Isten hozott az imasétán!

Az imaséta állomásai nem egymásra épülnek: annyin és olyan sorrendben veszel részt, amennyin szeretnél.

A legtöbb állomásnál egyszerre több ember is lehet, de próbálj odamenni, ahol kevesen vannak.

Ez egy csendes, egyéni út, ne odabent beszélgess!

Próbálj meg megérkezni, elcsendesedni, ne a többiekre, hanem Istenre figyelni!

Jó utat!

**Első állomás**

**Szentlélekváró**

Az itt lévő gyertya Istent jelképezi.

Hol vagy most Istenhez képest?

Milyen vele a kapcsolatod?

Helyezkedj el a gyertyától olyan távolságban, ahogyan érzed magad az istenkapcsolatodban.

Légy csendben!

Imádkozz, kérd a Szentlélek jelenlétét, vezetését!

**Második állomás**

**Beszélgetés Jézussal**

Foglalj helyet!

Gondolj arra, hogy a melletted lévő széken itt ül Jézus!

Mit mondanál neki? Mit mondana neked? Beszélgess vele!

Mondd el neki, ami benned van, kérdezd meg tőle, ami foglalkoztat, és légy csendben!

Figyelj a válaszára!

**Harmadik állomás**

**Hármas fonál**

*„Megteremtette Isten az embert a maga képmására, Isten képmására teremtette, férfivá és nővé teremtette őket.”*

*(1Móz 1,27)*

*„Jobban boldogul kettő, mint egy: fáradozásuknak szép eredménye van. Mert ha elesnek, föl tudják segíteni egymást. De jaj az egyedülállónak, mert ha elesik, nem emeli föl senki. Éppígy, ha ketten fekszenek egymás mellett, megmelegszenek; de aki egyedül van, hogyan melegedhetne meg? Ha az egyiket megtámadják, ketten állnak ellent.*

*A hármas fonál nem szakad el egyhamar.”*

*(Préd 4,9–12)*

Egy férfi-nő szövetség akkor tud igazán működni, ha Isten is jelen van a kapcsolatban harmadikként. Ha ketten hármasban is vannak. Amíg tovább fonsz egyet ezekből a hármas fonatokból, imádkozz a házastársadért!

Ha már van, őérte, ha még nem tudod ki az, imádkozz érte most így, ismeretlenül!

**Negyedik állomás**

**Megbocsátás**

*„…bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek…” (Mt 6,12)*

Hallgasd meg a zeneszámot! Gondolj valamire vagy valakire, ami vagy aki bánt, dühít. Lehet, hogy haragos vagy miatta vagy fáj, amit tett. Isten azt mondta, hogy eltörli bűnünket, és álnokságainkról nem emlékezik meg. Te kinek vagy minek nem tudsz megbocsátani? Írd bele a homokba, majd töröld el…

Gondold végig, mik azok a terhek, sebek, kérdések, vádak önmagad vagy mások felé, amiket cipelsz. Írd fel őket egy papírra, majd rögzítsd a keresztre! Hiszen Jézus *„…a mi fájdalmainkat hordozta”.* Tedd le ezeket Isten elé, és tudatosítsd, hogy megbocsátotta őket! Imádkozz, hogy nyugalmad lehessen a megbocsátás felől!

Olvasd el, mit írt Jézusról Ézsaiás próféta!

*„Megvetett volt, és emberektől elhagyatott, fájdalmak férfia, betegség ismerője.*

*Eltakartuk arcunkat előle, megvetett volt, nem törődtünk vele.*

*Pedig a mi betegségeinket viselte, a mi fájdalmainkat hordozta.*

*Mi meg azt gondoltuk, hogy Isten csapása sújtotta és kínozta.*

*Pedig a mi vétkeink miatt kapott sebeket, bűneink miatt törték össze.*

*Ő bűnhődött, hogy nekünk békességünk legyen, az ő sebei árán gyógyultunk meg.*

*Mindnyájan tévelyegtünk, mint a juhok, mindenki a maga útját járta.*

*De az Úr őt sújtotta mindnyájunk bűnéért.”*

*(Ézs 53,3–6)*

**Ötödik állomás**

**Idő**

*„Mert ezer esztendő előtted annyi, mint a tegnapi nap, amely elmúlt, mint egy őrváltásnyi idő éjjel.*

*Életünk ideje hetven esztendő, vagy ha több, nyolcvan esztendő, és nagyobb részük hiábavaló fáradság, olyan gyorsan eltűnik, mintha repülnénk.*

*Taníts úgy számlálni napjainkat, hogy bölcs szívhez jussunk!” (Zsolt 90,4.10.12)*

Minek van most az ideje a te életedben? Mi van mögötted? Hol tartasz? Mi van előtted? Hogyan töltöd az idődet? Megkérdezed-e Istent, mikor mit tegyél, mennyi időt tölts el a dolgaiddal? Imádkozz útmutatásért, hogy bölcsen tölthesd az idődet! Imádkozz, hogy meglásd, minek az ideje van most az életedben!

*„Mindennek megszabott ideje van, megvan az ideje minden dolognak az ég alatt.*

*Megvan az ideje a születésnek, és megvan az ideje a meghalásnak.*

*Megvan az ideje az ültetésnek, és megvan az ideje az ültetvény kitépésének.*

*Megvan az ideje az ölésnek, és megvan az ideje a gyógyításnak.*

*Megvan az ideje a rombolásnak, és megvan az ideje az építésnek.*

*Megvan az ideje a sírásnak, és megvan az ideje a nevetésnek.*

*Megvan az ideje a gyásznak, és megvan az ideje a táncnak.*

*Megvan az ideje a kövek szétszórásának, és megvan az ideje a kövek összerakásának.*

*Megvan az ideje az ölelésnek, és megvan az ideje az öleléstől való tartózkodásnak.*

*Megvan az ideje a megkeresésnek, és megvan az ideje az elvesztésnek.*

*Megvan az ideje a megőrzésnek, és megvan az ideje az eldobásnak.*

*Megvan az ideje az eltépésnek, és megvan az ideje a megvarrásnak.*

*Megvan az ideje a hallgatásnak, és megvan az ideje a beszédnek.*

*Megvan az ideje a szeretetnek, és megvan az ideje a gyűlöletnek.*

*Megvan az ideje a háborúnak, és megvan az ideje a békének.” (Préd 3,1–8)*

**Hatodik állomás**

**Sóséta**

*„Ha valaki szomjazik, jöjjön hozzám, és igyék! Aki hisz énbennem, ahogy az Írás mondta,*

*annak belsejéből élő víz folyamai ömlenek.” (Jn 7,37–38)*

*„Ó, Isten, te vagy Istenem, hozzád vágyakozom!*

*Utánad szomjazik lelkem, utánad sóvárog testem, mint kiszikkadt, kopár, víztelen föld.” (Zsolt 63,2)*

Isten nagyon tud hiányozni, de könnyű megszokni ezt a hiányt… Ilyenkor a lelkünk kiszikkadt, kopár, víztelen föld. Most ezt élheted át…, és azt, hogy mit jelenthet a kiszáradt földnek a víz. Az asztalon lévő kiskanalak egyikével vegyél a szádba egy kis sót. Majd indulj el a szobában úgy, hogy a sót a szádban tartod!

Amikor szükségesnek érzed, indulj vissza, és igyál vizet!

Közben imádkozz Isten jelenlétéért az életedben! Imádkozz, hogy a Szentlélek csillapítsa lelked szomjúságát! Gondolj a lelkedre és Jézusra, az élet vizének forrására!

**Hetedik állomás**

**Imalánc**

Istennek fontosak az imáid. Ahogyan mindenki másé is.

Ez az imalánc jelképezi, hogy mindannyian egy emberként, egy közösségként, gyülekezetként vagyunk Isten előtt.

Fogalmazd meg a háládat, kérésedet, majd fűzd vele tovább a láncot!

**Nyolcadik állomás**

**Imák a falon**

A keresztyénség nem velünk kezdődik, de még csak nem is a szüleinkkel vagy a nagyszüleinkkel.

Beletartozunk egy nagy családba, amelynek már több mint kétezer éve vannak tagjai.

Olvass el néhány imát távolabbi vagy közelebbi „rokonoktól”! Melyik lehetne a tiéd is?

*Ha…*

Ha eltávolodunk tőle, elveszünk,

ha felé fordulunk, feltámadunk,

ha benne maradunk, rendíthetetlenek leszünk,

ha visszafordulunk feléje, újjászületünk,

ha benne lakunk, akkor élünk.

*(Augustinus, 354–430)*

*Reggeli ima*

Krisztus, Világosság,

vezess és világosíts meg engem.

Krisztus, Pajzsként

védelmezz engem.

Krisztus alattam,

Krisztus fölöttem,

Krisztus mellettem,

a bal és jobb kezem felől.

Ezen a napon légy bennem vagy körülöttem,

szerényen és alázatosan, mégis teljes erőddel.

Legyél azok szívében, akikkel beszélek

és azok szájával, akik szólnak hozzám.

Ezen a napon légy bennem vagy körülöttem,

szerényen és alázatosan, mégis teljes erőddel.

Krisztus, Világosságom,

Krisztus, Pajzsom,

Krisztus mellettem,

a bal és jobb kezem felől.

(Részlet a *Szent Patrik páncélja* imából)

*Imádság humorért*

Jó emésztést kérek tőled, Uram, és azt, hogy legyen mit megemésztenem. Ajándékozz meg testi egészséggel és azzal a tudással, hogy testemet épen megőrizzem. Add, hogy szentül éljek, arra törekedjek, ami jó és tiszta és így a bűn láttán ne riadjak vissza, hanem megtaláljam a módját, hogyan tudnám jóvátenni. Add, hogy ne ismerjem az unalmat, idegen legyen tőlem mindenféle zúgolódás, sóhajtozás, panaszkodás. Ne engedj túl sokat törődnöm ezzel a bennem egyre jobban terebélyesedő valamivel, ami „én”-nek nevezi önmagát. Egy kis humorérzéket is adj nekem, Uram, és azt a kegyelmet, hogy a tréfát megértsem. Így már az életben is részesülök egy kis boldogságban, és talán másoknak is jut valami belőle.

*(Morus Tamás 1478–1535)*