
55. Tartsunk egyházközségi böjtöt, amelyet felváltva naponta egy-egy család vállal el.
56. Alapos (élet)gyónással készülök húsvét ünnepére. Felkészülési anyag – lelkitükör – található az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
57. Ha van nehéz emberem, haragosom, megpróbálok többet imádkozni érte ebben a hónapban. Keresem a lehetőséget, hogy lépéseket tegyek felé.
58. Döntöttem-e már életemben tudatosan Jézus mellett? A héten kimondhatom egy imában: „*Uram, szeretném, ha Te lennél az első helyen az életemben; a Tiéd vagyok, Hozzád akarok tartozni véglegesen.*”
59. Ha tékozló fiúként elhagytam az „atyai házat”, hogyan tudnék visszatérni Isten szeretetéhez?
60. Családomban beszéljünk arról, hogy a nagyböjt folyamán milyen módon gyakorolhatjuk a böjt különböző formáit – a kéz, a száj, a has, a szem, a fül böjtjét?
61. Tartsunk éjszakai keresztutat (nemcsak) fiataloknak!
62. Ebben a hónapban tegyük szebbé, díszítsük fel templomunkat, kápolnáinkat, kálváriánkat! Fedezzük fel a környezetünkben található útmenti feszületeket, kápolnákat, s ha szükséges, tegyük rendbe őket. Ha van rá mód, állítsunk ilyet!
63. Hívjuk meg a plébániára vagy látogassuk meg az egyházközségben szolgált plébánosokat, káplánokat!

Április

Téma:

a vasárnap megszentelése

feltámadás

64. A vasárnap az Úrban való megpihenés napja. Valóban annak tartom-e? Mit tehetnék, hogy még inkább az ünnep napja legyen számomra és családom számára egyaránt? Sokat segíthet ennek átgondolásában Boldog II. János Pál pápa Dies Domini kezdetű apostoli levele a vasárnap megszenteléséről.
65. E hónapban töltsék minél több időt családommal a természetben. A következő vasárnapok egyikén menjünk együtt kirándulni!
66. Április 30-án ünnepeljük meg a fiatalokkal II. János Pál boldoggá avatásának évfordulóját.
67. Áldjuk meg az egyházközség autói, motorkerékpárjait, kerékpárjait, babakocsijait az egyik vasárnapi szentmise után a plébánián vagy a templom előtti téren. Erre az alkalomra meghívhatjuk azokat is, akik nem járnak templomba.
68. Tartsunk evangelizációs hangversenyt vagy gitáros koncertet a település főterén vagy a templomban.
69. Indítsunk kismamaklubot a plébánián! Az első lépések megtételét könnyítik az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján található segédanyagok.
70. Húsvétkor tartsunk tojásvadászatot a gyermekeknek a plébánia kertjében.
71. Április 22. a Föld napja. Ezen a napon különösképpen is figyeljünk környezetünk védelmére, megóvására. Keressünk konkrét lehetőségeket arra, hogy milyen módon csökkenthetjük a háztartásunkban termelődő hulladékok mennyiségét, vannak-e lehetőségeink a hulladék újrahasznosítására?
72. Ebben a hónapban ültessünk fát, bokrot vagy virágokat minden megkeresztelt gyermek után a plébánia kertjében vagy más alkalmas helyen.

Május

Téma:

a Szentlélek

73. Engedjem, hogy a Szentlélek megszólítson, kövessem indításait, törekedjem arra, hogy megismerjem magamban a Szentlélek vágyódásait.
74. Hogyan tudnánk segíteni az elsőáldozók és szüleik felkészítésében hitoktatóinkat, papjainkat? Letölthető segédanyagokat találunk ehhez az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
75. Emlékezzem vissza bérmlásom ünnepére! Mikor, hol bérmláltak? Ki bérmlált? Milyen emlékeim vannak az ünnepről? Mit jelent számomra ez a szentség? Írjak hálaadó imát a bérmlásban kapott kegyelmekért.
76. Tartsunk a pünkösdhöz kapcsolódóan egyházközségi majálist, juniálist. Délelőtt tartsunk gyermekprogramokat, délben szentmisét, közös bográcsozást, majd délután családi szabadidős programokat (pl. mentő- vagy tűzoltóautó-bemutató, autók és egyéb járművek megáldása, íjászat, kézművesség stb.).
77. Ünnepek vagy világnapok alkalmával áldjuk meg a különböző életállapotokban élőket (pl. szülőket, nagyszülőket), a különféle hivatásokat gyakorlókat (pl. pedagógusokat, egészségügyben

vagy tömegkommunikációban dolgozókat).

78. Ebben a hónapban keressek alkalmakat arra, hogy szolgáljam egyházközségemet, közösségünket. Hogyan tudnék részt venni családommal a templom és a plébánia szolgálatában? Számos lehetőségünk adódik: felolvasás a szentmiséken, templomtakarítás, díszítés, körmenetek segítése stb. Mit tehetek templomunk felújításáért?
79. Imádkozzunk az egyházért, amely olyan mértékben lesz hiteles és elkötelezett, amilyen mértékben én magam is azzá válok.
80. Kutassuk fel templomunk történetét, és tegyük közzé kutatásunk eredményeit!

Június

Téma:

ifjúság

idősek, rászoruló

81. Szervezzünk lelki gyakorlatot plébániánk fiataljainak valamelyik szerzetesközösségnél.
82. Mit tehetünk plébániánk weboldaláért, internetes megjelenéséért? Hogyan ragyoghat át ezeken a felületeken az evangélium fénye?
83. Hogyan hirdethetjük Jézust településünk nem hívő lakóinak? Hogyan válhatunk meghívó egyházzá?
84. Mit tehetünk azért, hogy jobbak, vonzóbbak legyenek az ifjúsági hittan alkalmak? Letölthető segédanyagokat találunk ehhez az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
85. Törődjünk többet ministránsainkkal! Szervezzünk számukra ministránsgyűlést, kirándulást vagy táborot. Letölthető segédanyagokat találunk ehhez az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
86. Keressünk lehetőségeket az evangelizációra az interneten is. Használom-e a Facebookot, a Twitteret az evangélium továbbadására?
87. Mit tehetünk plébániánk időseiért, betegeikért? Mit tanulhatunk tőlük a betegség hittel való elfogadásáról?
 - Találjunk megoldást arra, hogy az egyedül élő idősek is eljuthassanak a vasárnapi szentmisére! Szervezzünk záróimádkozást számukra! Keressünk alkalmat a betegek kenetének ünnepélyes kiszolgáltatására!
 - Van-e lehetőség arra, hogy betegekhez civil áldoztatók vigyék el az Oltáriszentséget?
88. Van-e olyan szegény család vagy egyedülálló az utcánkban, környezetünkben, akiknek segíthetünk akár látogatással, akár egyéb módon?

Július

Téma:

a teremtett világ védelme

89. Ebben a hónapban egy héten egyszer autó helyett tömegközlekedéssel, kerékpárral vagy gyalogosan utazom, ezzel is védve környezetemet.
90. Közösségünkben vetítsünk filmet a teremtett világ megóvásáról, vagy hívjunk előadót, aki e témáról beszél!
91. Szervezzünk szemétszedést településünk valamely közterületén vagy erdejében!
92. Ebben a hónapban elkezdhetem összegyűjteni a főzéskor elhasznált olajat vagy a lemerült elemeket. Keressek gyűjtőhelyet, ahol átveszik ezeket!

Augusztus

Téma:

a szentek

93. Tartsunk ünnepi imavirrasztást a Boldogasszony tiszteletére valamelyik Mária-ünnephez kapcsolódóan.
94. „A szentek hite megújítja a világot” – mondta egyik beszédében XVI. Benedek pápa. Megújítja-e az én hitem is családom, környezetem, munkahelyem hitét, életét?
95. Szent István király Intelmeinek példájára én is megfogalmazhatom a magam „hagyatékát”, intelmeimet az utókor számára.
96. Adjunk ki bélyeget a hit éve tiszteletére a helyi templom vagy az egyházközség védőszentje szerepeltetésével.
97. Kapcsolódjunk be a Vándor Evangélium programjába! A Vándor Evangélium a budapesti Városmisszió egyik hivatalos programja volt, amelyben azóta is 1700 család vesz aktívan részt. A program azzal a céllal jött létre, hogy segítse a plébániák életének megújítását és a hívek újraevangelizálását. Mottójuk: „Imádság, közösség, küldetés”. Részletek a program honlapján: <http://www.vandorevangelium.hu>
98. Ismerjem meg jobban védőszentemet! Mit tudok az életéről? Ha csak kevéssé ismerem, keressek több információt róla!
99. Ezen a héten palackozott víz helyett csapvizet iszom.

Szeptember

Téma:

évkezdet

Szent Kereszt

Szentírás

100. Vegyünk részt a Szakrális Művészetek Hete programjain! Részletek az esemény honlapján: <http://www.ars-sacra.hu>
101. Van-e valaki, akit megajándékozhatnék egy kereszttel vagy más tárggyal, amely Istenre

emlékezteti őt?

102. A tanév elején a Veni Sancte-hoz kapcsolódva tartsunk tanszermegáldást; kérjük Isten áldását a gyermekek tolltartóira, ellenőrzőire, iskolatáskáira, amelyekkel elkezdik a tanévet. A adjunk nekik számukra is megszólító erejű szentképet, idézetet, igekártyát, amelyet az íróasztalukra tehetnek, hogy lelkesítse őket és irányt mutasson nekik, amikor nehéz a tanulás.
103. A Szentírás vasárnapján adjunk Szentírást ajándékba mindazoknak, akik ígéretet tesznek rá, hogy forgatni is fogják azt. Hívjuk meg az egyházközség híveit Szentírással kapcsolatos képzésekre, közös imádságra, közös szentírásolvasásra, amelyek során megtanulhatjuk, hányféleképpen meríthetünk Isten igéjéből mind egyénileg, mind családjainkban, kisközösségeinkben?
104. Milyen szerepet játszik a Szentírás személyes és családi életemben? Mit tehetek, hogy ne csak morzsa legyen, hanem napi táplálékká váljék számomra? Tegyem ki az asztalomra vagy más kiemelt helyre a Szentírást. Keressek alkalmakat arra, hogy megbeszéljem valakivel, mi érintett meg az aznapi evangéliumból; járjak bibliaórára. Van-e lehetőségem magammal vinni a tömegközlekedésben, a munkahelyemre, hogy napközben is olvasni tudjam, ha időm engedi?
105. Vegyünk részt a Nyitott Templomok Éjszakája programsorozatban! Hogyan tudnánk az evangelizáció szolgálatába állítani ezt a lehetőséget?
106. Tekintsünk úgy a nem hívókra, mint akik még nem ismerték meg Isten szeretetét! Mit tehetnénk akár egyéni, akár közösségi szinten azért, hogy minél többen megtapasztalják Isten szeretetét? Hogyan vihetem bele leghétköznapibb találkozásaimba is Istenhez tartozásomat?
107. Ismerem-e a Napi Evangéliumot (www.evangelium.katolikus.hu) vagy az Örömhír SMS-t (<http://uj.katolikus.hu/cikk.php?h=65>)? Népszerűsítsem ezeket az evangelizációs lehetőségeket egyházközségemben!
108. Van-e kereszt a lakásomban? Ha nincsen, hol tudnám elhelyezni?
109. Hozzunk létre férfi csoportot a plébánián, hívjuk meg a férfiakat is az ünnepi asszisztencia szolgálatába! Az első lépések megtételét könnyítik az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján található segédanyagok.
110. Használjuk a Credo Armbandot (karkötőt) a hitoktatásban! A karkötő minden felfűzött eleme szimbolikájában valamelyik hitigazsághoz kapcsolódik. További információ a Regnum Christi Mozgalom honlapján: <http://www.regnumchristi.hu/kapcsolat>
111. Vasárnap nem kapcsolom be a számítógépet, így felesleges széndioxid-kibocsátástól kímélem meg a légkört.
112. Van-e katolikus kiadású Szentírásom (Szent István Társulat, Szent Jeromos Katolikus Bibliatársulat)? E hónapban olvassuk gyakrabban a Bibliát, kezdve az egyik evangéliummal.
113. Van-e templom iskolám, munkahelyem közelében? Keressek lehetőséget arra, hogy napközben vagy hazafelé tartva betérjek néhány percre.
114. Próbáljam meg konkrét tettekkel kimutatni szeretetemet családom, munkatársaim felé!
115. Beszéljük meg közösségünkben, plébánosunkkal, hogy az év során havonta feldolgozzunk egy-egy pápai enciklikát.

Október

Téma:

szentségek

116. Vegyünk részt a Teremtés Hete egy programján! Részletek: <http://www.teremtesvedelem.hu>
117. Hol az Oltáriszentség helye az életben, a családom, közösségem életében? Mit tehetek annak érdekében, hogy újra felfedezhessük a szentmise és a szentségimádás értékét? Mit tehetek, hogy családommal minél aktívabban vegyünk részt a szentmisén? Fontos tudatosítanunk magunkban a szavakon túl azokat a mozdulatokat, amelyeket a liturgia során teszünk, mint a térdhajtás, a mellverés vagy a keresztvetés.
118. Mivel tudnám segíteni önmagamot és családomat, hogy mélyebben átélhessük a vasárnapi szentmisét? Segítheti a felkészülést és az elmélyülést az Új Ember Kiadónál megrendelhető Adoremus liturgikus folyóirat rendszeres forgatása. Van-e lehetőségem arra, hogy időnként hétköznapi szentmisékre is eljussak?
119. Házastársammal keressünk alkalmat arra, hogy hetente egy estét, havonta egy napot, évente egy hétvégét kettesben töltsünk, gyermekek és unokák nélkül. Idézzük fel, melyek voltak közös életünk legmeghittebb pillanatai. Adjunk hálát értük együtt!
120. A héten szánjunk időt arra, hogy megbeszéljük házastársammal a következőket:
- *Miért vagy hálás leginkább velem kapcsolatban Istennek?*
 - *Mi az, ami nehézséget okoz neked kettőnk kapcsolatában?*
 - *Mit tehetek azért, hogy boldogabb légy?*
121. Ünnepeljük meg házassági évfordulónkat! Vegyük elő ismét az esküvői szentírási szövegeket, az eskető pap akkori tanácsait, az ünnepen készült fényképeket. Írjunk közösen imát házasságunkért. Újítsuk meg hűségígéretünket egy szentmise keretében vagy utána. Szervezzünk kiállítást a plébánián az elmúlt korok esküvői képeiből, szokásaiból.
122. Hogyan segíthetjük hitoktatóinkat, plébánosunkat a keresztelői felkészítés során? Letölthető segédanyagokat találunk ehhez az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
123. Tartsunk agapét egy-egy ünnephez, templombúcsúhoz kötődően a szentmise után.
124. Kerüljük háztartásunkban a túlfogyasztást! Írjunk bevásárlólistát, és csak azt vásároljuk meg, amit előzőleg felírtunk.

November

Téma:

a hit évének lezárása

125. Végezzünk kilencedet a tisztító tűzben szenvedő lelkekért (ajánlott november 2. és 9. között végezni). Elmélkedjük át a Credo utolsó sorait: „*hiszem (...) a szentek közösségét, a bűnök bocsánatát; a test feltámadását és az örök életet.*” Mit jelentenek számomra ezek a sorok?
126. Gyűjtsünk történeteket a halál és a feltámadás kérdéséről. Közzöltsük ezeket valamelyik helyi újságban!
127. Tegyük szemlélődő, csendes sétát egy temetőben, „beszélgessünk” az elhunytakkal.
128. E hónapban helyezzünk különösképpen is hangsúlyt a pénteki bünbánati napokra! A húsról való lemondáson túl más jófeltételt is vállalhatunk.
129. Ki templomunk, plébániánk védőszentje? Hogyan tudjuk ünnepélyesebbé tenni

templomunk búcsúját családjaink, közösségeink segítségével? Hívhatunk vendég atyákat az ünnepi szentmisére, árusíthatunk egyházi könyveket, tarthatunk a gyermekek számára bábelőadást, a felnőttek számára filmklubot, étkezhethetünk közösen az ünnepi szentmise után stb.

130. Van-e temetőnkben papi, szerzetesi sír, sírkert? Gondozza-e valaki ezt? Keressük fel együtt!

Lelkiségi mozgalmak programjai a hit évében

Háló közösség

A Háló mozgalom kiadványait, forrásait közösségépítéshez ajánljuk:

- **Felütés** – Az első tizenkét kisközösségi alkalom forgatókönyve;
- **Evező** – hat kisközösségi alkalom forgatókönyve a vízről a Szentírásban;
- **Hangoló** – közösségi társasjáték beszélgetések indításához, mélyítéséhez;
- A <http://www.kiskozosseg.hu> oldal, ahol minden vasárnapra található az adott evangéliumi részlet kisközösségi feldolgozását segítő kérdések, ötletek.

Cursillo

A Cursillo (teljes nevén Cursillo – A Kereszténység Rövid Tanfolyama) Spanyolországból indult lelkiségi mozgalom. Fő célja, hogy az egyes embereknek megmutassa a keresztény lét örömét, rámutasson arra, hogy Isten szereteti őket és a világba küldje őket, hogy tudatosan alakítsák keresztényivé környezetüket. A mozgalom egyházmegyei szinten, a megyéspüspök engedélyével működik.

A Cursillo név arra a 3 napos, csütörtök estétől vasárnap estig tartó bentlakásos hétvégére utal, amelyben a résztvevők papok és világi munkatársak vezetésével egyfajta tanfolyamon vesznek részt. Elmélkedések, tanúságtételek hangzanak el, emellett nagy szerepe van a napi szentmiséknek és közös imáknak. A 3 nap témái úgy vannak felépítve, hogy az alkalmas a különböző társadalmi és kulturális rétegekben élők megszólítására, függetlenül attól, hogy az illető elkötelezett hívő, az Egyháztól eltávolodott keresztény vagy kereső hitetlen. Az ideális életkor 20-60 év, fontos a rendezett vagy rendezhető élethelyzet, a mentális egészség.

A magyarországi Cursillo honlapjai:

- <http://www.bpcursillo.hu>
- <http://www.cursillo.hu>
- <http://www.egricursillo.hu>
- <http://www.vacicursillo.hu>
- <http://mariapocsicursillo.gportal.hu>

Magyar Schönstatt Család

„A nyári szünetekben családnapokat hirdetünk 12 héten át. A családnapokon a mai kor kihívásaira, kérdéseire igyekeznek életre váltható válaszokat adni az előadók házaspárok. Megtartásukért egymást váltva négy házaspár dolgozik önkéntesen. Fontos terület a párkapcsolat építése. Tapasztalataink azt mutatják, a családi életre legnagyobb hatással az anya és apa közötti kapcsolat minősége van. Ez pedig fejleszthető, erősíthető. A családnapok olyan egy hetes családos lelki gyakorlatot jelentenek, melyen a továbbképzés és a testi-lelki felüdülés egyaránt fontos célkitűzés. Egy hét maximálisan 13-15 család részvételével zajlik, a gyerekekkel együtt a Balaton-felvidéken, Óbudaváron. A családnapok mindenki

előtt nyitva állnak, akik a házasságukban el szeretnének mélyülni, a házasság szentsége által Jézus jelenlétében élni, közös hivatásukat megtalálni, és a közös eszményüket életre váltani.”²

Jelentkezés és további információk a közösség honlapján: <http://www.schoenstatt.hu>

Antióchia

„A tanítványokat először Antióchiában nevezték keresztényeknek” (ApCsel 11,26).

Ha a felnövekvő (16-24 éves) ifjúság hiányzik a plébániáról, vagy láthatóak, de nincs igazán jó program, közösségi forma számukra, sok éves tapasztalattal a hátunk mögött mondhatjuk, megéri elgondolkodni azon, hátha épp az Antióchia lendíti majd föl az ifjúsági életet a plébánián.

Egy-egy helyi közösséghez való csatlakozás alkalma az úgynevezett Antióchia Hétvége, amelyet a közösségek rendszerint tavasszal és ősszel tartanak. Az érdeklődő plébániák egy már működő közösség Hétvégéjére elküldenek egy 8-10 fiatalból, egy házaspárból és egy atyából álló csapatot, akik átélve az Antióchia Hétvégét saját plébániájukon is elindíthatják ezt a missziós lelkületű közösségi formát. Egy új közösség indulásánál az „anyaközösség” tagjai segítenek. Az Antióchia Hétvégék között heti imatálalkozókat tartanak a közösségek, ahol hitük, személyiségük, kapcsolataik rendszeres építése folyik.

Szeretettel várjuk az érdeklődő plébániák megkeresését:

Bittsánszky János és Sári

Antióchia nemzeti felelősök

bittsanzky@antiochia.hu

<http://www.antiochia.hu>

Alpha Kurzus

„Az Alpha kurzus egy gyakorlati útikalauz a keresztény hit alapjainak megismeréséhez. Elsősorban azok számára készült, akik nem járnak templomba, nemrég váltak keresztényekké vagy eltávolodtak a keresztény hittől. (Gyakorlatilag egy jól működő prekatekumenátus.)

A kurzus hetenkénti összejövetelek keretében kötetlen étkezést (általában vacsorát), 40 perces előadást és kiscsoportos megbeszélést foglal magában; a keresztény hit alapjait felölelő 15 előadásból és egy csendes hétvégéből áll, melyekre tíz-tizenegy hét alatt kerül sor. Évente három alkalommal javasoljuk megtartani a kurzust, melyet minden alkalommal ünnepi vacsora zár le, amely során a kurzust elvégzők nyomban meghívhatják barátaikat, ismerőseiket a következőre.”³ Sok helyen évente kettőt tartanak (szeptember végétől Karácsonyig és január végétől Húsvétig).

„Az Alpha alkalomnak három fő része van:

- 1. Vacsora:** Minden alkalom közös étkezéssel kezdődik, amely egy jó lehetőség arra hogy megismerjük egymást.

² Trautwein Éva: Életre növelő mozgalom – Magyar Schönstatt Család. Magyar Kurír, 2012. január 26.

³ Mi is az Alpha Kurzus?

A hozzáférés módja:

2. **Előadás:** *A közös étkezést követően minden héten egy újabb témát ismerhetnek meg a jelenlévők.*
3. **Megbeszélés:** *Minden előadás után kis csoportokban megvitatjuk és átbeszéljük az aznap esti témát, feltesszük kérdéseinket és elmondjuk véleményünket.”⁴*

Bővebb információ: <http://www.alphakurzus.hu>

Katolikus Alkoholistentő Szolgálat

A Katolikus Alkoholistentő Szolgálatot Halász Endre atya alapította 1985-ben. Jelmondatunk: „Az alkohol rabságából Jézus a szabadító!”

Lelki központunkban szenvedélybetegek közösségi ellátása folyik. Munkatársaink szeretettel várják elsősorban az alkoholproblémában érintetteket és hozzátartozóikat, de más szenvedélybetegeket is.

Egyéni beszélgetések során, valamint az önszorgító csoportokban lehetőség nyílik közösen keresni és megtalálni azokat az erőforrásokat, amelyek a józan életben segíthetnek.

Közösségi programjaink: lelkigyakorlatok (Leányfalun), lelkinapok az ország különböző régióiban, határon túli missziók (Felvidéken, Kárpátalján és Erdélyben), zarándoknapok (Makkosmária és Máriagyúd), házastársi lelki hétvégék, munkatársak képzése és közösségének kialakítása, hozzátartozók és alkoholisták csoportja, illetve a pasztorális gondoskodás, hitoktatás és lelkibeszelgetések, végül más segítőhelyekkel és szakemberekkel való kapcsolattartás. Közösségünk sok megszabadult és újrakezdett élet Krisztusban elkötelezett, hívő közössége.

Nagy hangsúlyt fektetünk a szeretetteljes, elfogadó és befogadó légkör kialakítására.

Szolgálatunk pártoktól független, katolikus hit és erkölcsi alapon működik. Misszió, mert Isten szabadító erejét hirdelve végzi a gyógyító munkát, amelynek 3 pillére : a megelőzés, a gyógyítás és az utógondozás.

2011 májusától a lelkészi szolgálatot Fazekas György atya látja el (06-20-8244586).

A Katolikus Alkoholistentő Szolgálat és a Szent Erzsébet Karitás Szendélybeteg-segítő Lelki Központ elérhetőségei:

1035 Budapest Kórház u. 37.

Telefon és fax: 06-1-242-2330

E-mail : kaszlelkikozpont@freemail.hu

Honlapunk: <http://www.kaszlelkikozpont.hu>

Nyitva tartás (amikor megtalálhatóak vagyunk): hétfő – péntek, 9 – 17 óra

⁴ Hogyan működik az Alpha Kurzus?

<http://alphakurzus.hu/bemutakozas/hogyan-mukodik-a-kurzus/>

„AVE” hétvégesorozat egyedülálló szülők részére az Emmánuel Közösség szervezésében

Kiknek?

Jelentkezhet minden édesapa és édesanya, aki valamilyen okból egyedül van, és még nem dolgozta föl a veszteség fájdalmát. Tehát olyan elvált, külön élő, özvegy vagy házasságot sosem kötött szülő, aki még küszködik a helyzetével. Minél frissebb a sebe, annál többet jelent a gyors segítség. Akkor is vannak szülői feladatai, ha „vasárnapi szülő”, ezért akkor is várjuk, ha nem nála vannak a gyerekek elhelyezve. Jöhetnek nem katolikusok vagy nem hívők is. Aki segítséget remél egy katolikus lelkigyakorlaton, azt nem utasítjuk el.

Miről szól?

Egyrészt az egyedülálló szülők kérdéseiről, amelyeket magukkal kapcsolatban tesznek föl:

Miért engedte ezt meg az Isten? Lehetek-e még boldog? Hogyan bocsássam meg a „megbocsáthatatlant”? Meggyógyulhat-e a múlt sebe és megszűnhet-e a jövőtől való félelem? Mi az értelme így az életemnek? Fogom-e még értékesnek érezni magam? Milyen viszonyban lehetek a volt párommal? Mi lesz a templomban tett ígéretekkel? Lehet-e még új kapcsolatom?

Másrészt a gyereknevelést érintő kérdésekről:

A gyerekeim sorsa meg van pecsételve? Hogyan neveljem egyedül a gyerekeket? Hogyan tölthetem be a szülői szerepemet, ha a gyerekek az idő nagyobb részében nem velem vannak? Hogyan segíthetem a jellemük, személyiségük fejlődését? Melyik életkornak mik a buktatói, és hogyan néztek szembe velük? Mit tegyek, ha nem akarják látni a másik szülőt? Mit tegyek, ha velem nagyon feszült a kapcsolatuk? Mit tehetek, hogy hívő emberré váljanak?

Miből áll a program?

Vannak előadások, kiscsoportos beszélgetések, közös étkezések, ima, szentségimádás, mise, kötetlen együttlét. Egy-egy AVE hétvégesorozaton kb. 30 fő a létszám, tehát az egész nagyon személyes, közvetlen, oldott légkörű. A sorstársakat hamar mély kapocs fűzi össze. Itt nem kell magyarázkodniuk, szégyenkezniük: senki nem kéri számon a múltat, nem olvassa fejükre a vétkeiket, nem vádolja, nem oktatja ki és nem ítél el őket. Együtt nézünk előre, és keressük a személyes kapcsolatot az irgalmas, szerető és gondviselő Istennel.

Miért három hétvégeből áll az „AVE”?

Fontos, hogy a résztvevők érezzék: az életük ezen nehéz szakaszán mellettük haladunk. A talpraállás, gyógyulás, megbocsátás folyamat, nem megy egyik napról a másikra. A hétvégén hallottak gyakorlatba ültetése, tettekre váltása időt igényel, ezért van egy-egy hónap a találkozók között.

(**Terveink:** hétvégesorozat gyermektelen elváltaknak, hétvégesorozat újraraházasodottaknak...)

Hol és hogyan érhető el az egyedülálló szülőknek szóló „AVE” szolgálat?

www.avelap.hu – egyedulalloave@gmail.com – 06/30-9000-713

Madocsai Bea

szolgálatfelelős

06/30-3579-218

Az Eucharisztia, az egyéni keresztény élet forrása.

Az első év felkészülési anyaga plébániánknak, közösségeknek.

- Iskolák
- Mozgalmak
- Karitás
- Plébániánk: Gyerekek, ministránsok, ifjúság, közösségek, táborok...

Ötleteket szeretnénk adni a 2020-as Budapesti Eukarisztikus Kongresszus első félkészülési évére, melynek a témája, „Eukarisztia az egyéni keresztény élet forrása”.

Ez az év lehetőséget ad arra, hogy egyénileg, mélyítsük kapcsolatunkat, hitünk nagy kincsével, az eukarisztia misztériumával.

Az itt csokorba gyűjtött ötletek, felsorakoztatott lehetőségek természetesen nem évülnek el az év végeztével; bízunk benne, hogy a későbbiekben is hasznosnak bizonyulnak majd.

Nem titkolt szándékunk, hogy hitünknek új lendületet adjon, s beépüljön egyéni és közösségi életünkbe.

A Szentlélek vezessen bennünket, hogy az előttünk álló évben minél teljesebben fogadhassuk be Isten számunkra készített ajándékait!

Gáspár István

az Országos Lelkipásztori Intézet igazgatója

Az előttünk álló felkészülési év íve, 2017 pünkösdjétől 2018 pünkösdjéig.

Szeptembertől karácsonyig a szentmise igeliturgiájának és az azzal kapcsolatos dolgoknak
Nagybőjt a szentmise áldozati részének
Húsvéti idő, a szentáldozás, mint önmagam odaajándékozás és Krisztus testének elfogadása.
Pünkösd, mely küldetést ad.

-

Vegyük nagytitkó alá eddigi személyes kapcsolatomat az eukarisztia titkával.

- Mit jelent számomra Jézus valóságos jelenléte az Oltáriszentségben?
 - Azért játszik fontos szerepet az életben, mert ..
 - Eddig azért nem figyeltem fel rá, mert...
 - Ha valaki megkérdezné tőlem, miért hiszek az eukarisztia titkában, azt válaszolnám, hogy...
 - Számomra a szentmise azt jelenti, hogy...
 - Azért örömet élek benne, mert...
 - A szentmisén való részvételben az jelent számomra nehézséget, hogy ...
 - Arra vágyom leginkább a szentmisén való részvételben, hogy...
 - Az hátráltat ebben, hogy...
 - Az segítene ebben, hogy...
 - Ha nem hinnék, az eukarisztia titkában, az számomra azt jelentené, hogy...
 - A szentmisén való aktív, odafigyelésemet az akadályozza, hogy...
 - A hitben való növekedésben az segítene, ha...
 - Mit jelent számomra az oltáriszentség?
 - ...amit megvallok?
 - ...amit megélek?
 - ...amit ünneplek?
 - ...amit megízlelek?
 - ...amit megosztok?
 - Az oltáriszentséggel való kapcsolatom története
 - Belé vetett hitem krízisei
 - A legemlékezetesebb szentmise életemben az volt, amikor...
- A szentmisék után vagy a közösségi alkalmak során süteményeket is oszthatunk, amelyekbe a „szerencse sütik” mintájára kis cédulákon szentírási igéket, idézeteket sütünk.
 - Készítünk három éves felkészülési tervet a templom szentély, a liturgikus eszközök, terítők, ruhák megújítására.
 - Eukarisztikus beszéd átírási munkájaMit csináljak a szentségimádás ideje alatt? Tanúlni a csendes szentségimádást

Október

rózsafüzér

131. Milyen módon emlékeztethetjük a templomainkba betérőket a az Eukarisztikus Kongresszusra való készület évére?
132. Melyek azok a könyvek, amelyek táplálni, mélyíteni tudják hitünket az eukarisztiában az év során?
133. Október a rózsafüzér hónapja – „Aki nekünk az eukarisztiában adta önmagát”
 - Legyen nálunk a rózsafüzért amerre csak járunk, hordozzuk az autóinkban, a zsebünkben.
 - Milyen szerepet játszik a rózsafüzér az életben?
 - Imádkozzunk a családban közösen egy-egy tized rózsafüzért!
 - Tartsunk alkalmakat, amelyek során az egyházközség különféle csoportjai, közösségei vezetik a rózsafüzért.
 - Népszerűsítsük a rózsafüzér-társulatot! Öt percet adj a napodból, és életedben, halálodban minden hónapban lesz érted szentmise.
 - Tartsunk a tagok számára közösségi alkalmakat is, amelyek során beszélgetni tudnak egymással.
134. Imádkozzunk közösen reggel, délben és este az Úrangyalát akár egyénileg, akár a családban vagy közösségeinkben egy-egy konkrét szándékra!

November

- Az eukarisztia vételének feltétele a kegyelmi állapot. Tartsunk bűnbánati napot, bűnbánati liturgiát adventben és nagybőjtben. Ezekre az alkalmakra célszerű több gyóntató atyát is meghívni.
- Teremtünk teret a kölcsönös kiengesztelődésre a családban is (a szülőknek egymás között, a szülők, a gyermekek és a nagyszülők között).
- Mit tehetnék, hogy szentgyónásaim rendszeresebbek legyenek? Mikor, hol tudok gyónni? Hogyan készülhetnék fel rá jobban, hogy a kiengesztelődés valóban ünnep lehessen?
- Van-e lelkivezetőm? Ha nincs, kérjem Istent, hogy küldjön nekem egyet! Ha van, adjak hálát és imádkozzak érte minél gyakrabban!
- Advent közeledtével hívjuk közös koszorúkészítésre a családokat, akik otthon együtt imádkozhatnak esténként az elkészült adventi koszorú mellett. Ha lehetséges, az alapanyagokat a plébánia szerezzze be. A koszorúkészítés végeztével tarthatunk rövid beszédet, beszélgetést az advent jelentőségéről, együtt imádkozhatunk. Nem barkácműhelyről van szó, hanem az advent lelkületének átadásáról.
- Szólítsuk meg azokat, akik az elmúlt évben temetést kértek; hívjuk meg őket az elhunytakért mondott szentmisére, amelyet közös beszélgetés követ.

- Hogyan csendesíthetem le jobban adventben az életemet? Hol tudom csökkenteni a televízió, a számítógép, a rádió használatát?

December

Téma:

- Jézus Krisztus Hogyan lehet vonzóvá tenni a gyermekek számára a rórate szentmiséket? A szentmise után tartsunk közös reggelit, játszunk társasjátékokat, beszélgessünk a gyerekekkel. Kerüljenek szóba az adventre tett elhatározások, jófeltételek is!
 - Tartsunk imádságos virrasztást vagy versekkel, énekekkel gazdagított ünnepélyes gyertyagyújtást az advent első vasárnapját megelőző szombaton.
135. Az év során egyszer szánjunk időt arra, hogy részt vegyünk egy lelki gyakorlaton valamelyik hazai lelki gyakorlatos házban. Néhány lehetőség:
- Szív Lelkiségi Központ (Tahi) – <http://www.sziv.communio.hu/>
 - Életrendezés Háza (Püspökszentlászló) – <http://eletrendezeshaza.hu/>
 - Manréza Lelki gyakorlatos Ház (Dobogókő) – <http://manreza.hu/>
 - Mater Salvatoris Lelki gyakorlatos Ház és Konferenciaközpont (Gödöllő) – <http://www.matersalvatoris.hu/>
 - Szent Gellért Lelki gyakorlatos Ház (Leányfalu) – <http://szentgellerthaz.katolikus.hu/>
136. Nézzünk közösen filmeket! Az alábbi lista szabadon kiegészíthető.
- Robert Barron amerikai pap az internetet használja az evangelizációra. Filmjei a <http://www.wordonfire.org/> honlapon érhetők el.
 - Az utolsó hegycsúcs (La última cima, spanyol film)
 - Sugárzó életek sorozat: életrajzi filmek Mária, Boldog XXIII. János papa, Boldog II. János Pál papa, Péter apostol, Avilai Szent Teréz, Szent Pio atya, Szent Fausztina nővér, Szent Ágoston, Assisi Szent Ferenc, Pádúai Szent Antal, Casciai Szent Rita, Kalkuttai Boldog Teréz anya, Bosco Szent János és más szentek életéről.
 - Keresztény filmek a <http://www.keresztenyfilmek.hu> weboldalról.
 - Dokumentumfilmek a torinói lepélről, a qumrani tekercsekről.
 - Szent Család vasárnapján hívjuk meg a templomba a jubiláns házaspárokat, akik megújíthatják a házasságkötéskor tett ígéreteiket a szentmisében. Az anyakönyv alapján visszakéreshetők az egyházközségben kötött házasságok időpontjai. Ez a találkozás is lehetőség az evangelizációra!
137. Elevenítsük fel a „szentcsalád-járás” hagyományát a plébánia közösségeiben!

Január

Téma:

ima, szentségimádás

138. Lehetőséget teremtek arra, hogy hetente egyszer eljussak szentségimádásra! Milyen lehetőségek adóttak erre a lakóhelyemen? Keressek társakat, akikkel közösen vállaljuk a

szentségimádást. Ha kell, a templomkulcsot plébánosomtól is elkérhetem.

139. Imádkozzunk együtt a családban, együtt a gyermekekkel és kettesben házastársammal is!
140. Egy rövid templomlátogatás során gondoljam át: milyen akadályok állnak imaéletem útjában? Mi tudná segíteni imaéletem fejlődését?
141. Hogyan helyezhetném Istent életem középpontjába? Mit tehetek ezért konkrétan személyes életemben, családom életében és közösségünkben?
142. Egy szentségimádás során gondoljam át, van-e az életemnek olyan területe, amely rendezésre szorul? Mit jelent számomra az életrendezés? Hol szeretné Jézus gyógyítani az életemet?
143. Hetente egyszer tartsunk egész napos szentségimádást templomunkban!
144. Egy csendes ima, szentségimádás során kérdezzem meg Jézustól: *„Uram, mi a következő lépés számomra az életszentség útján? Hol vársz engem? Mit kell elhagynom és mit kell megtennem? Mivel tudnék örömet szerezni Neked?”*

Február

145. Alakítsunk ki családi szentélyt, imasarkot otthonunkban, ahol el tudunk helyezni egy ikont, gyertyát vagy Szentírást a közös imádsághoz. Hívjuk meg plébánosunkat, hogy áldja meg az imádságnak ezt a helyét. A családon belül is adjunk egymásnak ötleteket a közös imádságra.
146. Írjunk imádságot családunkért, közösségünkért, amelyet ebben a hónapban minden nap közösen mondunk el.
147. Tartsunk felnőtt katekézist a plébánián.
148. A házszenelés mindig kiváló alkalmat nyújt a családlátogatásra! Teremtsünk erre lehetőségeket a hónap során.
149. Tudom-e, mikor volt a keresztelésem, elsőáldozásom, bérálásom napja? A születésnapomon túl ünnepelem meg ezt a napot is azzal, hogy imádkozom szüleimért, keresztszüleimért és a papért, aki megkeresztelt.
150. Szervezzünk eukarzsziára irányuló családtábort! Az esemény gyakorlati megvalósításához segítséget találunk az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján (<http://oli.katolikus.hu>).
151. Az egyházközség képviselőtestülete
152. A felnőtt hittanóráin ebben az évben válasszunk témaként
153. Használjuk ki a házasság hete adta lehetőségeket, amely ugyan nem egyházi, hanem civil kezdeményezés, ám nagyon is építhetünk rá, hiszen épp e jellegénél fogva evangelizál. Hívjunk előadókat, tartsunk programokat – s ezekre meghívhatjuk a nem hívő házaspárokat is.
154. Szervezzünk családi, közösségi vagy plébániai zarándoklatot. Keressünk felelősöket, akik az időpontot és a helyszínt, és segítenek összefogni a szervezést.
155. Szervezzünk találkozókat a már meglévő kiscsoportok, közösségek – például egyházközségek, esperesi kerületek – között, ahol helye van a tanúságtételeknek, beszélgetéseknek és a közös imádságnak.
156. Hívjuk meg egy-egy jól előkészített plébániai eseményre néhány lelkeségi mozgalom képviselőit! Adjunk lehetőséget a velük való találkozásra, beszélgetésre.
157. Kapcsolódjunk be a kerület, a város, a falu életébe! A falunapon az egyházközség is állítson sátrat, amelyben minden korosztálynak programot kínál. Vonzó módon adjunk lehetőséget

az egyházközséghez való csatlakozásra. A sátorban gyűjtsünk imaszándékokat is – a látogatók névtelenül, cédulára írva helyezték imaszándékaikat egy ládába, s a következő vasárnap ezekért a szándékokért imádkozzon a közösség.

158. Egy gyalogos zarándoklat során megéljük, hogy a hit folyamatos úton-lét Isten felé. A plébánia zarándoklatát segítheti, ha valamelyik kiépített zarándokúton kelünk útra. Ennek megszervezésében a zarándokutak kialakítói is segítségünkre lehetnek. További információt a <http://www.viamargaritarum.info> és a <http://mariaut.hu> oldalon találunk.

Március

kiengesztelődés, bűnbánat

159. Mennyire tudok szabad lenni és szabaddá válni azoktól a dolgoktól, amelyekhez ragaszkodom? Van-e, olyan tárgy, amit már nem használok, és másnak adhatom? Min csüng a szívem, az időm és a pénzem?
160. Mennyit imádkozom egyénileg és családban, közösségben plébánosunkért, püspökünkért és a Pápáért? Mit tehetek a papi hivatások növekedéséért?
161. Nagyböjt péntekjein – a rózsafüzér októberi közös imádkozásához hasonlóan – vezethetik az egyházközség egyes csoportjai a keresztutat (beleértve a hittanos gyermekeket is).
162. Tartsunk egyházközségi böjtöt, amelyet felváltva naponta egy-egy család vállal el.
163. Alapos (élet)gyónással készülök húsvét ünnepére. Felkészülési anyag – lelkitükör – található az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
164. Ha van nehéz emberem, haragosom, megpróbálok többet imádkozni érte ebben a hónapban. Keresem a lehetőséget, hogy lépéseket tegyek felé.
165. Döntöttem-e már életemben tudatosan Jézus mellett? A héten kimondhatom egy imában: *„Uram, szeretném, ha Te lennél az első helyen az életemben; a Tiéd vagyok, Hozzád akarok tartozni véglegesen.”*
166. Ha tékozló fiúként elhagytam az „atyai házat”, hogyan tudnék visszatérni Isten szeretetéhez?
167. Családomban beszéljünk arról, hogy a nagyböjt folyamán milyen módon gyakorolhatjuk a böjt különböző formáit – a kéz, a száj, a has, a szem, a fül böjtjét?
168. Tartsunk éjszakai keresztutat (nemcsak) fiataloknak!
169. Ebben a hónapban tegyük szebbé, díszítsük fel templomunkat, kápolnáinkat, kálváriánkat! Fedezzük fel a környezetünkben található útmenti feszületeket, kápolnákat, s ha szükséges, tegyük rendbe őket. Ha van rá mód, állítsunk ilyet!
170. Hívjuk meg a plébániára vagy látogassuk meg az egyházközségben szolgált plébánosokat, káplánokat!

Április

a vasárnap megszentelése

feltámadás

171. A vasárnap az Úrban való megpihenés napja. Valóban annak tartom-e? Mit tehetnék, hogy még inkább az ünnep napja legyen számomra és családom számára egyaránt? Sokat segíthet ennek átgondolásában Boldog II. János Pál pápa Dies Domini kezdetű apostoli levele a vasárnap megszenteléséről.
172. E hónapban töltsék minél több időt családommal a természetben. A következő vasárnapok egyikén menjünk együtt kirándulni!
173. Áldjuk meg az egyházközség autói, motorkerékpárjait, kerékpárjait, babakocsijait az egyik vasárnapi szentmise után a plébánián vagy a templom előtti téren. Erre az alkalomra meghívhatjuk azokat is, akik nem járnak templomba.

Május

a Szentlélek

174. Hogyan tudnék tanúságot tenni hitemről közvetlen környezetemben, az iskolában, a munkahelyemen, a családomban? Mit tehetek azért, hogy Jézus ott legyen ezeken a helyeken? Hogyan tudnám kollégáimat, társaimat, családtagjaimat segíteni abban, hogy találkozzanak Isten szeretetével?
175. Engedjem, hogy a Szentlélek megszólítson, kövessem indításait, törekedjem arra, hogy megismerjem magamban a Szentlélek vágyódásait.
176. Hogyan tudnánk segíteni az elsősülők és szüleik felkészítésében hitoktatóinkat, papjainkat? Letölthető segédanyagokat találunk ehhez az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
177. Emlékezzem vissza bérmálásom ünnepére! Mikor, hol bérmáltak? Ki bérmált? Milyen emlékeim vannak az ünnepről? Mit jelent számomra ez a szentség? Írjak hálaadó imát a bérmálásban kapott kegyelmekért.
178. Tartsunk a pünkösdhöz kapcsolódóan egyházközségi majálist, juniálist. Délelőtt tartsunk gyermekprogramokat, délben szentmisét, közös bográcsozást, majd délután családi szabadidős programokat (pl. mentő- vagy tűzoltóautó-bemutató, autók és egyéb járművek megáldása, íjászat, kézművesség stb.).
179. Ünnepek vagy világnapok alkalmával áldjuk meg a különböző életállapotokban élőket (pl. szülőket, nagyszülőket), a különféle hivatásokat gyakorlókat (pl. pedagógusokat, egészségügyben vagy tömegkommunikációban dolgozókat).
180. Ebben a hónapban keressek alkalmakat arra, hogy szolgáljam egyházközségemet, közösségünket. Hogyan tudnék részt venni családommal a templom és a plébánia szolgálatában? Számos lehetőségünk adódik: felolvasás a szentmiséken, templomtakarítás, díszítés, körmenetek segítése stb. Mit tehetek templomunk felújításáért?
181. Imádkozzunk az egyházért, amely olyan mértékben lesz hiteles és elkötelezett, amilyen mértékben én magam is azzá válok.
182. Kutassuk fel templomunk történetét, és tegyük közzé kutatásunk eredményeit!

Június

Téma:

ifjúság

idősek, rászorulóok

183. Szervezzünk lelkigyakorlatot plébániánk fiataljainak valamelyik szerzetesközösségnél.
184. Mit tehetünk plébániánk weboldaláért, internetes megjelenéséért? Hogyan ragyoghat át ezeken a felületeken az evangélium fénye?
185. Hogyan hirdethetjük Jézust településünk nem hívő lakóinak? Hogyan válhatunk meghívó egyházzá?
186. Mit tehetünk azért, hogy jobbak, vonzóbbak legyenek az ifjúsági hittan alkalmai? Letölthető segédanyagokat találunk ehhez az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
187. Törődjünk többet ministránsainkkal! Szervezzünk számukra ministránsgyűlést, kirándulást vagy táborot. Letölthető segédanyagokat találunk ehhez az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján.
188. Keressünk lehetőségeket az evangelizációra az interneten is. Használom-e a Facebookot, a Twitteret az evangélium továbbadására?
189. Mit tehetünk plébániánk időseiért, betegeikért? Mit tanulhatunk tőlük a betegség hittel való elfogadásáról?
 - Találjunk megoldást arra, hogy az egyedül élő idősek is eljuthassanak a vasárnapi szentmisére! Szervezzünk zárándoklatot számukra! Keressünk alkalmat a betegek kenetének ünnepélyes kiszolgáltatására!
 - Van-e lehetőség arra, hogy betegeinkhez civil áldoztatók vigyék el az Oltáriszentséget?
190. Van-e olyan szegény család vagy egyedülálló az utcánkban, környezetünkben, akiknek segíthetünk akár látogatással, akár egyéb módon?

Július

Téma:

a teremtett világ védelme

Augusztus

Téma:

a szentek

191. Tartsunk ünnepi imavirrasztást a Boldogasszony tiszteletére valamelyik Mária-ünnephez

kapcsolódóan.

192. „A szentek hite megújítja a világot” – mondta egyik beszédében XVI. Benedek pápa. Megújítja-e az én hitem is családom, környezetem, munkahelyem hitét, életét?
193. Szent István király Intelmeinek példájára én is megfogalmazhatom a magam „hagyatékát”, intelmeimet az utókor számára.
194. Kapcsolódjunk be a Vándor Evangélium programjába! A Vándor Evangélium a budapesti Városmisszió egyik hivatalos programja volt, amelyben azóta is 1700 család vesz aktívan részt. A program azzal a céllal jött lére, hogy segítse a plébániák életének megújítását és a hívek újraevangelizálását. Mottójuk: „Imádság, közösség, küldetés”. Részletek a program honlapján: <http://www.vandorevangeliu.hu>
195. Ismerjem meg jobban védőszentemet! Mit tudok az életéről? Ha csak kevésé ismerem, keressek több információt róla!

Szeptember

Téma:

évkedzet

Szent Kereszt

Szentírás

196. Vegyünk részt a Szakrális Művészetek Hete programjain! Részletek az esemény honlapján: <http://www.ars-sacra.hu>
197. A tanév elején a Veni Sancte-hoz kapcsolódva tartsunk tanszermegáldást; kérjük Isten áldását a gyermekek tolltartóira, ellenőrzőire, iskolatáskáira, amelyekkel elkezdik a tanévet. Adjunk nekik számukra is megszólító erejű szentképet, idézetet, igekártyát, amelyet az íróasztalukra tehetnek, hogy lelkesítse őket és irányt mutasson nekik, amikor nehéz a tanulás.
198. A Szentírás vasárnapján adjunk Szentírást ajándékba mindazoknak, akik ígéretet tesznek rá, hogy forgatni is fogják azt. Hívjuk meg az egyházközség híveit Szentírással kapcsolatos képzésekre, közös imádságra, közös szentírásolvasásra, amelyek során megtanulhatjuk, hányféleképpen meríthetünk Isten igéjéből mind egyénileg, mind családjainkban, kisközösségeinkben?
199. Milyen szerepet játszik a Szentírás személyes és családi életemben? Mit tehetek, hogy ne csak morzsa legyen, hanem napi táplálékká váljék számomra? Tegyem ki az asztalomra vagy más kiemelt helyre a Szentírást. Keressek alkalmakat arra, hogy megbeszéljem valakivel, mi érintett meg az aznapi evangéliumból; járjak bibliaórára. Van-e lehetőségem magammal vinni a tömegközlekedésben, a munkahelyemre, hogy napközben is olvasni tudjam, ha időm engedi?
200. Vegyünk részt a Nyitott Templomok Éjszakája programsorozatban! Hogyan tudnánk az evangelizáció szolgálatába állítani ezt a lehetőséget?
201. Tekintsünk úgy a nem hívókra, mint akik még nem ismerték meg Isten szeretetét! Mit tehetnénk akár egyéni, akár közösségi szinten azért, hogy minél többen megtapasztalják Isten szeretetét? Hogyan vihetem bele leghétköznapibb találkozásaimba is Istenhez tartozásomat?
202. Ismerem-e a Napi Evangéliumot (www.evangelium.katolikus.hu) vagy az Örömhír SMS-t (<http://uj.katolikus.hu/cikk.php?h=65>)? Népszerűsítsem ezeket az evangelizációs lehetőségeket

egyházközségben!

203. Van-e kereszt a lakásomban? Ha nincsen, hol tudnám elhelyezni?
204. Hozzunk létre férfi csoportot a plébánián, hívjuk meg a férfiakat is az ünnepi asszisztencia szolgálatába! Az első lépések megtételét könnyítik az Országos Lelkipásztori Intézet honlapján található segédanyagok.
205. Van-e templom iskolám, munkahelyem közelében? Keressek lehetőséget arra, hogy napközben vagy hazafelé tartva betérjek néhány percre.
206. Próbáljam meg konkrét tettekkel kimutatni szeretetemet családom, munkatársaim felé!
207. Beszéljük meg közösségünkben, plébánosunkkal, hogy az év során havonta feldolgozunk egy-egy pápai enciklikát.

Október

Téma:

szentségek

208. Hol az Oltáriszentség helye az életemben, a családom, közösségem életében? Mit tehetek annak érdekében, hogy újra felfedezhessük a szentmise és a szentségimádás értékét? Mit tehetek, hogy családommal minél aktívabban vegyünk részt a szentmisén? Fontos tudatosítanunk magunkban a szavakon túl azokat a mozdulatokat, amelyeket a liturgia során teszünk, mint a térdhajtás, a mellverés vagy a keresztvetés.
209. Mivel tudnám segíteni önmagamot és családomat, hogy mélyebben átélhessük a vasárnapi szentmisét? Segítheti a felkészülést és az elmélyülést az Új Ember Kiadónál megrendelhető Adoremus liturgikus folyóirat rendszeres forgatása. Van-e lehetőségem arra, hogy időnként hétköznapi szentmisékre is eljussak?
210. Házastársammal keressünk alkalmat arra, hogy hetente egy estét, havonta egy napot, évente egy hétvégét kettesben töltsünk, gyermekek és unokák nélkül. Idézzük fel, melyek voltak közös életünk legmeghittebb pillanatai. Adjunk hálát értük együtt!
211. A héten szánjunk időt arra, hogy megbeszéljük házastársammal a következőket:
 - *Miért vagy hálás leginkább velem kapcsolatban Istennek?*
 - *Mi az, ami nehézséget okoz neked kettőnk kapcsolatában?*
 - *Mit tehetek azért, hogy boldogabb légy?*
212. Ünnepeljük meg házassági évfordulónkat! Vegyük elő ismét az esküvői szentírási szövegeket, az eskető pap akkori tanácsait, az ünnepen készült fényképeket. Írjunk közösen imát házasságunkért. Újítsuk meg hűségígéretünket egy szentmise keretében vagy utána. Szervezzünk kiállítást a plébánián az elmúlt korok esküvői képeiből, szokásaiból.
213. Tartsunk agapét egy-egy ünnephez, templombúcsúhoz kötődően a szentmise után.

November

214. Végezzünk kilencedet a tisztító tűzben szenvedő lelkekért (ajánlott november 2. és 9. között)

végezni). Elmélkedjük át a Credo utolsó sorait: „*hiszem (...) a szentek közösségét, a bűnök bocsánatát; a test feltámadását és az örök életet.*” Mit jelentenek számomra ezek a sorok?

215. Tegyük szemlélődő, csendes sétát egy temetőben, „beszélgessünk” az elhunytakkal.

216. Ki templomunk, plébániánk védőszentje? Hogyan tudjuk ünnepélyesebbé tenni templomunk búcsúját családjaink, közösségeink segítségével? Hívhatunk vendég atyákat az ünnepi szentmisére, árusíthatunk egyházi könyveket, tarthatunk a gyermekek számára bábelőadást, a felnőttek számára filmklubot, étkezhethetünk közösen az ünnepi szentmise után stb.

217. Van-e temetőnkben papi, szerzetesi sír, sírkert? Gondozza-e valaki ezt? Keressük fel együtt!

