

Egy óra  
az Oltáriszentség előtt



# Szentségimádás

Töltsünk el együtt egy órát az  
Oltáriszentség előtt



## Ima Szent Mihályhoz

Szent Mihály arkangyal védelmezz minket a küzdelemben! A sátán gonosz kísértései ellen légy oltalmunk! Esedezve kérjük, parancsoljon neki az Isten! Te pedig, mennyei seregek vezére, a sátánt és a többi gonosz szellemet, akik a lelkek vesztére körüljárnak a világban, Isten erejével taszítsd vissza a kárhozat helyére. Amen.

(XIII. Leó pápa)

Jöjj el, Szentlélek Úristen, Nálad nélkül semmi az ember!

Jöjj el, Szentlélek Úristen, hogy ma elkövetett bűneimet tisztán felismerjem, szívből megbánjam, és egész komolysággal törekedjem megjavulni.

Égess Uram a Szentlélek tüzével szívünket és bensőnket, hogy szeplőtelen testtel szolgáljunk Neked, és tiszta szívvel kedvedet keressük, a mi Urunk, Jézus Krisztus által. Amen.

Engedd Uram, hogy csekélységem és méltatlanságom mellett is készséges eszköze legyek a mai napon a Szentléleknek, teljesüljön bennem és általam akaratod, épüljön Országod a lelkekben, a hazában és a társadalomban!

(az Oltárisztnség behozatala)

É.E. 161.  
(H 119)

*Poco rubato*

Le-bo-rut-va áld-lak, lát-ha-tat-lan Is-ten-  
ség, ken-yér-és bor-szín-ben el-rej-te-zett  
em-ber-ség! No-ha itt nem lát-hat,  
meg-nem-tapasz-tal-hat az em-be-r-i gyen-gé-ség.

2. Isteni erődet elrejtéd a keresztfán,  
testi gyarlóságának homályával takarván,  
itt emberi tested előlünk elrejtéd,  
színek alatt titkolván.
  
3. Noha Szent Tamással sebed helyét nem látom,  
Uram, igaz hittel jelenléted megvallom,  
e szent hitben tarts meg, szent színedet add meg  
égben egykor meglátnom!

### Legméltóságosabb Oltáriszentség köszöntése (Nagy Szent Gertrúd)

Üdvözlégy, áldott légy legméltóságosabb Oltáriszentség, annyi-szor, ahány csillag van az égen, szikra a tűzben, csepp a tengerben, porszem a földön, amennyi virág van tavasszal, gyümölcs nyáron, levél ősszel, hópohely télen, amennyi teremtett lény van az égben és a földön, mert minden dicséretre legméltóbb vagy, Isten báránya, aki itt a kenyér színe alatt valósággal jelen vagy.

Üdvözlégy, áldott légy legméltóságosabb Oltáriszentség, annyi dicsérettel, amennyit cselekedetekben tanúsítani, szájjal kimondani, gondolattal felfogni és szívvel érezni, az angyalok és emberek szellemi erejével elgondolni és elérni lehet, mert örök dicséretre vagy méltó, Úristenünk, aki lelkünket szent testeddel és véreddel táplá-lod.

Üdvözlégy, áldott légy legméltóságosabb Oltáriszentség, annyi di-csérettel, amennyit az imádandó Szentháromság mindenhatóságával művel, tudásban megismer, jóságban óhajt, mert határtalan dicsé-retre vagy méltó, Jézusunk, élő Isten Fia, aki az Oltáriszentségben nemcsak emberségedet, hanem istenségedet is nyújtod a lelkeknek, akik téged tiszta szívvel magukhoz fogadnak. Amen.

(1-2 perc csend – beszélgetés Jézus Krisztussal)

## Litánia a legméltóságosabb Oltáriszentségről

Uram, irgalmazz nekünk!  
Krisztus, kegyelmezz nekünk!  
Uram, irgalmazz nekünk!  
Krisztus, hallgass minket!  
Krisztus, hallgass meg miket!

Uram, irgalmazz nekünk!  
Krisztus, kegyelmezz nekünk!  
Uram, irgalmazz nekünk!  
Krisztus, hallgass minket!  
Krisztus, hallgass meg miket!

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

Irgalmazz nekünk!

Jézus, ki az Oltáriszentségben

valóságosan jelen vagy, irgalmazz nekünk!

Élő kenyér, ki a mennyből szálltál alá,

Elrejtett Isten, és Üdvözítő,

Választottak tápláléka,

Ártatlan bárány,

Szüntelen tartó áldozat,

Testté lett Ige, ki köztünk lakozol,

A hívek kincse,

A hitnek titka,

Legszentebb áldozat,

Engesztelő áldozat elevenekért és holtakért,

A béke és szeretet köteléke,

Szomorúak vigasztalása,

Éhezők eledele,

Betegek orvossága,

Haldoklók úti eledele,

A jövődő dicsőség záloga,

Légy irgalmas!

Légy irgalmas!

Szent Testednek és Vérednek

méltatlan vételétől,

A test kívánságaitól,

A szem kívánságaitól,

Kegyelmezz nekünk, Jézus!

Hallgass meg minket, Jézus!

ments meg minket, Jézus!



Miatyánk...

Üdvözlégy...

Kenyeret adtál nekünk a mennyből,

amely minden gyönyörűséggel teljes!

Uram, hallgasd meg könyörgésünket!

És a mi kiáltásunk jusson eléd!

Az Úr legyen veletek!

És a te lelkeddel!

Könyörögjünk!

Úristen, ki nekünk a csodálatos Oltáriszentségben kínszenvedésed emlékéet hagyta, add, kérünk, szent testednek és vérednek titkát úgy tisztelnünk, hogy megváltásod gyümölcsét szüntelenül érezzük. Ki élsz és uralkodol az Atyával és a Szentlélekkel mindörökkön örökké. Amen.

É.E. 163.

Itt je - len va - gyon az Is - ten - nek Fi - a,  
itt jelen van gyon feláldozott Bárány, itt jelen van gyon  
e - rős, i - gaz Is - ten: a Jézus Krisztus. A - men.

2. Itt jelen van gyon mi édes Teremtőnk,  
itt jelen van gyon a mi Közbenjárónk,  
itt jelen van gyon Vigasztaló társunk:  
a Jézus Krisztus.
3. Itt jelen van gyon Út, Igazság, Élet,  
itt jelen van gyon a mennyei Főlség,  
itt jelen van gyon fényes Világosság:  
a Jézus Krisztus.



4. Itt jelen vagyon váltságunknak Napja,  
itt jelen vagyon bűnünk megrontója,  
itt jelen vagyon szeretetnek lángja:  
a Jézus Krisztus.
  
5. Itt jelen vagyon a mi Vigasságuk,  
itt jelen vagyon Őrizőnk, Oltalmunk,  
itt jelen vagyon lelki bátorítónk:  
a Jézus Krisztus.
  
6. Adja minékünk az ő szent országát,  
hogy megláthassuk szentséges lakását,  
angyali karból tiszta szép orcáját,  
és ő szent Atyját. Amen.

(rövid csönd - beszélgetés Jézus Krisztussal)

### Imádkozzunk a Szentatyáért

Mi Atyánk...

Üdvözlégy...

Dicsőség...

E: Apostolok Királynője,

N: Könyörögj érte!

E: Világ Királynője,

N: Könyörögj érte!

E: Betegek gyógyítója,

N: Könyörögj érte!

### Ima a jó papokért és szerzetesekért

Urunk, adj jó papokat és szerzeteseket nekünk, ne olyanokat,  
amilyeneket megérdemlünk,

Akik hivatásuk fenségét átérzik,  
és azt nem saját fényüknek tekintik,

Akik Neked szolgálni szeretnének, és nem uralkodni akarnak  
helyetted,

Akik a Te igazságaidat hirdetik, és nem a saját igazságaikat terjesz-  
tik,

Akik a Te akaratodat kutatják, és nem a sajátjukat erőltetik ránk,  
Akik nem szégyellnek Rólad mindenütt beszélni, de tudnak maguk-  
ról tapintatosan hallgatni,  
Akik nem akkor nyugtalanok, ha miattad őket éri bántás, hanem ak-  
kor, amikor miattuk Téged ér ócsárlás,  
Akik hiszik mindazt, amit tanítanak, és azt nemcsak velünk  
elhitetni akarják,  
Akik nem velünk versengve gyűjtik az anyagiakat, hanem velünk  
együtt járják a göröngyös utakat.  
Végül Urunk, engedd megértenünk, hogy ők is csak emberek, és  
ők is minél jobban megértsék: mi bennük keressük jószágos  
arcod fényét. Amen.

\* \* \*

Uram, tégy engem a Te békéd eszközévé, hogy  
ahol gyűlölet lakik, oda szeretet vigyek,  
ahol sértés, oda a megbocsátás szellemét,  
ahol egyenetlenség, oda egyetértést,  
ahol tévedés, oda igazságot,  
ahol kétely, oda hitet,  
ahol kétségbeesés, oda reményt,  
ahol árnyék, oda fényt,  
ahol szomorúság, oda örömet.

\* \* \*

Uram add, hogy  
inkább én igyekezzem vigasztalni, minthogy vigaszra várjak,  
inkább én törekedjem megértésre, minthogy megértést óhajtsak,  
inkább én szeressek, minthogy szeretetet igényeljek,  
mert önmagunkat elfelejtve találjuk meg magunkat,  
ha megbocsátunk, akkor nyerünk bocsánatot,  
ha meghalunk, azzal ébredünk az örök életre. Amen.

(Assisi Szent Ferenc imája)

(rövid csönd - elmélkedés az elhangzottakról)

## Ima a családokért

Kérünk Urunk, hallgass meg minket, és adj Egyháznak szent családokat!

A gondviselésben bízó családoknak                      Kérjük oltalmadat!

A Jézus Szívét tisztelő családoknak

A belső békétlenségtől szenvedő családoknak

A külső kísértésektől szétzilált családoknak

A hittanos gyermekeknek és hitoktatóiknak

A gyermeket váró édesanyáknak

Hazánk fiatalságának, hogy bölcsességben és kedvességben  
növekedjenek Isten és az emberek előtt

A fiataloknak, hogy a tiszta élet örömeinek hiteles tanúi legyenek

Az állami gondozásból kikerülő talajtalan fiataloknak

Egyházközségünk családjainak, hogy erősítsék

egymást hitben, reményben és szeretetben

Egyházközségünk családjainak, hogy segítőkész,

megbocsátó szomszédjai legyenek egymásnak

Egyházközségünk családjainak, hogy egymással

közösséget alkotva keressenek Téged

A családoknak, hogy bátran merjék vállalni az új élet születését

A házasság szentségi erejéből szüntelenül táplálkozó családoknak

Család-barát államnak és társadalomnak

A házastársaknak, hogy szenteljenek időt egymásnak és családjaiknak

Azoknak a házasoknak, akik a házasságot és családot

megillető jogokért elszántan küzdenek

Hogy mint családgyház építsük Titokzatos Testedet

Hogy papjaid ne fáradjanak bele a családpasztoráció

súlyos munkájába

A leleményes és áldozatos szeretet megvalósításához

a fáradságos hétköznapiokban

Könyörögjünk!

Istenünk, te ragyogó példaképnek állítod elénk a Szent Családot. Segíts, hogy nyomában járjunk, gyakoroljuk a családi élet erényeit, mindig egyek maradjunk a szeretetben, és házad népével együtt örvendezve él-

vezhessük örök jutalmadat. A mi Urunk Jézus Krisztus által. Amen.  
Ima a káromkodások ellen

Áldott legyen az Isten!                      Áldott legyen az Isten!...  
Áldott legyen szent neve!  
Áldott legyen Jézus Krisztus, valóságos Isten és valóságos ember!  
Áldott legyen Jézus neve!  
Áldott legyen szentsége Szíve!  
Áldott legyen drága, szent vére!  
Áldott legyen Jézus a legméltóságosabb Oltáriszentségben!  
Áldott legyen a vigasztaló Szentlélek!  
Áldott legyen Isten fölséges Anyja, Mária!  
Áldott legyen szent és szeplőtelen fogantatása!  
Áldott legyen dicsőséges mennybevétele!  
Áldott legyen Szűz Mária szent neve!  
Áldott legyen Szent József, Mária tisztaságos Jegyese!  
Áldott legyen Isten az ő angyalaiban és szentjeiben!    Amen.

É.E. 157.  
(H 314)

Ado-ro te devo-te, la-tens De-i-tas,  
Imádlak és áld-lak, Is-ten, rej-te-lem!

quaesub his fi-gu-ris ve-re la-ti-tas,  
Kenyér-és bor-szín-ben tit-kon vagy je-len,

Ti-bi se cor me-um to-tumsubji-cit,  
Néked szí-ve-m, lel-lem át-ad-ja ma-gát,

qui-a te con-tem-plans to-tumde-fi-cit,  
mert fő-ged szemlél-ve el-veszti ma-gát,

2. Látás, ízlés, érzék megcsalódhatnak,  
de a hallás rólad hittel biztosít:  
Hiszem, azt, mit hinnem Isten Fia szab,

- Igéd igazánál mi van igazabb?!
3. A keresztfán rejtéd isten-voltodat,  
itt a színek rejtik emberarcodat,  
de én mind a kettőt hiszem s vallhatom,  
kérve, amit kért a bűnbánó lator.
  4. Ahogy Tamás látta, nem látom sebed,  
mégis Istenemnek vallak tégedet.  
Add, hogy egyre jobban hinni tudjalak,  
tebened reméljek, s téged vágyjalak.
  5. Urunk halálára emlékeztető  
áldott Kenyér, élő, s embert éltető!  
Add, hogy éljen lelkem belőled csupán,  
s jóízét tebened ne veszítse szám!
  6. Kegyes pelikánom, Uram Jézusom!  
Szennyes vagyok, szennyem véreddel mosom.  
Elég volna egy csepp, hogyha hullna rá:  
világ minden bűnét meggyógyítaná...
  7. Jézus, kit csak rejtve szemlélhetek itt!  
Mikor lesz, hogy szomjas vágyam jóllakik?  
Hogy majd fátyol nélkül nézve arcodat,  
leljem szent fényedben boldogságomat! Amen.

## **Imák a szent angyalokhoz**

Szent Mihály (Michael) arkangyal!

A mennyei seregek fejedelme, a pokoli sárkány legyőzője! Te erőt és hatalmat kaptál Istentől, hogy a sötétség hatalmainak gőgjét alázatossággal megsemmisítsd.

Könyörögve kérünk, segíts, hogy szívünk igazán alázatossá váljunk, és mindig rendíthetetlen hűséggel teljesítsük Isten akaratát, hogy minden szenvedésben és bajban erőlelkűek legyünk, hogy majdan megállhassunk Isten ítélszéke előtt! Amen.

(Mi-cha-el "Ki olyan, mint Isten!" Ezzel a csatakiáltással kezdte meg a harcot a lázadó angyalok ellen.)

Szent Gábrriel arkangyal!

Te a megtestesülés angyala és Isten hűséges követe, nyisd meg fülünket, hogy Urunk szerető Szívének leghalkabb figyelmeztetését és hívogatását is meghalljuk!

Könyörögve kérünk, légy mindig szemünk előtt, hogy Isten szavát helyesen értsük, azt kövessük, és arra hallgatva teljesítsük mindazt, amit Isten tőlünk akar! Segíts éber készségre, hogy amikor az Úr eljön, ébren találjon. Amen.

Szent Rafael arkangyal!

Isten szeretetnyila és szeretetből fakadó gyógyszere!

Könyörögve kérünk, sebezsd meg szívünket lángoló szeretettel és ezt a sebet ne hagyd soha többé begyógyulni, hogy a mindennapokban is mindig a szeretet útján maradjunk, és a szeretettel győzzünk le mindent! Amen.

Szent őrangyalom,

akit Isten egész életemre kísérőként adott mellém, ments meg az örök élet számára, teljesítsd velem kapcsolatos kötelességedet, amit Isten szeretete rád bízott. Rázz fel fásultságomból, és húzz ki gyenge-

ségemből. Torlaszolj el előttem minden helytelen utat és gondolatot!  
Nyisd meg szememet Istenre és a Keresztre!

De zárd be a fülemet a gonosz ellenség sugallatai elől!

Őrködj felettem, amikor alszom, nappal pedig erősíts kötelességeim teljesítésében és minden áldozatra, hogy majdan a mennyben örömöd és jutalmad legyenek. Amen. (A "Gnade, Kreuz und Sieg" című könyvből)

(Így szól az Úr, a te Isteded: "Nézd, előtted küldöm angyalomat, hogy őrizzen utaidon, és elvezessen arra a helyre, amelyet kijelöltem neked. Tiszteld őt, hallgass szavára, és ne lázadozz ellene. Engedetlenségedet nem bocsátaná meg, mert az én nevem van benne." (Kiv 23.20-21))

É.E. 242.

(H 287)



An-gya-lok-nak Ki-rály-né-ja, tisz-ta Szűz,  
kér-jed a te szent Fi-a-dat é-ret-tünk.



É-kes vi-rág-szál, hoz-zád es-dek-lünk,



szép szűz Má-ri-a, kö-nyö-rögi ér-tünk!

5. Vértanúknak Királynéja, tiszta Szűz...
6. Hitvallóknak Királynéja, tiszta Szűz...
12. Magyaroknak Nagyasszonya, tiszta Szűz...

(az Oltáriszentség megtömjénezése)

## Az Eucharisztikus Jézus köszöntése

Üdvözlégy, szent test, ki Szűztől születél,  
És a kereszten kínhalált szenvedtél.  
Kinek átvert oldalából víz csurgott és drága vér,  
A halálnak végső harcán táplálj minket, szent kenyér.  
Ó édes Jézus,  
Ó kegyes Jézus,  
Ó Jézus, Mária Fia,  
Irgalmazz nekünk!

(szentségi áldás)

É.E. 155.  
(H 318)



1.

Pange lingua glori- o - si Cor - poris mysteri-  
Zengjednyelva dicsősé - ges Test titkát, sa drága  
um, Sanguinisque preti- o - si quem in mundi  
Vért. melyet hullatván érté - kes váltásául az  
pre-ti-um fructus ventris ge-ne-ro - si  
embe-rért, a föld U-ra, a föl-sé - ges  
végül:  
Rex ef-fu-dit gen-ti-um. A - men.  
neh gyümölcse nem kímélt.

2. Egünk küldte, s nekünk szülte - tiszta Szűz, szeplőtelen,  
köztünk élt és hinté földre - az ígét, mely jót terem,  
s csodás szertartással ülte - búcsúestjét ideleenn.
3. Mert a végső estebédet - tartván ő és társai,  
együtt a törvényes étket - jámborul fogyasztani,  
étkül a tucatnyi népnek - önmagát osztotta ki.



4. A kenyeret öntestévé - igézte az Ige-Test,  
s a bor lett Krisztus vérévé: - magyarázni ne keresd!  
Hit dolga és igaz szívé, - hogy erősen tartsa ezt.

(Oltáriszentség elvitele)

5. Tantum ergo Sacramentum - veneremur cernui,  
et antiquum documentum - novo cedat ritui,  
praestet fides supplementum - sensuum defectui.

(5. Méltó ezt a nagy Szentséget - térdre hullva áldani,  
és a régi Szövetséget - új rítussal váltani,  
pótolják a test érzéket - a merész hit szárnyai!)

6. Genitori Genitoque - laus et jubilatio,  
salus, honor, virtus quoque - sit et benedictio,  
Procedenti ab utroque - compar sit laudatio. Amen.

(6. Az Atyának és Fiának - légyen áldás, dicsőség,  
üdv, hozsanna és imádat, - ujjongások hirdessék,  
s aki Kettejükből árad: - a Lélek is áldassék. Amen.)

Áldott legyen az Isten, Urunk Jézus Krisztus Atyja, aki minden  
lelki áldással megáldott minket. (Ef 1,3)

†

## Egyéb, kiegészítő anyagok

### Ima a Szentlélek hét ajándékáért

Szentlélek Úristen, áraszd reánk a mai napon hét ajándékodat!

Bölcsesség Lelke! - Gyújts bennünk világosságot, hogy az „egy szükségest” szemünk elől soha el ne vétsük, hogy a földi élet eseményeit az örök igazságok fényében ítéljük meg, és a múltó javak használatában örök szempontok vezessenek!

Értelem Lelke! Tárd fel előttünk a kinyilatkoztatott igazságok értelmét. Adj az igazságok megértésén felül érzéket is Egyházad szelme iránt, és őrizd meg a hitben való eltévelyedéstől!

Jótanács Lelke! Add, hogy meglássuk mindenben és kövessük Isten akaratát!

Erősség Lelke! Adj nekünk erőt a kísértésben, béketúrést a szenvedésben, állhatatosságot a bűn elleni harcban, és lendületes odaadást hivatásunk követésében!

Tudomány Lelke! Mélyítsd el bennünk a megismerést, hogy tudjuk, mit miért kell hinnünk, képesíts az Úr igazságainak hirdetésére és megvédelmezésére!

Jámborság Lelke! Alakítsd ki bennünk Krisztust! Alakíts minket isteni finomsággal, hogy gyermeki egyszerűséggel, összeszedettséggel és komolysággal, szent örömmel és kedvességgel és az Isten fiainak szabadságával tegyünk bizonyosságot az Evangéliumról!

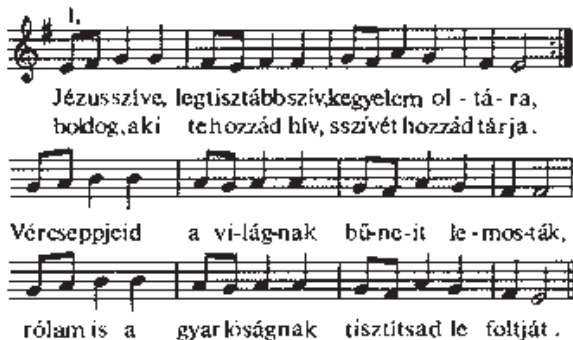
Istenfélelem Lelke! Önts belénk szent tiszteletet az isteni Fölség és az Ő kegyelmei iránt!

### Most segíts meg Mária

Most segíts meg Mária, ó irgalmas Szűzanya! Keservét a bűnak, bajnak eloszlatni van hatalmad. Hol már ember nem segíthet, a Te erőd nem törik meg. Hő imáit gyermekidnek nem, Te soha nem vedted meg! Hol a szükség kínja nagy, mutasd meg, hogy Anya vagy!

Most segíts meg Mária, ó irgalmas Szűzanya!

É.E. 133.  
(H 155)



Jézus szíve, legtisztább szív, kegyelem ol - tá - ra,  
boldog, aki te hozzád hív, szívedet hozzád tárja.

Vércseppjeid a vi - lág - nak bű - ne - it le - mos - ták,  
rólam is a gyarlóságnak tisztítsad le feltját .

2. Jézus Szíve, szelídségnek titkos iskolája,  
a mennyei dicsőségnek legszebb koronája.  
Szívemet tedd szent Szívedhez hasonlóvá, kérlek,  
szívemet fűzd a tiédhez, jóvá, szeliddé tedd!
3. Jézus Szíve, add, hogy mindig szeresselek jobban,  
ha ér bőség, ha ér ínség, jó és rossz napokban.  
Légy te, szent Szív, én istápotom, légy te menedékem,  
a sötétben napvilágom, kincsem, dicsőségem.
4. Jézus Szíve, szűz Anyának drága szép virága,  
az ő szíve alatt támadt lelkünk boldogsága.  
Jézus Szíve s Máriáé hajlajatok össze,  
Szíveinket, ha szátválnak, Ti fűzzétek össze.
5. Legyen hála az Atyának, ki minket teremtett!  
Legyen hála szent Fiának, ki pokoltól mentett!  
Hála néked, ó Szentlélek, minden ajk ezt zengje,  
hála Jézus szent Szívének mind földön, mind menny-  
be'!

Lektorálta Török József, történész teológus.

Stella Maris Alapítvány, 1539 Budapest, Pf. 638.  
Budapest, 2000. január