

Ferenc pápa X-üzenetei

Július 11: A világunk problémája nem a megszülető gyermekek száma. A gond az önzés, a fogyasztói kultúra és az individualizmus, amitől az emberek teletömöttek, magányosak és boldogtalanok lesznek.

Július 5: A Szentlélek nélkül az Egyház élettelen, a hit csak tanítás, az erkölcs csak kötelesség, a lelkipásztori munka pedig csak feladat. A Lélekkel azonban a hit maga az élet, Isten szeretete lángra lobbantja szívünket, és a remény újjászületik.

INFORMÁCIÓK A HÉTRE

Július 15, hétfő, Szent Bonaventura püspök és egyháztanító, 7 óra: A Notre Dame rendért és iskolánkért

Július 16, kedd, Kármelhegyi Boldogasszony, 7 óra

Július 17, szerda, Szent Zoerárd-András és Benedek remeték, 7 óra

Július 18, csütörtök, Szent Hedvig királynő, 7 óra: Élő Viktória és testvérei

Július 19, péntek, 7 óra: + Dobos Ida Assumpta CND (+2002)

Július 20, szombat, 18 óra: Élő Viktória és családja

Július 21, Évközi 16. vasárnap, 10 óra: + László férj és édesapa, + Mária és József szülők és nagyszülők

A nyári időszakban a szombat esti szentmisék előtt nincsen szentségimádás.

Felújítási munkálatok miatt augusztus közepéig nem lehet a térköves parkolóba autóval behajtani, így a kápolna kizárólag a Zárda utca felől közelíthető meg. Kérjük a Testvérek megértését!

Kérjük a Testvéreket, hogy a nyári időszakban különleges módon is figyeljék a hétköznapi szentmisék rendjét az esetleges változások miatt. Az aktuális heti hirdetések mindig megtalálhatók honlapunkon és Facebook-oldalunkon.

MINDSZENTY JÓZSEF ÁLTALÁNOS ISKOLA, GIMNÁZIUM ÉS KOLLÉGIUM – ISKOLALELKÉSZSÉG; SZENT KERESZT TEMPLOMIGAZGATÓSÁG – 8900 Zalaegerszeg, Zárda utca 25. • Email: mindszenty@martinus.hu • Honlap: mindszentyiskola.hu/iskolalelkeszseg • Facebook: [Iskolalelkeszseg, Zalaegerszeg](https://www.facebook.com/iskolalelkeszseg) • Instagram: [isklelkeg](https://www.instagram.com/isklelkeg)



Hírnök

2024. július 14.
Évközi 15. vasárnap

*Mindszenty József Általános Iskola, Gimnázium és Kollégium – Iskolalelkeszég
Szent Kereszt Templomigazgatóság*

20 tipp, hogy tartalmas legyen a nyarad

Hihetetlen, de mindjárt a nyár felénél járunk. Lehet, hogy te is úgy érzed, hogy még el sem kezdődött igazán, mert mondjuk vizsgáztál, dolgoznod kellett, vagy otthon voltál a gyerekekkel. Ha mégis szeretnél többet kihozni ebből a szezonból, tarts velünk és játssz velünk bingót – tegyük együtt felejtethetlenné az idei nyarat!

1. **Menj el egy szabadtéri koncertre!**

Nyári langyos este, pokrócok, csillagok, és egy jó élő zene. Mi kellhet még?

2. **Tanulj meg egy igeverset!**

Mindig jól jöhet, ha fejből tudsz egy-egy erőt adó ígét, mert ki tudod mondania helyzetedre és önmagadra is az igazságot, ami Isten szava!

3. **Sétálj telefon nélkül!**

Az igazi kikacsolódás, amikor a telefonos is ki van kapcsolva, vagy a legjobb, ha nem is viszed magaddal. Fél óra bele kell, hogy férjen.

4. **Olvasd el a Biblia egyik könyvét!**

Például az Apostolok Cselekedeteit a 777-tel.

5. **Nézd meg a naplementét egy vízparton!**

Lehet ez a Duna vagy a Balaton, de akár a Feneketlen-tó is, ha budapesti vagy. A lényeg, hogy csak ülj ki a partra és élvezd!

6. **Írj le magadnak egy zsoltárt!**

Ha lehet, akkor kézzel: ez jobban hat a lelkünkre és az agyunkra is, a zsoltárok pedig a legszebb imáink közé tartoznak.

7. **Utazz el egy magyar városba, ahol még nem jártál!**

Annyi csodaszép hely van itthon is! Nem kell ahhoz repülőre ülni, hogy jól érezd magad és feltöltődj. Ha nincs elég szabadságod vagy anyagi kered rád, akkor az is szuper, ha csak egy napra elutazol várost nézni, például Egerbe, Tokajba, Visegrádra, Veszprémbe vagy Szegedre.

8. Küldj egy dicsőítődalt a hozzád közelállóknak!

Néha a legjobb időben érkezik meg egy üzenet arról, hogy gondoltak ránk és szeretnek. Ugye, hogy te is mennyire örülsz neki, ha ilyet kapsz? Most itt az idő, hogy küldj egy dicsőítődalt annak a barátodnak vagy családtagodnak, akinek szerinted szüksége van rá. Az is lehet, hogy régebben beszéltetek, de a Szentlélek megsúgja, hogy jólesne az illetőnek egy kis figyelmesség.

9. Önkénteskedj egy napot!

Ha már figyelmesség, önkénteseket rengeteg helyre várnak a kórházaktól kezdve az állatmenhelyeken át a keresztény fesztiválokig. Ha van szabadidőd, nézz körül, és menj el oda, ami a legszimpatikusabb számodra és/vagy, ahol a legnagyobb szükség van segítő kezekre!

10. Próbáld ki a hajnali imát!

Az egyik legszebb formája az Istennel töltött időnek, ha a napod legelső részét, a hajnalodat adod Neki. Amikor még minden nyugodt és csendes, sokkal könnyebb az imára fókuszálni! Kelj fel korábban, és próbáld ki!

11. Adományozz egy jó célra!

Például a 777-nek. Viccen kívül, nagyon sokat jelent minden egyes támogatás, hiszen nélkülük nem tudnánk folytatni a misszióunkat.

12. Írd össze, miért vagy hálás Istennek!

Az egyik legjobb gyakorlat, ha aggódsz vagy elegend van mindenből: írd hálalistát Istennek! Perceken belül kifejti a hatását.

13. Imádkozz valakiért, aki nehéz helyzetben van!

Néha hajlamosak vagyunk belefeledkezni a saját életünkbe és problémáinkba. Merj túllátni a saját életeden, és észrevenni, hogy mások mikkel küzdenek! A legjobb, ha imádkozol értük, és akár gyakorlati módon is segítesz, ha tudsz.

14. Hallgass meg egy 777 podcast adást!

Jobbnál jobb adások közül válogathatsz a 777 listájáról, legyen szó hit-életéről, közéletéről vagy épp párkapcsolati témákról. Utazás vagy takarítás közben az egyik legjobb kikapcsolódási forma a podcast!

15. Hallgasd meg a kedvenc zenéd, és táncolj!

Mikor táncoltál utoljára? Akár régen, akár kevésbé régen, a tánc mindig örömet tud adni. Ha azt gondolod, nem tudsz táncolni, akkor csak otthon, egyedül rakj be egy számot és élvezd, ha pedig van kedved, mozogj rá! Segít abban is, hogy energizáljon, ha elfáradtál testileg-lelkileg.

16. Írd meg a papodnak/lelkésznek, miért vagy neki hálás!

Néha elfelejtjük, hogy a lelkipásztorok is emberek, akiknek ugyanolyan jólesik a visszajelzés, a bátorítás, a megerősítés, mint bárki másnak. Ragaddj tollat vagy billentyűzetet, és akár csak néhány sorban írd le a papodnak,

mit köszönhetsz neki, mit adott neked vagy a családnak a szolgálata, miért szereted!

17. Ül be egy templomba, és csak légy csendben!

Hihetetlenül jó érzés tud lenni, amikor egy nyüzsgő városból és a napi teendőkből kiszakadva beülünk egy templomba imádkozni, csendben lenni, figyelni az Úrra. Ráadásul nyáron hűvös is van!

18. Írj egy levelet Jézusnak!

Bármikor írhat Neki, Ő örül, ha megosztod Vele a szívedet, a gondolataidat, az aktuális örömeidet és fájdalmaidat. Persze lehet mindezt szóban, de ha leírod, akkor később is vissza tudod olvasni, és akár meglátni, hogyan teljesült egy-egy imakérésed.

19. Nézegezz régi fotókat a családdal!

Sok családban nagy a hajtás év közben, és szinte elfelejtünk minőségi időt tölteni együtt, különösen, ha már külön élünk. Beszéljete meg egy napot/estét, amikor együtt lesztek, és ha vannak régi fotók, vegyétek elő, nézzéegessétek meg együtt! Nosztalgizálni mindig jól tud esni, és sok vicces vagy érdekes történet is előkerül ilyenkor.

20. Menj el egy dicsőítésre!

A templomokban és a szabadban is számos dicsőítést tartanak, különösen nyáron. Nézd meg a helyi plébániád plakátjait vagy keresgélj a Facebookon, hogy milyen események lesznek! Istent mindig jó dicsérni, nemcsak akkor, ha minden rendben van, hanem akkor is, amikor nehéz az életünk vagy semmit nem értünk. Ha épp senki nem érne rá, bátorítsunk, hogy egyedül is menj el!

777blog.hu

