

Lectio Divina segédanyag

Évközi 16. vasárnap

B év - Mk 6,30 - 34

Szentmise evangéliumi szakaszaihoz

Szerkesztési munka végrehajtói:

Biblikus nézőpont:

Asztalos Gábor, Geiszelhardt Sára, Nyúl Viktor,

Liturgikus nézőpont

Mohay Réka

Patrisztikus nézőpont

Görföl Tibor, Haász Rebeka Anna, Rác Dávid,

Pedagógiai nézőpont:

Csonka Laura, Roszkopf Rita

Szemlélődési nézőpont

Mohay Réka, Rác Édua Anna

Szerkesztő

Rác Édua Anna

Tanítóhivatali nézőpont

Révai László,

Szabóné Nagy Katalin

Zenei nézőpont

Csonka Laura, Frank Áron, Mohay Réka

Lektori szolgálatot teljesítettetek:

Nyúl Viktor –teljes tartalom áttekintése

+ EVANGÉLIUM Szent Márk könyvéből

Az apostolok visszatértek Jézushoz, és beszámoltak róla, mi mindent tettek és tanítottak. Ő pedig így szólt hozzájuk: „Gyertek velem külön valamilyen csendes helyre, és pihenjeteK egy kicsit!” Mert annyian felkeresték őket, hogy még evésre sem maradt idejük. Bárkába szálltak tehát, és elvonultak egy elhagyatott helyre, hogy magukban legyenek. De sokan látták, amikor elindultak, és kitalálták szándékukat. Erre a városokból mindenünnen gyalog odasiettek, és megelőzték őket. Amikor kiszállt és látta a nagy tömeget, megesett rajtuk a szíve. Olyanok voltak, mint a juhok pásztor nélkül. Sok mindenre kezdte őket tanítani.

Ezek az evangélium igéi.

1. Lectio – olvasás

1.1. Biblikus vonal

1.1.1. Görög szöveg szó szerinti fordítása

30 Καὶ συνάγονται οἱ ἀπόστολοι πρὸς τὸν Ἰησοῦν καὶ ἀπήγγειλαν αὐτῷ πάντα ὅσα ἐποίησαν καὶ ὅσα ἐδίδαξαν.

És összegyűlnek az apostolok Jézusnál, és elbeszélték neki mindazt, amit tettek, és amit tanítottak.

31 καὶ λέγει αὐτοῖς, Δεῦτε ὑμεῖς αὐτοὶ κατ' ἰδίαν εἰς ἔρημον τόπον καὶ ἀναπαύσασθε ὀλίγον. ἦσαν γὰρ οἱ ἐρχόμενοι καὶ οἱ ὑπάγοντες πολλοί, καὶ οὐδὲ φαγεῖν εὐκαίρουν.

És mondja nekik: „Jöjjetek ti magatok egyedül egy magányos helyre, és pihenjetek egy kicsit.” Ugyanis sokan voltak a jövők és a távozók, hogy enni sem tudtak időt szakítani.

32 καὶ ἀπῆλθον ἐν τῷ πλοίῳ εἰς ἔρημον τόπον κατ' ἰδίαν.

És elmentek hajón egy magányos helyre egyedül.

33 καὶ εἶδον αὐτοὺς ὑπάγοντας καὶ ἐπέγνωσαν πολλοί καὶ περὶ ἀπὸ πασῶν τῶν πόλεων συνέδραμον ἐκεῖ καὶ προῆλθον αὐτούς.

És látták őket távozni, és sokan felismerték, és gyalog minden városból összefutottak oda, és megelőzték őket.

34 καὶ ἐξελθὼν εἶδεν πολὺν ὄχλον καὶ ἐσπλαγχνίσθη ἐπ' αὐτούς, ὅτι ἦσαν ὡς πρόβατα μὴ ἔχοντα ποιμένα, καὶ ἤρξατο διδάσκειν αὐτοὺς πολλά.

És kiszállva látott sok tömeget, és zsigereiben megrendült miattuk, mert olyanok voltak, mint a pásztor nélküli nyáj, és sok dologra kezdte tanítani őket.

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

³⁰ Et convenientes apostoli ad Iesum renuntiaverunt illi omnia, quae egerant et docuerant.

³⁰ Az apostolok visszatértek Jézushoz, és beszámoltak róla, mi mindent tettek és tanítottak.

³⁰ Az apostolok ismét összegyűltek Jézus körül, és mindnyájan beszámoltak, hogy mi mindent tettek és mit tanítottak.

³⁰ Az apostolok visszatértek Jézushoz és elbeszéltek neki mindazt, amit tettek és tanítottak.

³⁰ És az apostolok összegyűlekezének Jézushoz, és elbeszélének neki mindent, azt is, a miket cselekedtek, azt is, a miket tanítottak vala.

³⁰ Az apostolok összegyűltek Jézus körül, és elbeszéltek neki mindazt, amit tettek és tanítottak.

³¹ Et ait illis: “ Venite vos ipsi seorsum in desertum locum et requiescite pusillum ”. Erant enim, qui veniebant et redibant, multi, et nec manducandi spatium habebant.

³¹ Ő pedig így szólt hozzájuk: „Gyertek velem külön valamilyen csendes helyre, és pihenjeteK egy kicsit!” Mert annyian felkeresték őket, hogy még evésre sem maradt idejük.

³¹ Ő ekkor azt mondta nekik: »Gyertek félre egy magányos helyre, és pihenjeteK meg egy kicsit.« Olyan sokan jöttek-mentek ugyanis, hogy még enni sem volt idejük.

³¹ Erre így szólt: „Jöjjetek félre egy magányos helyre és pihenjeteK ki magatokat egy kicsit.” Olyan sokan jöttek-mentek ugyanis, hogy enni sem maradt idejük.

³¹ Ő pedig monda nekik: Jertek el csupán ti magatok valamely pusZta helyre és pihenjeteK meg egy kevésbé. Mert sokan valának a járó-kelők, és még evésre sem volt alkalmas idejük.

³¹ Ő pedig így szólt hozzájuk:

– Jöjjetek velem csak ti magatok egy lakatlan helyre, és pihenjeteK ki magatokat egy kissé! Olyan nagy jövés-menés volt ugyanis, hogy még enni sem volt idejük.

³² Et abierunt in navi in desertum locum seorsum.

³² Bárkába szálltak tehát, és elvonultak egy elhagyatott helyre, hogy magukban legyenek.

³² Bárkába szálltak tehát, és félrevonultak egy elhagyatott helyre, egyedül.

³² Egy magányos helyre veztek hát, hogy egyedül legyenek.

³² És elmenének hajón egy pusZta helyre csupán ő magok.

³² Elhajóztak egy lakatlan helyre magukban.

³³ Et viderunt eos abeuntes et cognoverunt multi; et pedestre de omnibus civitatibus concurrerunt illuc et praevenierunt eos.

³³ De sokan látták, amikor elindultak, és kitalálták szándékukat. Erre a városokból mindenünnen gyalog odasiettek, és megelőzték őket.

³³ Sokan látták azonban őket, s észrevették, amikor elmentek. Minden városból futottak oda gyalog, és megelőzték őket.

³³ De távozóban sokan látták őket, és megértve szándékukat, gyalog odasiettek a városokból és megelőzték őket.

³³ A sokaság pedig meglátá őket, a mint mennek vala, és sokan megismerék őt; és minden városból egybefutának oda gyalog, és megelőzék őket, és hozzá gyülekezének.

³³ De sokan meglátták és felismerték őket, amikor elindultak, ezért minden városból összefutottak oda, és megelőzték őket.

³⁴ Et exiens vidit multam turbam et misertus est super eos, quia erant sicut oves non habentes pastorem, et coepit docere illos multa.

³⁴ Amikor kiszállt és látta a nagy tömeget, megesett rajtuk a szíve. Olyanok voltak, mint a juhok pásztor nélkül. Sok mindenre kezdte őket tanítani.

³⁴ Amikor kiszállt, Jézus meglátta a hatalmas tömeget, és megesett rajtuk a szíve, mert olyanok voltak, mint a pásztor nélküli juhok, és sok mindenre kezdte őket tanítani.

³⁴ Amikor kiszállt, ott látta a nagy tömeget. Megesett a szíve rajtuk, mert olyanok voltak, mint a pásztor nélküli juhok. Ezért sok mindenre kezdte őket tanítani.

³⁴ És kimenvén Jézus nagy sokaságot látta, és megszánta őket, mert olyanok valának, mint a pásztor nélkül való juhok. És kezdé őket sokra tanítani.

³⁴ Amikor Jézus kiszállt, és meglátta a nagy sokaságot, megszánta őket, mert olyanok voltak, mint a pásztor nélküli juhok, és elkezdte őket sok mindenre tanítani.

1.1.3. Szöveg behatárolása

A rövid szakasz az apostolok szétküldéséhez (Mk 6,7-13) kapcsolódik Keresztelő János kivégzésének elbeszélését követően (Mk 6,14-29), mivel itt a visszatérő tanítványok tevékenységéről van szó. Illetve előkészíti a csodálatos kenyér- és halszaporítás jelenetét (Mk 6,34-44). Az általunk tanulmányozott epizód tehát a Mk 6,30-34 között helyezkedik el.

1.1.4. Szó szerinti értelmezés

Márk hangsúlyozni kívánja:

- A tanítványok Jézustól indultak, őhöz térnek is vissza. Köré gyülekeznek. Vagyis a hívő közösség középpontja mindig Jézus kell, hogy legyen.
- Az igehirdetők számára fontos, hogy megosszák egymással az élményeiket, a tapasztalataikat. Illetve, hogy elmondják ezt Jézusnak is.
- A Mester arra is figyel, hogy a tanítványai pihenjenek is. Nem lehet mindig tevékenykedni, szükséges a visszavonulás, a megállás.
- Az a cselekedet, hogy Jézus tanítja az embereket, abból fakad, hogy az Úr a nép nyomorát látva könnyőre indul irántuk. A Mester tanító tevékenysége tehát az Úr irgalmából ered: annak konkrét megfogalmazódása.

1.1.5. Kulcsszavak elemzése

ἀπήγγειλαν (*ápénggelán*) (Mk 6,30): 'elbeszélték, hírül adták'

Jézus arra szólítja fel a gerázai megszállottat, hogy beszélje el odahaza, hogy mit tett vele az Úr, és hogy hogyan irgalmazott meg neki (Mk 5,19). A Mesterhez visszatérő apostolok pedig elmondják neki mindazt, amit tettek és tanítottak (Mk 6,30). A kifejezés által jelölt hirdető cselekedet tehát Jézustól indul ki, aki erre bátorítja a meggyógyított férfit, illetve hozzá tér vissza, amikor a körülötte összegyűlő tanítványok elmondják az Úrnak a tapasztalataikat, és az élményeiket.

ἀναπαύσασθε (*ánápáuszászthe*) (Mk 6,31): 'pihenni, kipihenni magát'

Márk evangéliumában mindkét alkalommal Jézus mondja ezt a szót a tanítványainak: a visszatérő apostoloknak, hogy pihenjék ki egy kicsit magukat az igehirdető útjuk után (Mk

6,31), illetve visszamenve Péterékhez a getszemáni jelenetben rájuk hagyja, hogy pihenjenek csak (Mk 14,41).

ἐσπλαγγίσθη (*eszplánkhiszthé*) (Mk 6,34): 'bensőben/zsigerekben megrendülni, könnyöretességre indulni'

Márk evangélistánál ez a szó az összes alkalommal Jézushoz kapcsolódik, aki bensőjében megrendül, amikor egy leprással, és a néma lélektől megszállt fiúval találkozik (Mk 1,41; 9,22), továbbá amikor látja a pásztor nélküli sokaságot (Mk 6,34), illetve az éhező népet (Mk 8,2). A kifejezés az Úrnak az elesett emberek iránti érzékenységét hangsúlyozza, amely a bensejéből, a zsigereiből fakad.

2. Meditáció – elmélkedés

2.1. Patrisztikus vonal

2.1.1. Atyák Bibliája

„Amikor kiszállt, Jézus meglátta a hatalmas tömeget, és megsánta őket, mert olyanok voltak, mint a pásztor nélküli juhok, és sok mindenre kezdte őket tanítani.” Lásd az irgalmasság értékét! Nemrég tértek vissza a tanítványok, beszámoltak küldetésükről, enni sem volt idejük. Most nem a pihenés órájának kellett volna következnie? Igen, annak kellett volna. Minden logikai érv mellette szól. De az irgalom az, amely miatt az Úr Jézus mégis tanítani kezdte őket. Mit kíván tőlünk? Azt, hogy legyünk az Ő kincses zsákja. Mire való a kincses zsák? Abba tesszük bele a kincseinket. Ebben a szakaszban milyen kincset tesz bele? Az irgalmasságot, az önfeláldozást, önmagunk háttérbe szorítását. Akkor is munkálkodj Krisztusért és az emberekért, amikor fáradt és éhes vagy, ne lankadj benne! Ő is irgalmasságból sok mindent megtett. Emberré lett, viselte a gyengeségeinket, viselte a szidalmakat, viselte a kereszthalált. Most is tudott volna kenyereket isteni erejéből odatenni, hogy jóllakjanak, de nem tette, hanem helyette a szolgálatot választotta. Tegyük el ezt a kincset!

Vö.: Aranyszájú Szent János, *De eleemos.*, 5. (Crisostomo Giovanni, *De eleemos.*, 5)

2.1.2. Catena Aurea

A glosszában leírják, hogy a mostani evangéliumi szakasz megelőző részben Keresztelő Szent János haláláról tudósít a szent szerző. Innentől fogva a továbbiakban csak Krisztus munkásságáról van szó.

Egy Szent Jeromosnak tulajdonított írás ezt az evangéliumi szakaszt úgy magyarázza, hogy tanítványok visszatérnek a forráshoz, ahonnan a folyó ered. Így azok is, akiket Isten küld, gyakran kell hálát adniuk azokért a dolgokért, amiket elértek. Theophylactus is hasonlóan magyaráz: Ebből a szakaszból azt tanulhatjuk meg, hogy missziót nem (csak) távoli területeken kell végezni, és nem kell túllépnünk azokon a határokon, amik a munkában ránk lett bízva, de mindig vissza kell térnünk ahhoz, aki küldött bennünket. Tehát, ahogyan Krisztusban megpihentek a tanítványok, úgy kell minden dolgozó embernek megpihenni, és nem dolgozni megállás nélkül.

De utóbbi egyházatya még arra is reflektál a magyarázatában, hogy Jézusnak megesett a népen a szíve, mert olyanok voltak, mint a pásztor nélküli juhok. Ezzel kapcsolatban a farizeusokat mohó farkasokhoz hasonlítja, akik a juhot nem eteti, hanem felfalja. Ezért gyűlnek a „pásztor nélküli juhok” Krisztus köré, aki az igazi Pásztor, aki lelki táplálékot ad nekik: az Isten igéjét.

Felhasznált irodalom: AQUINAS , St. Thomas: Catena Aurea - Gospel of Mark, Grand Rapids, MI: Christian Classics Ethereal Library, <http://www.ccel.org/ccel/aquinas/catena2.pdf> (Letöltés ideje: 2017. november 28.), 90-92.o.

2.2. Tanítóhivatali vonal

2.2.1. Katolikus Egyház Katekizmusa

Krisztus a mi békénk

A BÉKE

2302. A „Ne ölj!” (Mt 5,21) parancsolatra hivatkozva Urunk megköveteli a szív békéjét, és elutasítja a gyilkos harag és gyűlölet erkölcstelenségét:

A harag a bosszú vágya. „Kívánni a bosszút, annak kárára, aki büntetendő, nem megengedett”; de dicséretes a jóvátétel kiszabása, „a viciumok javítására és az igazságosság értékének megőrzésére”. (Aquinói Szent Tamás: Summa Theologiae II-II, 158, 1 ad 3.) Ha a harag eljut a felebarát megölésének vagy súlyos megsebesítésének elhatározásáig, súlyosan vét a szeretet ellen, halálos bűn. Az Úr azt mondta: „Már azt is állítsák a törvényszék elé, aki haragot tart testvérel” (Mt 5,22).

2303. A szándékos gyűlölet ellenkezik a szeretettel. A felebarát gyűlölete bűn, amikor az ember megfontoltan rosszat kíván neki. A felebarát súlyos gyűlölete bűn, amikor megfontoltan súlyos rosszat kíván neki. „Én pedig azt mondom nektek, szeressétek ellenségeiteket és imádkozzatok üldözőitekért. Így lesztek fiai mennyei Atyátoknak...” (Mt 5,44-45)

2304. Az emberi élet tisztelete és fejlődése megkívánja a békét. A béke nemcsak a háború hiánya, és nem korlátozható a szembenálló erők egyensúlyának biztosítására. A béke nem érhető el a földön a személyek javainak védelme, az emberek közötti szabad kommunikáció, a személyek és a népek méltóságának tiszteletben tartása és a testvériség állhatatos gyakorlása nélkül. A béke a „rend nyugalma”. (Szent Ágoston: De civitate Dei 19, 13: CSEL 40/2, 395 /PL 41, 640/) Az „igazságosság műve” (Iz 32,17) és a szeretet következménye (GS 78).

2305. A földi béke Krisztus békéjének képe és gyümölcse, aki a messiási „béke Fejedelme” (Iz 9,5). Keresztjének vére által megölte az ellenségeskedést önmagában (vö. Ef 2,16), kibékítette az embereket Istennel, és Egyházát az emberi nem egységének és Istennel való egyesülésének szentségévé tette (LG 1). „Ő, a mi békességünk” (Ef 2,14). És kijelenti, hogy „boldogok a békességszerzők” (Mt 5,9).

2306. Akik lemondanak az erőszakos és véres tettekről és az emberi jogok biztosítására a védekezésnek a leggyengébbek számára is hozzáférhető eszközeihez folyamodnak, az evangéliumi szeretetről tanúságot tesznek, föltéve, hogy ez megtehető a többi ember és a társadalom jogainak és kötelességeinek kára nélkül. Törvényesen tanúsítják az életet és tárgyakat pusztító erőszakhoz folyamodás fizikai és erkölcsi veszedelmének súlyosságát (GS 78).

Tanúságtétel a béke és az igazságosság mellett

V. A nemzetközi igazságosság és szolidaritás

2437. Az erőforrások és a gazdasági eszközök nemzetközi szinten olyannyira egyenlőtlenek, hogy ez a nemzetek között valóságos „szakadékot” okoz. (Vö. II. János Pál pápa: *Sollicitudo rei socialis* enciklika, 14.) Egyik oldalon vannak azok, akik a növekedés eszközeit birtokukban tartják és fejlesztik, a másik oldalon, akik egyre inkább eladósodnak.

2438. Napjainkban különböző vallási, politikai, gazdasági és pénzügyi természetű okok „teszik világméretűvé a szociális kérdést”. (Vö. II. János Pál pápa: *Sollicitudo rei socialis* enciklika, 9.) Az egymástól politikailag már kölcsönösen függő nemzetek között szükség van a szolidaritásra. Még inkább szükség van rá, amikor azoknak a „gonosz mesterkedéseknek” megfékezéséről van szó, amelyek akadályozzák a kevésbé fejlett országok fejlődését. (Vö. II. János Pál pápa: *Sollicitudo rei socialis* enciklika, 17, 45.) A helyzetükkel visszaélő, szinte uzsorás pénzügyi rendszereket (vö. II. János Pál pápa: *Centesimus annus* enciklika, 35), a nemzetek közötti igazságtalan kereskedelmi kapcsolatokat és a fegyverkezési hajszát föl kell váltania a közös erőfeszítésnek az erőforrások mozgósítására az erkölcsi, kulturális és gazdasági fejlődés érdekében; és újra meg kell határozni „az értékek prioritását és hierarchiáját”. (Vö. II. János Pál pápa: *Centesimus annus* enciklika, 28.)

2439. A gazdag országoknak súlyos erkölcsi felelőssége van azokkal szemben, amelyek önmaguktól nem tudják biztosítani fejlődésük eszközeit vagy tragikus történelmi események megakadályozták őket ebben. Erre a szolidaritás és a szeretet kötelez; de az igazságosság is olyan esetben, ha a gazdag országok jóléte olyan forrásokból ered, amelyet nem fizettek meg méltányosan.

2440. A közvetlen segítség megfelelő válasz a rendkívüli - például a természeti katasztrófák, járványok stb. által okozott - szükséghelyzetekre. Nem elegendő azonban a nyomor súlyos bajainak orvoslására, sem a szükségletekről való tartós gondoskodásra. Át kell alakítani a nemzetközi gazdasági és pénzügyi szervezeteket, hogy jobban segítsék az igazságos kapcsolatokat a kevésbé fejlett országokkal. (Vö. II. János Pál pápa: *Sollicitudo rei socialis* enciklika, 16.) Támogatni kell a szegény országokat növekedésükre és fölszabadításukra irányuló erőfeszítéseikben (vö. II. János Pál pápa: *Centesimus annus* enciklika, 26). Ezeket az elveket egész különleges módon kell alkalmazni a mezőgazdasági munka területén. Különösen a harmadik világban a szegények döntő többségét a földművesek alkotják.

2441. Az emberi társadalom integrális fejlődésének alapjához tartozik az Isten iránti érzék és önismeret növelése. Ez a fejlődés gyarapítja az anyagi javakat, és a személy és szabadsága szolgálatába állítja őket. Csökkenti a nyomort és a gazdasági visszaélést. Növeli a kultúrák

identitásának és a transzcendenciára való nyitottságnak tiszteletben tartását. (Vö. II. János Pál pápa: *Sollicitudo rei socialis* enciklika, 32; uő: *Centesimus annus* enciklika, 51.)

2442. Nem az Egyház pásztorainak a dolga, hogy közvetlenül beavatkozzanak a politikai akciókba és a társadalmi élet megszervezésébe. Ez a feladat a világi hívők hivatásának része, akik saját kezdeményezésből honfitársaikkal együtt cselekednek. A szociális tevékenység konkrét utak sokféleségét foglalhatja magában. Mindig a közjóra kell irányulnia, és igazodnia kell az evangéliumi üzenethez és az Egyház tanításához. A világi hívők feladata, hogy „keresztény elkötelezettséggel mintegy lélekkel hassák át a földi dolgokat, és ezekben mutassák meg, hogy a béke és az igazság tanúi és munkásai.” (Vö. II. János Pál pápa: *Sollicitudo rei socialis* enciklika, 47; vö. 42.)

2.2.2. Pápai gondolatok

Szent II. János Pál pápa: Pastores dabo vobis

II. János Pál pápa szinódus utáni apostoli buzdítása a püspökökhöz, a papokhoz és az egész katolikus egyház minden hívőjéhez a papképzésről korunk körülményei között

vö. Mk 6,30

82. „Szívem szerinti pásztorokat adok nektek.” (*Jer 3,5*). Az Úr ígérete az Egyházban ma is él, és élteti azt. Az Egyház ugyanis úgy érzi, hogy e szavak neki szólnak, s oly sok helyen, pontosabban oly sok emberi szívben, főleg a fiatalokéban fölismeri beteljesedésüket. A világ nagy és sürgető szükségleteit látván óhajtja, hogy a harmadik évezred küszöbén ez az isteni ígélet új módokon – bőségesebben, erősebben és hatékonyabban – teljessédjék mint a Szentlélek különleges pünkösdi kiáradása.

Az Úr ígérete az Egyházban föléleszti a lélekből az imádságot és a bizalomteljes kérést az Atya szeretetéhez, hogy miként elküldte Jézust, a Jó Pásztort, az apostolokat, majd azok utódait és a papok megszámlálhatatlan seregét, úgy a mai embereknek is mutassa meg hűségét és jóságát ígérete teljesítésében.

Az Egyház pedig kész arra, hogy válaszoljon erre a kegyelemre. Fölfogja ugyanis, hogy Isten ajándéka úgy várja a nagylelkű választ, mint egy előénekes a kórusét: ezért Isten egész népének szüntelenül imádkoznia és fáradoznia kell a papi hivatásokért; a papnövendékeknek nagyon komoly lelkülettel kell fogadniuk és élniük az isteni ajándékot, tudván, hogy az Egyháznak és a világnak szüksége van rájuk; a Jó Pásztor Krisztus szeretetének kell magával ragadnia őket, és szívüket az Ő szívéhez kell hasonlónak formálnia; készen kell állniuk arra, hogy a világ útjait az Ő képmásaiként járják, tudniillik mindenkinek megmutatva Krisztus útját, igazságát és életét.

Külön is fölhívjuk a családok figyelmét: a szülők s főként az édesanyák szívesen adják oda gyermeküket az Úrnak, ha az Úr papságra hívja, és örömmel támogatják hivatását, tudván, hogy ezáltal növelik termékenységük keresztény és egyházi jellegét, s bizonyos értelemben megtapasztalhatják Máriának, a Szűzanyának boldogságát: „Áldott vagy te az asszonyok között és áldott a te méhednek gyümölcse” (*Lk 1,42*).

A mai fiataloknak azt mondom: legyetek fogékonyabbak a Lélek szava iránt; engedjétek, hogy lelketek mélyén fölhangozzék Krisztus hívó szava; érezzétek meg, hogy Jézus szerető tekintete megnyugszik rajtatok, és kövessétek Őt.

E kegyelemre válaszol az Egyház, amikor a papok vállalják az ordo szentsége által tőlük elvárt folyamatos képzés terhét, és részt vesznek benne. A papok valamennyien ismerjék föl, hogy ma szükségük van a képzésre: az új evangelizáció ugyanis új evangelizálókat kíván, tudniillik olyan papokat, akik az evangelizálásra mint az életszentség sajátos útjára kötelezik el magukat.

Isten ígérete arra szól, hogy nem akármilyen, hanem „szíve szerinti” pásztorokat fog adni az Egyháznak. Isten szíve teljesen föltárult előttünk a Jó Pásztor Krisztus szívében. Krisztus szíve ma is szánakozik a sokaságon és adja az embereknek az igazság kenyerét, a szeretet és az élet kenyerét (vö. Mk 6,30), és továbbdobog a papok szívében: „Ti adjatok nekik enni!” (6,37). Az embereknek ki kell jönniük a sötétségből és a félelemből, de ehhez ismerni kell és a nevükön kell szólítani őket, hogy biztonságban járassák az élet ösvényeit; ha elvesztek, meg kell találni őket; szeretni kell őket, hogy megtalálják az üdvösséget, Isten szeretetének legnagyobb ajándékát: mindezt Jézus, a Jó Pásztor teszi; Ő maga és vele a papok.

Apostoli buzdításom végén a papnövendékekre tekintek és a papokra, akik szerte a földön – olykor nehéz, sőt félelmetes körülmények között, de mindig az Isten iránt hűséges munka örömeiben és a nyáj fáradhatatlan szolgálatában – naponta följánlják életüket a ma élő lelkek, a mai férfiak és nők körében a hit, a remény és a szeretet növekedéséért.

Drága papok, azért teszitek ezt, mert maga az Úr Lelkének erejével meghívott titeket, hogy egyszerű életetek törekeny edényében megmutassátok a Jó Pásztor mérhetetlen szeretetének kincsét.

A Szinódus Atyáival s a földkerekség minden részegyháza püspökének nevében kifejezem irántatok azt a tiszteletet, amelyet hűségetek és szolgálatotok megérdemel.¹

S miközben mindnyájatoknak kívánom a kegyelmet – hogy naponta újítsátok föl magatokban az ajándékot, mely a kézföltétel által bennetek van (vö. 2Tim 1,6); hogy megtapasztalhattok a Krisztussal és a többi paptestvérrel összefűző bensőséges barátságot; hogy örülni tudjatok Isten nyája gyarapodásának és növekedjétek az Isten és minden ember iránti szeretetben; hogy kialakuljon bennetek a derűs bizonyosság, hogy „aki megkezdte bennetek a jó művet” (Fil 6,1)be is fogja teljesíteni Krisztus Jézus napjára –, valamennyiőtökkel együtt *imádkozom Máriához, papságunk anyjához és nevelőjéhez.*

A papképzés minden formája visszavezethető a Boldogságos Szűz Máriához, aki minden engedelmességnél jobban válaszolt a meghívó Istennek: annyira szolgálója és tanítványa lett az Igének, hogy lelkével és testével fogadni tudta a megtestesült Igét, hogy odaajándékozta az

¹ vö. 40. javaslat

emberi nemnek. Ő azt a meghívást kapta, hogy nevelje föl a egyetlen és örök Papot, aki engedelmesen meghajolt anyai tekintélye előtt. A Boldogságos Szűz példájával és közbenjárásával állandóan virraszt a hivatások ébresztése és a papok megerősítése fölött az Egyházban.

Ezért nekünk, papoknak fokoznunk kell magunkban a Szűz Mária iránti szeretetteljes áhítatot, s erről sok imádsággal és az ő erényeinek követésével kell tanúságot tennünk.

Mária,
Jézus Anyja és a papok Anyja,
engedd, hogy így szólítsunk téged,
hogy ünnepelhessük anyaságodat,
s Fiad és fiaid papságát szemlélhessük nálad,
Istennek szent Anyja!

Krisztus Anyja,
aki a Szentlélek fölkenése által a pap Messiásnak
embertestet adott,
hogy üdvözítse a szegényeket és megtört szívűeket;
őrizd meg szívedben és az Egyházban a papokat,
Meváltónak Anyja!

Hitnek Anyja,
aki elkísérted a templomba az Emberfiát,
hogy beteljesítse az atyáknak adott ígéreteket;
ajánld az Atyának az Ő dicsőségére Fiadnak papjait,
Szövetség Szent Szekrénye!

Egyháznak Anyja,
aki az utolsó vacsora termében a tanítványok között
az új népért és pásztoraiért imádkoztál;
eszközöld ki a papoknak az ajándékok teljességét,
Apostolok Királynője!

Jézus Krisztus Anyja,
ki Fiad mellett álltál élte kezdetén és küldetésében,
kerested Őt, a Mestert a sokaságban,
mellette álltál, amikor fölmagasztalták a földről,
s odaadta magát egyetlen és örök áldozatul;
aki fiadként kaptad meg Jánost,
fogadd el az öröktől fogva meghívottakat,
oltalmazd növekedésüket,
kísérd életükben és szolgálatukban a te fiaidat,
Papok Édesanyja! Ámen.

XVI. Benedek pápa: Sacramentum caritatis

XVI. Benedek pápa szinódus utáni apostoli buzdítása a püspökökhöz és papokhoz, a szerzetesekhez és szerzetesnőkhöz, és a világi krisztushívőkhöz az Eucharistiáról, az Egyház életének és küldetésének forrásáról és csúcspontjáról

Mk 6,34

Az Eucharisztia a világ életéért megtört kenyér

88. „A kenyér, amelyet én adok, az én testem a világ életéért” (Jn 6,51). Az Úr e szavakkal föltárja minden emberért odaadott élete ajándékának igazi jelentését. E szavak megmutatják a mély együttérzést is, melyet Ő minden személy iránt tanúsít. Az evangéliumok ugyanis sokszor beszélnek Jézus emberek, különösen a szenvedők és a bűnösök iránti érzelmeiről (vö. Mt 20,34; Mk 6,34; Lk 19,41). Mély emberi érzelmekkel fejezi ki Isten minden emberre irányuló üdvözítő szándékát, hogy igazán élni tudjanak. Minden szentmise szentségileg aktualizálja az ajándékot, melyet Jézus a saját életéből formált meg a kereszten értünk és az egész világért. Ugyanakkor az Eucharisziában Jézus annak tesz minket tanúivá, hogy Isten együtt érez minden testvérrel és nővérrel. Így születik meg az eucharisztikus misztérium körül a szeretetszolgálat a felebarát felé, amely „abban áll, hogy azokat az embertársaimat is, akiket első látásra nem szívlelhetek, vagy egyáltalán nem is ismerek, Isten kedvéért szeretem. Ez csak az Istennel való bensőséges találkozás által lehetséges, amiből akaratközösség születik és behatol az érzelmekbe. Ekkor tanulom meg, hogy azt a másikat ne csak a szememmel és érzelmeimmel nézzem, hanem Jézus Krisztus szempontjából lássam.”² Ily módon azokban, akikhez közeledem, föl ismerem a testvéreket, akikért az Úr életét adta, mert „mindvégig” (Jn 13,1) szeretete őket. Következésképpen amikor közösségeink ünneplik az Eucharisziát, egyre inkább tudatosítaniuk kell, hogy Krisztus áldozata mindenkiért van, ezért az Eucharisztia minden Őbenne hívőt arra készíti, hogy „megtört kenyér” legyen mások számára, és legyen elkötelezett egy igazságosabb és testvériesebb világ mellett. A kenyerek és halak megszorítására gondolva föl kell ismernünk, hogy Krisztus ma is buzdítja tanítványait: „ti adjatok nekik enni” (Mt 14,16). Valóban, mindegyikünk hivatása, hogy Jézussal együtt megtört kenyér legyünk a világ életéért.

2.3. Liturgikus vonal

2.3.1. Liturgikus énekek

Gitáros énekek

Dics-suli - Lelkem áldd az Urat

<https://www.youtube.com/watch?v=66WP-DioRa4>

Kotta: <http://enekfuzet.ujevangelizacio.hu/enek/lelkem-aldd-az-urat>

Mily nagy vagy Urunk

<https://www.youtube.com/watch?v=w-qumF224kA>

Kotta:

<http://worship.golgota.hu/WorshipResource/Akkordok/N/Nagy%20vagy%20Urunk.htm>

² Deus caritas est enc. 18: AAS 98 (2006), 14. p.

Itt vagyok most jó Uram

<https://www.youtube.com/watch?v=lj0QyPPvKlk>

Kotta: <http://golgotakistarcsa.hu/kotta/itt-vagyok-most-jo-uram/>

Uram tehozzád futok

<https://www.youtube.com/watch?v=0g52xvM-DqQ>

Kotta: <http://worship.golgota.hu/WorshipResource/Akkordok/U/Uram%20Tehozzad.htm>

2.4. Pedagógiai vonal:

2.4.1. Tantörténetek

Szepesy Ignác – Egyházi beszédek (részlet)

„Keresztény lélek, hálákat akarsz adni az Istennek számtalan jótéteményéért közönségesen’s különösen, hogy tőle bűneid bocsánatát nyervén lelki poklosságodból kitisztultál; szükség, hogy jótéteményeid megfontold és nagyra becsüljed; meg vagy egyszer győződve az isteni kegyelemnek becséről, az Istent imádni és dicsőíteni meg ne szűnjél; vesd magad a feszület előtt az Úrnak lábaihoz, és tégy vallást, hogy mindeneket csak tőle, őáltala és őbenne vettél, s többé meg ne felejtkezzél jótéteményeiről és irgalmasságáról; tedd magad a kegyelemmel egyező igyekezeted által újabb kegyelemnek elnyerésére érdemessé; végtére iparkodjál a jótéteményt visszaszolgálni, s mivel tudod, hogy valamit az Isten dicsőségére ajánlsz, vagy a szegényeknek adsz, mind azt az Istennek adod, azért soha el ne mulaszd az Isten dicsőségét e földön terjeszteni, s a szegények iránt tehetséged szerint gyakoroljad könyörületességedet és szíves adakozásodat.”

Forrás: Peitler Antal: Egyházi beszédek, melyeket különféle alkalommal mondott’s kiadni készült Négyesi Bárá Szepesy Ignác (néhai pécsi püspök) Pécs, 1840. 182-183.o.
https://books.google.hu/books?id=C0hUAAAACAAJ&pg=PA183&lpg=PA183&dq=visszat%C3%A9rni+az+%C3%BAr+1%C3%A1baihoz&source=bl&ots=fC0MhXOtIF&sig=YCI1JsF8B62gcPkF_iVBxFx1yec&hl=hu&sa=X&ved=0ahUKEwj908WFn5DcAhUFYIAKHWHVCyMQ6AEILzAC#v=onepage&q=visszat%C3%A9rni%20az%20%C3%BAr%201%C3%A1baihoz&f=false

Hogyan segít Isten?

"Hívj segítségül engem a nyomorúság idején! Én megszabadítlak, és te dicsőítesz engem."
Zsoltárok könyve 50,15

Milyen elvárásaink vannak Istennel kapcsolatban, hogyan segítsen nekünk?

Először is azonnal. Ne legyen bizonytalanságban eltöltött idő, amikor kértem, azonnal szeretném, mert csak az a biztos. Pedig Isten gyakran akkor vár a legtöbbet, amikor emberileg a legkevesebb idő van a várakozásra. Amikor mi kapkodnánk, Istennek akkor van a legtöbb ideje. Ábrahám ígéretet kap Istentől egy fiú születéséről. Ez az ígéret gyermeke 25 évvel később születik meg, pedig emberileg már az ígéret pillanatában is késő lett volna. De az Úr másképp mér.

Másodszor teljes körű, azaz tökéletes segítséget szeretnék. Nem elég az enyhülés, teljes gyógyulást akarok. Pál apostolnak Isten azt mondta, hogy az én erőm erőtlenség által ér célba. A folyamatos Istentől való függés az igazi tökéletesség.

Szenvedés nélkül a legkívánatosabb a segítség. Ha szenvedni kell, akkor nem tűnik isteni segítségnek, ami történik velünk. Olyan sokszor elfelejtjük, hogy az ellenség földjén vagyunk, és bár a mi hadvezérünk győzött, de még nem jött értünk. Ezért nem csodálkozhatunk, ha nem a jó uralkodik még, és a rossz az erősebb.

Hozzá méltó nagy csodával a leghitelesebb a segítség. A kicsi segítséget sokszor elvitatjuk Istentől, csak a nagy csodát fogadjuk Tőle érkezőnek. Istennek miért kis csodája az, hogy Ő Józseffel volt Egyiptomban és magas rangra emelkedett, bár természeti törvényeket nem kellett felfüggesztenie hozzá?

Feltételek nélkül szeretnék segítő kezet kapni. Úgy, hogy közben nekem ne kelljen megváltoznom, hanem Isten segítsen elérni az én céljaimat. Isten elfogad úgy, ahogyan vagyunk, de nem hagy úgy, ahogyan voltunk. Isten nemcsak a mi életünket látja jól, hanem a teljes képet is ismeri. Ezért jobb, ha ráhagyjuk magunkat, és arra vezet, amerre Ő akar.

Végül véglegesen szeretnék birtokolni mindent, amit egyszer már megkaptam. Ami egyszer az enyém volt nem szeretném sohasem elveszíteni. Jézus 3 embert támasztott fel a halálból: egy kislányt, egy ifjút Nainból és Lázárt. Mindegyikük meghalt később - ők kétszer haltak meg. Itt a földön semmi sem örökre a miénk. De az Újföldön Isten mindent véglegesen, ott már szenvedés nélkül, tökéletesen, hozzá méltó hatalmas csodával fogja az övéinek adni. Ami az alap igényünk, azt Isten be fogja tölteni, de nem itt a Földön, hanem Isten országában.

Ezért fogadjuk a segítséget, úgy, ahogy Isten adja, mert úgy a legjobb nekünk.

*Vigasztalj engem Jézusom, mert szomorú a lelkem,
Adj erőt és örömet, segíts vinni a keresztem!
Szívem legyőzni oly nehéz, mikor bűnnel bántanak,
Segíts, mert félek, hogy érzelmeim bűnbe rántanak!*

*Világosíts meg
Istenem, hogy
el ne tévedhessek,
Vezess el engem
utadon, hogy
Mindenkit
szeressek!*



*Segíts legyőzni
vágyaim, ha
Megkötik a lelkem,
A bölcsesség
szellemével áldj meg
Minden nap engem!*

*Adj erőt nékem Istenem, hogy mindent elviseljek!
Kinyitom szívem ajtaját, hogy segítő lehessenek!
Vigasztalj engem Jézusom, ölelj magadhoz engem,
Boldog szeretnék lenni újra a Szent Kegyelmedben! Ámen*

-Kalina Valéria-

mke

ÁMEN

Kép és forrás: <http://erdelyikeresztyenek.network.hu/blog/erdelyi-keresztenyek-hataroknelkul-hirei/hogyan-segit-isten>

„Amikor kiszállt, Jézus meglátta a hatalmas tömeget, és megszánta őket, mert olyanok voltak, mint a pásztor nélküli juhok, és sok mindenre kezdte őket tanítani.”

A lavina

Magasan fenn a Svájci Alpokban pásztorfiú ül és furulyázik. Körülötte nyája ropogtatja a dús fűvet. Milyen pompás a természet... távolban a gleccser az „örök” hóval borítva. Vándor közeleg a keskeny ösvényen, egy kiránduló.

– Na, Fiam, hogy hívnak?

– Henriknek.

– Hány éves vagy?

– Tíz.

– Jól Van, Henrik, szólíts engem nyugodtan János bácsinak. Mondd csak, mit csinálsz itt tulajdonképpen?

– Vakációnk van, és apám juhait Őrzöm.

– Szép, tehát fiatal pásztor vagy. De hallottál-e már valaha a Jó Pásztorról?

– Nem, – ki az?

– Ő az Úr Jézus. Ő Isten, de lejött a mennyből a földre, hogy mint ember, meghaljon a kereszten. De most újra él, és Ő a Jó Pásztor. Juhait Ő hazavezeti az atyai házba, azaz a mennyországba. Nincs szebb annál, mint Őt megismerni. Még jobban gondoskodik rólad, mint te a juhaidról!

– Engem is be tud vezetni az Atya házába?

– Igen, de előbb valami kell, hogy történjen. Tettél már valaha valami rosszat, Henrik?

– Igen, ezen a héten elég nevetlenül viselkedtem.

Akkor előbb meg kell kérned Őt, hogy ezt is, és a többi rosszat is, amit valaha tettél, bocsássa meg. Ha imádkozol és mindent elmondasz becsületesen, akkor megbocsát neked, hiszen azért halt meg, hogy bűneid elvegye. Azért szenvedett a kereszten, hogy fizessen bűneinkért.

Henrik megkérdezte, imádkozhat-e ott mindjárt. Megható volt, hogy mindent azonnal megértett. Teljes szívéből meg akarta ismerni az Úr Jézust. Ott a hegyen letérdelt a fűbe és gyermeki egyszerűséggel röviden imádkozott. Az ima szívből jött, és az ilyen imádságnak örül az Úr Jézus.

János bácsi is boldog volt, mert érezte, hogy ez a gyerek, noha kicsi volt, teljesen rábízta magát a Megváltóra. – És most megtanítalak egy mondásra a Bibliából. Rövid, mindössze ennyi az egész: Az Úr az én Pásztorom. Jól meg lehet jegyezni, mert csak öt szóból áll, minden ujjadra egy szó jut. Tedd csak fel a kezedet! Öt ujjad van, ugye?

Most fogd hüvelykujjadat a másik kezedbe: AZ

most a mutatóujjadat: ÚR

most a középső ujjadat: AZ

azután a gyűrűsujjadat: ÉN

végül a kisujjadat: PÁSZTOROM.

Látod Henrik, öt szó. És mindenki, aki azt teszi, amit te most tettél, tehát megvallja bűneit, és hisz az Úrban, az elmondhatja: AZ ÚR AZ ÉN PÁSZTOROM.

„A” pásztor /nem egy pásztor /, mert egyedül csak Ő a Jó Pásztor.

„ÚR” és Mester, és Mindenható. Az Ő, és az is marad mindörökké.

„ÉN” is a juhaim közé tartozom.

„PÁSZTOROM”, aki gondoskodik rólam és szeret engem.

Különösképpen azonban arra figyelj, hogy az ÉN Pásztorom, hiszen a tiéd Ő, és ezért mondhatod azt.

– Nézd csak, János bácsi, ha elmondom ezt a mondást, és közben sorban megfogom az ujjaimat, akkor a negyedik ujjamat különösen erősen szorítom meg, – hiszen Ő az ÉN Pásztorom, és én oly boldog vagyok!

János bácsi még néhányszor eljött a hegyi rétre, hogy Henriket meglátogassa. Néhány hét múlva azonban szabadsága lejárt, és Henriknek is iskolába kellett mennie.

Megjött a tél, és az olykor veszedelmet hoz a Svájci falvakra, különösen a lavinák miatt. A lavina nagy tömeg hó, amely a hegyek magaslatáról elindul és lezúdul a völgybe. Olykor egész házakat szétrombol, és embereket is elpusztít.

Mikor egy napon Henrik hazajött az iskolából, az apja türelmetlenül várt rá és szomorú arccal mondta: „Henrik, anya beteg. Az orvos receptet írt fel, és az orvosságot azonnal el kell hozni. Tudsz azonnal indulni? Egy óra múlva itt lehetsz akkor. Én anya mellett maradok.”

Henrik engedelmesen futott a szomszéd faluba a patikába. Mihelyt megkapta a gyógyszert, azonnal hazaindult. Már sötétedni kezdett, amikor a baj megtörtént. Hirtelen zúgást hallott, mint valami zivatar zúgását: lavina volt. Gyorsan menekülni! De már késő volt.

A lavina utolérte, átzúdul rajta, és nagy hóheggyel takarta be.

Az apa közben egyre nyugtalanabb lett. A faluban is hallatszott a zúgás. Talán embereket is eltemetett? És hol van Henrik? Telefonáltak a gyógyszertárba, ott azonban azt mondták, hogy Henrik már járt ott és hazafelé indult. Mit tegyenek? A falubeliek elindultak, hogy megkeressék. Órák hosszat ásták a havat, a bizonytalanságtól gyötörten. Megtalálják? Él még? Végül rábukkantak – hideg volt, halott. Borzalmas fájdalom a szülőknek. De nézd csak a kezét. Az egyik ujját szorosan markolja a másik kezével, mégpedig a negyedik ujját.

Az apa rögtön megértette, mit jelent, hiszen Henrik elmesélte szüleinek, hogy megtért, és az Úr Jézus az ő Megváltója és Pásztor. Azt is elmondta, mire tanította János bácsi. Az apa lelki szemeivel szinte látta, amint jön a lavina, Henrik érzi, hogy nem tud menekülni, meg kell halnia, és akkor Barátjához, az Úr Jézushoz fordult, abban a bizonyosságban, hogy most sem hagyja el. Az ÉN Pásztorom – gondolta Henrik, és erősen megragadta negyedik ujját. Így találták meg.

De a szülei is tudták: „Henrik meghalt ugyan, de ha el is temették, – ő ott van a mennyben az Úr Jézusnál.” Nagyon Fáj, hogy elvesztették kedves fiúkat; de vigasztalódtak abban a tudatban: ha majd az Üdvözítő Újra eljön, feltámad a teste is.

Gondoljatok a negyedik ujjatokra, és mondjátok: az Úr az ÉN Pásztorom.

Forrás: <http://www.keresztenymagyarorszag.hu/forum/72>

2.4.2. Evangélium témáját feldolgozó vers

Nagy Gyöngyvér – Nem vagy egyedül

Néha úgy érzed, nem bírod tovább,

Nem látod a fényt, csak a homályt!

Magányos vagy és reményt vesztett is!

Tudd, hogy van valaki, ha kéred, megsegít!

Ő Jézus Krisztus! Megváltó Istenünk!

Ki szeretetét kinyilvánította nekünk!

Meghalt érted is a golgotai kereszten,
Vérét ontotta, hogy neked segíthessen!

A halált legyőzte, feltámadt és él!
Ha hívod Őt, ott van, s így biztat: Ne félj!
Ő maga a szeretet, Ő maga a remény!
Vele megszűnik a sötét, s ott lesz a fény!

Forrás: <http://bekevar.fw.hu/versek.htm>

Nagy Gyöngyvér - Oly jó benned bízni

Oly jó benned bízni, s nálad lakozni!
Szárnyaid alatt oltalmat találni!
Meggihenni nálad olyan jó Istenem!
Átölel engem a végtelen kegyelem!

Mint repdeső madarak, úgy szállok Teveled!
Pajzsként vesz körül a Te szereteted!
Édesebb a méznél ínyemnek Szent Szavad!
Sáróznak rózsája, óh Jézus, csak Te vagy!

Forrás: <http://bekevar.fw.hu/versek.htm>

2.5. Kérdések az evangéliumhoz

El szoktam-e mondani Jézusnak, hogy mi történt aznap velem?

Tudok-e elcsendesedni?



3. Oratio – imádság

3.1. A szentmise első könyörgése

Urunk, Istenünk, könyörülj népeden, és add nekünk bőségesen kegyelmed ajándékait, hogy mindenkor élő hittel, reménységgel, szeretettel és állandó éberséggel teljesítsük parancsaidat. A mi Urunk, Jézus Krisztus, a te Fiad által, aki veled él és uralkodik a Szentlélekkel egységben, Isten mindörökkön-örökké.

3.2. Szerzetes közösségek imája:

Mennyei Atyám, Jézus nevében kérek, küldd el Szentlelkedet, hogy az emberek iránti tevékenységem mindig az irgalmas és figyelmes szeretetből fakadjon. Amen.

Nyúl Viktor atya

5. Condivisio – megosztás

5.1. Örömhír megfogalmazások

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

Az Úr engem is hív, hogy merjek rendszeresen megállni, visszavonulni, s pihenni.

Az Úr pihenésre is hív.

6. Actio, operáció – tettekre váltás

6.1. Tanúságtétel megfogalmazások

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

A tanításom, az örömhírről való beszédem mindig kapcsolódjék össze az emberek iránti irgalommal.

A pihenés és Isten szolgálata embertársaimban megfelelő arányban legyenek.