



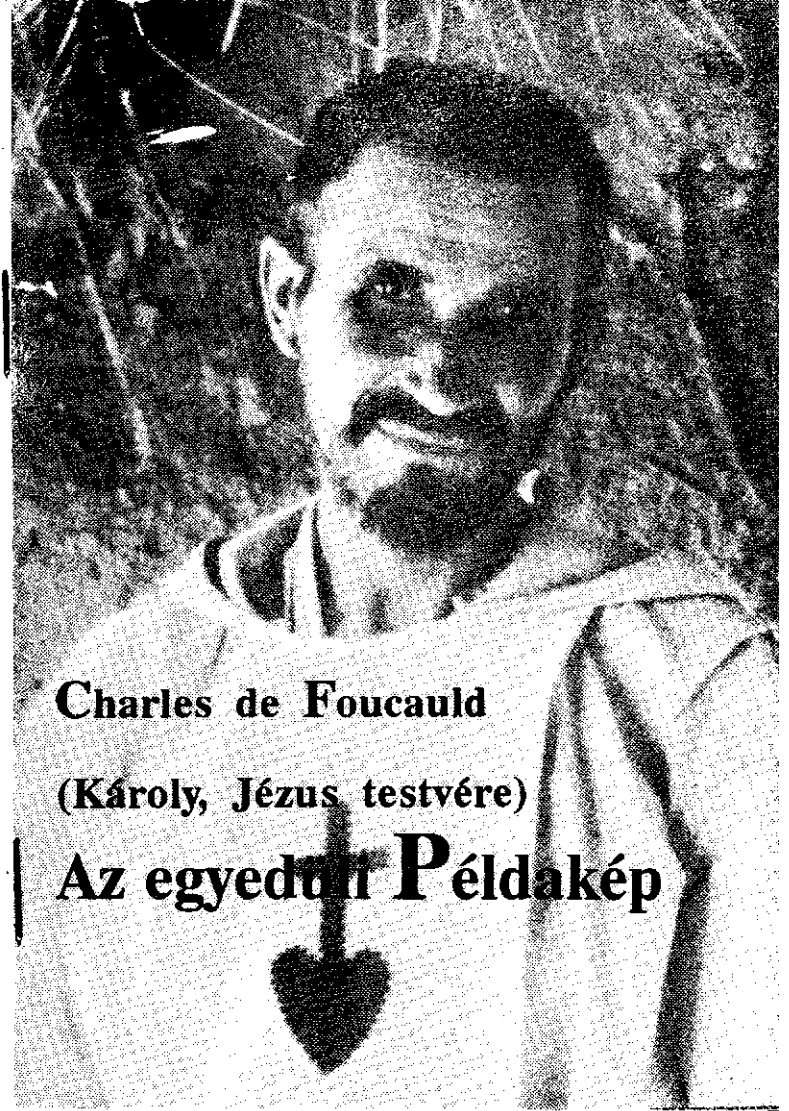
# LE MODÈLE UNIQUE

Il fut nommé JÉSUS



SES FINS

Père, glorifiez Votre Nom !  
Père, glorifiez Votre Fils pour que Votre Fils  
Vous glorifie !  
DIEU a tant aimé le monde qu'Il a envoyé  
Son Fils unique  
pour que le monde fût sauvé par Lui.



**Charles de Foucauld**

**(Károly, Jézus testvére)**

**Az egyedül Példakép**

---

Charles de Foucauld

(Károly, Jézus testvére)

## Az egyedüli Példakép

IESVS  
+  
♥  
CARITAS

## ELŐSZÓ

A következő lapokat, melyeket olvasni fognak, Huvelin atyának - Foucauld atya lelkivezetőjének - végrendeleti végrehajtójaként találtam papírjai között, az alábbi levél kíséretében:

JÉZUS  
SZERETET

*Tamanghassei, par Insalah  
(Oasis sahariennes), 20 avril 1906.*

*Nagyon szeretett Atya,*

*Nyolc-kilenc éve lehetett - amikor Názáretben éltem - hogy megpróbáltam a Szent Evangélium szövegeivel megrajzolni Urunk Jézus rövid jellemrajzát. Azóta szüntelenül újra meg újra elolvasom, szeretem naponta magam előtt látni arcképét.*

*Újra elolvasva ezen a szent héten, az az ötletem támadt, hogy ez a kis füzet jó szolgálatot tehet másoknak... Először elvettem ezt a gondolatot, mondván: nem egyeztethető össze a názáreti élettel, a csenddel, alázattal; minthogy azonban újra, meg újra visszatért, azt gondoltam: legjobb lenne az Ön tételének alárendelni: Ön majd meglátja, honnan származik és e szerint cselekszik.*

---

*Ha úgy téli meg, hogy nem a jó Istentől való, őrizze meg a kis fil-  
zetet.*

\*\*\*

*Bárhogyan is tesz, jó lesz. Ön tudja... "Aki titeket hallgat, engem  
hallgat." Egyetlen vágyam, hogy a tőlem telhető legjobban teljesísem  
az Egyetlen Kedves akaratát.*

\*\*\*

*Lábaihoz borulok, szeretett Atya, kérve: áldja meg kis gyermekét,  
aki gyermeki lélekkel szereti és tiszteli Önt egész szívével, a nagyon  
szeretett Jézus Szívében*

*Károly, Jézus testvére*



# AZ EGYEDÜLI PÉLDAKÉP



ECCE SPONSUS...

SIC DEUS DILEXIT.

## AZ EGYEDÜLI PÉLDAKÉP



JÉZUS SZENT SZÍVE! A Te méltatlan szolgád följánlja neked ezeket, a te szent könyveidből vett sorokat.

Kegyeskedjél megmutatni mindazoknak, akik olvasni fogják „Az egyedüli Példakép”-et, „akiben van az üdvösség”. Hogy „kövessenek” téged hitben és szeretetben, utánozva téged, mint ahogy azt Szűz Mária, a tanítványok és szent asszonyok is tették! Hogy többé már ne ők éljenek, hanem Te élj bennük!

JÉZUS SZENT SZÍVE, jöjjön el a te országod!

## AZ EGYEDÜLI PÉLDAKÉP

A Jézus nevet adták neki. (Lk 2,21)



### AZ ÉLETE VÉGE

Atyám, dicsőítsd meg nevedet! (Jn 12,28)

Dicsőítsd meg Fiadat, hogy Fiad is megdicsőítsen téged! (Jn 17,1)

Úgy szerette Isten a világot, hogy Egyszülött Fiát adta oda, hogy mindaz, aki benne hisz, el ne vesszen, hanem örökké éljen. (Jn 3,16)

### ÉLETÉNEK AZ ÖSSZEFOGLALÁSA

Az Ige testté lett. (Jn 1,14)

Megszülte elsőszülött fiát, pólyába takarta és jászolba fektette, mert nem kaptak helyet a szálláson. (Lk 2,7)



Akkor hazatért velük Názáretbe és engedelmeskedett nekik. (Lk 2,51)

Ezután a Lélek kivitte őt a pusztába. (Mk 1,12)

Jézus bejárta minden várost és falut, tanított a zsinagógákban, hirdette országának örömhírét, és meggyógyított minden betegséget és minden bajt. (Mt 9,35)

Keresztre feszítették őt. Lehajtotta fejét és kilehelte a lelkét. (Jn 19,18,30)

Föltámadt, amint megmondta. (Mt 28,6)

Áldás közben eltávozott tőlük és fölment a mennybe. (Lk 24,51)



### A TANÍTOTT FŐERÉNYEK

#### HIT

Úgy szerette Isten a világot, hogy egyszülött Fiát adta oda, hogy mindaz, aki benne hisz, el ne vesszen, hanem örökké éljen. (Jn 3,16)

Aki hisz benne, azt nem ítélik el; de aki nem hisz, azt már elítélték, mert nem hitt Isten egyszülött Fiában. (Jn 3,18)

Aki igémet hallgatja és hisz annak, aki engem küldött, örök élete van és nem kerül ítéletre, hanem már áment a halálból az életre. (Jn 5,24)



Én világossággal jöttem e világra, hogy aki bennem hisz, ne maradjon sötétségben. (Jn 12,46)

Bizony, bizony, mondom nektek: Aki hisz bennem, annak örök élete van. (Jn 6,47)

Aki hisz bennem, annak szívéből, az frás szava szerint, az élő víz forrásai fakadnak. (Jn 7,38)

Van bírása annak, aki megvet engem és nem fogadja el tanításomat. A tőlem hirdetett ige ítéli el őt az utolsó napon. (Jn 12,48)

Ég és föld elmúlik, de az én igéim el nem múlnak. (Mt 24,35)

Ne nyugtalankodjék szívetek! Higgyetek az Istenben és bennem is higgyetek! (Jn 14,1)

Ha hitetek lesz és nem kétkedtek; ha ennek a hegynek azt mondjátok:  
Emelkedj föl és vedd magad a tengerbe! - úgy lesz. Bármit kértek bizalommal imádságtokban, megkapjátok. (Mt 21,21-22)



## REMÉNY

Aki tehát hozzám jön, azt nem dobom ki. (Jn 6,37)

Éppen így mennyei Atyátok sem akarja, hogy csak egy is elveszen e kicsinyek közül. (Mt 18,14; Jn 6,39)

Az Emberfia azért jött, hogy keresse és üdvözítse, ami elveszett. (Lk 19,10)

Nem azért jöttem, hogy az igazakat hívjam, hanem a bűnösöket. (Mk 2,17)

Sokan lesznek elsőkből utolsók és utolsókból elsők. (Mk 10,31)

A ti Atyátok is irgalmas. (Lk 6,36)

De bízzatok! (Jn 16,33)

Atyám, akarom, hogy akiket nekem adtál, ott legyenek velem, ahol én vagyok, hogy lássák dicsőségemet. (Jn 17,24)

Ne féj, te, kisdéd nyájl! Úgy tetszett Atyátoknak, hogy nektek adja az országot. (Lk 12,32)

Aki tanításomat megtartja, halált nem lát sohasem. (Jn 8,52)

Aki eszi az én testemet, annak örök élete van. (Jn 6,54)

Aki érettem elveszíti életét, megtalálja azt. (Mt 10,39)

Boldogok a lélekben szegények. (Mt 5,3)

Boldogok a szomorkodók. (Mt 5,4)

Boldogok a szelídek. (Mt 5,5)



Boldogok, akik éheznek és szomjazzák az igazságot. (Mt 5,6)

Boldogok az irgalmasok. (Mt 5,7)

Boldogok a tisztaszívűek. (Mt 5,8)

Boldogok a békességesek. (Mt 5,9)

Boldogok, akiket az igazságért üldöznek. (Mt 5,10)

Ne féljete, hogy meg ne ítéljenek! (Mt 7,1)

Adjatok, és adnak majd nektek is. Amilyen mértékkel mérték, olyannal fognak visszamérni nektek is. (Lk 6,38)

Bocsássatok meg, és nektek is megbocsátanak. (Lk 6,37)

Jőjjetek, Atyám áldottai! (Mt 25,34)

Éheztem, szomjaztam, vándor voltam, mezítelen, beteg, börtönben voltam és fölkerestetek. (Mt 25,35)

Atyám házában sok hely van..., hogy helyet készítek nektek. (Jn 14,2)

Eljövök és magammal viszlek titeket, hogy ti is ott legyetek, ahol én vagyok. (Jn 14,3)



## ISTEN SZERETETE

Adjátok Istennek, ami az Istené! (Mt 22,21)

Az első parancs így szól: Szeresd Uradat, Istenedet teljes szívedből, teljes lelkedből és teljes elmédből és minden erődből! (Mk 12,29-30; Mt 22,38-39)

Azért jöttem, hogy tüzet gyújtsak a földön: mennyire szeretném, ha már föllobbanna! (Lk 12,49)

Maradjatok bennem, akkor én is bennetek maradok. (Jn 15,4)

Maradjatok meg szeretetemben. Ha parancsaimat megtartjátok, megmaradtok szeretetemben. (Jn 15,10)

Ha szerettek engem, megtartjátok parancsaimat. Amint és is megtartottam Atyám parancsait és szeretetében maradok. (Jn 14,15; 15,10)

Hogy megtudja a világ, hogy szeretem az Atyát, és úgy cselekszem, amint meghagyta nekem az Atya. - Keljete föl, menjünk innét! (Jn 14,31)

Atyám, bennem vagy és én tebenned. (Jn 17,21)





## FELEBARÁTI SZERETET

A második parancs: Szeresd felebarátodat, mint önmagadat! (Mt 22,39; Mk 12,31)

Egy a ti mesteretek, ti pedig mindnyájan testvérek vagtok. (Mt 23,8)

Úgy szerette Isten a világot, hogy egyszülött Fiát adta oda. (Jn 3,16)

Aki eszi az én testemet, bennem marad és én őbenne. (Jn 6,56)

Aki szeret engem, megtartja tanításomat. Atyám is szeretni fogja őt, hozzá megyünk és benne fogunk lakni. (Jn 14,23)

Amit e legkisebb testvéreim közül eggyel is tettetek, velem tettétek.

Amit nem tettetek eggyel is e legkisebbek közül, velem nem tettétek. (Mt 25,40.45)

Új parancsot adok nektek: Szeressétek egymást! Amint én szerettelek titeket, úgy szeressétek egymást ti is! (Jn 14,34)

Hogy egyesek legyenek, amint mi egyesek vagyunk! (Jn 17,22)

Hogy így tökéletesen egyesek legyenek ők is! (Jn 17,23)

Ne ítéljétek! (Lk 6,37)

El ne ítéljétek senkit! (Lk 6,37)

Bocsássatok meg! (Mk 11,25)

Amilyen mértékkel mértek, olyannal mérnek majd nektek is. (Mt 7,2)



Ne szállj szembe a gonosszal! (Mt 5,39)

Ha megütik jobb arcodat, fordítsd oda a másikat is. (Mt 5,39)

Ha pörbe fogva el akarják venni köpenyed, add oda köntösöd is! (Mt 5,40)

Szeressétek ellenségeiteket, tegyetek jól haragosaitokkal! (Lk 6,27)

Hogy az emberek lássák jótetteiteket és magasztalják mennyei Atyátokat! (Mt 5,16)

Kérjétek az aratás Urát, küldjün munkásokat aratásába! (Mt 9,38)

Imádkozzatok üldözőitekért! (Mt 5,44)

Mindazt, amit akartok, hogy veletek tegyenek az emberek, ti is tegyétek velük! (Mt 7,12)

Boldogok a békességesek. (Mt 5,9)

Boldogok az irgalmasok. (Mt 5,7)

Ha kérnek tőled, adj; és ha elveszik, ami a tied, ne követeld vissza! (Lk 6,30)

Éheztem ugyanis és ennem adtatok. Szomjaztam és innom adtatok. Vándor voltam és befogadtatok. Meztelen voltam és felruháztatok. Beteg voltam és meglátogattatok. Börtönben voltam és fölkerestetek. Bizony, mondom nektek: Amit e legkisebb testvéreim közül eggyel is tettetek, velem tettétek. Amit nem tettetek eggyel is e legkisebbek közül, velem nem tettétek. (Mt 25,35-36; 40-45)

Aki pedig befogad egy ilyen gyermeket az én nevemben, engem fogad be. (Mt 18,5)



Aki pedig csak egy pohár friss vizet ad is inni egynek a legkisebbek közül, mert az én tanítványom - nem marad el jutalma. (Mt 10,42)

Mikor ebédet vagy vacsorát adsz, ne hívd meg barátaidat és testvéreidet, se rokonaidat és gazdag szomszédaidat; hívd meg inkább a koldusokat, bénákat, sántákat és vakokat. (Lk 14,12-13)

Ingyen kaptátok, ingyen is adjátok. (Mt 10,8)

Aztán szétküldte őket, hogy hirdessék Isten országát és gyógyítsák meg a betegeket. (Lk 9,2)

Menjete el az egész világra és hirdessétek az evangéliumot minden teremtménynek. (Mk 16,15)

Ez az én parancsom: Szeressétek egymást, mint ahogy én szeretlek titeket. Nagyobb szeretete senkinek sincs annál, mint aki életét adja barátaiért. (Jn 15,12-13)

Amint engem szeret az Atya, úgy szeretlek én is titeket. (Jn 15,9)

Értük szentelem magamat, hogy ők is szentek legyenek az igazságban. (Jn 17,19)

Példát adtam nektek: amint én tettem veletek, ti is úgy tegyetek. (Jn 13,15)

Az Emberfia sem azért jött, hogy neki szolgáljanak, hanem hogy ő szolgáljon és váltságul adja oda életét sokakért. (Mt 20,28)

Jézus bejárt minden várost és falut, tanított a zsinagógákban, hirdette országának örömhírét és meggyógyított minden betegséget és minden bajt. (Mt 9,35)

Azután ölébe vette a gyermekeket és - rájuk téve kezét - megáldotta őket. (Mk 10,16)

Ne sírjatok! (Lk 8,52)



Asszony, miért sírsz? (Jn 20,15)

Mit bántjátok ezt az asszonyt? (Mt 26,10)

Azért jöttem, hogy tüzet gyújtsak a földön: mennyire szeretném, ha már föllobbanna! (Lk 12,49)

Én vagyok a jó pásztor. (Jn 10,11)

A jó pásztor életét adja a juhokért. (Jn 10,11)

Mivel szerette övéit, akik a világban maradtak, mindvégig szerette. (Jn 13,1)

Ez az én testem. Ez az én vérem. Ezt cselekedjétek az emlékezetemre! (Lk 22,19)

Azon a napon megtudjátok, hogy én Atyámban vagyok, ti pedig énbennem és én tibennetek. (Jn 14,20)

De nemcsak értük könyörgök, hanem azokért is, akik szavukra hinni fognak bennem, és eihiggye a világ. (Jn 17,20-21)

Barátom, miért jöttél? (Mt 26,50)

Megérintette a fülét és meggyógyította. (Lk 22,51)

Ha tehát engem kerestek, engedjétek el ezeket! (Jn 18,8)

Atyám, bocsáss meg nekik, mert nem tudják, mit tesznek! (Lk 23,34)

## ISTEN JAVÁNAK A KERESÉSE

De én nem keresem a magam dicsőségét: van, aki keresi és ítéletet mond. Én tisztellem Atyámat. (Jn 8,50.49)



Nem tudjátok, hogy Atyám dolgaiban kell fáradoznom? (Lk 2,49)

Én megdicsőítettelek téged a földön. A művet, amelynek elvégzését rám bízta, véghezvittem. (Jn 17,4)

Szenteltesd meg a te neved!

Jöjjön el a te országod.

Legyen meg a Te akaratod.

Miként a mennyben, úgy a földön is. (Mt 6,9-10)

Atyám, dicsőítsd meg nevedet! (Jn 12,28)

## ENGEDELMESSÉG ISTENNEK

Ha ti kitartotok tanításom mellett, valóban tanítványaim vagytok. (Jn 8,31)

Aki teljesíti mennyei Atyám akaratát, az mind testvérem, nővérem és anyám. (Mt 12,50)

Aki szeret engem, megtartja tanításomat. (Jn 14,23)

Az én eledelem az, hogy annak akaratát tegyem, aki engem küldött. (Jn 4,34)

Nem azért szálltam le a mennyből, hogy a magam akaratát cselekedjem, hanem annak akaratát, aki küldött engem. (Jn 6,38)

Aki küldött engem, velem van. Nem hagyott magamra, mert én mindenkor azt teszem, ami neki kedves. (Jn 8,29)

Én nem magamtól beszéltem, hanem az Atya, aki küldött engem, ő parancsolta meg, mit mondjak és mit hirdessek. Amit tehát hirdetek, úgy hirdetem, amint az Atya mondta nekem. (Jn 12,49-50)

Ne az én akaratom teljesedjék, hanem a tied! (Lk 22,42)



## ISTEN UTÁNZÁSA

Ti olyan tökéletesek legyetek tehát, mint mennyei Atyátok! (Mt 5,48)

Nem különb a tanítvány mesterénél, mert ha eléri tökéletességét, olyan lesz, mint a mester. (Lk 6,40)

Példát adtam nektek: Amint én tettem veletek, ti is úgy tegyetek! Boldogok vagytok, ha megértitek ezt és így is tesztek. (Jn 13,15;17)

Aki engem követ, nem jár sötétségben, hanem övé lesz az élet világsága. (Jn 8,12)

Aki szolgálni akar nekem, kövessen! (Jn 12,26)

Ha tökéletes akarsz lenni, menj, add el, amid van, és árát oszd szét a szegények közt! Aztán jöjj, kövess engem! (Mt 19,21)

Jöjjetek utánam! (Mt 4,19)

## ALÁZATOSSÁG

Ha nem változtok meg és olyanok nem lesztek, mint a gyermek, nem mentek be a mennyek országába. (Mt 18,3)

Mindazt, aki fölmagasztalja magát, megalázzák; aki pedig megalázza magát, azt fölmagasztalják. (Lk 13,14)

Ha meghívna, telepedjél le az utolsó helyre! (Lk 14,10)



Ügyeljetek, hogy ne az emberek szeme láttára s az ő kedvükért legyetek jók! (Mt 6,1)

Hogy ne tudja a bal kezed, mit cselekszik a jobb. (Mt 6,3)

Aki a legkisebb köztetek, az nagy igazán. (Lk 9,48)

Aki első akar lenni, az legyen a legutolsó és mindenki szolgája! (Mk 9,35)

Mert szelíd vagyok és alázatos szívű. (Mt 11,29)

Az Ige testté lett. (Jn 1,14)

Akkor hazatért velük Názáretbe és engedelmeskedett nekik. (Lk 2,51)

Nem az ács ez, a Mária fia? (Mk 6,3)

Akarom, tisztulj meg! Nézd, ne mondd meg senkinek! (Mt 8,3.4)

Nem tehetek önmagamtól semmit. (Jn 5,30)

A tetteket is Atyám cselekszi, aki bennem van. (Jn 14,10)

Nem a magam akaratát keresem, hanem annak akaratát, aki engem küldött. (Jn 5,30)

Mert az Atya nagyobb nálam. (Jn 14,28)

Én az Atya által élek. (Jn 6,57)

Én mégis úgy vagyok köztetek, mint a szolga. (Lk 22,27)



## SZELÍDSÉG

Boldogok a szelídek. (Mt 5,5)

Mikor pedig házába léptek, köszöntések: Békesség e háznak! (Mt 10,12)

Úgy küldelek titeket, mint juhokat a farkasok közé. (Mt 10,16)

Ne szállj szembe a gonosszal! (Mt 5,39)

Mikor pedig egyik városban üldöznek, meneküljetek a másikba! (Mt 10,23)

Ha megütik jobb arcodat, fordítsd oda a másikat is! (Mt 5,39)

S ha ezer lépésre kényszerítenek, menj el kétannyira. (Mt 5,41)

S ha pörbe fogva el akarják venni köpenyed, add oda kontósodot is. (Mt 5,40)

Adj a kérőnek! (Mt 5,42)

Ha elveszik ami a tiéd, ne követeld vissza! (Lk 6,30)

Tegyetek jót és kölcsönözzetek, anélkül, hogy valamit is visszavárnátok! (Lk 6,35)

Ne ítéljetek! El ne ítéljetek senkit! Bocsássatok meg! (Lk 6,37)

Mert szelíd vagyok és alázatos szívű. (Mt 11,29)

Nem tudjátok, milyen lelkiület van bennetek. (Lk 9,55)

A lakosság kérte, hogy távozzék el. Bárkába szállt tehát, hogy visszatérjen. (Lk 8,37)



Uram, szolgálom bénán fekszik otthon. ... Megyek és meggyógyítom. (Mt 8,6-7)

Mit bántjátok ezt az asszonyt? (Mt 26,10)

Én sem félek el. (Jn 8,11)

Hiszen nem azért jöttem, hogy elítéljem e világot, hanem hogy megmentsem. (Jn 12,47)

Aki tehát hozzám jön, azt nem dobom ki. (Jn 6,37)

Már nem mondalak titeket szolgálóknak, barátainak mondalak. (Jn 15,15)

Aki teljesíti mennyei Atyám akaratát, az mind testvérem, nővérem és anyám. (Mk 3,35)

Hagyjátok, hadd jöjjenek hozzám a gyermekek! Azután ölébe vette őket és – rájuk téve kezét – megáldotta őket. (Mk 10,14;16)

Ördögöd van... Nincs ördögöm. Én tisztelem Atyámat, ti viszont gyalázzattal illettek engem. (Jn 8,48-49)

Ha rosszul szóltam, bizonyítsd be a rosszat, de ha jól, miért ütsz engem? (Jn 18,23)

Barátom, miért jöttél? (Mt 26,50)

Mivel vádolnak ezek? Ő hallgatott és nem felelt semmit. (Mk 14,60-61)

Atyám, bocsáss meg nekik, mert nem tudják, mit tesznek. (Lk 23,34)

Ma velem leszel a paradicsomban. (Lk 23,43)

Asszony, miért sírsz? Mária! Menj most testvéreimhez és vidd hírrül nekik: Fölmegetek az én Atyámhoz és a ti Atyátokhoz. (Jn 20,15-17)



Békesség nektek! (Jn 20,19)

Gyermekeim, nem hagyok árván titeket. (Jn 13,33; 14,18)

Én veletek vagyok mindennap, a világ végéig. (Mt 28,20)

És – kezét fölemelve – megáldotta őket. Áldás közben eltávozott tőlük és föliment a mennybe. (Lk 24,51-52)

## IMA

Virraszatok tehát szüntelenül és imádkozzatok! (Lk 21,36)

Virraszatok és imádkozzatok! (Mt 26,41)

Ahol ugyanis ketten vagy hárman összegyűlnek az én nevemben, ott vagyok közöttük. (Mt 18,20)

Ha pedig tőlem kértek valamit nevemben, azt is meg fogom tenni. (Jn 14,14)

Amikor pedig imádkoztok, ne szaporítsátok a szót, mint a pogányok. (Mt 6,7)

Hiszen tudja a ti Atyátok, mire van szükségtek. (Mt 6,8)

Ti keressétek elsősorban Isten országát és annak igazságát, és ezeket is mind megkapjátok. (Mt 6,33)

Kérjetek és adnak nektek; keressetek és találtok; zörgessetek és ajtót nyitnak. Ha tehát ti, bár rosszak vagytok, tudtok jót adni fiataloknak, mennyivel inkább adja mennyei Atyátok a Szentlelket azoknak, akik kérik tőle. (Lk 11,9-13)

Mi Atyánk, ki a mennyekben vagy,

Szenteltessék meg a te neved.

Jöjjön el a te országod.

Legyen meg a te akaratod,

Miként a mennyben, úgy a földön is.

Mindennapi kenyerünket add meg nekünk ma,



Bocsásd meg a mi vétkeinket,  
Amint mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek.  
És ne vígy minket kísértésbe,  
Hanem szabadíts meg a gonosztól! (Mt 6,9-13)  
Mária leült az Úr lábához és hallgatta szavait. Pedig csak egy a szükséges. Mária a jobbik részt választotta. Nem is veszi el soha. (Lk 10,40;42)

Hajnal felé, amikor még sötét volt, fölkelte és kiment egy magányos helyre, hogy ott imádkozzék. (Mk 1,35)

Fölment egy hegyre, hogy imádkozzék. Az egész éjszakát Isten imádásában töltötte. (Lk 6,12)

Atyám, dicsőítsd meg nevedet! (Jn 12,28)

Értük könyörgök. Nem a világért könyörgök, hanem azokért, akiket nekem adtál. Tied ők. De nemcsak értük könyörgök, hanem azokért is, akik szavukra hinni fognak bennem. Legyenek mindnyájan egyek! (Jn 17,9;20)

Arcra borulva imádkozott. (Mt 26,39)

Erre otthagya őket, ismét elment s harmadszor is ugyanazokkal a szavakkal imádkozott. (Mt 26,44)

Majd halálfelelem vett erőt rajta és még állhatatosabban imádkozott. (Lk 22,44)

Atyám, ha lehetséges, vedd el tőlem ezt a kelyhet, de ne az én akaratom teljesejék, hanem a tiéd! (Lk 22,42)

Atyám, bocsáss meg nekik, mert nem tudják, mit tesznek! (Lk 23,34)

Atyám, kezébe ajánlom a lelkemet. (Lk 23,46)



## ÁLDOZAT

Boldogok, akik éheznek. (Mt 5,6; Lk 6,21)

Boldogok a szomorkodók. (Mt 5,4)

Boldogok, akiket az igazságért üldöznek. (Mt 5,10)

Térjete meg! (Mk 1,15)

A szűk kapun lépjete be! (Mt 7,13)

De ez a fajtat nem űzhető ki másképp, csak imádsággal és böjttel. (Mt 17,21)

Aki utánam akar jönni, tagadja meg magát, vegye föl keresztjét mindennap és kövessen engem! (Lk 9,23)

Aki nem hordozza keresztjét és nem jön utánam, nem lehet tanítványom. (Lk 14,27)

Aki szereti életét, elveszti azt; aki viszont gyűlöli életét e világon, megmenti azt az örök életre. (Jn 12,25)

Ha a búzaszem nem esik a földbe és el nem hal, egyedül marad; de ha elhal, sok termést hoz. (Jn 12,24)

Ha fölmagasztalnak a földről, mindent magamhoz vonzok. (Jn 12,32)

Amikor majd fölmagasztalják az Emberfiát, akkor meggyőződök róla, hogy én vagyok. (Jn 8,28)

Azért szeret engem az Atya, mert odaadom életemet, hogy aztán vissza is vegyem. (Jn 10,17)



Nagyobb szeretete senkinek sincs annál, mint aki életét adja barátaiért. (Jn 15,13)

Heródes keresi a gyermeket és meg akarja ölni. (Mt 2,13)

Negyven nap és negyven éjjel böjtölt. (Mt 4,2)

Engem üldöztek. (Jn 15,20)

Ti életemre törtök. (Jn 8,40)

Testvérei sem hittek ugyanis benne. (Jn 7,5)

Ördögöd van! – kiáltott közbe a nép. (Jn 7,20)

A zsidók ismét köveket ragadtak, hogy megkövezzék. (Jn 10,31)

Halálosan szomorú a lelkem. (Mt 26,38)

Egyszerre csak remegni és gyötrődni kezdett. (Mk 14,23)

Verejtéke mint megannyi vércsepp hullott a földre. (Lk 22,44)

Elfogta Jézust és megkötözte. (Jn 18,12)

Az egyik ott álló poroszló arcul ütötte Jézust. (Jn 18,22)

Erre néhányan leköpdösték és – arcát eltakarva – ököllel ütötték, gúnyolták. Még a szolgák is arcul verték. (Mk 14,65)

Keresztre, keresztre vele! (Lk 23,21)

Erre Pilátus lefogatta és megostoroztatta Jézust. (Jn 19,1)

Tövisből font koronát tettek a fejére. Náddal verték a fejét, leköpdösték. (Mk 15,17;19)

Ő keresztjét hordozva kiment az úgynevezett Koponyahelyre, melynek héber neve Golgota. (Jn 19,17)

Ott mirhával kevert bort kínáltak neki, de nem fogadta el. (Mk 15,23)



Keresztre feszítették. (Jn 19,18)

Az arra járók káromolták. (Mt 27,39)

Én Istenem, én Istenem! Miért hagytái el engem? (Mt 27,46)

Aztán lehajtotta fejét, és kielhelt a lelkét. (Jn 19,30)

## IGAZSÁG

Én pedig azt mondom nektek: Egyáltalán ne esküdjetek: Beszédek legyen: igen, igen; nem, nem! (Mt 5,34;37)

Legyetek ártatlanok, mint a galambok! (Mt 10,16)

Mindazt tehát, aki megvall engem az emberek előtt, én is megvallom mennyei Atyám előtt. De aki megtagad engem az emberek előtt, azt én is megtagadom mennyei Atyám előtt. (Mt 10,32-33)

Menjete el az egész világra és hirdessétek az evangéliumot minden teremtménynek! (Mk 16,15)

És azért jöttem e világra, hogy tanúságot tegyek az igazságról. (Jn 18,37)

Én vagyok az út, az igazság és az élet. (Jn 14,6)

Tehát te vagy az Isten fia? Én vagyok, felelte. (Lk 22,70)



## BÁTORSÁG

Ne féljetez azoktól, akik megölik a testet, de a lelket nem tudják megölni. Inkább attól féljetez, aki a lelket is meg a testet is a pokolba taszthatja. (Mt 10,28)

De Atyátok nélkül egy veréb sem esik földre. Nektek viszont minden szál hajatok számon van tartva. Ne féljetez tehát! Sokkal többet értez ti a verebeknél. (Mt 10,29-30)

Mit féltez annyira? Még mindig nem hisztez? (Mk 4,40)

Aki szégyell engem és az én szavaimat e hűtlen, bűnös nemzedék előtt, azt az Emberfia is szégyellni fogja, amikor majd eljön Atyja dicsőségében. (Mk 8,38)

Mindazt tehát, aki megvall engem az emberek előtt, én is megvallom mennyei Atyám előtt. (Mt 10,32)

Miattam gyűlölni fog minden nemzet; de aki állhatatos marad mindvégig, az üdvözüli. (Mt 24,9;13)

Boldogok, akiket az igazságért üldöznek. (Mt 5,10)

Kötelekből ostort font, és minonyájukat küzde a templomból. (Jn 2,15)

Jaj nektez, frástudók és farizeusok, ti, képmutatók! (Mt 23,13)

Az frástudók és farizeusok figyeiték, vajon meggyógyítja-e szombaton, hogy okot találjanak a vádaskodásra. Jézus így szólt az emberhez: Nyújtsd ki a kezede! (Lk 6,7.10)



A farizeusok szolgálkat küldtez tehát, hogy elfogják őt. Kora reggel ismét megjelent a templomban, és tanította őket. (Jn 7,32; 8,2)

Mielőtt Ábrahám lett volna, én vagyok. Azok köveket ragadtak, hogy megkövezzék. (Jn 8,58-59)

Én és az Atya egyek vagyunk. A zsidók ismét köveket ragadtak, hogy megkövezzék. (Jn 10,30-31)

Az Atya énbenem van és én az Atyában. Ismét el akarták fogni, de ő kiszabadult kezeik közül. (Jn 10,38-39)

Most akartak megkövezni a zsidók, és te ismét odamégy? (Jn 11,8)

Most fölmegyünk Jeruzsálembe. Az Emberfiát kiszolgáltatják a pogányoknak, kigúnyolják, bántalmazzák és leköpdösik. Aztán megostorozzák és megölik. (Lk 18,31-33)

Keresztiséggel kell megkeresztelkednem: mennyre várom, hogy beteljesedjék! (Lk 12,50)

Szabadíts meg attól az órától, Atyám? De hiszen éppen azért az óráért jöttem! Atyám, dicsőítsd meg nevedet! (Jn 12,27-28)

Miután Júdás kiment, Jézus így szólt: Most dicsőült meg az Emberfia, és benne megdicsőült az Isten. (Jn 13,31)

Ne üfritsem ki a kelyhet, melyet az Atya adott nekem? (Jn 18,11)

Epével kevert bort adtak neki inni, de nem akarta meginni. (71,34)





## TISZTASÁG

A föltámadás után ugyanis nem nőülnek, s férjhez sem mennek, hanem úgy élnek, mint Isten angyalai a mennyben. (Mt 22,30)

De van, aki a mennyek országáért önként lemond a házasságról. Aki föl tudja fogni, fogja föl! (Mt 19,12)

Elküldte Isten Gábor angyalt egy szűzhöz. (Lk 1,26)

A szűz Józsefnek volt a jegyese. (Lk 1,27)

János prófétánál nagyobb. (Lk 7,26)

Tanítványai közül egyik, akit szeretett Jézus, ott nyugodott Jézus kebién. (Jn 13,23)

Asszony, nézd, ő a te fiad! Nézd, ő a te anyád! (Jn 19,26-27)

## SZEGÉNYSÉG

Boldogok vagytok, ti, szegények! (Lk 6,20)

Bizony, mondom nektek: A gazdag nehezen jut be a mennyek országába. (Mt 19,23)

Ahol a kincsöd, ott a szíved is. (Lk 12,34)

Egy szolgálta sem szolgálhat két úrnak: ...Nem szolgálhattok egyszerre Istennek és a mammonnak. (Lk 16,13)

Órizkedjete minden kapzsiságtól! (Lk 12,15)



Ha kérnek tőled, adj; és ha elveszik, ami a tiéd, ne követeld vissza! (Lk 6,30)

S ha pörbe fogva el akarják venni köpenyed, add oda kötődöt is! (Mt 5,40)

Add el, amid van, és árát oszd szét a szegények közt, így kincsöd lesz a mennyben. (Mt 19,21)

Ha tökéletes akarsz lenni, menj, add el, amid van, és árát oszd szét a szegények közt! Aztán jöjj, kövess engem! (Mt 19,21)

Aki le nem mond arról, amije csak van, nem lehet az én tanítványom. (Lk 14,33)

Megparancsolta nekik, hogy ne vigyenek az útra semmi mást, csak egy vándorbotot; se kenyeret, se tarisznyát, se pénzt az övükben. Sarut viselhetnek, de ne legyen két ruhájuk. (Mk 6,8-9)

Ne aggódjatok megélhetétek miatt, hogy mit egyetek; sem tetek miatt, hogy mibe öltözzetek! Nézzétek a hollókat, nézzétek a liliomokat! (Lk 12,22.24.27)

Ne aggódjatok tehát a holnap miatt, a holnapi nap majd gondoskodik magáról. (Mt 6,34)

Ti keressétek elsősorban Isten országát s annak igazságát, és ezeket is mind megkapjátok. (Mt 6,33)

Jászolba fektette, mert nem kaptak helyet a szálláson. (Lk 2,7)

Nem az ács ez, Mária fia? (Mk 6,3)

Ezután a Lélek kivitte őt a pusztába. Negyven nap maradt a pusztában. Vadállatok közt élt. (Mk 1,12-13)

Néhány asszony gondoskodott róla. (Lk 8,3)



A rókának odúja van, az ég madarának fészke, de az Emberfiának nincs hová lehajtsa a fejét. (Lk 9,58)

Jézus keresztre feszítése után a katonák ruháit négy részre osztották. (Jn 19,22)

## MEGVETETTSÉG

Ami az emberek előtt kiváló, Isten előtt utálatos. (Lk 16,15)

Takarodj előlem, Sátán! Emberi módon és nem Isten tervei szerint gondolkodol. (Mk 8,33)

Mindazt ugyanis, aki fölmagasztalja magát, megalázzák; aki pedig megalázza magát, azt fölmagasztalják. (Lk 14,11)

Aki nagyobb akar lenni, legyen szolgátok, és aki első akar lenni, legyen cselédetek! (Mt 20,27)

Ha tehát én, az Úr és Mester, megmostam lábatokat, nektek is mosnotok kell egymás lábát. (Jn 13,14)

Nem nagyobb a szolgáló uránál. Boldogok vagytok, ha megértitek ezt és így is tesztek. (Jn 13,16)

Ha a családtyát Belzebubnak csúfolják, mennyivel inkább a házanépét? (Mt 10,25)

Mert bíróság elé állítanak és zsinagógáikban megostoroznak titeket. Miattam mindenki meggyőlöl titeket. ...Miattam mindenki meggyőlöl titeket. ...Üldöznak titeket. (Mt 10,17,22)

Nem az ács ez, a Mária fia? (Mk 6,3)

Hogyan érthet ez az írásokhoz, hiszen nem is tanult? (Jn 7,15)



Halászok voltak. Így szólt hozzájuk: Jöjjetek utánam! (Mt 4,18-19)

Jézus látta, hogy egy Máté nevű ember ül a vámnál. "Kövess engem!" – szólította meg. (Mt 9,9)

Az Emberfia sem azért jött, hogy neki szolgáljanak, hanem hogy ő szolgáljon. (Mk 10,45)

És mégis úgy vagyok köztetek, mint a szolgáló. (Lk 22,27)

Levette felsőruháját, fogott egy kendőt és maga elő kötötte. (Jn 13,4)

Ördöge van. (Jn 10,20)

Lám a falánk, borissza ember, a vámosok és bűnösök barátja! (Mt 11,19)

Belzebubnak, az ördög fejedelmének segítségével úzi ki az ördögöt. (Lk 11,15)

Ellenkezőleg, félrevezeti a népet. (Jn 7,12)

Ez káromkodik. (Mt 9,3)

Méltó a halálra! (Mt 26,66)

Megkötözte. (Jn 18,12)

Egyik ott álló poroszió arcul ütötte Jézust. (Jn 18,22)

Arcul köpdösték és ököllel ütötték, mások pedig arcul verték. (Mt 26,67)

Tövishől koronát fontak, fejére tették, arcul ütötték. (Jn 19,2-3)

Jézus akkor töviskoronával és bíborköpenyben kijött eléjük. Pilátus rámutatott: Íme az ember! (Jn 19,5)



Vele együtt keresztre feszítettek két rablót is, egyiket jobbjára, másikat baljára. Így beteljesedett az írás szava: És gonosztevőként bántak vele. (Mk 15,27-28)

A járőkelők is káromolták őt. (Mk 15,29)

A katonák is gúnyolták. (Lk 23,36)

## LELKIGYAKORLAT

Pedig csak egy a szükséges. Mária a jobbik részt választotta. Nem is veszi el soha. (Lk 10,42)

Akkor hazatért velük Názáretbe. (Lk 2,51)

A Lélek kivitte őt a pusztába. (Mk 1,12)

Erre így szólt: "Jöjjetek félre egy magányos helyre, és pihenjétek ki magatokat egy kicsit!" (Mk 6,31)

Hajnal felé, amikor még sötét volt, fölkel és kiment egy magányos helyre, hogy ott imádkozzék. (Mk 1,35)

Fölment egy hegyre, hogy egyedül imádkozzék. Késő estig maradt ott egymagában. (Mt 14,23)

Fölment egy hegyre. Az egész éjszakát Isten imádásában töltötte. (Lk 6,12)

Jézus ezért már nem járt nyilvánosan a zsidók között, hanem visszavonult a sivatag szélén fekvő, Efraim nevű városba. (Jn 11,54)

Aztán mintegy kőhajításnyira továbbment és imádkozott. (Lk 22,41)



## KÉTKEZI MUNKA – SIVATAGI APOSTOLKODÁS

Nem az ács ez, a Mária fia? (Mk 6,3)

Nem az ács fia ez? (Mt 13,54)

A Lélek a pusztába vitte negyven napra. Azokban a napokban semmit nem evett. (Lk 4,1-2)

Jézus bejárta egész Galileát. Tanított a zsinagógákban, hirdette országának örömhírét és meggyógyított a nép között minden betegséget és minden bajt. (Mt 4,23)

## SZENT EUCHARISZTIA

Ha nem eszitek az Emberfia testét és nem isszátok az ő véré, nem lesz élet bennetek. (Jn 6,53)

Aki eszi az én testemet és issza az én véretem, annak örök élete van. (Jn 6,54)

Aki eszi az én testemet és issza az én véretem, bennem marad és én őbenne. (Jn 6,56)

Amint én az Atya által élek, úgy aki engem eszik, én általam él. (Jn 6,57)



Ez az én testem. Ez az én vérem. Ezt cseledjétek emlékezetemre! (Lk 22, 19-20)

## SZENT EGYHÁZ

Te Péter vagy. Erre a sziklára építem Egyházamat, és a pokol kapui nem vesznek erőt rajta. (Mt 16,18)

Neked adom a mennyország kulcsait. Amit megkötöz a földön, megkötött lesz a mennyben is, és amit föloldasz a földön, a mennyben is föloldott lesz. (Mt 16,19)

Ha pedig a közösségre sem hallgat, vedd úgy, mintha pogány volna vagy vámos! (Mt 18,17)

Aki titeket befogad, engem fogad be. (Mt 10,40)

Aki titeket hallgat, engem hallgat. Aki titeket megvet, engem vet meg. (Lk 10,16)

A Vigasztaló pedig, akit az Atya nevemben küld, megtanít majd mindenre. (Jn 14,26)

Simon, én azonban imádkoztam érted, hogy meg ne fogyatkozzék a hited, hogy te – egykor megtérve – megerősítsd testvéreidet. (Lk 22,31-32)

Legeltesd juhaimat! (Jn 21,17)



## SZENVEDÉS

Atyám, bocsáss meg nekik, mert nem tudják, mit tesznek! (Lk 23,34)

Ma velem leszel a paradicsomban. (Lk 23,43)

Asszony, nézd, ő a te fiad! – Nézd, ő a te anyád! (Jn 19,26-27)

Én Istenem, én Istenem! Miért hagytál el engem? (Mt 27,46)

Szomjazom! (Jn 19,28)

Atyám, kezedbe ajánlom lelkemet. (Lk 23,46)

## SZENT SZÍV

Az egyik katona lándzsával megnyitotta oldalát. (Jn 19,34)

## ÁLLANDÓ JELENLÉT

Nem hagyok árván titeket. (Jn 14,18)

Íme, én veletek vagyok mindennap, a világ végéig. (Mt 28,20)

Amit e legkisebb testvéreim közül eggyel is tettetek, velem tettetek. (Mt 25,40)

Aki szeret engem, megtartja tanításomat. Atyám is szeretni fogja őt, hozzá megyünk és benne fogunk lakni. (Jn 14,23)



Aki titeket hallgat, engem hallgat. (Lk 10,16)

Aki titeket befogad, engem fogad be. (Mt 10,40)

Ez az én testem. Ezt cselekedjétek emlékezetemre! (Lk 22,19)

## COR IESU SACRATISSIMUM

Adveniat Regnum Tuum!



## TARTALOMJEGYZÉK

Előszó	1
<b>AZ EGYEDÜLI PÉLDAKÉP</b>	6
Az élete vége	6
Életének az összefoglalása	7
<b>A tanított főerények</b>	
Hit	7
Rémény	9
Isten szeretete	11
Felebaráti szeretet	12
Isten javának a keresése	15
Engedelmisség Istennek	16
Isten utánzása	17
Alázatosság	17
Szelídség	19
Ima	21
Áldozat	23
Igazság	25
Bátorság	26
Tisztaság	28
Szegénység	28
Megvetettség	30
Lelkigyakorlat	32
Kétkézi munka – sivatagi apostolkodás	33
Szent Eucharisztia	33
Szent Egyház	34
Szenvedés	35
Szent Szív	35
Állandó jelenlét	35
Cor Iesu Sacratissimum	36