

AZ ELSŐ HARMINC NAP...

...most véget ért, de az eucharisztikus életem folytatódik. Ahogyan talán az elmúlt harminc imádságos napon keresztül itt-ott meg is tapasztaltam: nincs szakadék az imám és a mindennapi életem között, az Istennel való kapcsolatom és az önmagammal való kapcsolatom, illetve a világgal való kapcsolatom között.

Krisztus az Eucharishtiában jelen van, hogy én is jelen tudjak lenni.

Ő gyógyít, hogy én is tudjak gyógyítóan közelíteni embertársaimhoz.

Ő táplál, hogy én is észre tudjam venni az éhezőt, a rászorulót, és megosztani azt, amim van.

Egyszóval: Ő a szeretet, aki odaadja magát nekem, hogy én is tudjak szeretni és magamat odaadni. Így felismerhetem Krisztust mindennapi életem minden eseményében, és az életemet felismerhetem az eucharisztikus Krisztusban.

De hogyan tudom folytatni ezt az utat, megőrizni hitem kincsét és megfelelően ápolni, hogy egyre több gyümölcsöt hozzon? Ehhez elengedhetetlen rendszeresen elcsendesedni, és imában Krisztushoz fordulni. De pont itt van a nehézség is. Hogyan imádkozzunk, hogyan teremtsünk csendet, és aztán mivel foglalkozunk? A napi imaidő itt ajánlott felépítése talán egy kis segítséget tud ebben nyújtani:

Észlelés

Az első lépés mindig egy rövid észlelés volt. Ez egy egyszerű eszköz ahhoz, hogy megérkezzünk és megálljunk, hogy jelen tudjunk lenni itt és most. Ahol a testünk van, ott vagyunk jelen. Ha észleljük a környezetünket és önmagunkat, az segít összpontosítani a figyelmünket.

Olvasás

Majd következett egy rövid idézet – akár a Szentírásból, akár valamelyik lelki írásból. Szükségünk van valamire, amire támaszkodhatunk, amivel elindulhatunk, és erre nagyszerű forrásaink vannak.

Elmélkedés

Ezután egy elmélkedés segítségével személyessé tettük az olvasott idézetet. Azzal megyek tovább, ami

megérintett ebben – elgondolkodom rajta, ismételgetem magamban, amit lényegesnek érzek, és hagyom, hogy átjárjon.

Párbeszéd

A következő lépés az, hogy egy fohászban megfogalmazom azt, amit kaptam. Istenhez fordulok tehát, és párbeszédet kezdek vele arról, ami most bennem van.

Meghívás, életre váltás

Aztán az imám végén megpróbálom felismerni, hogy hol szólított meg engem az Úr, mire hívna a mindennapi életemben, milyen lépést lenne jó megtennem.

Visszatekintés

A következő imaidóm előkészítéseként pedig Isten elé hozhatom azt is, amit a felismeréseim kapcsán megtapasztaltam.

Így válik egyre inkább termékenyvé az imám is, a keresztény életem is. Táplálóvá válik, ahogy az Eucharisztia. Életem Őáltala, Ővele és Őbenne átfórmálódik.