

Imaórák

32.

Boríts be csöndeddel, Uram!

2023. április

Tedd csendessé imádságomat, Uram.
Végy föl csened isteni gazdagságába,
abba a teljességbe,
amelyben megnyugszik lelkem.

Távolíts el belőlem mindent,
ami nem tőled származik,
amely nem a te tiszta,
áttetsző, irgalmas jelenléted...

Esti ima

Ajánlás:

Felzaklatott világunk nagyon gyors tempót diktál, minden percünket igyekszik lefoglalni, lekötni. Az emberek félnek, nehogy lemaradjanak valamiről, még a pihenés idejét is valamiféle „fogyasztással” töltik. Mindez általában a csend teljes száműzését jelenti. Pedig az Úrral csak csendben, visszavonultságunkban van esélyünk találkozni – már, ha ez fontos számunkra...

Nagybőjtői időben vegyünk erőt magunkon, fontoljuk meg, mit nyerhetünk a csendben az Úrra figyelve, illetve mit veszítünk, ha a világ zaja elsodor bennünket.



Beköszöntő

Kedves Testvérek!

*Színed előtt megállni, Uram, csendesen;
Testi szemeimet lezárni,
Lelki szemeimet lehunyni,
Megmaradni némán, mozdulatlan,
Feléd kitárni egész valómat:
Tiéd lenni, Örök Jelen...*

Michel Quoist imájának részlete pontos megfogalmazása nagybőjti elcsendesedésünk értelmének, céljának. Még talán módszertani útmutatást is találunk benne, csupán a megfelelő körülményeket kell megkeresnünk hozzá.

Minden nagybőjtnek elhatározásokkal indulunk neki, bízva abban, hogy előbbre jutunk Istenhez vezető utunkon. Persze, alkalmas idő egész évben van, ill. kell, hogy legyen.

A nagybőjt finisében érdemes visszagondolnunk, mennyi csendet sikerült megélnünk az idej nagybőjtben. Ehhez segítséget adhat márciusi imaóránk írott verziója, amit majd év közben is érdemes lesz elővenni, mikor elsodor bennünket életünk sok-sok zűrzavara...

Az imaóra meghallgatható honlapunkon a Média/Imaórák menüben, ill. a Mária Rádió archívumában az Imaórák között:

2023.03.17. - 23:20

2022. április



Márciusi imaóránkra a Mindszenty iskola aulájában gyülekeztünk. Az Oltáriszentség jelenlétében énekünkkel kezdtük imádságos elmélkedésünket, majd László atya rövid bevezetőt mondott.

*Szent vagy, Uram, szent vagy, minden fölött szent vagy.
Jézus kenyér színében, az Oltáriszentségben.*

Kedves Testvérek!

A nagyböjti időszaknak lassan már a közepén járunk, talán már át is vettük a nagyböjtnak a hangulatát. Nem volt ez olyan könnyű, hiszen a nagyböjti időszakot a farsang előzi meg, amely kicsit hangos, kicsit zajos, amelyben sok a jókedv, a multság, a tánc, az ének. És Anyaszentegyházunk egyik napról a másikra azt mondja nekünk, hogy akkor most legyen csend benned és körülötted. És bizony nagyon nehéz ezt a csendet megteremteni. Akár a külső csendet, akár a belsőt. Mégis, fontos számunkra ez a csend, hiszen ebben tud megszólítani bennünket az Isten. Ebben a csendben tudjuk csak észrevenni azt, hogy mit akar üzeni nekünk az Isten.

Mai imaóránkon éppen ezért a csendről elmélkedjünk!

Nagyböjti időszakban vagyunk, ilyenkor kicsit visszafogottabban igyekszünk élni mind testileg, mind lelkileg. A farsangi harsányabb életvitelünket most félretesszük, próbálunk befelé tekinteni, ahol önmagunkkal és Istennel is szeretnénk találkozni. Belső motivációinkat megpróbáljuk értelmezni: Mi is mozgat bennünket, milyen irányba haladunk? Mindezekhez elengedhetetlenül szükséges a csend – kívül és belül.

Mai világunkban a csend megvalósításához komoly erőfeszítéseket kell tennünk, hiszen óriási zaj vesz körül bennünket. És a mi szívünket, lelkünket is *száz indulat zsi bongó népe lakja* – ahogy Bódás János fogalmaz. Isten nem erőszakos. Halk hangját kihallani ebből a zajtengerből nem lehet.

Már most az a kérdés: Valóban szeretnénk-e Istenhez közelebb kerülni, Vele találkozni? Ha igen, akkor időről-időre mindenképpen ki kell szakadnunk a ránk telepedő külvilágból. Néha még legközelebbi hozzátartozóinktól is kicsit el kell szakadnunk, hogy léleekben megerősödjünk majd vissza.

A csend, a nyugodt körülmények között végzett önvizsgálat, elmélkedés emberi létünk nagyon fontos szelete. De a gondolkodó ember – a homo sapiens – minden diktatórikus államgépezet számára veszélyt jelent. Elég sok ez irányú történelmi tapasztalattal rendelkezünk.

A mai, báránybőrbe bújtatott ordas ideológiáknak szintén nagy ellensége a gondolkodó, helyes értékrenddel élő ember, aki nem dől be hangzatos, valójában az emberiséget tönkre tevő elméleteknek, felszabadító ideológiáknak. Részükről **ezért** ez a hatalmas zajkeltés, – tapasztaljuk a médián keresztül. Ők majd megmondják, mi a jó a világnak, meg neked, csak nehogy elkezdj gondolkodni.

Zaj vagy csend? Legalább nagybőjtben válasszuk a csendet, hogy életünk fő irányát el ne tévesszük! Mai imaórákon gondolkodjunk el azon, mit is adhat nekünk a csend, meghitt perceink, óráink, amikor befele és felfele figyelünk. Kezdjük Gyökössy Endre református lelkész tömör megfogalmazásával.

Gyökössy Endre: Csend

Minden, ami igazán fontos, csöndben történik.

Csőndben pattan a rügy és nyílik a virág,

Csőndben hajnalodik és alkonyodik.

Csőndben, lehunyt szemmel látunk túl a láthatón.

Csőndben, lábujjhegyen lehet csak lényünk belső rejtekébe lépni, ahová Jézus is elvonult, még tanítványai elől is.

Hol egy hegytetőre, hol a pusztába, oda, ahol a Hang beszélt vele.

Ilyenkor nem volt magányos, csak egyedül maradt.

Látszólag egyedül.

Az ilyen egyedüllét nem délibáb.

Nem a csalódottak menedéke,

nem a rezignáltan menekülők elefántcsonttornya,

hanem az elfelejtett kozmikus dimenzió,

a megcsendülő csend dimenziója,

ahol összeér az ég a földdel, az innen-való a túlnan-valóval.

Ahol mindig kigyullad valami csipkebokor, mint Mózesnek a pusztában,

és beszélni kezd hozzánk Isten.

Ebben a csöndben mi is otthon lehetünk:

az elhagyott Óhazában, bárhol, bármikor.

A mi ürességünk fél, megijed a csendtől. Nincs hozzászokva, és netán olyan megállapításokra is juthat, hogy: hoppá, ezen és ezen a téren rossz irányba haladok. Akkor pedig változtatnom kell, – kellene!
Sík Sándor kicsit másképp fogalmaz, de a lényeg ugyanaz.

Sík Sándor: Ó tiszta csend!

Hallgass el egy kicsit, te mocskos utcalárma!
Legyen ablakod, ajtód, a füled is bezárva;
És állítsd el a rádiót.
Lelkem, celládba térj s földig zuhanni engedd
Figyelmed függönyét, úgy ünnepeld a csendet
És benne minden földi jót.

Hallgatva ünnepeld csendjét az értelemnek,
Melyben a gondolat villámai teremnek,
A zengő percek ihletét,
Melyben kibomlanak a lélek mérhetetlen
Arkangyal-szárnyai, s szóban elférhetetlen
Zenét suhog a szent setét.

A hallgatást idézd, a szívek drága csendjét,
Amelyben megfogán a két-malasztú szentség:
Hűség, barátság, szerelem.
Ó sírig és síron túl mosolygó szent szövétnek,
Amely odalent nőttél a lét előtti létnek
Hangtalan örvényeiben!

És csukló térdeden imádd a csendek csendjét,
Amelyben önmagával beszél a Végtelenség,
A hallhatatlan hallható.
Térden virraszt az éj és mindeneken csend ül,
Amikor a magát megtárho Végtelenből
A föld szívére száll a szó.

Emlékszel: Hóreben, barlangja odujából
Milyen borzongva leste a zord Illés, a látó,
Az Istent, aki elvonul.
Milyen hiába leste sebes szél viharában,
A földrengésben is, a tűzben is hiában:
Suttogó szellőn járt az Úr.

Gépkattogása közt a rohanó jelennek
Engedj, ó tiszta csend, csendje a Végtelennek,
Egy pillanatnyi pihenést.
Hagymázos homlokom lágy ujjaiddal főd el,
Leheld be lelkemet templomi hűvösöddel:
Csak az él, aki benned él.

Csak az él, akiben a lélek tiszta csöndjén
Némán izzani kezd a titokzatos tömjén
S füstjén az Angyal megjelen.
És ámuló szeméről a fátylakat leoldja,
Az Angyal, az Istennek alázatos heroldja:
A csend-foganta Kegyelem.

„Csak az él, aki benned él.” A szokásból, vagy a vasárnapi keresztény-
ségünkől ebbe az irányba kell haladnunk! És ebben nem vagyunk magunkra
hagyva. Az Úr elénk jön segítségével: szeretetével, irgalmával, kegyelmével.
Énekeljünk.

Kegyelmed, Úr Jézus, oly végtelen! Nem hagytál elveszni bűn mélyében!
//: Keresztfának titkait mondtad el, és meg is értette szívem,
Hogy drága véred folyt a bűneimért! ://

Szentségben élni veled, Uram, szolgálni Téged, nincs boldogabb!
//: Küldd le ránk áldott szellemed, töltsd be, Úr Jézus a szíveket,
Hogy együtt áldjuk drága szent neved! ://

A csendet időnként mi magunk törjük meg fölösleges, talán értelmetlen,
üres, esetleg ártalmas beszédünkkel. Találtam egy szólást, ide illik: „*Mielőtt
megszólalsz, gondold meg, szebb-e amit mondani akarsz, mint a csend, amit
megszakítasz.*” Erről a fajta csendről Teréz anya is ajánlást fogalmazott meg.

Teréz anya: A hallgatás értéke

*Mottó a 140. zsolnárból: "Uram, állíts szájam elé őrséget,
és ajkam kapujához rendelj védelmet"*

A hallgatás szelídség,
amikor nem szólsz, ha bántanak,
amikor nem keresed a magad igazát,
amikor hagyod, hogy Isten
védelmezzon téged.
a hallgatás szelídség.

A hallgatás irgalom,
amikor nem feded fel testvéreid hibáit;
amikor készségesen megbocsátasz anélkül,
hogy a történeteket felemlgetnéd,
amikor nem ítélsz, hanem imádkozol,
a hallgatás irgalom.

A hallgatás türelem,
amikor zúgolódás nélkül fogadod
a szenvedést,
amikor nem keresel emberi vigaszt,
amikor nem aggódsz, hanem türelmesen
várod, hogy "a mag" kicsírázzék,
a hallgatás türelem.

A hallgatás alázat,
amikor nincs versengés,
amikor belátod, hogy a másik jobb nálad,
amikor hagyod, hogy testvéreid
kibontakozzanak, növekedjenek és érlelődjének,
amikor örvendezve mindent elhagysz az Úrért,
amikor cselekedeteidet félreértik,
amikor másoknak hagyod a vállalkozás dicsőségét,
a hallgatás alázat.

A hallgatás hit,
amikor nyugodtan vársz, mert tudod,
hogy az Úr fog cselekedni,
amikor lemondasz a világról,
hogy az Úrral lehess,
amikor nem törődsz azzal,
hogy megértsenek téged, mert elegendő
neked, hogy az Úr megért,
a hallgatás hit.

A hallgatás imádat,
amikor átkarolod a keresztet, anélkül,
hogy megkérdeznéd: "Miért?"
a hallgatás imádat.

"Jézus hallgatott" (Mt 26,63)

Sajnos, ilyen mélységű hittől mi még kicsit távolabb vagyunk. Közös imánkkal, Thomas Merton szavaival valljuk is meg, és kérjük az Úr segítségét:

Uram, fogalmam sincs róla, merre tartok! Nem látom az utat magam előtt. Nem tudom bizonyosan, hol fog végződni. Magamat sem ismerem igazán: úgy gondolom a Te akaratodat követem, ez azonban nem jelenti azt, hogy tényleg azt is teszem. De kívánok Neked tetszeni, és hiszem, hogy ez a kívánság valóban tetszik Neked. S remélem, hogy mindenben, amit csak teszek, ez a vágy vezet. Remélem, sohasem fogok ettől a vágytól függetlenül bármit is tenni és tudom: ha így cselekszem, Te a helyes úton fogsz vezetni még akkor is, ha talán semmit sem tudok róla. Azért mindig bízni akarok Benned, még ha úgy is látszik, hogy eltévedtem, és a halál árnyékában járok. Nem akarok félni, mert Te mindig velem vagy és sohasem fogod hagyni, hogy egyedül szálljak szembe a rám leselkedő veszedelmekkel. Ámen.

A csend és az alázat valahogy a lelkünk mélyén összekapcsolható, össze is kapcsolódik. Az erőszakkal szemben a csend a leghatásosabb fegyver. Fontoljuk meg Sík Sándor ajánlását.

Sík Sándor: Légy csendességben!

Légy csendességben: Isten hogyha hív,
Halkan szólít, mint pásztorhangu síp.
Kelj fel, és indulj engedelmesen,
Kutyuska-vígan, bárány-csendesen.

Ha futni verne vesszős szenvedély,
Ne gondold vele: menj és mendegélj.
Ha futva hágy el bárki, meg se nézd:
Csak el ne vétsed a csilingelést.

Ne nézz se jobbfelé, se balfelé:
Csak az egyenes út az Istené.
Hátad mögött ha mennydörög, se bánd,
Te csak sűrödj a hívó síp iránt.

Ha éjbe vész is előtted az út,
Megsimogasd a síró kisfiút,
Ha sívó örvény örvénynek kiált,
Te kikerüld a szepegő csigát.

A hangos ember érot nem teremti;
Az erőszaknál erősebb a csend.
Ha szeges-öv, ha véres máglyaláng:
Te mosolyogj, és mondd, hogy Miatyánk.

S ha tán a hang a véres Hegyre vitt,
Hol elveszik a világ bűneit,
Szelíden lépj a szegezők elé:
A nyíró béres is a Pásztoré.

Talán az én generációm, az idősebbek már jobban megértik és gyakorolják is a csendet. Igaz, sokakat az életkörülményeik is az elcsendesedés felé terelgetik. De fogalmazhatunk úgy is, hogy idősödve letisztulnak, helyükre kerülnek életünk dolgai. Szent-Gály Kata gyönyörűen vall erről Testamentum című versében.

...Legyetek szegények, újra mondom,
különösen a szép szavakban.
Hang nélkül jobban énekel
a belső dallam.
Higgyétek el: én tapasztaltam.

Keveset szóljatok még az Úrról is:
az Igét csendben mondja az Atya,
csendes mindig a tükröződés,
csendes a virág illata.

Ti is tehát
a Szót mondjátok szótlánul tovább:
beszéljen maga az élet, -
ahogyan bátyánk, a Nap,
meg nénikénk, a Hold,
hallgatva küldik a sugarakat...

Szent-Gály Kata: Testamentum (részlet)

Szent-Gály Kata keresztútjának egy gondolatát is ide kapcsolom:
„Szeressük a csendet, melyben tetté érik bennünk a gondolat.” Ezt fontos tudatosítanunk magunkban, tegyük is erről vallomást közös imánkkal:

***Istentől jövök, Istené vagyok, Istenért kell élnem!
Ahogy létezem nem kaphattam mástól, csak Istentől, úgy létezzem nem
is szolgálhatok mást, mint Istent. Hogy a világon vagyok, az nem
szükség szerű, de ha már így van, mindenképpen Istenhez kell tartoznom.
Nekem minden Istenről beszél, minden Istenhez vezet, és Istenhez emel
föl. Istenem! Egészen a tied akarok lenni! Add, hogy mindenkinek fölött
csak téged szeresselek, csak érted éljek, hogy mind jobban tapasztaljam,
mekkora boldogság hozzád tartozni, és a tiédnek lenni! Ámen.***

Közös énekünkkel köszönjük meg, hogy már eddig eljuthattunk a felismerésben, hitünkben:

***Köszönöm Jézus, köszönöm Jézus,
köszönöm Uram, hogy szeretsz engem!
Köszönöm Jézus, köszönöm Jézus,
köszönöm Uram, hogy szeretsz engem!***

***A Golgotára ment, és meghalt értem,
köszönöm Uram, hogy szeretsz engem!
A Golgotára ment, és meghalt értem,
köszönöm Uram, hogy szeretsz engem!***

***A harmadik napon, Ő feltámadott,
köszönöm Uram, hogy szeretsz engem!
A harmadik napon, Ő feltámadott,
köszönöm Uram, hogy szeretsz engem!***

Ahogy már szó volt róla, a csend nem öncélú, hanem általa éppen Istenhez és önmagunkhoz juthatunk közelebb, és meghatározhatjuk, vagy éppen meg is változtathatjuk életvitelünk irányát, például családjainkban. Néhány gondolat blog bejegyzésekből:

Azt gondolom, hogy a mai világ fejtetőre van állítva, és sok a szenvedés azért, mert oly kevés a szeretet az otthonokban és a családi életben. Nincs időnk a gyermekeinkre, nincs időnk egymásra, nincs időnk élvezni egymás jelenlétét...

A szeretet az otthonainkban kezdődik; a szeretet az otthonokban lakik, és ezért van a sok szenvedés és szerencsétlenség a világban... Úgy tűnik, manapság mindenki szörnyű sietségben van, türelmetlenül a minél nagyobb siker, fejlődés, gazdagság és más hasonlók elérésében, a gyermekeknek

pedig szüleik idejéből oly kevés jut. A szülőknek nincs idejük egymásra és így a családokban kezdődik a világ békéjének felbomlása...

Legyek én gyertya, csendes eszköz, szolgálja az égi fénynek. Hogyha Istenem úgy akarja, ne tudjam kiért, s kikért égek... *(Internet)*

Ha a szentek életére tekintünk, szinte mindegyiknél megtaláljuk az elvonuló, csendes időszakokat. Ekkor olyan belső tudásra tesznek szert, amivel a hozzájuk fordulóknak segítséget, ma úgy mondanánk: életvezetési bölcsességet tudnak átadni. Példájukon láthatjuk, hogy ez az aktív csend, az Istenre fordított idő termékennyé válik. Bárcsak mi is megtapasztalnánk életünkben a megvalósított, megélt csendjeink ilyen gyümölcsseit! Akkor mi is **Assisi Szent Ferenc imájához** hasonlót fogalmazzunk meg.

Uram, tégy engem békéd eszközévé, hogy
Ahol gyűlölet lakik, oda szeretetet vigyek,
Ahol bántás, oda megbocsátást,
Ahol széthúzás, oda egyetértést,
Ahol tévedés, oda igazságot;
Ahol kétely, oda hitet,
Ahol kétségbeesés, oda reményt;
Ahol szomorúság, oda örömet.

Uram, add,
Hogy inkább én igyekezzek vigasztalni,
Mintsemhogynak vigaszt várjak;
Inkább én törekedjek másokat megérteni,
Mint hogy megértést óhajtsak;
Inkább szeressek,
Minthogy szeretetet igényeljek.
Mert önmagunkat elfelejtve találjuk meg magunkat;
Ha megbocsátunk, akkor nyerünk bocsánatot;
S ha meghalunk, akkor ébredünk örök életre. Ámen.

A csend nemcsak az alázat rokona, hanem a türelemé is. Néha sürgetjük Istent... Mert Isten országa itt a földön nem a mi elképzeléseink szerint alakul:

Győri József: Az olajfák hegyén

Ne menj el, Mesterünk!
Urunk, maradj velünk!
Árván hagynád kis sereged?
Nem folytatnád nagy művedet?
A keresztfán kiszenvetél.
A halálból vissza jöttél.
Ugyan mi lehet még hátra,
Hogy Izráel királysága
Dicsőségben helyreálljon,
S tudják, lássák a világon:
A megcsúfolt Jézus az Úr,
Minden ellenség porba hull.
Ne menj el, Mesterünk!
Urunk, maradj velünk!

Nyugtalan vándorok!
Nem a ti dolgotok
Készíteni a terveket,
Kitűzni a mérföldeket,
Időket és alkalmakat;
Atyám rendezí azokat.
Legyen türelmes hitetek,
Ne képzelődjék szívetek,
Mintha az Ő menetrendje
A ti kezetekbe lenne.
Nyugtalan vándorok,
Nem a ti dolgotok.

Mennyei vándorok,
Ez a ti dolgotok:
Gyermekszívvel esdekelní.
Lelket, tüzet kérni, nyerni,
Elindulni szenvedéllyel;
Szóval, tettel, könnyel, vérrel
Tanúskodni a nagy perben.
Ébreszteni az emberben,
A fehérben, feketében,
S sárgában, mindegyikben
A bizalmat Jézus felé,
A honvágyat a menny felé.
Könnyes vetés a részetek,
Aratni újra itt leszek,
S vélem az angyalok. -
Ez a ti dolgotok!

Igen, keressük a helyünket a világban, emberi környezetünkben.
Kétségeinkre hitünk ad választ. És iránytűnk is van – ha nem a magunk
erejére hagyatkozunk! Énekeljünk:

Te vagy a fény a szívemben, Jézus, add, hogy ne szólhasson bennem a sötét!

Te vagy a fény a szívemben, Jézus, Krisztus, jöjj, Te vezess utamon!

Folytassuk az ének gondolatát azzal, hogy nagyböjti elcsendesedésünk középpontjában Jézus megváltó életáldozata van, és Rá tekintve szembe-sülünk gyarlóságunkkal:

J. Simon Aranka: Nagyböjt idején

Nem értem Uram, hogy amikor elbukom,
vagy szívemet bánat rút férge rágja,
miért csak akkor gondolok Rád,
s a könnyes Golgotára?

Miért merítem oly könnyen feledésbe
Neved, s áldozatod bús, véres vásznát,
amíg jólét zsíros szaga tölti orrom,
és hazug öröm jár át?

Hányszor, de hányszor ítételek titokban
- minden tettetted, szavadat feledve,
csak hogy magamat látszat-tisztára mossam -
kínhalálra, keresztre?

Lásd, így nagyböjt idején megpendül a húr,
az elhangolódott lelkiismeret,
valami rezdül belül, valami kigyúl,
szeretnék gyónni Neked,

elsírni minden pazarlást, mindent, ami
elvitt Tőled, s szorongat torkot, életet,
bénító félelmeket, szóbilincseket,
s bízni, hogy még kérhetek,

hogy imám nem szórja majd szét a kósza szél,
mert értem haltál megbocsátón, szelíden,
mert a keresztre helyettem is fölmentél,
most már elhiszem, igen,

mert hinni akarom, hogy Megváltóm vagy Te,
hogy egyedül értem adtad véredet,
s ha költő lennék, írnék Nevednek
ezer himnuszt és dicséretet!

Kérlek, kenj gyógyírt minden bűnös szavamra, mellyel
csikorogva, durván megtagadtalak,
mert boldogok, kik Téged minden áldott nap
teljes szívükből megvallanak.

Igen, mi ilyen értelemben szeretnénk boldogok lenni. Nemcsak
eszünkkel, hanem szívünkkel, lelkünkkel – és tetteinkkel is meg akarjuk
vallani Mesterünket – minden áldott nap. Ezzel a szándékkal mára
elköszönünk az Oltáriszentségben ma is velünk tartó Jézusunktól:

***Térdet, fejet hajtok, néked áldást mondok.
Hiszem, itt vagy valóban, e nagy szakramentomban.***

Áldás ***csengetés***

***Tebenned remélek, szívemből szeretlek.
Készebb vagyok meghalni, mint Téged megbántani.***

A ma esti gondolatokból vigyük haza párat, és a nagybőjt hátralévő
idejében barátkozzunk a csennel, hogy majd bennünk is tetté érjenek a
gondolatok. Befejező imánk erre hangoljon bennünket!

Boríts be csöndeddal *(esti imádság)*

Tedd csendessé imádságomat, Uram.
Végy föl cseneded isteni gazdagságába,
abba a teljességbe,
amelyben megnyugszik lelkem.

Távolíts el belőlem mindent,
ami nem tőled származik,
amely nem a te tiszta,
áttetsző, irgalmas jelenléted.

Csitítsd el vágyaimat,
képzelgéseimet,
szorongásaimat,
indulataimat és szenvedélyeimet.
Borítsd be csöndeddel
panaszaimat.

Járd át csöndeddel
türelmetlen természetemet,
ne legyek hangoskodó és önző
se szavaimban, se tetteimben.

Borítsd be csöndeddel
imádságomat is,
hogy tiszta vágyakozássá egyszerűsödjék,
amely egyedül reád tekint.

Szálljon le csönded lényem legmélyére,
és váljék hatékonyá,
hogy fölemeljen hozzád,
szeretetedbe. Ámen.

Nyugodalmas jó éjszakát, dicsértessék a Jézus Krisztus!

Plébániai füzetek

Kiadó: *Esztergom-Városi Plébánia*

Esztergom, Rudnay tér 9.

www.szentanna.extra.hu

T.: 06 33 312 291

A sorozat szerkesztője:

Nyitrai László

képviselőtestületi alelnök

Sokszorosítás:

Spori Print Vincze Nyomda