

## Segédanyag a Nagyhét személyes és családi imádságaihoz

A Magyar Katolikus Egyház hivatalos honlapján is található segédanyagokat, imádságokat, melyek segítenek abban, hogy lélekben is készülhessünk Urunk feltámadásának ünnepére: <https://katolikus.hu/>

a) Kapcsolódjunk be a nagyheti szertartásokba rádión, televízión vagy világhálón, melyet az alábbiakkal még közelebbé, elmélyültebbé tehetünk:

- A kezdés előtt megfelelően hangolódjunk rá a kezdődő liturgiára. Ha megoldható, készíthetünk egy házi oltárt is.
- Távolítsunk el mindent, ami zavaró. Halkítsuk le vagy kapcsoljuk ki a környezetünkben lévő készülékeket. Ha okoskészüléken követjük a liturgiát, lehetőleg az alkalmazásértesítéseket is némítsuk le.
- Imádkozzuk a mise ránk eső részeit hasonlóan ahhoz, ahogyan eddig is tettük azt a szentmisén: amennyiben lehetséges, gesztusainkban és testtartásunkban is kövessük a szentmise rendjét (ülés, állás, térdelés).
- Végezzünk lelki áldozást, amelyet lehetőség szerint előzzön meg a tökéletes bánat. Az alábbi imákkal is megtehetjük ezt:

- Tökéletes bánathoz

Teljes szívemből bánom, ó édes Istenem,  
hogy Téged oly sokszor és oly nagyon megbántottalak,  
mert ezáltal méltatlanná lettem kegyelmedre,  
kedvedből kiestem és mind ideig-,  
mind örökkévaló büntetésedet megérdemeltem.  
Kiváltképpen pedig azért bánom bűneimet,  
mert Téged, legfőbb jót, legjobb Atyámat  
és legnagyobb jótevőmet megbántottalak.

Ó, édes Istenem, erősen felteszem  
magamban a szándékot,  
hogy a Te kegyelmeddel Téged,  
szerető jóságos Istenemet többé semmi bűnnel,  
de legfőképp ...-al/-el (*itt gondolj arra a bűnre, amely ellen különös törekvéssel  
küzdesz*) meg nem bántalak,  
és a bűnre szolgáló alkalmakat gondosan elkerülöm.  
Kérlek, Uram, örködjék fölöttem jóságos szemed,  
és add, hogy a holnapi napot  
a mainál jobban használjam.  
Boldogságos Szűzanyám, szent Őrzóangyalok,  
legyetek velem! Ámen.

- Lelki áldozáshoz

Jézusom! Hiszem, hogy jelen vagy  
a legméltóságosabb Oltáriszentségben.  
Mindennél jobban szeretlek és vágyom rá,  
hogy a lelkembe fogadhassalak.  
Mivel most nem tudlak  
szentségi módon magamhoz venni,  
jöjj, legalább lelki módon, a szívembe!  
Ne engeddd, hogy elszakadjak Tőled!

Vagy:

Uram, Jézus Krisztus, hiszek Benned, imádlak Téged  
és szeretlek Téged teljes szívemből.  
Bánom minden bűnömet, mert szeretnék  
magamhoz fogadni a szentáldozásban,  
hogy Veled élhessek.  
Jöjj hát, ó Jézus, legalább lélekben költözz a szívembe  
és végy lakást benne örökre!  
A mi Urunk, Jézus Krisztus Teste  
őrizzen meg engem az örök életre!  
Köszöntelek, ó Jézus, az én szegény szívemben.  
Neked adom magamat egészen.  
Tied akarok lenni életemben és halálom után is.  
Ámen.

Az élő közvetítések alkalmait megtalálhatják a Magyar Kurír honlapján  
(<https://www.magyarkurir.hu/hirek/hol-es-mikor-kovetheto-elo-szentmise-kozvetites-osszegyujtottuk-lehetosegeket>) vagy a Keresztény közvetítések gyűjteményének Facebook-oldalán is  
(<https://www.facebook.com/groups/845140862575770/>).

Barsi Balázs OFM különleges segédanyagot állított össze a Nagyhétre, amely a szertartások otthonainkban is végezhető részeit mutatja be. Az összeállítás segítséget nyújt a családok számára, hogy teljes legyen az ünnep. Letölthető az alábbi linken:

[https://drive.google.com/file/d/1LwUH\\_fI6vnM8DcyLyg55rWfFuoIfk-8C/view](https://drive.google.com/file/d/1LwUH_fI6vnM8DcyLyg55rWfFuoIfk-8C/view)

- b) Olvassuk minden nap a Szentírást.
- c) A Nagyhét Zsolozsmáiba is bekapcsolódhatunk az *Imaórák Liturgiájának* egy- vagy négykötetes kiadásával, illetve online felületen (<https://lh.kbs.sk/hu/default.htm>) és a telefonos applikációval is (<https://play.google.com/store/apps/details?id=sk.breviar.android&hl=hu>) .

- d) Az élő közvetítéseket könnyen követhetjük az online elérhető és ingyenesen letölhető *Adoremus* liturgikus kiadvánnyal: <https://ujember.hu/adoremus/>.
- e) Az *Éneklő Egyházban* is található a Nagyhétre vonatkozó részeket, amelyekkel be tudunk kapcsolódni a liturgiákba.
- f) Az otthoni keresztutak végzéséhez segítség lehet néhány keresztút-gyűjtemény:  
- online Keresztút-gyűjtemény:  
[http://www.ppek.hu/konyvek/Keresztut\\_gyujtemeny\\_1.pdf](http://www.ppek.hu/konyvek/Keresztut_gyujtemeny_1.pdf)  
- *A keresztfához megyek* c. könyv, Agapé kiadó  
- Amelyik családban kisgyermek is van, ott javasoljuk kiemelni a keresztút állomásai közül valamelyiket (pl. Jézus elítélése, Jézus elesése, Jézus találkozása édesanyjával, Cirenei Simon segítségével, Jézus halála és feltámadása), amelyről beszélgethetünk a kicsikkel, esetleg le is rajzolhatjuk vagy el is készíthetjük őket közösen az otthon található alapanyagokból (pl. kőre festéssel, papírkartonból, fadarabokból), és úgy beszélgessünk róluk, megfogalmazhatunk az állomásokhoz egy-egy imát.
- g) Az alábbi honlapokon is hasznos segítséget találhatunk a nagyheti készüléthez:  
[https://www.szepi.hu/irodalom/vallas/tima/tima\\_254.html](https://www.szepi.hu/irodalom/vallas/tima/tima_254.html)  
[http://plebania.net/hittanterem/?op=view&k\\_id=2074](http://plebania.net/hittanterem/?op=view&k_id=2074)  
<http://plebania.net/hittanterem/?op=viewwalkat&min=0&kid=0&akid=111>
- h) Különböző imádságokkal is készülhetünk Urunk feltámadásának ünnepére, melyekhez az alábbiakat különösen is ajánljuk:
- Ájtatosság Jézus hét szaváról (*Éneklő Egyház*, 1068. old. *vagy* Melléklet, 5. old.)
  - Jézus Vére-litánia (Hozsanna, 66. old. *vagy* Melléklet, 13. old.)
  - A világosság útja (Praeorator, 131. old. *vagy* Melléklet, 15. old.)

Kelt Budapesten, 2020. április 2-án

A Magyar Katolikus Püspöki Konferencia  
Állandó Tanácsának jóváhagyásával

## MELLÉKLET

# 1. ÁJTATOSSÁG JÉZUS HÉT SZAVÁRÓL

**Az alábbi rövid ájtatosságot a böjt folyamán a templomban miséhez, litániához kapcsolva végezhetjük, de családban, baráti körben is.**

*Éneklő Egyház, 698-as ének*

*Imádság:* Uram Jézus, aki életed utolsó napján a kereszten függve hét szót mondottál: add, hogy azokat mindig eszünkben tartsuk. E szavaknak erejével kérlek, Uram, bocsásd meg mindazt, amit vétkeztünk, és tisztíts ki belőlünk mindent, amit a bűnök lelkünkben maguk után hagytak.

## **I. „BOCSÁSD MEG NEKIK, MERT NEM TUDJÁK, MIT CSELEKSZENEK!”**

*Ének:* Legelőször értük szólsz,  
kik felfeszítettek,  
„Bocsásd meg ezt, szent Atyám,  
nem tudják, mit tesznek!”

*Elmélkedés:* Jézus saját testében éli át mindazt a gonoszságot, amit az embere tesznek. A katonák kegyetlen módon hajtják végre a halálos ítéletet. S ő bocsánatot kér számukra. Még ő mentetgeti őket: „Atyám, bocsásd meg nekik, mert nem tudják, mit cselekszenek.” Számára a gonosztevők is azok közé az emberek közé tartoznak, kik az ő irgalmára várnak.

*Csend.*

*Verzikulus:*

**V.** Uram, a te szavad lélek és élet.

**F.** Az örök élet igéi nálad vannak.

*Imádság:* Úr Jézus Krisztus, ki megfeszítőidre Atyád bocsánatát kérted: segíts, hogy irántad való szeretetből mi is megbocsássunk minden ellenünk vétkezőnek. Ki élsz és uralkodol, mindörökkön örökké. Ámen!

## II. „BIZONY, MONDOM NEKED, MÉG MA VELEM LESZEL A PARADICSOMBAN!”

*Ének:* Másodszor a latorhoz  
szóltál irgalmadban:  
„Velem leszel még e nap  
égi országomban.”

*Elmélkedés:* Jézus a mi testvérünk. Ő „Emmánuel”, vagyis velünk levő Isten. Gonosztevőkkel megy a halálra. S mert ő velük megy, azért tudunk mi is vele menni. „Még ma velem leszel a paradicsomban” – mondja a jobb latornak. Az ő útja az életre vezet. Ha az ő útján járunk, minket is magával visz az életre.

*Csend.*

*Verzikulus:*

**V.** Uram, a te szavad lélek és élet.

**F.** Az örök élet igéi nálad vannak.

*Imádság:* Úr Jézus, ki a jobb latornak megígérted, hogy veled lesz a Paradicsomban: segíts úgy élnünk, hogy halálunk óráján nekünk is ezt mondhasd. Ki élsz és uralkodol, mindörökkön örökké. Ámen.

## III. „ASSZONY, ÍME A TE FIAD.”

*Ének:* Harmadszor mint fiú  
szólsz szeretett anyádhoz:  
„Íme, Asszony, a fiad,  
Jánost vedd magadhoz!”

*Elmélkedés:* Jézus ahhoz a két emberhez szól, akik legközelebb álltak hozzá. Azt kívánja, hogy most, a nehéz órában egymás mellé álljanak. Őrajta keresztül legyenek egymás rokonai. Mi is Jézus vére által mind rokonai lettünk egymásnak. Még a tőlünk legtávolabb álló ember is testvérünk lett őbenne.

*Csend.*

*Verzikulus:*

**V.** Uram, a te szavad lélek és élet.

**F.** Az örök élet igéi nálad vannak.

*Imádság:* Úr Jézus, ki anyádhoz így szóltál: „Íme, a te fiad”, — s kedvelt tanítványodnak azt mondtad: „Íme, a te anyád”. Segíts, hogy mi is igaz szeretettel kapcsolódjunk anyádhoz, Máriához, s tőle tanuljuk az igazi istenszeretetet és felebaráti szeretetet. Ki élsz és uralkodol, mindörökkön örökké. Ámen!

#### **IV. „ISTENEM, ISTENEM, MIÉRT HAGYTÁL EL ENGEM?!”**

*Ének:* Negyedszerre kiáltasz:

„Istenem, Istenem!”

Atyádhoz így sóhajtasz:

„Miért hagytál el engem?”

*Elmélkedés:* A Názáreti Jézus, Isten Fia és Mária fia, most egészen magára hagyva függ ég és föld között. Az élet minden magánya és reménytelensége most benne, mint gyújtópontban összegződik. És Jézusból olyan szavak törnek ki, melyek az egész emberiség szívéből fakadnak: „Éli, Éli, lamma szabaktani! Istenem, én Istenem, miért hagytál el engem?”

*Csend.*

*Verzikulus:*

**V.** Uram, a te szavad lélek és élet.

**F.** Az örök élet igéi nálad vannak.

*Imádság:* Úr Jézus, ki haláltusádban még az Istentől való elhagyatottság érzését is átélted, hogy a mi bajainkkal azonosítsd magad, s azokra kegyelmi orvosságot hozzál. Segíts, hogy minden bajunkban és gyötrelmünkben hozzád forduljunk. Állj Urunk, azok mellett, akiket drága véreddel megváltottál! Ki élsz és uralkodol, mindörökkön örökké. Ámen!

## V. „SZOMJÚHOZOM!”

*Ének:* Ötödször a kínok közt  
Uram, szomjúhoztál,  
amikor a keresztfán  
értünk áldoztattál.

*Elmélkedés:* E földkerekség minden epedése benne rejlik e szóban: „Szomjúhozom.” És az ecetben, mely Jézus ajkát érinti, benne van minden csalódás. Az emberi szív vágya sokkal, de sokkal nagyobb, mint az a beteljesítés, amit e föld kínálni képes.

*Csend.*

*Verzikulus:*

**V.** Uram, a te szavad lélek és élet.

**F.** Az örök élet igéi nálad vannak.

*Imádság:* Úr Jézus, aki így sóhajtottál: „Szomjúhozom!” — ki valósággal átélted a kínzó szomjúságot, de ugyanakkor a lelkek üdve után szomjaztál: segíts, hogy mi utánad szomjazzunk, hiszen te vagy az élő kút, az örök jó forrás, melyből a megismerés fakad. Segíts, hogy szívünk minden vágyával téged szeressünk, s azokat a javakat, melyeket csak te adhatsz. Ki élsz és uralkodol, mindörökkön örökké. Ámen!

## VI. „BETELJESEDETT!”

*Ének:* Hatodszor így kiáltasz:  
„Már beteljesedett!”  
A régen-várt megváltás  
már végbevitetett.

*Elmélkedés:* Ebben a szóban: „Beteljesedett” — Jézus az ő halálának szentséges titkát hirdeti. Majd a húsvétvasárnap fogja fölfedni ezt a titkot. Jézus halála az összes ígéretek beteljesedése volt. A halálnak pillanatában született meg az élet. Amikor azt mondja: „Beteljesedett!” — ez nemcsak szenvedéseinek végpontját jelenti, hanem az életre vezető útnak megnyitását is.

*Csend.*



*Verzikulus:*

**V.** Uram, a te szavad lélek és élet.

**F.** Az örök élet igéi nálad vannak.

*Imádság:* Úr Jézus, ki minden fáradságot, minden szenvedést elviseltél értünk, hogy beteljesítsd Atyád akaratát és az üdvösség művét. Segíts, hogy isteni akaratod rajtunk is beteljesedjék. Ki élsz és uralkodol, mindörökkön örökké. Ámen!

## **VII. „ATYÁM, A TE KEZEDBE AJÁNLOM LELKEMET!”**

*Ének:* Végső szavad így hangzott,

haldokló Jézusom:

„Atyám, te szent kezébe

lelkemet ajánlom.”

*Elmélkedés:* Még egy szava van Jézusnak, s ez az Atyához szól. Egészen reá bízta önmagát. Hiszen Jézusnak az volt az eledele, hogy akaratát teljesítse annak, aki őt küldte, az Atyának. A keresztfán mondott utolsó szava még egyszer összefoglalja személyének és tevékenységének egész titkát. Bárcsak mi is így bízánk rá magunkat az Istenre életünkben és halálunk óráján.

*Csend.*

*Verzikulus:*

**V.** Uram, a te szavad lélek és élet.

**F.** Az örök élet igéi nálad vannak.

*Imádság:* Úr Jézus, ki haldokolva Atyád kezébe ajánlottad lelkedet Segíts minket, hogy utolsó órákon mi is teljes bizalommal neked ajánljuk magunkat, s érdemesek legyünk boldogító szavadat hallani: Jöjj, kedvesem, minden bánat és nyomorúság elmúlt, jöjj, és végy részt húsvéti győzelmemben, örülj és örvendezz velem az örökkévalóságban. Ámen!

## **BEFEJEZÉS:**

**V.** A keresztn van az üdvösség, a keresztn az élet és a reménység.

**F.** A keresztn van az üdvösség, a keresztn az élet és a reménység.

**V.** Keresztedet tiszteljük, Urunk, és szent feltámadásodat magasztaljuk.

**F.** A keresztn van az üdvösség, a keresztn az élet és a reménység.

**V.** Mert íme, a keresztn által jött az öröm az egész világra.

**F.** A keresztn van az üdvösség, a keresztn az élet és a reménység.

V. Üdvözlégy, Urunk keresztje, egyetlen reménységünk!

F. A keresztben van az üdvösség, a keresztben az élet és a reménység.

*Ének:* Mi pedig dicsekedjünk (ÉE 541).

## 2. JÉZUS VÉRE – LITÁNIA

Uram, irgalmazz!  
Krisztus, kegyelmezz!  
Uram, irgalmazz!

Uram, irgalmazz!  
Krisztus, kegyelmezz!  
Uram, irgalmazz!

Krisztus, hallgass minket!  
Krisztus, hallgass meg minket!

Krisztus, hallgass minket!  
Krisztus, hallgass meg minket!

Mennyei Atyaisten,  
Meváltó Fiúisten,  
Szentlélek Úristen,  
Szentháromság egy Isten,

irgalmazz nekünk!  
irgalmazz nekünk!  
irgalmazz nekünk!  
irgalmazz nekünk!

Krisztus Vére, az örök Atya egyszülött Fiának Vére,  
Krisztus Vére, az Isten megtestesült Igéjének vére,  
Krisztus Vére, az új és örök Szövetség vére,  
Krisztus Vére, a haláltusában földre hullott Vér,  
Krisztus Vére, a megostorozáskor kiserkent Vér,  
Krisztus Vére, a töviskoronától kicsordult Vér,  
Krisztus Vére, a keresztfán kiontott Vér,  
Krisztus Vére, üdvösségünk váltságdíja,  
Krisztus Vére, amely nélkül nincs bűnbocsánat,  
Krisztus Vére, az Oltáriszentségben a lelkek itala és megtisztulása, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, az irgalmasság folyama, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a gonosz lelkek legyőzője, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a vértanúk erőssége, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a hitvallók szilárdsága, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, szüzeket termő Vér, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a veszélyben forgók támasza, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a szenvedők enyhülése, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a sírásban vigasztalásunk, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a bűnbánók reménysége, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a haldoklók megnyugvása, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a szívek békéje és gyönyörúsége, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, az örök élet záloga, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, a tisztítóhelyen szenvedő lelkek szabadítója, üdvözíts minket!  
Krisztus Vére, minden dicsőségre és magasztalásra legméltóbb Vér, üdvözíts minket!

Megváltottál minket, Uram, szentséges véreddel.

És Istenünk országává tettél bennünket.

Könyörögjünk. Mindenható örök Isten, ki egyszülött Fiadat a világ Megváltójává rendelted és vére által megengesztelődni akartál, engedd kérünk üdvösségünk árát úgy tisztelnünk és annak erejével az élet bajaiban úgy nyernünk oltalmat a földön, hogy örökké tartó gyümölcseinek örvendhessünk az égben. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

### 3. A VILÁGOSSÁG ÚTJA

**A Via lucis-t a húsvéti időszakban bármikor végezhetjük a keresztúti imádsághoz hasonló módon. Amennyiben egy plébánián nincsenek stációk a világosság útjához, szabad az imádságot képek nélkül is végezni. Az egyes stációk között húsvéti énekeket énekelhetünk.**

#### **Bevezető imádság**

A feltámadt Krisztusban, aki a mi üdvösségünk, járjuk be imádságos lélekkel a világosság útját. A reményre nyitott szívvel fogadjuk a Feltámadott minden ajándékát. Ő, aki az élet Ura, világosítsa meg világunkat és adjon nekünk erőt, hogy békességszerzők és Isten országának építői lehessünk.

Könyörögjünk! Istenünk, értünk meghalt és feltámadt Fiadban a remény megingathatatlan szikláját akartad nekünk adni. Áraszd ránk az igazság és a világosság Lelkét, hogy bizalommal járjuk életünk útját, s mindig hordozzuk halandó testünkben a feltámadás bizonyosságát. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

#### **ELSŐ ÁLLOMÁS: JÉZUS FELTÁMAD A HALÁLBÓL**

**Ének:** SzVU 86,1/ÉE 112,1: Dicsőség, szent áldás, tisztesség

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

**Mt 28,1-7**

Szombat elmúltával, a hét első napjának hajnalán a magdalai Mária és a másik Mária elment, hogy megnézze a sírt. Hirtelen nagy földrengés támadt. Az Úr angyala ugyanis leszállt az égből, odament, elhengerítette a követ és ráült. Tekintete olyan volt, mint a villám, öltözte meg, mint a hó. Az örök remegtek tőle való félelmükben, s csaknem halálra váltak. Az angyal azonban felszólította az asszonyokat: „Ne féljete! Tudom, hogy ti Jézust keressétek, akit keresztre feszítettek. Nincs itt. Feltámadt, ahogy előre megmondta. Gyertek, nézzétek meg a helyet, ahol nyugodott! Aztán siessetek, vigyétek hírül tanítványainak: Feltámadt a halálból, elöttetek meg Galileába. Ott viszontlátjátok. Íme, tudotokra adtam.

Mindenható, örök Isten, add, hogy nagy bizalommal járuljunk atyai jóságodhoz a húsvéti szent időben, amikor oly bőkezűen nyújtod kegyelmed ajándékait. Kiszabadítottál minket a tévelygés homályából, engedd, hogy egyre jobban ragaszkodjunk hitünk szent igazságaihoz. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

## **MÁSODIK ÁLLOMÁS: A TANÍTVÁNYOK ÜRESEN TALÁLJÁK A SÍRT**

**Ének:** SzVU 86,2/ÉE 112,2: A halál és élet harcra szállt

- V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!  
**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

***Jn 20,1-9***

A hét első napján, kora reggel, amikor még sötét volt, Mária Magdolna kiment a sírhoz. Észrevette, hogy a követ elmozdították a sírtól. Erre elfutott Simon Péterhez és a másik tanítványhoz, akit kedvelt Jézus, és hírül adta nekik: „Elvitték az Urat a sírból, s nem tudni, hova tették.” Péter és a másik tanítvány elindult és a sírhoz sietett. Mind a ketten futottak. De a másik tanítvány gyorsabban futott, mint Péter, és hamarabb ért a sírhoz. Benézett, s látta a gyolcsot, de nem ment be. Nem sokkal később Péter is odaért, bement a sírba és ő is látta az otthagyt gyolcsot meg a kendőt, amellyel a fejét befödtek. Ez nem a gyolcs közt volt, hanem külön összehajtva más helyen. Most már a másik tanítvány is bement, aki először ért oda a sírhoz. Látta és hitt. Eddig ugyanis nem értették az Írást, amely szerint föl kellett támadnia a halálból.

Add meg, kérünk, mindenható Istenünk, hogy akik az Úr feltámadásának kegyelmi erejét megismertük, a szeretet Lelkének erejével új életre támadjunk. Krisztus, a mi Urunk által. Ámen.

## **HARMADIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT MEGJELENIK MÁRIA MAGDOLNÁNAK**

**Ének:** SzVU 86,3/ÉE 112,3: Mit láttál, szent asszony a sírnál?

- V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!  
**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

***Jn 20,11-18***

Mária ott állt a sír előtt és sírt. Amint így sírdogált, egyszer csak benézett a sírba. Látta, hogy ott, ahol Jézus teste volt, két fehér ruhába öltözött angyal ül, az egyik fejtől, a másik lábtól. Megszólították: „Asszony, miért sírsz?” „Mert elvitték Uramat – felelte –, s nem tudom, hová tették.” E szavakkal hátrafordult, s látta Jézust, amint ott állt, de nem tudta róla, hogy Jézus. Jézus megkérdezte: „Asszony, miért sírsz? Kit keresel?” Abban a hiszemben, hogy a kertész áll mögötte, így felelt neki: „Uram, ha te vitted el, mondd meg, hova tetted, hogy elvihessem magammal.” Jézus most nevéen szólította: „Mária!” Erre megfordult, s csak ennyit mondott: „Rabboni”, ami annyit jelent, mint „Mester”. Jézus ezt mondta neki: „Engedj! Még nem mentem föl Atyámhoz. Inkább menj el testvéreimhez és vidd nekik hírül: Fölmegyek Atyámhoz és a ti Atyátokhoz, Istenemhez és a ti

Istenetekhez.” Mária Magdolna elment, és hírül adta a tanítványoknak: „Láttam az Urat, s ezt mondta nekem.”

Istenünk, te megmutatod igazságod fényét a tévelygőknek, hogy visszataláljanak a helyes útra. Add meg híveidnek, hogy elutasítsunk mindent, ami a keresztény névvel ellenkezik, és vállaljuk, ami méltó hozzá. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

## **NEGYEDIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT TALÁLKOZIK AZ EMMAUSZI TANÍTVÁNYOKKAL**

**Ének:** SzVU 89,1/ÉE 111,1: Krisztus, virágunk

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

*Lk 24,13-19.25-27*

Ketten közülük még aznap elindultak egy Emmausz nevű helységbe, amely Jeruzsálemtől hatvan stádiumnyi távolságra feküdt. Az eseményekről beszélgettek. Ahogy beszélgettek, tanakodtak, egyszer csak maga Jézus közeledett, és csatlakozott hozzájuk. De szemük képtelen volt felismerni. Megszólította őket: „Miről beszélgettetek itt az úton?” Elszomorodtak, megálltak. Aztán az egyik, akit Kleofásnak hívtak, hozzá fordult: „Te vagy az egyetlen idegen Jeruzsálemben, aki nem tudod, mi történt ott ezekben a napokban.” „Micsoda?” – kérdezte. „A názáreti Jézus esete – felelték –, aki próféta volt, hatalmas tettben és szóban az Isten és az egész nép előtt.” Erre így szólt: „Ó, ti balgák, milyen nehezen tudjátok elhinni, amit a próféták jövendöltek. Vajon nem ezeket kellett elszenvednie a Messiásnak, hogy bemehessen dicsőségébe?” Aztán Mózesen elkezdve az összes prófétánál megmagyarázta nekik, amit az Írásokban róla írtak.

Istenünk, te Krisztus feltámadásával visszaszerezted nekünk az örök életet. Add népednek, hogy erős hittel, teljes reménységgel és kételkedés nélkül várjuk mindannak megvalósulását, aminek beteljesülését megígérted. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

## **ÖTÖDIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT EGYÜTT ÉTKEZIK AZ EMMAUSZI TANÍTVÁNYOKKAL**

**Ének:** SzVU 89,2/ÉE 111,2: Ki feküdt sírban

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

**Lk 24,28-35**

Közben odaértek a faluhoz, ahová tartottak. Úgy tett, mintha tovább akarna menni. De marasztalták: „Maradj velünk, mert esteledik, és a nap már lemenőben van.” Betért hát, és velük maradt. Amikor az asztalhoz ültek, kezébe vette a kenyeret, megáldotta, megtörte s odanyújtotta nekik. Ekkor megnyílt a szemük s felismerték. De eltűnt a szemük elől. „Hát nem lángolt a szívünk – mondták –, amikor beszélt az úton és kifejtette az Írásokat?” Még abban az órában útra keltek, s visszatértek Jeruzsálembe. Ott együtt találták a tizenegyet s társaikat. Azzal fogadták őket, hogy valóban feltámadt az Úr, és megjelent Simonnak. Erre ők is beszámoltak az úton történekről, meg arról, hogyan ismerték fel a kenyértöréskor.

Urunk, Istenünk, állj segítségeddel házad népe mellett, és viseld gondját jóságosan. Részesíts egyszülött Fiaid feltámadásában mindnyájunkat, akiknek megadtad a hit kegyelmét. Krisztus, a mi Urunk által.  
Ámen.

### **HATODIK ÁLLOMÁS: FELTÁMADOTT MEGJELENIK AZ APOSTOLOKNAK**

**Ének:** SzVU 89,3/ÉE 111,3: Felkele fényünk

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

**Lk 24,36-43**

Míg ezekről beszélgettek, egyszer csak megjelent köztük és köszöntötte őket: „Békesség nektek!” Ijedtükben és félelmükben azt vélték, hogy szellemet látnak. De ő így szólt hozzájuk: „Miért ijedtetek meg, s miért támad kétely szívetekben? Nézzétek meg a kezem és a lábam! Én vagyok. Tapogassatok meg és lássatok! A szellemnek nincs húsa és csontja, de mint látjátok, nekem van.” Ezután megmutatta nekik kezét és lábát. De örömükben még mindig nem mertek hinni és csodálkoztak. Ezért így szólt hozzájuk: „Van itt valami ennivalótok?” Adtak neki egy darab sült halat. Fogta és a szemük láttára evett belőle. Istenünk, a te kegyelmed ajándéka, hogy híveid egy akarattal követnek téged.

Add népednek, hogy szeressük, amit parancsolsz, vágyakozzunk arra, amit ígérsz, és e világ változandóságai közepette szívből ragaszkodjunk hozzád, akiben megtaláljuk igazi örömünket. Krisztus, a mi Urunk által.  
Ámen.



## **HETEDIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT HATALMAT AD A BŰNÖK MEGBOCSÁTÁSÁRA**

**Ének:** ÉE 96,1: Az Isten igaz napja ez

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

***Jn 20,19-23***

Amikor beesteledett, még a hét első napján megjelent Jézus a tanítványoknak, ott, ahol együtt voltak, bár a zsidóktól való félelmükben bezárták az ajtót. Belépett, megállt középen és köszöntötte őket: „Békesség nektek!” E szavakkal megmutatta nekik kezét és oldalát. Az Úr láttára öröm töltötte el a tanítványokat. Jézus megismételte: „Békesség nektek! Amint engem küldött az Atya, úgy küldelek én is titeket.” Ezekkel a szavakkal rájuk lehelt, s így folytatta: „Vegyétek a Szentlelket! Akinek megbocsátjátok bűneit, az bocsánatot nyer, s akinek megtartjátok, az bűnben marad.”

Kérünk, mindenható Istenünk, tégy minket a feltámadt Úr erejének hirdetőivé, hogy egykor teljes valóságában elnyerjük a feltámadás ajándékát, amelynek zálogát megadtad nekünk. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

## **NYOLCADIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT MEGERŐSÍTI TAMÁS HITÉT**

**Ének:** ÉE 96,2: Hitetlen hite visszatér

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

***Jn 20,24-29***

A tizenkettő közül az egyik, Tamás vagy melléknevén Didimusz, nem volt velük, amikor megjelent nekik Jézus. A tanítványok elmondták: „Láttuk az Urat!” De kételkedett: „Hacsak nem látom kezén a szegek nyomát, ha nem helyezem ujjamat a szegek helyére, és oldalába nem teszem a kezem, nem hiszem.” Nyolc nap múlva ismét együtt voltak a tanítványok, s Tamás is ott volt velük. Ekkor újra megjelent Jézus, bár az ajtó zárva volt. Belépett, megállt középen, és köszöntötte őket: „Békesség nektek!” Aztán Tamáshoz fordult: „Nyújtsd ide az ujjadat és nézd kezemet! Nyújtsd ki a kezedet és tedd oldalamba! S ne légy hitetlen, hanem hívő!” Tamás fölkiáltott: „Én Uram, én Istenem!” Jézus csak ennyit mondott: „Hittél, mert láttál. Boldogok, akik nem látnak, mégis hisznek.”

Istenünk, te megváltottál és gyermekeiddé fogadtál bennünket. Tekints jóságosan szeretett fiadra, és vezess el minket, Krisztusban hívőket az igazi szabadságra és a mennyei dicsőségbe. Krisztus, a mi Urunk által.  
Ámen.

### **KILENCEDIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT MEGJELENIK TIBÉRIÁS TAVÁNÁL**

**Ének:** ÉE 98,1: Krisztus feltámadta mind ő nagy kínjából

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

*Jn 21,1-9.13*

Jézus újra megjelent a tanítványoknak, ezúttal Tibériás tavánál. Így jelent meg nekik: Együtt volt Simon Péter, Tamás, melléknevén Didimus, továbbá a galileai Kánából való Natanael, Zebedeus fiai, s még két másik tanítvány. Simon Péter így szólt hozzájuk: „Megyek halászni.” „Veled tartunk” – felelték. Kimentek és bárkába szálltak. De akkor éjszaka nem fogtak semmit. Amikor megvirradt, Jézus ott állt a parton. De a tanítványok nem ismerték fel, hogy Jézus az. Jézus megszólította őket: „Fiaim, nincs valami ennivalótok?” „Nincs” – felelték. Erre azt mondta nekik: „Vessétek ki a bárka jobb oldalán a hálót, s ott majd találtok.” Kivetették a hálót, s alig bírták visszahúzni a tömérdek haltól. Erre az a tanítvány, akit Jézus kedvelt, így szólt Péterhez: „Az Úr az!” Amint Simon Péter meghallotta, hogy az Úr az, magára öltötte köntösét – mert neki volt vetkőzve –, és beugrott a vízbe. A többi tanítvány követte a bárkával. A hallal teli hálót is maguk után húzták. Nem voltak messze a parttól, csak mintegy kétszáz könyöknyire. Amikor partot értek, izzó parazsat láttak s rajta halat, mellette meg kenyeret. Jézus odajött, fogta a kenyeret, s adott nekik. Ugyanígy halat is.

Urunk, Istenünk, hallgasd meg imádságunkat, és engedd, hogy az evangélium szerinti élettel valóra váltsuk, amit szent Igéddel üzentél nekünk. Add, hogy elnyerjük mindazt, amit fogadott gyermekeidnek előre megígértél. Krisztus, a mi Urunk által.  
Ámen.

### **TIZEDIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT ÁTADJA PÉTERNEK A LEGFŐBB HATALMAT**

**Ének:** ÉE 103,1: Úr Krisztus feltámadott, ránk malasztja áradott

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

***Jn 21,15-17***

Miután ettek, Jézus megkérdezte Simon Pétertől: „Simon, János fia, jobban szeretsz engem, mint ezek?” „Igen, Uram – felelte –, tudod, hogy szeretlek.” Erre így szólt hozzá: „Legeltesd bárányaimat!” Aztán másodszor is megkérdezte tőle: „Simon, János fia, szeretsz engem?” „Igen, Uram – válaszolta –, tudod, hogy szeretlek.” Erre azt mondta neki: „Legeltesd juhaimat!” Majd harmadszor is megkérdezte tőle: „Simon, János fia, szeretsz?” Péter elszomorodott, hogy harmadszor is megkérdezte: „Szeretsz engem?” S így válaszolt: „Uram, te mindent tudsz, azt is tudod, hogy szeretlek.” Jézus ismét azt mondta: „Legeltesd juhaimat!”

Mindenható Istenünk, te Péter apostol hitvallásával sziklaalagra állítottál minket. Segíts, hogy rendületlenül helytálljunk minden viszontagságban. Krisztus, a mi Urunk által.  
Ámen.

### **TIZENEGYEDIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT ELKÜLDI TANÍTVÁNYAIT A VILÁGBA**

**Ének:** SzVU 90/ÉE 106: Örvendetes napunk támadt

- V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!
- F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

***Mt 28,16-20***

A tizenegy tanítvány elment Galileába, arra a hegyre, ahova Jézus rendelte őket. Amint meglátták, leborultak előtte, bár néhányan kételkedtek. Jézus odalépett hozzájuk, és így szólt: „Én kaptam minden hatalmat égen és földön. Menjetek tehát, tegyétek tanítványommá mind a népeket! Kereszteljétek meg őket az Atya és a Fiú és a Szentlélek nevére, és tanítsátok meg őket mindannak a megtartására, amit parancsoltam nektek. S én veletek vagyok mindennap, a világ végéig.”

Istenünk, te a nemzetek meghívásával mindenkor gyarapítod Egyházadat. Oltalmazd szüntelen segítségeddel azokat, akiket a keresztvízzel tisztára mosol. Krisztus, a mi Urunk által.  
Ámen.

### **TIZENKETTEDIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT FELMEGY A MENNYBE**

**Ének:** SzVU 95/ÉE 118: Krisztus a mennybe fölmene

- V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!
- F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

### *ApCsel 1,6-11*

Az egybegyűltek megkérdezték Jézust: „Uram, mostanában állítod helyre Izrael országát?” „Nem tartozik rátok – felelte –, hogy ismerjétek az időpontokat és a körülményeket. Ezeket az Atya szabta meg saját hatalmában. De megkapjátok a Szentlélek rátok leszálló erejét, és tanúim lesztek Jeruzsálemben, s egész Júdeában és Szamariában, sőt egészen a föld végső határáig.” Azután, hogy ezeket mondta, a szemük láttára fölemelkedett, és felhő takarta el szemük elől. Amint merőn nézték, hogyan emelkedik az égbe, egyszerre két férfi termett mellettük fehér ruhába öltözve. Ezt mondták nekik: „Galileai férfiak! Mit álltok itt égre emelt tekintettel? Ez a Jézus, aki tőletek az égbe vétetett, úgy jön el ismét, amint szemetek láttára a mennybe ment.”

Mindenható Istenünk, hadd ujjongjunk szent örömmel és hadd vigadjunk gyermeki hálaadással, mert szent Fiadnak, Krisztusnak mennybemenetele a mi fölemelkedésünk: ahová ugyanis a Fő eljutott dicsőségben, oda kapott meghívást az egész test, az Egyház, reménységben. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

### **TIZENHARMADIK ÁLLOMÁS:**

#### **A TANÍTVÁNYOK MÁRIÁVAL EGYÜTT VÁRJÁK A MEGÍGÉRT SZENTLELKET**

**Ének:** SzVU 259/ÉE 126: Jöjj, Szentlélek Úristen

**V.** Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

**F.** Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

### *ApCsel 1,12-14*

Erre az Olajfákról elnevezett hegyről, amely Jeruzsálemtől egy szombatnapi járásra van, visszatértek Jeruzsálembe. Amint megérkeztek, fölmentek az emeleti terembe, ahol együtt szoktak lenni: Péter és János, Jakab és András, Fülöp és Tamás, Bertalan és Máté, Alfeus fia, Jakab, a buzgó Simon és Jakab testvére, Júdás. Mindannyian egy szívvel, egy lélekkel állhatatosan imádkoztak az asszonyokkal, Máriával, Jézus anyjával és testvéreivel együtt.

Mindenható Istenünk, add, hogy felragyogjon fölöttünk dicsőséged fénye, és Szentlelked világossága bátorítsa azok szívét, akik kegyelmedből újjászülettek. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

## TIZENNEGYEDIK ÁLLOMÁS: A FELTÁMADOTT ELKÜLDI A SZENTLELKET

**Ének:** SzVU 102,1-2/ÉE 124: Szentlélek Isten, szállj le ránk

V. Imádunk téged, Krisztus, és áldunk téged!

F. Mert szent feltámadásod által életet adtál a világnak.

*ApCsel 2,1-6*

Amikor elérkezett pünkösöd napja, ugyanazon a helyen mindnyájan együtt voltak. Egyszerre olyan zúgás támadt az égből, mintha csak heves szélvész közeledett volna, és egészen betöltötte a házat, ahol ültek. Majd lángnyelvek jelentek meg nekik szétoszolva, és leereszkedtek mindegyikükre. Mindannyiukat eltöltötte a Szentlélek, és különböző nyelveken kezdtek beszélni, úgy, ahogy a Lélek szólásra indította őket. Ez idő tájt vallásos férfiak tartózkodtak Jeruzsálemben, az ég alatt minden népből. Amikor ez a zúgás támadt, nagy tömeg verődött össze. Nagy volt a megdöbbenés, mert mindenki a saját nyelvén hallotta, amint beszéltek.

Istenünk, te bőségesen árasztod Egyházadra mennyei ajándékaidat. Órizd bennünk a kegyelmet, amelyet adtál, hogy a Szentlélek belénk öntött ereje mindenkor elevenen működjék, és a lelki táplálék gyarapítsa bennünk a kegyelmi életet. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

### **Befejező imádság**

Könyörögjünk! Istenünk, te egyszülött Fiadnak, Urunk, Jézus Krisztusnak feltámadásával megörvendeztetted a világot. Add, kérünk, hogy az ő szent Anyjának közbenjárására eljussunk az örök élet örömébe. Krisztus, a mi Urunk által.

Ámen.

**Ének:** SzVU 87/ÉE 100: Föltámadt Krisztus e napon.