

Legyen egy szép napunk....

Legyen ez a nap más, mint a többi....

Ha felkelünk, jó vagy rossz hangulatban, nehéz álmokkal vagy tettekre készen, adjunk hálát az Istennek az új napért, ha jót hoz, ha rosszat, hiszen benne bízhatunk és csak benne, hogy bármiből is, de jót ad nekünk.

Ezzel a hálaadással kezdjük megalkotni napunkat. Már ez is egy jelentős hangulatjavító intézkedés, ami akkor is hatásos, ha egy csomó dolgunk hiányzik, betegek vagyunk, éppen veszteségek értek vagy érnek minket és semmi jó nem néz ki a mai napból, meg a következőből sem. Aki képes felismerni a javait, mikor már látszólag minden elveszett, az képes beengedni a jövőt életébe, annak van reménye, mert van mire építkezni. De érdemes ezután az „ösztönös” napnyitó után még bemelegíteni testünket és lelkünket. Mozgassuk át őket, hiszen még a macska is nyújtózkodik, mielőtt útra kél.

Tornázzunk, lélegezzünk, sétáljunk, gyalogoljunk, fussunk vagy csak adjuk át testünket a friss levegőnek, a napfénynek, ami csak adatik Isten ajándékai közül, ami az új nap lélegzetvételét indíthatja meg.

Lelkünket építsük tovább a hálaadással, amikor számba vesszünk mindent, ami nekünk fontos, azaz, semmi szín alatt nem szeretnénk elveszíteni. A földön és az égben. Ezek miatt már érdemes új napra ébredni, ha ezeket betöltjük tudatunkba. Különösen fontos az égi kincseink számbavétele, hogy ne merüljünk el hiábavaló földi álmok kergetésében és félelmek üldöztetésében elveszítve életünk igazi értelmét. Ne sajnáljuk a reggeli időt magunktól, legyen ezzel is több jelentősége annak, hogy este időben lefekszünk, hiszen itt ágyazzuk meg egész napunkat, sőt, itt kell beilleszük napunkat egész életünkbe, hiszen aki a jövőre is gondol, azt a mindennapokban készíti elő, különben az a jövő nem az a jövő lesz, amiért hálásak leszünk majd.

Vegyük magunkhoz hálás szívvel reggelinket, de csak annyit, hogy éhesek. mozgékonyak maradjunk a napra és ne fáradt jóllakottsággal dőljünk vissza az ágyba.

Munkába menet, ha jól raktuk össze testünket, lelkünket és jó táplálékkal láttuk el mindkettőt, ne a kényszmunkába indulók sirató vonulása legyen, hanem vágyakozás, várakozás a jó gondolatokra, lehetőségekre és különösen a jó tettekre. A közlekedésben óvjuk a többieket, különösen azokat, akik rosszul vagy egyáltalán nem rakták össze magukat a mára, akiket mintha üldöznének és megfélemlenek magukról és másokról. Ne csak türelmesek, előzékenyek legyünk velük, de őrangyalaik is!

Munkában ne gondoljunk a pénzre, az érdemekre, a dicsőségre, a beosztásokra. Végezzük a munkát önmagáért és másokért, szeretetben és alázatban, hogy ezzel megajándékozzuk embertársainkat, jobba tegyük a világunkat, környezetünket, ételt és italt adjunk, gyógyulást vigyünk betegnek és bűnösnek. Legyünk áldás munkánkban is! A fizetségről gondoskodik maga módján a világ és az ég is. Aki szeretetben és áldásban végzi munkáját az nem szorul semmire, hiszen ő forrás lesz és nem szomjas száj. Ő az, aki ad, mert van miből és nem aki adománnyra szorul.

Étkezésünk is legyen imádság! Ne habzsoljunk, ne torkoskodjunk (mondom én...), legyen elég az elég... Isten ajándékait értékeljük annyira, hogy ízleljük, élvezzük és megháláljuk áldva annak kezét is,

akik Istentől azt a szolgálatot kapták, hogy az alapanyagokat megtermesszék, felneveljék, elkészítsék és elénk tegyék. Gondoljunk rájuk, hogy közösségben maradjunk velük és ajándékaikat újra és újra élvezhessük. Éljük meg ezt a teljességet különösen, ha magunk keze munkája is benne van táplálékunkban!

Napunk során, aki csak az utunkba kerül, aki csak eszünkbe jut, szemléljük Isten szemével! Áldjunk meg mindenkit, jó és rosszakaróinkat, ismerőst és ismeretlent. Töprengjünk rajtuk, boldogságukon, szomorúságukon, nagy kérdéseiken, vágyaikon és félelmeiken. Vigyük mindezt Isten elé, kérve jószágos gondviselését, hogy mindannyiunk közös boldogságára vezesse életükbe, életünkbe a tanításokat, adományokat, ha kell dorgálásokat, hogy közösen dicsőíthessük Őt.

Napi emberi kapcsolatainkban pedig hordozzuk egymás keresztjét közös feladatainkban vagy csak, mert útjaink keresztezték egymást. Okuljunk a másiktól, óvjuk intelmekkel és igazságharcaink helyett keressük közöttünk Isten igazságát és akaratát. Akkor is az Ő jelenlétét idézzük meg, ha éppen mindenki ellenünk fordul és nem kérnek a mi igazságunkból, tanításunkból. Ettől mi még okulhatunk magunk javára, Isten dicsőségére, a belátók és elesettek megsegítésére.

Szórakozásban legyünk mértéktartók, vigyázzunk testünkre, lelkünkre! Erre mi alkalmatlanok vagyunk, de az Úr lát minket és ha mi is szemmel tartjuk, nagy bajunk nem lehet. Ha csak vállunkon hajlunk tudni őrangyalunk kezét, már védettek lehetünk legalább magunkkal szemben.

Ha eljön a lenyugvásunk ideje, adjunk számot az Úr előtt. A kegyelméért, amiért megvédett, amiért megerősített, amiért szavakat és gondolatokat adott tévelygő lelkünknek és gyónjuk meg, ha elbizonytalanodtunk valamiben, vajon mennyire az Ő akaratában, szeretetében jártunk el. Adjon ezért vigaszt és oktatást, miként sérelmeinkben, bánkódásainkban is adjon feloldozást. Adjunk hálát az elmúlt napért és áldjunk meg mindenkit, aki csak az eszünkbe jut, ha napközben, élőben megfedkezünk volna róla. Áldjuk meg azokat is, akiket nem láttunk, nem hallottunk, nem érzük el őket vagy akiket már nem is érhetünk el többet.

Álmainkban se feledkezzünk meg Jézusról, bármire is ébredünk, jóra vagy rosszra, Ő legyen első gondolatunk, kapaszkodónk, bízzuk rá magunkat legizgasztóbb lidércnyomásunkban is, hiszen keresztjéről uralkodik az egész világon és ahol oltalmat találunk, akik szorongatva vagyunk.

Adjuk meg a napunk teljességét, amitől életünk is elnyerheti a teljességet, az örök életet, az Atya közelségét... És végezetül kérjük:

Legyen ez a nap olyan, mint a többi...

....Isten dicsőségére!

Templomlépcső, 2023. szeptember