

vagy, az Inter a nép csapata” – jelentette ki egyszer büszkén Inah nővér egy közösségi médiában megosztott videóban.

Emlékeztető az élet elfogadására

Az apáca története a szeretettel és örömmel teli élet gazdagságáról tanúskodik. Inah nővér rendíthetetlen hite, párosulva lelkesedésével és humorával, számtalan embert inspirál. Miközben a világ csodálkozik a 117 évén, az élete továbbra emlékeztető arra, hogy minden megélt életévünk egy ajándék, amit a lehető legteljesebben kell megélni.

Mint a történelem 20. legidősebb dokumentált személye, Inah nővér csatlakozik azok exkluzív klubjához, akik messze túléltek az átlagos élet-tartamot. Inah nővér története azonban sokkal többről szól, mint számokról; ez a történet a kitartásról, a humorról és a hitről szól, amely túlmutat az időn.

INFORMÁCIÓK A HÉTRE

Január 13, hétfő, Szent Hilárisz püspök és egyháztanító, 7 óra: A Notre Dame rendért és iskolánkért

Január 14, kedd: nincs szentmise

Január 15, szerda, Remete Szent Pál: nincs szentmise

Január 16, csütörtök: nincs szentmise

Január 17, péntek, Szent Antal apát: nincs szentmise

Január 18, szombat, 18 óra: Hálából Anitáért és családjáért

Január 19, Évközi 2. vasárnap, 10 óra: + Ilona és Károly szülők

Keddől péntekig nincsen szentmise kápolnánkban.

Újra 24 órás szentségimádás lesz a Kálvária kápolnában kedd 18 órától szerda 18 óráig.

A szeptemberihez hasonlóan február 2-9 között Élesztő néven kerül megrendezésre a 2. városmissziós hét. Ehhez kapcsolódóan a Kálvárián ismét folyamatos szentségimádást tartunk, ahova szeretettel várjuk a testvérek jelentkezését. Az Iskolalelkészség napja a február 6, csütörtök. Az imádság mellett lehetőség van a városmisszió anyagi támogatására is, melyet az újságos asztalra kihelyezett gyűjtődobozban lehet elhelyezni. A programokról a Haza, Feléd Facebook-oldalon lehet tájékozódni.

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: Iskolalelkészség, Zalaegerszeg • Instagram: isklelkzeg



Hírnök

2025. január 12.

Urunk megkeresztelkedése

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

3 ok, hogy miért tölts több időt templomokban

Észrevetted, mennyire máshogy éled meg a percek egy templomban ülve, amikor semmilyen zavaró tényező nem vonja el a figyelmed, miközben Istenhez kapcsolódsz? Íme 3 ok, amiért nagyon jó a templomokban időzni.

A templomokban eltöltött idő – még az istentiszteleteken kívül is – nagy hatással lehet az elménkre, a szívünkre és a lelkünkre. A legújabb építészeti és idegtudományi tanulmányok megerősítik azt, amit az egyház már régóta tud: a vallási építészet a lelki és szellemi jóllétünkre is kihat.

Íme három meggyőző ok, amiért érdemes időzni ezekben a szent terekben:

1. Szinte automatikusan elmélkedni készítenek

A templomokat úgy tervezték, hogy felemeljék az elmét és megnyugtassák a lelket. Dr. Julio Bermúdez, az Amerikai Katolikus Egyetem kontemplatív építészetének szakértője szerint ezek az építmények a meditációhoz hasonló módon hatnak az agyunkra. A kutatásai azt mutatják, hogy az ilyen terek csökkenthetik a stresszt és elősegíthetik a belső nyugalmat – még szándékos erőfeszítés nélkül is.

A templomok tele vannak olyan elemekkel, amelyek elmélkedésre hívnak: magasba törő mennyezetek, színes ólomüvegek, a fény és az árnyék összjátéka. Ezek az építészeti jellemzők felfelé irányítják tekintetünket, szimbolizálva az Isten utáni vágyakozásunkat. Ha egyszerűen csak ülünk ezekben a terekben, lecsendesíthetjük nyugtalan elménket, és a jelenre összpontosíthatunk.

2. Az inspiráció forrásai

A nagy templomok és katedrálisok olyan műalkotások, amelyek a hit és a létezés rejtelseiről való gondolkodásra hívnak bennünket. Többek között Loyolai Szent Ignác bátorított arra, hogy használjuk képzeletünket az

imádságban, elképzelve Krisztus életének jeleneteit vagy a találkozásukat Ővele.

A templomok ideális helyszínt biztosítanak ehhez a gyakorlathoz. A bennük található részletes faragványok, freskók és ikonográfiák segítenek elképzelni az evangélium jeleneteit, és a segítségükkel jobban átérezzük a hitünk valóságát. Vágyat ébresztenek bennünk valami nagyobb iránt, és Isten felé emelik szívünket és elménket.

A Szent István Bazilika pompájától egy vidéki kápolna meghittségéig a vallási építészet arra emlékeztet minket, hogy az ember – Isten segítségével – képes olyan szépséget teremteni, amely túlmutat az időn.

3. Csendes zugok egy zajos világban

Az állandó zajjal teli világban (szó szerint és digitálisan is!) az egyházak ritka ajándékot nyújtanak: csendet. Ez a csend olyan légkört ad, amely önvizsgálatra és Jézussal való kapcsolatra hív.

A Katolikus Egyház Katekizmusa megjegyzi, hogy a csend elengedhetetlen az imádsághoz, és úgy írja le a szemlélődő imádságot, mint csöndes hallgatás, „az eljövendő világ szimbóluma” vagy „a hallgatag szeretet beszéde” (2717). Egy csendes templomba lépve elszakadhatunk a zavaró tényezőktől, és arra összpontosíthatunk, ami igazán fontos. Akár imádkozunk, akár az élet kérdéseiről elmélkedünk, vagy egyszerűen csak élvezzük a csendet, ez a légkör táplálja lelkünket és helyreállítja az egyensúlyt bennünk.

Összességében tehát ha több időt töltünk a templomokban – akár imádkozni, akár csodálni a szépségüket, vagy egyszerűen csak csendben ülni –, újra kapcsolatba kerülhetünk az élet mélyebb igazságaival. Békéjünkben és nagyságukban nemcsak Isten jelenlétét találjuk meg, hanem a modern világban való eligazodáshoz szükséges nyugalmat is.

Ha legközelebb csak elmennél egy templom mellett, lépj be és csak ülj ott néhány percet!

Hagyd, hogy szépsége és csendje hasson a lelkedre – lehet, hogy ez lesz a legértékesebb szünet, amit az egész napod során tartasz. 777blog.hu

Ez a vidám apáca a legidősebb ember a világon

A lenyűgöző 116 évével és 212 napjával Inah Canabarro Lucas nővér lett a legidősebb élő ember a világon. Mi élteti igazán az apácát?

Közel 117 éves korában Inah Canabarro nővér, a brazil apáca, akit vidám személyiségről és a labdarúgás iránti szeretetéről ismernek, hivatalosan is a világ legidősebb élő embere lett. Rendkívüli útja a rugalmasságról, a hitről és az igaz szívvel megélt életről szól.

A Dél-Brazíliában született Inah-t gyerekkorában súlyos egészségügyi kihívások érték. A most 84 éves unokaöccse, Cleber Canabarro szerint sokan kételkedtek abban, hogy egyáltalán túléli a gyermekkort. Ő azonban minden várakozással dacolva nemcsak felnőtt, hanem figyelemre méltó, inspiráló személyiséggé vált.



Egy örömteli élet

Inah nővér, aki a dél-brazíliai Porto Alegre városában él, bár fizikailag már nem olyan erős, és kerekesszékre szorul, továbbra is sugárzik belőle az öröm és a humor. Ez látható a LongeviQuest által tavaly készített szívmengető videón, amelyen mosolyog, viccelődik, és elmeséli múltjának pillanatait – a miniatűr vadvirág-festmények iránti szeretetétől kezdve az Üdvözlégy iránti odaadásáig.

Amikor arról kérdezték, hogy mi a titka, hogy ilyen sok évet élt, Inah nővér csillogó szemmel válaszolt: „Fiatal vagyok, csinos és barátságos – mind nagyon jó tulajdonságok, amelyekkel te is rendelkezel” – viccelődött az apáca az Associated Press beszámolója szerint.

Katolikus hite továbbra is élete sarokköve, lelki horgonya a tanítás, szolgálat és imádság. A családja is fontos szerepet tölt be az életében. Amikor az unokaöccse szombatonként meglátogatja, és Inah meghallja a hangját, arca felragyog és izgatott lesz.

Szolgalat és a focirajongás

Inah nővér története már a történelmi múltnak is a része. Egy híres brazil tábornok dédunokája, aki jelentős szerepet játszott a 19. század függetlenség utáni években.

Élete nagy részét mások szolgálatában töltötte, iskolákban tanított, és a vallásos életnek szentelte magát. Hatása messze földön érezhető volt – még két iskolai zenekart is alapított a brazil-uruguayi határ közelében. Inah nővér tanítványai közé tartozott Joao Figueiredo tábornok, aki Brazília utolsó katonai uralkodója lett.

Közösségében nagy tisztelet övezi Inah nővért. Ferenc pápa a 110. születésnapján külön felköszöntötte, ami a hozzá közel állók számára is kedves emlék marad. Inah nővér, akárcsak a pápa, nagy futballrajongó. Szeretett futballcsapata, a Sport Club Internacional – közismert nevén Inter – szintén minden évben megünnepli a születésnapját. Mint igazi szurkoló, a szobáját a csapat ikonikus piros-fehér színei díszítik, ami a játék iránti szenvedélye jelképe. „Fehér vagy fekete, gazdag vagy szegény, bárki is