

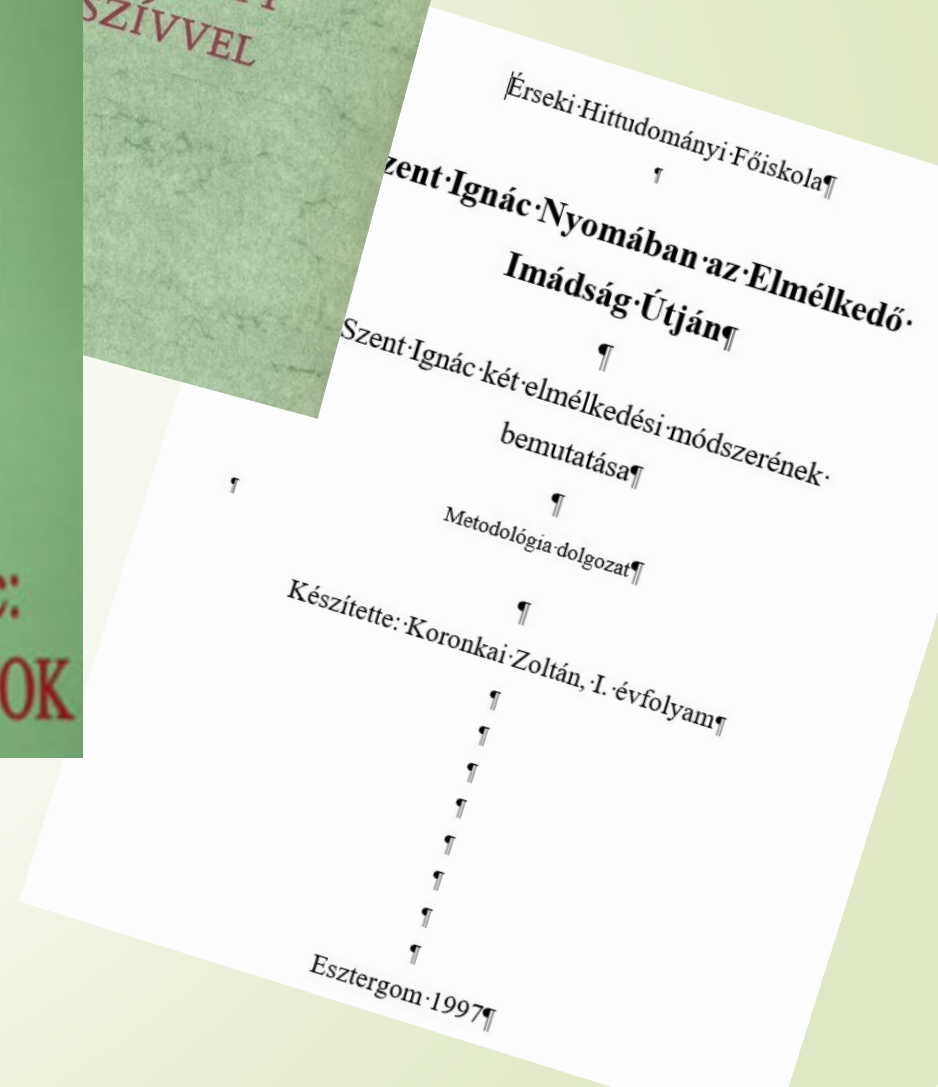


Szemlélődő ima Ignáci imaformák

Koronkai Zoltán SJ

Országos Lelkipásztori- Teológiai Napok 2024

Személyes tapasztalat



- ▶ P. Váczy Jenő SJ
- ▶ P. Mócsy Imre SJ: Nyitott szívvel
- ▶ Loyolai Szent Ignác: Lelkigyakorlatos könyv
- ▶ Hans Urs von Balthasar
- ▶ P. Nemes Ödön SJ, P. Jálics Ferenc SJ

Rész és egész



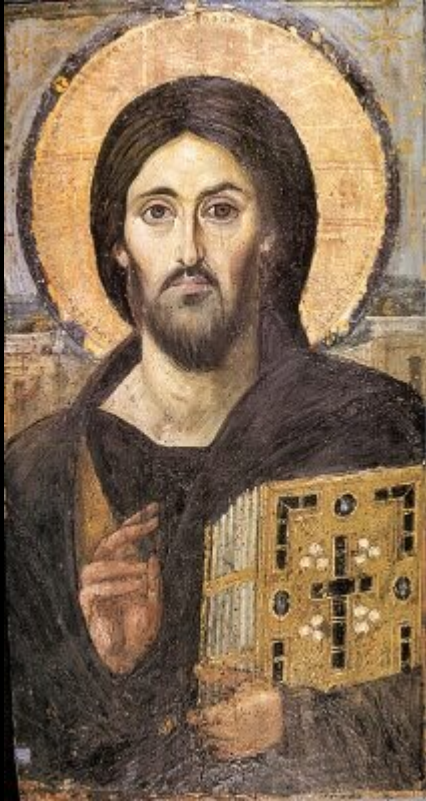


Mi a cél?

- „lelkigyakorlatnak mondható minden tevékenység, amely a lelket előkészíti és alkalmassá teszi arra, hogy eltávolítson magától minden rendetlen hajlamot, és miután azokat eltávolította, keresse és megtalálja az isteni akaratot, hogy életét aszerint rendezze és a lélek üdvösségét elnyerje”



Krisztus Király hívása



- mennyivel inkább megfontolásra méltó, amikor Krisztus Urunkat, az örökkévaló Királyt látjuk és előtte az egész világegyetemet, amint azt és benne mindenkit külön-külön hív:
- Akaratom az, hogy meghódítsam az egész világot és az összes ellenséget, és így lépjek be Atyám dicsőségébe. Azért annak, aki velem akar jönni, velem kell fáradoznia, hogy amiként követett engem a szenvedésben, kövessen a dicsőségben is.

A szemlélődés módja

- Történet felidézése
- Helyszín elképzelése
- Lássam..
- Hallgassam...
- Figyeljem...
- Szaglással és ízlelő érzékemmel érzem és ízleljem
- mintha valóságosan jelen volnék



Kegyelem kérés

- Harmadik előgyakorlat: Kérem, amit elérni kívánok. Itt kérem az **Úr benső ismeretét, aki érettem emberré lett, hogy Őt jobban szeressem és kövessem.**
- Második előgyakorlat: Kérem a kegyelmet, amit kívánok. Itt azt a kegyelmet kérem a mi Urunktól, hogy **ne legyek süket az ő hívására, hanem készséges és szorgos szent akaratának teljesítésében.**
- Kérem az **igazi élet megismerését, amelyet a legfőbb és igaz Vezér mutat, és a kegyelmet, hogy Őt utánozzam.**
- — Második előgyakorlat: Kérem Istentől, a mi Urunktól azt, amit kívánok és óhajtok. A kérés feleljen meg a szóban forgó tárgynak; vagyis ha a szemlélődés a feltámadásról szól, **kérjek örömet az örvendező Krisztussal; ha a szenvedésről, kérjek fájdalmat, könnyeket és gyötrelmet a meggyötört Krisztussal.**
- Harmadik előgyakorlat: Kérem azt, amit kívánok. Itt kérjek **fájdalmat, együttérzést és megszegyenülést, mert az Úr az én bűneim miatt indul a szenvedésre.**
- Harmadik előgyakorlat: Kérem, amit kívánok. Itt azt a kegyelmet kérem, hogy **nagy örömmel örüljek és örvendezzem Krisztus Urunk ekkora dicsőségén és örömén.**

Imabeszélgetés

- ▶ Befejezésül végezzek *imabeszélgetést*, átgondolva, mit mondjak a három isteni Személynek vagy a megtestesült örök Igének vagy a mi Anyánknak és Úrnőnknek. Belső indítása szerint ki-ki kérje azt, ami segíti abban, hogy jobban kövesse és utánozza az imént így megtestesült Urunkat.
- ▶ Szív a szívhez
 - ▶ Dilexit nos 2024



Néhány gyakorlati tanács Szent Ignációtól

- Csináld
- Mi segít jobban?
- Előkészület fontossága
- Imádság helye
- Ráhangolódás
- Testtartás
- Előkészületi ima
- Imaidő
- Visszatekintés



Szemlélődés Urunk születéséről



Ignáci ima az online térben

- <https://manreza.hu/menu/jezsuita-imaformak>
- <https://manreza.hu/menu/tartalmak-otthonra>
- Ignáci ima app
- Napi útravaló
- Vezetett imák – Youtube-on

