

# Lectio Divina segédanyag

Szentmise **evangéliumi** szakaszaihoz  
LELKIPÁSZTOROK - HITOKTATÓK - VILÁGIAK számára

## Szerkesztési munka végrehajtói:

### *Biblikus nézőpont:*

Asztalos Gábor, Geizselhardt Sára,  
Nyúl Viktor,

### *Liturgikus nézőpont*

Mohay Réka

### *Egyházatyák és szentek gondolatai*

Görföl Tibor, Haász Rebeka Anna,  
Rácz Dávid,

### *Pedagógiai nézőpont:*

Csonka Laura

### *Szemlélődési nézőpont*

Mohay Réka,

### *Szerkesztő*

Rácz Édua Anna

### *Tanítóhivatali nézőpont*

Járai Ferenc,  
Szabóné Nagy Katalin

### *Zenei nézőpont*

Csonka Laura, Harag Márton,

## Lektori szolgálatot teljesítettetek:

### *Biblikus nézőpont:*

Kocsis Imre, Nyúl Viktor,

### *Liturgikus nézőpont*

Nyúl Viktor

### *Nyelvi helyesség*

Nagy Éva Anna,

### *Patrisztikus nézőpont*

Görföl Tibor

### *Pedagógiai nézőpont:*

Nyúl Viktor

### *Szemlélődési nézőpont*

Nyúl Viktor

### *Tanító hivatali nézőpont*

Nyúl Viktor

### *Zenei nézőpont*

Csiszér László

# Krisztus Szent Teste és Vére

## Jn 6,51-58

+ EVANGÉLIUM Szent János könyvéből

*Az én testem valóban étel, az én vérem valóban ital.*

Abban az időben így beszélt Jézus a zsidó tömeghez:

„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.”

Vita támadt erre a zsidók között: „Hogyan adhatja ez testét eledelül nekünk?” Jézus így felelt nekik: „Bizony, bizony, mondom nektek: Ha nem eszitek az Emberfia testét, és nem isszátok az ő véré, nem lesz élet bennetek. Aki eszi az én testemet, és issza az én véremet, annak örök élete van, és én feltámasztom őt az utolsó napon. Mert az én testem valóban étel, és az én vérem valóban ital. Aki eszi az én testemet, és issza az én véremet, az bennem marad, és én őbenne. Amint engem az élő Atya küldött, és én az Atya által élek, úgy az is, aki engem eszik, énáltalam él. Ez az égből alászállott kenyér! Nem az, amelyet atyáitok ettek és meghaltak! Aki ezt a kenyeret eszi, örökké él!” Így tanított Jézus a kafarnaumi zsinagógában.

Ezek az evangélium igéi.

# 1. Lectio – olvasás

## 1.1. Biblikus vonal

### 1.1.1. Görög szöveg szó szerinti fordítása

51 ἐγὼ εἶμι ὁ ἄρτος ὁ ζῶν ὁ ἐκ τοῦ οὐρανοῦ καταβάς· ἐάν τις φάγη ἐκ τούτου τοῦ ἄρτου ζήσῃ εἰς τὸν αἰῶνα, καὶ ὁ ἄρτος δὲ ὃν ἐγὼ δώσω ἡ σὰρξ μου ἐστὶν ὑπὲρ τῆς τοῦ κόσμου ζωῆς.

Én vagyok az élő kenyér, az égből alászállott: ha valaki eszik ebből a kenyérből, élni fog örökre, és a kenyér pedig, amit adni fogok az én testem a világ életéért.

52 Ἐμάχοντο οὖν πρὸς ἀλλήλους οἱ Ἰουδαῖοι λέγοντες· Πῶς δύναται οὗτος ἡμῖν δοῦναι τὴν σάρκα {αὐτοῦ} φαγεῖν;

Vitatkoztak tehát egymással a zsidók mondva: „Hogyan tudja ez nekünk adni az ő testét eledelül?”

53 εἶπεν οὖν αὐτοῖς ὁ Ἰησοῦς· Ἀμὴν ἀμὴν λέγω ὑμῖν, ἐὰν μὴ φάγητε τὴν σάρκα τοῦ υἱοῦ τοῦ ἀνθρώπου καὶ πίητε αὐτοῦ τὸ αἷμα, οὐκ ἔχετε ζωὴν ἐν ἑαυτοῖς.

Mondta tehát nekik Jézus: „Bizony, bizony mondom nektek, ha nem eszitek az Emberfiának a testét, és nem isszátok az ő vérét, nem birtokoltok életet magatokban (nem lesz élet nektek magatokban).

54 ὁ τρώγων μου τὴν σάρκα καὶ πίνων μου τὸ αἷμα ἔχει ζωὴν αἰώνιον, κἀγὼ ἀναστήσω αὐτὸν τῇ ἐσχάτῃ ἡμέρᾳ.

Aki eszi az én testemet, és issza az én véretem, annak örök élete van, és én fel fogom támasztani őt az utolsó napon.

55 ἢ γὰρ σὰρξ μου ἀληθὴς ἐστὶν βρῶσις, καὶ τὸ αἷμά μου ἀληθὴς ἐστὶν πόσις.

Ugyanis az én testem valóságosan étel, és az én vérem valóságosan ital.

56 ὁ τρώγων μου τὴν σάρκα καὶ πίνων μου τὸ αἷμα ἐν ἐμοὶ μένει κἀγὼ ἐν αὐτῷ.

Aki eszi az én testemet, és issza az én véretem, bennem marad, és én őbenne.

57 καθὼς ἀπέστειλέν με ὁ ζῶν πατὴρ κἀγὼ ζῶ διὰ τὸν πατέρα, καὶ ὁ τρώγων με κἀκεῖνος ζήσῃ δι' ἐμέ.

Ahogy az élő Atya elküldött engemet, és én az Atya által élek, aki engemet eszik, az is általam fog élni.

58 οὗτός ἐστιν ὁ ἄρτος ὁ ἐξ οὐρανοῦ καταβάς, οὐ καθὼς ἔφαγον οἱ πατέρες καὶ ἀπέθανον· ὁ τρώγων τοῦτον τὸν ἄρτον ζήσῃ εἰς τὸν αἰῶνα.

Ez a kenyér, az égből alászállott, nem ahogyan az atyák ettek, és meghaltak: aki ezt a kenyeret eszi, élni fog örökre.”

59 Ταῦτα εἶπεν ἐν συναγωγῇ διδάσκων ἐν Καφαρναούμ.

Ezeket mondta a zsinagógában tanítva Kafarnaumban.

## 1.1.2. Legfontosabb magyar fordítások

Nova Vulgata	Szent István Társulati Biblia	Jeromos fordítás	Békés-Dalos Újszövetségi Szentírás	Károli Gáspár revideált fordítása	Simon Tamás László O.S.B. Újszövetség-fordítása
<p><sup>51</sup> Ego sum panis vivus, qui de caelo descendit. Si quis manducaverit ex hoc pane, vivet in aeternum; panis autem, quem ego dabo, caro mea est pro mundi vita ”.</p> <p><sup>52</sup> Litigabant ergo Iudaei ad invicem dicentes: “Quomodo potest hic nobis carnem suam dare ad manducandum? ”.</p> <p><sup>53</sup> Dixit ergo eis Iesus: “ Amen, amen dico vobis: Nisi manducaveritis carnem Filii hominis et biberitis eius sanguinem, non habetis vitam in vobismetipsis.</p> <p><sup>54</sup> Qui manducat meam carnem et bibit meum sanguinem, habet vitam aeternam; et ego resuscitabo eum in novissimo die.</p> <p><sup>55</sup> Caro enim mea verus est cibus, et sanguis meus verus est potus.</p> <p><sup>56</sup> Qui manducat meam carnem et bibit meum</p>	<p><sup>51</sup>Én vagyok a mennyből alászállott élő kenyér. Aki e kenyérből eszik, örökké él. A kenyér, amelyet adok, a testem a világ életéért.”</p> <p><sup>52</sup>Erre vita támadt a zsidók közt: „Hogy adhatja ez a testét eledelül?”</p> <p><sup>53</sup>Jézus ezt mondta rá: „Bizony, bizony, mondom nektek: Ha nem eszitek az Emberfia testét és nem isszátok a vérét, nem lesz élet bennetek.</p> <p><sup>54</sup>De aki eszi az én testemet, és issza az én véretem, annak örök élete van, s feltámasztom az utolsó napon.</p> <p><sup>55</sup>A testem ugyanis valóságos étel, s a vérem valóságos ital.</p>	<p><sup>51</sup>Én vagyok az élő kenyér, amely a mennyből szállt alá. Ha valaki ebből a kenyérből eszik, örökké él. A kenyér pedig, amelyet majd én adok, az én testem a világ életéért.«</p> <p><sup>52</sup>Vitatkozni kezdtek erre a zsidók egymás közt, és ezt kérdezték: »Hogyan adhatja ez testét eledelül nekünk?«</p> <p><sup>53</sup>Jézus azt felelte nekik: »Bizony, bizony mondom nektek: Ha nem eszitek az Emberfia testét, és nem isszátok az ő vérét, nem lesz élet tibenetek.</p> <p><sup>54</sup>Aki eszi az én testemet, és issza az én véretem, annak örök élete van, és én feltámasztom őt az utolsó napon.</p> <p><sup>55</sup>Mert az én testem valóságos étel, és az én vérem valóságos ital.</p> <p><sup>56</sup>Aki eszi az én testemet, és issza az én véretem, az</p>	<p><sup>51</sup>Én vagyok a mennyből alászállott élő kenyér. Aki e kenyérből eszik, örökké él. A kenyér, melyet adni fogok, az én testem a világ életéért.”</p> <p><sup>52</sup>Vita támadt erre a zsidók közt: „Hogyan adhatja ez testét eledelül nekünk?” – mondták.</p> <p><sup>53</sup>Jézus megerősítette: „Bizony, bizony mondom nektek: ha nem eszitek az Emberfia testét és nem isszátok az ő vérét, nem lesz élet bennetek.</p> <p><sup>54</sup>Aki eszi az én testemet és issza az én véretem, annak örök élete van és én föltámasztom az utolsó napon.</p> <p><sup>55</sup>Az én testem az valóban étel s az én vérem valóban ital.</p> <p><sup>56</sup>Aki eszi az én testemet és issza az én véretem,</p>	<p><sup>51</sup>Én vagyok amaz élő kenyér, a mely a mennyből szállott alá; ha valaki eszik e kenyérből, él örökké. És az a kenyér pedig, a melyet én adok, az én testem, a melyet én adok a világ életéért.</p> <p><sup>52</sup>Tusakodának azért a zsidók egymás között, mondván: Mimódon adhatja ez nekünk a testét, hogy azt együk?</p> <p><sup>53</sup>Monda azért nekik Jézus: Bizony, bizony mondom nektek: Ha nem eszitek az ember Fiának testét és nem isszátok az ő vérét, nincs élet bennetek.</p> <p><sup>54</sup>Aki eszi az én testemet és issza az én véretem, örök élete van annak, és én feltámasztom azt az utolsó napon.</p> <p><sup>55</sup>Mert az én testem bizony étel és az én vérem bizony ital.</p> <p><sup>56</sup>A ki eszi az én testemet és issza az én véretem, az én bennem lakozik és én is abban.</p>	<p><sup>51</sup> Én vagyok az az életet adó kenyér, amelyik a mennyből szállt le. Ha valaki ebből a kenyérből eszik, élni fog örökké. Sőt a kenyér, amelyet majd én adok, az én testem a világ életéért.</p> <p><sup>52</sup> A zsidók erre vitatkozni kezdtek egymás közt, és ezt kérdezték: - Hogyan adhatja ez nekünk a testét eledelül?</p> <p><sup>53</sup> Jézus így szólt hozzájuk: - Bizony, bizony, mondom nektek, ha nem eszitek az Emberfia testét, és nem isszátok a vérét, akkor az élet nincs bennetek.</p> <p><sup>54</sup> Aki eszi az én testemet, és issza az én véretem, annak örök élete van, és én feltámasztom őt az utolsó napon.</p> <p><sup>55</sup> Ugyanis az én testem valóban étel, és az én vérem valóban ital.</p>

<p>sanguinem, in me manet, et ego in illo.  <sup>57</sup> Sicut misit me vivens Pater, et ego vivo propter Patrem; et, qui manducat me, et ipse vivet propter me.  <sup>58</sup> Hic est panis, qui de caelo descendit, non sicut manducaverunt patres et mortui sunt; qui manducat hunc panem, vivet in aeternum”.</p>	<p><sup>56</sup>Aki eszi az én testemet és issza az én véretem, az bennem marad, én meg benne.  <sup>57</sup>Engem az élő Atya küldött, s általa élek. Így az is élni fog általam, aki engem eszik.  <sup>58</sup>Ez a mennyből alászállott kenyér nem olyan, mint az, amelyet atyáitok ettek és meghaltak. Aki ezt a kenyeret eszi, az örökké él.”</p>	<p>bennem marad, és én őbenne.  <sup>57</sup>Amint engem küldött az élő Atya, és én az Atya által élek, úgy aki engem eszik, az is általam él.  <sup>58</sup>Ez az a kenyér, amely a mennyből szállt alá. Nem olyan, mint amit az atyák ettek és meghaltak; aki ezt a kenyeret eszi, örökké élni fog.«<sup>5</sup></p>	<p>bennem marad, és én őbenne.  <sup>57</sup>Amint engem küldött az élő Atya és én az Atya által élek, úgy aki engem eszik, én általam él.  <sup>58</sup>Itt a mennyből alászállott kenyér, ez nem olyan, mint a (manna), melyet atyáitok ettek és mégis meghaltak. Aki ezt a kenyeret eszi, örökké él.”</p>	<p><sup>57</sup>A miként elküldött engem amaz élő Atya, és én az Atya által élek: akként az is, a ki engem eszik, él én általam.  <sup>58</sup>Ez az a kenyér, a mely a mennyből szállott alá; nem úgy, a mint a ti atyáitok evék a mannat és meghalának: a ki ezt a kenyeret eszi, él örökké.</p>	<p><sup>56</sup> Aki eszi az én testemet, és issza az én véretem, az bennem marad, és én őbenne.  <sup>57</sup> Ahogyan engem az élő Atya küldött, és én az Atya által élek, úgy az is, aki engem eszik, élni fog általam.  <sup>58</sup> Ez az a kenyér, amely a mennyből szállt le. Ez nem olyan, mint amelyet az atyák ettek, és meghaltak. Aki ezt a kenyeret eszi, élni fog örökké.</p>
---	---	--	--	--	--

### 1.1.3. Szöveg behatárolása

Ez az evangéliumi szakasz (Jn 6,51-59) a befejező része Jézus kafarnaumi beszédének, amit a zsinagógában mondott el az Élet Kenyeréről (Jn 6,35-59), miután előző nap megszorította a kenyeret és a halat jól lakatta az őt hallgató tömeget (Jn 6,1-15).

### 1.1.4. Kontextuális – kánoni elemzés

#### Párhuzamok János evangéliumán belül

**1,14** “S az Ige testté lett, és közöttünk élt.”

**1,51** “Bizony, bizony, mondom nektek: Látni fogjátok, hogy megnyílik az ég, s az Isten angyalai föl- s leszállnak az Emberfia fölött.”

**4,14** “De aki abból a vízből iszik, amelyet én adok, az nem szomjazik meg soha többé, mert a víz, amelyet én adok, örök életre szökellő vízforrás lesz benne.”

**5,26** “Amint ugyanis az Atyának élete van önmagában, a Fiúnak is megadta, hogy élete legyen önmagában”

**6,31.35.48.51.58** “Atyáink mannát ettek a pusztában, amint az Írás mondja: Égi kenyeret adott nekik enni.” “Én vagyok az élet kenyere – felelte Jézus. – Aki hozzám jön, többé nem éhezik, s aki bennem hisz, nem szomjazik soha.” “Én vagyok az élet kenyere.” “Én vagyok a mennyből alászállott élő kenyér. Aki e kenyérből eszik, örökké él. A kenyér, amelyet adok, a testem a világ életéért.” “Ez a mennyből alászállott kenyér nem olyan, mint az, amelyet atyáitok ettek és meghaltak. Aki ezt a kenyeret eszi, az örökké él.”

**6,39.40.44** “Annak, aki küldött, az az akarata, hogy abból, amit nekem adott, semmit el ne veszítsek, hanem feltámasszam az utolsó napon. 40Mert Atyámnak az az akarata, hogy mindenki, aki látja a Fiút és hisz benne, örökké éljen, s feltámasszam az utolsó napon.” “Senki sem jöhet hozzám, ha az Atya, aki küldött, nem vonzza, s én feltámasztom az utolsó napon.”

**11,24** “Tudom, hogy feltámad – mondta Márta – majd a feltámadáskor, az utolsó napon.”

**14,20** “Azon a napon majd megtudjátok, hogy Atyámban vagyok, ti bennem, s én bennetek.”

**15,4-7** “Maradjatok hát bennem, s akkor én is bennetek maradok. Amint a szőlővessző nem teremhet maga, csak ha a

szőlőtőn marad, úgy ti sem, ha nem maradtok bennem. Én vagyok a szőlőtő, ti a szőlővesszők. Aki bennem marad, s én benne, az bő termést hoz. Hisz nélkülem semmit sem tehettek. Aki nem marad bennem, azt kivetik, mint a szőlővesszőt, ha elszárad. Összeszedik, tűzre vetik és elég. Ha bennem maradtok, és tanításom is bennetek marad, akkor bármit akartok, kérjétek, és megkapjátok.”

#### **Szinoptikus párhuzamok**

**Mt 8,20** “Jézus így válaszolt: „A rókáknak van vackuk, az ég madarainak fészük, de az Emberfiának nincs hova fejét lehajtania.”

**Mt 26,26-28** “Vacsora közben Jézus kezébe vette a kenyeret, megáldotta, megtörte s odanyújtotta tanítványainak, ezekkel a szavakkal: „Vegyétek és egyétek, ez az én testem!” Aztán fogta a kelyhet, hálát adott, és ezekkel a szavakkal nyújtotta nekik: „Igyatok ebből mindnyájan, mert ez az én vérem, a szövetségé, amelyet sokakért kiontanak a bűnök bocsánatára.”

**Mk 14,22** “Vacsora közben kezébe vette a kenyeret, megáldotta, megtörte és ezekkel a szavakkal adta nekik: „Vegyétek, ez az én testem.”

**Mk 14,24** “Ő pedig így szólt: „Ez az én vérem, a szövetségé, amely sokakért kiontatik.”

**Lk 22,19** “Most a kenyeret vette kezébe, hálát adott, megtörte és odanyújtotta nekik ezekkel a szavakkal: „Ez az én testem, amelyet értetek adok. Ezt tegyétek az én emlékezetemre.”

### **Kánoni elemzés (párhuzamok a Szentírás más könyveiben)**

**Lev 17,10-14** “Ha Izrael házából bármelyik ember vagy bármelyik köztetek élő idegen vért eszik, mindegy hogy milyen vért, ellene fordulok annak, aki vért evett és kiirtom a népből. Hiszen a test élete a vérben rejlik. A vért azért adtam nektek, hogy az oltáron elvégezzétek velem az engesztelés szertartását életetekért, mert a vér szerzi meg az engesztelést az élet számára. Ezért mondtam Izrael fiainak: Senki ne egyék közületek vért, s a köztetek lakó idegen se egyék vért. Ha valaki Izrael fiai vagy a köztetek lakó idegenek közül vadászatot elejt egy olyan vadat vagy madarat, amelyet meg szabad enni, annak folyassa ki a vérét és takarja be földdel. Mivel minden testnek a vér az élete, és én azt mondtam Izrael fiainak: Ne egyétek meg a vérét egyetlen testnek sem, mivel minden testnek a vér az élete, aki eszik belőle, azt ki kell irtani.”

**1Kor 11,24** “hálát adott, megtörte, és így szólt: „Vegyétek és egyétek, ez az én testem értetek. Ezt tegyétek az én emlékezetemre.”

**Zsid 10,5.10** “Ezért nyilatkozik így, amikor a világba lép: Áldozatot és felajánlást nem kívántál, de testet alkottál nekem.”  
“E szerint az akarattal szerint Jézus Krisztus testének feláldozása által egyszer s mindenkorra megszentelődünk.”

**1Jn 3,6.24** “Az, aki benne marad, nem vétkezik. Az, aki vétkezik, nem látta, nem ismerte meg.” “Aki teljesíti parancsait, Istenben marad és Isten is őbenne. Azt, hogy ő bennünk marad-e, a Lélektől tudjuk, akit nekünk adott.”

### **1.1.5. Szószerinti értelmezés**

János evangélista eltérően a többi evangéliumtól nem az utolsó vacsora keretében beszél kifejezetten az Oltáriszentség megalapításáról, hanem Jézusnak a kafarnaumi tanításában. Hangsúlyozni kívánja, hogy az a Jézus, aki a megtestesült Ige (Jn 1,14), s aki a kenyeret és a halat az őt hallgató sokaság számára megsaporította (Jn 6,1-15), önmaga válik Kenyérre. Mindezt azért, hogy a legbensőségesebb kapcsolatba lépjen az emberekkel, s ezáltal életet, örök életet adjon nekik, s a benne hívők Óáltala éljenek (Jn 6,51.53-54.56-57). Az önmagát eledelül adó gesztusban az evangélista az önmagát teljesen odaajándékozó, isteni szeretet logikájára és



örömhírére hívja fel a figyelmet: „Nagyobb szeretete senkinek sincs annál, mint aki életét adja barátaiért” (Jn 15,13).

### 1.1.6. Kulcsszavak elemzése

**ὁ ἄρτος ὁ ζῶν** (*ho ártosz ho dzón'*) (Jn 6,51) ('az élő kenyér')

A „kenyér” szó sokszor megtalálható a Szentírásban (kb. 244-szer az Ószövetségben, 99-szer az Újszövetségben). Az első bibliai előfordulási helye a bűnbeesés következményeihez kapcsolódik, ami szerint az ember arcának verejtékével eszi kenyerét, mindaddig, amíg vissza nem tér a földbe (Ter 3,19). Utoljára pedig azokra a zsidó szentélyben felajánlott kenyerekre utal, amelyeknek mindig az Úr színe előtt kellett kihelyezve lenniük (Zsid 9,2; vö. Kiv 25,30). A kenyér tehát, ami fizikai táplálék, szakrális, áldozati jelleggel is bír.

A János-evangéliumban a „kenyér” kifejezés 24-szer jelenik meg, ebből 21-szer a hatodik fejezetben. Itt is megfigyelhető, hogy egyrészt fizikai táplálékot (pl. Jn 6,5.7.9.11.13.23), másrészt pedig misztikus ételt: az Élő Kenyeret (Jn 6,51), az Élet Kenyerét (Jn 6,35.48.): Jézus Krisztus Testét jelenti valóságosan (Jn 6,51.55), aki örök életet ad annak, aki eszi az Élet Kenyerét: az Ő Testét (Jn 6,51.54)! Mindezek fényében elmondhatjuk, hogy az ember, akinek a bűnbeesés miatt meg kell halnia, örök életet kap Istentől Jézus Krisztus által, ha hittel eszi az Élet Kenyerét: az Ő Testét az Eucharishtiában (az Oltáriszentségben), akinek előképe voltak a zsidó szentélyben felajánlott, az Úr asztalára kihelyezett kenyerek.

**ἡ σὰρξ μου** (*hé szárksz mū'*) (Jn 6,51.55) ('az én testem/húsom')

A görög szó az emberi testet, húst fejezi ki. János evangélista hangsúlyozza, hogy a második isteni személy: az Ige testté, hússá lett

(Jn 1,14). Jézus pedig az Ő saját Testét, Húsát, önmagát azonosítja az Élet Kenyerével (Jn 6,51.54-57). Valóságos étel Ő, akit ha megesszünk örök életet kapunk, hiszen Őbenne maradunk (Jn 6,56), s így a legszorosabb kapcsolatba kerülünk az Élettel, aki maga az Élet (vö. Jn 14,6). Jézus Krisztus tehát az Étel és az Élet egyaránt: Élő Étel, aki örök Életet ad!

## 2.2. Tanítóhivatali vonal

### 2.2.1. Katolikus Egyház Katekizmusa

**790** A hívők, akik válaszolnak Isten szavára és Krisztus Testének tagjaivá válnak, szorosan egyesülnek Krisztussal: "Ebben a testben Krisztus élete árad szét a hívőkbe, akik a szentségek által titokzatos és valóságos módon egyesülnek a szenvedett és megdicsőült Krisztussal". Ez elsősorban a keresztségre érvényes, ami által Krisztus halálával és föltámadásával egyesülünk, és az Eucharishtiára, ami által "valóságosan részesedünk az Úr testéből és fölemeltetünk a vele és az egymással való kommunióra".

**1003** A hívők, akik a keresztség által egyesültek Krisztussal, már valóságosan részesei a föltámadott Krisztus mennyei életének, de ez az élet "elrejtett" marad "Krisztussal Istenben" (Kol 3,3). Isten "Krisztus Jézusban ugyanis föltámasztott minket, és vele együtt maga mellé ültetett a mennyben" (Ef 2,6). Mivel az Eucharishtiában Krisztus testével táplálkozunk, már az Ő testéhez tartozunk. Amikor majd az utolsó napon föltámadunk, mi is megjelenünk "Vele együtt dicsőségben" (Kol 3,4).

**1322** A szent Eucharisztia befejezi a keresztyény beavatást. Akik a keresztség által fölemeltettek a királyi papság méltóságára és a bérálás által mélyebben hasonulóvá váltak Krisztushoz, az Eucharisztia által az egész közösséggel együtt részesednek az Úr áldozatában.

**1323** "Üdvözítőnk az utolsó vacsora alkalmával, azon az éjszakán, melyen elárultatott, megalapította testének és vérének eucharisztikus áldozatát, hogy így a kereszti áldozatát a századokon át eljöveteleig megörökítse, és így szeretett jegyesére, az Egyházra bízva halálának és föltámadásának emlékezetét: az irgalom szentségét, az egység jelét, a szeretet kötelékét mint húsvéti lakomát, melyen Krisztust vesszük magunkhoz, lelkünket kegyelem tölti el, s a jövendő dicsőség záloga nekünk adatik."

### **I. Az Eucharisztia -- az egyházi élet forrása és csúcsa**

**1324** Az Eucharisztia "az egész keresztyény élet forrása és csúcsa". "Az összes szentség, mint minden más egyházi szolgálat és az apostoli tevékenység is, a szent Eucharisziához tartozik és reá irányul. Az Eucharisziában ugyanis benne van az Egyház minden lelki java, tudniillik maga Krisztus, a mi Húsvétünk."

**1325** "Az isteni élet közösségét és Isten népének egységét, melyekben az Egyház létezik, az Eucharisztia jól jelzi és csodálatosan megvalósítja. Benne éri el csúcspontját a tevékenység, mellyel Isten Krisztusban megszenteli a világot, és a kultuszt, melyet az emberek Krisztusnak és általa az Atyának a Szentlélekben nyújtanak."

**1326** Végül az Eucharisztia ünneplése által már most részt veszünk az égi liturgiában és elővételezzük az örök életet, amelyben "Isten lesz minden mindenben" (1Kor 15,28).

**1327** Röviden tehát az Eucharisztia hitünk összefoglalása és összegezése: "Tanításunk egyöntetű az Eucharisziáról, és az Eucharisztia megerősíti a tanításunkat."

### **II. Hogyan nevezik ezt a szentséget?**

**1328** E szentség kimeríthetetlen gazdagsága fejeződik ki különböző elnevezéseiben, melyek közül mindegyik más szempontra utal. Nevei:

Eucharisztia, mert hálaadás Istennek. Az eucharisztein (Lk 22,19; 1Kor 11,24) és az eulogein (Mt 26,26; Mk 14,22) szavak azokra a zsidó áldásokra emlékeztetnek, amelyek -- különösen étkezések alatt -- magasztalták Isten műveit: a teremtést, a megváltást és a megszentelést.

**1329** Úrvacsora, \_mert arról a vacsoráról van szó, amelyet az Úr szenvedése előestéjén tanítványaival költött el, és a Barány mennyei Jeruzsálem-béli menyegzős lakomájának elővételezéséről.

Kenyértörés, mert a zsidó étkezésnek ezt a sajátos szertartását használta föl Jézus, amikor családfőként megáldotta és szétosztotta a kenyeret, különösen az utolsó vacsorán. \_E cselekedetről ismerik fel Őt föltámadása után a tanítványok. \_Az első keresztyények eucharisztikus összejöveteleiket "kenyértörésnek" \_nevezték. Ezzel azt akarták mondani, hogy mindazok, akik az egy, megtört kenyérből, Krisztusból esznek, közösségre lépnek vele és őbenne egyetlen testet alkotnak.

Eucharisztikus összejövetel (szünaxisz), mert az Eucharisziát a hívők összejövetelében, az Egyház látható megjelenésében ünneplik.

**1330** Az Úr szenvedésének és föltámadásának emlékezete.

Szent áldozat, mert megjeleníti az üdvözítő Krisztus egyetlen áldozatát, s mert magába zárja az Egyház följajánlását; szentmiseáldozat, "a dicséret áldozata" (Zsid 13,15) , lelki áldozat, tiszta és szent áldozat,  mert az Ószövetség összes áldozatát beteljesíti és fölülmúlja.

Szent és isteni liturgia, mert az Egyház egész liturgiája e szentség ünneplésében találja meg középpontját és legtömörebb kifejezését; ugyanebben az értelemben nevezik a szent misztériumok ünneplésének is. Beszélünk a legszentebb Szentségről (Sanctissimum Sacramentum) is, mert az Eucharisztia a szentségek szentsége. Ez a név a tabernákulumban őrzött szentségi színekre is használatos. [Az Oltáriszentség névről jegyzet kellene!]

**1331** Communio, mert e szentség révén egyesülünk Krisztussal, aki testében és vérében részesít azért, hogy egy testet alkossunk Vele; nevezik az Eucharisziát görögül ta hagia,  latinul sancta, `szent dolgoknak' is -- ez az Apostoli hitvallásban szereplő `szentek közössége' elsődleges jelentése --; egyéb nevei: angyalok kenyere, mennyei kenyér, halhatatlanság gyógyszere,  viaticum, `útravaló'.

**1332** Szentmise, mert a liturgia, amelyben az üdvösség misztériuma beteljesedik, a hívek küldetésével (missio) végződik, hogy Isten akaratát mindennapi életükben betöltsék.

### III. Az Eucharisztia az üdvösség rendjében

#### A KENYÉR ÉS A BOR JELEI

**1333** A szentmise közepén a kenyér és a bor Krisztus szavai és a Szentlélek segítségül hívása által Krisztus testévé és vérévé válik.

Parancsának megfelelően az Egyház az Ő dicsőséges eljövételéig folytatja azt, amit az Úr szenvedése előestéjén tett: "Kezébe vette a kenyeret (...)" "Kezébe vette a borral telt kelyhet (...)." A kenyér és a bor titokzatos módon Krisztus testévé és vérévé válnak, ugyanakkor a teremtés jóságának jelei maradnak. A följajánlásban hálát adunk a Teremtőnek a kenyérért és a borért,  "az emberi munka" gyümölcséért, ami előbb a "föld gyümölcse" és a "szőlőtő termése", azaz a Teremtő adományai. Az Egyház Melkizedeknek, a királynak és papnak a gesztusában, amikor följajánlotta "a kenyeret és bort" (Ter 14,18), saját följajánlásának előképét látja.

**1334** Az Ószövetségben a kenyeret és a bort a zsengeáldozatok között ajánlották föl a Teremtő iránti hála jeleként. Az Egyiptomból való kivonulás összefüggésében még egy új jelentéssel gyarapodtak. A kovásztalan kenyerek, melyeket Izrael népe minden évben a pászkaünnepen evett, az Egyiptomból való szabadító kivonulás sietségére emlékeztetnek; a pusztai manna állandóan Izrael emlékezetébe idézi, hogy Isten szavának kenyereből él.  Végül a mindennapi kenyér az Ígéret földjének gyümölcse, záloga annak, hogy Isten hűséges ígéreteihez. Az "áldás kelyhe" (1Kor 10,16) a zsidók húsvéti vacsorájának a végén a bor ünnepi öröméhez eszkatologikus jelentést kapcsol: Jeruzsálem messiási helyreállításának várását. Jézus úgy alapította meg Eucharisziáját, hogy a kenyér és a kehely áldásának új és végleges értelmet adott.

**1335** A kenyérszaporítás csodái, amikor az Úr áldást mondott, megtörte a kenyereket és tanítványai által szétosztotta a sokaság táplálékául, előképei az Ő egy eucharisztikus kenyere túlaradó bőségének:  a Kánában borra változtatott víz jele  már Jézus megdicsőülésének óráját hirdeti. Magát a beteljesedést nyilvánítja ki a menyegzői lakoma az Atya országában, ahol a hívők a Krisztus vérévé vált új bort fogják inni.

**1336** Az Eucharisztia első bejelentése megosztotta a tanítványokat, miként a szenvedés bejelentése megbotránkozta őket: "Kemény beszéd ez! Ki hallgathatja?" (Jn 6,60). Az Eucharisztia és a keresztség a botrány sziklája. Egy és ugyanarról a misztériumról van szó, és mindig megosztásra adnak alkalmat: "Ti is el akartok menni?" (Jn 6,67): az Úr e kérdése végig hangzik a századokon mint szeretetének meghívása annak fölfedezésére, hogy egyedül Ő az, akinél "az örök élet igéi" vannak (Jn 6,68); és a hitben elfogadni Eucharisziájának ajándékát azt jelenti, hogy Őt magát fogadjuk be.

## **AZ EUCHARISZTIA ALAPÍTÁSA**

**1337** Az Úr, mivel szerette övéit, mindvégig szerette őket. Tudván, hogy eljött az óra, amikor ebből a világból átmegy az Ő Atyjához, a vacsora közben megmosta lábukat, és átadta nekik a szeretet parancsát. Hogy rájuk hagyja e szeretet zálogát, s hogy övéitől soha ne távozzon el és húsvétja részeseivé tegye őket, halála és föltámadása emlékezetéül megalapította az Eucharisziát, és megparancsolta Apostolainak, "akiket akkor az Újszövetség papjaivá szentelt," hogy visszajöveteléig ünnepeljék.

**1338** A három szinoptikus evangélium és Szent Pál hagyta ránk az Eucharisztia alapításának elbeszélését; Szent János a maga részéről idézi Jézus szavait a kafarnaumi zsinagógában, amelyek előkészítették az Eucharisztia alapítását: Krisztus az élet égből alászállott kenyérének nevezi önmagát.

**1339** Jézus a húsvéti időt választotta arra, hogy megtegye, amit Kafarnaumban előre mondott: testét és véréát adja tanítványainak:

"Elérkezett a kovásztalan kenyér napja, amikor meg kellett ölni a húsvéti báránynak. Jézus elküldte Pétert és Jánost ezzel a megbízatással: t'Menjete, készítsétek el a húsvéti báránynak, hogy

elkölthessük t'. (...) Elmentek és el is készítették a húsvéti báránynak. Amint elérkezett az óra, asztalhoz ült a tizenkét apostollal együtt. Így szólt hozzájuk: t'Vágyva vágytam rá, hogy ezt a húsvéti báránynak elköltssem veletek, mielőtt szenvedek. Mondom nektek, többé nem eszem húsvéti báránynak, míg be nem teljesedik Isten országában. t' (...) Most a kenyeret vette kezébe, hálát adott, megtörte és odanyújtotta nekik ezekkel a szavakkal: t'Ez az én testem, amely értetek adatik. Ezt cselekedjétek az én emlékezetemre. t' Ugyanígy a vacsora végén fogta a kelyhet is, és azt mondta: t'Ez a kehely az új szövetség az én véremben, mely értetek kiontatik t'." (Lk 22,7--20)

**1340** Amikor Jézus az utolsó vacsorát apostolaival a húsvéti lakoma keretében ünnepelte, a zsidó húsvétnak megadta végső értelmét. Valójában ugyanis Jézus átmenetele a halálon és a föltámadáson át az Ő Atyjához, tudniillik az új húsvét, elővételezve lett az utolsó vacsorán, és ezt ünnepeljük az Eucharisziában, mely beteljesíti a zsidó húsvétot és elővételezi az Egyház végső húsvétját az Ország dicsőségében.

## **"EZT CSELEKEDJÉTEK AZ ÉN EMLÉKEZETEMRE"**

**1341** Jézus parancsa, hogy gesztusait és szavait ismételjék, "amíg el nem jön" (1Kor 11,26), nemcsak annyit követel, hogy emlékezzünk Jézusra és arra, amit Ő tett. A parancs arra irányul, hogy az Apostolok és utódaik Krisztus -- az Ő élete, halála, föltámadása és az Atyánál értünk való közbenjárása -- emlékezetét liturgikusan ünnepeljék.

**1342** Az Egyház kezdettől fogva hű maradt az Úr parancsához. A jeruzsálemi egyházzal ez olvasható:

"Állhatatosan kitartottak az apostolok tanításában és közösségében, a kenyértörésben és az imádságban. (...) Egy szívvel-lélekkel

mindennap összegyűltek a templomban. A kenyeret házaknál törték meg, s örömmel és tiszta szívvel vették magukhoz az ételt." (ApCsel 2,42.46)

**1343** A keresztények elsősorban "a szombatok első napján", azaz vasárnap, Jézus föltámadásának napján gyűltek össze, hogy "megtörjék a kenyeret" (ApCsel 20,7). Az Eucharisztia ünneplése egészen napjainkig ugyanúgy folytatódik annyira, hogy ma az Egyházban mindenütt azonos alapszerkezettel ünnepeljük. Az Eucharisztia az Egyház életének állandó középpontja.

**1344** Isten zarándok népe Jézus húsvéti misztériumát hirdetve, "amíg el nem jön" (1Kor 11,26), szentmiséről szentmisére "a kereszt szűk ösvényén" \_halad előre a mennyei lakoma felé, amelyen az összes választottak az Ország asztalához fognak ülni.

#### **IV. Az Eucharisztia liturgikus ünneplése**

##### **MINDEN IDŐK SZENTMISÉJE**

**1345** A 2. századból ismerjük Szent Jusztinosz vértanú tanúságát az eucharisztikus ünneplés alapszerkezetéről. És e szerkezet mind a mai napig az összes nagy liturgia-családban azonos maradt. Íme, mit ír ő 155 körül, hogy a pogány Antoninus Pius (138--161) császárnak elmagyarázza, mit tesznek a keresztények:

"A Napról elnevezett napon mindannyian, városokban és a falvakban egyaránt, összejövetelt tartunk.

És fölolvassuk az Apostolok emlékiratait és a Próféták írásait, amint azt az idő engedi.

A felolvasó elhallgatása után az előljáró beszédében int és buzdít, hogy ezeket a szép dolgokat tetteinkkel utánozzuk.

Majd mindannyian fölállunk és közösen imát mondunk."

"Közösen imádkozunk magunkért (...) meg a többiekért, (...) hogy miután az igazságot megtanultuk, a helyes életre törekedjünk, tetteinkben a jót kövessük, s azon legyünk, hogy parancsait megtartsuk, és az örök üdvösséget elnyerjük.

Imáink befejezésekor csókkal köszöntjük egymást.

Ezek után a testvérek előljárójához kenyeret és kelyhet visznek vízzel vegyített borral, aki kezébe veszi, dicséretet és dicsőítést mond a mindenség Atyjának a Fiú és a Szentlélek neve által, hálát ad neki (görögül: eucharisztian), és áldást mond hosszasan azokért, amiket nekünk adott, hogy Ő bennünket ezekre méltatott.

Imái és hálaadása befejezésekképpen az egész nép ráfeleli az Áment. (...) Az előljáró hálaadása és az egész nép felelete után az általunk diákonosoknak nevezettek minden jelenlevőnek osztanak a hálaadás kenyeréből és a vízzel elegyített borából, visznek belőle a távollevőknek is.

**1346** Az Eucharisztia liturgiája ma is alapvetően abban a szerkezetben történik, mely századokon át megmaradt. Két, szoros egységet alkotó fókusz körül bontakozik ki.

- gyülekezés, igeliturgia az olvasmányokkal, a homíliával és az egyetemes könyörgéssel;
- az eucharisztikus liturgia a kenyér és a bor följajánlásával, a konszekráló hálaadással és az áldozással.

Az igeliturgia és az eucharisztikus liturgia "egyetlen istentiszteleti cselekményt" alkotnak. Valójában ugyanis az Eucharisziában számunkra megterített asztal egyszerre Isten ígéjének és az Úr Testének asztala.

**1347** Nemde ugyanaz a folyamat játszódik le itt, mint a föltamadott Jézus tanítványaival elköltött húsvéti lakomáján? Útközben ő maga magyarázta nekik az Írásokat, majd asztalhoz ült velük, "kezébe vette a kenyeret, megáldotta, megtörte és odanyújtotta nekik".

## AZ ÜNNEPLÉS FOLYAMATA

**1348** Valemennyien összegyűlnek. A keresztények az eucharisztikus ünneplésre egy helyen jönnek össze. Ezen a helyen a fő hely magát Krisztust illeti, aki az Eucharisztia főszereplője. Ő az Újszövetség főpapja. Láthatatlanul Ő maga vezet minden eucharisztikus ünnepet. Őt képviselve vezeti az összejövetelet a püspök vagy a pap (Krisztusnak, a Főnek személyében cselekedve), beszédet tart az olvasmányok után, átveszi az adományokat és elmondja az eucharisztikus imádságot. Az ünneplésben valamennyien részt vesznek, mindenki a maga módján: a felolvasók, az adományvivők, az áldoztatók és az egész nép, melynek Amenje a részvételt fejezi ki.

**1349** Az igeliturgia magában foglalja "a próféták írásait", vagyis az Ószövetséget, és az "Apostolok emlékiratait", azaz leveleiket és az evangéliumokat; a homília után -- mely arra buzdít, hogy a hallott ígét úgy fogadjuk, mint Isten szavát, amint valójában az is, és váltsuk tettekre -- közbenjáró könyörgések következnek minden emberért az Apostol szavai szerint: "Mindenekelőtt arra kérlek, végezzetek imát, könyörgést, esedezést és hálaadást minden emberért, a királyokért és az összes elöljárókért" (1Tim 2,1--2).

**1350** Az adományok bemutatása (offertorium): akkor az oltárhoz olykor körmenetben kenyeret és bort hoznak, melyeket a pap Krisztus nevében följajnl az eucharisztikus áldozatban, melyben Krisztus testévé és vérévé válnak. Ez az utolsó vacsorán "a kenyeret és a kelyhet kezébe vevő" Krisztus gesztusa. "Ezt a tiszta áldozatot egyedül az Egyház ajánlja föl a Teremtőnek, az Ő teremtéséből hálaadással ajánlva föl neki." Az adományok följajnlása az oltáron Melkizedek gesztusát idézi, és a Teremtő ajándékait Krisztus kezére bízza. Ő a maga áldozatában tökéletessé teszi az ember minden áldozatot bemutató törekvését.

**1351** A keresztények az Eucharisziának szánt kenyér és bor mellett kezdettől fogva a rászorulókat támogatására is vittek magukkal adományokat. E gyűjtési szokás (collecta) mindig aktuális, és Krisztus példája serkenti, aki szegény lett, hogy minket gazdaggá tegyen:

"A jómódúak és aki akar -- ki-ki szándékának megfelelően -- adakozik, azt, amit jónak lát; az összegyűjtött adományokat az előljárónál helyezik letétbe, s az belőle gondoskodik az árvákról és özvegyekről és azokról, akik betegség vagy más ok miatt segítséget szenvednek, továbbá a bebörtönzöttekről és az átutazó idegenekről; egyszóval mindenkin segít, aki rászorul."

**1352** Az anafora (kánon): az eucharisztikus imádsággal, a hálaadó és átváltoztató imádsággal elérkezünk az ünneplés szívéhez és csúcához:

A prefációban az Egyház Krisztus által a Szentlélekben hálát ad az Atyának minden művéért, a teremtésért, a megváltásért és a megszentelésért. Az egész közösség csatlakozik ahhoz a szüntelen dicsérethez, melyet az égi Egyház, az angyalok és a szentek a háromszor szent Istennek énekelnek.



**1353** Az epiklézisben az Egyház kéri az Atyát, hogy küldje el Lelkét (vagy áldásának hatalmát) a kenyérre és a borra, hogy az Ő ereje által Jézus Krisztus Testévé és Vérévé váljanak; és hogy azok, akik részesednek az Eucharisziában, egy test és egy lélek legyenek (egyes liturgiákban az epiklézist az anamnézis után helyezik).

Az alapítás elbeszélésében Krisztus cselekedetének és szavainak ereje, valamint a Szentlélek hatalma a kenyér és a bor színe alatt szentségileg megjelenítik Krisztus Testét és Vérét, a kereszten egyszer s mindenkorra följánlott áldozatát.

**1354** Az ezt követő anamnézisben az Egyház megemlékezik Jézus Krisztus szenvedéséről, föltámadásáról és dicsőséges eljövételéről; bemutatja az Atyának az Fia áldozatát, aki megbékéltet bennünket Ővele.

A közbenjáró imádságokban az Egyház kifejezi, hogy az Eucharisziát az egész mennyei és földi Egyházzal, élőkkel és holtakkal együtt ünnepli, közösségben az Egyház pásztoraival, a Pápával, a megyéspüspökkel, papságával és diákonusaival, s az egész Egyház összes püspökeivel és egyházaikkal.

**1355** Az áldozásban (kommunióban), melyet a Miatyánk és a kenyértörés előz meg, a hívők a "mennyből való kenyeret" és az "üdvösség kelyhét" veszik, Krisztus Testét és Vérét, aki önmagát adta "a világ életéért" (Jn 6,51).

Mivel ez a kenyér és ez a bor ősi kifejezés szerint "eucharisztizált", "ezt a táplálékot mi Eucharisziának nevezzük, melyből senki kívülálló nem részesülhet, csak az, aki igaznak fogadja el a tőlünk kapott tanítást és megmosdott a bűnök bocsánatára az újjászületés fürdőjében és úgy él, ahogyan azt Krisztus meghagyta."

## V. A szentségi áldozat: hálaadás, emlékezet, jelenlét

**1356** A keresztyének az Eucharisziát kezdettől fogva ünneplik, éspedig olyan formában, amely lényegét tekintve nem változott sem a korok, sem a liturgiák különbözősége miatt. Azért teszik ezt, mert kötelezőnek érzik a parancsot, amit az Úr szenvedésének előestéjén adott: "Ezt cselekedjétek az én emlékezetemre" (1Kor 11,24--25).

**1357** Az Úr e parancsát teljesítjük, amikor az ő áldozatának emlékezetét ünnepeljük. Ezt cselekedvén azt ajánljuk föl az Atyának, amit Ő maga ajándékozott nekünk: teremtésének ajándékait, a kenyeret és a bort, melyek Krisztus szavaira és a Szentlélek erejéből Krisztus testévé és vévé válnak: így Krisztus valóságosan és titokzatos módon jelenvalóvá válik.

**1358** Ezért az Eucharisziát úgy kell szemlélnünk,

- mint hálaadást és dicséretet az Atyának;
- mint Krisztus és az ő teste áldozati emlékezetét;
- mint Krisztus jelenlétét szavai és Lelke erejének hatására.

## HÁLAADÁS ÉS DICSÉRET AZ ATYÁNAK

**1359** Az Eucharisztia, Krisztus által a kereszten beteljesített üdvösségünk szentsége, a dicséret áldozata is hálaadásul a teremtés művéért. Az eucharisztikus áldozatban Krisztus halála és föltámadása által az egész Istentől szeretett teremtést följánljuk az Atyának. Krisztus által az Egyház a dicséret áldozatát ajánlhatja föl hálaadásul mindazért a jóért, szépért és igazért, amit Isten a teremtésben és az emberi nemből alkotott.

**1360** Az Eucharisztia a hálaadás áldozata az Atyának, áldás, mellyel az Egyház háláját fejezi ki Istennek minden jótéteményéért:

mindazért, amit Ő a teremtésben, a megváltásban és a megszentelésben tett. Az Eucharisztia tehát elsősorban "hálaadást" jelent.

**1361** Az Eucharisztia a dicséret áldozata is, amellyel az Egyház az egész teremtés nevében énekli Isten dicsőségét. E dicsérő áldozat csak Krisztus által lehetséges: Ő személyéhez, dicséretéhez és közbenjárásához kapcsolja a híveket, és így a dicséret áldozatát Ő általa és Ővele ajánljuk föl az Atyának, és Őbenne nyer elfogadást.

### **KRISZTUSNAK ÉS AZ Ő TESTÉNEK, AZ EGYHÁZNAK ÁLDOZATI EMLÉKEZETE**

**1362** Az Eucharisztia Krisztus húsvétjának emlékezete, egyetlen áldozatának aktualizálása és szentségi följajnlása az Ő teste, az Egyház liturgiájában. Minden kánonban az alapítás szavai után megtaláljuk az anamnézisnek vagy megemlékezésnek nevezett imádságot.

**1363** A Szentírás értelmében a megemlékezés nem csupán visszaemlékezés elmúlt eseményekre, hanem azoknak a csodatetteknek a hirdetése, melyeket Isten az emberek javára művelt. Ezen események liturgikus ünneplésében bizonyos módon maguk az események jelenvalóvá és aktuálissá válnak. Így érti Izrael népe az Egyiptomból történt szabadulását: valahányszor ünneplik a húsvétot, a kivonulás eseményei megjelennek a hívők emlékezetében, hogy életüket ezen eseményeknek megfelelően alakítsák.

**1364** Az Újszövetségben a megemlékezés új értelmet kap. Amikor az Egyház az Eucharisziát ünnepli, Krisztus húsvétjára emlékezik, ami jelenvalóvá válik: az áldozat, amelyet egyszer s mindenkorra ajánlott föl a kereszten, mindig aktuális marad: "Valahányszor az

oltáron megünnepeljük a keresztdozatot, melyben t'Krisztus, a mi húsvéti bárányunk földoztatott" (1Kor 5,7), megvalósul megváltásunk műve".

**1365** Mivel az Eucharisztia Krisztus húsvétjának emlékezete, áldozat is. Az Eucharisztia áldozati jellege magukból az alapító szavakból is kitűnik: "Ez az én testem, mely értetek adatik", és "ez a kehely az új Szövetség az én véremlében, mely értetek kiontatik" (Lk 22,19--20). Az Eucharisziában Krisztus ugyanazt a testet adja, melyet értünk a kereszten odaadott, és ugyanazt a vért, melyet kiontott "sokakért (...) a bűnök bocsánatára" (Mt 26,28).

**1366** Az Eucharisztia tehát áldozat, mert megjeleníti (jelenvalóvá teszi) a keresztdoztatát, mert annak emlékezete, s mert annak gyümölcsét alkalmazza:

Krisztus "a mi Urunk és Istenünk, (...) a keresztdoltárán egyszer áldozta föl magát a halál által az Atyának, (...) hogy az embereknek örök megváltást szerezzen: mivel azonban halála után az ő papsága nem szűnik meg (Zsid 7,24.27), az utolsó vacsorán, t'azon az éjszakán, amelyen elárultatott" (1Kor 11,23), (...) szeretett jegyesének, az Egyháznak (miként az emberi természet igényli) (...) látható áldozatot hagyott, hogy az a kereszten egyszer bemutatandó véres áldozatot megjelenítse, s emlékezete az idők végezetéig megmaradjon, és üdvözítő ereje azoknak a bűnöknek megbocsátására, melyeket naponta elkövetnek, alkalmaztassék."

**1367** Krisztus áldozata és az Eucharisztia áldozata egy áldozat: "egy és ugyanaz az áldozati adomány; a papok szolgálatával följajnló személy ugyanaz, mint aki akkor a kereszten földozta önmagát, csak az áldozatbemutatás módja különbözik". "S mivel ebben az isteni áldozatban, mely a szentmisében történik, ugyanaz a Krisztus van jelen és áldoztatik föl vérontás nélkül, aki a keresztdoltárán



„Egyszer véresen áldozta föl önmagát (...), ez az áldozat valóban engesztelő.”

**1368** Az Eucharisztia az Egyház áldozata is. Az Egyház, mely Krisztus teste, részt vesz Fejének áldozatában. Ővele teljes egészében áldozat lesz. Kapcsolódik az Ő minden emberért történő közbenjárásához az Atyánál. Az Eucharishtiában Krisztus áldozata az Ő teste tagjainak áldozata is lesz. A hívők élete, dicsérete, fájdalma, imádsága és munkája egyesül Krisztus életével, dicséretével, fájdalmával, imádságával és munkájával és az Ő teljes odaadásával; és ezáltal új értéket nyer. Krisztus oltáron jelenlévő áldozata minden keresztény nemzedéknek megadja a lehetőséget, hogy egyesüljön az Ő áldozatával.

A katakombákban gyakran szélesre tárt karokkal, orante testtartásban imádkozó nő alakjában ábrázolják az Egyházat, mely - - mint a kereszten karjait kitaró Krisztus -- Őáltala, Ővele és Őbenne ajánlja föl önmagát és jár közben minden emberért.

**1369** Az egész Egyház egyesül Krisztus áldozatával és közbenjárásával. A Pápa, aki Péter szolgálatát végzi az Egyházban, minden szentmiséhez kapcsolódik, melyben mint az egyetlen Egyház egységének jelét és szolgáját név szerint említik. A helyi püspök mindig felelős az Eucharisztia ünnepléséért, akkor is, ha egy pap mutatja be; megemlíti a nevét, hogy jelezzék, ő a részegyház vezetője a papság körében és a diakonusok segítségével. A közösség minden egyéb szolgálattevőért is közbenjár, aki érte és vele bemutatja az eucharisztikus áldozatot.

"Az a szentmise érvényes, melyet a püspök vagy az ő megbízottja vezetésével ünneplnek."

"A papok szolgálata által a hívők lelki áldozata egyesül Krisztusnak, az egyetlen közvetítőnek áldozatával, melyet a papok keze az egész Egyház nevében vérontás nélkül és szentségi módon a szentmisében följánl egészen addig, amíg az Úr el nem jön."

**1370** Krisztus áldozatával nemcsak a földön élő tagok, hanem azok is egyesülnek, akik már a mennyei dicsőségben vannak: az Egyház a Boldogságos Szűz Máriával közösségben és róla, valamint az összes szentekről megemlékezve ajánlja föl az eucharisztikus áldozatot. Az Egyház az Eucharishtiában bizonyos értelemben Máriával együtt áll a kereszttövében, egyesülve Krisztus áldozatával és közbenjárásával.

**1371** Az eucharisztikus áldozatot az elhunyt hívőkért is följánlják, "a Krisztusban elhunytakért, akik még nem tisztultak meg teljesen", hogy beléphessenek Krisztus világosságába és békéjébe.

"Bárhon helyezték el ezt a testet: semmi aggodalmatok ne legyen miatta; csak arra kérlek titeket, hogy az Úr oltáránál emlékezzetek meg rólam, bárhon lesztek."

"Azután (az anaforában) az elhunyt szent atyákért és püspökökért, és általában a közülünk elhunytakért (imádkozunk); mert hisszük, hogy ez nagyon javára válik azoknak a lelkeknek, akikért imádkozunk e szent és félelmetes áldozat színe előtt. (...) Mi magunk is könyörgéseket ajánlunk föl Istennek az elhunytakért, még ha bűnösök voltak is, (...) a bűneinkért föláldozott Krisztust ajánljuk föl, engesztelvén Istent, az emberek barátját mind értük, mind önmagunkért."

**1372** Szent Ágoston csodálatos szintézisbe foglalta e tanítást, mely arra készlet, hogy egyre teljesebben vegyünk részt Megváltónk áldozatában, amit az Eucharishtiában ünneplünk:

"Az egész megváltott közösség, azaz a szentek gyülekezete és társasága Istennek följánlott áldozat lesz a nagy Pap által, aki önmagát is följánlotta értünk a szenvedésben, hogy ily nagy Fő teste lehessünk a szolga alakja szerint. (...) Ez a keresztyének áldozata: 'Sokan egy test vagyunk Krisztusban' (Róm 12,5). Amit az Egyház az oltárnak a hívők számára is ismert szentségével gyakorol, ahol megbizonyosodik arról, hogy abban, amit fölládoz, önmaga áldoztatik föl."

### **KRISZTUS JELENLÉTE SZAVÁNAK ÉS A SZENTLÉLEKNEK EREJE ÁLTAL**

**1373** "Jézus Krisztus, aki meghalt, sőt aki föltámadt és az Isten jobbán közbenjár értünk" (Róm 8,34), Egyházában sokszorosan jelen van: igében, Egyháza imádságában, "ahol ketten vagy hárman összegyűltek az én nevemben" (Mt 18,20), a szegényekben, a betegekben, a foglyokban, a szentségeiben, melyeknek Ő a szerzője, a szentmise-áldozatban és azok személyében, akik a papi szolgálatot végzik, de "mindenekelőtt az eucharisztikus színek alatt".

**1374** Krisztus jelenlétének módja az eucharisztikus színek alatt egyedülálló. És e jelenlét emeli az Eucharisziát az összes szentség fölé, úgyhogy az Eucharisztia "a lelki élet beteljesedése és az összes szentség célja". Az Eucharisztia legszentebb szentségében "a mi Urunk, Jézus Krisztus teste és vére, emberi lelkével és istenségével együtt, azaz az egész Krisztus igazán, valóságosan és szubsztanciálisan van jelen". "E jelenlétet nem kizárólagosan nevezzük valóságosnak -- mintha az egyéb jelenlétek nem valóságosak volnának --, hanem kiemelő módon, mert e jelenlét szubsztanciális, benne ugyanis az egész és teljes Krisztus, az Isten és ember van jelen."

**1375** E szentségben Krisztus a kenyér és a bor Krisztus testévé és vérévé változása által válik jelenvalóvá. Az egyházatyák határozottan állították az Egyház hitét abban, hogy Krisztus szavának és a Szentlélek tevékenységének hatékonysága van ezen átváltozás végrehajtására. Aranyszájú Szent János így nyilatkozik:

"Nem ember az, aki megteszi, hogy az adományok Krisztus testévé és vérévé váljanak, hanem maga Krisztus, akit értünk megfeszítettek. A szavakat kimondó pap Krisztust jeleníti meg: de az erő és a kegyelem Istené. Ez az én testem -- mondja. Ez a szó változtatja át az áldozati adományokat."

Szent Ambrus pedig ezt mondja erről az átváltozásról:

Legyünk meggyőződve arról, hogy "olyan dolog áll előttünk, amit nem a természet alakított ilyenné, hanem az áldás konzekrálta, és az áldás hatékonysága meghaladja a természetet, hiszen az áldás erejéből éppen maga a természet változik át". "Krisztus szava tehát, aki a semmiből létre tudta hozni azt, ami nem volt, a már létezőt ne tudná átváltoztatni azzá, ami korábban nem volt? Nem kisebb dolog új dolgokat teremteni, mint a természeteket átváltoztatni."

**1376** A Trienti Zsinat összefoglalja a katolikus hitet, amikor kijelenti: "Mivel pedig Krisztus, a mi Megváltónk azt mondta, hogy amit Ő a kenyér színe alatt följánlott, valóban az Ő teste, azért Isten Egyházában mindig élt a meggyőződés, és ez a szent zsinat újra kinyilvánítja: a kenyér és a bor konzekrációja által olyan átváltoztatás történik, ami a kenyér egész lényegét Krisztus, a mi Urunk testének lényegévé és a bor egész lényegét az ő vérenek lényegévé változtatja át. Ezt a változást a szent, katolikus Egyház helyesen és sajátos értelemben transsubstantiatio-nak, 'átlényegülésnek' nevezte."

**1377** Krisztus eucharisztikus jelenléte az átváltoztatás pillanatában kezdődik, és addig tart, ameddig az eucharisztikus színek megmaradnak. Az egész Krisztus van jelen a színek mindegyikében, és az egész Krisztus van jelen azok minden egyes részében oly módon, hogy a kenyér megtörése Krisztust nem osztja meg.

**1378** Az Eucharisztia tisztelete. A szentmise liturgiája során Krisztusnak a kenyér és a bor színe alatti valóságos jelenlétébe vetett hitünket többek között azzal is kifejezzük, hogy az Úr imádásának jeleként térdet hajtunk vagy mélyen meghajlunk. "Az Eucharisztia szentsége iránti imádást a katolikus Egyház nemcsak a szentmisében, hanem azon kívül is végezte és végzi azáltal, hogy a konsekrált ostyákat a lehető leggondosabban őrzi, a hívők imádása tárgyaként kihelyezi és a népsokaság örömeire körmenetekben hordozza."

**1379** A tabernákulum korábban arra szolgált, hogy az Eucharisziát méltó körülmények között őrizze annak érdekében, hogy a betegeknek és a távollevőknek a szentmisén kívül elvihessék. Ahogyan az Egyház elmélyült Krisztus valóságos eucharisztikus jelenlétének hitében, úgy ébredt tudatára az eucharisztikus színek alatt jelenlévő Krisztus csöndes imádása értelmének. Ezért a tabernákulumnak a templomban különösen méltó helyen kell állnia; és olyannak kell lennie, hogy az Krisztus valóságos jelenlétének igazságát az Oltáriszentségben kiemelje és nyilvánvalóvá tegye.

**1380** Nagyon megfelelő, hogy Krisztus ilyen egyedülálló módon akart Egyháza számára jelenvaló maradni. Mivel ugyanis Krisztus látható alakjában elhagyni készült övét, nekünk akarta ajándékozni szentségi jelenlétét; mivel arra készült, hogy a kereszten föláldozva önmagát üdvözítsen minket, akarta, hogy emlékünkn legyen arról a szeretetről, amellyel Ő "mindvégig" (Jn 13,1), élete elajándékozásai szeretett minket. Valóban, Ő eucharisztikus

jelenlétében közöttünk marad, titokzatos módon, mint az, aki szeretett minket és önmagát adta értünk, \_és pedig olyan jelek alatt van jelen, melyek ezt a szeretetet kifejezik és közlik:

"Az Egyháznak és a világnak nagyon szüksége van az Eucharisztia tiszteletére. A szeretet e szentségében Jézus vár bennünket. Ne sajnáljuk az időt, hogy találkozzunk vele az imádásban, a hittel teljes szemlélődésben, készen a világ bűneinek és jogtalanságainak engesztelésére. Soha ne szűnjön meg a mi imádásunk."

**1381** "Hogy e szentségben Krisztus valóságos teste és valóságos vére van jelen, ahogy Szent Tamás mondja, t'érzésekkel nem, de az isteni tekintélyre támaszkodó hittel egyedül lehet megragadni. Ezért mondja Cirill a Lk 22,19 Ez az én testem, mely értetek adatik helyéről: Ne kételkedj, hogy igaz-e; hanem inkább hittel fogadd el az Üdvözítő szavait. Mivel ugyanis Ő az Igazság, nem hazudikŰ":

Imádlak áhítattal, Isten, rejtelem!  
Aki e jelekben titkon vagy jelen.  
Néked egész szívem átadja magát,  
mert téged szemlélve elveszti magát.

Szem, ízlés, tapintás megcsalódhatik,  
de a hallás rólad hittel biztosít:  
Hiszem, amit hinni Isten Fia szab,  
igédnél, Igazság, mi van igazabb?

## **VI. A húsvéti lakoma**

**1382** A szentmise egyszerre és elválaszthatatlanul a keresztláldozatot megörökítő áldozati emlékezés és az Úr testével és

vérével való közösség szent lakomája. Az eucharisztikus áldozat ünneplése teljesen a Krisztussal történő bensőséges egyesülésre irányul az áldozás által. Áldozni annyit jelent, mint magát Krisztust fogadni, aki önmagát áldozta értünk.

**1383** Az oltár, amely körül az Egyház az Eucharisztia ünneplésére összegyűl, ugyanannak a misztériumnak két oldalát mutatja meg: az áldozati oltárt és az Úr asztalát, már csak azért is, mert a keresztény oltár magának Krisztusnak szimbóluma, aki úgy van jelen hívei körében, mint a megbékéltetésünkért följánlott áldozat és az önmagát nekünk ajándékozó mennyei eledel. "Mi más Krisztus oltára, mint Krisztus testének képe?"-- mondja Szent Ambrus, \_és másutt: "Az oltár a test képe, és Krisztus teste van az oltáron." \_A liturgia az áldozatnak és a kommunióknak ezt az egységét számos imádságban fejezi ki. A római Egyház így imádkozik kánonjában:

"Könyörögve kérünk, mindenható Istenünk, szent angyalod vigye áldozatunkat mennyei oltárodra isteni Fölséged színe elé, hogy mi, akik erről az oltárról Fiad szentséges testében és vérében részesülünk, minden mennyei áldással és kegyelemmel elteljünk."

### **"VEGYÉTEK ÉS EGYETEK EBBŐL MINDNYÁJAN": A SZENTÁLDOZÁS**

**1384** Az Úr sürgető meghívással fordul felénk, hogy az Eucharisztia szentségében magunkhoz vegyük Őt: "Bizony, bizony, mondom nektek: ha nem eszitek az Emberfia testét és nem isszátok az ő véré, nem lesz bennetek élet" (Jn 6,53).

**1385** Hogy meg tudjunk felelni ennek a meghívásnak, erre a nagy és szent pillanatra elő kell készülnünk. Szent Pál apostol lelkiismeretvizsgálatra buzdít: "Ezért, aki méltatlanul eszi a kenyeret vagy issza az Úr kelyhét, az Úr teste és vére ellen vét. Tehát

vizsgálja meg magát mindenki, és csak úgy egyék a kenyérből és igyék a kehelyből, mert aki csak eszik és iszik anélkül, hogy megkülönböztetné az (Úr) testét, saját ítéletét eszi és issza" (1Kor 11,27--29). Annak, aki súlyos bűn tudatában van, meg kell gyónnia, mielőtt a szentáldozáshoz járul.

**1386** A hívő e nagy szentség előtt nem tehet mást, mint hogy lángoló hittel és alázattal megismételje a százados szavait: \_"Uram, nem vagyok méltó, hogy hajlékomba jöjj, hanem csak egy szóval mondd, és meggyógyul az én lelkem!" \_Aranyszájú Szent János liturgiájában a hívők ugyanazon lelkülettel imádkozzák:

"A te titkos vacsorádnak részesévé fogadj ma engem, Isten Fia, mert nem mondom ki ellenségeidnek a titkot, sem csókot nem adok neked, mint Júdás, hanem mint ama gonosztevő, kiáltom feléd: t'Émlékezzél meg rólam, Uram, a te országodban!T"

**1387** E szentség vételének méltó előkészületeként a hívőknek meg kell tartaniuk az Egyházuk által előírt szentségi böjtöt. Magatartásukkal (ruha, testtartás) fejezzék ki azt a tiszteletet, ünnepélyességét és örömet, mely megfelel annak a pillanatnak, amikor Krisztus a vendégünk lesz.

**1388** Megfelel az Eucharisztia rendeltetésének, hogy a hívők, ha kellően föl vannak készülve, \_megáldoznak, amikor szentmisén vesznek részt: \_"Nagyon ajánlott a szentmisén való tökéletesebb részvétel abban a formában is, hogy a hívek az Úr testét a pap áldozása után ugyanabból az Áldozatból vegyék magukhoz".

**1389** Az Egyház kötelezi a hívőket arra, hogy vasár- és ünnepnapon vegyenek részt az isteni liturgiában \_és gyónással fölkészülve legalább évente egyszer vegyék magukhoz az Eucharisziát, lehetőleg a húsvéti időben. \_Az Egyház nyomatékosan ajánlja a

hívőknek, hogy a szent Eucharisziát vasár- és ünnepnapokon vagy még gyakrabban, akár minden nap vegyék magukhoz.

**1390** A csak kenyér színe alatti szentáldozásban -- Krisztus mindkét szín alatti szentségi jelenléte következtében -- az Eucharisztia kegyelmi gyümölcseit egészen fogadni lehet. Lelkipásztori megfontolásból a latin szertartásban ez az áldozási forma a leggyakoribb. "A szentáldozás azonban akkor éri el jel természetének teljességét, ha mindkét szín alatt történik. Ebben a formában az eucharisztikus lakoma jele tökéletesebben fejeződik ki." \_A keleti szertartásokban ez a szentáldozás általános módja.

## A SZENTÁLDÓZÁS GYÜMÖLCSEI

**1391** A szentáldozás elmélyíti egyesülésünket Krisztussal. Az Eucharisztia vételének a szentáldozásban a legfőbb gyümölcse a benső egyesülés Jézus Krisztussal. Az Úr mondja: "Aki eszi az én testemet és issza az én véretem, az bennem marad, én meg őbenne" (Jn 6,56). A Krisztusban való élet alapja az eucharisztikus lakoma: "Ahogy engem az élő Atya küldött és Én az Atya által élek, úgy az is, aki engem eszik, általam fog élni" (Jn 6,57).

"Amikor az Úr ünnepein a hívők a Fiú testét magukhoz veszik, hirdetik egymásnak az örömhírt: megkaptuk az élet foglalmát; mint amikor az angyal Mária Magdolnának mondta: t'Krisztus föltámadott!Ű. Most is az életet és a föltámadást kapja az, aki magához veszi Krisztust."

**1392** Amit az anyagi táplálék eredményez a testi életben, azt valósítja meg a szentáldozás csodálatos módon lelki életünkben. A föltámadott Krisztus -- "a Szentlélek által élő és éltető" -- testével való kommunió megőrzi, növeli és megújítja a keresztségben kapott kegyelmi életet. A keresztyén élet e növekedése igényli, hogy az

eucharisztikus kommunióval, zárandóságunk kenyerével táplálkozzék egészen halálunk órájáig, amikor `útravalóul' kapjuk.

**1393** A szentáldozás elválaszt bennünket a bűntől. Krisztus teste, melyet a szentáldozásban magunkhoz veszünk, értünk "adatott", és a vér, amelyet iszunk, "sokakért kiontatott a bűnök bocsánatára". Ezért az Eucharisztia nem tud Krisztussal egyesíteni anélkül, hogy ne tisztítana meg az elkövetett bűnöktől és ne óvna meg a jövő bűnöktől:

"Valahányszor magunkhoz vesszük, az Úr halálát hirdetjük. \_Ha a halálát, akkor a bűnök bocsánatát hirdetjük. Ha valahányszor kiontatik a vér, a bűnök bocsánatára ontatik ki, akkor mindig úgy kell fogadnom, hogy mindig megbocsátja a bűneimet. Nekem, aki mindig vétkezem, mindig szükségem van az orvosságra."

**1394** Amint a testi táplálék az elhasznált erő pótlására szolgál, úgy az Eucharisztia erősíti a szeretetet, mely a mindennapi életben természete szerint gyengül; és ez a fölelevenített szeretet eltörli a bocsánatos bűnöket. \_Amikor Krisztus nekünk ajándékozta önmagát, újra életre kelti szeretetünket, és képessé tesz arra, hogy a teremtmények iránti rendetlen ragaszkodásainkat megszakítsuk és benne meggyökerezzünk:

"Mivel tehát Krisztus szeretetből halt meg értünk, amikor az áldozat idejében megemlékezünk az Ő haláláról, azt kérjük, hogy a Szentlélek eljövetele által adassék nekünk a szeretet; azt kérjük alázattal könyörögve, hogy e szeretet által, mellyel Krisztus minket arra méltatott, hogy megfeszítették értünk, mi is -- a Szentlélek kegyelmét elnyerve -- úgy tekinthessük a világot, mint ami számunkra megfeszített, s mi magunk is megfeszítettünk a világnak; (...) a szeretet ajándékát elnyerve, meghaljunk a bűnök és Istennek éljünk."

**1395** Az Eucharisztia e szeretet által, melyet föllobbant bennünk, megőriz minket a halálos bűnöktől. Minél inkább részeseünk Krisztus életében és minél inkább elmélyedünk barátságában, annál nehezebb lesz halálos bűnnel megszakítani a kapcsolatot Vele. De a halálos bűnök megbocsátására nem az Eucharisztia van rendelve, hanem a bűnbocsánat szentsége. Az Eucharisztia azok szentsége, akik teljes közösségben vannak az Egyházzal.

**1396** A titokzatos Test egysége: az Eucharisztia teszi az Egyházat. Akik az Eucharisziát magukhoz veszik, szorosabban kapcsolódnak Krisztushoz. Emiatt Krisztus valamennyi hívőt egy testbe kapcsol össze: az Egyházba. A szentáldozás ezt az Egyházba testesülést, ami a keresztség által már megvalósult, megújítja, megerősíti és elmélyíti. A keresztségben meghívást kaptunk arra, hogy egy testet alkossunk. Az Eucharisztia beteljesíti ezt a meghívást: "Az áldás kelyhe, amelyet megáldunk, nemde a Krisztus vérében való részesevés? S a kenyér, amelyet megtörünk, nemde a Krisztus testében való részesevés? Mi ugyanis sokan egy kenyér, egy test vagyunk, mivel mindnyájan egy kenyérből részeseülünk" (1Kor 10,16--17):

"Ha ti Krisztus teste és az Ő tagjai vagytok, misztériumotok oda van helyezve az Úr asztalára: a saját misztériumotokat kapjátok. Arra, ami vagytok, Amen-nal válaszoltok, és válaszolván aláírtátok. Hallod ugyanis: Krisztus teste; és te válaszolod: Amen. Légy Krisztus tagja, hogy igaz legyen az Amen."

**1397** Az Eucharisztia kötelez a szegények iránt; hogy Krisztus értünk adott testét és véréát igazságban vehessük magunkhoz, Krisztust a legszegényebekben, az Ő testvéreiben kell fölismernünk:

"Megízlelted az Úr véréát, és még így sem ismered föl a testvéredet; (...) magát az asztalt is meggyalázod, amikor azt, aki ennek részese lett, nem tartod méltónak arra, hogy megoszd vele táplálékedat. (...). Minden bűnödtől megszabadított téged Isten, és ilyen asztalra méltatott: te pedig ettől sem lettél jóságosabb."

**1398** Az Eucharisztia és a keresztyéyek egysége. E misztérium nagysága láttán Szent Ágoston így kiáltott föl: "Ó, kegyes jóság szentsége! Ó, egység jele! Ó, szeretet köteléke!" Minél fájdalmasabban érezzük az Egyház megosztottságait, amelyek lehetlenné teszik az Úr asztalánál való közös részvételt, annál fontosabbak az imádságok az Úrhoz, hogy a benne hívők teljes egységének napjai visszatérjenek.

**1399** A keleti egyházak, amelyek nincsenek teljes közösségben a katolikus Egyházzal, az Eucharisziát nagy szeretettel ünneplik. "Ezek az egyházak, jóllehet különváltak, valódi szentségeikkel rendelkeznek, kiváltképpen pedig az apostoli jogfolytonosság következtében van papságuk és Eucharisziájuk, melyek révén igen szoros kapcsolatban állnak velünk mindmáig." Ezért "bizonyos kommunikáció in sacris, bizonyos körülmények között és az egyházi hatóság jóváhagyásával nem csupán lehetséges, hanem ajánlatos is".

**1400** A reformációból született és a katolikus Egyháztól különvált egyházi közösségek "nem őrizték meg sértetlenül -- főleg az ordo szentségének hiánya miatt -- az eucharisztikus misztérium eredeti és teljes lényegét". Ezért a katolikus Egyház számára az intercommunio ezekkel a közösségekkel nem lehetséges. Mindazonáltal ezek a közösségek, "amikor a Szent Vacsorában megemlékeznek Urunk haláláról és föltámadásáról, megvallják, hogy az életet a Krisztussal való közösség jelenti, és várják az ő dicsőséges eljövételét".



**1401** Amikor a megyéspüspök ítélete szerint súlyos szükséghelyzet áll fenn, katolikus papok kiszolgáltatnak szentségeket (Eucharisziát, a gyónás, betegek kenete szentségét) más keresztényeknek, akik nincsenek teljes közösségben a katolikus Egyházzal, de önként kérik: e szentségekre vonatkozóan a katolikus hitet meg kell vallaniuk és a szükséges fölkészültséggel kell rendelkezniük.

## **VII. Az Eucharisztia -- "a jövődó dicsőség záloga"**

**1402** Egy ősi imádságában így magasztalja az Egyház az Eucharisztia misztériumát: "Ó, szentséges lakoma, Krisztust vesszük rajta. Felidézzük szenvedésének emlékét, lelkünket kegyelem tölti el, és a jövődó dicsőség záloga nekünk adatik." Ha az Eucharisztia az Úr húsvétjának emlékezete, ha az oltár áldozatából részesülök "a mennyei áldás és kegyelem teljessége" tölti el, akkor az Eucharisztia a mennyei dicsőség elővételezése is.

**1403** Az utolsó vacsorán maga az Úr irányította tanítványai figyelmét a húsvétnak az Isten országában történő beteljesedésére: "Mondom nektek: mostantól nem iszom a szőlő terméséből addig, amíg majd az újat nem iszom veletek Atyám országában" (Mt 26,29). Valahányszor az Egyház az Eucharisziát ünnepli, emlékezik erre az ígéretre, és tekintetét arra irányítja, "aki eljön" (Jel 1,4). Imádságában hívja az Ő eljövételét: "Marana tha!" (1Kor 16,22), "Jöjj el, Uram Jézus!" (Jel 22,20). "Jöjjön el a te kegyelmed, és múljék el e világ!"

**1404** Az Egyház tudja, hogy Eucharisziájában az Úr már most eljön és benne közöttünk van. Mégis, ez a jelenlét elfátyolozott. Ezért ünnepljük mi az Eucharisziát úgy, hogy "reménykedve várjuk Üdvözítőnknek, Jézus Krisztusnak dicsőséges eljövételét", és kérjük, hogy "országodban majd reményünk szerint (mindannyian)

dicsőségben örökre részesüljünk, amikor letörölsz szemünkről minden könnyet, és színről színre látunk téged, Istenünk. Hasonlók leszünk hozzád mindörökre, és vég nélkül dicsóítunk téged, Krisztus, a mi Urunk által".

**1405** E nagy reménységnek, tudniillik az új égnek és az új földnek - - melyekben igazságosság lakik -- nincs biztosabb záloga, sem nyilvánvalóbb pecsétje, mint az Eucharisztia. Valójában valahányszor e misztériumot ünnepljük, "megváltásunk műve valósul meg", és mi "egy kenyeret (...)" (törünk meg), mely a halhatatlanság orvossága, ellenméreg, hogy meg ne haljunk, hanem mindig éljünk Jézus Krisztusban".

## **Összefoglalás**

**1406** Jézus mondta: "Én vagyok az élő kenyér, aki a mennyből szállottam alá. Aki eszik ebből a kenyérből, örökké fog élni (...). Aki eszi az én testemet és issza az én véretem, annak örök élete van, (...) Bennem marad és Én őbenne." (Jn 6,51.54.56)

**1407** Az Eucharisztia az Egyház életének szíve és csúcspontja, mert benne Krisztus Egyházát és annak minden tagját társítja a dicséret és hálaadás áldozatához, melyet Ő egyszer s mindenkorra följánlott Atyjának a kereszten; ezen áldozat által árasztja ki az üdvösség kegyelmeit testére, ami az Egyház.

**1408** Az Eucharisztia ünneplése mindig magában foglalja: Isten Igéjének hirdetését, a hálaadást az Atyaistennek minden jótéteményéért, elsősorban Fiának ajándékozásáért, a kenyér és a bor konzekrációját és a részesedést a liturgikus lakomában az Úr teste és vére vétele által. Mindezek az elemek egy és ugyanazt a kultikus cselekményt alkotják.

**1409** Az Eucharisztia Krisztus húsvétjának emlékezete: azaz az üdvösség Krisztus élete, halála és föltámadása által beteljesített művéé, a műé, mely a liturgikus cselekmény által jelenvalóvá válik.

**1410** Krisztus, az Újszövetség örök Főpapja, a pap szolgálata által maga ajánlja föl az eucharisztikus áldozatot. Ugyanakkor, mert valóságosan jelen van a kenyér és a bor színe alatt, Ő maga az eucharisztikus áldozat.

**1411** Egyedül az érvényesen fölszentelt papok vezethetik az Eucharisziát, s konsekrálnak a kenyeret és a bort, hogy az Úr testévé és vérévé váljanak.

**1412** A szentség lényeges jelei a búzakenyér és a szőlőbor, melyekre a pap lehívja a Szentlélek áldását és kimondja azokat a konsekráció szavakat, melyeket Jézus az utolsó vacsorán mondott: "Ez az én testem, mely értetek adatik. (...) Ez az én vérem kelyhe (...)".

**1413** A konsekráció által történik a kenyér és a bor átlényegülése Krisztus testévé és vérévé. A konsekrált kenyér és a bor színei alatt maga az élő és dicsőséges Krisztus van jelen igazán, valóságosan és lényegileg, az Ő teste és vére, Lelkével és istenségével együtt.

**1414** Az Eucharisziát mint áldozatot mind az élők, mind a megholtak bűneinek jóvátételére, s Istentől lelki vagy testi jótétemények elnyerésére is fölajánljuk.

**1415** Aki Krisztust az eucharisztikus kommunióban magához akarja venni, annak a kegyelem állapotában kell lennie. Ha valaki tudatában van annak, hogy halálos bűnt követett el, nem járulhat az Eucharisziához, amíg föloldozást nem kapott a bűnbánat szentségében.

**1416** Krisztus testének és vérének vétele növeli az áldozó egyesülését az Úrral, megbocsátja bocsánatos bűneit és megőrzi a súlyos bűnöktől. Mivel az áldozó és Krisztus között a szeretet kötelékei erősödnek, e szentség vétele erősíti az Egyház, Krisztus titokzatos testének egységét.

**1417** Az Egyház nagyon ajánlja a hívőknek a szentáldozást, amikor részt vesznek az Eucharisztia ünneplésében; évente legalább egyszer kötelezővé teszi számukra.

**1418** Tekintettel arra, hogy Krisztus jelen van az Oltáriszentségben, imádó hódolat illeti meg. A leghörszentebb szentség meglátogatása "az Úr Krisztus iránt (...) a hála bizonyítéka, a szeretet záloga s a kötelező imádás lerovása."

**1419** Krisztus, amikor ebből a világból átment az Atyához, az Eucharisziában nekünk adta a dicsőség zálogát: a szent áldozatban való részesedés a Szívéhez tesz hasonlóvá, fönttartja erőinket a földi élet zarándokútján, ébren tartja bennünk az örök élet vágyát és már most egyesít a mennyei egyházzal, a Boldogságos Szűzzel és az összes szentekkel.

## 2.2.2. Pápai gondolatok

### **II. Szent János Pál: Mane nobiscum Domine apostoli levele (2004)**

**3.** A „kenyértörés” – ahogyan kezdetben nevezték az Eucharisziát – örökre az Egyház életének középpontjában van. Az idők folyamán Krisztus általa jeleníti meg halálának és föltámadásának misztériumát. Benne személyesen Őt kapjuk, „az égből alászállott élő kenyeret” (Jn



6,51), és Ővele nekünk adatott az örök élet záloga, melyben megízlelhetjük a mennyei Jeruzsálem örök lakomáját. Már többször, és legutóbb az *Ecclesia de Eucharistia* kezdetű enciklikában – az egyházatyák, az egyetemes zsinatok és elődeim nyomdokait követve – meghívtam az Egyházat az Eucharisziáról való elmélkedésre. Ezért nem áll szándékomban ebben a levélben megismételni a már elmondott tanítást, csak hivatkozom rá, hogy tegyük magunkévá és mélyítsük el azt. De úgy láttam, hogy éppen e célból igen nagy segítséget jelenthet egy esztendő, amit teljes egészében e csodálatos Szentségnek szentelünk.

**12.** Az Eucharisztia mindenekelőtt azért világosság, mert az Eucharisztia liturgiáját minden szentmisében megelőzi Isten Igéjének liturgiája, és a két „asztal”, tudniillik az Ige és a Kenyér asztala egységet alkot. Ez az összetartozás mutatkozik a János-evangélium eucharisztikus beszédében, melyben Jézus tanítása misztériumának alapvető bemutatásáról áttér a sajátos eucharisztikus jelleg magyarázatára: „Az én Testem valóban étel, és az én Vérem valóban ital” (Jn 6,55). Tudjuk, hogy e kijelentés a hallgatók nagy részében krízist okozott, és arra indította Pétert, hogy az apostolok és minden idők Egyháza szóvivőjeként kimondja: „Uram, kihez menjünk? Az örök élet igéi nálad vannak.” (Jn 6,68.) Az emmauszi tanítványok történetében maga Krisztus mutatja meg „Mózesen kezdve az összes prófétánál”, hogyan beszélt „az összes írás” személye misztériumáról (vö. Lk 24,27). Szavai „meggyújtották” a tanítványok szívét, megszabadították őket a szomorúság és a reménytelenség árnyától, és fölkeltették bennük a vágyat, hogy vele maradhassanak: „Maradj velünk, Urunk!” (vö. Lk 24,29.)

„Maradjatok bennem és én tibennetek” (Jn 15,4)

**19.** Az emmauszi tanítványok kérésére, hogy „velük” maradjon, Jézus

egy sokkal nagyobb ajándékkal válaszolt: az Eucharisztia szentségével megtalálta annak módját, hogy „bennük maradjon”. Az Eucharisztia vétele azt jelenti, hogy mélységes közösségre lépünk Jézussal. „Maradjatok bennem, és én tibennetek” (Jn 15,4). E bensőséges és kölcsönös egymásban „maradás” bizonyos módon lehetővé teszi, hogy elővételezzük a mennyországot a földön. Vajon nem ez-e az ember legnagyobb óhaja? Nem ezt tűzte-e ki maga elé célként Isten, amikor üdvözítő tervét megvalósítja a történelemben? Ő oltotta az ember szívébe az Igéje utáni „éhséget” (vö. ám 8,11), azt az éhséget, amely csak akkor szűnik meg, amikor az ember teljes közösségre lép Ővele. A szentáldozás azért adatott nekünk, hogy „jóllakhassunk” Istennel itt a földön, beteljesedést várva az égből.

## **XVI. Benedek: Sacramentum caritatis apostoli buzdítása (2007)**

**7.** Az eucharisztikus hit legfontosabb tartalma magának Istennek a misztériuma, a szentháromságos szeretet. Jézusnak Nikodémussal folytatott beszélgetésében találunk egy idevonatkozó megvilágosító kijelentést: „Isten úgy szerette a világot, hogy egyszülött Fiát adta oda, hogy aki hisz benne, el ne vesszen, hanem örökké éljen. Mert Isten nem azért küldte Fiát a világba, hogy elítélje a világot, hanem hogy üdvözüljön általa a világ” (Jn 3,16-17). E szavak megmutatják Isten ajándékának legmélyebb gyökerét. Jézus az Eucharisziában nem „valamit” ad, hanem önmagát adja; a tulajdon testét ajánlja föl és a tulajdon vérént ontja. Így ajándékozta saját létének teljességét, kinyilatkoztatva ennek a szeretetnek ősforrását. Ő az örök Fiú, akit az Atya odaadott értünk. Az evangéliumban azt is halljuk, hogy Jézus, miután az öt kenyér és két hal megszorításával jóllakatta a sokaságot, azoknak, akik egészen a kafarnaumi zsinagógáig követték őt, mondja: „Az én Atyám adja nektek az igazi kenyeret az égből; Isten kenyere az, aki leszállt az égből és életet ad a világnak” (Jn 6,32-33), és a végén

önmagát, a saját testét és véréát azonosítja ezzel a kenyérral: „Én vagyok a mennyből alászállott élő kenyér. Aki e kenyérből eszik, örökké él. A kenyér, amelyet adok, a testem a világ életéért” (Jn 6,51). Jézus így az élet kenyérének nyilatkoztatja ki magát, akit az örök Atya ajándékoz az embereknek.

## **XVI. Benedek: Spe salvi enciklikája (2007)**

### ***Örök élet – de mi is az?***

**10.** Mindezzel az Újszövetség és a korai kereszténység hitéről és reményéről beszéltünk, de az is mindig láthatóvá vált, hogy nem csupán a múltból szólnak, hanem a mondottak általában az ember életéről és haláláról, tehát rólunk is szólnak, és ma is érvényesek. Most azonban kifejezetten föl kell tennünk a kérdést: vajon a keresztény hit számunkra ma is olyan remény-e, mely átformálja és hordozza az életünket? „Performatív-e” számunkra – olyan üzenet-e, mely az egész életet újjáformálja, vagy már csak „információ”, amelyet időközben mellőztünk, és úgy tűnik, az új információk túlhaladják? Annak a párbeszédnek a klasszikus formájából szeretnék kiindulni, amellyel a keresztelezés szertartása megnyitotta az utat az újszülött befogadására a hívők közösségébe és a Krisztusban való újjászületésére. A pap először a gyermek nevét kérdezte a szülőktől, majd további kérdéseket tett fel: „Mit kívánsz az Egyháztól?” Válasz: „A hitet.” „És mit ad neked a hit?” – „Az örök életet.” E párbeszéd szerint a szülők a gyermek számára a hithez való hozzájutást keresték, a közösséget a hívőkkel, mert a hitben az „örök élet” kulcsát látták. Valóban, mint egykor, ma is erről van szó a keresztelezéskor, a kereszténnyé váláskor. Nemcsak a közösségbe való beiktatás aktusa, nem egyszerűen fölvetel az Egyházba; a szülők a keresztelező számára ennél többet várnak: azt tudniillik, hogy a hit, amelyhez az Egyház testi mivolta és

szentségei is hozzátartoznak, életet ajándékoz neki – az örök életet. A hit a remény szubsztanciája. De most fölvetődik a kérdés: akarjuk mi ezt igazában – akarunk örökké élni? Sok ember manapság talán éppen azért utasítja el a hitet, mert az örök életet nem tartja kívánatosnak. Sokan egyáltalán nem az örök életet, hanem ezt a mostanit akarják, és úgy látják, hogy az örök életbe vetett hit ezt inkább akadályozza. Örökké – vég nélkül – tovább élni inkább kárhozatalnak, mint ajándéknak tűnik számukra. Kétségtelen, a halált mindenki késleltetni szeretné, amennyire csak lehetséges. De folyamatosan és vég nélkül élni – ez csak unalmas és végül elviselhetetlen lehet. Éppen ezt mondja például az egyházatyá Ambrus meghalt testvérenek, Satyrusnak a gyászbeszédében: „Igaz, hogy a halál nem volt része a természetnek, de természetessé vált; a halált ugyanis Isten nem kezdettől fogva alkotta, hanem gyógyszerként adta. [...] A törvényszegésért mindennapi munkára és elviselhetetlen veszélyre ítélt emberi élet nyomorult lett: véget kellett vetni a bajoknak, hogy a halál helyreállítsa azt, amit az élet elveszített. A halhatatlanság inkább teher lenne, mint ajándék, ha meg nem világosítja a kegyelem.” Korábban pedig azt mondta Ambrus: „Tehát nem keseregni kell a halál miatt, mert az az üdvösség oka.”

**11.** Bármit is akart mondani pontosan ezekkel a szavakkal Szent Ambrus – igaz az, hogy a halál megszüntetése vagy gyakorlatilag korlátlan elodázása a földet és az emberiséget lehetetlen helyzetbe hozná, és az egyes embereknek sem volna jótétemény. Nyilvánvaló, hogy magatartásunkban valami ellentmondás van, mely létünk belső ellentmondásosságára utal. Egyrészt nem akarunk meghalni; főleg az nem akarja, hogy meghaljunk, aki szeret minket. Másrészt viszont mégsem szeretnénk vég nélkül így tovább létezni és a föld sem erre van teremtve. Akkor hát mit is akarunk valójában? Magatartásunk e paradoxona egy mélyebb kérdést vet föl. Mi is tulajdonképpen az „élet”? És mit jelent valójában az

„örökkévalóság”? Vannak pillanatok, amikor hirtelen úgy érezzük: igen, ez volna valójában – az igazi „élet” –, így kellene maradnia. Emellett van az, amit mindennapi „életnek” nevezünk, ami nem az igazi élet. Ágoston Probanak, egy gazdag római özvegynek és három konzul anyjának szóló nagy levelében egyszer ezt mondja az imádságról: Igazában mi csak egyet akarunk – „a boldog életet”, az életet, amely egyszerűen élet, egyszerűen „boldogság”. Végző soron semmi másért nem imádkozunk. Csak ezért vagyunk úton – csak erről az egyről van szó. De Ágoston azután ezt is mondja: pontosabban nézve egyáltalán nem tudjuk, mire is vágyódunk, mit is szeretnénk tulajdonképpen. Egyáltalán nem tudjuk; még az olyan pillanatokban sem, amikor úgy véljük, hogy megérintettük, valójában nem érjük el. „Azt sem tudjuk, mit kérjünk”, vallja Szent Pál szavával (*Róm* 8,26). Csak egyet tudunk: ez nem az. De tudatlanságunkban is tudjuk, hogy léteznie kell. „Tehát, hogy úgy mondjam, egyfajta tudós tudatlanság (*docta ignorantia*) van bennünk” – írja. Nem tudjuk, mit szeretnénk valójában; ezt az „igazi életet” nem ismerjük; és mégis tudjuk, hogy valaminek lennie kell, amit nem ismerünk, s ami felé ösztönzést érzünk.

**12.** Úgy gondolom, Szent Ágoston nagyon pontosan és máig érvényesen írja le az ember lényegi szituációját, amelyből minden ellentmondása és reménye fakad. Szeretnénk valahogyan magát az életet, a tulajdonképpenit, melyet a halál sem érint; ugyanakkor nem tudjuk, mire törekszünk. Nem tudunk fölhagyni azzal, hogy törekedjünk utána, de tudjuk, hogy mindaz, amit megtapasztalhatunk vagy megvalósíthatunk, nem az, amire vágyódunk. Ez az ismeretlen „valami” az igazi „remény”, mely űz minket, s ugyanakkor ismeretlen volta az oka minden kétségnek, ahogy az igazi világra és az igazi emberre vonatkozó minden pozitív és minden romboló kezdeményezésnek is. Az „örök élet” kifejezés próbál nevet adni ennek az ismeretlen ismerősnek. Szükségszerűen nem megfelelő kifejezés, amely zavart kelt. Az „örök” hallatán a

végtelenségre gondolunk és ez megriaszt; az „élet” hallatára az általunk megtapasztalt életre gondolunk, melyet szeretünk és nem akarunk elveszíteni, s amely ugyanakkor mindig inkább vesződség, mint beteljesedés, úgyhogy egyrészt akarjuk, ugyanakkor pedig nem akarjuk. Csak azt tudjuk megkísérelni, hogy a bennünket foglyul ejtő időbeliségből gondolatban kilépjünk, és így megsejtsük, hogy az örökkévalóság nem a naptári napok állandó egymásutánja, hanem olyan, mint a beteljesedés nyugodt pillanata, amelyben az egész átölel minket és mi átöleljük az egészet. A végtelen szeretet óceánjába való elmerülés pillanata az, amelyben az idő – az előbb és az utóbb – nincs többé. Csak arra vagyunk képesek, hogy ezt a pillanatot a teljes értelemben vett életként próbáljuk meg elgondolni, mindig új elmerülésként a lét mélységeibe, miközben egyszerűen eláraszt bennünket az öröm. Jánosnál Jézus ezt így fejezi ki: „Viszontlátlak titeket és örülni fog a szívetek, és örömtöket senki nem veszi el tőletek” (*Jn* 16, 22). Ebben az irányban kell gondolkodnunk, ha meg akarjuk érteni, mire irányul a keresztyén remény; mit várunk a hittől, a Krisztussal való együttléttünkötől.

## 2.3.Liturgikus vonal

### 2.3.2. Liturgikus énekek



Gitáros énekek:

„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.” (Jn 6, 51)

### Ivancsits Tamás - Megszentelt kenyér

Kotta: <http://www.ivancsitstamas.hu/kottak.html>

G / G / C D / G D /

G / G / C D / G //

G G

Szenvedésed előtt az utolsó vacsorán

C D G

az apostolokkal együtt étkeztél.

G G

Minden szentmisében ezt idézzük fel,

C D G

ezt, mit – Urunk – értünk rendeltél.

G G

„Egyétek ezt a kenyeret, igyátok ezt a bort,

C D G

testem, vérem áldozatul adom.

G G

Ezt cselekedjétek az én emlékezetemre!

C D G

Önmagamot íme rátok hagyom.”

F C F C

Így rendelkezél. Táplálék lettél.

A A7 dm

valóságos jelenléted élő szeretet,

D7 G (G7)

templomokba és szívekbe költöztél.

C G

Megszentelt kenyér, megszentelt bor.

D G

Köztünk vagy, Jézus, most és mindenkor.

C G

Testté lett kenyér, vérré lett bor.

D G

Köztünk vagy, Jézus, most és mindenkor.

„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.” (Jn 6, 51)

### Tápláló szent kenyér

<https://www.youtube.com/watch?v=Ph-CRucFLZI>

Forrás: [http://www.kottacsere.hu/?wpfb\\_dl=622](http://www.kottacsere.hu/?wpfb_dl=622)

## 10. Végtelen

zene és szöveg: Gábel András

D<sup>2</sup> Hm<sup>7</sup> Em<sup>9/7</sup>

5 A<sup>9/4</sup> A<sup>9</sup> Táplá-ló szent kenyér, táp-lá-ló drága vér, be-től-ti szí-ve-met, a végte-

len. Békémnek záloga, lelkemnek otthona, formáld át é-le-tem, légy ve-

9 A<sup>4</sup> A D<sup>2</sup> Hm<sup>7</sup> Em<sup>9/7</sup>

lem. Táplá-ló szent kenyér, táp-lá-ló drága vér, be-től-ti szí-ve-met a végte-

13 A<sup>4</sup> A D<sup>2</sup> Hm<sup>7</sup> Em<sup>7</sup> A

len. Békémnek záloga, lelkemnek otthona, formáld át é-le-tem, légy ve-

17 D<sup>2</sup> H<sup>7</sup> E Cisz<sup>7</sup>

lem. Táplá-ló szent kenyér, táp-lá-ló drága vér, be-től-ti

„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.” (Jn 6, 51)

### Sillye Jenő - A föld és az ég

<https://www.youtube.com/watch?v=aY8YWKDouMY>

Kotta: [http://www.keresztenydalok.hu/enekek/a\\_fold\\_es\\_az\\_eg](http://www.keresztenydalok.hu/enekek/a_fold_es_az_eg)

*e A D G*  
A föld és az ég asztalunknál összeér,  
*C D G e*  
értünk lett élet ez a bor és a kenyér!  
*C D G e*  
Őáltala, Ővele, Őbenne  
*D C*  
Tied vagyunk, Tied vagyunk,  
*D e*  
Tied vagyunk, Tied vagyunk!  
*e H*  
Ments meg minket, táplálj minket,  
*e a H*  
ments meg minket, táplálj minket,  
*e C G*  
ments meg minket, táplálj minket,  
*D e*  
ments meg minket!

„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.” (Jn 6, 51)

### Pintér Béla - Ő a minden

<https://www.youtube.com/watch?v=ftOzOYj8yHI>

kotta:

<http://worship.golgota.hu/WorshipResource/Akkordok/O/O%20a%20minden.pdf>

## Ő a minden

Pintér Béla

(Verse:)

**C#m** **A** **E/G#** **H**  
Nincs más cél, és nincs más út, nincs más kéz, mi értünk nyúlt

**C#m** **A** **E/G#**  
Ha szomjas vagy, nincs más kút: Jézus az Egyetlen  
Egy pillantása mindent lát, egy érintése átfomál  
Elég, ha szól egy szót, s porba hull a súlyos lánc.

(Chorus:)

**C#m** **A** **E** **H**  
Ő a minden, Akire nézve az Ég és Föld teremtetett

**C#m** **A** **E** **H**  
Beszéde élet, szeretetébe én is elmerülhetek

**C#m** **A** **E** **H**  
Ő a minden, Akire nézve az Ég és Föld teremtetett

**C#m** **A** **E**  
Beszéde élet, szeretetébe én is elmerülhetek

(Bridge:)

**C#m** **A** **E** **H** **C#m** **A** **H**  
Érttem jött, rám talált, szeretve felkarolt engem

**C#m** **A** **E** **H** **C#m** **A** **H**  
Minden szív, minden száj vallja, Jézus az Egyetlen!

**C#m** **A/C#** **E/H** **H/D#** **C#m** **A** **H**  
Érttem jött, rám talált, szeretve felkarolt engem

**C#m** **A/C#** **E/H** **H/D#** **C#m** **A** **H**  
Minden szív, minden száj vallja, Jézus az Egyetlen!

## 2.4. Pedagógiai vonal leírása:

### 2.4.1. Tantörténetek

„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.” (Jn 6, 51)

### 1870-ben történt...

1870-ben történt, a porosz-francia háború idején. Egy kis falu lángba borult s a legelső épület, amelyik hatalmas lángokkal égni kezdett, éppen az Isten háza volt. A megrémült lakosság sápadtan rohant a templom felé, de ijedten torpant meg előtte: menteni, segíteni már nem lehetett. Hatalmas tűznyelvek csaptak ki a templomépületből, a plébános nem volt otthon, bent a templomban pedig – igen... bent pedig ott volt elzárva az oltáron az Oltáriszenség!

A megrettent hívek ijedten tanakodtak: ki menjen be az Oltáriszenségért. Minden szem a bíróra nézett. Ő az első a faluban, őt illeti a feladat.

Én? Én nem tehetem, – kiáltott fel a bíró. – Én, szegény bűnös ember, vegyem kezembe az Oltáriszenséget, a mi Urunkat, Megváltónkat? Nem, az nem lehet!

Akkor kérték a másodikat, a harmadikat, a negyediket: a válasz ugyanaz volt: Én, ki olyan bűnös vagyok, én érintsem meg az Oltáriszenséget? Nem, én nem merem!

Közben pedig terjedt a tűz, már egyetlen lángtenger volt az egész épület! Habozásra nem volt többé idő... Mikor aztán a

tanácstalanság a legnagyobb lett, a bírónak mentő gondolata támadt. „Emberek, van egy négyéves kis fiam, ártatlan, angyali lélek. Az Üdvözítő mindig szerette a kicsinyeket, szerette az ő ártatlan lelkük miatt. Ő kiment az Oltáriszentséget!”

Azzal ölébe kapta kis fiát, berontott az égő templomba és föltépte az oltárszekrény ajtaját. „Fiacskám, nézd, ebben a kehelyben van a Jézuska, fogjad jól.” És pár pillanat múlva a recsegő-ropogó, füstölgő, lángoló gerendák közt megjelent az ajtóban csapzott hajjal, megperzselt ruhában a bíró, karján kicsiny gyermekével, aki féltve szorítja magához az Oltáriszentséget...

Az Oltáriszentség meg volt mentve!

Kedves Testvéreim! Jól tudták ezek az egyszerű hívek, mennyi szeretettel, hálával és gyöngédséggel kell viseltetnünk a legméltóságosabb Oltáriszentség iránt, amelyben az Úr Jézus az ő végtelen szeretetének legfényesebb bizonyágát adta!

Mi hát nekünk az Oltáriszentség? Tegyük föl a kérdést magunknak!

(Tóth Tihamér) (Az Oltáriszentség előtt, Stella Maris Alapítvány, 2006.)

Forrás: <http://www.ek2013.hu/imak-enekek-tortenetek/tortenetek>

*„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.”* (Jn 6, 51)

### *A Lanciano-i átváltozási csoda (Olaszország, 750)*



Körülbelül 750-ben történt. A pontos évszám ma már megnyugtatóan nem állapítható meg.

Egy alkalommal a Lancianoi Szent Legonziano templomban fiatal pap misézett. Gyötrő kétség szállta meg, vajon e fehér ostya, melyet kezében tartott valóban az Istenember testévé és a kehelyben levő bor Krisztus vérévé változott-e.

Egyszerre forróság öntötte el, megrendülten szemlélte: az aranypaténán (aranytálkán) levő hófehér Szentostya megváltoztatta színét, piros lett és felduzzadt – vérző húsdarab lett belőle, míg a kehelyben piros vér pezsgett. A pap sírva borult térdre, miközben Szent Tamás apostol szavait suttogta: „Én Uram, és Istenem!” Egész teste remegett, nem volt ereje a szent cselekmény befejezéséhez.

A paténát a csodás Testtel és a kelyhet a drágalátos Vérral gondosan megőrizték és mind a mai napig őrzik a templomban.

A lanciano-i csoda, folytonos csoda: az átalakult részek nem romlottak meg, épségben maradtak több, mint ezer éven át mostanáig.

Lancio érseke 1970-ben szaktudósokból álló orvosi bizottságot hívott össze, melynek vizsgálati eredményéről a következő okirat tanúskodik:



Lanciano érseke és Ortana püspöke

szám: 06/L/XX.

Alulírott Lanciano érseke tudtul adja és tanúsítja, hogy a Lancianoi Szent Ferenc templomban, a nép nyelvén „Az Eucharisztia csodájának szentélyében”, a VIII. évszázadtól őrzik az eucharisztikus maradványokat hús és vér alakjában.

Az átváltozási csoda szentmise közben történt a Szent Legonziano templomban, amely fölött emelkedik a már fent említett szentély.

Érseki kezdeményezésre szaktudósok orvosi bizottsága megvizsgálta a szent ereklyéket; a vizsgálat hónapokig tartott.

A tudományos vizsgálat eredménye:

1. Valóságos húsról és vérről van szó.
2. Sem a test, sem a vér nem származik embertől.
3. A hús egyértelműen szív-szövet struktúrára utal.
4. A hús és a vér egyazon vércsoportozáshoz tartozik.
5. A vér diagrammája, mai értelmezés szerint, emberi vérré „átvihető”.
6. A hús és vér élő személyt feltételez.

Alulírott kezeskedik a fentiek valóságáért.

Érseki bélyegző                      Pacifico Perontoni

(érsek és püspök)

Forrás: <http://www.ek2013.hu/imak-enekek-tortenetek/tortenetek>

Kép

forrása:

[http://lektorzyujana.blogspot.hu/2011\\_05\\_01\\_archive.html](http://lektorzyujana.blogspot.hu/2011_05_01_archive.html)

**„Bizony, bizony, mondom nektek: Ha nem eszitek az Emberfia testét, és nem isszátok az ő véréét, nem lesz élet bennetek!” (Jn 6,53)**

**A tenger hullámai meghátrálnak Tumacóban a Szentostya előtt (Dél-Amerika, 1906)**



Tumaco Kolumbia egy kis csendes-óceáni szigetén található 1906. január 31-én egy oltáriszentség-csoda mentette meg a várost és környékét a tengerár rombolásától. A partmenti lakosok százai

lelkipásztoraikkal a két ágostonrendi atyával: Páter Gerard Larronddal és Páter Julian Morenoval együtt szemtanúi voltak e történelmi eseménynek.

Délelőtt tíz órakor heves földrengés ejtette kétségbe Tumaco lakosait. Ez olyan erős és tartós volt, hogy sok ház romba dőlt, a templom szobrai mind a földre hulltak. A pánik teljes volt, a nép apraja-nagyja a templomban keresett menedéket. Sírva kérték a két misszionáriust, engesztelő körmenetben esedezzenek Isten irgalmáért, s máris hozták a templomi feszületet, a zászlókat és szentképeket, hogy ájtatosságuk kifejezőbb legyen.

A misszió vezetője, P. Larrondo, mindenekelőtt lelket igyekezett önteni a fejvesztett tömegbe, s ezért a templomtérén maga köré állította a népet. Már éppen szólani akart, amikor tekintete a tengerre

tévedt, s megdöbbenve látta, hogy a víz fokozatosan visszahúzódik, bár nem volt apály, és már vagy másfél kilométerre maga mögött hagyja a partot. Távolabb azonban a tenger felszínén feltornyosultak a hullámok, óriási vízfalat képeznek, mely minden pillanatban visszafelé fordulva Tumaco egész partvidékét elárasztva, megsemmisítheti.

A félelmetes veszély a páter torkára forrasztotta a szót, nyomban a templomba rohant. Az áldoztató kelyhet kivette a szentségházból, a benne lévő Szentostyákat egy kivételével a misekendőre öntve, visszahelyezte a tabernákulumba. A nála maradt Oltáriszentséget jobb kezében, az üres cibóriumot bal kezében magasra emelve a tengerpartra futott. A toronymagas vízfal aközben teljes szélességében összeroppant, a hullámok meg több méteres magasságban a part felé özönlöttek. Asszonyok, férfiak és gyermekek rémítően sikoltottak, mert bizonyosra vették, hogy otthonukkal együtt menthetlenül elvesznek.

Larrondo atya pedig már csípőig gázolt az előrezúduló vízárban, magasra tartva a Szentostyát és megáldva vele az öldöklő vízuhatagot. Erre a hatalmas hullámóriások néhány méterre a kicsike Szentostya előtt hirtelen megálltak, mintha csak engedelmességgel akarnának hódolni isteni Mesterüknek és parancsolójuknak. Azután hátat fordítottak a partnak és lassan visszatértek a tenger végtelenségébe.

A halálveszélyben vergődő nép lenyűgözve szemlélte megmenekülése csodáját. Sírva járta körül a Szentostyát, úgy ünnepelt s adott hálát szabadító Istenének.

Páter Larrondo elhozatta a templomból az arany monstarnciát, abba helyezte a Legszentebbet, majd énekelve, imádkozva vonult a nép,

mint Úrnapján szokott, ünnepi körmenetben, boldogan a megmentett város utcáin végig.

A Tomaco-i csoda híre mindenfelé elterjedt és mindenütt nagy feltűnést keltett. Ugyanazon a napon ugyanis a földrengés következtében Kolumbia más partvidékei is veszélybe kerültek, sőt egyes helyeket a tengerár teljesen elpusztított.

(Ha természeti csapás fenyeget, meneküljünk bizalommal a Legméltóságosabb Oltáriszentséghez! Benne jelen van Jézus Krisztus istenségével, testével, vérével és lelkével s ugyanúgy, mint földi életében a háborgó tengert lecsendesítette, most is megmenthet a vihartól, jégesőtől, földrengéstől, tűzvésztől, árvízről.)

Forrás: <http://www.ek2013.hu/imak-enekek-tortenetek/tortenetek>

Kép forrása: <http://www.borsonline.hu/aktualis/3-meteres-vizfal-omlik-new-york-utcaira/53597>

**„Bizony, bizony, mondom nektek: Ha nem eszitek az Emberfia testét, és nem isszátok az ő véré, nem lesz élet bennetek!” (Jn 6,53)**

**Hit, bizalom, remény**

Egyszer a falusiak elhatározták, hogy esőért imádkoznak. Az ima napján mindenki kivonult a mezőre, de csak egy kisfiú volt, aki hozott magával esernyőt. Ez a HIT.

Amikor egy egyéves gyermeket a levegőbe dob az apja, nevet, mert tudja, hogy el fogja kapni. Ez a BIZALOM.

Amikor éjjel aludni térünk, nincs rá biztosíték, hogy reggel felébredünk. Mégis beállítjuk az ébresztőórát. Ez a REMÉNY.

[http://velunkazisten.hu/blog/sa/Hit\\_bizalom\\_remeny](http://velunkazisten.hu/blog/sa/Hit_bizalom_remeny)

## Elmélkedés

*„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.” (Jn 6, 51)*

### Jézus hét tanítása az Oltáriszentségben



Az összes ajándék közül, amit Isten adott az Egyháznak, kérdés nélkül a legnagyobb az Oltáriszentség, mert az nem más, mint a test, a vér, a lélek és maga Jézus istensége. Az eucharisztikus ostyában az Isteni Üdvözítő lakozik az emberek között, az Ő teljességében. Valóban velünk az Isten - mi lehet ennél nagyobb?

Ha az Oltáriszentség maga Jézus és a szentség megtalálható Krisztus tükrözésében, akkor az Oltáriszentség a szentség iskolája. Ma röviden Jézus tulajdonságairól elmélkedek az Eucharisziában, mit taníthat az Ő jelenléte a szentségről és a férfiasságról.

#### 1. Alázat

Az Oltáriszentségben látjuk Jézus Krisztus mély alázatát. Itt az örök Isten bölcsessége, aki minden dolgot megteremtett, az Örök Atya világossága legjobban a hétköznapi étel formájában ereszkedik le közénk. Elvégre a kenyér egyszerű étel, a szegények elege. A finomra vágott hússal ellentétben a kenyeret szinte mindig úgy esszük, mint amit szinte észre sem veszünk. Ha utánozni akarjuk Krisztust, elsősorban az alázatot kell gyakorolnunk. A szolga nem nagyobb az uránál. Meg kell elégednünk, hogy észrevétlenek, dicstelennek, és meg nem értettnek kell lennünk. Meg kell adni minden dicsőséget Istennek, az alázatosságot és szerénységet választani - mintha egy falat kenyér lennénk.

#### 2. Csend

A férfiak mindig is nagy becsben tartották a csendes erőt, amit jobban demonstrálnak a tettek, mint az üres szavak. Az eucharisztikus ostyában Jézus üdvözl bennünket teljes csenddel. Ő kész meghallgatni mindent, amit el kell mondanunk, és csak akkor szól, ha már elcsendesítettük a szívünket és annyira csendben

vagyunk, mint ő. Végül készen áll Ő, hogy eljárjon a nevünkben, ha csak az Ő ígéreteiben bízunk.

A szentek folyamatosan dicsérik a csend erényét, bennünket arra figyelmeztetnek, hogy minden fölösleges szóért ítélet alá esünk majd. Vajon vesztegetjük a szót? Ennél több, meghalljuk-e, amit mások mondanak? Mi férfiak sokat küzdünk, hogy tudjunk hallgatni, pedig a hallgatás szereteteli cselekedet. Hallgasd meg a feleséged vagy másokat körülötted, akik kétségbeesetten keresik valakinek a figyelmét.

### 3. Szeretet

Szinte minden regisztrált eucharisztikus csoda során az ostya átváltozik az emberi szív egy húsdarabjává. Ez nem véletlen. Az Oltáriszentségben Krisztus dobogó szíve szeretettel ég irántunk, és ő vágyik cserébe a mi szeretetünkre. A kereszten Krisztus szó szerint meghalt egy összetört, szerető szívvel a bűnös emberiségért, kiöntve az Ő drága vérért, hogy elnyerje szeretetünket. Igen, több bárminél, ezt a szeretetet várja el Jézus leginkább azoktól, akiket megváltott, és ha tudott volna többet megtenni, megtette volna.

Szereted Krisztust? Ha igen, akkor engedelmeskedsz neki, és viszed a keresztedet utána. Utánozni fogod Őt azzal, hogy leteríted életedet másokért áldozati szerelemből.

### 4. Sérülékenység

Az ostyában Krisztus teljesen és egészében sebezhető. Nagyon gyakran előfordul, hogy rosszul bánnak vele, bántalmazzák, figyelmen kívül hagyják és mellékesen kezelik, méltóság nélkül. Mégis, hajlandó ezt az árat megfizetni és élni a népe között. Nem számít, hogy hányszor van meggyalázva és megtaposva, szó szerint

vagy átvitt értelemben, Ő továbbra is eljön hozzánk újra és újra, mondván: „Én soha nem hagylak el benneteket.”

Szeretjük Őt ilyen módon? Megnyitjuk-e szívünket másoknak, még ha ez az elutasítás fájdalmát jelentheti? Megbocsátunk hetvenszer hétszer? Nem szerethetünk, ha bezárjuk a szívünket a félelem miatt. Bátran kell kiszolgáltatottnak lennünk - mint Krisztusnak.

### 5. Türelem

Krisztus türelmesen vár téged és engem a tabernákulumban és monstranciában szerte a világon. Örökké várna egyetlen látogatásra.

Ő vár minket, hogy bűnbánatot tartsunk, amikor elkóborolunk; várja hűségünk és szeretetünk szavait; arra vár, hogy hallja a mi örömeinket és bánatunkat; arra vár, hogy választ adjon legmélyebb vágyainkra. Mint Krisztusnak, türelmesnek kell lennünk másokkal, különösen azokkal, akik a legkevésbé érdemlik meg, vagy akik a legjobban próbára teszik a türelmünket.

Azok visszatérését is várni kell megbocsátó szívvel, akik megbántottak vagy elhagytak minket.

### 6. Szegénység

Földi élete során Krisztus teljes szegénységben élt. Semmit sem hozott a földre, semmit sem vitt magával. Az eucharisztikus ostyában Ő, aki megalkotta a galaxisokat, újra eljön hozzánk szegényen és mezítelenül. Ez a szegénység csak anyagi jellegű, Jézus kegyelemben gazdagon és szeretetben jön hozzánk.

Ő hevesen vágyik arra, hogy nekünk adjon mindent, amire csak szükségünk van, ha azt bizalommal kérjük. Meg akar áldani

bennünket rengeteg kegyelemmel, ami a lélek igazi gazdagsága. A materializmus és a kapzsiság olyan könnyen becsúszik a szívünkbe. Mégis arra vagyunk hivatva, hogy kövessük Krisztust a szegénységben és a pártatlanságban, hogy nagylelkűen adjuk másoknak azt, amit mi megkaptunk.

Adj, és adatik nektek – több, mint amit kérhetsz vagy remélhetsz.

## 7. Jelenlét

Isten jelenlétének ajándéka a legnagyobb ajándék. Az ókori izraelitáknál nem volt nagyobb csapás, mint amikor megszűnt az Úr jelenléte. Hasonlóképpen nem volt nagyobb vigasz, mint az ő jelenlétének biztosítéka. Ugyanez van ma is. Ha velünk van Jézus, rendelkezünk minden dologgal, ha Ő nincs, semmink sincsen.

Nem kell messzire utaznunk, hogy megtaláljuk Krisztus jelenlétét – annyira van közel, mint a legközelebbi plébánia, mint az ősi "jelenlét kenyere" a zsidó templomban. Az Ő jelenléte nem egy absztrakció vagy eszme, hanem valódi, kézzelfogható az érzékeink számára. Mi, katolikusok is örömmel és őszintén mondom, "A Seregek Ura velünk van, Jákob Istene a mi menedékünk."

Ha Krisztust akarjuk utánozni, akkor jelen kell lennünk azoknál, akiknek szükségük van ránk. Hány távollévő apa és férj van! Hány feleséget és gyereket hagyta el a férfi, aki arra volt hivatva, hogy letegye életét számukra. Te jelen vagy a családotd számára? A feleséged és a gyerekeid jelentik a prioritást? Ha férj és apa vagy, a jelenléted pótolhatatlan ajándék.

Légy jelen.

## Következtetés

Ha Krisztust az Oltáriszentségben tökéletesen utánoznánk, szentek lennénk. De ez nem könnyű. Ez megköveteli a folyamatos bűnbánatot és a megtérést; levetkőzni az öregembert és felhúzni az újat. Ez a hivatásunk. Azt javaslom mindenkinek, hogy találja meg az imádat kápolnáját és elmélkedjen az Oltáriszentségről.

Látogasd meg Jézust, és imádd őt, kérve a kegyelmet, hogy követni és teljesen utánozni tudjad Őt. Önts ki a szívedet neki, mondd el a reményeket és a félelmeket, a kívánságokat és igényeket, és halld meg, amikor cserében elmondja beszédét a szentségről és az üdvösségről, "Én veletek vagyok minden nap, egészen a világ beteljesüléséig."

Forrás: <http://www.karizmatikus.hu/hitvedelem/tanitas-atyak-tanito-testverek/3813-jezus-het-tanitasa-oltariszentsegben.html>

### 2.4.2. Evangélium témáját feldolgozó vers

*„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.”* (Jn 6, 51)

**Tímár Ildikó – Elsőáldozás**



Remegve ültem a templomi padban,  
Csak az járt fejemben, hogy eljött a nagy nap:  
Annyi évig éheztem, lélekben koldus voltam,  
Életem értelmét eddig nem találtam.

Ma végre itt vagyok, s eljön az Úr hozzám,  
Ő, kinek testét kegyetlen megkínózták,  
Ő, ki vérét ontotta értem a keresztfán,  
Ki bűneim ellenére szeretettel ölel át.

Ott álltam már az Irgalmas Úr előtt,  
Féltem, mégis vágytam rá, hogy eljöjjön.  
Kenyér - és borszínben meglátogatott,  
Ő, aki nekem mindent megbocsátott.

Forrás: <http://www.poet.hu/vers/175433>

Kép forrása: [http://pasaret.ofm.hu/plebania\\_hivatal/elsealdozas](http://pasaret.ofm.hu/plebania_hivatal/elsealdozas)

*„Én vagyok a mennyből alászállott, élő kenyér. Aki ebből a kenyérből eszik, örökké fog élni. Az a kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért.” (Jn 6, 51)*

### **Ima az oltáriszentség előtt**

Az Oltáriszentség rózsafüzér Az Oltáriszentség előtt c. könyvben megtalálható Dicsérd az Urat! minden gondolatoddal és minden cselekedeteddel!

Imádd az Urat, mert Ő minden szeretet forrása!

Imádd az Urat, mert Ő teremtett téged is!

Imádd az Urat, mert Ő az egyedüli megváltód!

Csodálatos Jézus szemében, hogy elkezdted imádni. Tegyel meg mindent, hogy ne hagyd abba, kérd az állhatatosság kegyelmét!

Egyre inkább járja át szívedet a Jézussal töltött idő, hagyd, hogy minden teted meghatározója lehessen.

Nemzetünk megmenekülésének egyetlen útja, ha kitartunk az Oltáriszentség mellett!

Kellenek a lemondások a keresztvállalások, hiszen a Mennysországba csak a Golgotán át visz az út.

Tartsd szem előtt, hogy: aki igazán Máriás lelkületű, az Eukarisztiás is, aki igazán Eukarisztiás lelkületű, az Máriássá válik!

Istenem, köszönöm Neked, hogy végtelen alázatodban az Oltáriszentségben maradtál itt közöttünk! Csodálatos ajándék, hogy eléd járulhatok és kifejezhetem hálámat minden jótéteményedért.

Meg kell vallanom, hogy nehéz mindezt rendszeresen vállalnom, viszonylag gyorsan belefáradok a meglátogatásodba. Egyre gyakrabban jelennek meg olyan gondolataim, melyek komoly indokot találnak imaalkalmak kihagyására. Hiszen már jó ideje járok Hozzád, biztos nem haragszol meg, ha egyszer-egyszer elmaradok...

Ahogy ezt kimondtam, már érzem, hogy nem jó a döntésem, gondolataim az ellenséged gondolatai. Gyarlóságom miatt azonban nem akarnak tőlem eltávozni.

Kérlek, Jézusom, segíts, hogy életem minden napján csak neked szolgáljak. Kérlek, add meg a kitartás kegyelmét, hogy minden körülmények között meg tudjam találni a Te rendszeres dicsőítésedre szánt időt, mert semmihez sem mérhető az a béke és erő, amit eléd borulva, az időmet Neked szánva kapok Tőled.

Dicsőséges Szentháromság, Szűz Mária, Szent Angyalok! Segítsetek, hogy Jézust az Oltáriszentségben rendszeresen tudjam imádni, és ezt soha abba ne akarjam hagyni!

Ámen

### **Hála ima:**

URAM, boldogság tölt el, hogy az Egyházaadhoz tartozom.

Ellenségeid két évezred óta mindent megtettek, hogy megtörjék Egyházaadat. Fenyegették, gyalázták, pusztították... Az Egyház azonban erősebben áll, mint valaha.

Uram, örömmel látom, hogy az Egyház felé tekintenek azok, akik ma az igaz békét keresik. Ezekben a zavaros időkben ő az igazság legerősebb bástyája. Világítótoronyként sugároz igazságot és szeretetedet az egész világra, mert te alapítottad, aki maga vagy az igazságosság és a szeretet.

Uram, örömmel nézek mindazokra, akik az Egyház iránti hűségüket vérükkel pecsételték meg. Az Egyház legszebb díszje a szentek hatalmas serege, akiknek emlékezetét napról napra ünnepeľjük a liturgiában... Az ifjúság adta többek között Tarzícuszt, Ágnest, Imrét, Berchmans Jánost, Alajost, Szaniszlót, Mária Gorettit, Szávió Domonkostat és Maximilián Kolbét, akik életüket is feláldozták.

Uram, örömmel kapcsolódom közösségbe azokkal, akikkel együtt élek az Egyházban. Büszke vagyok, hogy ugyanaz a hitem, mint oly sok katolikus tudósnak, írónak és az emberiség számos jótévőjének. Egy a hitünk, ugyanazoknak a parancsoknak engedelmeskedünk, ugyanazokat az imákat mondjuk, ünnepeľjük UGYANAZT AZ ÁLDOZATOT, és ugyanazokban a szentségekben részesüľünk.



Boldogít az a tudat, hogy minden vasárnap, mindenütt az egész világon összegyűlnek a hívek milliói oltárod körül. És velem együtt ugyanazt az áldozatot ajánlják az Atyának az Egyház egységében.

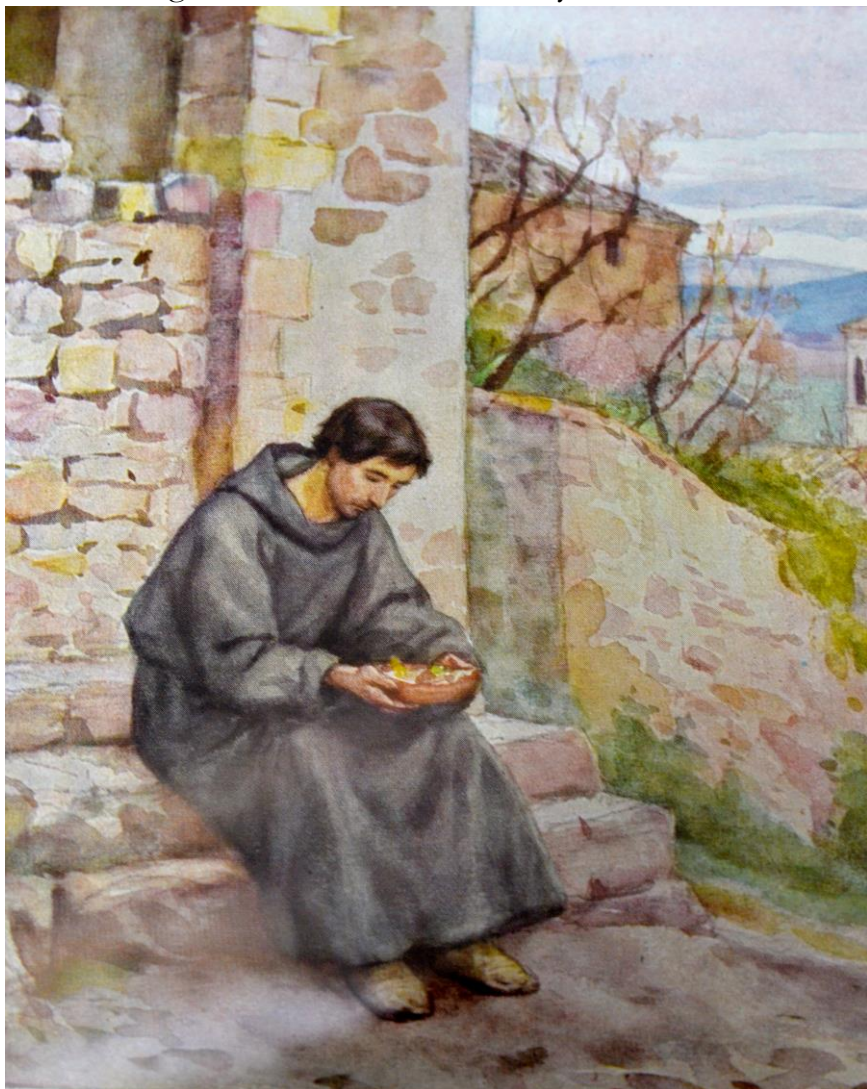
Boldog vagyok, hogy szentségeidben egy vagyok munkásokkal, háziasszonyokkal, gyerekekkel, öregekkel és minden rendű és rangú emberekkel. És tudom, hogy a missziókban minden fajú és szintű velem együtt egy Atyához imádkozik. Mert az EGYHÁZ egyesít bennünket minden faj és osztály fölött.

Igen Uram, boldog vagyok, hogy az Egyházhoz tartozom. Ámen.

Forrás: <http://csendesedj-el.blogspot.hu/2008/08/ima-az-oltriszentsg-eltt.html>



#### 2.4.4. Evangéliumhoz tartozó festmények



## 2.5. Kérdések az evangéliumhoz

- Mit jelent számomra az Élet Kenyere: az Oltáriszentség?
- Hiszem-e és szívemből vallom-e, hogy Jézus az élet kenyere?
- Van-e bennem Krisztusi élet?



## 3. Oratio – imádság

### 3.1. A szentmise első könyörgése

Urunk, jézus Krisztus

te ebben a csodálatos szentségben

kínszenvedésed emléket hagytad ránk.

Add, kérünk,

tested és véred szent titkát úgy tisztelnünk,

hogyan megváltásod gyümölcsét szüntelenül élvezzük.

Aki élsz és uralkodol a Szentlélekkel egységben,

Isten mindörökkön-örökké.

### 3.2. Szerzetes közösségek imája:

Úr Jézus Krisztus! Te ismervén emberi gyöngeségünket, törekenységünket nem hagytál bennünket magunkra földi vándorlásunk idején. Nap, mint nap megengeded nekünk, hogy érinthessük legszentebb, legtisztább Testedet és Véredet. Önmagadat adván táplálékul, isteni életedbe emelsz bennünket, hogy Tebenned élve egészen hozzád váljunk hasonlónak. Örök hála, dicséret legyen Neked felfoghatatlan, isteni Ajándékozót, jóságos, emberszerető Istenünk!

*Sarutlan kármelita Nővérek*

#### 4. Contemplatio – szemlélődés (fotók)



## 5. Condivisio – megosztás

### 5.1. Örömhír megfogalmazások



Nekem ebben a szakaszban az az örömhírem, hogy...

- Az Eucharisziával táplálkozva egyre szorosabb barátságba kerülök Jézussal, aki éltet engem is, s aki örök életet ad nekem is.
- Krisztus testét vehetem magamhoz, benne erősödhetek nap,mint nap.
- 

## 6. Actio, operáció – tettekre váltás

### 6.1. Tanúságtétel megfogalmazások

Engem ez az evangéliumi szakasz arra ösztönöz, hogy...

- Még nagyobb hódolattal és szeretettel forduljak az Oltáriszentségben valóságosan jelenlévő Istenember felé.
- Napi szentáldozás kegyelmével élni a mindennapokban.
- 
- 
- 

