

Elcsendesedem, figyelmemet összekulcsolt kezeimre fordítom. Érzékelem a kezemet.

Az Atya, a Fiu és a Szentlélek nevében. Ámen.

„Ő ugyanis a kínszenvedése előtti estén vacsora közben kezébe vette a kenyeret, majd hálát adott, megtörte, és tanítványainak adta.”

(IV. Eucharisztikus ima)

Jézus vette a kenyeret, megáldotta, megtörte és odaadta. Úgy lehetek Jézus igazi tanítványa, ha utánzom őt. Melyik az a mai napi kenyérem – talán az időm, a mosolyom, a baráti gesztusom, a bátorságom –, amiben Jézus arra hív, hogy vegyem, azaz megérezzem a kezeim közt. Tudomásul veszem, hogy amim van, azért kaptam (vö. 1Kor 4,7), hogy megáldjam: hálát adjak érte, és Isten áldását kérem rá. Azért kaptam, hogy megtörjem: nem csupán az enyém, hanem arra kaptam, hogy megsokasítsam, megosszam, akkor is, ha néha nehéz elengedni. Azért kaptam, hogy odaadjam: felajánljam, engedjem, hogy kikerüljön a kezemből, ne tartsam kontroll alatt. Akkor fogok valóban jóllakni, amikor megtört és odaadott kenyérré válok.



Jöjj, Szentlélek Úristen, és mutasd meg nekem, melyik a mai napi kenyerem! Aztán adj nekem erőt, hogy el tudjam fogadni ezt a kenyeret, megáldjam, megtörjem, és odanyújtsam azoknak, akiknek leginkább szükségük van rá! Szűz Mária, járj közben értem!

Üdvözlégy Mária

Meghívás, életre váltás

Az elmélkedésben arra figyelek, hogy melyik az én „kenyerem”. Hogyan tudnám ma megáldani, megtörni és odaadni?

Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében. Ámen.

Kulcsszavak

megtört kenyér, ajándék, felajánlás