



Máriaremetei HÍRADÓ

KIADJA AZ EGYHÁZKÖZSÉG KÉPVISELŐ-TESTÜLETE

www.mariaremete.hu

Ingyenes tájékoztató

30. évfolyam 2. szám (350)
2026. február

ÉDESANYÁK IMÁI

Nézve a felnövekvő, vagy éppen már felnőtt gyermekeimet, vagy azokat a gyermekeket, akikért felelős vagyok, egyre gyakrabban érzek tanácstalanságot. Az önálló döntéseikben, életükben hogyan lehetek jól jelen? Mit tehetek tehetetlenségemben? Ebben a lelkiállapotban találkoztam az Édesanyák Imái mozgalommal. A gondolata és lelkisége rögtön megszólított. A kezdeményezés 1995-ben indult Angliában; az évek folyamán mozgalommá nőtt, és elterjedt az egész világon. Az alábbi mondatokat a közösség bemutatkozó oldaláról vettem, és számomra jól tükrözik a lelkiségét. edesanyakimai.hu

*„Az édesanyák szeretete
megváltoztatja a világot.”*

*„Az édesanyák imája a
mindenható Isten ajándéka
mindenki számára. Együtt
imádkozva, a Szentírást olvasva
megtanuljuk, hogy örömben és
reményben éljük meg
anyaságunkat.”*

*„A legjobb, amit a gyermekeinkért
megtehetünk, ha átadjuk őket az
Úrnak, aki jobban szereti őket,
mint mi magunk.”*

Egy-egy ilyen alkalmon az egyszerű imaszövegek, a csend, a Szentírás előkészíti szívünket arra, hogy teljesen az Úr kezébe tudjuk tenni a családjunkat a következő hétre, és ne akarjuk visszavenni magunkra a gondokat. A heti kiscsoportos találkozások formájában megvalósuló ima azzal végződik, hogy ezt az átadást egy gesztussal is kifejezzük, amikor a családtagjaink nevét egyesével fehér korongokra írjuk, majd imádságban a keresztnél elé tett kis kosárba helyezzük.



Az elmúlt évek során itt a környéken egyre több csoport indult. Ez lehetőséget adott arra, hogy az alapító Veronica Williams másik kezdeményezését, a Triduumot megvalósítsuk, és három napos imában forduljunk Istenhez.

Az Édesanyák Imái Triduumát minden negyedév utolsó hétvégéjén tartják. Az édesanyák a világ számos országában márciusban, júniusban, szeptemberben és januárban találkoznak lélekben és imában. Ez a triduum az elmúlt hétvégén valósult meg először a templomunkban. A lelki három nap legkülönlegesebb ajándéka számomra Dia megismerése volt. Ő egy másik csoport tagja, akivel közel egy hónapig imádkoztunk, és terveztük közösen a hétvégét.

Az Édesanyák Imái közösséghez minden nő csatlakozhat, aki szeretne imádkozni a gyermekekért – tehát nemcsak a fizikai, hanem a lelki édesanyák is.

Ha valakit közelebről is érdekel ez az imamozgalom, vagy megszületett benne a vágy, hogy csoporthoz csatlakozzon, keressen bátran akár engem (paliczgabo@gmail.com), akár közvetlenül az edesanyakimai.hu honlapon található elérhetőségek egyikét.

Palicz Gabi

Végül álljon itt egy személyes reflexió Diától:

Megfogalmazódott bennem egy nagyon konkrét vágy arra, hogy közösségben imádkozzam. Az első kedves anyuka, Kati, akivel ezt a gondolatomat megosztottam behívott az ő Él imacsoportjába, ahol azóta is hétről-hétre töltökezem. Anyaként ez az imakör megerősít, újraindít, lecsendesít és egyszerre felszabadít a feladataimmal járó nehézségekben.

A Triduum különlegessége számomra az imádkozó édesanyák nagyobb szövetével való találkozás volt. Megéltem, milyen szelíd és hathatós, amikor ennyien összegyűlve egy szívvel imádkozunk egymás és saját gyermekeinkért és családjainkért. Gabi mellett a háromnapos összejövetelünkért való imádkozásban, közös gondolkodásban nagy élmény volt egymást hordozni.

Szentgyörgyi Dia



URUNK BEMUTATÁSA

Február 2-án üljük Urunk bemutatása, Gyertyaszentelő Boldogasszony ünnepét. Lukács evangéliuma (Lk 2,22-40) adja a szentírási alapját ennek az összetett hagyománykincset őrző ünnepnek. A keresztények már az V. században gyertyákat szenteltek ezen a napon, és körmenetben vonultak a városokban, hogy a Krisztus születésével felragyogott fényt vigyék otthonaikba. Később a keleti egyházban ez a nap elsősorban a papságot képviselő Simeon és Anna, valamint az Üdvözítő találkozásának ünnepe, míg a nyugati egyházban Mária megtisztulása került a középpontba. Valójában Máriának nem kellett megtisztulnia, hanem a jeruzsálemi templom tisztult meg azzal, hogy Jézus jött el, aki maga a Tisztulás. A másik zsidó hagyomány az Egyiptomból való szabadulás emlékére az, hogy az anyaméhet megnyitó és ezért az Isten tulajdonának tekintett elsőszülötteket áldozat bemu-

tatásával kellett kiváltani Istentől. Erre sem lett volna szükség, hiszen a Szentlélekben fogant Jézus mindenestül az Istené, de ugyanúgy mindenestül a miénk is. Nem véletlen, hogy Lukács nem kiváltásról, hanem bemutatásról beszél, mégpedig olyan értelemben, ami a templomi áldozatra, Jézusnak az egész világot üdvözítő áldozatára utal. Végül ezt a napot Szent II. János Pál pápa a megszentelt élet világnapjává nyilvánította, párhuzamot vonva Krisztus és Mária megszentelődése és a papi, szerzetesi életfelajánlás között.

Mária és József elviszik Jézust Jeruzsálembe, hogy a törvény szerint bemutassák őt, az elsőszülött fiút az Úrnak. Azonban úgy tűnik, mintha inkább az Úr mutatná be nekünk az Ő elsőszülött fiát, Simeonnak és Annának, rajtuk keresztül a jelenlévőknek és a ma emberének.

Ahogy a zsidók hosszú-hosszú éveken keresztül várták a Messiást, aki megszabadítja őket a rabságból és királyuk lesz, úgy mi is minden adventben várakozunk Jézus megszületésére. Jézus nekünk is, ma is a királyunk akar lenni. Nem azért, mert hatalomra vágyik, nem azért, mert mindenáron uralni akarja az életünket, vagy hogy bíraskodhasson rajtunk, hanem egyszerűen csak szeret minket, s ez a szeretet indítja arra, hogy segítségünkre siessen, s megtestesülve világossággá váljon számunkra. Itt és most. Ha ezt elhisszük, akkor biztosan tudhatjuk, hogy Jézus minden kérése, figyelmeztetése, útmutatása, vezetése, tiltása a mi szabadulásunkhoz vezet, s a javunkra szolgál, még ha olyan sokszor nem is látjuk még ezt be. Ha nem bízunk benne, nem tud a Királyunk lenni, nem tud segíteni.



Karácsonykor megünnepeltük Jézus születésnapját, megünnepeltük a megtestesülést, de ezzel nincs vége. Most fel kell Őt ismernünk. Ezért mutatja be az Úr a fiát nekünk.

Talán azt gondoljuk, Simeon és Anna olyan kivételes kegyelemben részesültek, amiben nekünk sosem lesz részünk, hiszen ők felismerték Isten Fiát. Távolról csodáljuk őket, s talán még Istent is csak távolról magasztaljuk a több mint 2000 évvel ezelőtti eseményeket hallva. Talán a történet megmelengeti a szívünket, meghatódunk Simeon énekén, vagy elszomorodunk a Mária lelkét átjáró törre gondolva. Aztán tovább megyünk, mintha semmi közünk nem lenne a történethez.

De nézzük meg ezt a két embert. Simeon igaz és istenfélő ember, várja a Messiást, és a Szentlélek lakik benne. Azért megy a templomba éppen akkor, amikor Jézust szülei bemutatják az Úrnak, mert „a Lélek arra indította”. Anna egy idős özvegy asszony, aki Simeonnal ellentétben mindig a templomban van, böjttől és imádkozik, így szolgálva Istent, éjjel és nappal.

A közös bennük a hit, az Istenbe vetett bizalom. Mindkettőjüket úgy ismerjük meg, mint akik Isten szavára figyelve, Istenre nyitottan élik életüket. Ha kicsit jobban körülnézünk, észrevevesszük, hogy Isten ma is küld hozzánk Simeonokat és Annákat, akik segítenek nekünk felismerni a Fiút. S ha a realitást is figyelembe vesszük, vélhetően ők is hosszú utat jártak be, mire eléggé kinyílt a szemük ahhoz, hogy meglássák és felismerjék Jézust. Talán nem is olyan nagyon különböznek ők tőlünk, mint elsőre gondolnánk.

Simeon éneke örömeinek. Néha megadatik nekünk is egy-egy pillanat, amikor eltölt Isten jelenléte. Alig fogjuk fel, de abban a pillanatban azt gondoljuk nincs más, nincs több, amire vágyunk még az életünkben itt a földön. Teljesség, öröm, békés szeretet. „Elbocsáthatod szolgádat, Uram.” Mert abban a pillanatban nincs bennünk semmi kétség Isten jelenléte felől. Ezek ritka pillanatok, s miután elmúltak, könnyen meg is feledkezünk róluk. De itt van ez a pici baba, Jézus, aki éppen azért született közénk, mert tudja, hogy az ember esendő. Az Úr, Simeon, Anna, Mária, József bemutatják nekünk is, hogy tudjuk, ki Ő. Jézusra irányítják a figyelmünket, aki kapcsolatba akar lépni velünk; mert a megtestesült Istent már itt a földön, emberi esendőségünkben is fel tudjuk ismerni. S ha ez megtörténik – Isten kegyelméből -, már rajtunk áll, hogyan megyünk tovább, vele, vagy nélküle.

Források: Magyar Katolikus Lexikon, Barsi Balázs, pesterzsebet.plebania.hu



NAGYBÖJT – IDÉN EGY KICSIT MÁSKÉNT

Hamarosan kezdődik a Nagyböjt, amikor mi keresztények arra összpontosítunk, hogy 40 napig áldozatot hozunk, lemondjunk valamiről. Mindezt azzal a szándékkal, hogy kifejezzük: „Uram, jobban szeretlek téged, mint azt a dolgot, amiről lemondok”. Minden alkalommal, amikor arra a dologra gondolunk, amit feláldoztunk, vagy amiről lemondtunk, helyette az Úrra irányítjuk a figyelmünket, és abban a pillanatban teszünk valamit, ami közelebb visz minket hozzá.

Annak érdekében, hogy az idei böjti időszakot ne csupán teherként, egy kötelező lemondásként, vagy akár fogyókúráként, diétás fitnessz-programként éljük meg, összegyűjtöttünk néhány inspiráló gondolatot, amelyek segíthetnek minket a böjt igazi értelmének megtalálásában.

Medjugorjében, ahol Szűz Mária több mint 40 éve megjelenik, sokat beszél a böjt és ima erejéről: "A kérdéseitekre egyetlen válasz van: erős hit, intenzív imádság és böjt. Minden kegyelem a rendelkezésekre áll, csak tőletek függ, hogy megszerzitek-e. Ezért ismétlem: imádkozzatok!"

„Legyen a böjtünk boldog! Ne a harag, az idegesség, a szomorúság töltse meg a szívünket valamiért, amit nem örömmel teszünk, mert a lelkünk mélyén nem akarjuk. A böjt nem arról

szól, hogy betartsunk egy szabályt. Koplalni, szenvedni lehet néhány napon át, de örömmel eltölteni a böjti időt csak vággyal teli szerelemmel lehet! A böjttel átjárt ima így élénk tárja majd az életünk titkát. A böjt a test, a lélek és a szív megtisztítása. Az Úr alig várja, hogy elhalmozhasson örömeinek ajándékaival! Mire vársz!”

Bíró István – parókus

„Túl sok keresztény alutáplált az Igével, és túltáplált a világgal, ennek eredményeként kiszárad a lelke, és vereségként éli meg az életét. Szorgalmasan táplálkoznunk kell Isten Igéjével! Vannak időszakok, amikor nincs más lehetőségünk, csak az, hogy koplaltatjuk a testünket és tápláljuk a szellemünket: azaz böjtölünk.

A böjt segít abban, hogy különbséget tudj tenni aközött, amit akarsz, és amire tényleg szükséged van. A böjt arra készítet bennünket, hogy csak a valóban fontos dolgokra összpontosítsa a figyelmünket.”

Jentensen Franklin: A böjt c. könyvéből

„A böjt során kivonulunk 'Egyiptomból', tehát a függőségeink helyéről, ahol tele vannak ugyan a húsosfazekak, s ahol kívülről szemlélve jól megy a sorunk, de szabadságunkat másoknak adtuk el. Néhány kérdés, nem azért, hogy elítéljük magunkat, hanem hogy az igazságban legyünk, ami szabadabb és alázatosabbá, irgalmasabbá tesz magunkkal és másokkal szemben:

- Mi jelenti számomra az egyiptomi húsosfazekat, amelytől nem tudok megválni, pedig nem érzem jól vele magam?
- Kitől, mitől váltam függővé?
- Mi tart fogva, mi akadályoz meg, hogy elinduljak a szabadság felé?
- Mi mindenre van szükségem, hogy meg tudjam őrizni jókedvemet?
- Milyen eszközeit szoktam választani az önvigasztalásnak?
- Mi szakadna fel bennem, ha lemondanék róluk?
- Kik az én hajcsárim, akik egyre nagyobb teljesítményre ösztönöznek? Kívülálló emberek vagy saját belső hajcsárim: a tökéletességre törekvés, mások elismerésének keresése, képtelenség a nemet mondásra?”

Johannes Hartl

»Jöjjetek énhozzám mindnyájan, akik megfáradtatok..., és én megnyugvást adok nektek. (Mt 11,28)«

„Pörgünk, mint a bűgőcsiga - mondta valaki -, azután felborulunk. Mert az is csak addig áll, míg pörög. Valóban ez jellemzi sokak életét: pörgés és kiborulás. Nagyon felgyorsult az életünk. Szorít a megélhetés, sodornak az események, csábítanak a lehetőségek, s közben szétzilálódnak a kapcsolataink, elveszítjük egymást a nagy rohanásban, s megeshet, hogy útközben valahol elmarad a lelkünk is.

Jézus nagyon sokat dolgozott. Előfordult, hogy enni sem volt ideje (Mk 6,31). De amikor csak tehetette, visszavonult az Atyával való csendes beszélgetésre, és elment egy-egy napra tanítványaival, hogy csak a lelkükkel és egymással foglalkozzanak. Ebben a böjti időben ezt kellene megtanulnunk. Legyen mindennap egy kis idő, amikor nem mi tevékenykedünk, hanem Isten munkálkodik bennünk! ... Engedjünk Jézus hívásának, aki ma is a megfáradtatokat hívja magához, és megnyugvást, szó szerint: fellelegzést kínál nekik.

A böjt lényege, hogy valamilyen földi célt félretesz az ember egy időre, hogy a mennyekiekre figyeljen. Az ideig valót feladja az örökkévalóért.

A test követelődését figyelmen kívül hagyja, és a lelkével foglalkozik. Önmagát megtagadja, és másokkal törődik. S miközben így valamiről lemarad, sokkal többet kap, Istenben lesz gazdag, ahogy Jézus mondta, és utána mindent jobban bír, többet tud adni másoknak, mert ő maga lesz mássá.”

(Cseri Kálmán: A böjt, mint fellélegzés)

„A böjt révén átélethető megtörtség azzal kezdődik, hogy mindent, amit saját erősségünknek tartunk, letelesszük Jézus lába elé elismerve: 'Uram tudom, hogy képességeim korlátozottak. Megtörténjék jövők eléd, nem a saját erőm teljében, hanem gyengeségben. Beismerem, hogy Te sokkal többet tudsz tenni rajtam keresztül megtörtén, mint amire a saját erőmből valaha képes lennék.' Ez a fajta böjt az, melyen keresztül összekapcsolódhatunk Istennel.”

Jentensen Franklin: A böjt 2.0



"Már többször megtapasztaltam, hogy a böjt éhessé tesz. Nos, ez nem éppen a legmélyebb felismerés. Természetes, hogy éhes leszel, ha nem eszel. De mire lesz az ember éhes? Ha nem eszik, hamarosan érzi, hogy az étel többről szól, mint táplálkozásról. Az étellel vigasztaljuk magunkat, az ételben keressük az élvezetet, az étellel nyugtatjuk és jutalmazzuk magunkat...

Ezek mind olyan dolgok, amelyek mélyebb emberi alapszükségletekre utalnak. Az étel elhagyása azt eredményezi, hogy mindezek iránt még inkább éhséget érzünk. Az ember úgyszólván kikapcsolja a „kisebb fényt”, és a szeme kezdetben csak sötétséget lát. De éppen ez a sötétség készíti fel a szemet a csillagok fényére. Ez egy bármikor ellenőrizhető tapasztalati tudás: a böjt éhessé és fogékonnyá tesz Isten iránt.”

Johannes Hartl

"Drága gyermekeim! Ma arra hívlak benneteket, hogy kezdjétek el szívből böjtölni. Imádkozzatok és böjtöljétek szívből, ne megszokásból! Imádkozzatok, böjtöljétek, hagyjátok cselekedni Istent! Köszönöm, hogy követtétek hívásomat.”

Mária, Medjugorje

A HŰSÉG SZABADSÁGA

A fenti mottóval február 8. és 15. között lesz idén a Házasság Hete, melyről részletesen a hazassaghete.hu oldalon lehet tájékozódni. Néhány a több, mint 100 programból:

Házás Kihívás – egy teljes egészében otthon kivitelezhető kaland. Azt ígérjük Nektek, hogy teljesítése közelebb hoz Benneteket egymáshoz. Szórakoztató, odafigyelős, játékos és mély. Kétnaponta könnyedén teljesíthető feladatokat fogtok kapni e-mailben, külön a nők és a férfiak. A játékon való részvétel ingyenes, de [előzetes regisztrációhoz](#) kötött.

Pár Perc Párban – Kapcsolaterősítő interaktív páros séta a Gellért-hegyen, feb. 10. 17:00.

A hűség nem a meg nem csalás! De akkor mi? – Dr. Tapolyai Emőke [online előadása](#) február 10-én 18 órakor.

Szerelmesek miséje az Országúti Ferenceseknél február 11-én 18 órakor.

Őszintén a házasságról – Páratlan beszélgetés közismert párokkal, február 11-én 18 órakor a Károlyi-Csekonics Palotában (bejárat a Múzeum u. 17. felől).

Záró szentmise a Belvárosi Nagyboldogasszony Főplébánián, február 15-én 18 órakor.



IGELITURGIA 2026. FEBRUÁR

- 1. vasárnap:** Évközi 4. vasárnap
Szof 2,3;3,12-13 Zsolt 145 1Kor 1,26-31 Mt 5,1-12a
- 2. hétfő:** Urunk bemutatása (Gyertyaszentelő Boldogasszony)
Mal 3,1-4 Zsolt 23 Zsid 2,14-18 Lk 2,22-40
- 3. kedd:** Szent Balázs püspök és vértanú
2Sám 18,9-10.14b.24-25a.30-19,3 Zsolt 85,1-2.3-4.5-6 Mk 5,21-43
- 5. csütörtök:** ELSŐCSÜTÖRTÖK, Szent Ágota szűz és vértanú
1Kir 2,1-4.10-12 1Krn 29,10.11ab.11d-12a.12bcd Mk 6,7-13
- 6. péntek:** ELSŐPÉNTEK, Miki Szent Pál és társai vértanúk
Sir 47,2-13 Zsolt 17,31.47 és 50.51 Mk 6,14-29
- 8. vasárnap:** Évközi 5. vasárnap
Iz 58,7-10 Zsolt 111 1Kor 2,1-5 Mt 5,13-16
- 11. szerda:** A Lourdes-i Boldogságos Szűz Mária – A betegek világnapja
1Kir 10,1-10 Zsolt 36,5-6.30-31.39-40 Mk 7,14-23
- 14. szombat:** Szent Cirill szerzetes és Szent Metód püspök Európa társvédőszentjei
ApCsel 13,46-49 Zsolt 116 Lk 10,1-9
- 15. vasárnap:** Évközi 6. vasárnap – Könyörgőnap a világ éhezéiért
Sir 15,15-20 Zsolt 118 1Kor 2,6-10 Mt 5,20-22a.27-28.33-34a.37

- 18. szerda:** Hamvazószerda
Joel 2,12-18 Zsolt 50 2Kor 5,20-6,2 Mt 6,1-6.16-18
- 22. vasárnap:** Nagyböjt 1. vasárnap
Ter 2,7-9;3,1-7a Zsolt 50 Róm 5,12-19 Mt 4,1-11
- 24. kedd:** Szent Mátvás apostol
ApCsel 1,15-17.20-26 Zsolt 112 Jn 15,9-17



ESEMÉNYNAPTÁR

Januártól változott a hétköznapi szentmisék rendje: szerda helyett kedden van 7 órakor szentmise. Tehát hétfőn és kedden 7 és ½ 11 órakor, szerdán, csütörtökön, pénteken ½ 11 órakor, szombaton ½ 11 és 18 órakor tartjuk a szentmiséket, míg vasárnaponként változatlanul ½ 8, 9, 11 és 18 órakor.

- 1. vasárnap:** A 9 órai szentmisén ünnepélyes gyertyaszentelést, du. ½ 5-től dicsőítő szentségimádást tartunk.
- 2. hétfő:** Urunk bemutatása (Gyertyaszentelő Boldogasszony) ünnepe, szentmisék reggel 7 és délelőtt ½ 11 órakor
- 3. kedd:** Szent Balázs püspök és vértanú ünnepe, szentmisék reggel 7 és délelőtt ½ 11 órakor, utána Balázs-áldás
- 4. csütörtök:** Első csütörtök, ½ 11 órakor szentmise a papi hivatásokért
- 6. péntek:** Első péntek, 10 órától gyónatás, a ½ 11 órai szentmise után elimádkozzuk a Jézus Szíve litániát. Este 6-kor rózsafüzér a szabadtéri oltárnál.
- 8. vasárnap:** A szentmisék után közös Balázs-áldás. Kezdetét veszi a Házasság Hete (hazassaghete.hu)
- 11. szerda:** A betegek világnapja, a Lourdes-i Boldogságos Szűz Mária ünnepe
- 18. szerda:** Hamvazószerda, szigorú böjti nap. A ½ 11 órai szentmise után hamvazás. Nagyböjti péntekeken tartózkodunk a húsételek fogyasztásától.
- 20. péntek:** Délután ½ 6 órakor keresztúti ájtatosság.
- 22. vasárnap:** Nagyböjt első vasárnapja, a szentmisék után hamvazás.
- 27. péntek:** Délután ½ 6 órakor keresztúti ájtatosság

Köszönettel fogadunk hozzájárulást egyházközségünk kiadásaihoz!

Kedvezményezett: Máriaremetei Bazilika Plébánia
 Számlaszám: 10400212-02101640-10010000 (K&H Bank)

Megjelenik havonta. Kiadásáért a képviselő-testület elnöke felel.
 1029 Budapest, Templom kert 1.