



NAGYBÖJT – 2020

„Velük van Krisztus Jézus, aki meghalt, sőt föl is támadt!”

(Róm 8,34)

	Olvass!	Elmélkedj!	Cselekedj!
február 26. Hamvazószerda †††	Joel 2,12-18 2Kor 5,20-6,2 Mt 6,1-6.16-18	Ismét közelít felénk az Úr húsvétja! A nagyböjt jelzi és meg is valósítja a lehetőséget, hogy teljes szívvel, teljes életünkkel visszatérjünk az Úrhoz.	Átgondolom, hol van hasadt szív bennem, mi választ el az Úrtól? Szentmisével kezdem a nagyböjtöt.
február 27. csütörtök	MTörv 30,15-20 Lk 9,22-25	Örömben és igazságban éljük meg ezt a kegyelmi időt. Az ihletet Jézus szavai adják: „A gonoszság megsokasodása miatt sokakban kihűl a szeretet” (24,12). Ezt a mondatot ott találjuk, amikor Jézus a végidőkről beszél, Jeruzsálemben, az Olajfák hegyén, éppen ott, ahol kezdetét veszi majd az Úr kínszenvedése.	Imádkozom az Eucharisztikus Kongresszusért. Kitűzöm nagyböjti első szentgyónásom időpontját és felkészülök rá.
február 28. péntek ††	Iz 58,1-9a Mt 9,14-15	Jézus szavaival leírja a nagy összeomlást és azt a helyzetet, amelyben a hívők közössége találhatja magát. A fájó események közepette hamis próféták fognak sokakat félrevezetni, és kialszik a szívekben a szeretetet, amely szeretet az evangélium lényege.	Böjtöléssel megnyitom szívemet Isten szeretete felé. Nagylelkűen adakozom a szegényeknek.
február 29. szombat	Iz 58,9b-14 Lk 5,27-32	Milyen formákat öltenek a hamis próféták? Olyanok, mint a „kigyóbűvölők” vagyis kihasználják az emberi érzelmeket, hogy rabszolgájjá tegyék, és oda vigyék őket, ahova csak akarják.	Türelmes és figyelmes szeretettel leszek jelen ma családomban, környezetemben.
március 1. Nagyböjt 1. vasárnapja	Ter 2,7-9;3,1-7a Róm 5,12-19 Mt 4,1-11	Isten hány és hány gyermekét bűvölik el a pillanatnyi gyönyörök csábításai, amit boldogságnak hisznek! Hány férfi és nő él a pénz illúziójának varázsában, amely valójában a haszon vagy az aljas érdekek rabszolgáivá teszi őket! Hányan vannak, akik azt hiszik: elég, ha csak maguknak élnek azután a magány áldozataivá válnak!	Elvégzem nagyböjt eleji gyónásomat. Megkeresem, kiknek tudok ma segíteni, hogy a másik testvérem lehessen a közösségben.
március 2. hétfő	Lev 19,1-2.11-18 Mt 25,31-46	Azok a „sarlatánok” is hamis próféták, akik egyszerű és azonnali megoldásokat kínálnak a szenvedésekre, olyan gyógyírt, ami azonban teljesen hatástalannak bizonyul. Hány és hány fiatalnak kínálják hamis megoldásként a kábítószert, az „egyszer használatos” kapcsolatokat, a könnyű, de becstelen pénzszerzést!	A szívben lévő igazi örömet keresem, mely a feltámadás tényéből fakad. Örömmel teszek meg ma mindent.
március 3. kedd	Iz 55,10-11 Mt 6,7-15	Hányan vannak, akiket hálójába vont a teljesen virtuális élet, ahol a kapcsolatok könnyűnek és gyorsnak tűnnek, hogy azután drámaian megbizonyosodjon: nincsen semmi értelmük.	Ma internetmentes napot tartok. Este közös beszélgetés a családtagokkal.
március 4. szerda	Jón 3,1-10 Lk 11,29-32	Ezek a csalók, akik értéktelen dolgokat kínálnak, elveszik cserébe azt, ami sokkal értékesebb: a méltóságot, a szabadságot és a szeretetre való képességet. A hiúság csapdája ez, amikor a páva szerepét játsszuk, azután neveltségessé válunk, s onnan nem lehet visszafordulni.	Hogyan tekintek a másik emberre? Imádkozom a tiszta szeretetért, az emberi méltóság tiszteletben tartásáért.
március 5. csütörtök	Eszt 14,1-14 Mt 7,7-12	Nem kell ezen csodálkozni: az ördög aki „hazug és a hazugság atyja” (Jn 8,44) mindig jóként mutatja be a rosszat és igazként a hamisat, hogy összezavarja az ember szívét. Mindnyájunk számára feladat ezért szívünkben megvizsgálni, nem fenyegetnek-e ezeknek a hamis prófétáknak a hazugságai.	„Rejtett bűneimtől tisztíts meg.” Kérem az Urat az őszinte és megtisztult szívért! Egy lelki könyvet keresek a nagyböjtre.
március 6. péntek ††	Ez 18,21-28 Mt 5,20-26	Meg kell tanulnunk, hogy ne álljunk meg az azonnali felszínes szinten, hanem ismerjük fel mi vagyunk jó és tartós nyomot, mivel Istentől jön, és valóban a javunkra szolgál.	Ma imádkozom, hogy Isten akaratát megismerjem. Bekapcsolódom a templomi kereszttűtba.
március 7. szombat	MTörv 26,16-19 Mt 5,43-48	Dante Alighieri úgy írja le a poklot, hogy a közepén derékig jégbe van fagyva a sátán, aki az elfojtott szeretet dermedt légkörében él. Tegyük fel tehát a kérdéseket: Hogyan hűlhet ki bennünk a szeretet? Mik a jelei annak, hogy kialudni készül bennünk a lángja?	Megkeresek, felhívok valakit, akivel már régen találkoztam. Kérem Isten irgalmas szeretetét.
március 8. Nagyböjt 2. vasárnapja	Ter 12,1-4a 2Tim 1,8b-10 Mt 17,1-9	Ami elfojtja a szeretetet az elsősorban a pénz iránti mohó vágy, „minden baj gyökere” (1Tim 6,10). Ezt követi az Isten elutasítása, amivel együtt jár a tőle jövő vigasz elhárítása is, amikor inkább a reménytelenséget választjuk semmint Igéjének és szentségeinek vizsgáztatását.	Imádkozom az elsőáldozásra készülő gyerekekért, családjaikért, a keresztségre készülő felnőttek katekumenekért.

március 9. hétfő	Dán 9,4b-10 Lk 6,36-38	Mindez erőszakká válik azokkal szemben, akikre úgy tekintünk, mint fenyegetésre a magunk „bizonyosságai” szempontjából: a meg nem született gyerekekkel, az idős, beteg emberekkel, az átutazó vendéggel, az idegennel szemben, de azzal a felebarátunkkal szemben is, aki nem felel meg az elvárásainknak.	<i>Médiacsendet tartok. Ma meg akarom vigasztalni Jézust a kereszten. Figyelek: minden egyedül élőben Őt keresem.</i>
március 10. kedd	Iz 1,10.16-20 Mt 23,1-12	A teremtett világ is csendben tanúskodik a szeretet eme kihüléséről: a földet megmérgezte az ember a gondatlanul, odafigyelés nélkül elhajigált szeméttel; a tengereket, amelyek sajnos szintén szennyezettek; az egeket, amelyek Isten terve szerint az ő dicsőségét éneklék olyan gépek „szántják”, amelyekből halált hozó eszközök hullnak alá.	<i>Hogyan figyelek a teremtés védelmére? Imádkozom a békéért, az éhezőkért. Kinek kéne nagylelkűen segítenem?</i>
március 11. szerda	Jer 18,18-20 Mt 20,17-28	Közösségeinkben is egyre inkább kihül a szeretet. E szeretet hiányának legnyilvánvalóbb jelei ezek: az önző lustaság, a terméketlen pesszimizmus, az elszigetelődés és a folytonos testvérháborúk kísértése, a világiás gondolkodás.	<i>Ma én is tükrözni akarom Isten végtelen jóságát. Imádkozom a házasságra készülő jegyesekért.</i>
március 12. csütörtök	Jer 17,5-10 Lk 16,19-31	Mit tegyünk? Ha meglátjuk magunkban és magunk körül a most leírt jeleket? Akkor ezekre az Egyház, édesanyánk és tanítónk az igazság olykor keserű gyógyszerével együtt felkínálja számunkra a mostani nagyböjti időszakban az imádság, az alamizsnázkodás és a böjt édes segítségét.	<i>Imádkozom a betegekért, irgalmas leszek embertársaimhoz, hogy Isten végtelen szeretete növekedhessen szívemben.</i>
március 13. péntek ††	Ter 37,3-4,12-13a. 17b-28 Mt 21,33-43.45-46	Ha több időt szánunk az imádságra lehetőséget adunk a szívünknek, hogy felfedezze azokat a titkos hazugságokat, amelyekkel önmagunkat csapjuk be, hogy végre Istennél keressünk vigaszt. Ő a mi Atyánk, aki az életet akarja számunkra.	<i>Elmegyek a mai keresztútra, hogy Isten értem adott szeretetét befogadjam, ünnepelem.</i>
március 14. szombat	Mik 7, 14-15. 18-20 Lk 15,1-3.11-32	Az alamizsnázkodás gyakorlása által megszabadulhatunk a kapzsiságtól és felfedezhetjük, hogy a másik ember a testvérünk: amim van soha nem teljesen az enyém.	<i>Imádkozom az Isten szeretetére való igaz éhségért, hogy tőle várjak választ vágyaimra.</i>
március 15. Nagyböjt 3. vasárnapja	Kiv 17,3-7 Róm 5,1-2. 5-8 Jn 4,5-42	Mennyire szeretném, hogy az adakozás valódi életstílussá váljék mindenki számára! Bárcsak követnénk keresztényekként az apostolok példáját és meglátnánk a másokkal való osztozás lehetőségében az Egyházban megélt közösség kézzelfogható tanúságtételét.	<i>„Egy volt a szívük, lelkük...” – Megkeresem mi az, amit megoszthatok testvéreimmel? Miben lehetek segítségükre?</i>
március 16. hétfő	2 Kir 5,1-15a Lk 4,24-30	Ennek kapcsán felidézem Szent Pál felszólítását, amikor a korintusi hívekhez fordult a jeruzsálemi közösségnek szánt pénzgyűjtés ügyében: „...mert javatokra válik” (2Kor 8,10). Ez különösen is igaz nagyböjtre, amikor számos szervezet tart gyűjtést nehéz helyzetben lévő egyházaknak és népeknek.	<i>Felfedezem az adás örömét egy mosolyban, egy jó szóban, egy szerető tettben.</i>
március 17. kedd	Dán 3.25. 34-43 Mt 20,21-35	Bárcsak mindennapi kapcsolatainkban is minden olyan testvérünkkel szemben, aki segítséget kér, arra gondolnánk, hogy ez egy felhívás a Gondviselés részéről.	<i>Ma a Gondviselés eszköze leszek. Tükrözni akarom Isten nagylelkű és végtelen jóságát.</i>
március 18. szerda	Mtörv 4,1.5-9 Mt 5,17-19	Minden adakozás alkalom számunkra, hogy részt vegyünk abban, ahogyan Isten gondját viseli gyermekeinek. Ha ma engem használ fel arra, hogy segítsen egy testvérem, hogyne gondoskodna az én szükségeimről is legközelebb Ő, akit senki nem múlhat felül nagylelkűségben?	<i>Hálát adok Isten Gondviseléséért! Átélmelekem mi mindent tett értem, hogy a jövőben nagyobb legyen a hitem!</i>
március 19. csütörtök Szent József, Szűz Mária jegyese	2Sám 7,4-5a.12-14a.16 Róm 4,13.16-18.22 Lk 2,41-51a	Végül a böjt elveszi az erőt az erőszakkból, lefegyverez minket, jelentős alkalmat szolgáltat rá, hogy lélekkben növekedjünk.	<i>Kibékülök azzal, akivel szükséges. Isten „Igaz Emberének” segítségét kérem az Édesapáért.</i>
március 20. péntek †† <i>Szentségimádási nap</i>	Oz 14,2-10 Mk 12,28b-34	Egyrészt lehetőségünk nyílik rá, hogy megértsük: mit tapasztalnak azok, akiknek a legszükségesebb dolgok is hiányoznak és ismerik a napi éhezés gyötrelmeit, másrészt kifejezésre juttatja lelkünk állapotát, amely Isten jóságára éheznek, és Isten életére szomjaznak.	<i>Ma negyed óra Szentségimádást végzek – itt vagy valamelyik templomban.</i>
március 21. szombat	Oz 6,1-6 Lk 18,9-14	A böjt felráz, figyelmesebbé tesz minket Isten és a felebarátaink iránt, felkelti akaratainkat, hogy engedelmeskedjünk Istennek, aki egyedül képes betölteni éhségünket.	<i>Ma (is) jó kedvvel végzem az otthoni munkám. Kerülöm a „médiazajt”.</i>
március 22. Nagyböjt 4. vasárnapja	1Sám 16,1b.6-7.10-13a. Ef 5,8-14 Jn 9,1-41	Az Egyház tagjait hívom, hogy lendülettel vágjanak neki a nagyböjt útjának és támaszkodjanak az alamizsnára, a böjtre és az imára. Ha olykor úgy tűnik is, hogy sok szívben kialszik a szeretet, soha nem huny ki Isten szívében! Ő mindig nyújt számunkra új alkalmakat, hogy újra elkezdhessünk szeretni.	<i>Minél több embernek szerzek ma örömet, hogy ezáltal is megmutassam Isten szeretetét.</i>

március 23. hétfő	Iz 65,17-21 Jn 4,43-54	Kiváló alkalom lesz az Eucharisztia éve Budapesten, amely arra hív bennünket, hogy a kiengesztelődés szentségét a szentségimádás keretében ünnepeljük meg. A 130. zsoltár 4. verse ad ihletet: „Nálad bocsánatot nyer a vétek”. Jó, ha nyitva állnak a templomok, hogy alkalmat nyújtsanak a szentségimádásra és a szentségi gyónásra.	<i>Betérek egy templomba negyed óra szentségimádásra. Már most kitűzöm húsvéti szentgyónásom időpontját!</i>
március 24. kedd	Ez 47,1-9.12 Jn 5,1-16	Húsvét éjszakáján újra átéljük majd a húsvéti gyertya meggyújtásának nagy hatású szertartását: az „új tűzből” vett fény lassanként el fogja űzni a sötétséget és megvilágítja majd a liturgián részt vevő közösséget. „A dicsőségesen feltámadt Krisztus világossága oszlassa szét szívünk és elménk homályát”, hogy mindnyájan újra átélhessük az emmauszi tanítványok tapasztalatát: meghallgassuk az Úr szavát és magunkhoz vegyük az Eucharisztia Kenyerét, s akkor a szívünkben újra fellángol a hit, a remény és a szeretet.	<i>A Feltámadt Krisztus öröme ragyogja be ma szívemet, hogy újra fellángolhasson szívemben a hit, a remény és a szeretet. Már készülök az ünnepi szentgyónásomra.</i>
március 25. szerda Gyümölcsoltó Boldogasszony	Iz 7,10-14 8,10 Zsid 10,4-10 Lk 1,26-38	A kereszténységnek a mi korunkban elsősorban «az imádság művészetében» kell különböznie másoktól! Jó, ha érezzük sürgető szükségét, hogy hosszasabban elidőzzünk lelki társalgásban, csöndes imádságban a Legszentebb szentségben jelenlévő Krisztusnál!	<i>Tíz perc szentírásolvasás és csendes ima. Máriát kérem, hogy segítsen: meghallani az Úr szavát a nehéz helyzetekben és a helyes döntésekben.</i>
március 26. csütörtök	Kiv 32,7-14 Jn 5,31-47	A szentségimádás nem lecke, nem valami elmélet a szeretetről, hanem a szeretet megtapasztalása. Születésünktől a halálunkig szomjazzuk a szeretetet. Amikor odatérdelünk az Oltáriszentség elé, megérkeztünk a forráshoz. Jézus már várt rám, személyesen énrám. Vágyódik arra, hogy a Szívére ölelhessen. Nem a külsőmet vizsgálja, nem tesz föl kérdéseket, nem vár el semmit csak velem akar lenni.	<i>Mi Isten akarata ma számomra? Médiaböjtöt tartok. Megnyílok imában a Lélek szavára.</i>
március 27. péntek ††	Bölcs 2,1a.12-22 Jn 7,1-2.10.25-30	Szemlélni – azt jelenti, hogy befogadni akarjuk és nem kisajátítani. Ha szeretettel szemlélek valakit, akkor nem manipulálok, nem akarom irányítani az én terveim szerint. Rengetegszer elimádkozzuk: „legyen meg a Te akaratom”, de nekünk mindig van jobb ötletünk, és nagyon várjuk, hogy a jó Isten azt fogja tenni, amit mi akarunk. Amikor szeretettel szemlélem azt, aki szeret, akkor egyszerűen csak befogadom. Azt akarom, hogy betöltsön, azt akarom, hogy a jelenlétével átjárjon.	<i>Elmegyek a keresztútra és az esti szentmisére, a lelki gyakorlatos beszédre. Ha még nem gyóntam, itt az ideje.</i>
március 28. szombat	Jer 11,18-20 Jn 7,40-53	A szeretet számára semmi sem lehetetlen, de mindig kölcsönös kell, hogy legyen. Isten megvárja, hogy kész legyek magamat teljesen átengedni szeretetének, akkor olyan dolgokat tapasztalhatok meg, amelyeket azelőtt soha. Ha ebbe belemegyek, akkor ki kell mondanom: tegyél velem, amit akarsz, mert Te vagy az én Atyám.	<i>Elmegyek az esti lelki gyakorlatos beszédre. Ha van beteg rokonom, ismerősöm, szomszédom, elhívom a Betegeg kenetének vételére.</i>
március 29. Nagyböjt 5. vasárnapja	Ez 37,12-14 Róm 8,8-11 Jn 11,1-45	Ha komolyan veszem Isten szeretetét, akkor végre föladam, hogy én írjam elő hol, hogyan és mit változtasson meg bennem. Természetesen szabad kérni és vágyakozni, de mindezt az Ő nevében fejezem ki, és soha nem kívánok olyan dolgokat, amelyek Őellenében vannak.	<i>Elmegyek az esti lelki gyakorlatos beszédre. Imádkozom, hogy a kísértésekben is hűséges maradhassak az Úrhoz.</i>
március 30. hétfő	Dán 13,1-9.15-17.19-30.33-62 Jn 8,1-11	Ebben a kapcsolatban semmit sem rejthetek el előle magamból. Isten jobban szeret engem, mint én magamat. Személyes érdekem, hogy kiszolgáltassam magamat neki különösen azokon a területeken, amelyeket szégyellek, amelyeket titkolok, amelyek életem sötétségei és én sem ismerem ki magamat bennük. Ebben a kapcsolatban semmi nem lehet magánügy itt még a tudatalatti is ismertté lesz.	<i>Milyen visszatérő bűnöm tart engem szolgátságban? Őszintén átadom minden gondomat, bajomat, bűnömet Istennek.</i>
március 31. kedd	Szám 21,4-9 Jn 8,21-30	Ábrahám annak idején Szodomára, Gomorára Isten irgalmát kiesdhetette volna, ha talált volna tíz igaz embert! Gyertek, ne szidjuk a világot, hanem mi magunk legyünk Isten imádkozó, engesztelő gyermekei! Ne másoktól várjuk el, hogy jobbak legyenek és imádják az élő Istent, hanem alázattal üljünk az üres templomaink első padjaiba közvetlenül az Oltáriszentség elé és Teremtőnk első parancsát átgondolva legyünk a törvény megtartói, és ne testvéreink ítélő bírói vagy a világunkat elkántáló sirató asszonyai!	<i>Ajándékként élem meg a másik különbözőségét. Módot keresek tíz perc szentségimádásra a világ bűnöseiért.</i>
április 1. szerda	Dán 3,14-20. 91-92.95 Jn 8,31-42	„Többször hatalmasra nőtt bennem a vonzódás az Oltáriszentséghez. Vágyódtam a Szentáldozásra. Éjszakánként nem tudtam aludni — és órák hosszat csak az Ő eljövetelére vágyódtam.” – Kalkuttai Teréz Anya	<i>Bekapcsolódom az Egyház liturgiájába: a szentmisébe vagy a zsolozsmába.</i>

április 2. csütörtök	Ter 17,1a.3-9 Jn 8,51-5	„... A Szentírás után éppen a szentek élete a legalkalmasabb arra, hogy Isten megszólítson minket, mivel valódi, hozzánk hasonló emberi életéről van szó melyek a lelki olvasmány alkalmával megelevenedve a saját istenkapcsolatunkat alakítják...”	Átélmelekem védőszentem odaadott életét, kérem közbenjárását az élet-szentségért.
április 3. péntek ++	Jer 20,10-13 Jn 10,31-42	A szentek által Isten felszólít, nem arra, hogy ennek vagy annak a szentnek az életútját lépésről lépésre lemásoljuk, hanem arra, hogy mi is a keskeny ösvényre lépünk, hogy azon a szűk kapuhoz jussunk mely az életre nyílik.	Bekapcsolódom a plébánia böjtölésébe és keresztútjába hazánkért és a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszusért.
április 4. szombat	Ez 37,21-28 Jn 11,45-57	„Mindig szent akartam lenni, bár fáj, amikor magamat szentekkel hasonlítom össze. Láttam, hogy akkora a különbség közöttünk, amekkora a felhőben álló hegyóriás és a porszemek között... Ám Isten nem támaszthat bennem megvalósíthatatlan vágyakat. Ha kicsi, ha törpe vagyok is, vágyódhatom, vágyódnom kell arra, hogy szent legyek... Égbe kell jutnom, bármi áron is... Keresni fogok tehát egy egyenes és rövid utat. Egy utat, amely oda vezet...” – Lisieux-i Szent Teréz	Segítek a templom ünnepi nagytakarításában. Rendet rakok magam körül és magamban is: mi vezet engem a szentségre, mit kell megtennem ezért?
április 5. Virágvasárnap	Iz 50,4-7 Fil 2,6-11 Mt 26,14-27.66	A szentek útja a Golgotán át Húsvétba jutó szeretet útja, az Istennel való egyesülés útja, az emberek Isten Szívével való szeretésének útja.	Hálát adok Istennek, hogy vállalta értem a szenvedést, a halált és a föltámadást. Kérem kegyelmét, hogy élni tudjak kegyelmével. Húsvéti gyónásomat ma elvégzem.
április 6. Nagyhétfő	Iz 42,1-7 Jn 12,1-11	„A Jóisten megadta nekem a nagy kegyelmet, hogy semmit sem kaptam, amire támaszkodhatnék: sem tehetséget, sem bölcsességet, sem tudást, sem erőt, sem erényt. Ha megkísért a kétségbeesés, egyetlen menedékem van: a tabernákulum elé vetem magam, mint kiskutya a gazdája lábához.” – Vianney Szent János	Megtervezem az ünnepi előkészületeket, hogy maradjon időm az igazán lényegesre. Imádkozom az Egyház vezetőiért és minden keresztényért.
április 7. Nagykedd	Iz 49,1-6 Jn 13,21-33.36-38	Krisztushívők, valamennyien fedezzétek föl az Eucharisztia ajándékát, mint a világban – a különböző foglalkozásokban és a legváltozatosabb helyzetekben – élt mindennapi életek világosságát és erejét.	Imádkozom, hogy a világban egyre többen nyíljanak meg Isten felé. Átélmelekem a mai szentírási részeket.
április 8. Nagyszerda	Iz 50,4-9a Mt 26,14-25	A mai embernek nincs csendje. A külvilág zajossá vált, a gépek, a tévé, a zene, az utca forgalmának zaja állandóan bántja és sérti fülünket. Elszoktunk a csendtől. Pedig éppen a csend képes öröme, békére, kiegyensúlyozott és tudatos életre nevelni.	Különösen is figyeljek családtagjaimra. Tudatosan keresem ma a médiacsendet.
április 9. Nagycsütörtök	Kiv 12,1-8.11-14 1Kor 11,23-26 Jn 13,1-15	Isten kér: „Légy csendben, várj rám... Jövök hozzád... Átkarollak, megsegítlek. Csendesedj el, nyugodj meg... Minden jól van... Nálam békességet találsz, értelmet nyernek mindennapjaid...” Nyiss Istennek ajtót, szentelj elegendő időt az Úrral való csendes együttlétre. Engedd át szívedet, életedet Neki.	Mai fohászom: Istenem, lelkem gyógyítója, gyógyíts meg hamis bűntudatomból, önvádjaimból az Eucharisztia szentsége által. Részt veszek az esti ünnepi szentmisén.
április 10. Nagypéntek +++	Iz 52,13-53,12 Zsid 4,14-16. 5,7-9 Jn 18,1-19,42	Indulj el a templomba, szépen csendesedj el és nyisd meg szívedet Istened felé! Csak hiteddel szólíthatod meg Őt, ki nem személyvágató s ki veled is szeretne együtt lenni! Ő szóba áll az öreg Nikodémussal de a gazdag ifjúval is, elmegy a kapzsi bankárhoz vagy a halott Lázárhoz is! Van neki szava a kereszten haldokló latorhoz, de a gyilkolni készülő terroristához, Saulhoz is, egészen biztos, hogy veled is szeretne az imádság csendjében találkozni!	Ma médiacsendet tartok. Felajánlom imáimat, böjtömet családomért és a bűnösökért. Részt veszek az esti szertartáson és elcsendesedek a Szent Kereszt előtt.
április 11. Nagyszombat		Lépünk be néha a templomba és ülünk le egy kicsit. Ne mondjunk semmit. Egyszerűen legyünk együtt Jézussal. Ő is gyakran hallgat. A hallgatása hallgatásra vár. Azok képesek egymást így megérteni, akik szeretik egymást.	Meglátogatom a Szent-sírt, imádkozom a keresztelendő katekumenekért, az Egyházért. Hálatalten veszek részt az esti ünnepi vigilián és szentmisén.

