1Úton Nemzetközi Zarándoknap
2024. augusztus 10.

Salgótarján, Salgóbánya – Medvesaljai Mária Kápolna

Az idén XI. alkalommal kerül megrendezésre az 1Úton Nemzetközi Zarándoknap a Mária Út Közhasznú Egyesület szervezésében. A Mária Út teljes útvonalán Ausztriától Erdélyig, Felvidéktől Délvidékig közel 140 szakaszon lehet kipróbálni a zarándoklást. Egy út, egy lélek, egy cél. Az elkészült központi lelki tartalom ajánlásért köszönetünket fejezzük ki dr. Székely János püspök atyának és Tornyai Gábor atyának, köszönjük az Egyházközségek támogatását, Varga András plábános atya és Csák András atya részvételét.

A Medvesaljai Mária Kegyhely eredete az 1700-as évekre tehető, számos legenda fűződik hozzá, sokan meggyógyultak a forrás vizétől. Először 1947-ben tartottak Szentmisét a kápolnában, majd felújítása után 2015-ben, Kisboldogasszony ünnepén volt a felszentelése. A környékbeliek rendszeresen szerveznek zarándoklatokat a Kegyhelyre, megőrizve családjaik, közösségeik hagyományait.

A gyerek- szülő szeretetkapcsolatért – Az egész Mária Úton

Bevezető gondolatok

A mai sok-sok nehézséggel teli világban szinte mindenki keresi a megújulási lehetőségeket. Ezen a napon lehetőséget kapunk arra, hogy a kályhától induljunk. A legfontosabbtól: a családi kötelékek megújításától. Ránézhetünk majd arra, hogy hogy vagyunk most a legközvetlenebb kapcsolatunkban, a gyermek szülő kapcsolatban; milyen mintákat hordozunk; hogy vagyunk jelen gyermekként, vagy szülőként a másik számára; milyen mintákat találhatunk magunk körül: a Szentírás szavain keresztül, vagy világunkban. Milyen erőforrásokra tekinthetünk egy igaz szeretetkapcsolathoz, felismerjük-e saját szerepünkben a változás szükségességét, vagy kiteljesedés lehetőségét…

Ma erre hívunk mindenkit, azzal, hogy a nap ajándékait és lehetőségeit minden zarándok szabad döntésével kezelheti. Jelen 5 állomásból álló gondolatsor egy lehetőség a megújulásra, nem kötelesség. Ajándékként szeretnénk elétek adni.

Imáinkban hálát adhatunk családjainkért, szeretetkapcsolainkért amely megadatott számunkra és kérhetjük Urunkat Istenünket, hogy gyógyítsa mindazokat a sebeket, amelyeket kapcsolatainkban adtunk és kaptunk.

1. megálló Indulás

Az Atya és Jézus

Elmélkedés:
Mindannyian érkeztünk ma valahonnan: az otthonunkból, a hétköznapjainkból, a megszokott kapcsolatainból. De most itt vagyunk. Megszületett a döntés, hogy elhagyjuk most ezeket, hogy zarándokútra induljunk. Egy cél felé. De mi is ez a cél? Miért is indulunk el?

Itt és most lehetőséget, és időt szeretnénk adni, hogy mindenki megfogalmazhassa magában, miért is indul ma útra. (5 perc csend)

Érdemes itt az indulásban a legfőbb iránymutatásra ránézni: Krisztus, hogy volt jelen az Atyával való kapcsolatában. "Én azt a dicsőséget, amelyet nekem adtál, nekik adtam, hogy egyek legyenek, ahogy mi egyek vagyunk: én őbennük és te énbennem, hogy teljesen eggyé legyenek" (Jn. 17,21)

Krisztus szeretetben volt. Minden percben és feltétel nélkül. Szeretetben levéséből fakadt ereje. Kapcsolatát imádsággal (folyamatos beszélgetéssel) ápolta.

Feladat: Imádkozzuk el együtt dr. Székely János atya által írt imádságot.

Önismereti kérdések. Nincs rossz válasz, csak a hamis válasz…

- Mikor és miből érzem szüleim szeretetét? Mi mindent kaptam tőlük?
- Mennyire élem meg a gondoskodó szeretetet feléjük? Érzik a szeretetemet? Hogyan fejezem ki? (Ha már nem élnek, mennyire ápolom emléküket?

Imádság /dr. Székely János atya/

Mennyei Atyánk! Hálát adunk neked, hogy az embert szeretetből teremtetted, és a szeretet útjára hívod! Azt akartad, hogy a férfi és a nő szerelméből élet fakadjon, ez a szerelem túlcsorduljon, termékeny legyen. Azt akartad, hogy a gyermek élete a szülei szerelméből fakadjon, a gyermek ennek a szeretetnek a légkörében nőhessen fel.

Áldd meg a szülőket, hogy a Te Atyai szeretetednek hű képmásai lehessenek! Add, hogy a házastársak ápolják az egymás iránti szeretetet, időt szánjanak egymásra, növekedjenek az imádság lelkületében, belássák hibáikat és tudjanak alakulni, formálódni, előre haladni a szeretet útján. Add, hogy időt szánjanak gyermekeikre, és vezessék a gyermekeiket Hozzád, minden élet és öröm Forrásához. Adj nekik bátorságot és világos látást, hogy merjenek korlátokat állítani gyermekeik elé, merjék a helyes utat számukra világosan megmutatni. Add, hogy az értékeket elsősorban ne szóval, hanem életpéldájukkal közvetítsék a gyermekeik számára. Segítsd őket, hogy ne róják fel a sérelmeket, ne önmagukra figyeljenek a gyermekeik nevelése során, hanem magukról megfeledkezve a gyermekeik legfőbb javát keressék. Add, hogy tudják felnőtt gyermekeiket a szárnyaikra bocsátani, tudják a velük való kapcsolatot átalakítani, és a háttérből segíteni őket.

Áldd meg a gyermekeket is! Add, hogy felismerjék, milyen óriási ajándékot kaptak a szüleiken keresztül, és mindig kifejezzék feléjük a hálájukat, tiszteletüket. Adj a gyermekeknek nyitott szívet, hogy befogadják azokat az értékeket, amelyeket a szüleik feléjük közvetítenek. Add, hogy a gyermekek ne a szüleik esetleges hibáira figyeljenek, hanem a kincseikre, amelyekből meríthetnek, amelyekre építhetnek. Add, hogy szánjanak időt a szüleikre, kérdezgessék őket, segítsenek nekik, törekedjenek arra, hogy örömet szerezzenek nekik. Add, hogy növekedjenek bölcsességben és a szív jóságában!

Mennyei Atyánk! Segíts minden embert, hogy a szülő-gyermek kapcsolatot, ezt a mély és életadó szálat a Te szándékod szerint élhesse, szeretetben, tiszteletben, megbocsátásban és jóakarattal! Szent Család, Jézus, Mária és József, legyetek ebben példaképeink és segítőink. Ámen.

2. megálló Az igenek állomása

Mária, József és Jézus

Elmélkedés:

Jézus megszületett a földre, az Atya akaratából. Ehhez a csodához, két ember igenje is biztosan kellett: Máriáé és Józsefé.

Sokat lehet gondolkodni József Jézus életében betöltött szerepén: azon, hogyan vállalhatta fel abban a történelmi korban Máriát és áldott állapotát, majd a megszületett gyermeket. Hogy fogadta Ő el ezt a helyzetet, mennyire tudta tisztelni az Atya akaratát, a megszületett Krisztust. Hogyan vált Ő valós szülőjévé a Megváltónak. Mennyire volt nehéz szeretnie Jézust. Fontos és nehéz kérdések ezek.
József példája kísérhet minket a “szülővé válás” útján és családi kapcsolataink rendezésében.

Önismereti kérdések:

- Mennyire tudom kimondani saját igenemet azokra a szülőkre/gyermekekre, akiket Isten adott nekem? Miért tisztelem Őket, mit szeretek bennük a leginkább?
- Mi minden akadályozza ezt a szeretetkapcsolatot? Milyen nehézségek forrása vagyok én magam?

2024. Az Imádság éve

FERENC PÁPA IMÁJA A SZENT CSALÁDHOZ

Jézus, Mária és József,
bennetek szemléljük
az igaz szeretet csillogását,
hozzátok fordulunk bizalommal.

Názáreti Szent Család,
tedd a mi családjainkat is
a megélt közösség és az imádság helyévé,
az Evangélium hiteles iskolájává,
kicsiny család-egyházzá.

Názáreti Szent Család,
add, hogy a családoknak ne kelljen többé megtapasztalniuk
az erőszakot, a bezártságot, a megosztottságot;
és akiket megbántottak vagy megbotránkoztattak
hamarosan megvigasztalódhassanak és meggyógyuljanak.

Jézus, Mária és József,
halljátok meg és hallgassátok meg könyörgésünket. Ámen.

3. állomás Nincs légüres tér

Magyar szent család

Elmélkedés:

Gyakran érezhetjük az egyedüllétet, a magányt. Mintha légüres térben volnánk. Ez a diabolos, a „nagy megosztó" akarata: hiszen, ha egyedül vagyunk, magányosan könnyebb minket helytelen útra terelni, elsüllyeszteni sötét gondolatokba.
Érdemes ránézni azonban nem csak jelenünkre, de múltunkra is, szüleink mellett nagyszüleinkkel dédszüleinkkel való tapasztalásunkra, élményeinkre, életünkre. Vagy még régebbre…

Van-e olyan családminta előttünk, amely élővé teheti számunkra az utat, melyre meghívottak vagyunk? Az utat, melyet elődeink is ezernyi nehézséggel, küzdelemmel jártak…

A magyar szent család: Szent István, Boldog Gizella és Szent Imre. Hogyan élhettek ők családként? Egy király, egy "idegen" nő, és egy testvérét elveszítő, a régi családi hit szellemével küzdő bátor ifjú keresztény.

A magyar szent család gyakran zarándokolt Székesfehérvárról a Bodajki Segítő Szűz Mária Kegyhelyre, küzdelmeikben, gyászukban így tudtak hűségesen megmaradni az imádságban, egymás szeretetében.

Önismereti kérdések:

- Mit tudok nagyszüleim, dédszüleim, őseim életéről?
- Milyen jó emléket őrzök nagy/dédszüleimről?

4. állomás Mekkora a kereszted?

A családi sebek állomása

Elmélkedés:

„Egy embernek volt két fia. A fiatalabbik egyszer így szólt apjához: Apám, add ki nekem az örökség rám eső részét! Erre szétosztotta köztük vagyonát. Nem sokkal ezután a fiatalabbik összeszedte mindenét és elment egy távoli országba. Ott léha életet élve eltékozolta vagyonát. Amikor már mindenét elpazarolta, az országban nagy éhínség támadt, s nélkülözni kezdett. Erre elment és elszegődött egy ottani gazdához. Az kiküldte a tanyájára a sertéseket őrizni. Örült volna, ha éhségét azzal az eledellel csillapíthatta volna, amit a sertések ettek, de még abból sem adtak neki. Ekkor magába szállt: Apám házában a sok napszámos bővelkedik kenyérben – mondta –, én meg éhen halok itt. Útra kelek, hazamegyek apámhoz és megvallom: Apám, vétkeztem az ég ellen és te ellened. Arra, hogy fiadnak nevezz, már nem vagyok méltó, csak béreseid közé fogadj be. Csakugyan útra kelt és visszatért apjához. Apja már messziről meglátta és megesett rajta a szíve. Eléje sietett, a nyakába borult és megcsókolta.
Erre a fiú megszólalt: Apám, vétkeztem az ég ellen és te ellened. Már nem vagyok méltó arra, hogy fiadnak nevezz. Az apa odaszólt a szolgáknak: Hozzátok hamar a legdrágább ruhát és adjátok rá. Az ujjára húzzatok gyűrűt, és a lábára sarut. 23Vezessétek elő a hizlalt borjút, és

vágjátok le. Együnk és vigadjunk, hisz fiam halott volt és életre kelt, elveszett és megkerült. Erre vigadozni kezdtek. Az idősebbik fiú kint volt a mezőn. Amikor hazatérőben közeledett a házhoz, meghallotta a zeneszót és a táncot. Szólt az egyik szolgának és megkérdezte, mi történt. Megjött az öcséd, és apád levágta a hizlalt borjút, hogy egészségben előkerült – felelte. Erre ő megharagudott, és nem akart bemenni. Ezért az apja kijött és kérlelte. De ő szemére vetette apjának: Látod, én annyi éve szolgálok neked és egyszer sem szegtem meg parancsodat. És nekem még egy gödölyét sem adtál soha, hogy egyet mulathassak a barátaimmal. Most meg, hogy ez a fiad megjött, aki vagyonodat rossz nőkre pazarolta, hizlalt borjút vágattál le neki. –Az mondta neki: Fiam, te mindig itt vagy velem, és mindenem a tied. S illett vigadnunk és örülnünk, mert ez az öcséd halott volt és életre kelt, elveszett és megkerült."(Lk 15.)

A tékozló fiú esetét sokan ismerhetjük. Egy nehéz helyzet a szülő-gyermek kapcsolatban. Kölcsönös sértettségek, sérelmek, bántások…de az út itt is kirajzolódik. Egy igaz szeretetkapcsolat, mely át tud lépni a megbántottság érzésén, mely a másik valós "érdekeit" nézi. Mely képes a bocsánatkérésre, és a tényleges megbocsátásra is.

Önismereti kérdések:

- Milyen sebeket kaptál a szüleidtől, gyermekeidtől? Tudtál-e bocsánatot kérni, megbocsátani? Idézz fel egy ilyen alkalmat!
- Mi kell a megbocsájtáshoz, a saját belső gyógyuláshoz?

Fájdalmas 1/10 rózsafüzér: "akit érettünk tövissel koronáztak"

CSENDSZAKASZ

5. állomás Hálaadás

Elmélkedés:

"*Gyermekek! Engedelmeskedjetek szüleiteknek az Úrban, mert ez a helyes. „Tiszteld apádat és anyádat": ez az első parancsolat, amelyhez ígéret fűződik, mégpedig ez: „hogy jó dolgod legyen, és hosszú életű légy a földön." Ti apák pedig ne ingereljétek gyermekeiteket, hanem neveljétek az Úr tanítása szerint fegyelemmel és intéssel." (Ef.6.)*

Engedelmesség, kölcsönös tiszteletadás, nevelés... A szülő gyermek szeretetkapcsolat legfőbb megnyilvánulásai. Ebben a relációban engedelmes az, aki saját magát háttérbe szorítja, hogy a másik jó szándékú nevelése, iránymutatása beteljesedhessen. A nevelés a másik teljességének kibontakoztatására irányuló segítség, támogatás. A kettő szeretet alapú kölcsönhatása megteremti a tiszteletet, azt a biztonságos helyzetet, melyben mind a két fél emberségének teljességét élheti. **Krisztus erre hív minket: a legmélyebb emberi szeretetkapcsolat megélésére, mert akkor lesz "jó dolgunk", békés családi légkörünk.**

Önismereti kérdések:

- Melyek a legfontosabb üzenetek, tanítások, amit a szüleinktől kaptunk?
- Mik szülőségünk, gyermekségünk legfontosabb értéke? Miért jó szülőnek, gyermeknek lenni?

A hálaadás imája

Mindenért, amit adtál,
hálát adok Neked, Istenem!
Mindenért, amit elvettél
hálát adok Neked, Istenem!
Mindenért, amit segítségeddel megtehettem,
hálát adok Neked, Istenem!
Mindenért, amit megakadályoztál,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden örömért, amivel boldoggá tettél,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden szenvedésért, amivel formáltál,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden békés óráért, amivel széppé tetted életemet,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden problémáért, amitől megszabadítottál,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden jó tulajdonságomért, amivel szolgálhattalak,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden gyengeségemért, amivel alázatra tanítottál,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden erényért, amit nekem ajándékoztál,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden bocsánatért, amiből irgalmadat megismerhettem,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden szép emberi kapcsolatomért, amivel gazdagítottál,
hálát adok Neked, Istenem!
Minden emberért, akit tőlem elszakítottál,
hálát adok Neked, Istenem!
A halálom időpontjáért és módjáért, amit nekem választottál,
hálát adok Neked, Istenem!
A helyért, amelyet nekem országodban készítettél,
hálát adok Neked, Istenem!
Ámen

Jöjj, Szentlélek, Úristen

1. Jöjj, Szentlélek Úristen,
   áraszd reánk teljesen
   mennyből fényességedet,
   mennyből fényességedet!
   R)Jöjj el, jöjj el,
   jöjj el, jöjj el,
   jöjj, Szentlélek Úristen!

2. Jöjj el, árvák gyámola,
jöjj el, szívünk orvosa,
oszd ki égi kincsedet,
oszd ki égi kincsedet! ***R)***

3. Jöjj el, lelki vigaszunk,
testi, lelki gyámolunk,
érezzük bőségedet,
érezzük bőségedet! ***R)***

Feladat otthonra:

Hazamenve lehetőség van arra, hogy a kapott ajándékokra tekintsünk, és ezekért hálát adjunk. A hazaúton fogalmazzunk meg legalább egy dolgot, amiért hazaérve köszönetet mondhatunk szüleinknek, gyermekeinknek!

Merjünk köszönetet mondani majd otthon nekik!

Az út, azonban itt nem ér véget! A szeretetkapcsolat megtalálása és fenntartása nagy feladat, erőt energiát és segítséget kíván! Imádkozzunk végül azokért a családokért is, akik most nincsenek jelen, de szemünk előtt élik családi életüket! Az Úr adja meg mindannyiunknak a békés szeretettel teli családi kapcsolatokat!

***További zarándoklat információk**: mariaut.hu*