



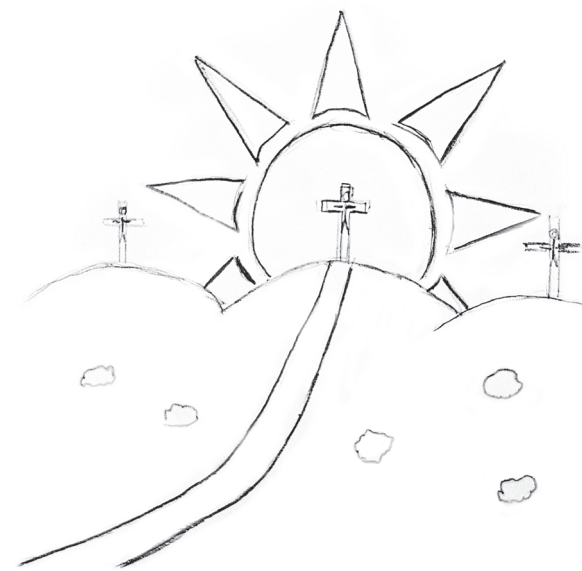
Szent Erzsébet...

IMAKÖNYV



„Szívesen imádkozzatok a nap folyamán többször is.
Éreztétek meg, mennyire szükségetek van az imára,
és ne féljete az imával járó erőfeszítéstől.
Az imádság kitágítja az ember szívét,
hogy befogadhassuk Isten ajándékát, vagyis magát az Urat.”

Boldog Kalkuttai Teréz



A NAP MEGSZENTELÉSE

1. Szívem első gondolata

Szívem első gondolata,
Hozzád száll fel Istenem!
Te őriztél meg az éjjel,
Maradj ma is énvelem.

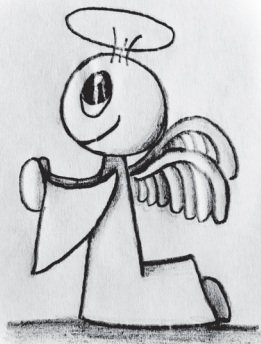
Téged áldlak és imádlak,
Mint szerető gyermeked,
Szívem csakis azt akarja,
Ami kedves Teneked.

Édes Jézus add kegyelmed,
S őrizz engem szüntelen,
Hogy egész nap Neked éljek,
Tiszta szívvel, büntelen.

Szűz Mária, Jézus Anyja,
Te mindnyájunk Anyja vagy.
Oltalmaz meg minden bajtól,
Kísértésben el ne hagyj!
Ámen.

2. Szívből kérlek Istenem

Szívből kérlek Istenem,
Ma egész nap légy velem!
Segíts meg, hogy jó legyek,
Mindenkivel jól tegyek!
Ha rám nézel e napon,
Öröm legyen arcodon! Ámen



3. Szeretnék rád hasonlítani

Szeretnék rád hasonlítani
Minden tetteimmel boldogítani.
Ha játszom, add, hogy jó legyek,
Ha tanulok, add, hogy figyelhessek.
Mindig téged kövesselek! Ámen

4. Reggeli hálaadás (M. G.Schneider)

Hálát adok, hogy itt a reggel,
Hálát adok az új napon.
Hálát adok, hogy minden percem
néked adhatom.

Hálát nem csak a jó testvéreért,
Hálát mindenkiért adok.
Hálát adok, hogy minden sértést
megbocsáthatok.

Hálát adok, hogy munkát küldesz,
Hálát adok, hogy fény ragyog.
Hálát adok, hogy lelkem fényes,
és boldog vagyok.

Hálát adok a vidám percért,
Hálát, ha szomorú leszek.
Hálát adok, hogy adsz elem célt
és kezded vezet.

Hálát adok, hogy hallom hangod,
Hálát adok a jó hírért.
Hálát adok, hogy Tested adtad
minden emberért.

Hálát adok az üdvösségért,
Hálát adok, hogy várni fogsz.
Hálát adok, hogy ma reggel még
hálát adhatok.

5. XXIII. János pápa reggeli imája

Mennyei Atyám!

Hálát adok Neked az egészséges pihenésért, amellyel megajándékoztál.

Újraébredt 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 tekintetemből pedig a krisztusi szeretet sugározzék 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 önuralmam, és ne legyek barátságtalan vagy sértő! Ámen

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 egy parányit vezessen közelebb szent Fiadhoz a Szűzanya által! Ámen.

6. Reggeli ima

Mindenható Isten, Kinek kegyelméből a mai reggelt megértük,

A te üdvözítő erőd segítsen ma minket, hogy a nap folyamán semmi bűnt se kövessünk el, Hanem minden gondolatunk, szavunk és tettünk a te szent akaratod teljesítésére irányuljon, A mi Urunk, Jézus Krisztus által. Ámen.

Szalézi reggeli ima

Imádlak, Istenem, és szeretlek tiszta szívemből!

Köszönöm, hogy megteremtettél, hogy katolikus kereszténnyé tettél,

s hogy ezen az éjszakán megtartottál!

Felajánlom neked mai napom jócselekedeteit.

Add, hogy minden tettem szent akaratod szerint való legyen a te nagyobb dicsőségedre!

Őrizz meg a bűntől és minden bajtól!

Kegyelmed legyen mindig velem és szerettemmel!

Ámen.

Isten angyala, ki őrzöm vagy, kinek engem Isten kegyelme ajánlott: világosíts, őrizz, kormányozz és vezérelj engem! Ámen.

Mária, Keresztények Segítségé!

Könyörögj érettünk!

Uram!

Ahová tettél, ott szolgálak, ahol megsejtlek, megcsodállak.

Ahogyan tudlak, úgy követlek, ha megbotlom, nem csüggedek.

Amim van, azért magasztallak, amim nincs, azért nem zaklatlak.

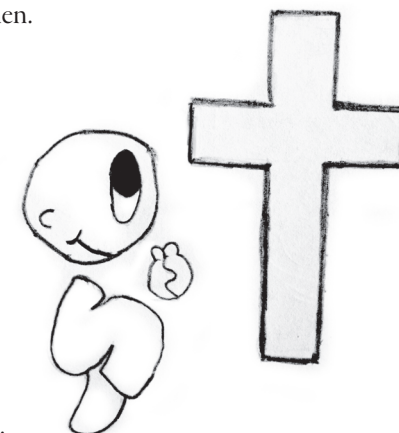
Ami a munkám, megcsinálom, a jót érte sose várom.

Ha nem sikerül, nem kesergek, és másnap mindent újra kezdek. Ámen.

7. Imádságok étkezés előtt

Édes Jézus, légy vendégünk, Áldd meg, amit adtál nekünk. Adjad, Uram, hogy jól essék, Jézus neve dicsérettessék. Ámen.

Te hívsz meg minket a lakomára Az együttlétért Tied a hála. Mert úgy szerettél emberré lettél, kenyeret adtál, velünk is ettél. Ámen.



Áldj meg minket Urunk és ezeket az adományokat,
amelyeket a Te bőkezűségedből magunkhoz veszünk,
Krisztus, a mi Urunk által. Ámen.

8. Imádságok étkezés után

Aki ételt, italt adott,
annak neve legyen áldott.
Mi jóllaktunk, hála Isten,
annak is adj, kinek nincsen. Ámen.

Hálát adunk néked, mindenható Úristen
minden jótéteményedért,
ki élsz és uralkodol mindörökkön örökké. Ámen

Dicsőség, hála, jó Atya, néked,
Kenyerünk Krisztus, erők a lélek. Ámen.

9. Esti himnusz

Immár a Nap leáldozott,
Teremtőnk, kérünk tégedet,
Légy kegyes és maradj velünk,
őrizzed, óvjad népedet.

A gonosz álmok fussanak
és minden éji képzelet.
A gonoszt űzze el kezéd,
Testünket hogy ne rontsa meg.

Álmodjék rólad a szívünk,
Álmunkban is te légy velünk.
Téged dicsérjen énekünk,
midőn új napra ébredünk.

Add meg, kegyelmes jó Atyánk,
és Egyszülötte, add nekünk.
És Szentlélek, vigasztalónk,
örök, felséges Istenünk. Ámen.



10. Kezed közé...

Kezed közé leteszem elmúlt napom, Istenem.
Minden munkám, örömöm, ami jó volt, köszönöm!
Ígérem, még jobb leszek.
Őrizd, Uram, gyermeked! Ámen.

11. Esti ima

Ó, édes Istenem!
Hálát mond a lelkem,
hogy egész napon át
úgy szeretted engem.
Bánom sok vétkeimet,
Szent Fiadnak vére
mossa meg kegyesen
szívemet fehérre!
Virrasszon felettem
gondviselő szemed!
Kérlek, óvd az éjjel
testemet, lelkemet!
Szűz Anyám és őrangyalom,
legyetek énvelem,
ha ti rám vigyáztok,
nyugodt lesz éjjelem. Ámen.

12. Esti imádság (M. G. Schneider)

Hálát adok az esti órán, hálát adok, hogy itt az éj.
Hálát adok, hogy szívem mélyén hála dala kél.

Hálát adok a csillagfényért, hálát a sűrű éjjelért.
Hálát adok, hogy nem vagy messze, most is küldesz fényt.

Hálát adok, hogy küldtél testvért társként, aki ma mellém állt.
Hálát adok, hogy megengedted azt is, ami fáj.

Hálát adok, hogy Tested táplál, hálát, hogy ma is szólt szavad.
Hálát adok, hogy lelkem biztos cél felé halad.

Hálát adok, hogy mellém álltál, hálát, hogy szép az otthonom.
Hálát, hogy munkát küldesz, s békén alhatom.

Hálát adok, a sok-sok jóért, hálát adok, hogy megbocsátsz.
Hálát adok, el nem hagytál, s újabb útra vársz.

Hálát adok, hogy szemed rajtam, hálát adok, hogy reményt adsz.
Hálát adok, biztos eljössz, mint a virradat!

13. Énekes esti ima

Látod, újra este van,
Hozzád száll most halk szavam, mindenségnek Istene,
Téged dicsér énekem.

Köszönöm ezt a napot, annyi szépet s jót hozott,
Köszönöm a napsütést, fényét szórta szerteszét.

Refr.: Kérlek, ó, jó Uram add meg, fényeddé váljak, jeled lehessenek.
Kérlek, Szentlelkedet küldd el,
Ő vezessen mindig, s végül Hozzád érkezzek!

Uram mindent köszönök, bánatot és örömet,
Legyen rajtam szent kezed, óvja-védje életem.
Szeretném, ha szeretnél, minden szavad érteném,
életemben követném, s végül Hozzád érkeznék.
Refr.

Látod, újra este van, Hozzád száll most halk szavam,
mindenségnek Istene, Téged dicsér énekem.

14. Erdő mellett...

Erdő mellett estvéledtem, subám fejem alá tettem.
Összetettem két kezemet, úgy kértem jó Istenemet!

Én Istenem, adjál szállást, már meguntam a járkálást.
A járkálást, a bujdosást, az idegen földön lakást.

Adjon Isten jó éjszakát, küldje hozzám szent angyalát,
bátorítsa szívünk álmát, adjon Isten jó éjszakát.

||.

IMÁDSÁGOK A SZENTÍRÁSBÓL

15. Az Úr imádsága

Mi Atyánk, aki a mennyekben vagy,
szenteltessék meg a te neved;
jöjjön el a te országod;
legyen meg a te akaratod,
amint a mennyben, úgy a földön is.
Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma;
és bocsásd meg vétkeinket,
miképpen mi is megbocsátunk
az ellenünk vétkezőknek;
és ne vígy minket kísértésbe,
de szabadíts meg a gonosztól!
Mert tiéd az ország, a hatalom és a dicsőség
mindörökké. Ámen.

16. Ároni áldás

Áldjon meg téged az Úr
És őrizzen meg téged!
Ragyogtassa rád arcát az Úr
És kegyelmezzon néked!
Fordítsa feléd arcát az Úr,
S adjon békét tenéked!



17. A Jó Pásztor (23. zsoltár)

Az Úr az én pásztorom, nem szenvedek hiányt,
zöldellő réteken legeltet.

A nyugalom vizéhez terel és felüdíti lelkemet.

Az igaz úton vezérel, nevéhez híven.

Ha sötét völgyben járok is,
nem félek a bajtól, hisz te velem vagy.
Botod, pásztorbotod biztonságot ad.

Számomra asztalt terítettél,
ellenségeimnek szeme láttára.
Fejemet megkentéd olajjal,
s a poharam színültig töltötted.

Kegyelmed és jóságod vezet
életemnek minden napján,
s az Úr házában lakhatom
örök időken át.



18. Nyolc boldogság (Mt 5,3-12)

1. „Boldogok a lélekben szegények, mert övék a mennyek országa.
2. Boldogok, akik szomorúak, mert majd megvigasztalják őket.
3. Boldogok a szelídek, mert övék lesz a föld.
4. Boldogok, akik éheznek és szomjazzák az igazságot, mert majd eltelvek vele.
5. Boldogok az irgalmasok, mert majd nekik is irgalmaznak.
6. Boldogok a tisztaszívűek, mert meglátják az Istent.
7. Boldogok a békességben élők, mert Isten fiainak hívják majd őket.
8. Boldogok, akik üldözést szenvednek az igazságért, mert övék a mennyek országa.”

III.

MÁRIA TISZTELETÉRE

19. Angyali üdvözlét

Üdvözlégy, Mária, kegyelemmel teljes!

Az Úr van teveled. Áldott vagy te az asszonyok között,
és áldott a te méhednek gyümölcse, Jézus.

Asszonyunk, Szűz Mária, Istennek szent anyja, imádkozzál érettünk, bűnösökért, most és halálunk óráján. Ámen.

20. Az Úr anyala

Az Úr anyala köszönté a Boldogságos Szűz Máriát, és ő méhébe fogadta Szentlélektől szent Fiát.

Üdvözlégy, Mária...

Íme az Úrnak szolgálóleánya, legyen nekem a te igéd szerint.

Üdvözlégy, Mária...

És az Igé testté lőn, és miköztünk lakozék.

Üdvözlégy, Mária...

Imádkozzál érettünk, Istennek szent Anyja, hogy méltók lehessünk Krisztus ígéreteire.

Könyörögjünk! Kérünk téged, Úristen, önts lelkünkbe szent kegyelmedet, hogy akik az angyali üzenet által szent Fiadnak, Jézus Krisztusnak megtestesülését megismertük, az ő kinszenvedése és keresztye által a feltámadás dicsőségébe vitessünk. Krisztus, a mi Urunk által. Ámen.

II.

III.

21. Oltalmazd alá futunk...

(legősbibb Mária-imádság)

Oltalmazd alá futunk, Istennek szent Anyja,
könyörgésünket meg ne vedd szükségünk idején, hanem oltal-
mazz meg minket minden veszedelemtől, mindenkor dicsőséges
és áldott Szűz! Asszonyunk, közbenjárónk és szószólónk, engesz-
teld meg értünk szent Fiadat, ajánlj minket szent Fiadnak, mutass
be minket szent Fiadnak! Ámen.

Most segíts meg Mária...

Most segíts meg Mária, ó irgalmas Szűzanya!

Keservét a bűnnek, bajnak eloszlatni van hatalmad.

Hol már ember nem segíthet, a Te erőd nem törik meg.

Hő imáit gyermekidnek nem, Te soha nem veted meg.

Hol a szükség kínja nagy, mutasd meg, hogy anyánk vagy.

Most segíts meg Mária, ó irgalmas Szűzanya! Ámen.

22. Rózsafüzér

Az örömdetes titkok

A bevezető három Üdvözlégyre:

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

A tizedekre:

1. ...akit te, Szent Szűz, 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 fájdalmas titkok

A bevezető három Üdvözlégyre:

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



A tizedekre:

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

A dicsőséges titkok

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,

A világosság titkai

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,

NEVES EMBEREK IMÁDSÁGAI

23. Aranyszájú Szent János fohásza

Mennyei Király, Vigasztaló,
 igazságnak Lelke,
 ki mindenütt jelen vagy
 és mindeneket betöltesz,
 minden jónak kútfeje és az életnek megadója,
 jöjj el és lakozzál mibennünk,
 és tisztíts meg minket minden szennytől,
 és üdvözítsd, Jóságos, a mi lelkünket!

24. Loyolai Szent Ignác: Önfelajánlás
(Teréz anya és társainak napi imádsága)

Fogadd el, Uram, szabadságomat,
 fogadd egészen,
 vedd értelmemet, akaratomat
 s emlékezésem.
 Mindazt, amim van, és ami vagyok,
 Te adtad ingyen:
 visszaadok, Uram, visszaadok
 egyszerre mindent.
 Legyen fölöttünk korlátlanul rendelkező
 csak egyet hagyj meg ajándékkodul:
 szeretnem téged.
 Csak a szeretet maradjon enyém
 a kegyelemmel,
 s minden, de minden
 gazdagság enyém,
 más semmi nem kell.

**25. Szent Imre herceg imája**

Úristen, te az egész világ gondviselője vagy.
 Te adsz erőt a gyöngye embernek, a te kezében van
 a fejedelmek lelke.
 Te hatalmasabb vagy minden földi királynál.
 Tégy velem tetszésed szerint!

26. Assisi Szent Ferenc imája

Uram, tégy engem a te békéd eszközévé,
 Ahol gyűlölet lakik, oda szeretetet vigyek;
 Ahol sértés, 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,
 Mint hogy vigaszt várjak.
 Inkább én törekedjek másokat megérteni,
 Mint hogy megértést óhajtsak.
 Inkább szeressek,
 Mint hogy szeretet igényeljek.
 Mert önmagunkat elfelejtve
 találjuk meg magunkat.
 Ha megbocsátunk,
 Akkor nyerünk bocsánatot.
 Ha meghalunk,
 Akkor ébredünk az örök életre.

27. Szent-Györgyi Albert imádsága

Uram! Engedd, hogy társaid legyünk az alkotásban.
Megértsük és megszépítsük a Te kezéd munkáját,
Hogy ez a mi földünk biztos otthona lehessen
Gazdagságnak, Szépségnek, Boldogságnak
és Békességnek.

28. Charles de Foucauld:

Az „önátadás imája”
Atyám, Reád bízom magam,
Tégy velem úgy, ahogy Neked tetszik,
Bármilyen is, megköszönöm.
Mindenre kész vagyok, mindent elfogadok.
Csak akaratod teljesüljön bennem
és minden teremtményedben,
más vágyam nincs is, Istenem,
szívem egész melegével,
mert szeretlek Téged,
és ez a szeretet készítet arra,
hogy teljesen Neked adjam magam,
mérték nélkül határtalan bizalommal
kezédbe helyezzem életem;
mert hiszen Te vagy az én Atyám!
Boldog Kalkuttai Teréz anya: Uram, akarod?

Uram, akarod a kezemet,
hogy ez a nap a rászoruló szegények
és betegek megsegítésével teljen?
Uram, neked adom ma a kezemet.

Uram, akarod a lábamat,
hogy a mai nap azok látogatásával teljen,
akiknek barátra van szükségük?
Uram, ma neked adom lábamat.

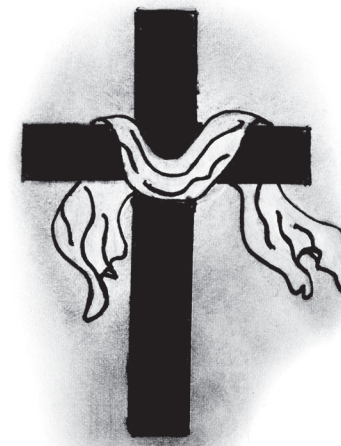
Uram, akarod ma a hangomat,

hogy a mai nap beszélgetéssel teljen azokkal,
akik a szeretet szavát szomjazzák?
Uram, neked adom ma a hangomat.

Uram, akarod a szívemet, hogy ez a nap
a magányosok szeretetével múljon el,
mert hiszen ők is emberek?
Uram, ma neked adom a szívemet.

29. Karl Rahner: Hiszek a Szentlélekben

Hiszem, hogy megszabadít előítéleteimtől
Hiszem, hogy megváltoztatja szokásaimat
Hiszem, hogy legyőzi közömbösségemet
Hiszem, hogy szeretettel tölti el lelkemet
Hiszem, hogy megállít a rossz előtt
Hiszem, hogy felbátorít a jóra
Hiszem, hogy legyőzi szomorúságomat
Hiszem, hogy szeretettel tölt el Isten igéje iránt
Hiszem, hogy elveszi kicsinyhitűségemet
Hiszem, hogy megerősít szenvedésemben
Hiszem, hogy áthatja egész lényemet



MÁS SZÉP IMÁDSÁGOK

30. Dicsőség...

Dicsőség az Atyának és a Fiúnak és a Szentléleknek,
miképpen kezdetben, most és mindörökkön örökké!

31. Isteni erények felindítása

Uram, Istenem hiszek tebenned, mert örökké igazságos vagy!
Uram, Istenem remélek tebenned, mert végtelenül hű és irgalmas vagy!
Uram, Istenem, mindennél jobban szeretlek Téged, mert végtelenül jó és szeretetreméltó vagy!
E Szent Hitben és Szeretetben erősíts meg Istenem! Ámen.

32. Papp-Váry Elemérné: Magyar Hiszekegy
(részlet)

Hiszek egy Istenben, hiszek egy hazában,
Hiszek egy isteni örök igazságban,
Hiszek Magyarország feltámadásában.

33. Köszönet a szülőkért

Áldott légy Istenem, köszönöm, neked aput és anyut.
Hálát adok neked az életért, melyet adtál nekem, és rájuk bízál.
Köszönöm szeretetüket, amely számomra örökké a Szeretet első mosolya marad. Ámen.

34. Halottakért

Adj, Uram örök nyugalmat nekik!
És az örök világosság fényskedjék nekik!
Nyugodjanak békében. Ámen

35. Add, Uram...

Add Uram, hogy lelkem szüntelenül Krisztus békéjének örvendezzen;
– hogy mindig nyugodtan és tiszta tekintettel nézhessek az emberek szemébe;
– hogy számból csak tiszta beszéd, bátorító szó hangozzék;
– hogy lépéseim biztosak, útjaim mindig egyenesek, határozottak legyenek;
– hogy kezemet mindig szívesen nyújtsam, ha adni, segíteni kell;
– hogy szívem kitaruljon, s az emberek szükségét megérezzem;
– hogy értelmem éber és friss legyen az igazság - csak az igazság - befogadására;
– hogy akaratom mindig afelé vezesse gondolataimat, szavaimat, tetteimet, ami fölemel!

36. Istenem, köszönöm...

Istenem, köszönöm a világ szépségét,
Ragyogásod megcsillanását!
Köszönöm, hogy hitet adtál nekünk,
mely megnyitja szívünket
királyságod számára.
Köszönöm, hogy hatalmas hittel
töltöttél be minket,
hogy megnyíljon szívünk és a kezünk,
És hogy végre megláthassunk
és megérinthessünk Téged,
és ezután beléphessünk Királyságodba! Ámen.

37. Fatimai ima

Istenem, hiszek benned, imádlak téged,
remélek benned, szeretlek téged.
Bocsánatot kérek tőled mindazokért,
akik nem hisznek benned, nem imádnak téged,
nem remélnek benned, nem szeretnek téged.

38. Ima testvérekért, rokonokért

Atyám, őrizd, óvjad a bajtól azokat, akiket különösen szeretek.
Úgy vigyázz rájuk, mint az én szívemre, amelyben nevüket hordozom. Véd meg őket minden bajtól, áldd meg törekvéseiket.
Bizalommal kérlek, Atyám, tarts távol szeretteimtől minden rosszat, és azon az úton vezesd őket, amely a te szeretetedbe vonja lelküket.

Ha szívüket bánat nyomja, tedd őket kitartóvá az irántad való bizalomban.

Tudjanak remélni segítő kegyelmedben. Engedd, hogy szép legyen életük: áldott a reggel, sikeres a munka, zavartalan az álom és békés a pihenés.

Találjanak életükben sok örömet, legfőképpen tebenned és szeretetedben. Élvezzék a földi boldogságot, amelyet tiszta lelkek számára juttatsz, hogy annál inkább vágyakozhassanak szeretettedben és boldogságodban élni.

39. Ókeresztény áldás

Az Úr legyen előtted, hogy az igaz útra vezessen Téged!

Az Úr legyen melletted, hogy karjaiba zárjon és oltalmazzon Téged!

Az Úr legyen mögötted, hogy megőrizzen Téged a gonoszok álnokságától!

Az Úr legyen alattad, hogy felfogjon, ha elesel, és kihúzzon Téged a csapdából!

Az Úr legyen benned, hogy megvigasztaljon Téged, ha szomorúság nehezedik a szívedre!

Az Úr legyen körülötted, hogy megvédjen Téged, ha ellenség ront Rád!

Az Úr legyen fölötted, hogy áldás szálljon Rád!

Így áldjon meg Téged a jóságos Isten!

40. Fülbe-Bogár

Kalkuttai Boldog Teréz: Az élet himnusza

Az élet az egyetlen esély, vedd komolyan!

Az élet szépség, csodáld meg!

Az élet boldogság, ízleld!

Az élet álom, tedd valósággá!

Az élet kihívás, fogadd el!

Az élet kötelesség, teljesítsd!

Az élet játék, játszd!

Az élet vagyon, használd fel!

Az élet szeretet, add át magad.

Az élet titok, fejtsd meg!

Az élet ígéret, teljesítsd!

Az élet szomorúság, győzd le!

Az élet dal, énekelj!

Az élet küzdelem, harcold meg!

Az élet kaland, vállald!

Az élet jutalom érdemeld ki!

Az élet élet - éljed!

41. Ferenc pápa tanácsai

Mondjunk egy imát minden ujjunkra:

A hüvelykujjad van hozzád legközelebb. Ezért imádat azokért kezdjed akik legközelebb vannak hozzád. Azok a személyek ezek, akiket a legkönnyebb megjegyezni. Szeretteinkért imádkozni „édes kötelesség”.

Következő ujjad a mutatóujj. Imádkozz azokért, akik utat mutatnak, tanítanak és gyógyítanak. Ide tartoznak tanáraid, mestereid, orvosaid, papjaid és szerzeteseid. Nekik támogatásra és bölcsességre van szükségük, hogy másoknak utat tudjanak mutatni. Legyenek mindig jelen imáidban.

Következő ujjad a középső, amely a legmagasabb. Ez vezetőinkre emlékeztet. Imádkozz országod elnökéért, a kongresszusi tagokért, a vállalatvezetőkért és igazgatókért. Ezek az emberek

irányítják hazád sorsát és alakítják a közgondolkodást. Szükségük van Isten vezetésére.

A negyedik ujjad a gyűrűsujj. Bár sokan nem tudják, de ez a leggyengébb ujjunk, bármelyik zongoratanár megmondja neked. A leggyengébbekre emlékeztet akiknek sok bajuk van, akiket levert a betegség. Szükségük van imáidra éjjel és nappal. Soha nem tudsz eleget imádkozni értük. Gyűrűsujjad hív, hogy imádkozz a házaspárokért is.

Utoljára marad a kisujjad, legkisebb az összes ujj közül, így kell látnunk magunkat Isten és ember előtt. Azt mondja a Biblia: „az utolsóból lesznek az elsők”. Kisujjad arra emlékeztessen, hogy imádkozz magadért. Miután imádkoztál az előző négy csoportért, akkor már megfelelő perspektívából látod saját szükségleteidet és jobban tudsz imádkozni a tiedért.

Így talán nem feledkezünk meg senkiről, Köszönjük Szentatyánk!

...és ha az ujjaink elfogytak, mondunk egy fohászt esetleges ellenfeleinkért is.

42. Avilai Szent Teréz

Hozzon a mai nap belső békét számodra.

Bízz Istenben annyira, hogy tudd, pontosan ott vagy, ahol lenned kell.

Ne felejtse el a végtelen lehetőségeket, amelyek a hitből erednek.

Használd az adottságokat, amelyeket kaptál, és add tovább a szeretetet, amely megadatott számodra.

Légy elégedett abban a tudatban, hogy az Isten gyermeke vagy.

Legyen ez a tudat „teljesen a tiéd”, és adja meg lelkednek a dal a tánc, a hála és a szeretet szabadságát.

Ez mindannyiunké!

43. Howard Arnold Walter

Igaz leszek, mert vannak, akik bíznak bennem;

Tiszta leszek, mert vannak, akik törődnek velem;

Erős leszek, mert olyan sok a szenvedés;

Merész leszek, mert annak kell lennem;

Barátja leszek mindenkinek - ellenségnek, társtalannak;

Ajándékozom, s elfeledem az ajándékot;

Alázatos leszek, mert ismerem a gyengéimet;

Felnézek, és nevetek, és szeretek, és magasba emelek.

44. Ima az őrangyalhoz

Őrangyalom, szívből kérlek,

légy vezérem, amíg élek.

Ments meg engem bűntől, bajtól,

ne hagyj el a halálomkor.

Mindig jóra figyelmeztess,

úgy vezess a jó Istenhez.



VI. SZENTGYÓNÁS

Ezeket gyónás előtt kell megtenned:

1. Rövid ima, hogy minden fontos rosszaságod eszedbe jusson
2. Lelkiismeret vizsgálata, bűneid átgondolása, bűnbánat (lelkitükör segíteni fog)
3. Átgondolod a szentgyónás menetét

Gyóntatószékben

4. Köszönsz: „Dicsértessék a Jézus Krisztus!”
P: „Mindörökké. Ámen”
5. Letérsz, keresztet vetsz:
„Az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében. Ámen.”
6. „Gyónom a mindenható Istennek és Isten helyett neked lelki atyám, hogy utolsó gyónásom óta ezeket a bűnöket követtem el. Utoljára gyóntam...”
ez után következik bűneid bevallása

Ha végeztél:

7. „Lelki atyám, többre nem emlékszem, kérek elégtételt és feloldozást”
8. Rövid beszélgetés, figyelj, fontos dolgokat fogsz majd megtudni.
Ekkor fogod megkapni az elégtételt (penitenciát)
9. Elégtétel után mondod:
„Teljes szívemből bánom minden bűnömet, mert azokkal a jó Istent megbántottam. Erősen fogadom, hogy Isten segítségével a jóra törekszem és a bűnt, valamint a bűnre vezető alkalmat kerülöm.”

Vagy: „Istenem, szeretlek téged, és ezért teljes szívemből bánom, hogy bűneimmel megbántottalak. Kérlek, bocsáss meg nekem. Ígérem, hogy ezentúl a jóra törekszem, és a bűnt kerülöm.”

10. Az atya feloldoz „...én feloldozlak téged az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében” te némán keresztet vetsz és felelsz: „Ámen”
11. Válaszolsz a pap szavaira.
P: Magasztaljuk Istent, mert jóságos hozzánk.
– Mert örökké szeret minket
P: Bűneid megbocsátattak, menj békével.
– Istennek legyen hála!
12. Köszönsz és kilépsz a gyóntatószékből
(Dicsértessék a Jézus Krisztus)
P: „Mindörökké. Ámen”
13. Gyóntatószéken kívül, gyónás után
Hálaadás, megköszönöd Istennek, hogy megbocsátott
Elvégzed az elégtételt

Lelkitükör

Lelkitükör a leggyakoribb „gyerekbűnök” szerint

1. Nem imádkoztam (reggel, este). Hanyagul imádkoztam. Nem tanultam hittant.
2. Káromkodtam. Szent dologgal tréfálkoztam.
3. Szentmisét mulasztottam, elkéstem. Templomban rossz voltam.
4. Szüleimet megszorítottam. Nem engedelmeskedtem. Nem segítettem. Feleltem.
5. Veszekedtem. Csúfolódtam. Verekedtem. Haragot tartottam. Más bűnre rábeszéltem. Egészségemre nem vigyáztam. Nem tartottam be a közlekedési szabályokat.
6. Szemérmetlenül beszéltem. Szemérmetlenül játszottam.
7. Leckémet nem tanultam meg. Loptam. Kárt okoztam. Holmimra nem vigyáztam. Kötelességemet elmulasztottam.
8. Hazudtam. Árulkodtam. Másra rosszat mondtam. Titkot elárultam.

9. Önző voltam. Elégedetlen voltam. Irigy voltam.
10. Nem törekedtem hibáimat kijavítani.

Lelkitükör a leggyakoribb bűnök alapján

Mikor voltál utoljára gyónni?

Ha vétkeztél: Mennyire szándékosan? Hányszor tetted?

nem imádkoztam rendszeresen, hiszek a babonában, szentmisét elmulasztottam, káromkodtam, csúnyán beszéltem, szemtelenül viselkedtem otthon vagy iskolában, visszabeszéltem a szüleimnek, nevelőimnek, nem figyeltem a hetesre, ígéreteimet nem tartottam be, kicsúfoltam az idősebbeket, gyengébbeket, feleslegesen kockáztattam egészségemet, verekedtem, veszekedtem, cigizem, alkoholt ittam, állatokat kínoztam, „csúnya” képeket nézegettem és mutogattam, „csúnya” vicceket meséltem, pornót néztem, hazudtam, árulkodtam osztálytársaimra és testvéremre, valakiről pletykákat terjesztettem, kárörvendő voltam, loptam, nem vigyáztam a mások tulajdonára, szemeteltem, irigykedtem másokra (osztályzat, drága ruha, szép felszerelés, játékok, megértő szülők ...), puskáztam, hanyagul végeztem el feladataimat (lecke, házi munka,) gögös voltam, haragtartó voltam, nem bocsátottam meg valakinek, segítettem valakit a rosszaságban ...és mi jut még eszembe...?

Lelkitükör a nyolc boldogság alapján („haladóknak”)

Boldogok a lélekben szegények, mert övék a mennyek országa.

Túlzott aggódás a pénzért, anyagiakért, aggódás a látszatért, hírnév miatt, kényelemszeretet, önzés, irigység.

Boldogok, akik szomorúak, mert majd megvigasztalják őket.

sok elmulasztott alkalom, amikor másnak segítségére lehettünk volna.

Boldogok a szelídek, mert övék lesz a föld.

sértő, durva szavak, érzéketlenség, bántó kritizálás, kárörvendés, megszólás, rágalmazás

Boldogok, akik éheznek és szomjazzák az igazságot, mert majd eltelnek vele.

szentmise, ima mulasztása, vallásos önképzés hanyagolása, nevelés elutasítása

Boldogok az irgalmasok, mert majd nekik is irgalmaznak.

többre tartjuk magunkat másoknál, másokat szeretetlenül elítélünk.

Boldogok a tiszta szívűek, mert ők meglátják az Istent.

hazugság, az igazság elhallgatása, paráznság

Boldogok a békességben élők, mert Isten fiainak hívják majd őket.

veszekedés, dac, makacsság, összeférhetetlenség

Boldogok, akik üldözést szenvednek az igazságért, mert övék a mennyek országa.

szégyenkezés a vallás miatt, harag, ellenségeskedés azzal, aki kicsit más, mint én

Lelkitükör a Tízparancsolat alapján

1. Isten az én teremtményem, a mennyek Atyám

Szeretem-e őt és szívesen beszélgetek-e vele? Töreksem-e őt egyre jobban megismerni, tanulom-e a hittant? Figyelek-e Jézus szavára a szentmisén? Szoktam-e rendszeresen imádkozni? Nem szolgálom-e a gonosz léleknek azzal, hogy babonában, horoszkópban, UFO-ban, szellemidézésben stb hiszek? Beszéltem-e hitem ellen?

2. Istenről tisztelettel és szeretettel beszélünk!

Így teszek-e? szoktam-e káromkodni, Istent és a szent dolgokat gyalázni? Szoktam-e szent dolgokból gúnyt űzni?

3. Az Úr napját szenteld meg!

Megyek-e vasárnap szentmisére? Hogyan veszek részt rajta? Mivel töltöm a vasárnapot? (nem hagyom ekkorra a tanulást?) Nem töltöm-e üres időtöltéssel a napot? (lustálkodás, naphosszat tévélés...)

4. Szeresd, tiszteld szüleidet, nevelőidet!

Engedelmeskedek? Segítek, ha szükség van rá? Igyekszem örömet szerezni? Beszélgetek velük? Szomorítottam-e őket? Hogyan beszélek róluk mások előtt? Imádkozom értük?

5. Védj az életet!

Vigyáztam-e egészségemre? Veszélyeztettem-e életemet könnyelműségből vagy vagányságból? (közlekedési szabályok, virtuskodás...) Veszélyeztettem-e lelki életemet? (rossz filmek, rosszba vivő barátok, bűnalkalmak...) Segítettem-e másokon, bajbajutottakon? Milyen vagyok társaimhoz? Kiközösítettem-e mást, csúfoltam, kínoztam, vertem-e mást? Tanítottam-e mást bűnre?

6. Légy szemérmes!

Isten akarata szerint tisztán élek? Nézttem-e, mondtam-e, tettem-e szemérmetlen dolgot? Ábrándoztam-e ilyesmin? Nem beszélek-e „disznó módra”?

7. Légy becsületes, vigyáz mások értékeire!

Becsületesen dolgozol, tanulsz? Megbecsülöd magad és mások tulajdonát? Vigyázol a magad és mások holmijára? Vigyázol a köztulajdonra? Óvod a környezetedet? Loptál? (ha igen: mit, mennyit, hányszor?) Nem vagy lusta, lógós? Szoktál csalni a leckével, dolgozattal? (másolsz?) Adsz-e másoknak?

8. Beszélj szeretettel mindenkiről!

Pletykás vagy-e? Megszóltál, rágalmaztál másokat? Őszinte voltál-e? Tudtál bocsánatot kérni? Tudtál titkot tartani? (persze nem bűnt)

9. Légy hűséges!

Azon vagy, hogy szülei szeressék egymást? Szíttottál-e veszekedést, széthúzást közöttük? Kihasználod-e szüleidet egymás ellen, ha úgy kívánja az érdeked?

10. Elégedj meg a sajátoddal!

Önzetlen vagy-e? Megelégszel-e azzal, ami van? „Nyúzkod” új dolgokért a szüleidet? Torkos vagy-e? Irigy vagy-e? (más értékei, tulajdonságai, sikerei, dolgai...) Gógós vagy, lenézek másokat?

Megvetsz embereket szegénységük, származásuk, testi hiányosságuk miatt?

...és mi az, ami még bántja a lelkiismeretedet?

Karácsonyi lelkitükör

Mária

Az Úr szolgálólánya. Szeretettel adott életet szent Fiának, és világra szülte az Élet Urát

És én?

Figyeltem-e Isten akaratát? Engedelmes volta-e Isten iránt?

Nem voltam-e gógós Istennel, embertársaimmal szemben? Bivalommal voltam-e Isten iránt?

Védtem-e a magam és a mások életét, egészségét? Nem voltam-e erőszakos, nem kényszerítettem-e rá másokra az én akaratomat?

Lenéztem, megvettem másokat? Tartottam-e haragot? Forraltam-e bosszút mások ellen, nem voltam-e figyelmetlen, durva másokkal? Veszekedtem, verekedtem-e? Tápláltam-e magamban erőszakot horrorfilmek nézésével vagy más módon? Kerültem-e a káros szenvedélyeket (cigaretta, ital, narkó)? Kockáztattam-e vakmerően magam és mások életét? Igyekeztem-e betartani a közlekedési szabályokat?

József

A szent család gondviselője. Tiszta szívvel, áldozatkész szeretettel, hűségével, felelős munkájával Jézus és Mária támasza.

És én?

Megtettem-e mindent családom békéjéért, egységéért? Nem voltam-e tiszteletlen szüleimmel, családtagjaimmal? Lehetett számtani a segítségemre a családban? Becsaptam szüleimet? Hallgattam a szavukra? Törekedtem-e bocsánatot kérni, ha kellett? Tudtam-e nekik megbocsátani? Imádkoztam-e szüleimért, testvéreimért, Kerestem-e testvéreim javát, nem voltam-e önző? Tudtam-e áldozatot hozni másokért? Szorgalmasan végeztem-e feladataimat (tanulás, munka)? Loptam, csaltam? Vigyáztam-e

mások dolgára, vigyáztam-e a közös értékekre? Nem voltam-e követelőző, irigy, torkos, telhetetlen? Paráználkodtam-e magammal vagy mással? Gondolkodtam-e, beszéltem-e, néztem-e szemérmetlenül, hallgattam-e szándékosan szemérmetlen beszédet?

Bölcsek

Isten igaz imádói. Értelmetlennek találják az életüket, ha nem találják meg Isten küldöttjét. Hosszú útjukkal az Istent kereső ember példaképei.

És én?

Törekedtem-e hitem elmélyítésére? Kerestem-e választ hittel kapcsolatos kérdéseimre? Nem voltam-e babonás? Komolyan vettem-e a hitoktatáson való részvételemet? Nem szégyelltem-e Istent és a hitemet mások előtt? Rendszeresen és figyelmesen imádkozom-e? Szívesen veszek részt szentmisén? Áldoztam-e készületlenül, vagy súlyos bűnnel a szívemben? Tartózkodtam-e indok nélkül a szentáldozástól? Töreksem-e arra, hogy a többiekkel együtt imádkozzak, énekeljek? Hallgattam-e mindig a lelkiismeretem szavára? Igyekeztem-e kitartó lenni a jóban? (barátság, segítség, ima, figyelem, fegyelem...)

Pásztorok

Az egyszerű hétköznapi emberek. Nehézségek, viszontagságok között élnek. Szegények, és mégis van adnivalójuk. A szívük nyitott minden rászoruló iránt. Szállással és élelemmel segítik a Szent Családot.

És én?

Vádaskodtam, zúgolódtam-e Isten ellen, ha valami nehézségem volt? Káromoltam-e Isten nevét tudatosan, vagy akár fölindulásból? Használtam-e trágár, indulatos szavakat? Rágalmaztam-e, megszólaltam-e másokat? Nehéz helyzetben is az igazat mondtam? Hiszekény vagyok, szédíthető? Próbálok utánajárni a dolgoknak? Voltam durva, tapintatlan? Segítettem-e a rászorulókon, ha tudtam? Nyújtottam-e eligazítást, gondoskodást, jótanácsot másoknak, ha tehettem?

Terheli-e más bűn a lelkiismeretedet?

Te is állj meg tiszta szívvel az Úr Jézus betlehemi jászolánál! Ámen.

VII. KERESZTÚT

1. állomás: Pilátus halálra ítéli Jézust

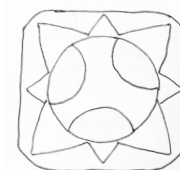
- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

2. állomás: Jézus vállalja a keresztet

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

3. állomás: Jézus először esik el a kereszttel

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!



4. állomás: Jézus szent Anyjával találkozik

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

5. állomás: Cirenei Simon segít Jézusnak a keresztet hordozni

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

6. állomás: Veronika kendőt nyújt Jézusnak

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

7. állomás: Jézus másodszor esik el a kereszttel

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

8. állomás: Jézus vigasztalja a siránkozó asszonyokat

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

9. állomás: Jézus harmadszor esik el a kereszttel

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

10. állomás: Jézust megfosztják ruháitól

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

11. állomás: Jézust a keresztre szegezik

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

12. állomás: Jézus meghal a kereszten

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

13. állomás: Jézus testét leveszik a keresztről és fájdalmas anyja ölébe fektetik

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!

14. állomás: Jézus holttestét sírba teszik

- Imádunk téged Krisztus, és áldunk téged!
- Mert szent kereszted által megváltottad a világot.
- Elmélkedés
- Miatyánk
- Üdvözlégy
- Könyörülj rajtunk, Uram!
- Könyörülj rajtunk!



AZ IMAKÖNYV RAJZAIT KÉSZÍTTETTÉK

TARTALOMJEGYZÉK

I.	A NAP MEGSZENTELÉSE.....	4
1.	Szívem első gondolata.....	4
2.	Szívből kérlek Istenem.....	4
3.	Szeretnék rád hasonlítani.....	5
4.	Reggeli hálaadás (M. G.Schneider).....	5
5.	XXIII: János pápa reggeli imája.....	6
6.	Reggeli ima.....	6
7.	Imádságok étkezés előtt.....	7
8.	Imádságok étkezés után.....	8
9.	Esti himnusz.....	8
10.	Kezed közé.....	9
11.	Esti ima.....	9
12.	Esti imádság (M. G. Schneider).....	9
13.	Énekes esti ima.....	10
14.	Erdő mellett.....	10
II.	IMÁDSÁGOK A SZENTÍRÁSBÓL.....	11
15.	Az Úr imádsága.....	11
16.	Ároni áldás.....	11
17.	A Jó Pásztor (23. zsoltár).....	12
18.	Nyolc boldogság (Mt 5,3-12).....	12

III. MÁRIA TISZTELETÉRE.....	13
19. Angyali üdvözlét.....	13
20. Az Úr anyala.....	13
21. Oltalmad alá futunk.....	14
22. Rózsafüzér.....	14
IV. NEVES EMBEREK IMÁDSÁGAI.....	16
23. Aranyszájú Szent János fohásza.....	16
24. Loyolai Szent Ignác: Önfelajánlás.....	16
25. Szent Imre herceg imája.....	17
26. Assisi Szent Ferenc imája.....	17
27. Szent-Györgyi Albert imádsága.....	18
28. Charles de Foucauld:.....	18
29. Karl Rahner: Hiszek a Szentlélekben.....	19
V. MÁS SZÉP IMÁDSÁGOK.....	20
30. Dicsőség.....	20
31. Isteni erények felindítása.....	20
32. Papp-Váry Elemérné: Magyar Hiszekegy.....	20
33. Köszönet a szülőkért.....	20
34. Halottakért.....	20
35. Add, Uram.....	21
36. Istenem, köszönöm.....	21
37. Fatimai ima.....	21
38. Ima testvérekért, rokonokért.....	22

39. Ókeresztény áldás.....	22
40. Fülbe-Bogár.....	23
41. Ferenc pápa tanácsai.....	23
42. Avilai Szent Teréz.....	24
43. Howard Arnold Walter.....	24
44. Ima az őrangyalhoz.....	25
VI. SZENTGYÓNÁS.....	26
VII. KERESZTÚT.....	33

