

Nagyböjti levél

A szent negyven nap a bűn ballasztjai kidobálásának, a tisztulásnak, a megtérésnek az ideje. Legyen ezért megtervezett a nagyböjtöd!

1. Legyen ez az időszak az Istenhez való közeledés útja!

Legyen helye benne az aszkézisnek! Az emberek elszoktak ettől a szótól, ami szüntelen gyakorlást jelent: nagylelkűséget Isten akaratának teljesítésében, a felajánlásban és az önátadásban. Neked kell a testeden uralkodni és nem fordítva! Ne kényeztesd a testedet!

2. Ne légy minimalista! Ahogy az Úr nagylelkű veled, légy te is az!

Próbáld meg kenyérrel és vízzel böjtölni! Ne annak örülj, hogy kopog a szemed, hanem annak, hogy Istennek ajándékot készítesz ezzel és engesztelésül felajánlod. De ezt csak akkor folytasd, ha ez nem akadályoz kötelességed teljesítésében!

Miért pont kenyeret és vizet? Isten nem azt akarja, hogy éhez, hanem hogy a szegények életét éld. Aki szegény, mint Mária volt, az nyitott az Úr előtt, minden ember előtt.

A megélt ateizmus azt jelenti: „Isten, nincs rád szükségem!” Ha én egy napot szegényként élek, akkor elindul bennem egy folyamat, tisztulás kezdődik bennem, eltávolodom anyagiasságomtól és kinyílok Isten szeretetére. Mindenki, aki lélekben ilyen módon szegény, az megbocsát, az ki akar engesztelődni, nem mondja soha az Úrnak: nincs szükségem rád.

Ez Isten országa: nyitott vagyok Istenre, kiengesztelődöm vele és az emberekkel, a békét keresem, szeretek másokat, és segítek ott, ahol tudok.

3. Szeretetből és azonnal teljesítsd Isten akaratát a kis dolgokban!

Keress más böjtöket is, a böjt nem egy kínkeserves, nadrágszíjszorító dolog, hanem ajándék, ami közelebb visz az Úrhoz.

Ilyen lehet a tévézésről, az édességről, a kényelemről való lemondás, vagy például az, hogy többet olvasod a Szentírást, próbálsz kedvesebb lenni másokhoz... Légy találékony!

Régebben a szerzeteseknek vezeklőve volt, s szerzetesi ruhájuk is Istenre figyelmeztette őket. Nekünk nincs ilyen, de az önmegtágadás alkalmas erre a feladatra.

4. Vegyél részt keresztúton!

Nagyon fontosnak tartom a keresztutat, ez az Egyháznak a szemlélődésbe bemenő ősi kincse. Jó volna, ha nagyböjtben mindennap átímádkoznál egy-két állomást Jézus keresztútjából. Péntekenként pedig próbáld eljönni a közös keresztútra!

5. Elmélkedd, imádkozd át a Szentírásból Jézus szenvedésének történetét!

6. Legyenek pozitív elhatározásaid az életedre vonatkozóan!

Ilyen időszakokban, az ember sok kegyelmet kap Istentől. Egy nagyböjtben kezdtem el a rózsafüzér imádkozását, azzal az elhatározással, hogy a negyven nap alatt imádkozni fogom, és utána már nem is tudtam abbahagyni.

De elhatározhatod a napi rendszeres Szentírás-olvasást, a reggeli imát, vagy azt, hogy mindennap legalább negyedórával többet imádkozol, mint eddig. Elmehetsz szentségimádásra minden héten (vagy gyakrabban). Elhatározhatod, hogy többet tanulsz, hogy Isten dicsőségét ezzel is szebbé tedd, vagy többet segítesz otthon. Rengeteg lehetőség van.

7. Ez az időszak a megtérés ideje is

Ha úgy érzed, hogy Isten még nincs jelen az életedben, még nem adtad át magadat egészen neki, akkor itt az ideje. Ő már régen keres téged, kezd el te is keresni Őt, és találkozni fogsz Vele. Hogy mit kell tenned? Olvasd el a következő evangéliumi szakaszt: Mt 6,24-34.

Kezdj el imádkozni, de ne csak az ajkaddal, hanem a szíveddel is! Szánj időt Istenre!

Ha azt akarod, hogy a munkád lefáraszon és fáradt, rosszkedvű légy, akkor tanulj, dolgozz sokat és imádkozz keveset, de ha azt akarod, hogy munkádon Isten áldása legyen, jöjj el a templomba és Istentől a százszorosát fogod visszakapni!

A legsúlyosabb bűnünk, hogy a tévéből isten lett. Otthon az határozza meg a ritmust, a napi beosztást. Ki kell dobni a tévét életed középpontjából, és Istent, akit addig a sarokba dobtál, kell a helyére állítani.

8. Nemcsak a lelkünket kell megtisztítani, hanem a környezetünket is!

Ki kell dobni az életedből mindazt, ami eddig nélkülözhetetlennek tűnt, de igazából fölösleges és csak lehúzza a testedet vagy a lelkedet. Nem a sok ruha, játék tesz boldoggá! Nézd meg, mi az, amire nincs szükséged és add oda a szegényeknek! Meg fogod látni, hogy szabadabb és kevésbé aggályoskodó leszel. Mindent el kell hagynunk, ami akadályoz, hogy Istennek élhessünk, és teljesen meg kell nyílnunk előtte. Ha nagyon boldog életet akarsz élni, élj egyszerű, alázatos életet, imádkozz, böjtölj, szeresd a melletted levő embert és engedd, hogy problémáidat Isten oldja meg.

Valaki azt mondta: „Nincs időm Istenre”. A válaszom ez volt: „Te ateista vagy. 24 óra áll a rendelkezésedre. Így van időd aludni, enni, szórakozni, megszólalni másokat, veszekedni, csak imára nincs időd. Ha Isten képviseli a legkisebb értéket életedben, akkor ateista vagy!”

Ezekben a napokban Isten téged is meghív egy egészen bensőséges, baráti kapcsolatra, csupán IGENT kell rá mondanod.

9. Pozitív elhatározások

Érdemes nemcsak olyan elhatározást tenni, hogy mit nem teszünk nagyböjtben, hanem olyat is, ami segít abban, hogy életünk egyre inkább olyan legyen, amilyennek Isten megálmodott bennünket. Természetesen nyesegethetjük azt, ami elválaszt tőle, vagy megakadályoz a hozzá közelebb jutásban, de fontos olyan pozitív elhatározást is tennünk, ami kibontakoztatja az Isten arcára való teremtettségünk vonásait.

Szép húsvéti készüléket kívánok: István atya