

„Visszavezetett a templom bejáratához, és lám, víz fakadt a templom küszöbe alatt a keleti oldalon, mert a templom kelet felé nézett. A víz a templom jobb oldalán folyt le az oltártól dél felé. Kivitt azután az északi kapun és körülvezetett kívülről egészen a külső kapuig, amely kelet felé néz, és lám, víz tört elő a jobb oldalon. Így szólt hozzám: »Ez a víz a keleti vidék felé indul és lefolyik Arabáig, s eljut a tengerig; amikor beleömlik, annak vize egészséges lesz. Amerre elér a folyó, minden élőlény, amely mozog, élni fog. Halak lesznek nagy bőségben, mert ahová ez a víz behatol, egészségessé lesz, és élni fog minden, ahová a folyó elér. A folyó mentén, mindkét parton mindenfajta gyümölcsfa nő, amelyeknek lombja nem hull le, s gyümölcse nem fogy el: minden hónapban friss gyümölcsöt hoznak, mert vizük a szentélyből fakad. Gyümölcsök eledelül, lombjuk pedig orvosságul szolgál.«” (Ez 47,1-2.8-9.12)



## Füzet kisebb testvéreknek

Összefoglaló a kisebb testvérek küldetéséről, lelkeségéről, vállalásairól.

## Kedves Kisebb Testvér!

Ez a kis füzet azért készült, hogy útitársad legyen. Előveheted, ha megfáradsz, vagy erőre van szükséged. Hasznos információkat találhatsz benne a kisebb testvérségről, arról, hogy mire mondtál igent, illetve a Nagyboldogasszony Közösségek lelkiségéről. Találhatsz benne néhány imát és jó tanácsot is.

### Programok:

Programjaink minden kisebb testvér számára nyitottak. Törekszünk egy szívvé-lélekké válva, személyválogatás és klikkesedés nélkül építeni Isten országát a Lélek által.

Közösségünk alapját képezik a találkozók és a nyári táborok. Ezeket jellemzi:

- **állandó programjaink** az ima és szentmise.
- **papi jelenlét** (egység a péteri egyházzal)
- **evangéliumi egyszerűség**
- **nyitottság** (lelkiségek és emberek befogadására)
- kiemelt cél a fiatalok **lelki életének mélyítése**

Ezeken kívül alternatív programok szervezésére is sort keríthetünk, hogy más módon is megélhessük Isten országának örömét.

*hanem a másét is. Ugyanazt a lelkületet ápoljátok magatokban, amely Krisztus Jézusban volt: (Fil 2,2-4) Szeressetek tettetés nélkül, irtóztatok a rossztól, ragaszkodjatok a jóhoz. A testvéri szeretetben legyetek gyöngédek egymáshoz, a tiszteletadásban előzzétek meg egymást. A buzgóságban ne lankadjatok, legyetek tüzes lelkületűek: az Úrnak szolgáltok. A reményben legyetek derűsek, a nyomorúságban béketűrők, az imádságban állhatatosak. Segítsetek a szenteken, ha szükségben vannak, gyakoroljátok a vendégszeretetet. Áldjátok üldözőiteket, áldjátok, s ne átkozzátok. Azokkal, akik örülnek, örüljétek, s a sírókkal sírjatok. Ne legyetek fennhéjázók, hanem alkalmazkodjatok az egyszerű emberekhez. Ne legyetek magatokkal eltelve. Rosszért rosszal senkinek ne fizessetek. Amennyire rajtatok áll, éljétek mindenkivel békességben. Ne engedd, hogy legyőzzön a rossz, inkább te győzd le a rosszat jóval. (Róm 12,9-18) Becsüljétek meg azokat, akik körötökben fáradnak, vezetnek és intenek benneteket az Úrban. Feddjétek meg a nyughatatlanokat, bátorítsátok a kislelkűeket. Legyetek derűsek. Imádkozzatok szüntelenül. Adjatok hálát mindenért, mert Isten ezt kívánja mindnyájatoktól Krisztus Jézusban. Ne oltsátok ki a Lelket, s a prófétai beszédet ne vessétek meg. Vizsgáljatok felül mindent, a jót tartsátok meg. Mindenféle rossztól óvakodjatok! ...Az Úr nevében felszólítalak benneteket, hogy ezt a levelet minden testvér előtt olvassátok fel. A mi Urunk, Jézus Krisztus kegyelme legyen veletek!” (1Tessz 5, 12-28)*

Kedves Kisebb Testvér!

Isten nem egy rabszolgahajcsár, és nem is terrorizál, hogy átadd magad neki. Isten szeret, és szabaddá tesz. Arra vágyik, hogy betölthesse az életed örömmel, hogy az lángra lobbantsa környezetet. Mindezt csak úgy képes megtenni, ha átadod egész életedet neki. Hiszen „Csak az tud tüzet gyújtani, aki maga is lángol!” (Papp Imre).

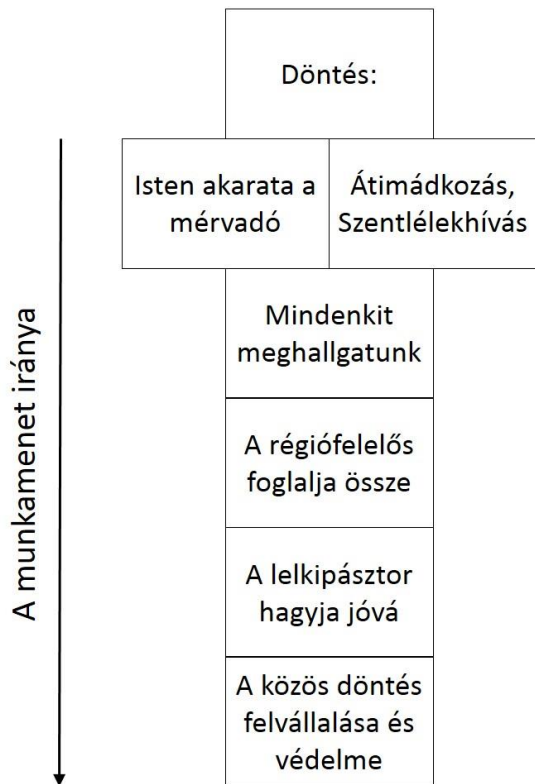
Itt a lehetőség, hogy átadd az életed Jézusnak. Ezt megteheted a dal szavaival akár egyszer, akár minden nap, minden percben:

*„Felajánlom Néked, Istenem, az életem,  
egészen Tied vagyok mindörökké.  
Íme, az én szívem, hiszen tudod,  
a szerelmem, az egyetlenem vagy.”*

Végül pedig álljon itt a Bibliából néhány sor. Pál apostol ilyen szavakkal biztatta a friss egyházakat a keresztény, boldog, példaértékű életre. Neked is segítségedre lehet:

*„Tegyétek teljessé örömünket azzal, hogy egyetértetek, ugyanúgy szerettek és egy lélekként ugyanarra törekedtek. Semmit se tegyetek vetélkedésből vagy hiú dicsőségvágyból! Inkább mindenki alázatosan a másikat tartsa magánál kíválónak. Senki ne keresse csak a maga javát,*

## Döntések a közösségben:



## A Nagyboldogasszony Közösségek lelkiisége:

### **Eucharisztikus**

Máriához hasonlóan mi is a szívünk alatt szeretnénk hordozni Jézust.

*Ha csak teheted, gyónj és áldozz!*

*Tégy meg mindent, hogy egységben légy a pappal, hiszen ő az eucharisztikus közösség pásztora.*

### **Máriás**

Máriás vonások a Szentírás alapján az alázat, befogadókészség, öröm, testi-lelki tisztaság, egyszerűség, engedelmesség és a csendes háttérszolgálatra való képesség. Az egyházmegye ifjúsági régiói Nagyboldogasszony Közösségek, ilyen a Dél-Dunamenti Nagyboldogasszony Közösség is.

*Légy tudatában annak, hogy Jézus nem önérvényesülésre hív, hanem, hogy egymást előzzük meg a szolgálatban. (Mk 10,44) Merj alázatos lenni!*

*Máriához hasonlóan fogadd békével a szenvedést!*

*Légy jelen családotod és plébániád életében is!*

*Egy máriás közösség befogad. Légy nyitott az új emberekre és lelkiiségekre!*

### **Isten országát kereső**

Olyan ez, mint egy király uralma. Krisztus a Király. Ez nem egy látható ország, hanem ott van szívedben és kapcsolataidban, ha befogadod Jézust életed uraként. Ez a királyság az élet minden területére kiterjed, nem csak a vallásos eseményekre. Isten országa ott van

*Végül: Isten beavatkozik az életbe, ha hagyom, és jobb hagyni, mert azért csak jobban tudja, hogy mi a jó nekem. Egyszer éjszaka fölkeltem, mert nagyon rosszul voltam. Fájt a fejem, szédültem, hányingerem volt. Még előző nap kaptam egy cetlit az egyik ismerősömtől, azzal a címszóval, hogy csak holnap olvashatom el a tartalmát. Éppen két szédülés közt megláttam az asztalon a lapocskát, odatántorogtam, és elolvastam. Ez állt rajta:*

*"Elég neked az én kegyelmem. Mert az erő a gyöngeségben nyilvánul meg a maga teljességében" 2Kor 12,9 Szóval szólt Isten, hogy "nyugi van, nem halsz meg, itt vagyok". Visszafeküdtem az ágyba és elaludtam."*

*Egy kisebb testvér*

*„Csodálatos dolog, hogy Isten országa itt van közöttünk. Egy olyan közösség részeseként, ami nem emberi erőlködés eredménye, hanem Mária műve, folyamatosan programról programra, szinte napról napra érezhető Isten áldása, jelenléte és a Szűzanya oltalma. Ez a legnagyobb csoda a kisebb testvér létben. Rájönni, hogy az, ami a közösségben működik, a személyes életünkben is működhet és Jézus életünk Ura lehet - csak rajtunk múlik és ez a legjobb döntés.”*

*Laura*

*Fiatal korában, amikor az ember rengetegszer érzi egyedül magát, és ilyenkor a legjobb az a tudat, hogy van, aki így is elfogad.*

*A másik fontos tapasztalatom: a tanulás. Felmerül a kérdés: létezik-e Isten? Amíg nem tudjuk biztosan, addig észre se tudjuk venni. Idősebbként egyszerűen bebizonyítottam magamnak, száraz érveléssel, hogy kell lennie egy Felsőbb Hatalomnak. Na de ki ez? Az univerzum? A történelemben sok valós vallási személyt találhatunk, például Buddha, vagy Jézus. Sok vallás van, de van egy lényegi különbség: az összes vallás Istent keresi. A mi vallásunkban Isten keres bennünket. Ha mindent megtehet valaki, nem törődne senkivel, de Isten bebizonyította nekünk, hogy fontosak vagyunk, úgy, hogy maga jött el. Elég jó érzés volt erre rájönni. Tehát tudtam, hogy van.*

*Nehéz volt elfogadnom sok szabályt, amit az Egyház támasztott. Isten olyan, mint egy végtelen egyenes. Nem látom, hogy honnan jön, vagy, hogy hova megy, csak egy kis véges szakaszt látok belőle. Minél jobban foglalkozok vele, annál nagyobb szakaszt látok, de magát az egyenest sose. Sose fogjuk megérteni teljesen, hogy mi is a terve, nem mindig tudjuk, hogy ez, vagy az a szabály mire jó. El kellett hinnem, hogy ez jó. (Egyébként az Egyház szinte minden törvényt, szabályt részletesen leír és megmagyaráz)*

*régióinkban, ahol úgy szolgálunk és szeretünk, mint Jézus. (Lk 17,20) Isten országa az itt és most közöttünk készülő mennyország, amiben feladatunk van. (Lk 17,21) „Hasonló a mennyek országa a szántóföldben elrejtett kincshez, amelyet az ember, miután megtalált, elrejt, örömeiben elmegy, eladja mindenét, amije van, és megveszi azt a szántóföldet.” (Mt 13,44)*

*Az Ördög mindenáron el akarja rabolni tőlünk az Ország örömeit. Ezért a máriás erényeken túl a józsefi erények is szükségesek:*

*Légy bátor, határozott és őszinte! (Mt 11,12)*

*Merd felvállalni a véleményed pl. egy megbeszélésen, de tudd elfogadni, ha nem neked adnak igazat!*

*Bátran vállalj feladatot!*

*Légy aktív, kezdeményező, dönten tudó, elkötelezett, állhatatos!*

### **Szentlélekre figyelő**

*Mindnyájan kincsek vagyunk, Te is! Merd felfedezni önmagad! A Szentlélekre figyelve lehetsz igazán önmagad, és fedezheted fel karizmáidat. A tehetséged, képességed akkor válik karizmává, ha azzal Isten országát szolgálod. Karizmának nevezzük azokat a képességeket, amelyek beléd vannak ültetve, de valóban kiteljesedni csak a Lélek erejével tudnak. Ilyen módon meghaladják emberi mivoltodat.*

*Ha mélyebben is érdekel a lelkiség, a mente.hu oldalon megtalálod a teljes Lelkiségi Dokumentumot a „Töltsd le!” fül alatt, „Lelkiség” címmel.*

## A kisebb testvér

Folyamatos törekvése: keresni, hogyan válhat igazán Krisztusivá. Ebben segíthet a következő ábra:



Az ábra közepén két jellemző kapcsolódik össze. Ez mindennek a kulcsa: élj személyes imaéletet, és legyen egy közösség, amiben tanulhatsz Krisztusról, ahol tölthetsz. Ez a mag, ha jól működik, kialakulnak az egyéb jellemzők. A személyes imaélet hatására jó kapcsolatod lehet Máriával, rendszeresen gyónsz, áldozol, ideális esetben sikerül találnod egy megfelelő lelki vezetőt vagy kíséret, segítőt. Lehet pap, házias,

„Az első: Katolikus családban felnőni nem azt jelenti, hogy az ember szent lesz, vagy, hogy már rögtön lesz hite. Velem sem így történt. Kisgyerekként a megszokott vallásosság és a



kevésbé problémával teli élet miatt azt hittem, hiszek. Rá kellett jönnöm, hogy ez nincs így. Amikor elkezdtem felnőni, és szép fokozatosan ízelítőt nem kaptam a valódi, kemény élettől, azt vettem észre, hogy az a mustármagnyi hit sincs meg bennem. Ahogy egyre idősebb lettem, úgy kezdtem egyre

inkább Istenhez is felnőni. Ezalatt az idő alatt rájöttem, hogy Őt nem a nagy szavakban kell keresni, és nem is keresni kell, hanem észre kell venni, hogy itt van mellettem.

## **Tanúságtételek:**

*„Azért jó kisebb testvérnek lenni, mert ez által még több emberhez tudom eljuttatni Jézust sokféle formában akár beszélgetésben akár valamilyen programon keresztül, és e mellett rengeteg új embert tudsz megismerni, akiknek szerintem szintén ez a céljuk, és e közben mi is fejlődünk Krisztusban.”*

Tamás

*„Szerintem azért jó kisebb testvérnek lenni, mert megtapasztalod milyen önként szolgálni, beleadni időt és energiát azért, mert te is jót akarsz a többieknek. A DD-ben és egyáltalán a régióban az eucharisztikus lelkület, a szentségimádások, nagyon sok istenélményt adott nekem az életben. Főleg itt váltam igényessé, befogadóvá az Isten felé, egyre jobban megtapasztalom, hogy bármikor érdemes elé vinni az életemet. És bármit kérhetek, bármi bajom lehet, mindig ott van. És kaptam tőle ígéreteket, útmutatásokat, már nem is a kisebb tesós programokon. De ha nem lettek volna kt-s programok, akkor ezt valószínűleg nem tanulom meg, legalábbis nem ennyire. Szóval mindennél jobban megéri az Istenhez közel lenni, és ezt az is jelentheti, hogy kisebb testvér vagy. És ha ezt az ajándékot kaptad, akár résztvevőként, kutya kötelességed tovább szolgálni. Legalábbis én ezt hivatásnak is érzem, pont ezért, hogy másoknak is legyen lehetősége.”*

Piri

idősebb fiatal, kisebb testvér (kt), de fontos, hogy hiteles legyen, és Jézus felé segítsen téged. Életünket meghatározzák a jó példaképek. **Törekedj találni ilyen lelki embert a környezetekben!**

A jó mag hatására a Biblia is élővé kezd válni a szívedben, talán észreveszed, hogy bizonyos élethelyzeteidben segítséget nyújt, örömteli felismerést ad egy-egy igehely. Van, akinek az életét is képes megváltoztatni a Biblia, és sokkal boldogabb emberré vált általa. Te is válhatsz ilyenenné! Sok esetben Isten a Biblia által formálja, vezeti életünket a boldogság felé.

### **Engedd Neki!**

Ezen kívül talán észreveszed, hogy hiány keletkezik benned, ha az eddig ismert imamódjaidra gondolsz. Lehet, hogy sajátos imaformát fogsz keresni magadnak. Van, aki kimegy a szabadba, és ujjongva dicséri Istent. Van, aki felfedezi újra a rózsafüzér örömet. Minden ima jó! Sőt, a legjobb, ha egész életed imává válik. Ha minden napodat úgy éled, hogy Isten országának örömeivel, Jézus jelenlétében jársz, minden egyes lépésed imává válhat.

Az ige, az Ország öröme, Jézus példája képes átformálni eddigi időtöltésedet. Lehet, hogy arra vágysz majd, hogy elvállalj egy szolgálatot a közösségedben, vagy, hogy alapíts egy helyi kisközösséget a településeden. Lehet, hogy valamilyen módon Istenről szeretnél beszélni az embereknek. Ezekhez Isten karizmát ad. **Ismerd fel saját karizmáidat, és használd őket a közösség javára!**

Kisebb testvérként a Dél-Dunamente a saját közösségeddé vált. Felelős vagy érte. A rendszeres személyes imaélet mellett fontos az ima saját közösségünkért. Jól teszed, ha rendszeresen imát ajánlasz fel közösségedért.

Teljesítsd a rád bízott, az elvállalt feladatot! Járj nyitott szemmel a szolgálatokra! Jézussal élve képes örömet okozni a legalantasabb feladat is. Keresd, hol segíthetsz! Végül pedig ne feledd, hogy a kisebb testvérek egyik fontos feladata a hit továbbadása. Ehhez lelkileg is szüntelen fejlődöd kell. Olvasd el az aktuális előadást, keresd benne az élő Isten üzenetét! Ne elégedj meg a jelenlegi tudásoddal!

Istennel való személyes kapcsolatának köszönhetően a **kisebb testvér vágyik rá:**

- örömet egységben élni az egyházzal
- a megváltás örömeit továbbadni a helyi közösség épülésére
- egyre nyitottabbá és befogadóbbá válni

Add meg, hogy mindig megnyerő modorú legyek, és éljen bennem szikrányi humor, hiszen erre olyan nagy szükség van a szomorú világban. Végül add meg, hogy mindenkit legalább parányit vezessen közelebb Szent Fiaidhoz a Szűzanya által.  
Ámen.

- **A kisebb testvérek fogadalmi imája:**

Drága Jézus!

Te kiválasztottál, és elhívtál engem a kisebb testvéri szolgálatra. Ígérem, hogy:

- egyházközségemnek, régiómnak, egyházmegyémnek, országomnak és Krisztus egész egyházának ügyét szívemen fogom viselni;
- szeretettel keresni fogom a számomra kijelölt feladatokat, és azt a legjobb erőm szerint fogom elvégezni;
- mindenkit testvérként fogok szeretni, és segítem őket Jézushoz közelebb kerülni;
- a Jézussal való személyes kapcsolatomat rendszeres szentgyónással és szentáldozással erősítem, hogy ezáltal is hiteles krisztuskövető legyek.

Uram, ehhez kérem Tőled Szentlelkedet és a közösséget építő személyes ajándékait! Külön kérem, hogy adj erőt, kitartást, szeretetet és vidámságot a szolgálatra!



- **F. Lelette gondolatai:**

Ha az élet terhe nehéz, gondolj másokra.  
Ha te lelassítod lépteidet, ők megállnak.  
Ha te beleunsz, ők abbahagyják.  
Ha te leülsz, ők lefekszenek.  
Ha te kételkedsz, ők kétségbeesnek.  
De ha te felébredsz, ők is kinyitják a szemüket.  
Ha te előttük haladsz, ők utánad fognak futni.  
Ha te kezedet nyújtod, ők életüket adják.  
S ha te imádkozol, ők szentek lesznek.

- **XXIII. János pápa reggeli imája:**

Mennyei Atyám!  
Hálát adok neked az egészséges pihenésért,  
amellyel megajándékoztál.  
Újra ébredt lelkem 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 sugározni  
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 önuralmammat, és  
ne legyek barátságtalan vagy sértő.

### Imák:

A következőkben láthatsz néhány imát, ami fontos a közösséged számára. Az imának hatalmas ereje van, talán már te is tapasztaltad. Létezik egy keleti keresztény imamód, melynek az a lényege, hogy bármit csinálsz éppen, egyetlen szót mondogass magadban: „Jézus!” Egy idő után ez a Jézus-ima beleivódik a tudatalattiba. Aki ezt mondogatva éli mindennapjait az iskolában, munkahelyen, barátokkal, bárhol, előbb-utóbb minden megnyilvánulásában azt teszi, amit Jézus tenne a helyében. Így igazán Krisztusivá, kereszténnyé válik. Az itt következő imák, fohások, gondolatok is azért fontosak, mert meghatározzák életünket:

- **Hétrégiós fohász**

Drága Édesanyánk!  
Tekints Gyermekeidre, kik hozzád fohászodunk!  
Légy velünk mindennapi küzdelmeinkben!  
Segíts nekünk, hogy a Fiad által ránk bízott feladatokat  
Elfogadjuk, és hűséggel teljesítsük!  
Segíts, hogy életünk példa legyen a többi ember számára,  
Kik még nem ismerik Fiad szeretetét!  
Vedd pártfogásod alá régióinkat!  
Ámen.

- **Titkok a rózsafüzérből:**

Kezdés: Hiszekegy...

**Az örvendetes olvasó**

A bevezető három Üdvözlégyre:

1. aki hitünket növelje,
2. aki reményünket erősítse,
3. aki szeretetünket tökéletesítse,

A tizedekre:

1. akit te, Szent Szűz a Szentlélektől fogantál,
2. akit te, Szent Szűz, Erzsébetet látogatván hordoztál,
3. akit te, Szent Szűz a világra szültél,
4. akit te, Szent Szűz a templomban bemutatnál,
5. akit te, Szent Szűz a templomban megtaláltál,

**A világosság olvasója**

A bevezető három Üdvözlégyre:

1. aki megtisztítson minket,
2. aki lelkünk békéjét megőrizze,
3. aki a szentségekben megerősítsen,

A tizedekre:

1. aki a Jordán vizében megkeresztelkedett,
2. aki a kánai menyegzőn kinyilvánította isteni erejét,
3. aki meghirdette Isten országát,
4. aki a Tabor hegyén megmutatta isteni dicsőségét,
5. aki az Eucharisziában nekünk adta önmagát,

**A fájdalmas olvasó**

A bevezető három Üdvözlégyre:

1. aki értelmünket megvilágosítsa,
2. aki emlékezetünket megerősítse,
3. aki akaratunkat tökéletesítse,

A tizedekre:

1. aki érettünk vérrel verítékezett,
2. akit érettünk megostoroztak,
3. akit érettünk tövissel koronáztak,
4. aki érettünk a keresztet hordozta,
5. akit érettünk keresztre feszítettek,

**A dicsőséges olvasó**

A bevezető három Üdvözlégyre:

1. aki gondolatainkat irányítsa,
2. aki szavainkat vezérelje,
3. aki cselekedeteinket kormányozza,

A tizedekre:

1. aki a halálból feltámadt,
2. aki a mennybe felment,
3. aki nekünk a Szentlelket elküldte;
4. aki téged, Szent Szűz, a mennybe fölvelt,
5. aki téged, Szent Szűz, a mennyben megkoronázott,

Minden tized között miatyánkot mondunk, előtte pedig ezt a könyörgést:

Ó, Jézusom, bocsásd meg bűneinket, ments meg minket a pokol tüzétől, vidd a mennybe a lelkeket, különösen azokat, akik legjobban rászorulnak irgalmadra. Ámen.