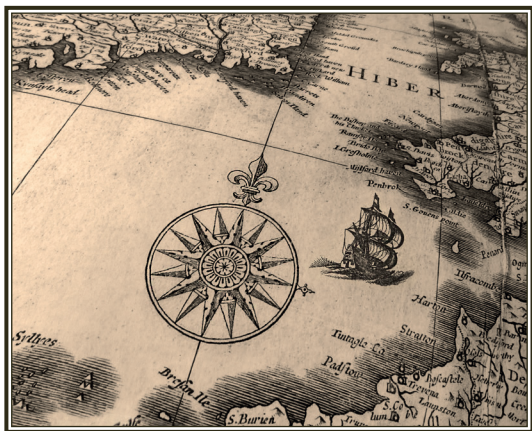




**MCSSZ Táborkereszt
katolikus cserkészek imakönyve**

Cserkészélet imakönyve



Velemjáró a cserkészösvényre

„Kit nevezek én cserkésznek? – Azt, aki mindenben jó példát mutat. Nem durvaskodik és értetlenkedik, komoly és férfias, de emellett vidám és jókedvű is. Mindenképpen az olyan cserkészt, aki minden téren, a cserkészetben, hazájával szemben és Istennel szemben is ízig-vérig kötelességét teljesítő cserkész.”

(Kaszap István)



Kaszap István (1916-1935); a székesfehérvári 85. sz. Zrínyi cs. cs. tagja, őrvezető, kétszeres dunántúli tornász bajnok, boldoggá avatása folyamatban. Példaképünk.

„A cserkészek Isten országát hozzák e földre...”

(Robert Baden-Powell)

Az ICHTHÜSZ Közösség testvéri köszöntője!

Kedves Cserkésztestvéreink!

Isten iránti hálával vettük a hírt a Táborkereszt készülő imakönyvéről és Krisztusban testvéri szeretettel vettük kezünkbe a nyomtatásra kész kéziratot.

Mindkét közösség már régen dédelgette egy imakönyv kiadásának tervét és azt sem titkoljuk, hogy egy közös vállalkozást sem tartottunk elképzelhetetlennek. Ez utóbbi történhetett volna akár úgy, hogy megkeressük hitünk és hitgyakorlatunk közös maximumát és a kifejezésekben, gesztusokban is arra szorítkozzunk, ami mind a katolicizmusban, mind a protestantizmusban elfogadott. Ez nagyon dicséretes és nagyon nehéz vállalkozás lett volna azzal a veszéllyel, hogy végül mindkét félnek hiányérzete vagy fenntartása lett volna a művel, miként ez általában igaz minden kompromisszumra épülő tevékenységgel. A másik kínáló megoldás az lett volna, hogy hasonló szerkezetben elkészül két imakönyv, ami két nagy fejezetét adta volna az egybekötött imakönyvnek, esetleg további közös fejezetekkel kiegészülve. Ez sem valósult meg, egyszerűen azért, mert jelen imakönyv szerkesztésének híre csak akkor jutott hozzánk, amikor már nem tudtunk volna lépést tartani a szerkesztés tempójával. A megjelenést pedig egyik fél sem kívánta hátráltatni.

Ezek után megkérdezhetjük, hogy milyen lehetőség marad még a krisztusi testvériség kifejezésére az imakönyvek terén? E nem költői kérdésre öt fontos válasz fogalmazódott meg bennünk.

1. A Szentlélek Úristen áldását kívánjuk a Táborkereszt imakönyv szolgálatára és mindazokra, akik azt a maguk és cserkésztestvéreik épülésére kezükbe és szívükre veszik.
2. Elkötelezzük magunkat, hogy ez év októberére elkészítjük és kiadjuk az ICHTHÜSZ imakönyvet hasonló szerkezetben.

3. Már most köszönetet mondunk azért a gesztusért, amelynek kapcsán szabadon használhatjuk a Táborkereszt imakönyv tartalmát, és köszönettel vesszük a praktikus segítségnyújtás felajánlását is.
4. Őszinte bizalommal kérjük a csapatok, programok vezetőit, hogy testvéri bölcsességgel használják az imakönyvet és őrizzék az imakönyveket, sosem feledve, hogy a jelenlévő cserkészek – nagyon ritka kivételtől eltekintve – általában ökumenikus közösséget alkotnak, amelynek érzékenységét sebek vágása nélkül nem lehet figyelmen kívül hagyni.
5. Szívből kívánjuk, hogy ez az imakönyv most önmagában, őrizzék pedig a két imakönyv együtt hozzon Krisztusban gyógyulást és növekedést a magyar cserkészlet számára, hogy az betölthesse küldetését a „krisztusibb magyar nemzetékek” felnövekedése érdekében.

„Jézus Krisztus a cserkészletnek is Ura”

Jó munkát!

Nagy László cst.
ICHTHÜSZ főtktár

Dr. Bóna Zoltán cst.
ICHTHÜSZ elnök



Kiadó: MCSSZ TÁBORKERESZT
Jézus Szíve Plébánia 1214 Bp. Sas u. 10.
276 9323
Telefon:
Email: taborkereszt@gmail.com
Honlap: http://taborkereszt.cserkesz.hu
Kották: Ivasivka Mátyás: Cserkészek daloskönyve
Fénykép: Dr. Molnár András József (9., 28., 105. o.)

A könyv címe: Cserkészösvény imakönyve

ISBN: 978-963-08-8464-8

Nyomdai kivitelezés: PG nyomdaipari vállalkozás
Felelős vezető: Pallós Géza

Összeállították: MCSSZ Táborkereszt munkatársai
Kispál György vezetésével

Budapest, 2014

Gárdonyi Géza születése 150. évforduló-
jának évében.

Ez az imakönyv/velemjáró a németországi Szent György kato-
likus cserkészszövetség (DPSG) imakönyvének mintájára ké-
szült. Lelki vezetőjük, Guido Hügen OSB hozzájárulásával és
támogatásával.

Keresztvetés	11
Közös imáink	12
Reggeli imák	15
Esti imák	19
Étkezési imák	24
Kirándulók imája	26
Imák tábortűzre	30
Teleki Pál után	31
Útjelek	32
Elindulás	33
Döntés	39
Megbocsátás	44
Veszély	51
Kincs	57
Közösség	63
Örömhír	69
Megállás	75
Teremtés	80
Haza	86
Segítség	92
Játék	98
Halál	105
Üdvösség útján vezető jelek	111
Hogyan ünnepeljük az Istent?	112
Gitáros miseénekek	114
Taizéi énekek	118
Az öröm útja	121
Litánia	129
Imák különleges alkalmakra	131
Kísérlet	134
Táborkereszt induló	136
Bi-Pi utolsó üzenete	137

Ajánlás

A cserkészlányok és a cserkészfiúk úton vannak - egész életükben. Úton a természetben, úton otthon, úton a messzeségben. Úton lenni - maga az élet! Így vezet át az ösvény egész életünkön. Kísérői vagyunk azoknak, akik velünk járnak ezt az utat. S milyen jó ha vannak eligazító útjelek. Ez az imakönyv mindkettő akar lenni: útjelző az élet dolgaiban és kísérő életünk ösvényén.

Az imakönyv három részre tagolódik. A „Keresztvetés” a cserkészélet imáit hozza. Az „Üdvösség útján vezető jelek” a tábori szentmisékre/áhitatokra kínálnak éneket. A középső „Útjelek” tizenhárom élettémára tagolódik. Ezek élet-utunk súlypontjai. Minden témához további három, ismétlődő fejezet tartozik:

- A „Gondolatébresztő” magányos, vagy csoportos elmélyülésre szolgál.
- A „Fohászok” lélegztetvélnyi szünethez juttatják a lelket.
- A „Módszertani játékok” nemcsak a fejet és a szívet mozgatják meg, hanem abban segítenek, hogy az egész test imádkozzék.

Jó utat kívánunk, amely Jézus felé vezet. Ő a sarkcsillagunk és iránytűnk végig az ösvényen. Az életúton a végső cél bűvölésében, aki: Isten.

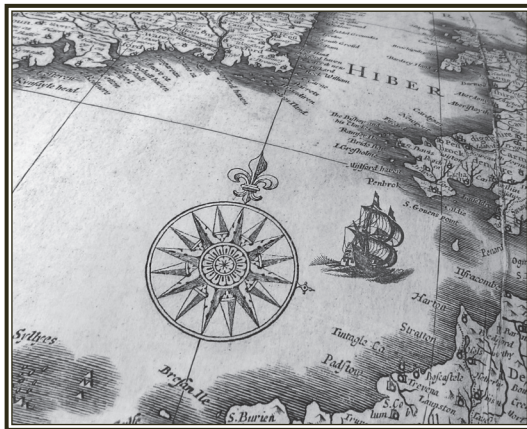
Jó munkát!

Bius Gábor bá' Ágoston bá'
Emília Hanna Laci Vilmos
Annamária Laci bá' Kati Levente



**MCSSZ Táborkereszt
katolikus cserkészek imakönyve**

Cserkészélet imakönyve



Velemjáró a cserkészösvényre

Az imádság

Öreg halász vitt át csónakján egy fiatalembert. Az egyik evezőre ez volt írva: „Imádkozzál!”, a másikra „Dolgozzál!”.

Az ifjú gúnyosan mondta: „Ósdi ember kend, bátyám! Minek az imádság annak, aki dolgozik?”...

Az öreg nem szólt semmit; csak eleresztette azt az evezőt, amelyiken az „Imádkozzál!” volt írva, s a másikkal evezett. Evezett, evezett... de csak helyben forogtak, nem jutottak előre. A fiatalember ekkor látta be, hogy a „munka” evezője mellett szükség van a másikra is: az imádságéra.

Én tehát imádom Istent, aki fölöttem van: ez az én rendszeres reggeli s esti imám;

imádom Istent, aki közöttünk van: ez az én templomi ájtatóságom;

és imádom Istent, aki bennem van: s ez az én Isten akarata szerint rendezett életem.

Nekem nem kell bűn terhe mellett előírni, hogy misére menjek, s gyónjam-áldozzam.

Nekem nem kell megparancsolni, hogy imádkozzam.

Nekem örömem, erőm, hogy mennyei Atyám van; nekem vigasztalásom, hogy az Isten szóba áll velem;

nekem legnagyobb megtiszteltetésem, hogy szabad imádkoznom!

*(Tóth Tihamér a '13-as
vági tutajútról)*



Keresztvetés



Imák mindennapi útjainkra

„Isten megadott nekünk mindent ezen a világon, hogy az életet széppé tegyessük, de rajtunk múlik, hogy jól használjuk-e az adományait.”

(Robert Baden-Powell)

Fiúk fel a fejjel, a harsona zeng,
Álljunk csatasorba vidáman.
Ránk vár a világ, ez a harc a mienk,
Katonái vagyunk valahányan.
Jó fegyverünk izmos karunk,
Égő szemünk, vidám dalunk.
Amerre nézünk, megterem
A győzelem, a győzelem.

Fiúk fel a fejjel, az óra közel,
Kel a magyar éjben a hajnal,
Most kell az erős kar, a férfiú-mell,
Ezeréves acél-akarattal.
Zúg, mint a harci trombita:
A Lomnic és a Hargita,
Értünk kiált, felénk süvölt
Az ősi föld, a drága föld.



Szabadba fiúk! A nap arca nevet,
Ott pezsdül a friss, tüzös élet.
Járjuk be a mezőt, meg a rengeteget,
Szabad ott a szabadban a lélek!
Ott szemben, szívben tiszta láng,
S az Isten arca néz le ránk.
Lehelletén ott megterem
Erő, szabadság, győzelem!

(Sík Sándor)

„Minden valamire való fiúnak vágya, hogy hazájának valamilyen formában hasznára legyen. Erre legalkalmasabb, legegyszerűbb lehetőség, ha cserkész lesz.”

(Robert Baden-Powell)

Ima összejövetel kezdetén

Mindenható Úristen!

Alázatos szívvel fordulunk Tehozzád munkánk kezdetén.

Nagya török céljaink, de gyarló a mi erőnk.

Kérünk ezért minden erő forrása, támaszd meg gyengeségeinket, és tedd eredményessé munkánkat, hogy azzal, amit teszünk, a Te dicsőségedet szolgáljuk, hazánknak és embertársainknak javára lehessünk.

Add, hogy megalkuvás nélkül törekedjünk a jellemes életre, szent igazságodtól és a becsülettől soha el ne tántorodjunk. Amen.



Ima összejövetel végén

Hálát adunk, Uram, az imént vett jókért.

Erős a szándékunk, hogy igaz jótettek fakadjanak nyomukban. Add szándékunkra áldásodat! Amen.

Néhány gyakorlati szempont a közös imához

1. Idő

A cserkész tábor reggeli és esti közös imádságaira mindig a reggeli zászlófelvonás után, illetve az esti zászlófelvonás előtt kerül sor.

2. Atmoszféra, hely

Az imádságra való előkészülethez hozzátartozik a megfelelő hangulat megteremtése is: ez vonatkozik egyrészt a jelenlévők ráhangoltságára, másrészt a helyre. A lehetséges zavaró tényezőket előzetesen hársítuk el.

Az imádságok helye legyen a táborkereszt előtti térség (a táborkereszt általában közvetlenül a zászlórúd mellett áll), ahol a csapat négyszögben, körben vagy – nagy létszámú táborok esetén – esetleg örsönként oszlopban sorakozik fel. Az esti imát kivételesen meg lehet tartani a tábortűznél is, annak lezárásaképpen.

3. Előimádkozó

Mindenképpen szükség van valakire, aki az imára való előkészületről és annak levezetéséről gondoskodik. Ez lehet a napos tiszt, egy kijelölt óravezető, rover, vagy akár egy egész órs is.

4. Kezdő- és záróformulák

Az imák „Sapkát, kalapot le! Imádkozunk!” felszólítással, majd keresztvetéssel (Az Atya, Fiú és Szentlélek nevében. Ámen.) kezdődjenek.

Ez utóbbi helyett használhatjuk a zsolozsma kezdőszavait is:

Előimádkozó: Istenem, jöjj segítségemre! (Eközben vetünk keresztet.)

Felelet: Uram segíts meg engem! Dicsőség az Atyának, a Fiúnak és a Szentléleknek, miképpen kezdetben, most és mindörökké. Ámen. (Eközben kissé meghajolunk.)

Az imádságot ugyanúgy keresztvetéssel vagy a *zsolozsma szavaival* zárhatjuk le:

(reggel) Előimádkozó: Mondjunk áldást az Úrnak.

Felelet: Istennek legyen hála.

(este): Előimádkozó: Az Úr áldjon meg minket, védelmezzon minden rossztól, és vezessen el az örök életre.

Felelet: Ámen.

Az ima végén újból „Sapkát, kalapot fel!”-t vezényeljük, majd folyik tovább a reggeli vagy esti szertartás.

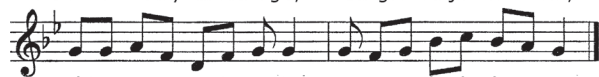
(Az „Imához!”, „Imától!” vezényszavakat ne használjuk!)

Reggeli himnusz (Jam lucis orto sidere)

Gregoriánium



1. Már kél a fénynek csillaga, Esengve kérjük az U-rat,



Járjon ma minde-nütt vel-ünk, ne rontsa ár-tás é - le - tünk.

Az 5. versszak után:



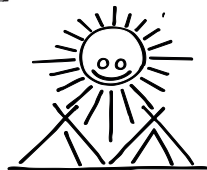
A - mén.

2. Nyelvünket fogja fékre ma,
Ne szóljon rút perek szava.
Szemünket védőn óvja meg,
A hívságot ne lássa meg.

3. Lakjék szívünkben tisztaság,
Távozzék minden döröség.
A testnek dőlőfét törje meg
Étel- s italban hősi fék.

4. Hogy majd a nap ha távozott,
S az óra újra éjt hozott,
Lemondásunk szent éneke
Legyen az Úr dicsérete.

5. Dicsérjük az örök Atyát,
Dicsérjük egyszülött Fiát
S a Lelket, a vigasztalót,
Most és örök időkön át. Ámen.



(Sík Sándor fordítása)

A táborban zászlófelvonáskor az ősi szöveget a hozzá illő, eredeti dallammal énekeltük!

Hagyjuk el a reggeli himnuszhoz méltatlan, németes háromnegyedes keringő éneklését, még ha egyes csapatoknál (sőt templomokban is) ez a zeneileg értéktelen változat terjedt el.

Reggeli imák

Hálát adok, hogy itt a reggel, hálát adok az új napon.
Hálát adok, hogy minden percem Néked adhatom.
Hálát, nemcsak a jó testvéért, hálát mindenkiért adok.
Hálát adok, hogy minden sértést megbocsáthatok.
Hálát adok, hogy munkát küldesz,
hálát adok, hogy fény ragyog.
Hálát adok, hogy lelkeim fényes, és boldog vagyok.
Hálát adok a vidám percért, hálát, ha szomorú leszek.
Hálát adok, hogy adsz elem célt, és kezded vezet.
Hálát adok, hogy hallom hangod, hálát adok a jó hírért.
Hálát adok, hogy Tested adtad minden emberért.
Hálát adok az üdvösségért, hálát adok, hogy várni fogsz.
Hálát adok, hogy ma reggel még hálát adhatok. Ámen.

Jó reggelt Istenem!

Köszönöm a pihenést, az újra ébredést,
Szereteted mindent életető erejét.
Kérlek, tölts el vele, hogy élet
legyen bennem. Tudom, Uram, hogy
mindannyiunkat a nagy Egész egymáshoz
Kapcsolódó, mégis önálló részének gondoltál
el. Világosíts meg, hogy megismerjem a
rólam való elképzelésedet.

Adj erőt, hogy ezt meg tudjam valósítani, és mindig élő része
legyek az Egésznek és soha el ne szakadjak Tőled. Ámen.

(ismeretlen)



Uram, Istenem!

Tiéd az éjszaka, és tiéd a nappal;
kezded műve a hajnali harmatcsepp és a Nap.
Add, hogy egész nap jókedvű és tiszta legyek,
a Világosság fia!

Köszönöm, hogy vagy, és hogy megteremtettél engem is.
Légy mindig jó hozzám, és a Te irgalmas szereteted ragyogjon
mindig fölöttem!

Öv meg a bűntől a mai napon, tölts el a Te Lelkeddel!
Jó akarok lenni, hogy örömöd teljék bennem, és szeretni
akarlak Téged, Uram. Ámen.

(ismeretlen)

Reggeli imák

Keresztvetés

Uram, te hívsz szolgálatodra ma reggel; én fölpattanok fekhelyemről, és sietek beállni szent szolgálatodba. Tied vagyok, mindenem a tied; - add, hogy a teremtménynek abszolút hozzád tartozását kiváltsam hűségben, korrektségben, pontosságban, felebaráti szeretetben s minél tisztább, hiúságtól, lástosságtól, emberi tekintetektől s ösztönösségtől ment tiszta szándékban.

Add a te lelkedet, s életem kialakul a te szent, édes, erős, élni érdemes akaratom szerint. Egy ambícióm van, tetszeni neked; egy nagy vágyam, hogy a te tetszésed sugara pihenjen rajtam. Ah, ez az örök életnek földre vetődött visszfénye. E fényben járni, melegedni, örvendezni, dolgozni és szenvedni és mindek előtt és fölött szeretni akarok.

Jézus szíve, imádottnak szívem, szeretlek, s kérek, add, hogy még jobban és jobban szeresselek! Ámen

(Prohászka Ottokár püspök)

„Virágok lélegzésével, kalászkok könnyével, madarak reggeli énekével, fölszálló füst ezüsfátyolával én is fölemelem hozzád lelkelem szavát, én Uram, én Istenem,... akinek keze betölt mindeneket az ő áldásával, akit köszönt a búzavirágok lélegzése, a föld párája, a pitypalattók verése. Akit illet itt minden dicséret és dicsőség. Akinek láthatatlan keze igazgatta a búzaszálat attól kezdve, hogy kizöldellt a mag a föld meleg szívére. Aki vigyázott rá, hogy kősziklára ne hulljon a mag, hogy az ég madarai ki ne szedjék, hogy a mezők vad füvei el ne egyék-igyká előle a nap világát és az eget harmatát...

Egész esztendőn keresztül szüntelen magasztal Téged az emberi szív kelettől nyugatig, naptámadattól napáldozatáig, mert mikor egyik szögletében aratnak, másikon vetnek a földnek, s egyszerre készítesz magadnak dicséretet az ekevas nyirkosságából és a kasza pengéséből, a magvető verejtékéből, akitől fogan a föld méhe, és az anya örömkönnéből, amely ráperdül az új kenyérre, mikor az első karajt szegi belőle gyermekének.”

(Móra Ferenc)

Dél van

Dél van. A templom nyitva áll. Belépek.
Jézus anyja, nem azért jöttem, hogy kérjek.

Nincs, amiért könyörögjek, vagy amit felajánljak neked.
Csak azért jöttem, Szűzanya, hogy nézzelek.

Hogy nézzelek, sírjak a boldogságtól,
tudjam, hogy a fiad vagyok és itt vigyázol.

Csak egy pillanatra, amikor minden elakad, délben
veled legyek, Mária, ott, ahol te vagy.

Semmit ne szóljak, arcodon merengvén
hagyjam, hadd énekeljen szívem a maga nyelven.

Semmit sem szólni, csak énekelni, mert a szív
túlságosan tele már,
ahogy kedvét tölti és váratlanul felcsendíti
énekét
a rigómadár.

... mert dél van s mert híveid e napon ma itt lehetnek,
és mert te mindörökké itt vagy,
egyszerűen mert te vagy Mária,
egyszerűen mert dicsérhetjük létedet,
Jézus Krisztus anyja, legyen hála neked!
(Paul Claudel, ford. Rónay György)

V: **Az Úr anygala** köszönté a Boldogságos Szűz Máriát, és ő
méhébe fogadá Szentlélektől szent Fiát. Üdvözlégy, Mária...

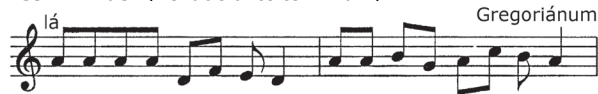
V: Íme az Úrnak szolgálóleánya, legyen nekem a te igéd
szerint. Üdvözlégy, Mária...

V: És az Ige testté lőn, és miköztünk lakozék. Üdvözlégy,
Mária...

Imádkozzál érettünk, Istennek szent Anyja, hogy méltók lehes-
sünk Krisztus ígéreteire.

Könyörögjünk! Kérünk téged, Úristen, öntsd lelkünkbe szent
kegyelmedet, hogy akik az anyagi üzenet által szent Fiadnak,
Jézus Krisztusnak megtestesülését megismertük, az ő kinszen-
vedése és keresztye által a feltámadás dicsőségébe vitessünk.
Krisztus, a mi Urunk által. Ámen.

Esti himnusz (Te lucis ante terminum)



1. A nap-vi-lág le - ál-do-zott, Kérünk, Terem-tőnk, té-ge-det,



Maradj velünk kegyelmesen, _____ Ő-rizzed, óvjad népedet!

A 3. versszak után:



A - men.

2. A rossz álmok távozzanak,
És minden éji képzelet.
Ellenségünket üzzed el,
Hogy testünket ne rontsa meg.
3. Add meg, kegyelmes jó Atyánk,
És egyszülöttje, add nekünk,
És Szentlélek, Vigasztalónk,
Örök fölséges Istenünk. Ámen.

(Sík Sándor fordítása)



A magyar cserkész hagyományoknak megfelelően énekeljük az
esti himnusz mindhárom versszakát az itt közölt dallammal!
Lásd a reggeli himnuszhoz írottakat is!

Hálát adok az esti órán, hálát adok, hogy itt az éj.
Hálát adok, hogy szívem mélyén hála dala kél.
Hálát adok a csillagfényért, hálát a sűrű éjjelért.
Hálát adok, hogy nem vagy messze,
most is küldesz fényt.
Hálát adok, hogy küldtél testvért, társként,
aki ma mellém állt.
Hálát adok, hogy megengedted azt is, ami fáj.
Hálát adok, hogy tested táplál,

Esti imák

hálát, hogy ma is szólt szavad.
 Hálát adok, hogy Ielkem biztos cél felé halad.
 Hálát adok, hogy mellém álltál,
 hálát, hogy szép az otthonom.
 Hálát, hogy munkám elvégeztem, s békén alhatom.
 Hálát adok a sok-sok jóért, hálát adok, hogy megbocsátsz.
 Hálát adok, hogy el nem hagytál, újabb útra vársz.
 Hálát adok, hogy szemed rajtam,
 hálát adok, hogy reményt adsz.
 Hálát adok, mert biztos eljössz, mint a virradat. Ámen.

Elment a nap, Istenem,
 Minden munkájával, mulasztásával, örömeivel, bánatával, és
 soha vissza nem tér.
 Te időt adsz nekünk, hogy növekedve, érlelődve termést
 hozzunk.
 Vedd el azt a keveset, amit hozni tudunk, s irgalmaddal tedd
 teljessé, egésszé.
 Atyám, elfáradtam, s minden igyekezetem mellett is sokszor
 kudarcot vallok.
 Kezedbe hajtom fejem:
 add áldásodat arra, ami sikerült,
 add bocsánatod az elhibázottakra,
 tölts el békéddel, s kérünk,
 add szereteted megújító erejét
 életünk minden napjára nekünk is, másoknak is. Ámen
 (ismeretlen)

„...az ember csak akkor tudja a jót választani, ha önuralomra
 tesz szert, és megtanul lemondani a kis kielégülésekről egy
 nagyobb cél érdekében.”

(Gabriele Kuby)

„Milyen nemes és boldog lehetne minden ember, ha esténként,
 alvás előtt önmagába tekintene, s megállapítaná, mi szépet és
 mi kivetni valót talál magában. Önkéntelenül is jobb elhatáro-
 zással kezdené az újabb napot, - és nem feledné, hogy: a tiszta
 lelkiismeret teszi erőssé az embert.”

(Anna Frank)

Esti imák

Keresztvetés

Franklin tábla

A jellemfejlesztés egyik legkitűnőbb segédeszköze.
 Franklin Benjamin természettudós – a villámhárító feltalálója
 – az Amerikai Egyesült Államok elnöke volt. Önéletrajzában
 kifejtette, hogyan haladt jellemének eszményi szintre történő
 nemesítésében. Táblázatot készített magának, amelyben leírta
 az elérendő jó tulajdonságokat és a leküzdésre kijelölt hibáit.
 Az eredményt +, az eredménytelenséget – jellel jegyezte.
 Mindannyiunkat segít jellemnevelésünkben egy ilyen táblázat
 készítése és mindennapos hűségese vezetése.

Az alábbi példa segítségé a napi táblázat elkészítéséhez:

	H	K	Sz	Cs	P	Sz	V
Felkelés időben	+	+	...				
Reggeli torna	-	+	...				
Mosakodás	...						
Ima reggel							
Ima este							
Napi jótett							
Kötelességteljesítés							
Tanulás, lecke							
Lelki olvasmány							
Hazugság	+	+	...				
Engedetlenség	-	-	...				
Durva viselkedés	...						
Közönséges beszéd							
Túl sok TV vagy számítógépezés							
Napi jó elhatározásom; mindenütt pontos leszek	+	-	...				
Kiállás a jó ügy mellett							
Villanyoltás időben	+	+	...				



Ha valamelyik célt elérted és tökéletesen begyakoroltad, vagy
 véreadded vált, akkor beírhatod újabbat. A táblázatra beírt célki-
 tűzéseket, jellemalakulása szerint változtassad.

S ha jó az éj, s én újra visszatérek,
egynéhány szál gyöngvirágot letépek,
és felviszem a csillagfényes égbe.
Megkeresem a Jézus Anyját véle.
A Jézus Anyját, kinek képei
oly búsak lenn és olyan szenvedők!
Hadd lássam egyszer mosolyogni őt!

(Gárdonyi Géza)

Esti harangszó

Szép májusvégi estén egyedül
ülök a kertben. S nézem, mint merül
az égi nap a földi kék homályba,
a hegyek ibolyaszín fátyolába.
A völgyben lenn, már feketül az árnyék.
Elcsöndesül az emberlakta tájék.
Csillag ragyog a Mátra tetején,
A távolból harangszó száll felém:
Üdvözlégy Mária!

Ha elgondolom, hogy e Föld színén
valóban élt e tiszta, égi lény!
Járt-kelt, mint mink: a lábának nyomát
a porban hátrahagyta merre ment:
hajába tűzött fehér violát -
tán épp ilyet, mint kertemben terem...
S ő maga volt a legszebb viola:
Isten közöttünk járó anygala!
Üdvözlégy Mária!

Tán ilyen est volt, ilyen csillagos,
az ég ily kék, a föld ily harmatos,
s a kerti fák így álltak a homályban,
amikor ő szobája magányában
ott térdelt a kis gyékény szőnyegen,
s imádkozott mélázón, csendesen,
imádkozott magasba néző szemmel...
S a szoba megtelt égi fényözönnel:
Üdvözlégy Mária!

A Göncölszekér épp így állhata,
midőn az országút két vándora
a betlehemi völgyben haladott.
A férfi öszvér előtt ballagott.
A nő fenn ült halványan, szenvedőn.
Pásztorok ültek tűznél a mezőn,
és így szólt egy: - „A város telve néppel.”
A másik szólt: - „Itt hálhattok az éjjel.”
Üdvözlégy Mária!

Tán épp ily fű-illatos este volt,
tán épp így fénylett fenn az égi hold,
midőn egyszer a búzaföldön át
a gyalogúton haza lépkedett,
fehér-szelíden, mint a holdvilág, -
karján tartva az alvó kisdedit,
ki vállra hajló fejfel aludott.
Kalász kalászra bókolt, susogott:
Üdvözlégy Mária!

Óh gyöngvirágok, rózsák, liljomok!
Leheljete az égbe illatot!
Ő bizonyára ismert titeket,
mikor e Földön járt közöttetek,
s hozzátok hajolt, s szólt édesen:
„Kedves virágom, rózsám! szegfüvem!”
Ma is szerető szemmel néz le rátok,
Virágajakkal ti is susogjátok:
Üdvözlégy Mária!

(Gárdonyi Géza)

Étkezési imák

Étkezés előtt

Édes Jézus, légy vendégünk,
Áldd meg, amit adtál nekünk.
Adjad, Uram, hogy jól essék,
Jézus neve dicsértessék.
Amen.

Székely asztali áldás

Ki asztalt terítesz az égi
madárnak,
Teríts asztalt, teríts, szegénynek és árvának.
Nyújtsd ki Atyánk, nyújtsd ki
jóságos kezedet,
Adj a koldusnak is tápláló
kenyeret.
Ételben, italban legyen bőven
részünk,
Gondviselő Atyánk könyörögve
kérünk. Amen.

Te hívsz meg minket a lakomára,
Az együtt létért Tied a hála.
Mert úgy szerettél, emberré
lettél,
Kenyeret adtál, velünk is
ettél. Amen.

Az asztal terítve, immár
minden kész.
Gazdagon terített az atyai
kéz.
Jóságát lássátok és izleljétek,
Mit Ő adott, hálás szívvel
vegyétek! Amen.

Étkezés után

Aki ételt, italt adott,
Annak neve legyen áldott.
Mi jól laktunk, hála Isten,
Annak is adj, kinek nincsen.
Amen.

Gondviselő Atyánk, asztalodtól
kelve,
Szívből hálát adunk, kezünk
összetéve.
Áldd meg ezt a házat és
ennek gazdáját,
S fordítsd vissza nekik a
vendéglátást.
Szánd meg a szegényt, a
szenvédőt, az árvát,
S a Benned bízónak viseld
mindig gondját. Amen.

Dicsőség, hála, jó Atyánk,
Néked,
Kenyerünk Krisztus, erőnk a
Lélek. Amen.

Óh, Úr Jézus Krisztus, fogadd
hálánkat,
Hogy asztalt terítettél, és
velünk vagy.
Hol Te vagy Úr, Jézus, nincs
hiány többé,
Életünk kenyerere vagy mindig
örökké. Amen.

Étkezési imák

Keresztvetés

Étkezés előtt

lá Finn Kalevala-dallam

Jöjj el Jézus, légy vendégünk, Áldd meg, amit adtál nekünk.

szi

Adjad, Uram, hogy jól essék, Jézus neve dicsértessék.

Étkezés után

szó Magyar népdal: Erdő mellett estvéledtem

A-ki é-telt, i-talt a-dott, Annak neve legyen ál-dott.

Mi jóllaktunk, há-la Isten! Annak is adj, kinek nincsen.

Érdekeségként, de semmiképpen se állandó jelleggel, a fenti szövegek más ismert dallammal is énekelhetők. Így például az állomásokon a vonatra várva, a Megy a gőzös, megy a gőzös dallamára.

A három ifjú éneke

Áldjátok, az Úrnak minden művei az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, az Úrnak angyalai, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, egek, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, mind ti vizek az égboltozat felett, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, minden erők, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, nap és hold, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, ég csillagai, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, minden záporosó és harmat, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, mind ti szelek, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, tűz és forróság, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, hideg és hőség, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, harmat és dér, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, fagy és hideg, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, jég és hó, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, éjjelek és nappalok, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, világosság és sötétség, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, villámok és fellegek, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjad föld, az Urat,
dicsőítsd és magasztald mindörökké.
Áldjátok, hegyek és halmok, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldja minden, ami a földön sarjad, az Urat,



dicsőítse és magasztalja mindörökké.
Áldjátok, vízforrások, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, tengerek és folyamok, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, cethalak és a vizekben mozgó összes állatok, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, égi madarak, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, vadak és barmok, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.
Áldjátok, emberek fiai, az Urat,
dicsőítsétek és magasztaljátok mindörökké.

(Dán 3. 57-82)

Szent Patrik: Úti imádság

Uram, Jézus, járj előttem,
ha lankadok, állj mögöttem,
Pajzsomként lebegj fölöttem,
jobbról, balról segíts engem.
Mindig téged keresselek,
mindig találkozam veled,
minden léptemben szüntelen
te, csak te jöjj szembe velem.
Te légy szavam a nyelvemen,
más szavával te szólj nekem.
Minden egyes pillantásom
mindenkiben téged lásson.
Te légy utam az utamban,
utam végén a jutalmam...
Amen.

Naphimnusz

Mindenható, fölséges és jóságos Úr,
Tied a dicséret, dicsőség és imádás, és minden áldás,
Minden egyedül téged illet, Fölség,
És nem méltó az ember, hogy nevedet kimondja.

Áldott légy, Uram, s minden alkotásod,
Legfőképpen urunk-bátyánk a Nap,
Aki a nappalt adja és aki ránk deríti a Te világosságod.
És szép ő és sugárzó, nagy ragyogással ékes:
A Te képed, Fölséges.

Áldjon, Uram, téged hold néénk és minden csillaga az égnek.
Őket az égen alkotta kezéd, fényesnek, drága szépnék!
Áldjon, Uram, tégedet szél öcsénk,
Levegő, felhő, jó és rút idő, kik által élteted minden te
alkotásod.

Áldjon, Uram, téged víz hűgunk,
Oly nagyon hasznos ő, oly drága, tiszta és alázatos!
Áldjon, Uram, tűz bátyánk,
Vele gyújtasz világot éjszakán.
És szép ő és erős, hatalmas és vidám.

Áldjon, Uram, téged Földanya néénk,
Ki minket hord és enni ad,
És mindennemű gyümölcsöt terem, füveket és színes virágokat.

Áldjon, Uram, tégedet minden ember, ki szerelmedért
másnak megbocsát,
És aki tűr gyötrelmet, nyavalyát.
Boldogok, akik tűrnek békességgel,
Mert tőled nyernek majd, Fölséges, koronát.

Áldjon, Uram, testvérünk, a testi halál,
Akitől élő ember el nem futhat.
Akkik halálos bűnben hálnak meg, jaj azoknak!
És boldogok, kik magukat megadták Te szent akaratodnak.
A második halál nem fog fájni azoknak.

Dicsérjétek az Urat és áldjátok,
És mondjatok hálát Neki,
És nagy alázatosan szolgáljátok.

(Assisi Szent Ferenc)

Szent Patrik kódex-beli áldás

Az Úr legyen előtted,
 hogyan a jó utat mutassa neked.
Az Úr legyen melletted,
 hogyan téged karjába zárjon és megvédjen.
Az Úr legyen mögötted,
 hogyan megvédjen a Gonosz cselvetésétől.
Az Úr legyen alattad,
 hogyan felfogjon, ha leesel.
Az Úr legyen tebenned,
 hogyan megvigasztaljon, ha szomorú vagy.
Az Úr legyen körülötted,
 hogyan megvédjen, ha mások rád rontanak
Az Úr legyen fölötted,
 hogyan megáldjon téged.

Így áldjon meg téged a jóságos Isten
ma, holnap és minden időben.
Amen.

Tábortűzi Credo

Hiszek a kevesek egybetett kezében,
Hiszek a Krisztustest nagy közösségében,
Hiszek, hiszek a megváltó kereszt erejében,
Hiszek a szeretet végső győzelmében. Ámen.

(Arató Miklós Orbán)

Erdő mellett estvéledtem.
Subám fejem alá tettem,
Összetettem két kezemet,
Úgy kértem jó Istenemet:

Én Istenem, adjál szállást,
Már meguntam a járkálást,
A járkálást, a bujdosást,
Az idegen földön lakást.

Adjon Isten jó éjszakát,
Küldje hozzám szent angyalát,
Bátorítsa szívünk álmát,
Adjon Isten jó éjszakát.



Szellő zúg távol, alszik a tábor.
Alszik a tábor, csak a tűz lángol.
Rakd meg, rakd meg cserkész pajtás, azt a tüzet,
Isten tudja, mikor látunk megint ilyet.

Szellőzúgásnak fárad a hangja,
Kis falucskának szól a harangja.
Hallga, hallga, szól a harang, bim-bam,
Lelkünk mélyén kél rá visszhang, bim-bam.

gr. Teleki Pál örökös főcserkészünk útmutatása

„Hit nélkül nem fogunk kivezető utat találni abból a nagy káoszból, amely ma a világon uralkodik.”

„Anyagi veszedelmek helyett lelkiek azok a veszedelmek, amelyek Európát szaggatják s ennek következtében minden nemzet vigyázzon a saját lelkére, hogy erős és tiszta maradjon.”

„A hit ma a legerősebb várunk.”

„Amikor az egész világ harcban áll s az ember magába száll, egészen kicsiny lesz és meglátja, hogy minden e világon mulandó és hogy a hitnek ereje mennyire az egyedüli, amely átsejthet egy ilyen nehéz korban.”

„A mai kor problémája nem gazdasági, hanem lelki. Hit kell, hogy megküzdhessünk vele.”

„Nincsenek kis nemzetek, csak kishitűek, nincsenek kis emberek csak kicsinyhitűek.”

„Lehet reformokat végre is hajtani, de üres keret marad akkor, ha lelkileg meg nem tisztulunk.”

„Nehéz ma igaz úton járni, de lehet.”



Útjelek



Imák életutunkra

Elindulás



Oda özőnlenek mind a nemzetek, felé tart számos nép és így szól: Rajta, menjünk fel az Úr hegyére, Jákob Istenének házához, hogy tanítson meg minket útjaira, és így az ösvényein járhassunk.

(Iz 2,3)

„Nézzetek a távolba, túl az úton elöttetek álló köveken. Nézzetek meg, hová vezet az út, és menjete bátran előre. Másokat is találtok majd ezen az úton, olyanokat is, akik talán több mindenben hiányt szenvednek, menjete hát hozzájuk és fogjátok meg a kezüket.”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

„... Legyetek forradalmárok, ússzatok az ár ellen. Igen, azt kérem tőletek, hogy lázadjatok ez ellen a kultúra ellen, amely mindent időlegesnek tekint, és amely végső soron azt hiszi, hogy képtelen vagytok felelősséget vállalni és igazán szeretni. Bízom bennetek és imádkozom értetek. Legyen bátorságotok az árral szemben úszni.”

(Ferenc pápa)

A pisztrángok példája (részlet)

A pisztrángoktól ezt tanultam:
sohasem úsznak ők az árral,
de mindig szembe, mindig hősként,
glédában és kicsit vadultan,
rugalmasan, ragyogva, frissen,
hol zuhatag fájdalma szisszen.

Őrült erővel szembeszállva,
föl a zokogó zuhanókon,
szirtek között, a vízesések
több méteres habzó haragján
föl, szárnyak nélkül szinte szállva
szökdösnek, diadalt aratván,

a Forráshoz, hol még az Eszme
nincs elkeverve nyárspolgári
iszappal, hizlaló, tempótlan
nagy tunyasággal, hol kiveszne
hős ritmusuk! Ok az ormótlan,
titokzatos hegyekbe vágynak!

(Mécs László)

„A lendület, az akarat, az önbizalom viszi az embert, a gyermeket előre. A nagy, fegyelmezett nemzeteknek ez az ereje.”

(Teleki Pál)

Mit remegsz?
Ébredezz!
Út Vár!
Kérdezel?
Tenni kell,
Menj már!

(Langbehn – Krassói)

„Isten olyan nagy, hogy biztosan érdemes őt egy életen át keresni.”

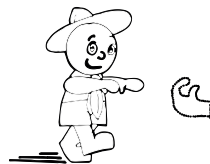
(Avilai Szt. Teréz)

„A Teremtő bizonyára alkothatta volna az emberi testet évezredekig nyúló életre. Csak a sejtek vénülésének törvényén kellett volna egy kis változtatás.

De az élet célja nem a földi.”

(Gárdonyi Géza)

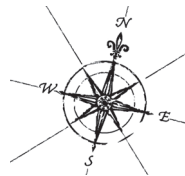
Nem elég a célt látni;
járható útja kell!
Nem elég útra lelni,
az úton menni kell!
Egyedül is! Elsőnek,
elől indulni el!
Nem elég elindulni,
de mást is hívni kell!
S csak az hívjon magával,
aki vezetni mer!



(Váci Mihály)

„...A tengerésziránytű lilimából megszületett cserkészjelvény, amely ettől a naptól kezdve hirdette a világ új ifjúságának új törvényeit, új szellemét és új hivatását is – a cserkészetet.”

(Dékány András: A fiúk királya)



FOHÁSZOK

Jézus Krisztus Urunk, a kezdet nélkül való Atyának egyszülött Fia!

Te mondtottad legtisztább ajkaidal: Nálam nélkül semmit sem tehettek.

Uram, én Uram, hittel veszem körül azt, amit mondtottál, és leborulok a Te jóságod előtt.

Segíts nekem, bűnösnek, hogy ezt a munkámat, melyet most elkezdek, Tebenned fejezhessem be az Atyának és Fiúnak és Szentléleknek nevében. Ámen

(görög munkakezdő ima)

Nyár Szívünk mélyén fénylő nyár,
Liljomok közt Jézus jár.
Ősz Szívünk mélyén ősz ragyog,
Mért nem vagyunk angyalok?!

Tél Szívünk mélyén téli hó,
Hófehéren élni jó!

Tavaszi Szívünk mélyén rügy fakad,
Jézus, ne járd egymagad!
Csendes szívünk elkísér,
Liljom leszek, hófehér!



(Virág Károly)

Imádság bátorságért

Tebenned bízom, Uram! Ha te velem vagy, ki lehet ellenem? Te vagy az én erőm és biztos váram. A te neved az én bátorságom, és a te akarod teljesítése a fegyverem. Mással és másért nem is akarok küzdeni, csak a te akarodért. Tőled várom azt a kegyelmet, hogy erőt adsz nekem a hitemet és erkölcsi elveimet rosszindulatúan támadók ellen, és akkor is, ha barátaim és szerettem – csupa szeretetből – nem egyszer nehezé teszik számomra a kitartást akarod mellett. Add, hogy ne lássak ellenséget abban, aki bírálja nézeteimet és tetteimet, különösen akkor, ha kifogásai nem is alaptalanok. Én magam ne tekintsek senkire se ellenséges érzülettel, és legyek meggyőződve arról, hogy sem a kritika, sem a más nézetűekkel való dialógus nem gyöngíti veled, Urammal és Istenemmel való elkötelezett kapcsolatomat, hanem segít abban, hogy elkerül-

jem az elbizakodottság és önteltség bűnét. Viszont, ha gyáva vagyok saját hibáimmal szembeszállni, az valóban eltávolíthatna tőled. Kérlek tehát, Uram, tégy állhatatossá a jóban, és bátorrá a tökéletesség keresésében. Ámen.

Rajtad múlik:

Ha lassan baktatsz, a többiek megállnak,
Ha te leülsz, ők lefeksznek,
Ha te elfáradsz, ők álomba merülnek,
Ha te kételkedsz, ők kétségbe esnek...
De ha te felébredsz, ők is kinyitják szemüket,
De ha te előttük haladsz, ők utánad fognak futni,
Ha te kezdetet nyújtod, ők életüket adják,
S ha te imádkozol, ők szentek lesznek...

(F. Lelotte nyomán, egy misszionárius naplójából)

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Az idők jelei

Milyen jelzéseket kaptam az életemben? Melyek különösen fontosak számomra?

Vannak olyan szimbólumok, amelyek különös módon jellemzők az életemben?

Mindenki keressen ilyen szimbólumot, és mutassa be kis csoportokban. A többiek mondják meg, mi jut erről eszükbe.

Végül közösen gondolkodjunk el azon, milyen jel, szimbólum lenne a leginkább alkalmas arra, hogy a tájékozódásunkat segítse. Ezeket együtt fogalmazzuk meg.

Tájékozódás irányítúvel

Gyakoroljuk egy kicsit az irányítúvel való tájékozódást, majd lépésszám megadása után eljutunk egy helyre, ahol egy rövid szöveg, egy kis feladat, valamennyi édesség... el van rejtve.

Szólj, megtalállak

Párokat alkotunk. Minden pár egyik tagja egy nagyobb kört alkot, a többiek bekötött szemmel középen állnak. Kik találnak egymásra a hangjuk alapján?

Egy út leírása

Kiválasztunk egy jellegzetes utat, és szóban írjuk le. Megtalálják a többiek? Nagyobb csoportoknak, pároknak vagy kisebb csoportoknak megfelelő.

Fénynyom

Éjszakai programokhoz (Taizé-i láng, meseerdő): ösvényt jelelünk ki fényekből - pl. bekapcsolt zseblámpákból. A csoport ezt követi.

Tudatos felállás

Mindenki leguggol a földre. Ha nagyon lassan (!) keltek fel, tudatosan érezhettek minden mozdulatot, izommozgást.

Reggeli, esti körjárat

Tudatosan felkészülünk az útra, különböző helyeken szövegeket olvasunk, imádkozunk, valamilyen egyéb tevékenységet folytatunk...

Döntés



„Ki az az ember, aki féli az urat? Annak megmutatja, mely utat válassza.”
(Zsolt 25,12)

„Két út áll minden ember előtt nyitva: önzés, vagy szolgálat. Mindenkinek magának kell megválasztania, hogy melyik utat járja. Az önzés kényelmesebb. A szolgálat áldozatot kíván.”
(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

S én veletek vagyok mindennap, a világ végéig. (Mt 28,20)

„Kérd az Urat, és Ő megmutatja majd neked az utat. A fiatal Sámuel hallotta az Úr hívó szavát, de nem értette, és nem tudta, mit mondjon, de Éli pap segítségével végül választott: Beszélj, Uram, szolgád figyel! (vö. 1Sám 3,9) Ti is megkérdezhetitek az Urat: Mit kívánsz tőlem, mit tegyek? Melyik utat kövessem?”
(Ferenc pápa)

„Mi dolgunk a világon? küzdeni,
És tápot adni lelki vágyainknak,
Ember vagyunk, a föld s az ég fia,
Lelkünk a szárny, mely az ég felé viszen.”

(Vörösmarty Mihály)

„Sokféle út vezet Istenhez. Az emberi szellemnek voltaképpen minden ösvénye abba torkollik, aki az Első és a Végő. Van, akit az értelem visz el hozzá, az egyszerű „józan ész”, amely okoskodás nélkül, gyermeki egyszerűséggel látja meg a Magától értetődőt, vagy a tudomány, amely három egyre szűkülő koncentrikus körben közelíti meg: a természettudomány a templom közeléig ér el, az Isten megsejtéséig; a filozófia már benyit a templomba és megmutatja a szentélyből felénk csillogó Abszolútumot; magába a szentélybe a teológia tud benyitni, mert számára a kinyilatkoztatásban maga az Isten nyitja ki az áldoztató rács ajtaját. De az emberek legnagyobb része nem szorul ilyen körutakra: a kinyilatkoztatás, a hagyomány alakjában mindenféle tudományos erőfeszítés nélkül is eljut hozzá: a pogányokhoz az Őskinyilatkoztatás emlékében, a választott közösség szerencséseire a Szentírás ígében, vagy az Egyház élő szavában, mert – mint Csokonai írja – „régibb út a hit, mintsem az értelem”.”

(Sík Sándor)

„Már hogy tudná az ember megítélni, ilyenkor mi a teendője?... Mint máskor...A jó és a rossz tavaly óta nem változott, és ma sem más...Az ember dolga, hogy felismerje egyiket is másikat is”
(J.R.R. Tolkien)

Megyeri hitvallás (részlet)

És hogyha nem: hát akkor is!
Ha mindhiába: akkor is!
Ha minden álmom: akkor is!
Ha minden meghal: akkor is!
A szép akkor is szép marad,
A tiszta tiszta, rút a rút.
Az Igazság igazság akkor is,
Ha meg nem látja senki szem.
A Szeretet mosolyog és szeret,
És a kereszten is király.
A tett különb a tunyaságnál.
És hol a tépett lobogónál
Tiszteletesebb szemfedő?

Mert akit egyszer meglehelt a Lélek,
Annak mindegy – lom élet vagy halál:
Az él és áll és énekel és alkot,
Megyeren és Magyarországon,
Hét világrészen és a másvilágon,
Az Isten ötét úgy segélje. Ámen.

(Sík Sándor)

Ha férfi vagy, légy férfi,
legyen elved, hited,
És ezt kimondod, ha mindjárt
Véreddel fizeted.
Százszorta inkább éltedet
Tagadd meg, mint magad;
Hadd vesszen az élet, ha
A becsület marad.

(Petőfi Sándor)

A jövő a hívőké, nem a hitetleneké és kétkedőké!
A jövő a bátraké, akik mernek remélni és cselekedni,
nem a kishitűeké és határozatlanoké!
A jövő azoké, akik szeretnek, és nem a gyűlölködőké.

(XII. Pius pápa)

„....nem a mi dolgunk, hogy a világ minden eljövendő(rossz) áramlatán úrrá legyünk; a mienk az, hogy hogy most segítsünk, amikor élünk, most gyomláljuk ki a gázságot az ismerős mezőkről, hogy azok, akik utánunk következnek, tiszta földet műveljenek”
(J.R.R. Tolkien)

A lelkiismeret világosságáért

„Istenem, te mindent tudsz, engem is jobban ismersz, mint saját magam.

Ismered gyöngeségeimet és hibáimat, harcaimat és elbukásaimat, de tudod azt is, hogy szeretlek, és törekszem a jóra.

Tudod, hogy hajlamos vagyok hibáim szívtésére, az önigazolásra és a mentegetőzésre, de tudod azt is, mennyire szeretnék eljutni hozzád.

Amikor magamat vizsgálom, hogy összeszedhessem hibáimat és feladataimat, mindig mintha sötétben tapogatóznék: csak homályos és bizonytalan arcképet tudok rajzolni magamról, s elmosódnak általam belém írt jövőendő arcom körvonalai is.

Világíts meg, Uram! Vezess előre a hozzád vezető úton! Taníts meg akaratra, mutasd meg, hogy elgondolásod szerint itt és most mit kell tennem. Adj erőt, hogy elfogadjam váratlanul látszó kívánságaidat is. Adj erőt, hogy gyöngeségeim ellenére is higgyek a te erődben, és rábízom magam irányításodra.

Rendelkezz velem, Uram, tetszésed szerint. Segíts, hogy hűséges gyermeked és tanítványod legyek: egyre világosabban fölismerjem, és egyre hűségesebben kövessem akarataidat.

Árasszon el kegyelmed fénye, hogy mindinkább úgy nézhessen magam, amint te látsz engem, s úgy láthassalak, ahogyan megmutatkoztál előttünk Fiadban, Jézus Krisztusban. Ámen.

Legyen neked tisztelet és dicsőség, ó mennyei Atyának, mindenki részéről és mindenért, amit akaratoddal egyetértésben tettünk.

Ó, Uram, Jézus Krisztus, légy mellettünk kegyelmeddel, hogy a jót, amit sugallatodra elhatároztunk, segítségeddel tetszésed szerint végre is hajthassuk.

Maradj velem, ó, Szentlélek, erő és istenfielem Lelke, hogy bátran megtegyem jó elhatározásaimat és Isten ítéletétől mindig a szeretetben féljek.”



(II. Rákóczi Ferenc)

MÓDSZERTANI JÁTÉKOKMilyen vagy?

Nagyon alkalmas egymás közelebbi megismerésére. Kérdéseket teszünk fel két vagy több válaszlehetőséggel, és minden válaszának megvan a maga sarka. Ott találkoznak az azonos választ adók. Rövid idő áll rendelkezésre a gondolatcserére. Egyszerű kérdésekkel (pl. a krumplit vagy a tésztát szereted-e?) kell kezdeni.

Kereskedés értékekkel

Kis kártyákra különöz értékeket írunk fel. Ezekre kell licitálni. Mindenkinek ugyanakkora összeg áll rendelkezésére. Mennyit vagyok kész kiadni értük?

A másik körben lehetőség nyílik arra, hogy egymás között kereskedjünk velük.

Ezután kiemelezhető: Elégedett vagyok azokkal az értékekkel, melyekkel rendelkezem?

Történetek az útkeresztelkedésnél

Elkezdünk egy történetet. Mások folytatják. Kiderül, mi történik, ha a folytatásban az egyik vagy másik utat választják.

Vakon menni - saját akaratunkból

Kezdeként feltesszük a kérdést: Hová akarsz menni? Az út bemutatása, begyakorlása után bekötik egy játékos szemét. Elindul. Egy társa figyelmezteti, ha veszélybe kerül, ha letér az útról, ha az irányt eltéveszti.

Ezek után kiemelezhető: Milyen volt bízni a segítségben, vakon menni, a bizalmat érezni, képesnek lenni a segítségre?

Véletlenszerű út

Az úton minden útkeresztelkedésnél a szerencsére bízhatjuk, hogy merre menjünk. Dobjunk fel egy érmét. Fejnél balra, az írásnál jobbra kell menni.

A három legfontosabb dolog

Mindenki végiggondolja, mi fontos neki. A fogalomválasztást leszűkíthetjük értékekre, vagy anyagi dolgokra. Az eredményt egy plakáton összegezzük. Végül beszéljük meg, mi az, amiről a leginkább le tudunk mondani. Ezeket addig válogatjuk, míg végül csak három dolog marad.

Megbocsátás



Hagyd el a rosszat és válaszd a jót, keresd a békét és járj a nyomában!
(Zsolt 34,15)

„Életed minden napján kell valami jót tenned. Nemcsak barátainak, hanem idegeneknek, sőt ellenségednek is.”
(Robert Baden-Powell)

Megbocsátás

Útjelek

GONDOLATÉBRESZTŐ

„Ha rossz ember igazságtalanságától szenvedsz: bocsáss meg neki, hogy ne legyetek rosszak mind a ketten.”

(Szt. Ágoston)

„Imádkozom azért a testvéremért, aki megsebesített, akinek őszintén megbocsátottam. Egyesülve Krisztussal, a pappal és áldozattal, felajánlom szenvedéseimet az egyházért és a viláért.”
(II. János Pál pápa)

Ne ítélj

Istenem add, hogy ne ítéljek -
Mit tudom én honnan ered,
Micsoda mélységből a vétek,
Az enyém és a másoké,
Az egyesé, a népeké.
Istenem add, hogy ne ítéljek.

Istenem add, hogy ne bíráljak:
Erényt, hibát és tévedést
Egy óriás összhangot lássak -
A dolgok olyan bonyolultak
És végül mégis mindenek
Elhalkulnak és kisimulnak
És lábaidhoz *együtt* hullnak.
Mi oly együgyűn ítélünk
S a dolgok olyan bonyolultak.

Istenem, add, hogy minél halkabb legyek -
Versben, s mindennapi beszédben
Csak a szükségeset beszéljem.
De akkor szómban súly legyen s erő
S mégis egyre inkább simogatás:
Ezer kardos szónál többettevő.
S végül ne legyek más,
Mint egy szelíd igen vagy nem,
De egyre inkább csak *igen*.
Mindenre ámen és igen.
Szelíd lepke, mely a szívek kelyhére ül.
Ámen. Igen. És a gonosztól van
Minden azon felül.

(Reményik Sándor)

HOMOKBA ÍRJAD

A panaszodat, a bánatodat, homokba írd!
Ha fáj valami, úgy akárkinek azt el ne sírjad.
A homokba írd, a porba írd!
A szíved fájó bűje, ha akármilyen nagy,
Az embereknek azt el ne mondd.
A terhedet mindig csak csendben hordjad!

Mások bűnét és gyarlóságát: homokba írd!
Meg nem értést és támadásokat, ó fel ne rójad.
A Mester is csak így csinálta ezt,
Ámbár várta Őt a nehéz kereszt.
Az asszony bűnét a homokba írta,
Ő elfeledte és a szél elfújta.

Legyen az szép, szent-igazság, mind eltapossák.
S ha vérzik is a szíved érte, megmosolyogják.
Azért, ha égig ér a bánatod,
S ha könnyedet el se sírhatod,
Hordoznod kell, mert el kell, hogy bírjad.
Ha nem látják,- hát homokba írd!

Emlékeid, mik idekötnék. Homokba írd!
Mit kölcsönadtál: pénzt, időt, bizalmat, a porba írd.
Így jó barátod lesz a fél-világ,
Bár inségben éhenhalni hágy.
DE BIZTOSAN SZÁMÍTHATSZ AZ ÚRRÁ!!!
Ezt márványba vésd! Ezt ne írd a porba!

Ezen vers szerzője is nevét a homokba írta...

FOHÁSZOK**Imádság háború után**

Uram, nézz végig rajtam,
Mindennek vége, vége.
Békíts ki Magaddal s magammal,
Hiszen Te vagy a Béke.

Nézd: tüzes daganat a szívem
S nincs, ami nyugtot adjon.
Csókolj egy csókot a szívemre,
hogy egy kicsit lohadjon.

Lecsukódtak bús, nagy szemeim
Számára a világnak,
Nincs már nekik látnivalójuk,
Csak Téged, Téged látnak.

(Ady Endre)

A pócsi Mária

Óh, Mária, Pócson is lakozó
Regina Vitae és maga az Élet,
Itt, Érmindszenten, útra készülön,
Ma, csúf napomon, Veled hadd beszélsek.

Egy idő óta megnőtt a szívem,
S a szép bűnöktől keservesen tisztá
S most hirtelen csak Téged keres
Egy szüzetlen és bűnös kálvinista.

Ma tudom, hogy csak Mária maradt,
Szívemet most már csak Mária lássa
S e Mária nem régi fancsali,
De mindennek egyesítő, nagy mása.

Mikor már minden hit-húr elszakadt
S az emberben a barátja se hisz már,
Jön Mária s Pócsról a búcsúsok,
Jön a szívünk, múltunk és játszva visz már.

Ma már hiszem: nagy döntés vár reám,
Legyőzni mindent, mi ellenem támadt,
Mutatni egy példátlan életet
S nem bocsátani el az én Máriámat.

(Ady Endre)

Nem emel fel már senki sem:
belenehezültem a sárba.
Fogadj fiadnak, Istenem,
hogy ne legyek ily kegyetlen árva.

(József Attila)

Istenem, szabadíts meg,
mert torkomig nőtt a vízáradat.
Elsüllyedtem a mély iszapban,
nincs hol megvessem lábamat.
Vizek mélyére hulltam,
a hullám átcsapott fejem felett.
Elfáradtam kiáltani,
és torkom elrekedt.
Elbágyadt a szemem,
míg várom Istenem.
Hajam szálánál számosabbak,
kik ok nélkül gyűlölnék.
Erősebbek mint csontjaim,
kik jogtalan gyötörnek:
hogy adjam vissza, amit el sem vettem?

Balgaságomat, Isten, te tudod,
én vétkeim előtted nem titok.
Szégyen ne érje értem azokat, kik bíznak benned,
Uram, Ura a seregeknek.

...

(Sík Sándor: 68. zsoltár)

FOHÁSZ

Uram, tégy engem békéd eszközévé,
hogy szeressek ott, ahol gyűlölnék,
hogy megbocsássak ott, ahol megbántanak,
hogy összekössek, ahol széthúzás van,
hogy reménységet keltsek, ahol kétségbeesés kínoz,
hogy fényt gyűjtsak, ahol sötétség uralkodik,
hogy örömet hozzak oda, ahol gond tanyázik.

Ó Uram, segíts meg, hogy törekedjem
nem arra, hogy megvigasztaljanak, hanem hogy én vigasz-
taljak,
nem arra, hogy megértsenek, hanem arra, hogy én megért-
sek,
nem arra, hogy szeressenek, hanem hogy én szeressek.

Mert aki így ad, az kapni fog,
aki elveszíti magát, az talál,
aki megbocsát, annak megbocsátanak,
aki meghal, az fölébred az örök életre.
Amen.

(Assisi Szent Ferencnek tulajdonított ima)

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Pókháló

Két fa között kötelekből hálót építünk. Megfelelő számú lyukat kell kialakítani a résztvevők (tulajdonképpen kisebb csoportok) száma szerint.

Feladat: Minden résztvevőnek át kell menni a lyukakon, anélkül, hogy a kötelet megérintené. Minden lyukat csak egyszer szabad érinteni. A csapattagok segítsenek egymásnak!

Átkelés a patakon

Egy (képzeltbeli) patakon kell átkelni a csoporttal. Minden (vagy csak néhány) segédeszköz megengedett annak érdekében, hogy senki se legyen „vízes”. Melyik csoportnak sikerül ez először?

Kiértékelés: Hogyan sikerült a feladatot megoldani? Hogyan tudtunk együtt dolgozni?

Akadálypálya

Akadálypályát építünk, libikókával, mászókával... Közös megyünk rajta végig kis csoportokban. Bekötött szemmel, kézen fogva... Sokféle lehetőség van!

Jótett

Mindenki húz reggel egy papírdarabra felírt nevet a csoportból. Estig kell a papírdarabra felírt személlyel valami jót tenni úgy, hogy az illető ne lássa meg. Este megbeszéljük, hogy kinek hogyan sikerült teljesíteni a feladatot.

Amit neked mondani szeretnék

Mindenkinek papírt erősítenek a hátára. Mindenki írhat rá valamit. Nézeteltérés esetén: Amit mondani szeretnék neked... Kapcsolat erősítéséhez: Amit jónak találok benned... Elgondolkodásra: Az foglalkoztat veled kapcsolatban...

Eltörölt vétek

Mindenki felírhat egy vétket egy papírdarabra. Kérdés: Hogyan kérünk egymástól bocsánatot? Hogyan bocsátunk meg egymásnak? A drámapedagógia eszköztárával érdemes megközelelni. A válaszokra hagyjunk időt. A végén a cédulákat tűzben elégetjük.

Veszély



„Ki szakíthat el bennünket Krisztus szeretetétől? Nyomor vagy szükség? Üldöztetés vagy éhínség, ruhátlanság, életveszély vagy kard? ... De mindezekben diadalmaskodunk általa, aki szeret minket.”

(Róm 8,35 és 37)

„Valamennyi veszély szükséges az életben ahhoz, hogy gyakorlatot szerezzünk a veszélyek túlélésére, az élet meghosszabbításához.”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

„Annak, ki nálunk igazán kíván használni, szünet nélküli önmegtagadás életmunkája, s minden várható jutalma az önbecsőzés s önismeret. S azért nálunk szükségesebb az erény, mint másutt!”

(Széchenyi István)

Testvérek, merjünk hősök lenni már,
És merjük már megmondani magunknak,
Hogy sebet kapni fáj,
És sebet adni fáj,
És minden fájás fáj mindenkinek.
Testvérek, merjünk hősök lenni már,
Acélozzuk karunkat ölelésre,
És merjük már elsírni azt a könnyet,
Embervoltunk, embernagyságunk könnyét!

(Sík Sándor)

„Nekünk komolyabban kell felfognunk a cserkészetet, nekünk többet kell kívánni magunktól, mert tölünk többet kíván a mi szerencsétlen édes hazánk! Mi semmit sem csinálhatunk félig. Nekünk egész embereknek kell lennünk, mert egész Magyarországot akarunk, és Magyarország mi vagyunk.”

(Sík Sándor)

„Könnyebb hősnek lenni egy másodpercig, egy óráig, mint néma heroizmussal viselni a mindennapot. Vállald magadra, hogy viseled a szürke, hétköznapi életet, végzed a munkát, amelyért senki nem dicsér, amelynek hősiességét senki sem veszi észre, amellyel nem kelted föl senki érdeklődését magad iránt; aki elviseli ezt a szürke hétköznapi, és mégis ember marad, az igazán hős.”

(Fjodor Mihajlovics Dosztojevszkij)

„A cserkészet, mint életforma, harc önmagunkkal halálunk órájáig.”

(Teleki Pál)

„...Áruló az, aki ott vesz búcsút, ahol az út sötétté válik.”

(J.R.R. Tolkien)

Isten oltó-kése

Pénzt, egészséget és sikert
Másoknak, Uram, többet adtál,
Nem kezdek érte mégse pert,
És nem mondom, hogy adósom maradtál.

Nem én vagyok az első mostohád;
Bordáim közt próbáid éles kését
Megáldom s mosolygom az ostobák
Dühöd jaját és hiú mellverését.

Tudom és érzem, hogy szeretsz:
Próbáid áldott oltó-kése bennem
Téged szolgál, mert míg szívembe metsz,
Új szépséget teremni sebez engem.

Összeszorítom ajkam, ha nehéz
A kín, mert tudom, tied az én harcom,
És győztes távolokba néz
Könnyekkel szépült orcád-fényű arcom.

(Tóth Árpád)

Ima

Ha bedobtál két világ közé,
merész szívét adj belém, Uram!
Hiába hatolt legbensőig nyílád,
a földhözkapaszkodás belőlünk ki nem szakad.
Add hát nekünk a vakmerőséget,
hogy Téged akarjunk egészen.
És lerázzuk magunkról a dolgokat,
mik minket akarnak egészen.
S hogy szívünk csak utánad érezzen vágyat,
add a bátorságot: igent mondani a halálnak
S a magánynak, a sötétségnek, a szenvedésnek.
Csak a Te kezdedbe rakhatunk fészket.
Adj hűséget, hogy végigjárjuk ezt a kalandot,
s adj merész szívét belénk,
Hogy hűségesen álljunk a harcot!

FOHÁSZOK

„Fogadd el, Uram, szabadságomat,
Fogadd, egészen.
Vedd értelmemet, akaratomat
S emlékezőselem.
Mindazt, amim van, és ami vagyok,
Te adtad, ingyen.
Visszaadok, Uram, visszaadok
Egyszerre mindent.
Legyen fölöttünk korlátlan úr
Rendelkezésed.
Csak egyet hagyj meg ajándékokodul:
Szeretnem Téged.
Csak a szeretet maradjon enyém,
A kegyelemmel,
S minden, de minden gazdagság enyém,
Más semmi nem kell.”

(Loyolai Szt. Ignác)

„Tudnotok kell, nincs két egyforma életút. Mindenki a maga szabadságát kell felfedezze és megtalálja. A szabadságot nem lehet adni senkinek és azt nem lehet megvásárolni vagy vitrinben őrizgetni. A szabadság igazából a végtelen előszobája: a marék porságotból adódó korlátaid fölé való emelkedés. Az a pillanat, amikor kinyílnak szárnyaid és érzed, hogy nem ösztöneid, vágyaid, indulataid, hanem egyedül csak a Teremtőd akaratára szerinti szeretet és a jóság mozgatja tetteid. Csodálatos, mert érzed, hogy Isteneddel, aki végtelenül nagyobb nálad, egy hullámhosszra kerültél. Érzed, hogy bár végtelenül kicsi és sebezhető vagy, mégis Istened egy asztalhoz ült veled. Azt is tudod, hogy mindez hihetetlenül törekeny pillanat, mert a birtoklásvágy, a durva indulat, a duzzogás és megannyi más ösztön visszakövetel téged a korlátok közé, honnan léted vétetett. De aki megtapasztalta ezt a végtelen szabadságot a szeretetre és a jóságra, az tudja, hogy bár földi utazása nem ért véget, de mégis ő ott és akkor, ha csak egy pillanatra is, de haza ért.”

(Csaba testvér, Csíkszereda, 2010. január 5.)

Vonj sugaradba (részlet)

Vonj sugaradba Istenem!
mint madár a fészkére, szállnék hozzád,
de látod, a rét örömei közt
elpattant a szárnyam csontja.
Végy kosaradba Istenem!
mint hal a horogra, sietnék hozzád,
de látod, a gyűrűző mélynek
rám-tekeredett ezernyi hínárja.

...
Szívemet kétféle húzás tépi,
egyre lyukasabb, egyre zavartabb –
ládd-e, sokszor már azt se tudom,
melyik a te horgod zsinegje
s melyik a mélység inda-kötéléke.
Vonj hevesebben! ön-erőmből
Nem jutok én soha hozzád.

(Weöres Sándor)

Nem nyúlsz le értem (részlet)

Nem nyúlsz le értem, Istenem,
kezem hiába tartom.
De én mindig szólítalak,
Mint gerle, hívó hangon.

Remény híján is várlak én,
mint a keserű tenger
csapkodva kopár partomat
nem földi gyötrellemmel.

(Weöres Sándor)

Zsoltár (részlet)

Kínok árnyékaiból,
kínok árnyékaiból
szólok hozzád Istenem.
Kín mar, sujt, temet,
józan eszemet
vak veszélyben,
láncos mélyben
ne hagyj elveszítenem.

(Weöres Sándor)

Veszély

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Vakon rohanás

Egy cserkésznek bekötik a szemét és elkezd valamerre rohanni (lejtőn, erdőben). Jobbra és balra két egyre szűkülő sorban állnak a többiek, akik a futó személyt (lassan) megállítják.

Vigyázat, veszély!

A közúti közlekedésben (és más helyeken is) van néhány veszélyjel. Találok párhuzamokat velük az életemben?

Jéghegy

Egy csoport újságokból kirakott „jéghegyen” áll. Egyre több le-törlik belőle. Milyen sokáig tud a csoport a zsugorodó jéghegyen megmaradni?

Vámpír

Sötétben játszunk. Valaki vámpír, a többiek denevérek. Ha két játékos találkozik, ismertető hangokat adnak ki, a denevérek magas, a vámpírok mély hangot. Ha két denevér találkozik, nem történik semmi. A vámpír a denevért vámpírrá teszi, két vámpír kölcsönösen denevérré változtatja egymást.

Játék kövekkel

Egy körakásból úgy kell kivenni követ - lehetőleg egy kézzel, hogy ne mozduljon meg a többi. Akinek ez sikerül, megmenekült a köomlástól.

(Tulajdonképpen marokkó-játék, ezúttal kövekkel.)

Kim játékok

Itt a különböző érzékszervekről van szó. Játék a tapintással, ízléssel, szaglással, hallással, látással. Mi különösen nehéz, és mi fejleszti az érzékszervek mellett az emlékezetet is?

Kincs



Ahol a kincsetek, ott a szívetek is.

(Lk 12,34)

„Tisztelet Istennek, tisztelet a felebarátodnak, tisztelet önmagadnak mint Isten szolgájának: ez az alapja a vallás minden formájának.”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

„Senki sem lehet egyszerre kétféleképpen gazdag: vagy a zsebe üres és a szíve van tele, vagy földi javakban dúskál és a szíve koldus.”
(*hindu közmondás*)

Senki sem szolgálhat két úrnak, mert vagy az egyiket gyűlöli, és a másikat szereti, vagy az egyikhez ragaszkodik, és a másikat megveti: nem szolgálhattok Istennek és a mammonnak.
(*Mt 6,24*)

„...kezded arannyal fog bővelkedni, de az arany mégsem fog soha uralkodni rajtad”
(*J.R.R. Tolkien*)

Mint minden emberben, bennem is megvan az érdeklődés, keresés és a vágy az örök iránt. Minden művészet ez irányba nyújtogatja csápjait, hogy túljusson a határon, amely a születéstől a halálig terjed. Ady ezt így fogalmazta meg:

Pogány rímek, muzsikák között
Szomjazok valami örököt.

Ez a szomjúság, keresés bennem is megvan, megvolt, néha kevésbé tudatosan, most pedig egyre tudatosabban. Versenyzői pályafutásom elején azt hittem, végleges és teljes boldogságban lesz részem, ha megnyerek egy világ bajnokságot. Nem egyet nyertem meg, hanem ötöt. Ráadásul ugyanannyi csapat-világ bajnokságot és egy olimpiai bajnokságot. Tehát mesze többet, mint amennyit remélni mertem. De azt a boldogságot, amelyet valójában reméltem, hogy meg fogok kapni, s amire szerintem az ember teremtve van, nem találtam meg. Tehát kizárásos módszerrel jöttem rá, melyik irányban kell keresni. A világi értelemben vett sikereknél nem kereshettem. Abban biztos voltam, hogy ennél többre vagyunk teremtve. Többre, mint erre a kevéskére. Ezért nyílt meg érdeklődésem az ellenkező irányba.

A rólam készített filmben az újjászületésről kérdeztek. Nos, ez az újjászületési vágy azóta is változatlanul él bennem, s jelenleg is ezt tartom legfontosabb kutatási területemnek: az újjászületést, mégpedig a krisztusi értelemben vett újjászüle-

tést. Mert olvasmányaim alapján és az olyan emberekkel való beszélgetésekből leszűrt tapasztalatok alapján, akik életük példájával vonzanak engem, úgy érzem, ez az egyetlen és legfontosabb a világon. És hadd tegyem hozzá: úgy érzem, mindenkinek ez kellene, hogy a legfontosabb legyen.

(*Balczó András*)

Istenarc

Egy istenarc van eltemetve bennem,
Tán lét-előtti létem emlék-képe!
Fölibe ezer réteg tornyosul,
De érzem ezer rétegen alul,
Csak nem tudom, miképp került a mélybe.

Egy istenarc van eltemetve bennem.
Néha magamban látom, néha másban,
Néha állok, mint a fosztott ág, szegényen,
Ha rossz órámban eltűnik egészen
Alter-egóm az örök vándorlásban.

Egy istenarc van eltemetve bennem,
A ráakódott világ-szenny alatt.
A rám rakódott világ-szenny alól,
Kihűlt csillagok hamuja alól
Akarom kibányászni magamat.

Egy istenarc van eltemetve bennem:
Antik szobor, tiszta, nyugodt erő.
Nem nyugszom, amíg nem hívom elő.
S bár világ-szennyre rakódott reája,
Nem nyugszom, amíg nem lesz reneszánsza.

(*Reményik Sándor*)

FOHÁSZOK

Ötödik könyörgés: A FÖLD

Uram!

E szép földet adtad, hogy rajta éljünk,
a bensejébe titkos kincset rejtve el.
Segítettél, hogy művedet megértsük,
könnyítsük munkánk, s küzdjünk le
az éhséget és betegséget is.

A kincset kiássuk s elherdáljuk őket,
a pusztító gépekbe építjük bele.
Pusztítva vélük, mit emelt a többi:
s ellenem fog törni, engem irtva ki
és gyermekeim.

Isten! A Teremtésben tégy társaddá,
hogy értsük műved s nemesítsük azt,
földünket biztos otthonná téve
a boldog jólétnek s harmóniának.

(Szent-Györgyi Albert)

Tündérfok

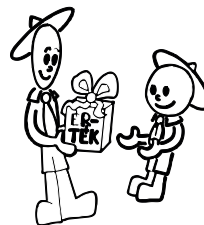
Az életednek van egy titkos csúcsa.
Mely rejtve őrzi boldogságod.
Egy sziklafok, ahonnan Te az élet
Töretlen teljességét látod.
Hol imádkoznál hosszan, térden állva.
Mert onnan végtelen a panoráma.

Az életednek van egy csúcsa.
Körös-körül őserdő, őszbozót,
Keresztül-kasul vágató csapások.
A sok hamistól nem látni a jót.
Isten előre ment, a csúcson vár be.
Csak az a kérdés, hogy odatalálsz-e?

Az életednek van egy titkos csúcsa.
Hová a mélyből kibukkan fejed.
S a szépség minden gazdagsága, fénye
Megáldja két csodálkozó szemed.
Hol tiszta vagy, mint kristálypatakok
S megnyitod szíved, mint egy ablakát.

Az életednek van egy titkos csúcsa.
Vezetnek hozzá szent véletlenek.
Jaj, hogy leszállni kell,
Jaj, hogy nem adhatsz a pillanatnak örökéletet!
A botlasz újra sok rögös, buta úton.
De mindegy. Egyszer fenn voltál a csúcson.

(Reményik Sándor)



Kincs

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Babszemek a zsebben

Volt egyszer egy ember, aki mindig egy marék babot hordott a jobboldali nadrágzsebében. Minden örömteli eseménynél, minden szép élethelyzetben áttett egy babszemet a bal oldali zsebébe. Így este láthatta, hogy aznap milyen gazdag napja volt. Próbáljátok ezt egyszer ki!

Kincskeresés

Ki nem ismeri? Térképpel elrejtett kincs nyomában.

Drágakő-meditáció

Különböző féldrágaköveket (folyami kavicsok is megteszik!) osztunk szét. Milyen érzés megtapintani, hogyan néz ki? Mit mond nekem? Mit fedezek fel magamból rajta keresztül?

Csak egy kérdés

Mindenki megfogalmazhat egy kérdést, amit másoknak fel akar tenni. Ezután körben haladva mindenki felteszi a kérdését.

Kincses láda

Készítünk egy kis kincses ládát (pl. papírból vagy fából). Ebbe gyűjthetünk dolgokat, amik a következő napokban értéket kapnak. Vagy még izgalmasabb: mások raknak nekem bele valamit az együttlét napjaiban.

Mi az, ami számomra értékes Benned?

Képeslapon, levélben... elmondom ezt a többieknek.

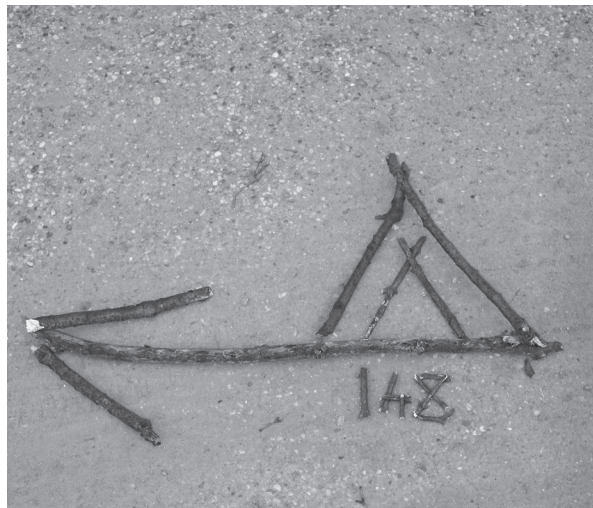
Talajszelvény

Különböző helyeken a tábor területén lukakat ásunk a talajba és megfigyeljük a talaj felépítését. Milyen különbségeket fedezhetünk fel?

Barlang

Talán van olyan barlang a környezetünkben, amelyet meg lehet látogatni. Egy út a mélységbe biztosan megéri. De az ilyenek bejárása gyakran csak szakemberrel lehet.

Közösség



A hűséges barát erős támaszod, vagyont talál, aki ilyen barátokra tesz szert.

(Sir 6,14)

„A barátság olyan, mint egy bumeráng: Megajándékozol a barátsággal valakit, aztán egyre többeket, és ők viszonzózzák a barátságod.”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

Éjjeli őrség (részlet)

Szót se szólunk: egy az őrünk,
Egy a sátrunk, egy a szívünk,
Egy iramra zúgja marsát
Vérünkben a gondolat.

(Sík Sándor)

Megyeri Hitvallás (részlet)

Hiszek!
A kevesek egymásba tett kezében,
A testvérszóban, a bajtársmarokban,
Az érben, mely patak lesz és folyó,
S halott tengerbe életet zuhant.
A Szépségben; hogy szebb és édesebb
A rút nál, és szürkét széppé tehet.
A tiszta vízben, hogy sodorni tud,
És ragadóbb a szennyvíz-áradásnál.
A vízőzönben, szeretetözönben,
Jóság-galambban, Lélek-Ararásban.

(Sík Sándor)

Cserkészek (részlet)

Dolgoznak. Van-e jobb játék, mint rajban a munka?
Egy vezényszó. Munkára fiúk!
Tietek a sátor, tietek az üst és tietek a tűz!
Oda lenn, a szennyes, füstös kővilágban
Most népgyűlés van és kettős rendőr készüllet.
Itt a füst és szenny olyan szálnalmas-messze.
Itt egymás mellett térdepelve,
Egy ősi-bús dalt énekelve,
Inasfiú és grófgyerek
Rakják a szent tábortűzet.

(Sík Sándor)

„Olyan könnyű azokat az embereket szeretni,
akiket nem ismerünk, akikkel sohasem
találkozunk... Azt a felebarátodat szeresd,
akivel együtt élsz, s aki terhedre van.”

(Lev Tolsztoj)

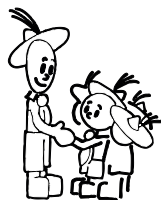
„Azért lesz egyenruhánk és azért lesz az
egyenruha egyszerű, mert közöttünk mindenki
egyforma, nincsenek gazdagok és
szegények, csak cserkészek vannak, akik
egymás közösségét szolgálják, a haza érdekeit
képviselik és hisznek Istenben.”

(Dékány András: A fiúk királya)

„A gyermeknek az Isten két kicsi kezét adott,
egyik keze az apja kezét fogja,
a másik az anyját.

Nem lehet azt a láncot büntetlenül elszakítani.”

(Gárdonyi Géza)



FOHÁSZOK

Kaszap István imája őrséért

Íme, új kis gárda indul a cserkészzet kapuja felé, azzal a nemes céllal, hogy emberebb ember és magyarabb magyar legyen belőle. A drága ifjúság örökös lelkesedésével látnak hozzá, hogy egész életükre szívükbe véssék, örökre szívükbe zárják a tiz törvényt. Messze a cél, sok a küzdelem, Istenem, adj sok erőt e kis gárdának.

Alszik a sátor (részlet)

Álmukban most a játék izgalma űzi őket,
A szálló fürge labda s a könnyű métabot,
De tán csíráznak már a szem-nem-látta mélyen
Nehéz, komoly csírák, végzethozó magok.

Verejtékes napon és éber éjszakán
Imádkozó szívem amin annyit virrasztott:
A gyenge szép gyökérből ki mondja meg, mi lesz,
Ha esőt ad az Isten, kövér, meleg malasztot!

Ó drága szép palánták, szívem szerelmes kertje,
Jövendők éjszakáján ki tudja, hogy mi vár?
Itt, - itt a jó meleg, a sátor és a szívem,
De kinn, kinn dúvadak sorvasztó mérge jár!

És szívemben a messze magányos éjszakában
Felénk fohászokdó anyák mély szíve dobban,
Keresztbe kulcsolódnak maguktól ujjaim,
S remegő lelkemen imádság mécse lobban.

Kertem jóságos Atyja, ki nekem adtad őket,
Szeresd, végig szeresd az én plántáimat!
Engedd, hogy úgy vihessem örök szívedre őket,
Hogy tiszta szép szemükben megismerhesd magad!
(Sík Sándor)

Imádság egyházközségünkért

Uram, Jézus, neked ajánlom egyházközségünket! Ajándékozz meg mindannyiunkat azzal a buzgalommal, amelyet látni szeretnél bennünk! Engedd, hogy mindannyian ugyanazon cél felé törekedjünk, és együtt haladjunk a hozzá vezető úton: örömet, bánatot megosztva példaképül szolgáljunk egymásnak, és egymást mindig csak a jóra buzdítsuk! Neked ajánlom a plébániánk területén működő többi közösséget is, amelynek nem vagyok tagja. Engedd, hogy őszinte szeretetben ők is, és mi mindannyian, egészen a Te szolgálatodnak szenteljük magunkat! Amen.

A cserkészvezető imája

Hegyi Éva nyomán

Istenem! Szívemből köszönöm Neked,
hogy rám bíztaid gyermekeidet,
és én lehettem köztük magvető,
hogy kicsírázzék bennük a jövő.

Most hálát adok minden sikerért!
s minden kudarcért, ami néha ért,
mert nem hagytad, hogy elbízam magam,
de szárnyat adsz, hogy dolgozzam boldogan!

Ó, nem kívánok Tőled semmi bért,
csak dolgozhassak még országodért,
s lelkemnek most csak egy vágya van:
hogy Te neveld fel őket — általam!



MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Egészen együtt

A reggeli szertartásnál mindenki kap egy papírdarabot a kezébe, amin valamilyen közös feladat, napi cél, üzenet vagy idézet szerepel. A papírokat mindenkinek magával kell vinnie a meghatározott közös eseményre (reggelihez, ebédhez, tábortúzhöz...). Csak minden papírt összerakva jön ki belőle a feladat, üzenet stb.

Levél Neked

A csoportból mindenkinek írsz egy levelet. Mi tetszik benned? Mi zavar engem? Mit szeretnék? Milyennek találalak?...

Fonalak gyűrűben

Régi kínai újévi szokás másoknak egy fonalból gyűrűt kötni és ehhez egy jókívánságot mondani. Kíváncsi vagy egymásnak kölcsönösen sok jót!

Golyófuttatás

Sikerül nekünk a kezünkől egy olyan pályát készíteni (és mindig újjáépíteni), hogy egy golyó egész hosszan végigfusson rajta?

Hagyom, hogy eldőljek

Négy-hat ember kört képez, egy valaki középen áll. Van bátorsága eldőlni?

Lehetséges változat: lassan a körben továbblökni.

Hangulatjelző

A tábori közösség hangulata jól felmérhető egy hangulatjelző készülékkel. Legjobban este lehetséges, amikor minden résztvevő együtt van.

Meglepetés

Minden csoporttag kihúzza valakinek a nevét. Ennek a személynek újra és újra apró figyelmességekkel meglepetést kell szereznie anélkül, hogy észrevegye, ki kedveskedik neki.

Egy idő után kiderül/ kiderítjük a rejtélyt.

Örömhír



A nap továbbadja a szót a másik napnak, az éj jelenti a hírt az éjnek. Nem beszéd ez, nem szó, hang nem hallható, a hír mégis terjed, szerte a világon, a szót elhangzik a föld határáig.

(Zsolt 19, 3-5)

„Hiszem, hogy Isten azért helyezett bennünket ebbe a világba, hogy boldogok legyünk és örüljünk az életnek.”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

Írás a Bibliába

– Az Újszövetség Könyve elé –

Ez a könyv a könyvek könyve,
Szegény ember drágagyöngye.
Égi harmat lankadtaknak,
Világosság földi vaknak.
Bölcsességnek arany útja:
Boldog, aki rátalál!
Szomjas lelkek forrás-kútja,
Hol pohárral Krisztus áll.

Ez a könyv az örök törvény,
Királyon lánccal, rabon napfény,
Tévelygőnek hívó harang,
Roskadónak testvéri hang.
Elhagyottnak galambbúgás,
Viharvertnek eresztet,
Haldoklónak angyalsúgás:
„Ne félj: fogd a kezemet”.

Gyermeknek is: „Mily szép rege”,
Bölcsnek: „Rejtelmek tengere!”
Fal, – s túl rajta élő hangok,
Köd, s benn zengő hárfák, lantok.
Templomok közt legszebb templom:
Csak megnyitom, s benn vagyok.
Ablakán a Paradicsom
Rózsáira láthatok.

Minden fakul, minden romlik,
Márványvár is összeomlik.
Bíborleplek ronggyá mállnak,
Dicsőségek füstbe szállnak.
Csak ez a könyv nem tér porba,
Mintha volna élő lelke!...
Ez a könyv a Mózes bokra:
Isten szíve dobog benne.

(Gárdonyi Géza)

„Aki azt hiszi, hogy az ember úgy terem, mint a gomba, s úgy múlik el, mint a gomba, annak a Biblia is csak gomba.
De aki már érzi, hogy *spiritusz*, megérzi a Bibliában, hogy az a könyv a küldött-lelkek műve. Égi bölcsek tanítása földi gyereknyelven.

Miért gyereknyelven?

Mert minden változik a földön, csak a gyereknyelv nem. A gyereknyelv mindig képes, mindig mesés. A képnek magyarázó ereje van, a mese meg elpusztíthatatlan rájá minden bölcsességek.

És minden rendű elmének beszél.”

(Gárdonyi Géza)

„Valahányszor felnyitom a Bibliát, mindannyiszor közvetlen célzást találok benne saját életemre.”

(J. W. Goethe)

„... Mély tisztelettel töltekezem az Isten gondolataival; szívesen olvasom térden állva a Szentírást.”

(Prohászka Ottokár püspök)



„Mindaz, amit a szent könyvekben olvasunk, fénylik és ragyog külső kérgében is, de édesebb belső tartalma. Aki diót akar enni, fél kell a héját törnie.”

(Szt. Jeromos)

„Sürgősen szükség van arra, hogy új, Krisztus szavában gyökerező apostoli nemzedék szülessék, amelyik válaszolni tud korunk kihívásaira, és kész arra, hogy mindenütt hirdesse az evangéliumot.”

(XVI. Benedek pápa)

„Elmélkedjétek gyakran Isten szaváról, és engedjétek, hogy a Szentlélek legyen tanítótok. Akkor föl fogjátok fedezni, hogy Isten gondolatai mások, mint az emberek gondolatai. Az elmélkedés elvezet az igaz Isten szemléletéhez, és a történelem eseményeit az ő szemével fogjátok látni; így tapasztaljátok meg, majd az igazságból származó öröm teljességét.”

(XVI. Benedek pápa)

„A Biblia nem azért van, hogy kritizáljuk, hanem azért, hogy minket kritizáljon.

(Sören Kierkegaard)

„A Biblia Istennek hozzánk írt szerelmeslevele.”

(Sören Kierkegaard)

„Ki más, mint Te, Istenünk, helyezted fölénk a tekintély erősségét a Te Isteni Írásodban! ... Azért Könyved erősségét, mindenütt egybehangzó igéidet, mint sátorponyvát feszítetted ki felettünk. ... Engedd meg, Uram, hogy bepillantassunk az égbe, kezeid művébe; oszlasd el a homályt szemünkről... Mert nem ismerünk más könyvet, mely annyira lerombolja a gőgöt... sehol Uram, sehol máshol nem találtam oly tiszta igékre... Engedd, jószágos Atyám, hogy megértsem az Írásokat, hisz azokat azok részére szilárdítottad meg, akik alájuk vetik magukat, s én alávetem magam.”

(Szt. Ágoston)

„Írásod legyen tiszta gyönyörűségem; ne tévedjek meg benne, se másokat ne tévesszek meg vele. Uram, figyelmezz rám és könyörülj rajtam... Adj azért időt, hogy elmélkedjem törvényed titkairól, ne zárd el azok elől, akik kopogtatnak. Hisz nem hiába akartál oly sok lapra oly homályos titkot írni... A Te szavad az én örömöm, a Te szavad túlárado gyönyörűségem.”

(Szt. Ágoston)



Bölcshőben ringtam, forgó vizeken,
Vadul sodort haragod folyamárja,
Míg ki nem vetett hullámod a sásba
S ott nem hagyott egy nádas szigeten.

Megtalált, fölvelt, táplált kegyesen
Irgalmasságod fáraó-leánya.
Nem hagyta belefűlni a halálba,
Mert valami szándékos volt velem.

Fölserdültem és addig bujdokoltam,
Míg elém álltál a csipkebokorban.
„Ki vagy?” – kérdeztem. – „Az Aki Vagyok.”

Negyven éve járok a pusztaságban.
Népem nincs már. Kánaánt nem találtam.
De mutasd meg a földed, ha meghalok.

(Rónay György)

Ugy voltál mindig a legközelebb, ha távol,
mert tőled voltam távol, és távol is veled,
és egyre teljesebb lettél minden hiánytól,
és hiánnyal is létem lett teljesebb.

(Rónay György)

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

A saját zsoltárom

Egy zsoltár szövegét (pl. a 8-as), szétszedünk versekre és mindenki megkapja az egész szöveget. Melyik vers szól különösen hozzám? El tudom így imádkozni? Átfogalmaznám? Mit mondanék saját szavaimmal?

Üzenetet érezni

Valaki az ujjával felír a hátamra egy üzenetet. Megértem?

Szentírásolvasás

1. Meghívás: Isten itt van, imával köszöntjük őt a körünkben.
2. Olvasás: A kiválasztott részt nyugodtan, kétszer olvassuk el.
3. Elidőzés: Keressünk ki, és olvassunk fel szavakat és mondatokat a szövegből.
4. Hallgatás: Isten a csendben tud minket megszólítani.
5. Megosztás: elmondani a többieknek, mi érintett meg belőle, mit mond nekem.
6. Cselekvés: Mit akar Isten tőlünk? Hogyan haladjunk tovább?
7. Ima: Együtt imádkozunk. Mindenki szabadon megfogalmazhat egy imát.

Üzenetet kiáltani

Több csapatot alkotunk. Minden csapat választ egy üzenetmondót. Ezek felállnak egy bizonyos távolságra a csapatukkal szemben. Mindegyik egyszerre mondja el a saját üzenetét. Megértik a csapatok, amit nekik üzennek?

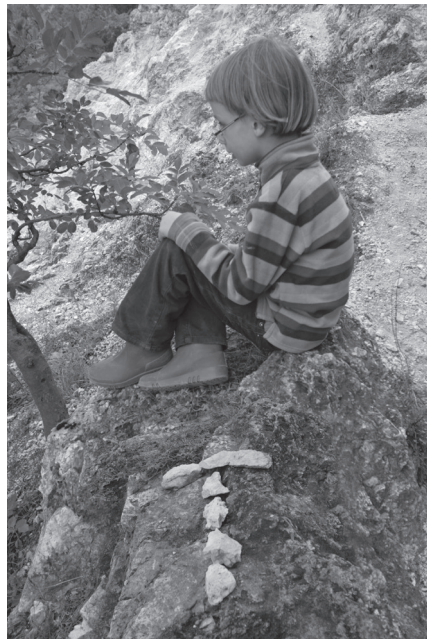
Szentírást felfedezni

Üssétek fel a Szentírást véletlenül, bökjetek ujjal az egyik versre. Olvassátok fel. Tudtok valamit kezdeni vele? Mit mond ez nektek? Vagy nem mond semmit?
Talán kedvet éreztek ahhoz, hogy a vers környezetét is elolvassátok.

Szentírás - „horoszkóp”

Minden napra van egy kiválasztott olvasmány (az igeliturgikus útmutatóból, vagy napi jelmondatnak megfelelően). Nézzétek meg a mai napra szólót. Mit mond ez ma nektek?

Megállás



„Gyertek velem külön valamilyen csendes helyre, és pihenjétek egy kicsit!” Mert annyian felkeresték őket, hogy még evésre sem maradt idejük. ...elvonultak...hogyan magukban legyenek.

(Mk 6,31-32)

„A pihenésen nem üresjáratot értek, hanem a tevékenység megváltoztatását.”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

A rohanás e kornak átka.
Az ember törli homlokát,
majd időzavart konstatálva,
mint báb rohan tovább.

Csak egyszer állj meg út felében!
Az ég – mint bíró néz le rád,
s ha Isten nem kell semmiképpen,
gondolj magadra legalább!

Gondolj immár a végtelenre,
söpörd a hiúság porát,
- s ólmot önt lábadba s kezedbe,
meglásd, a szent tétovaság.

S van erő a tétovaságban,
ha hamis úton ér a harc,
ha hamis csillagok honába
továbbmenni már nem akarsz.

Ha más arcába, mint avarra
taposnál – állj! tovább ne lépj!...
Ne öld meg – gondolj mindig arra
- a megállás ígéretét!

Ha mások testén át haladva,
célod felé így törsz elő,
- nem másra lépsz, mint önmagadra,
s állj meg, te Istent feledő!

S harag ha arra ösztökélne,
hogy feledd saját lelkedet,
- becstelen szóra vagy lövésre,
- ne siess nagyon, s meg ne tedd!

Tovább ne rohanj eszelősen,
állj meg, te Földnek embere!
Bomba – pusztulj a levegőben,
golyó – a koltba sülj bele!

Ember, légy büszke szent nevedre!
Szemed emeld az égre már,
s a bomlás, züllés közepette
hallgass a szóra: állj, - megállj!

(Jevgenyij Jevtusenko)

„Az atomizált embernek nincs ideje, mert nincs szeretete. A szeretet és idő összetartozik. A szerető ember megáll a másik ember és a dolgok előtt, és időt szán rájuk – és ez a szeretet. Még egyszer: az idő és a szeretet összetartozik. Isten szeretetből küldte el Fiát az időben.”

(Max Picard)

FOHÁSZOK

Uram!
Fölfedted előttünk az anyagban rejlő
energia titkát,
Hogy munkánkat könnyebbé és az
életet magasztossá tegyük,
Megtanítottál a hangnál is sebesebb
utazásra,
Hogy a távolság ne válassza el többé az
embertől az embert.

Munkánk gyümölcsét, a lövedékké
sűrített energiát
Mi eljuttatjuk a föld legtávolabbi
sarkaiba,
Hogy egymást nyomorúságba és
pusztulásba taszítsuk,
Hogy a letarolt földről kiirtsunk minden
élőt.

Uram! Ne hagyd, hogy leromboljam az
élet templomát, -
Engedd, hogy hasznomra váljék a tudás,
hogy hasznossá lehessen általa!
Adj méltóságot rövid napjaimnak.

(Szent-Györgyi Albert)

Fohászkodás (részlet)

Isten, kit a bölcs lángesze föl nem ér,
Csak titkon érző lelke ohajtva sejt:
Léted világít, mint az égő
Nap, de szemünk bele nem tekinthet.

...
Buzgón leomlom színed előtt, dicső,
Majdan, ha lelkem záraiból kikél,
S hozzád közel járulhat, akkor
Ami után eped, ott eléri.

Addig letörlöm könnyeimet, s megyek
rendeltetésem pályafutásain,
A jobb s nemesb lelkeknek útján,
Merre erőm s inaim vihetnek.



(Berzsenyi Dániel)

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Egy perc

Mindenki becsukja a szemét. Meg kell becsülni, meddig tart egy perc. Aki azt gondolja, hogy elmúlt, felemeli a kezét. Ki van a legközelebb hozzá?

Hangra fülelni

Egy gongot, csengőt vagy más eszközt adunk körbe. Mindenki megszólaltatja, a többiek meghallgatják. Milyen hatást vált ki?

Tárgymeditáció

Minden tárgy hív arra, hogy megérintsd. Mit fedezek fel rajta? Mit érzek? Mire tesz érzékennyé? Milyen emlékeket, vágyakat, álmokat, érzéseket, gondolatokat idéz fel? Mi közöm van hozzájuk?

Álomotazás/ Lazító gyakorlat

Sok szabadidős tevékenységre lehet egyszer időt szánni, valóban ellazulni és álmaink, érzéseink után menni.

Lassú mozgás

Próbálj meg egyszer nagyon lassan mozogni. Minden egyes mozdulatot, izmot próbálj meg érzékelni. Érzed, milyen csodálatos alkotás a tested?

Kézbeszéd

Hogy érzem magam éppen most? Becsukom a szemem és egy pillanat alatt magamba fordulok és megfogalmazom. Odamegyek a többiekhez. Csak a kezek érintésén keresztül közlöm a szemben állókkal. A válaszként kapott kézmozdulat megmutatja, mit értettek meg belőle.

Angyalt barkácsolni

Különböző anyagokból készítsünk angyalt. Valakinek odaadom a csoportból, akinek valami különlegeset szeretnék kívánni.

Zajtérkép

Kora reggel mindenki elhelyezkedik íróeszközökkel valahol az erdőben. Megpróbálnak minden erdei neszt érzékelni. A nesz keletkezésének helyét a papíron bejelölik.

Teremtés



Te vagy, Uram, az Egyetlen! Te alkottad az eget..., a földet és mind, ami rajta van, a tengereket és mind, ami bennük van. Te éltetsz mindent...

(Neh 9,6)

„Az az ember, aki vak a természet szépségeire, az élet örömeinek csak a feléből részesül.”

(Robert Baden-Powell)

Teremtés

Útjelek

GONDOLATÉBRESZTŐ

„A természet örök törvényét forgatni ne szűnjél,
Benne az Istennek képe leírva vagyon.”

(Vörösmarty Mihály)

„Mielőtt elhagynám az asztalt, ahol kutatásaimat végeztem,
nincs más hátra, kezemet s szememet az égbe emelni, és buzgóssággal minden világosság szerzőjéhez küldeni alázatos, hála-
lás imámat.”

(Johannes Kepler)

„Amit itt a csillagok alatt Istenből látok, elég nekem, hogy higgyek abban az Istenben, aki a csillagok fölött van, s akit nem látok.”

(Isaac Newton)

„Az én vallásom egy magasabb természetű, végtelenül szellemi Lény alázatos imádása, aki még azokban a részletekben is kinyilatkoztatja magát, amelyeket a mi gyenge és korlátolt érzékszerveinkkel észrevenni képesek nem vagyunk. Isten elgondolásom lényege a mély, intenzív meggyőződés, hogy létezik egy legfelsőbb Intelligencia, aki a kikutathatatlan világmin-
denségben nyilatkoztatja ki magát.”

(Albert Einstein)

„Minél mélyebben hatolunk a természet erőinek birodalmába, annál inkább fokozódik csodálatunk az iránt, Akinek a világ elrendezésében felénk sugárzó végtelen bölcsessége áthatja az egész teremtést.”

(Werner Siemens)

Nagy a mi Urunk, erős és hatalmas, bölcsességének nincsen határa! Dicsérvétek őt Nap, Hold és bolygók, amilyen nyelven csak zenghetitek Teremtőtök dicséretét! Dicsérvétek őt égi harmóniák, és ti is, felfedett igazságainak tanúi és igazolói! És lelkem, te is zengd az Úr dicséretét egész életeden át! Tőle és általa és érte vannak minden dolgok, a láthatók és láthatatlanok! Egyedül őt illesse tisztelet és dicsőség öröktől örökké!

(Johannes Kepler)

„A nap, a bolygók és az üstökösök csodálatos berendezése csak egy mindentudó és mindenható lény tervéből és csakis az Ő tervéből keletkezhetett.”

(Isaac Newton)

„A hegy tövében egy kis tisztáson néznek farkasszemet sátrink az erdő mélyével. Táborunk közepén lobog a félárbocra eresztett trikolór, ettől oldalt nyírfakeresztünk emelkedik örködőn a sátrak felé.”

(Kaszap István)

„A nap sugarai áttörik a fák lombkoronáját, az erdő ébred, márdáfütytől hangos. Az őrváltás megtörténik. Az örök halkán beszélgetnek...” És az örök látják, hogy a Kakas órs sátrában valaki mozog. ... minden reggel fél órával korábban kelt, kiment az erdő szélére és ott leülve imádkozott.

„Gyakran megtette, hogy elhagyta a tábort, bement az erdőbe, nézegette, csodálta a természetet, mert értette már a nyelvet...”

(feljegyzések Kaszap Istvánról)

„Meglátogattam a nyár folyamán a jó öreg Vértes hegységünket, el-elbarangoltam sűrű tölgyeseiben és mohás sziklákkel telehintett szakadékaiban, hol minden a fölséges Alkotót dicséri.”

(Kaszap István)



FOHÁSZOK

Mondj áldást, lelkem, az Úrnak: *
csodálatos a Te nagyságod, Uram, Istenem!
Fölséget és pompát öltöttél magadra, *
a fényesség a te palástod.
Kifeszítéd az eget, mint egy sátor, *
vizek fölött áll a palotád.
Fölszállsz a felhők fogatára, *
és a szelek szárnyán utazol.
Követségbe küldöd a szélvihart, *
és teneked szolgál a lobogó villám.
Szilárd alapokra ágyaztad a földet, *
nem fog az sohasem meginogni.
Az őstenger köntösként takarta, *
vizek borították még a hegyeket is.
Ám feddő szavadra megfutottak, *
félve menekültek mennydörgő hangod elől.

(Zsolt 104,1-7)

Patakokba gyűjtöd a forrásvizeket, *
ott csörgedeznek a hegyek között.
Belőlük isznak a mező vadjai, *
szomjukat oltják az állatok.
Partjukon fészkelnek a dalos madarak, *
az ágak közt énekük hangzik.
A hegyeket égi palotádból öntözöd, *
alkotásod gyümölcsével jól tartod a földet.
Füvet sarjasztasz az állatoknak, *
és növényeket az ember hasznára,
hogy kenyeret teremjen a föld, *
és bort, hadd vigadjon tőle az emberi szív.
Olajjal örömet derítesz az arcra, *
a kenyér meg erőt önt az ember szívébe.
Teleisszák magukat az Isten erdői *
és Libanon cédrusai, melyeket ő ültetett.

(Zsolt 104,10-16)

Holdat készítettél, hogy mérje az időt, *
nyugtának idejét jól tudja a nap.

(Zsolt 104,19)

Mennyi mindent alkottál, Uram! †
Bölcsességgel rendeltél el mindent, *
betöltik a földet teremtményeid.

(Zsolt 104,24)

Köszöntelek a folyók zúgásával,
a felhő-arcú hegyekkel, a hegy-forma fellegekkel,
a gond-alakú csillagokkal,
köszöntelek a szivárvánnyal, az éj minden tűzével,
és végül az ámulatos nap-ragyogással:
mind a tiéd! Valamennyiben itt vagy,
akkor is, ha szenderegysz, és úgy is, ha leszállsz hozzánk vá-
ratlanul
s a teremtmények seregének megvilágítod újra meg újra
kerek pajzsaidat, eleven mezőn és rideg mérföldeken heve-
rőket,
egyszerűségük örök titkában, nyíltságuk rejtelmében,
miket állandó ittlétük miatt
oly könnyen, szüntelenül feledünk.

(Weöres Sándor)

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Erdei konyha

Tavasszal sok ehető erdei növényt lehet találni. Könnyen ösz-
szegyűjthetők ezek szakember vagy könyvtárból kölcsönzött
könyv segítségével, és finom saláta készíthető belőlük.

Erdei fotel

Egy nyugodt helyen kívánt formájú fotel készíthető ágak ösz-
szefonásával. Finom ágak és rőzse egymásra rétegezésével,
elsimítva adhatják a belsejét. Száraz lomb, fenyőgallyak, vagy
akár egy takaró képezheti a huzatot.

Erdei lények

Mindenki gondolja, milyen erdei lényé szeretne változni.
(növény, állat, mesebeli lény...) Majd mindezek a lények feltűn-
nek – a szót közben egymásnak adva – egy közösen elmesélt
történetben.

Erdei történet alkotása

Mindenki keres magának egy tárgyat, helyet az erdőben és
elmond róla egy történetet. Olyan történet is lehet, amelyet
a többiek tovább fűznek. Mindenki egy tetszőleges helyen a
maga által választott tárgyat is beleillesztheti.

Az én fám

Egy kijelölt területen a csoport felét bekötött szemmel egy fá-
hoz vezetjük. Időt hagyunk rá, hogy a fa minden ismertetője-
gyét kitapinthatassák. Kerülő úton a kiindulási pontba vezetve
az a feladatuk, hogy mindenki a saját fáját újra megtalálja.
Minden fa egyedi!

Hulladék?

Csoportonként adjunk egy szemeteszsákokat különböző hulla-
dékkal töltve. Melyik csoportnak sikerül leggyorsabban a sze-
metet anyaga és az újrahasznosítás módja alapján szétválo-
gatnia? (Inkább kisebb gyerekeknek.)

Állatnyomok

Rajzoljunk vagy másoljunk állatnyomokat papírra, melyekről
felismerhető, hogy melyik állaté lehetnek. Kinek sikerül mind-
egyiket kitalálni?



Biztonságban leszel, mert lesz reménységed, biztos fedél alatt nyugodtan pihensz. *(Jób 11,18)*

„Tegyél másokat boldoggá és te magad is boldog leszel, és ha ezt teszed, általad teljesedik be Isten akarata.” *(Robert Baden-Powell)*

„Amiként a család, úgy a nemzet és a haza sem helyettesíthető valóságok.” *(II. János Pál pápa)*

GONDOLATÉBRESZTŐ

Nem tudhatom...

Nem tudhatom, hogy másnak e tájék mit jelent, nekem szülőházam itt e lángoktól ölelt kis ország, messzeringó gyerekkorom világa. Belőle nőttem én, mint fatörzsből gyöngé ága s remélem, testem is majd e földbe süpped el. Itthon vagyok. S ha néha lábamhoz térdepel egy-egy bokor, nevét is, virágát is tudom, tudom, hogy merre mennek, kik mennek az uton, s tudom, hogy mit jelenthet egy nyári alkonyon a házfalakról csorgó, vöröslő fájdalom. Ki gépen száll fölébe, annak térkép e táj, s nem tudja, hol lakott itt Vörösmarty Mihály; annak mit rejt e térkép? gyárat s vad laktanyát, de nekem szöcskét, ökröt, tornyot, szelíd tanyát; az gyárat lát a látcsón és szántóföldeket, míg én a dolgozót is, ki dolgaért remeg, erdőt, fűtyös gyümölcsöst, szállót és sírokat, a sírok közt anyókat, ki halkan sírogat, s mi főntről pusztítandó vasút, vagy gyárüzem, az bakterház s a bakter előtte áll s üzen, piros zászló kezében, körötte sok gyerek, s a gyárak udvarában komondor hempereg; és ott a park, a régi szerelmek lábnyoma, a csókok íze számban hol méz, hol áfonya, s az iskolába menvén, a járda peremén, hogy ne feleljek aznap, egy kőre léptem én, ím itt e kő, de főntről e kő se látható, nincs műszer, mellyel mindez jól megmutatható.

Hisz bűnösök vagyunk mi, akár a többi nép, s tudjuk miben vétkeztünk, mikor, hol és mikép, de élnek dolgozók itt, költők is büntelen, és csecsszópók, akikben megnő az értelem, világít bennük, őrzik, sötét pincékbe bújva, míg jelt nem ír hazánkra újból a béke ujsa, s fojtott szavunkra majdan friss szóval ők felelnek. Nagy szárnyadat borítsd ránk virrasztó éji felleg.

(Radnóti M.)

Emlékezet és azonosság

„A haza tehát örökség, s egyszersmind eme örökségből fakadó helyzet is, ami a haza földjére és területére vonatkozik. Ám a haza fogalma még ennél is szorosabban kötődik azokhoz az értékekhez és szellemi tartalmakhoz, amelyek egy bizonyos nemzet kultúráját alkotják... amikor a lengyeleket megfosztották területeiktől és feldarabolták nemzetüket, akkor sem csökkent érzékenységük szellemi örökségük és őseiktől örökölt kultúrájuk iránt, sőt éppen hogy ekkor indult rendkívül dinamikus fejlődésnek.”

(II. János Pál pápa)

„A területek, amelyeket egy néptől erővel elszakítottak, bizonyos értelemben a nemzet „szelleméhez” intézett könyörgést, sőt kiáltást jelentenek. A nemzet szelleme ilyenkor fölserken, új életre kél, és harcba száll, hogy visszaszerezze a földnek az őt megillető jogokat.”

(II. János Pál pápa)

„Krisztus távozása a haza fogalmát eszkatologikus és örökkévaló dimenzióba emelte, ám semmivel nem csökkentette evilági tartalmát. Tapasztalatból, a lengyel történelemből tudjuk, milyen mértékben növelte az örök haza tudata a készséget az evilági haza szolgálatára, arra ösztönözve polgárait, hogy bármilyen, nemritkán igen hősiek áldozatot is vállaljanak ennek érdekében. Az Egyház által a történelem folyamán s különösen az utolsó századokban oltárra emelt szentek ékesszóló módon tanúszkodnak erről.”

(II. János Pál pápa)

„A hazafiság, mint a haza szeretete, elismeri minden más nemzet jogát is arra, hogy hasonlóképpen szeresse hazáját.”

(II. János Pál pápa)

FOHÁSZOK**Himnusz (részlet)**

Isten, áldd meg a magyart,
Jó kedvvel, bőséggel,
Nyújts feléje védő kart,
Ha küzd ellenséggel;
Bal sors akit régen tép,
Hozz rá víg esztendőt,
M megbűnhődte már e nép
A múltat s jövőndőt!

Szánd meg, Isten, a magyart
Kit vészek hányának,
Nyújts feléje védő kart
Tengerén kínjának.
Bal sors akit régen tép,
Hozz rá víg esztendőt,
M megbűnhődte már e nép
A múltat s jövőndőt!

(Kölcsey Ferenc)

Szózat (részlet)

Hazádnak rendületlenül
Légy híve, ó magyar;
Bölcsöd az s majdan sírod is,
Mely ápol s eltakar.

A nagy világon e kívül
Nincsen számodra hely;
Áldjon vagy verjen sors keze:
Itt élned, halnod kell.

(Vörösmarty Mihály)

Régi magyar himnusz (részlet)

Boldogasszony Anyánk, régi nagy Patrónánk!
Nagy inségben lévén, így szólít meg hazánk:
Refr.: Magyarországról, édes hazánkról,
Ne felejtezzél el, szegény magyarokról.

Ó, Atyaistennek kedves, szép leánya,
Krisztus Jézus anyja, szent lélek mátkája. Refr.

Nyisd fel az egeket sok kiáltásunkra,
anyai palástod fordítsd oltalmunkra. Refr.

A magyar szentek himnusza

Isten, hazánkért térdelünk elődbe.
Rút bűneinket jószággal fodd be!
Szent magyaroknak tiszta lelkét nézzed,
Érdemét idézzed!

István királynak szíve gazdagságát,
Szent Imre herceg kemény tisztaságát,
László királynak vitéz lovagságát:
Ó, ha csak ezt látnád!

Szent Erzsébetből hős szeretet árad,
Margit imái vezekelve szállnak,
Minket hiába, Uram, ne sirasson
Áldott Boldogasszony!

Ránk, bűnösökre minden verés ránk fér,
De könyörögnek ők tépett hazánkért.
Hadd legyünk mink is tiszták, hősök, szentek:
Hazánkat így mentsd meg!

„Bevalljuk, Uram, őseink nyughatatlanságát, beismerjük mindennapi vétkeinket, amelyekkel ellened támadván, valóban megérdemeljük ostorodat. Rászolgálunk, Uram, hogy nemzetünk dicsősége elenyésszék, s gyermekeink elfeledjenek magyarlal imádkozni...

Mindazáltal, ó Uram, tekintsd a nyomorúság ez örvényébe hullott népednek sóhaját, hallgasd meg a szegények, az özvegyek és árvák hozzád felsíró jajkiáltását!”

(II. Rákóczi Ferenc)

Mária, Jézus anyja, Magyarország védőasszonya! A te képedet hordozzuk a zászlóinkon! A te nevedet milliók ajka énekli magyarlal. Könyörögj érettünk!

Szent István király! Nézz alá az égből! Nézd pusztuló országodat! Nézd Egert, ahol még állnak a te templomod falai, és ahol a te nyelveden, a te vallásodon dicséri a nép a Mindenhatót. Mozdulj meg mennyei sátorodban, Szent István király; és borulj az Isten lába elé! Isten! Isten! Legyen a szíved a miénk!

(Gárdonyi Géza - Dobó István imája)

MÓDSZERTANI JÁTÉKOKLábmosás vándorlás után

Vándorlás után vett fürdők különösen felüdítőek lehetnek. Különféle fürdők készíthetők. Levelek, csalán, homok, kéreg, virágok... lehetnek alkalmasak hozzá. Jót tesznek a különböző hőmérsékletű meleg vizes fürdők is.

Vakon menni

Mezítláb és bekötött szemmel megyünk óvatosan az erdőben, közben minél jobban érezzük a környezetünket, érzékeljük a különböző talajokat, melyeken járunk. Vezetve, vagy egy hosszú sorban megyünk. Ki tudja utána az utat leírni?

Tükrrel menni

Tartsunk egy kis tükröt az orrunk alá. Egymásba kapaszkodva, sétálva vagy vezetve egész más oldaláról érzékeljük a világot. Az egész a feje tetejére áll. Az erdő különböző növényei és tárgyai így más látószögből figyelhetők meg.

Hordozva lenni

A csoport visz minket egy erős takarón. Érezhető a mozgásuk, a környezet új oldalról fedezhető fel. A hordozók szempontjából is nézhető... Szobában is eljátszható, ha ketten húznak egy erős takarón.

Közös kép

Középen egy nagyméretű papír. Közös festünk: vagy együtt az egészet, vagy mindenki egy saját részt, vagy mindenki egy részt, de pár perc után cserélünk.

Virágok segítségével...

...sokat mondhat az ember. Vajon kifejeznek különféle virágok különféle érzéseket? Melyik virágok a legkedvesebbek nekem? Mire emlékeztetnek? Egy séta a virágos mezőn, vagy erdei ösvényen emlékeket idézhet fel.



Segítsünk az Úr nevében, aki az eget és a földet alkotta.
(Zsolt 124, 8)

„Amit hangsúlyozni szeretnék, az, hogy sohasem szabad elszalasztanótok a kínálókozó esélyeketeket, mert aztán sajnálhatjátok, ha soha többé nem jelentkeznek. Ez kell, hogy a jelmondatotok legyen: Tedd most!”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

Szolgálat (részlet)

Ferencvárosi teherpályaudvar,
Nagy marhaszállító vagyon.
A padlatára hintett szalma közt
Fáradtan fekszünk, tíz cserkészfiú.
Ma éjjel mi vagyunk inspekciósok.
Negyedőrája, hogy elcammogott
A legutolsó menekült-vonat.
Elszállítottuk sebesültjeinket,
Az éheseket megetettük,
A szomszósokat megittattuk,
Az állatokat elláttuk alommal,
Megfuttattuk a megbízatásokat,
Most két órát pihenhetünk:
Hajnalgig nem jeleztek vonatot.

(Sík Sándor)

Adni kell, adni, mindent odaadni:
Munkát, erőt, életet,
Pénzt, ruhát és kenyeret,
Könnyet, mosolyt, simogatást,
Jószándékot, jóakarást,
Imádságot, egészséget,
Melegséget, élő hitet.
Odaadni akárkinek,
a legelső nincstelennek.
Szeretetet adni - adni,
S érte semmit sem kívánni.

(Teréz anya)

Tekintet nélkül arra, hogy másoknak tetszik-e vagy nem,
tekintet nélkül arra, hogy látják-e vagy nem,
tekintet nélkül arra, hogy lesz-e sikere vagy nem:
tedd a jót!
Tégy minden jót, amit megtehatsz,
ott, ahol vagy,
úgy, ahogy teheted,
akkorát, amekkorát tehetsz,
de mindig, szüntelen ez legyen a programod!

(Sík Sándor)

„Fantázia kell a felebaráti szeretethez... Az evangéliumi küldetés csak irányt mutat, de nem mutatja meg a gyakorlati utat, hogyan váltsuk valóra Jézus alap-parancsát: „Szeresd felebarátodat teljes szívedből, egész lelkedből és minden erődből.” Figyelmesen észre kell vennünk, hol és mikor nyílnak erre a mindennapi életben alkalmak.

Gondoljunk csak arra, hogy vannak bizonyos magatartásmódok, mint például: ahogyan betesszük az ajtót, ha kimegyünk, hogy a szomszédot föl ne keltsük; hogy fölvevesszük a földön heverő papirost; figyelemmel vagyunk egy kisgyermek babája iránt; elfogadunk egy javaslatot anélkül, hogy azonnal ellenjavaslattal élnénk; ügyeljünk arra, hogy a meglátogatott betegnek ne szökjék fel távozásunk után a láza; megdicsérjük a szakácsnét, aki annyit fáradozott a tűzhely mellett; kölcsön adunk egy könyvet, amelyet nem adnak majd nekünk vissza... A felebaráti szeretet figyelmes és tapintatos. Észreveszi a mások kívánságait és vágyait. Emlékezzünk csak Jézus első csodájára, amelyet a galileai Kánában művelt. Szűz Mária egy szerény utalásának volt a következménye, aki észrevette a házigazda szorultságát. Az ilyen dolgokhoz az Isten nemegyszer váratlan s csodálatos eredményeket kapcsol...”

(Suenens bíboros)

„Hiszem, azért vagyunk a világon, hogy boldogok legyünk. Csak egy út van a boldogság felé, és ez – másokat boldoggá tenni! Talán sokan túlzónak tartanak, de azt mondom, hogy erőink legjobb befektetése az, hogy az ifjúságot segítjük.”

(Dékány András: A fiúk királya)



FOHÁSZOK

Isten, aki – mondják: fűben, vízben, fában bujkálsz, mint mosoly a szerelmes lányban, ki a költőknél jobban kinyitottad nagyanyám két fülét szöszatodnak, nekem, ki mint süket s vak tétova lábon dülöngtem e pergő világon, tedd meg nekem is, hogy úgy, mint ő, füleljek szavadra, s szavadra oly bátran feleljek.

(Illyés Gyula)

Ha megszólítottak, Uram, tudom, első kérdésed hozzám: „Szükséged van rám?” S a te válaszod: „Itt vagyok! Nem láthatsz meg, de én vagyok a fény, amelyben mindent látsz. Nem halasz, s mégis kezded ereje vagyok, cselekszem akkor is, ha nem ismered útjaimat. S alkotok akkor is, ha művem nem ismered.

(James Irwin úrhajós)

Én Istenem, pótolod erőben,
ami még hiányzik belőlem!
Taníts igédhez igazodni,
bölcsségedben bizakodni!

(Szemlér Ferenc)

Halljad, világ a vallomásomat:
egyszerűek legyünk, mint az országút,
hogy mindenkihez elmehessünk,
jók legyünk, mint e levegő,
hogy mindenkit megölelhessünk,
édesek legyünk, mint a kenyér,
hogy mindenkit etethessünk,
vidámak legyünk, mint a bor,
hogy mindenkit megnevettessünk.

(Mécs László)

Mennyei Atyám!

Hálát adok neked az egészséges pihenésért, amellyel megajándékoztál. Újraébredt lélkem legyen egészen a tiéd!

Ezen a napon úgy akarok járni-kelni, mint te: mindenütt jót akarok cselekedni.

Minden embert, aki csak találkozik velem, úgy fogadok, mint akit Te küldtél hozzám. Ő a testvért lássa bennem, az én szavaimból és tetteimből pedig a krisztusi szeretet sugározzék reá. Senki se távozzék tőlem anélkül, hogy legalább egy jó szót ne kapott volna.

Add, hogy magamat elfelejtsem, és bele tudjam élni magam mások helyzetébe.

Add, hogy sohase veszítsem el az önuralmam, és ne legyek barátságtalan, vagy sértő.

Add meg, hogy mindig megnyerő modorú legyek, és éljen bennem szikrányi humor, hiszen erre olyan nagy szükség van a szomorú világban.

Végezetül add meg, hogy mindenkit legalább parányit vezessek közelebb Szent Fiadhoz a Szűzanya által. Ámen.

(XXIII. János pápa imája)

**MÓDSZERTANI JÁTÉKOK**A légzést követni

Nyugalomba helyezem magam. A testem egészen nyugodt. Annyira nyugodt, hogy a légzésemet is érzékelni tudom. Tudatosan végigkövetem a folyamatot, ahogy a testemben lejátszódik...

Koldusnő gyakorlat

Olvassátok el Rilke és a koldusnő történetét. A csoport fele a talajon ül, mint a koldusnő, kérve, elrejtett arccal, várakozva. A többiek meggondolják, hogy mi jót tudnának a földön ülőkkel tenni. Lassan elindulnak és megteszik. Utána csere.

Majd megbeszélés: Mi volt nehezebb, adni vagy kapni? Milyenek találtuk az egész játékot?

Gazdagnak vagy szegénynek lenni

Sorsolással a csoportot gazdagokra és szegényekre osztjuk. A „gazdagoknak” mindent szabad, a „szegényeknek” alig valamit. Így éltek egy (vagy akár több) napon keresztül. Mik az élmények?

Mindennapi kenyér

Ha magunk sütjük, esetleg a magot magunk hozzuk el a gazdáktól és öröljük meg - vajon megtanuljuk teljesen máshogy értékelni?

Fél malomjáték

A malomjátékot mindenki ismeri. Készítetek el egy fél táblát és keressetek köveket hozzá. Ha valaki valakivel malmozni akar, mindenkinek hozni kell a saját malmát és köveit. Ezáltal megtanulhatjuk egymást megszólítani és dolgainkat összhangba hozni.

Hosszú kanállal enni

Hasonló élmény érhető el hosszú kanállal való étkezéskor. Öten vagy hatan ülünk körbe egy krémes anyaggal töltött tálal. A kanalakat erősítsük 70 cm-es botokra. Hogyan juthatunk hozzá a desszertünkhöz? Izgalmas látni, ahogy a különböző csoportok megküzdének a feladattal.



Mindennek megvan az órája és minden szándéknak a maga ideje az ég alatt. Ideje a sírásnak és ideje a nevetésnek; ideje a jajgatásnak és ideje a táncnak.

(Préd 3,1 és 4)

„Játsszunk! - Ne csak néző légy!”

(Robert Baden-Powell)

„A cserkészlet nem bonyolult vagy nehezen érthető tudomány, inkább egy nagyszerű játék, ha a jó oldalról nézzük.”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

Cserkészek (részlet)

Fiúk: kemény, szélsimogatta barackos arcok,
Nagy huncut-kék és barna-mély szemek,
Óriás karimák alól mosoly-merészen csillannak elő.
Fiúk, cserkészek: úgy állnak kezükben a hosszú bottal,
Mint karó mellett a rózsatő.

Mennek nagy szeges cipővel a serkenő májusi fűben.
Kövé, nagy hátizsákból ásó kandikál,
És sportlap benne és síp és csokoládé és imakönyv.
Az egyik egy libbenő lepke után szökik a szemével,
A másik éppen vágná hátba az előtte menőt:
De a trombita szól és feszül a Vigyázz, és dobban a lépés,
És a lábuk alatt mintha mozdulna a föld.

Játsszanak, lármáznak, tarka gomolyban.
A labda száll, piheg a mell, robban a láb.
Verekednek olykor, keserű-piros arccal,
Kék foltok a térden, az arcon,
Szaggat a tüske és vérez a kő.
Eh, véres arc, veszett bicsak, hasadt cipő: kit érdekel!
Lesz, ami lesz, előre pajtás!
Egy nagy dolog van a világon:
A rajnak, a rajnak győzni kell!



(Sík Sándor)

Prológ (részlet)

Ó emberek, Gödöllő erdejében
 Egy város épült, mesebeli város,
 Legenda város, a boldog reménység
 Egyetlen városa.
 Nem sátorokból: fiatal szívekből.
 Törvénye egy: a testvérszeretet.
 Címere: liliom. Védőfala:
 Egymást szorító testvéri kezek.
 És anyanyelve: az erős mosoly.
 Ez a mosoly, a megváltó mosoly
 Kapott oltárt e tákolt színpadon.
 Ó emberek, úgy jertek hát belé,
 Amint oltárhoz illik, áhítattal.
 Jertek, lássátok, mosolyogjatok!
 Úgy mosolyogjatok, hogy e mosoly
 Ígéret legyen: az érett erő
 Ígérete a fiatal jövőnek,
 Hogy ama Város, a nagy Ember-város
 Egyszer csak állni fog!

(Sík Sándor)

„Uram, adj nekem humorérzékét. A kegyelmet, hogy megértsem a tréfát, s így megismerhessem azt az örömet, amit az élet nyújt, s azt továbbadhassam másoknak is.”

(Morus Tamás)



FOHÁSZOK

Fohász játék előtt

„Istenem, segíts győzőnöm, de ha bölcsen úgy akarod, hogy ne győzzek, akkor tégy engem, Istenem, jó vesztesé”

(Robert Baden-Powell)

Neked adom gyávaságom,
 Add érte bátorságod!
 Neked adom lanyhaságom,
 Add érte lángolásod!
 Neked adom gyöngeségem,
 Add érte a te erődöt!

(Szunyogh Xavér Ferenc)



Alleluja!

Mutogatós énekek

1. Nem lesz egyedül...

Nem lesz egyedül a szívem többé glóri-alleluja!
 Velem az én Uram mindörökké glóri-alleluja!
 Jézus, Hajnalcsillag, glóri-alleluja!
 Jézus, Hajnalcsillag, glóri-alleluja!

2. Add a kezed

Add a kezed, hogy zengjünk az Úrnak,
 zengjünk az Úrnak alleluját. (2x)
 Refr. Alleluja, alleluja, alleluja, alleluja, alleluja.
 Kitárt karokkal mindenki áldja,
 mindenki áldja az élet Urát.
 Újjongó szívvel zengjünk az Úrnak,
 zengjünk az Úrnak alleluját! Refr.

3. A bolond és az okos

A bolond homokra épített, a bolond homokra épített,
a bolond homokra épített és a ház erősen állt.

De jött az eső és fújta a szél, (3x)
és a háza összedőlt.

Az okos sziklára épített, (3x)
és a ház erősen állt.

És jött az eső és fújta a szél, (3x)
és a ház erősen állt.

Építsd életed Krisztusra, (3x)
és a ház erősen áll.

És jöhet az eső, és fújhat a szél, (3x)
és a ház örökre áll!

4. Jézusom, én szeretlek

Jézusom, én szeretlek, égen, földön kereslek,
tudom jól, hogy megtalállak.

Jézusom, én akarom, hogy tied legyen kis dalom,
azt is tudod, mindig várlak.

En olyan nagyon szeretném, ha minden szavad érteném,
soha, soha el nem hagylak!

En olyan nagyon szeretném, ha minden szavad érteném,
soha, soha el nem hagylak!

Jézusom, ha lehetne, maradj velem örökre,
tudom, te is ezt kívánod.

Jézusom, én jó leszek, így szerzek majd örömet,
tudom, te is csak ezt várod.

Most rád bízom szívemet, hogy mindig kedves, jó legyek,
te is örülsz, hogyha látod!

Most rád bízom szívemet, hogy mindig kedves, jó legyek,
te is örülsz, hogyha látod!

5. Jól vigyázz, kicsi kéz

Jól vigyázz, kicsi kéz, mit teszel, (2x)
mert a te jó Atyád a mennyből néz le rád,

jól vigyázz, kicsi kéz, mit teszel.

Jól vigyázz, kicsi láb, hova lépsz...

Jól vigyázz, kicsi szem, mit lesel...

Jól vigyázz, kicsi fül, mit fülelsz...

Jól vigyázz, kicsi száj, mit beszélsz...

Jól vigyázz, kicsi szív, mit hiszel...

Jól vigyázz, kicsi én, nagy ne légy, (2x)

6. Kicsi vagyok én

Kicsi vagyok én, mégse félek én,
Kicsi vagyok én, mégse félek én,
semmi baj nem lehet, mert engem Jézus szeret,
kicsi vagyok én, mégse félek én.

Refr.: La, la la...

Boldog is vagyok, az is maradok,
boldog is vagyok, az is maradok,
rossz kedvem nem lehet, mert engem Jézus szeret,
boldog is vagyok, az is maradok. Refr.

Erdőn, réteken száll az énekem,
erdőn, réteken száll az énekem,
tudja meg a világ, hogy Jézus a boldogság,
erdőn, réteken száll az énekem. Refr.

Utcán, tereken nem hagy el sosem.
utcán, tereken nem hagy el sosem,
mindenkit így szeret, mert Jézus a szeretet,
utcán, tereken nem hagy el sosem! Refr.

7. Napfény-dal

Az Atya olyan, mint a fényes Nap. Életet, fényt, meleget ad,
válogatás nélkül árasztja ránk mindenkit szerető jó Atyánk!
Lá, lá, lá, lá, lá, lá.

A Fiú olyan, mint a napsugár, az Atya küldi, és a földre
száll,
mindenkihez eljut, mindent beragyog, általa kapjuk, amit
Atyánk adott! Refr.

Ha vállalod azt, hogy tükör leszel, ha vállalod szívvel,
és szolgálod bátran a Nap sugarát, általad szebb lesz az
egész világ! Refr.

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Futószalag

A résztvevők két egymással szemben álló sorfalat képeznek, a szemben állók erősen fogják egymás kezét és kinyújtott kezükkel előrenyomnak valakit.

Másfajta futószalag

A résztvevők egymás mellett hasra fekszenek. Valaki keresztben rájuk fekszik. A hason fekvők egyszerre egy irányba fordulnak és a keresztben fekvőt arrébb szállítják.

Csokoládéjáték

Aki hatost dob, vehet a csokoládéból, ha szépen felöltözött.

Minigolf

Közösen építünk egy minigolf pályát az erdőben. Egy egyszerű ütővel és teniszlabdával mehet a játék az akadályok leküzdésére.

Düdüdü

Két csapat megpróbál a másiktól embereket rabolni. Nagy levegőt vesz, benntartja, átmegy a középvonalon, megfog valakit és megpróbálja a saját térfelére áthúzni, közben „düdüdü”-t mond. Ha eközben elfogy a levegő az ellentétes térfélen, tűszként ottmarad. Csoportban is rajta lehet ütni valakin, de eközben mindenkinek „düdüdüt” kell mondani.

Radarállomás

Egy ember kivételével mindenki körbe áll és megfogják egymás kezét. A kör méretétől függően legalább egy radarállomás van. Kézszerítés megy végig a körön. Ha eléri a radarállomást, az hangot ad ki. Egyvalaki a kör közepén áll és üres helyet kell találnia. Akit kézszerításon ér, avval helyet cserél.

Halál



„Bizony, bizony mondom nektek: Aki hallja szavamat és hisz annak, aki küldött, az örökké él... már át is ment a halálból az életre.”

(Jn 5.24)

„Törekedjetek arra, hogy ha majd eljön a halálotok ideje, abban a boldog érzésben tudjatok meghalni, hogy a töletek telhető legjobbat cselekedtéték.”

(Robert Baden-Powell)

GONDOLATÉBRESZTŐ

Jöjjetek, Atyám áldottai, vegyétek birtokba a világ kezdetétől nektek készített országot!

(Mt 25,34)

Valahol lenni kell egy lakomának,
Hova hivatalos, kit idelenn
Halálba űzött az éhség, a bánat,
A reménytelen szerelem.

Valahol lenni kell egy palotának,
Hová bejáratos, kit idelenn
Minden örömből és fényből kizártak,
S elhullt a rögös útfelen.

Valahol lenni kell egy orgonának,
Melyen majd egyszer befejezhetem
a dallamot, mely itt halálba bágyadt,
S mely az élet nekem.

(Juhász Gyula)

„Isten veletek! Odafönn találkozunk! Ne sírjatok, mennyei születésnap ez. A jó Isten áldjon meg benneteket!”

(Kaszap István utolsó szavai)

„Nagyon kérem, halálom után a szószékről hirdessék művész-társaimnak, volt kedves közönségemnek, és minden magyar testvéremnek, hogy egyedül Krisztust követve érdemes élni! Ez az egyedüli igaz érték itt, ami odaát az örökkévalóságban, Isten színe előtt is megmarad. Mert van örökkévalóság! Van örök élet! Van lélek!”

(Jávör Pál üzenete)

„Sokat gondolkodom halálomra, hogy milyen lesz. De úgy akarok gondolni rá, hogy teljes alázatossággal fogadjam el Istentől, bárhol, bármilyen körülmények között küldje nekem!”

(boldog Salkaházi Sára)

„Ha valaki a jóságnak és szeretetnek csak egy morzsáját, az igazságnak és fénynek csak egy sugarát hozza a világra, már nem élt hiába: életének megvolt az értelme.”

(Alfréd Delp utolsó szavai)

Miatyánk Isten, mindeneknek Atyja,
kihez hajlunk, mint a fű a Nap felé,
az én szívem kétség nem szorongatja,
midőn indulok végóráim felé.

A halál nékem nem fekete börtön,
nem fázlaló, nem is rút semmiképpen:
egy ajtó bezárul itt lenn a földön,
s egy ajtó kinyílik ott fenn az égen –
ez a halál.

(Gárdonyi Géza)

Én átrohantam sok-sok ajtón,
minden éhségben Őt óhajtom,
mert minden megszorítottak
reménye, Krisztusom, kopogtat.
Utolsó ajtó Ő: mögötte
vár a Boldogság. Mindörökre.

(Mécs László)



FOHÁSZOK

Fohászkodás

Isten! kit a bölcs lángesze fel nem ér,
Csak titkon érző lelke óhajtvá sejt:
Léted világít, mint az égő
Nap, de szemünk bele nem tekinthet.

A legmagasabb menny s aether Uránjai,
Melyek körülte rendre keringenek,
A láthatatlan férgek a te
Bölcs kezeid remekelt csudái.

Te hoztad e nagy Minden ezer nemét
A semmiségből, a te szemöldököd
Ronthat s teremthet száz világot,
S a nagy időök folyamit kiméri.

Téged dicsőít a Zenith és Nadir.
A szélvészek bús harca, az égi láng
Villáma, harmatcsepp, virágszál
Hirdeti nagy kezed alkotását.

Buzgón leomlom színed előtt, Dicső!
Majdan, ha lelkem záraiból kikél,
S hozzád közel járulhat, akkor
Ami után eped, ott eléri.

Addig letörlöm könnyeimet, s megyek
Rendeltetésem pályafutásain,
A jobb s nemesb lelkeknek útján,
Merre erőm s inaim vihetnek.

Bizton tekintem mély sírom éjjelét!
Zordon, de oh nem, nem lehet az gonosz,
Mert a te munkád: ott is elszórt
Csontjaimat kezeid takarják.

(Berzsenyi Dániel)

Uram, ahogy akard, úgy haljak meg,
Uram, amilyennek akarsz, olyan legyek.
Adj műremeket vagy kis cserepet,
Fogadj üdvözlő csókkal, vagy dobj rám követ,
Csak segíts épp ott, ahová küldesz!
Lángterembe állíts vagy vízőrvénybe,
Lépjek virágos rétre, feküdjem vérben:
Jó lesz, csak legyek Atyám kezében!

(R. J. Sorge)

Napsugarak zúgása, amit hallok,
Számban nevednek jó íze van,
Szent mennydörgést néz a két szemem,
Istenem, Istenem, Istenem,
Zavart lelkem tegnap mindent bevallott:
Te voltál mindig mindenben minden,
Boldog szimatolásaimban,
Gyöngéd simogatásaimban
S éles, szomorú nézéseimben.
Ma köszönöm, hogy te voltál ott,
Hol éreztem az életemet
S hol dőltek, épültek az oltárok.
Köszönöm az értem vetett ágyat,
Köszönöm neked az első sírást,
Köszönöm tört szívű édes anyámat,
Fiatalságomat és bűneimet,
Köszönöm a kétséget, a hitet,
A csókot és a betegséget.
Köszönöm, hogy nem tartozok senkinek
Másnak, csupán néked, mindenért néked.
Napsugarak zúgása, amit hallok,
Számban nevednek jó íze van,
Szent mennydörgést néz a két szemem,
Istenem, Istenem, Istenem,
Könnyebb a lelkem, hogy most látván vallott,
Hogy te voltál élet, bú, csók, öröm
S hogy te leszel a halál, köszönöm.

(Ady Endre)

MÓDSZERTANI JÁTÉKOK

Longlife forte gyógyszer

Mit lenne, ha lenne egy olyan gyógyszer, ami örök életet biztosítana? Döntenének a beszedése mellett (mellékhatások: terméketlenség, hajhullás)? Milyen hatással lenne egy ilyen gyógyszer a társadalmunkra? Találjatok ki módszereket és szereket az örök életre, gondolkozzatok a mellékhatásokon.

Még egy napot élni

Mit tennék, ha még egy napom lenne az életre? Alapul vehettek hasonló című, témájú zenét.

Az én végrendeiletem

Írjatok egy végrendeletet, mi fontos nektek, amit a halálotok után is továbbadnátok. Ehhez is alapul vehettek hasonló című, témájú zenét.

Esti eszmélődés

Mit érzékeltem ma? Az orrommal, a számmal, a bőrömmel, a füleimmel...?

Áldás szertartás

Megfogjuk egymás kezét (egymással szemben állva, vagy körben), hallgatunk közben egy áldást, vagy mi magunk kívánunk valami jót egymásnak.

Az én állatom

Az állatövet ismerjük. A kínait is. Ha olyan állatot keresek, ami a személyiségemhez illik, melyik lenne ez? El is készíthetjük pl. újságpapírból, természetes anyagokból.

Élettérkép

Térkép formájában megfestem az életem. Hol voltak nagyszerű pontok, mint a csúcsok, hol éreztem magam biztonságban, mint egy városban, hol voltak mocsarak, a vágyakozás tengerei, a hosszú utak, a puszták...?

Jelmondat vagy név választása

Saját jelmondatot vagy nevet alkotok annak alapján, ami nekem fontos.

Üdvösség útján vezető jelek



Imák és énekek Istenhez való utunkra

Hogyan ünnepeljük az Istent?

„Az ünnepet úgy szenteljük meg, hogy időt s alkalmat keresünk istentiszteletre, vagyis arra, hogy összegyülekezzünk, Isten igéjét hallgassuk, arról elmélkedjünk, s azután Istent magasztaljuk, néki énekeljünk, s imádkozzunk.”

(Martin Luther)

„Ti nem is sejtitek, milyen széppé és változatossá tettétek az életet, mely magában fárasztó és unalmas. Ti ünnepeitekkel részekre bontottátok az évet. Szolgálatába állítottátok fel a csúcsoakat: építészetben, szobrászatban, festészetben, zenében, költészetben egyaránt...”

Ti november elején, amikor kezdődik az őszi vörös hervadás, kivisítétek az embereket a temetőbe és meggyújtjátok a kegyelet gyertyáit és mécslámgjait. Virággal borítjátok a sírokat és figyelmeztetitek a világot az elmúlásra...

Mikor megjön a december, hajnali misét tartotok. A hajnali kék ködben, mely olyan, mint a szilva hamva, süvege, lámpás emberek bandukolnak a kivilágított kis falusi templomok felé...

A nappalok egyre rövidebbek lesznek, a sötétség egyre sűrűbb és hosszabb. És ti azt mondjátok, nem kell félni. Majd jön valaki, aki elűzi a sötétséget és sose látott fényt gyűjt a világnak. Az adventi emberek remélnék és várják a fényt. A városokban kicsordul az ajándékozási kedv. Titokban vásárolják szeretteiknek az emléktárgyakat, hogy szeretettel ünnepeljék együtt a fény születését. És a sötétség mélypontján, december 24-én, melyet „szentestének” neveztek, megrendezitek Jézus születésének mámorában azt a hallatlan és páratlan karácsonyi tűzijátékot, melynek szípkákai New Yorktól Tokióig látszanak.

Akkora az öröm, hogy a világ táncra perdül. És ti mosolyogva nézitek a jégszikrás farsangot. De pár hét múlva ismét üstökön ragadjátok az embert és azt mondjátok neki: - Elég volt! - Kék lepellel borítjátok a templom képeit, hamut hintetek a kijózanult fejekre és azt mondjátok: Memento homo!...

... És megjön a nagyhét. Elnémitjátok a harangokat... Piros, zöld, sárga üvegtömbök mögött, ijedt kis gyertyák égnek, halvány virágok dideregnek, sírás fojtogatja a torkotokat... és döbbenne áll a világ a nagy ravatalnál. Nagyszombaton felzúgátjátok a Rómából visszatért harangokat, aranyos karingbe öltöztök, és megindul az örömmámorban ujjongó körmenet - Alleluja! Föltámadt Krisztus e napon! A körmenet szegélyén

Hogyan ünnepeljük

Üdvösség útján vezető jelek

az Istent?

sorfolat állnak a fák, zöld rügyekkel figyelnek rátok. – Igen! Igen! – mondogatják a fák. Valóban itt a feltámadás: a tavasz! Oly szép mindez, hogy az Egyházhoz akkor se volna szabad hozzányúlni, ha Isten nem volna az égben, sem bennünk. Ha valami szörnyű hatalom kipusztítaná a világból a virágokat, a színeket, és hamuszürkévé tenné a földet, vagy eltörölné a modern ember játékszerét, a sportot, nem okozna akkora kárt, mintha az Egyházat törölné el.”

(Kosztolányi Dezső)

„Ha napközben Isten iránti teljes odaadással, Istenen csüngve, híven teljesítettük kötelességünket, és ezt imitt-amott egy-egy fohással vagy jó szándékkal meg is mutatjuk, akkor ez annyi, mintha egész nap imádkoztunk volna.”

(Szt. Ágoston)

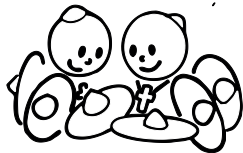
„Isten azért fedte föl a Szentháromság titkát, hogy könnyebben tudjunk vele személyes kapcsolatba lépni. Van, aki legszívesebben édesapát lát a jó Istenben. Hisz tőle származik minden apai és anyai szeretet itt a földön. Úgy gondoskodik rólunk, mint gyermekeiről. Milyen megható szeretettel beszélt mindig mennyei Atyjáról Jézus!

Van, aki legkönnyebben Jézushoz tud imádkozni: hiszen magunk elé tudjuk képzelni arcát, ismerjük szavait, és szinte halani véljük a Mester bátorító, baráti hangját. Barátainak tekint minket, és mindenét odaadta értünk szeretetből.

Van, akit a Szentlélek Isten személye ragad meg. Boldogan gondol arra, hogy a keresztség napja óta szíve a Szentlélek temploma; őt szölongatja imáiban; tőle kér fényt és erőt a mindennapok során.

A jó Isten mindegyik megközelítési módja helyes. Jól teszed, ha mindegyiket megpróbálsz. Így egyre személyesebbé válik Istenhez fűződő kapcsolatod.”

(Waigand József)



Miseénekek

Aki eszi az én testemet, és issza az én véretem, az bennem marad, én meg benne. (Jn 6.56)

„Az Eucharisztia hatása lényegében az, hogy az embert Istenné alakítja.” (Aquinói Szt. Tamás)

Gitáros énekek (KÉK: „Énekelj az Úrnak” c. énekeskönyv)**1. Bevonulás (KÉK 115. oldal, 93. számú ének)**

Itt vagyok végre, jó Uram, nehéz és hosszú volt utam,
szólnék Hozzád, nem tudok, szememben látod, mit akarok!
Eljöttem Hozzád, itt vagyok, szomjas és éhes vándorod!
Asztalodról adj ennem, s boldog lesz az életem!
Eljöttem Hozzád, itt vagyok! (4x)

2. Uram, irgalmazz (KÉK 25/ 8)

A mélyből Hozzád száll szavam: Uram, irgalmazz!
A bajban lelkem társtalan, Uram, irgalmazz!
Refrén:
Segíts! Segíts! Ne hagyj! Ne hagyj! Nézd, ránk tör a bűn
már, Te adj! Te adj! Erőt! Erőt! Uram, irgalmazz!

Ha ajkam vétett ellened, Krisztus, kegyelmezz!
A jó hírt zengjem csak veled, Krisztus, kegyelmezz! Refr.

Ha arcod fényét elfedem, Uram, irgalmazz!
Te újból hívjal Istene, Uram, irgalmazz! Refr.:

3. Dicsőség (KÉK 252/ 211)

Tied a dicsőség és imádás,
felemeljük kezeinket, így dicsérjük szent neved! (2x)
Ó hatalmas, kezed nagy csodákat tesz, veled senki nem ér fel,
veled senki nem ér fel! Ó hatalmas! (2x)

4. Zsoltár Áradj szét (KÉK 49/ 33)

Atya, teremő szeretet Lelke, áradj szét!
Fiú, megváltó szeretet Lelke, áradj szét!
Egyház, vezető szeretet Lelke, áradj szét!
Szentség pecsétje, szeretet Lelke, áradj szét!
Refrén: Áradj szét, Lélek, áradj szét, áradj szét,
töltsd be minden hívő szívét!

Szívükből jövő imádság Lelke - áradj szét!
Mélyükből fakadó sóhaj Lelke - áradj szét!
Isteni üzenet dicső Lelke - áradj szét!
Megbocsátás irgalmas Lelke - áradj szét! Refr.

Szabadságom tüzes Lelke - áradj szét!
Imádságom kitartó Lelke - áradj szét
Szenvedésem tűrő Lelke - áradj szét!
Békességem gyönyörű Lelke - áradj szét! Refr.

5. Alleluja (KÉK 42/ 24)

Krisztus az Úr, erő s hatalom övé,
bátran bízz Benne, hisz mondta:
„Ki újra kopog, annak ajtót nyitnak majd”.
Alleluja, alleluja.
Refrén: alleluja 4x

Sótlan a föld, könnybe fúlnak dalai,
meg kell ma váltani újra.
Tedd, ami kell, s mindent megadnak hozzá.
Alleluja, alleluja. Refr.

Föltámadt Krisztus, legyőzte a halált,
mindenre új hajnal virrad.
Indulj az úton, és soha meg ne állj!
Alleluja, alleluja. Refr.

Szívünkbe add, Uram, csönded, örömöd!
Víg kedvünk hogy legyen jóra.
Bízva, ki él, annak ünnep adatik.
Alleluja, alleluja. Refr.

Küzdeni kell, napról napra elkísér
szívünkben száz fényes óra.
Bízva ki él, annak öröm adatik.
Alleluja, alleluja. Refr.

Szent öröm ünnepe virradt ma reánk.
Jöjjetek, népek, imádni.
Isteni fény szállt a földre miközénk.
Alleluja, alleluja. Refr.

6. Felajánlás (KÉK 39/ 20)

Aldott Istenünk, a szívünket fogadd el,
felajánljuk munkánk a kenyérrel!
Kérünk, fogadd el ezt a fehér kenyeret,
hisz ezáltal leszünk eggyé Veled!
A verejtékes munka áldott gyümölcse,
és sok millió ember élete,
de egyszerű és köztünk élő valóság,
így jössz közénk Te is, Jézusunk!

Áldott Istenünk, a kehelybe bort öntünk,
felajánljuk néked minden örömünk!
Kérünk, fogadd el ezt a kehely fehér bort,
hisz a véred egyszer miértünk folyt!
Atnyújtjuk most Neked szívünk, mindenünk,
fogadd el hát egész életünk!
Te nagyszerű és üdvözítő Valóság,
kérünk, jöjj el közénk, Jézusunk!

7. Szent vagy...(KÉK 229/ 192)

Szent vagy, szent vagy, szent vagy,
mindenségnek Ura, Istene,
dicsőséged betölti a mennyet és a földet.
Hozsanna a magasságban.

Szent vagy, szent vagy, szent vagy,
mindenségnek Ura, Istene,
ó, áldott, ki az Úr nevében eljő mihozzánk.
Hozsanna a magasságban.

8. Isten Báránya...(KÉK 344/ 302)

Isten báránya, Te elveszed a világ bűneit,
irgalmaz, irgalmaz nekünk! (2x)
Isten báránya, Te elveszed a világ bűneit,
adj nekünk, adj nekünk békét!

9. Szentáldozási énekek (KÉK 251/210, 1. 16, 91)

A Te vagy az út, az igazság, Te vagy az élet!
Hozzad megyek, áldom neved, általad élek!
Megszabadítottál, kenyeret, bort adtál,
tested és véred táplál hűséged éltet! Alleluja!

B A béke napja közel, nézd már, fénylik a jel!
Jézus szíve a földön, az égen, mindent egybeölel!

C Áldalak, jó Uram, teljes szívemből,
hirdetem majd csodás tetteid, és énekelek Rólad.
Áldalak, jó Uram, teljes szívemből,
boldoggá tesz, hogy Hozzád tartozom, alleluja.

D Isteni béke, boldog öröm, szállj le szívembe isteni csönd!

10. Kivonulás (KÉK 38/ 18)

Aldásoddal megyünk, megyünk innen el,
Néked énekelünk, boldog éneket.
Te vagy mindig velünk, ha útra kelünk
őrizd életünk minden nap, (2x), minden nap.

Minden nap dicsérünk Téged, jó Uram,
Néked énekelünk vígan boldogan,
Maradj mindig velünk, ha útra kelünk,
őrizd életünk minden nap, (2x) minden nap.

Hiszem, Uram, és vallom, hogy te vagy valóban Krisztus, az
élő Istennek Fia, ki a világra jöttél üdvözíteni a bűnösöket,
akik között első én vagyok.

A te titkos vacsorádnak részesévé fogadj ma engem, Isten
Fia; mert nem mondom ki ellenségeidnek a titkot, sem csókot
nem adok neked, mint Júdás, hanem, mint ama gonosztevő,
megvallak téged:

Emlékezzél meg rólam, Uram, midőn eljössz, a te
országodban.

Emlékezzél meg rólam, Uralkodó, midőn eljössz, a te
országodban.

Emlékezzél meg rólam, Szent, midőn eljössz, a te
országodban.

Ne váljék, Uram, ítéletemre vagy kárhozatomra a te
szent titkaidban való részesülés, hanem lelkem és testem
meggyógyulására.

Hiszem, Uram, és vallom, hogy ez, amiben most részesülök,
valóban a te valóságos és legtisztább tested, s a te valóságos
elevenítő véred. Kérlek, add, hogy ezeket méltóan vegyem
magamhoz bűneim bocsánatára s az örök életre. Ámen.

(áldozás előtti ima a bizánci liturgiából)

Taizéi énekek

„Nem áldozni annyi, mint szomjan halni a forrás mellett.”
(*Arsi plébános*)

Taizéi énekek (KÉK: Énekelj az Úrnak c. énekeskönyv)

1. Introitus (KÉK 281. oldal, 244. szám)
Bizakodjatok, jó az Úr, jósága éltet,
bizakodjatok, jó az Úr, alleluja!
2. Kyrie: (KÉK 283/ 246)
Irgalmas Istenünk jóságát mindörökké éneklek!
3. Gloria (KÉK 283/ 247)
Dicsérje minden nemzet, dicsérje az Urat! (2x)
Laudate omnes gentes, laudate Dominum! (2x)
4. Psalmus (KÉK 282/ 245)
Gyűjts éjszakámba fényt,
hadd égjen a soha ki nem alvó
tűz, a ki nem alvó tűz.
5. Alleluja (KÉK 281/ 243)
Alleluja, alleluja, alleluja, alleluja!
6. Offertorium (KÉK 277/ 238)
Ahol szeretet és jóság,
ahol szeretet, ott van Istenünk.
7. Sanctus (FÉK = Fialatok Énekes Könyve, 97. oldal)
Szent vagy, szent vagy, szent vagy,
Mindenség Ura!
Szent vagy, szent vagy, szent vagy,
Dávidnak fia!
Szent vagy, szent vagy, szent vagy,
Áldott Istenünk!
Szent, szent, szent az Úr,
Aki volt, aki van, aki eljövendő!

Ég és föld elmúlnak,
Igéid el nem múlnak! (2x)
Alleluja, nem múlnak el! (2x)

Taizéi énekek

Üdvösség útján vezető jelek

- Áldott legyen az,
Ki az Úr nevében jó,
Áldott legyen Jézus,
Áldott és dicső!
Hozsanna, hozsanna,
Imádjátok Őt!
Szent, szent, szent az Úr,
Aki volt, aki van, aki eljövendő!
- Övé minden dicsőség,
Tisztelet és hatalom! (2x)
Maranatha, jöjj el, Uram! (2x)
8. Agnus Dei (FÉK 34)
Teremts bennem tiszta szívet, ó Uram,
Az erős lelket újítsd meg bennem! (2x)

Ne vess el engem a Te orcád elől,
Szentlelkedet ne vond meg tőlem!
Támogass az engedelmesség Lelkével,
Szabadításod örömét add nekem! (2x, majd utolsó sort újra)
9. Szentáldozási énekek (KÉK 284, 277, 285, 286. o.)
A Jézus életem, erőm, békém.
Jézus társam, örömöm.
Benned bízom, Te vagy az Úr,
már nincs mit félnem, mert bennem élsz,
már nincs mit félnem, mert bennem élsz.
- B Ubi caritas et amor,
ubi caritas, Deus ibi est.
- C Jó az Úrban bizakodni, jó az Úr,
remélj és bizz benne, jó az Úr.
- D Ne félj, ne aggódj, ne sírj, ne bánkódj!
Ha tiéd Isten, tiéd már minden.
Ne félj, ne aggódj, ne sírj, ne bánkódj!
Elég Ő néked.
10. Kivonulás (KÉK 275/ 235)
Magnificat, magnificat, magnificat anima mea Dominum.
Magnificat, magnificat, magnificat anima mea.

Eucharistia

Az Úr nem ment el, itt maradt.
Őbelőle táplálkozunk.
Óh, különös, szent, nagy titok!
Az istent esszük, mint az ős

törzsek borzongó lagzikon
ették-itták királyaik
húsát-vérét, hogy óriás
halott királyok ereje

szállna mellükbe, - de a mi
királyunk, Krisztus, nem halott!
A mi királyunk eleven!
A gyenge bárány nem totem.

A Megváltó nem törzsvezér.
Ereje több, ereje más:
ő óriásabb óriás!
ki két karjával általér

minden családot s törzseket.
Egyik karja az Igazság,
másik karja a Szeretet...
Mit ér nekünk a Test, a Vér,

ha szellemében szellemünk
nem részes, és úgy vesszük Őt
magunkhoz, mint ama vadak
a tetemet vagy totemet?

Áradj belénk hát, óh, örök
igazság és szent szeretet!
Oldozd meg a bilincseket,
amikkel törzs és vér leköti,

hogy szellem és ne hús tegyen
magyarrá, s nőjünk ég felé,
testvér-népek közt, mint a fák,
kiket mennyből táplál a Nap.

(Babits Mihály)

Az öröm útját a keresztút mintájára a következőképpen járjuk végig:

Az állomáshoz érve:

1. Valaki elmondja az állomás címét, majd térdhajtás közben mondjuk:

Előimádkozó: Imádunk Krisztus és áldunk!

Válasz: Mert feltámadásod által megváltottad a világot!

(Esetleg el is olvassa a kapcsolódó szentírási idézetet.)

2. Rövid meditáció és csend.

3. Ének.

4. Záró fohász:

Előimádkozó: Köszönjük Urunk!

Válasz: Köszönjük Urunk!

Útközben szilenciumot tartva haladunk, „szívünkben el-elgondolkodva” az elhangzott szavakon.

Az öröm útjához kapcsolódó szentírási idézetek:

1. *A katonák jelentik, hogy Jézus él.* (Mt 28,11-15)

„... az örök közül néhány a városba ment és jelentette a főpapoknak mindazt, ami történt. Ezek a vénekkel egybegyűlve tanácsot tartottak. Aztán sok pénzt adtak a katonáknak és meghagyták nekik: «Mondjátok: Éjnek idején, amíg mi aludtunk, eljöttek tanítványai és ellopták. Ha tudomást szerez róla a helytartó, mi majd megnyugtadjuk és kimentünk titeket.» Azok elfogadták a pénzt és úgy tettek, amint kiottatták őket. Ez a szóbeszéd mind a mai napig el van terjedve a zsidók között.”

2. *Az asszonyok az üres sírnál az angyaloktól megtudják az örömhírt.* (Mk 16,1-8)

„Szombat elmúltával Mária Magdolna, Mária, Jakab anyja és Szalóme illatszereket vásároltak és elmentek, hogy megkenjék (Jézust). Kora reggel értek a sírhoz, amikor a nap éppen fölkel. A hét első napja volt. Így tanakodtak egymás közt: «Ki hengeríti el nekünk a követ a sír bejáratától?» De amikor odanézték, látták, hogy a követ már elhengerítették, pedig igen

nagy volt. Erre bementek a sírboltba és észrevették, hogy ott jobb felől egy fehér ruhába öltözött ifjú ül. Nagyon megijedtek. De az bátorította őket: «Ne féljete! A názáreti Jézust keressétek, akit keresztre feszítettek? Föltámadt, nincs itt. Nézzétek, itt a hely, ahová temették. Most pedig siessetek, vigyétek hírül tanítványainak és Péternek: Előttük megy Galileába. Ott majd viszontlájtátok, amint megmondta nektek.»

Azok kijöttek a sírból és elfutottak, mert nagy ijedtség és rémület fogta el őket. Félelmükben senkinek sem szóltak a dologról.”

3. Péter és János megdöbben az üres sír láttán. (Jn 21,1-10)

„A hét első napján, amikor még sötét volt, Mária Magdolna kiment a sírhoz. Észrevette, hogy a követ elmozdították a sírtól. Elfutott Simon Péterhez és a másik tanítványhoz, akit Jézus szeretett, és jelentette nekik: «Elvitték az Urat a sírból, és nem tudjuk, hova tették.»

Erre Péter és a másik tanítvány elindult és a sírhoz sietett. Együtt futott mind a kettő. A másik tanítvány gyorsabban futott, mint Péter, és hamarabb ért a sírhoz. Behajolt és meglátta a golycsokat, de nem ment be. Nem sokkal utána odaért Simon Péter is, bement a sírba, és ő is látta az otthagyt golycsokat, meg a kendőt, mellyel fejét takarták be. Ez nem a golycs közt volt, hanem külön összehajtvá más helyen. Akkor bement a másik tanítvány is, aki először ért a sírhoz. Látta és hitt. Eddig ugyanis még nem értették meg az írást, amely szerint föl kellett támadnia halottaiból. A tanítványok aztán hazamentek.

4. Mária Magdolna találkozik Jézussal. (Mk 16,9; Jn 20,11-18)

„Miután a hét első napjának reggelén (Jézus) föltámadt, először Mária Magdolnának jelent meg, akiből hét ördögű üzött ki. Ő menten hírülvitte ezt a gyászoló és síró tanítványoknak. Mikor azok meghallották, hogy él, s hogy ő látta, nem hitték el neki.”

„Mária ott állt a sír mellett és sírt. Amint így sírdogált, egyszerűen lehajolt (és beletekintett) a sírba. Látta, hogy ott, ahol Jézus teste feküdt, két fehér ruhás angyal ül, az egyik fejnél, a másik lábánál. Azok megszólították: «Asszony, miért sírsz?» «Elvitték Uramat, felelte, és nem tudom, hová tették.» Ezekkel a szavakkal hátratekintett és észrevette, hogy ott áll Jézus,

de nem tudta, hogy Jézus az. Jézus megkérdezte: «Asszony, miért sírsz? Kit keresel?» Abban a hiszemben, hogy a kertész az, így felelt: «Uram, ha te vitted el, mond meg, hová tetted, hogy magammal vihessem.» Jézus erre névén szólította: «Mária!» Az feléje fordult és zsidó nyelven csak ennyit mondott: «Rabboni» – vagyis Mester. Jézus így szólt: «Engedj el! Még nem mentem föl Atyámhoz. Menj most testvéreimhez és vidd hírül nekik: Fölmegyek az én Atyámhoz és a ti Atyátokhoz, az én Istenemhez és a ti Istenetekhez.» Mária Magdolna elment és hírül adta a tanítványoknak: «Láttam az Urat és ezt mondta nekem.»”

5. Az emmauszi tanítványok felismerik Jézust a kenyértörésben. (Lk 24,13-35)

„Ketten közülük még aznap egy Emmausz nevű faluba mentek, amely Jeruzsálemtól hatvan stádiumnyira (két-három óra járás) fekszik. Közben beszélgettek mindarról, ami történt. Miközben így beszélgettek és tanakodtak, egyszers csak maga Jézus közeledett és csatlakozott hozzájuk. De szemük el volt takarva, hogy föl ne ismerjék. Megszólította őket: «Miről társalogtok itt az úton?» Erre szomorúan megálltak. Egyikük, akit Kleofásnak hívtak, hozzáf fordult: «Te vagy az egyetlen idegen Jeruzsálemben, aki nem tudja, mi történt ott ezekben a napokban?» «Micsoda?» – kérdezte. «A názáreti Jézus esete, felelték, aki szóban és tetteben nagyhatású próféta volt Isten és az egész nép előtt. Főpapjaink és előljáróink halálra ítélték és keresztre feszítették. Mi viszont azt reméltük, hogy ő fogja megváltani Izraelt. De ma már harmadnapja annak, hogy ez történt. Igaz, hogy néhány közénk tartozó asszony megzavart minket. Hajnalban a sírnál voltak, de nem találták a testét. Azzal a hírrel tértek vissza, hogy angyalok jelentek meg nekik, akik azt állították, hogy él. Társaink közül néhányan a sírhoz mentek és úgy találták mindent, ahogy az asszonyok mondták. Őt magát azonban nem látták.» Erre ő így szólt: «Ti oktalank, milyen nehezen hiszitek mindazt, amit a próféták jövendöltek! Hát nem ezeket kellett elszenviednie a Messiásnak, hogy be-mehessen dicsőségébe?» Aztán Mózesen kezdve valamennyi prófétánál megmagyarázta, ami az Írásokban róla szól.

Közben odaérték a faluhoz, ahová tartottak. Úgy tett, mint-ha tovább akart volna menni. De azok marasztalták: «Maradj

velünk, kérték, mert esteledik és már lemenőben van a nap.» Betért tehát, hogy velük maradjon. Mikor asztalhoz ültek, kenyeret vett kezébe, megáldotta, megtörte és odanyújtotta nekik. Erre megnyílt a szemük és fölismerték. De ő eltűnt előlük. «Ugye lángolt a szívétek, mondták egymásnak, mikor útközben beszélt hozzánk és kifejtette az Írásokat?»

Még abban az órában útrakeltek és visszatértek Jeruzsálembe. Ott egybegyűlve találták a tizenegyet és társaikat. Azok ezzel fogadták őket: «Az Úr valóban föltámadt és megjelent Simonnak.» Erre ők is elbeszélték, ami az úton történt, és hogy hogyan ismerték föl a kenyértörésnél."

6. Jézus megmutatja magát az apostoloknak, és hatalmat ad nekik a bűnbocsátásra. (Jn 20,19-23)

„Este felé, még a hét első napján, együtt voltak a tanítványok, zárt ajtók mögött, mert féltek a zsidóktól. Akkor eljött Jézus, közéjük lépett és így szólt hozzájuk: «Békesség nektek!» E szavakkal megmutatta nekik kezét és oldalát. Az Úr láttára öröm fogta el a tanítványokat. «Békesség nektek!» – ismételte. «Amint engem küldött az Atya, úgy küldelek én is titeket.» E szavak után rájuk lehelt és folytatta: «Vegyétek a Szentlelket. Akinek megbocsátjátok bűneit, bocsánatot nyert, akinek pedig megtartjátok, az bűnben marad.»"

7. Az Úr hitet ajándékoz Tamás apostolnak. (Jn 20,24-31)

„Tamás, mellékeven Didimus, egy a tizenkettő közül, nem volt velük, mikor eljött Jézus. A tanítványok azonban megmondták neki: «Láttuk az Urat.» De ő kételkedett: «Hacsak nem látom kezén a szeggek nyomát és ujjaimmal a szeggek helyét nem érintem, kezemet pedig oldalába nem teszem, nem hiszem.»

Nyolc nap múlva ismét együtt voltak a tanítványok, és Tamás is velük. Az ajtók zárva voltak. Eljött Jézus és e szavakkal lépett közéjük: «Békesség nektek!» Aztán Tamáshoz fordult: «Tedd ide ujjadat és nézd a kezemet. Nyújtsd ki kezedet s tedd az oldalamba. És ne légy hitetlen, hanem hívő.» Tamás fölkiáltott: «Én Uram, én Istenem!» Jézus csak ennyit mondott: «Azért hiszel (Tamás), mert látsz engem? Boldog, aki nem lát és mégis hisz.»

Jézus még sok más csodát művelt tanítványai szemeláttára, de azokat nem írtam meg ebben a könyvben. Ezeket viszont azért írtam, hogy higgyétek: Jézus a Messiás, az Isten Fia, és hogy a hit által életek legyen benne."

8. Tiberiás tavánál Jézus megmutatja tanítványainak, hogy nélküle semmit sem tehetnek. (Jn 21,1-14)

„Ezután ismét megjelent Jézus a tanítványoknak, ezúttal Tiberiás tavánál. Megjelenése így történt:

Együtt volt Simon Péter, Tamás, mellékeven Didimus, a galileai Kánából való Nátánaél, Zebedeus fiai és még két tanítvány. Simon Péter így szólt: «Megyek halászn.» «Mi is megyünk veled», mondták azok. Kimentek és beszálltak a bárkába. De azon az éjjelen semmit sem fogtak. Mikor megvirradt, Jézus kint állt a parton, de a tanítványok nem ismerték föl, hogy Jézus az. Jézus megszólította őket: «Fiaim, nincs valami ennivalótok?» «Nincsen», felelték. Ekkor azt mondta nekik: «Vessétek ki a hálót a bárka jobb oldalán, ott majd találtok.» Kivetették és alig bírták visszahúzni a nagy tömeg hal miatt. Erre a tanítvány, akit Jézus szeretett, így szólt Péterhez: «Az Úr az!» Amint Simon Péter meghallotta, hogy az Úr az, fölvette köntösét – mert neki volt vetkőző – és a töbe vetette magát. A többi tanítvány követte a bárkával. A halakkal telt hálót is maguk után húzták. Nem voltak messze a parttól, csak mintegy kétszáz könyöknyire (száz méter). Mikor partra szálltak, parázsló tüzet pillantottak meg, rajta halat és mellette kenyeret. Jézus szólt nekik: «Hozzatok halat abból, amit most fogtatok.» Erre Simon Péter visszament és partra vonta a hálót. Százötvenhárom nagy hal töltötte meg. Noha ennyi volt a hálóban, nem szakadt el. Jézus hívta őket: «Jöjjetek ide, egyetek!» A tanítványok közül senki sem merte megkérdezni: «Ki vagy?» – hiszen tudták, hogy az Úr az. Akkor Jézus fogta a kenyeret és adott nekik, ugyanígy halat is. Ez volt a harmadik eset, hogy Jézus halottaiból való föltámadása után megjelent a tanítványoknak."

9. Jézus megerősíti Péter apostolt szeretetében, és pásztorrá teszi. (Jn 21,15-17)

„Étkezés után Jézus megkérdezte Simon Pétert: «Simon, János fia, jobban szeretsz, mint ezek?» «Igen, Uram, felelte, te tudod, hogy szeretlek.» Erre így szólt hozzá: «Legeltesd bárányaimat.» Aztán ismét megkérdezte: «Simon, János fia, sze-

retsz engem?» «Igen, Uram, felelte, te tudod, hogy szeretlek.» Erre azt mondta neki: «Legeltesd juhaimat.» Majd harmadszor is megkérdezte: «Simon, János fia, szeretsz engem?» Péter elszomorodott, hogy harmadszor is kérdezte: szeretsz engem? és csak annyit mondott: «Uram, te mindent tudsz, azt is tudod, hogy szeretlek téged.» Jézus ismét azt mondta: «Legeltesd juhaimat.»

10. Jézus megnyitja szemüket,
hogy megértsék az írásokat. (Lk 24,44-49)

„Aztán így szólt hozzájuk: «Ez az, amit mondtam nektek, amikor még veletek voltam: Be kell teljesülnie mindannak, amit Mózes törvényében, a prófétáknál és a szoltárokból megjövendöltek rólam.» Akkor megnyitotta elméjüket, hogy megértsék az Írásokat. Majd így folytatta: «Meg volt tehát írva, hogy a Messiásnak szenvednie kell és harmadnapon halottaiból föl kell támadnia. Nevében megtérést és bűnbocsánatot kell hirdetni, Jeruzsálemtől kezdve, minden népnek. Ti tanúi vagytok ezeknek. Én pedig elküldöm rátok Atyám megígért ajándékát. Maradjatok a városban, amíg erő nem tölt el a magasságból titeket.»”

11. Jézus küldetést ad az örömhír hirdetésére. (Mt 28,16-20)

„A tizenegy tanítvány elment Galileába arra a helyre, ahova Jézus rendelte őket. Amint meglátták, leborultak előtte, bár néhányan előzőleg kételkedtek. Jézus hozzájuk lépett és így szólt: «En kaptam minden hatalmat mennyben és földön. Menjetez tehát, tegyetek tanítványommá minden népet, kereszteljétek meg őket az Atya és a Fiú és a Szentlélek nevében, és tanítsátok őket mindannak megtartására, amit parancsoltam nektek. Ímé, én veletek vagyok mindennap a világ végéig.»”

12. Jézus az Atyához megy, hogy mindig,
mindenhol velünk legyen. (Lk 24,50-53; ApCs 1,4-11)

„Ezután kivezette őket Betánia közelébe és kezét fölemelve megáldotta őket. Áldás közben eltávozott tőlük és fölment a mennybe. Azok leborulva imádták. Aztán nagy örömmel visszatértek Jeruzsálembe. Állandóan ott voltak a templomban, dicsérték és magasztalták Istent. (Ámen.)

„Egy alkalommal, amikor együtt voltak, meghagyta nekik, hogy ne távozzanak el Jeruzsálemből, hanem várjanak az Atya

ígéretére. «Erről hallottatok tőlem, mondta: János csak vízzel keresztelt, ti azonban néhány nap múlva Szentlélekkel keresztelkedtek meg.» Erre az egybegyűltek megkérdezték tőle: «Uram, tehát mostanában állítod helyre Izrael országot?» Ő azonban így válaszolt: «Az Atya saját tetszése szerint határozta meg a megfelelő időpontot, nem rátok tartozik ennek ismerete. De mikor a Szentlélek leszáll rátok, erőben részesültök, úgy-hogy tanúságot tesztek majd rólam Jeruzsálemben, meg egész Júdeában és Szamariában, sőt egészen a föld végső határáig.»

E szavak után szemük láttára fölemelkedett és felhő takarta el őt szemük elől. Miközben merőn néztek, miként száll az égbe, egyszerre csak két fehér ruhás férfi termelt melléjük. «Galileai férfiak, szólították meg őket, mit álltok itt égreemelt szemekkel? Ez a Jézus, aki közületek fölment a mennybe, úgy jön el ismét, ahogy szemetek láttára mennybeszállt.»

13. Jézus elküldi a Szentlelket, hogy
befejezhesse művét a világban. (ApCs 1,12-14; 2,1-4)

„Ezután az Olajfák hegyéről, amely Jeruzsálemtől egy szombat-járásnyira (másképp km) fekszik, visszatértek Jeruzsálembe. Amint megérkeztek, fölmentek az emeleti terembe. Itt aztán együtt maradt Péter és János, Jakab és András, Fülöp és Tamás, Bertalan és Máté, Jakab, Alfeus fia és a buzgó Simon, s végül Júdas, Jakab testvére. Mindezek az asszonyokkal, Máriával, Jézus anyjával és testvéreivel együtt egy szívvel-lélekkel állhatatosan imádkoztak.”

„Mikor elérkezett a pünkösd napja, mindnyájan együtt voltak ugyanazon a helyen. Hirtelen, mintha csak heves szélvész közeledett volna, zaj támadt az égből és egészen betöltötte a házat, ahol összegyűltek. Majd pedig szétoszló, tüzes nyelvek lobbantak föl előttük és leereszkedtek mindegyikükre. Valamennyien elteltek Szentlélekkel és különféle nyelveken kezdtek beszélni, úgy, amint a Szentlélek szólásra indította őket.”

14. A tanítványok hirdetik az Igét,
és az Úr együttműködik velük. (Mk 16,19-20)

„Az Úr Jézus, miután szavait befejezte, fölment a mennybe és az Isten jobbán foglalt helyet. Azok pedig szétszéledtek és mindenütt hirdették az igét. Az Úr együttműködött velük és tanításukat csodákkal kísérte és hitelesítette.”

15. *A hívek állhatatosan kitartanak az apostolok tanításában és közösségében, a kenyértörésben és az imádságban.* (ApCs 2,42)

„A hívek mind összetartottak és mindenük közös volt. Birtokaikat eladták és az árát szétosztották kinek-kinek szükségéhez mérten. Egy szívvel-lélekkel mindennap állhatatosan megjelentek a templomban. A kenyértörést házankint végezték, és örvendezve, tiszta szívvel fogyasztották el eledelüket. Magasztalták az Istent és az egész nép szeretetében álltak. Az Úr pedig napról-napra növelte az üdvösségre rendelték számát.”

A többi rajtunk múlik!

Litánia a jellemnevelő magyar cserkészlet megerősödéséért

1. Uram, irgalmazz nekünk! Krisztus, kegyelmezz nekünk!
 Uram, irgalmazz nekünk!
 Krisztus, hallgass minket! Krisztus, hallgass meg minket!
 Mennybéli Atyaisten, irgalmazz nekünk!
 Megváltó Fiúisten, kegyelmezz nekünk!
 Szentlélek Úristen, újíts meg minket!
2. Hogy minden nap adjak Neked az időmből, újíts meg engem!
 Hogy minden nap megszólítsalak, újíts meg engem!
 Hogy minden kérésemet bizalommal el merjem mondani Neked, újíts meg engem!
 Hogy elég őszinte legyek hibáimat és mulasztásaimat elismerni, újíts meg engem!
 Hogy elég bátorságom legyen a bűneimmel szembeszállni, újíts meg engem!
 Hogy elég alázatos legyek bűneimet őszintén megvallani, újíts meg engem!
 Hogy legyen bizalmam bocsánatodat elfogadni, újíts meg engem!
 Hogy észrevegyem a hétköznapi apró jótett lehetőségeit, újíts meg engem!
 Hogy képes legyek örülni, mosolyogni és hálát adni, újíts meg engem!
 Hogy a csöndben megtaláljalak, újíts meg engem!
 Hogy a cserkészekért felelősséget érezzek, újíts meg engem!
 Hogy a cserkészletben a Te ügyedet és a hazámat szolgáljam, újíts meg engem!
 Hogy az Egyházat szeretni tudjam, újíts meg engem!
 Hogy elég merész legyek cserkésztestvéreimmel a Te utadat járni, újíts meg engem!
 Hogy egy legyek velük a kenyértörésben, újíts meg engem!
 Hogy akarjam az Egyház tanítását megismerni és a szerint élni, újíts meg engem!
 Hogy nagylelkűen támogassam az Egyház anyagi hozzájárulásommal is, újíts meg engem!
 Hogy cserkésztestvéreimmel együtt

lehessek feltámadásod!
 örömének vonzó tanúja, újíts meg engem!
 Hogy a magyar társadalomban mint cser-
 kész, vállaljam a kovász szerepét, újíts meg engem!

3. Szentlélek Isten, ments meg minket!
 A lelki elfáradás veszélyétől ments meg minket!
 A felelőtlenség és önteltség kísértésétől ments meg minket!
 A kicsinyes önzés kísértésétől ments meg minket!
 Az anyagiassággal való megalkuvástól ments meg minket!
 A széthúzás szellemétől ments meg minket!

4. Szeretet Lelke, kérünk téged, hallgass meg minket!

Könyörögjünk!

Szentlélek Uristen! Te, Akit az Úr Egyházának megígért és Pünkösd napján elküldött! Újítsd meg cserkészközösségeinket és benne engem is! Újítsd meg imádságainkat, szenteld meg ünnepeinket, hétköznapijainkat, szolgálatunkat, hogy Egyházzal egységben a Te szeretetted tanúi tudjunk lenni a világban! Krisztus, a mi Urunk által. Ámen.

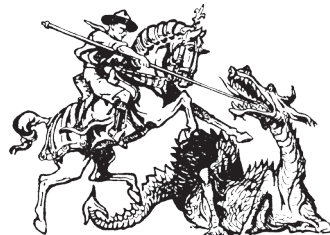
alkalmakra

Imádság a cserkészek védőszentjéhez

Szent György vitéz, cserkészek pártfogója és példaképe! Gyermekek korodtól fogva készségesen alávetetted magadat Istenőtől kapott kiváló nevelőid, közöttük drága szüleid akaratának. Így fejlődöttél erős, edzett fiatalná, aki tökéletesen ura volt izmainak és idegeinek. Nevelőid irányították lépteidet Krisztus követésének útjára is, és szívedbe magasztos eszméket ültetnek. Tesztet úgy engedelmeskedett lelkednek, mint egy nemes paripa kitűnő lovasának. Követni akarlak téged. Edzeni akarom testedet, hogy én is győzelmet arathassak a gonosz fölött Krisztus szolgálatában. Kérlek, óvjál meg a tétlenségtől és lustaságtól. Segíts, hogy egészséges életet éljek, és ne legyek rabja semmilyen szenvedélynek. Órizz meg tisztán fantáziámat, hogy ne kergetsek hamis ábrándokat. Hadd legyen kötéldíszetű, akit nem lehet egykönnyen kimozdítani a Gondviselő Istenbe vetett bizalomból. A szentek egész seregével együtt légy számomra példakép, akiben csodálhatom az erőnyeket, és követ-hetek titeket Krisztus Király szolgálatában. Segíts, hogy mint Te, valamint a magyar fiú- és leányifjúság védőszentjei, Szent Imre herceg és Szent Margit királylány, én is helyesen tudjam megítélni, mikor mit vár tőlem Krisztus Urunk, és amit tenni-
 valóként fölismerem, erős akarattal véghez is vigyem. Titeket követve a mindennapi életben és a természetben felkutatnom és megtaláljam Isten jeleit és jelzéseimet, hogy hivatásomat fölismerjem és teljesítsem. Ámen.

„Valaki meggyanúsított azzal, hogy a többi nemzetbeli cserkészeket elangolosítom Szent Györggyel. Ilyen szándékom sohasem volt. Minden keresztény országban ő a lovagok és a lovasok védőszentje, de más vallású fiúk is elfogadhatják példaképül.”

(Robert Baden-Powell)
 (forrás: Dékány András,
 A fiúk királya)



(Bi-Pi rajza)

Imádság Szent Margithoz

Alázatosság és ártatlanság példaképe, Szent Margit! Jézus szeretetért és engesztelésül édes hazánkért elhagytad a világot, és Jézus jegyese lettél. Hozzád folyamodunk, oltalmazd bennünket, ajánljuk szívünk és lelkünk tisztaságát. Nagy alázatosságodra kérünk, őrizd meg szívünket, hogy meg ne rontsa a hiúság és a nagyravágás. Agyali ártatlanságodra kérünk, ajánlj miniket égi jegyeseidnek és szeplőtelen Anyjának, hogy esedezésed által minden bűntől megszabaduljunk! Imádkozzál hazánkért, hogy népei szabadon, békében szolgálhassanak Istennek, és gyakor az örök boldogság honába érkezhessenek. Ámen.

Imádság Szent Imréhez

Szent Imre herceg, te egész magyar népünknek, különösképpen az ifjúságnak, amely hivatására készül, példát mutattál és eszményképet adtál: hogy Istennek, a hazának és a felebarátnak a szolgálatában találjuk meg egyéni boldogulásunkat. Ezer éve hirdeted, hogyan törekedhetünk arra, hogy Istennek mind jobban tetszésére legyünk, és nemzetünknek a lehető legnagyobb szolgálatot tegyük. Segíts, hogy alapos testi felkészültséggel, Isten akaratára figyelő lélekkel, mások és magunk megbecsülését megőrizve töltsük be hivatásunkat. Ámen.

Ima a Betlehemi láng osztásakor

Isten, Te vagy a fény és a béke Istene, Te vagy a szeretet és a remény Istene.

A világunkban, ami gyakran oly sötét, olyan békétlen és hideg, olyan szeretetlenné és fásulttá, Hozzád jövünk evvel a kis fénnel.

Ahogy ez ebben a sötét időben ég, úgy gyújtsd meg a szívünket, hogy meleg és világosság legyen bennünk és általunk. Tegyéi minket ennek a fénynek és a békének a követőivé. Engedd, hogy fellépjünk az igazságosság és a szolidaritás érdekében, hogy az erőszak áldozatai és elkövetői új utakat találjanak, hogy az ellenséges népek és vallások új utakat találjanak, hogy a reménytelenek és életben megfáradottak új utakat találjanak, hogy mi mindnyájan új utat találjunk.

A Te utadat találjuk meg Isten, a fény és a béke Istene!

(Guido Hügen OSB)



alkalmakra

Kaszap István boldoggá avatását kérő fohász

Kérünk Istenünk, ajándékozz a mai ifjúság számára új példaképet Kaszap István személyében; add, hogy mihamarabb a magyar boldogok sorában tisztelhesük őt!

Fohász

Uram, adj türelmet,
Hogy elfogadjam, amin nem tudok változtatni,
Adj bátorságot,
Hogy megváltoztassam, amit lehet,
És adj bölcsességet,
Hogy a kettő között különbséget tudjak tenni.

Kaszap István „próba” - hát az mi?

Már az első oldalon találkoztál a jóképű cserkésszel, mindnyájunk példaképével, Kaszap Istvánnal (1916-1935). Protestáns testvéreink se féljenek, hogy ő katolikus volt! Ahogy a világ katolikusai példaképnek tartják Albert Schweizert, vagy hazánkban Gyökössy Endrét, úgy nézhet föl a protestáns cserkész is Kaszap Istvánra.

A 85.sz. Zrínyi csapat tagja volt Fehérváron. Indulatos, csapatkodó, olykor hanyag kisdíák... Aztán jött a cserkészlet, jött az egyre jobban elmélyülő hitélet, jött a rendszeresség, végül a felelősség: őrsvezető!

Eleven volt és huncut, olykor nem is szorgalmas, amíg el nem kezdte az önnnevelést. De attól fogva aztán!...

És átváltozott: dunántúli tornászbajnokká, fegyelmezett fiatallá, közepesből kitűnő tanulóvá! Négy nyelvet tudóvá!

Szeretnél érvényesülni? Utánozd, amiben nagy volt:

1. Rendszeres sport, vagy napi torna - de évekig!
2. Rendszeres nyelvtanulás - napi gyakorlás!
3. Esti önvizsgálat, Franklin-tábla vezetése - de naponta!
4. Rendszeres naplórás - naponta!
5. Tiszta élet, tiszta párkapcsolat - ma is van ilyen!

Hát ez a „Kaszap-próba”. Így, együtt.

És ez segít? A pezsdülő vértől gyorsan járó agy, sokoldalúság, összeszedettség, tettekretevétség.

Tudod, milyen előny?!

S mindennek végső alapja és hajtóereje a tiszta élet mögött fölsejlő szilárd hit!

Kezdd el a kézhezvételtől, ha tiszta emberként, becsületesen akarsz érvényesülni, egzisztenciát teremteni!

Addig is kalandra fel!

Fehér Galamb Közösség

(Ez is Fehérvárról a 85. sz. Zrínyiből jön, de napjainkban.)

Célja:

- A cserkészeket arra ösztönzi, hogy vallásukat aktívan gyakorolják.
- Az istentiszteleten és szentmisén túlmenően kapcsolódj be felekezeted életébe, képességed és indíttatásod szerint (oltárszolgálat, templomi kórus, táboroztatás, hitoktatás vagy egyszerűen vallási közösséged segítségére lenni: pl. templomdíszítés, takarítás stb.)
- Felhívni a figyelmet arra – mind vallási, mind világi körökben –, hogy a cserkészlet alapelveiben igenis vallásos mozgalom.
- Felhívni a figyelmet a cserkészek körében is, hogy a vallásos magatartás szerves része a cserkészletnek. Napjainkban különösen fontos ez! A magyar cserkészletet ez teszi különlegessé és igazán értékesé!
- A Fehér Galamb Közösséghez tartozás – a kitűző viselésével láthatóan is – elismerése annak, hogy ez a cserkész már élő módon szolgálja saját felekezete.
- A Közösség fő célja a Bi-Pi által megálmodott cserkészlet: Legyőzni a rosszat és jobbá tenni a világot.

**A Közösséghez csatlakozás feltételei:**

- Bármely cserkész csatlakozhat, aki elfogadja és magáénak érzi a Közösség céljait.
- A jelvény hordását egy év aktív gyülekezeti/egyházközségi szolgálat után a plébános/lelkész igazolja!
- Vállalja, hogy tagságát – megismételt szolgálatokkal – évente megújítja.
- Vállalja, hogy a kitűzőt csak addig hordja, amíg aktívan részt vesz vallási közössége életében.

Ha összefog karunk

Arató Miklós Orbán (1955)

Induló Dél-afrikai búr népdal

szó fi

Ha ősz-sze-fog ka-runk és egy-be-cseng da-lunk, mi
szik-la e-rő-sek va-gyunk, Ha egy ütem-re ver hű
szerető szí-vünk, le-győzhetetle-nek le-szünk. Fel
cser-kész-tá-bor-ba, el-jött a nyár, er-dőknek mé-lye
vár, Ha körül-ül-jük tábortűzünk s föllobog a láng, a
nótahangja körbe-jár, Ha föld-erül a hajnalpír és
imánk ég-be száll, az Is-ten ar-ca néz mi-re-ánk.

Kedves Cserkészek!

Ha láttátok már a Peter Pan című filmet, bizonyára emlékeztek arra, hogy a főkalóz minden alkalommal elmondja a búcsúbeszédét, attól tartva, hogy amikor eljön a halála órája, már nem lesz ideje a búcsúra. Így áll a helyzet velem is. Bár jelenleg még nem állok a halál küszöbén, egyszer annak a napja is eljön, ezért most én is szeretnék elbúcsúzni tőletek.

Ne felejtsetek, hogy ez a legutolsó üzenet, amit tőlem kaptok. Így gondolkodjatok el rajta!

Nagyon boldog életem volt és azt akarom, hogy a tiétek is ugyan ilyen boldog legyen!

Hiszem, hogy Isten azért teremtett bennünket ebbe a szép világba, hogy boldogok legyünk és örüljünk az életnek. A boldogság nem a gazdagságból ered, nem is csupán a sikeres karrierből, vagy saját vágyaink kielégítéséből. A boldogsághoz vezető út ott kezdődik, hogy fiatalon, egészségesen éltek, és kitartásra nevelitek magatokat, hogy felnőttként hasznos tagjai lehessetek a társadalomnak és örülni tudjatok az életnek.

A természet megismerése által rájöttök, hogy Isten mennyi szépséget és csodát teremtett a világba, hogy boldogok legyünk benne. Legyetek elégedettek azzal, amit kaptatok és használjátok föl a lehető legjobban! Nézzétek mindig a dolgok derűs oldalát és ne a borúsát!

Ám az igazi út a boldogsághoz az, ha másoknak szereztek örömet. Próbáljátok meg ezt a világot egy kicsit jobb állapotban hátrahagyni, mint ahogy találtátok! Így, amikor eljön halálátok órája, boldog lélekkel halhattok meg, abban a tudatban, hogy bármit is tettem, nem vesztetgetétek el az időtöket, hanem megtettétek, ami tőletek telt.

„Légy résen!” – Így készüljétek a boldog életre és a boldog halálra! Legyetek mindig hűek a cserkész fogadalmatokhoz, akkor is, ha már felnőttemek. Isten segítsen ebben benneteket!

Barátotok:

Robert Baden-Powell

