



A remény zarándokai

A 2025-ös jubileumi szentév központi témája a remény. A hit nélkül élő ember számára a remény optimizmust jelent, önbizalmat, azt jelenti, hogy meg tudjuk csinálni. A hit nélkül élő ember úgy gondolja, hogy a szebb és élhetőbb jövőt, a boldogságot nekünk kell megalkotnunk, a teljességet nekünk kell létrehozunk. Sok nyelvben a remény szava (pl. a görög „elpis”) az akarni szóból származik. Abban reménykedünk, hogy még létre tudjuk hozni azt, amit akarunk, amire vágyunk. Csokonai is erről az ember gyártotta reményről ír: „Földiekkel játszó égi tűnemény/ istenségnek látszó csalfa, vak remény/ kit teremt magának a boldogtalan/ s mint védangyalának bókolt úntalan...” Ha a remény pusztán az, amit ma-

gunknak teremtünk, amit mi hozunk létre, akkor valóban csalfa és vak. Ha az ember önmagában hisz, ha azt mondogatja, hogy valósítsd meg magadat, mindenkinek hinnie kell valamiben, higgy önmagadban, akkor nagyon ingoványos talajra épít. A teljességet, a boldogságot nem tudjuk izzadságosan létrehozni. Azt csak ajándékba, odafentről kaphatjuk. Ha az ember maga akarja önmagát megvalósítani, beteljesíteni, és aztán szembesül azzal, hogy ez sehogy sem sikerül, milyen hatalmas drámát, tragédiát él át. Összeomlik a kártyavár.

Székelly János
püspök

(Folytatás a 3. oldalon)





A remény nem csal meg

Ferenc pápa a 2025-ös szentév témájául a reményt jelölte meg. A fenti címmel adta ki a szentévet meghirdető bulláját. Ehhez kapcsolódik a Mária Rádió januári témája: a remény zárandokai. A reményről – Ferenc pápa szentévet meghirdető bullája mellett – fontos olvasmány lehet XVI. Benedek pápa Spe Salvi kezdetű enciklikája a keresztény reményről. (Ez jelenleg csak interneten érhető el.)

Természetesen a reményről a Szentírás is szól. Talán legismertebb a szeretethimnusz (1Kor 13) záró sora: „Addig megmarad a hit, a remény és a szeretet.”

A szentévet meghirdető bulla a római levelet idézi (Róm 5,5). Ebben a levélben más helyeken is találkozunk a reménnyel. Mondhatjuk azt, hogy a római levél a remény üzenetét fogalmazza meg. Szent Pál ugyanis újra és újra visszatér ebben a levélben a reményre.

Ugyanakkor valamiképpen az egész Szentírás a reményről szól. Arról az üzenetről, hogy Krisztus meghalt értünk, majd feltámadt a halálból, ezáltal pedig szabad utunk van az Atyához.

A mai kort a reménytelenség fenyegeti. Annyi rosszat hallunk, tapasztalunk. Mindez szép lassan elzárja előlünk az eget. Éppen ezért fontos ez a téma számunkra. Gyűjtjük meg a remény gyertyáját, világítsunk az emberek előtt, hogy egyre többen felfedezzék a reményt saját életükben és kapcsolataikban! Ezen keresztül pedig felfelé emelhetik tekintetüket, a végső remény felé, Isten kegyelme felé.

Fülöp Ákos atya



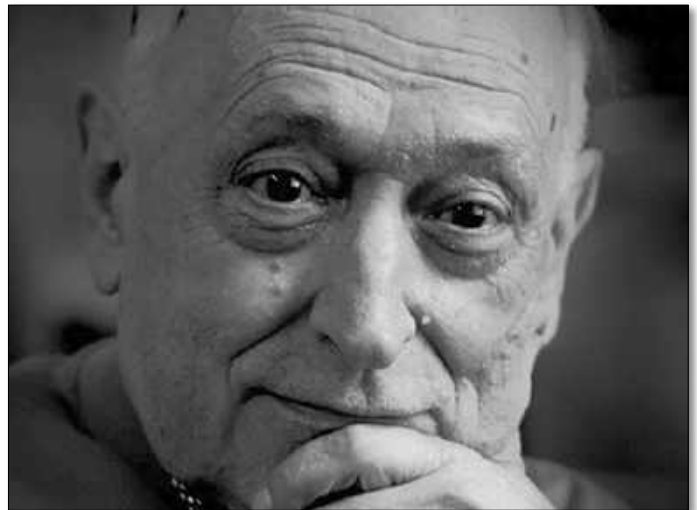
Világon túllátó remény

Egy karizmatikus találkozón Gájer László atya a következő kérdést szegezte a hallgatóságnak:

„Mondd, te tényleg csak erre az 50-60-70-80 évre tervezel?!”

A máskor szelíd és alázatos szívű Jézus bizalom dolgában kemény hangot üt meg: „Senki két úrnak nem szolgálhat (...) Nem szolgálhattok Istennek és a mammonnak” (Mt 6,24). Bár a 'mammon' szó szerint vagyonra, tulajdonra utal, tágabb értelemben ezt is jelenti: „amibe való a bizalmát veti”. Vagyis minden mammonná válhat, ha abba, és nem Istenbe vetem a végső bizalmamat. Mammon lehet a tehetségem, az ismertségem, a fontos beosztásom, a bankbetétem, a nekem szimpatikus párt stb. Remény dolgában is igaz, hogy a keresztény ember valahol „fordítva ül a lovon”. Ugyanis, míg a nem hívő ember csak ezt a világot látja, ezt gondolja a világnak, ebben a koordináta-rendszerben próbál eligazodni, evilági kapaszkodókat keres, a keresztény ember – már ha tényleg az, s nem csak annak mondja magát – épp fordítva tesz: az örökkévalóságból, az örök élet távlatából kukucskál visszafelé, és EBBŐL a távlatból – melyet az isteni kinyilatkoztatás mutat meg neki – néz visszafelé a jelen életre, ebből a perspektívából ítéli meg tehetségét, beosztását, bankbetétjét, stb. Hogy pl. közéleti kérdésekben mi a mi reményünk, igen frappánsan fogalmazta meg Gaál Jenő verbita atya: „Az Egyház ott áll minden kormány bölcsőjénél, és ugyanígy ott áll minden kormány ravatalánál is.” A mi reményünk pontosan ugyanaz Horthy, Rákosi, Kádár vagy bármelyik jelenlegi kormány alatt is. A sokat szenvedett Mindszenty bíboros rendületlenül vallotta, hogy a reménytelenség és a csüggedés csak futólagos, míg „a remény és a bizalom elsődleges polgárai az emberi szívnek”. Ez a reményünk azért teljesen biztos, mert nem az emberben, hanem magában az Istenben gyökerezik.

Hock Gyula CSR



HITÜNK ÉS ÉLETÜNK

Katekézis Fülöp Ákos atyával
minden pénteken 10:00-tól
január 3., 10., 17., 24., 31.



AZ IDŐK JELEI

Hock Gyula közéleti műsora
kéthetente csütörtökönként 16:35-től
január 9., 23.

A remény zarándokai

Folytatás az első oldalról

A Biblia szava a reményre („batah”) eredetileg ezt jelenti: rádönteni, azaz rábízni, ráépíteni az életemet valaki nálamnál nagyobbra, egy igazi Sziklára. A keresztény ember nem önmagára épít, nem egy olyan hite van, amit ő maga talál ki, nem olyan kapaszkodó, amit a saját táskájából húz elő (az ilyen kapaszkodó ugyanis nem fogja megtartani, ha fékez a villamos). A keresztény ember kinyitja a szívét, az életét az Ég felé. A Teremtőben, az Élet Forrásában és Beteljesítőjében bízunk. Tudja azt, hogy a boldogságot nem tudom izzadságosan megalkotni. A teljességet nem én alkotom meg. Az készen vár rám. Nekem csak Rá kell találnom. Az én elrozkadó lépteim Hozzá hazatalálnak. Ő az Alfa és az Ómega, Tőle jöttünk és Hozzá térünk haza.

Mennyi okunk lenne a reménytelenségre, a reményvesztettségre! Rettenetes háborúk, a klímakatasztrófa egyre fenyegetőbb réme, emberek százmillióinak égbekiáltó szegénysége és nyomora, mennyi házasság, ahol kihűlt a szeretet, hány ember, aki nem látja semmi értelmét az életének... A jubileumi év nekik üzen: van remény! Nem a gyarló, esendő, sokszor annyira vak és süket emberben kell bízunk, nem magunkra, nem homokra kell építenünk a remény kártyavárát. Van igazi remény. Ez az igazi remény a Teremtő és Megváltó Isten, az Élet Forrása, aki most is tenyerén tartja a világot és az életünket.

A jubileumi év arra hívja az egyházat, minket: Legyünk a remény zarándokai! Legyünk a remény jelei a világban! Csillogó szemünkkel, jótetteinkkel, hitünkkel. Induljunk neki így a jubileumi évnek: Legyünk a Föld sója, a világ világossága, hegyen épült város! Legyenek ragyogóak és szentek a családjaink, legyenek reményteliek, nyitottak és segítőkészek a fiataljaink, legyenek szentek, odaadott életűek, hitelesek a papjaink és szerzeteseink, legyenek bölcssek, a békesség forrásai az időseink! Egy sokszor annyira útjavesztett és megkeseredett világban legyünk a remény zarándokai!

Székel János püspök



JÁSZOL ÉS KERESZT

Székel János atya elmélkedései minden hétfőn 13:25-től január 6., 13., 20., 27.

Reményteli élet – mentálhigiénés szempontból

A reményről beszélni annyit jelent, mint megállapítani, milyen helyet foglal el a jövő Isten népének vallási életében: az a boldog jövő, amelyre minden ember meg van hívva. Ez nem evilági valóság lesz, hanem az örök élet. Az Istenbe vetett hit, ígéreteiben való bizalom biztosít minket ennek a jövőnek valódiságáról. A részesedés függ azonban a hívó kitartó szeretetétől, de nem bízhat feltétel nélkül az odajutásban, bűnre hajló természete miatt. A 36. zsoltár azt mondja: „Örömed az Úrban keresd, ő majd teljesíti szíved vágyait.” Nem kis örömeztetést kelt az a remény, amelyet végül is a látás vált fel!

A probléma ott kezdődik, hogy az emberek nagy része nem hisz ebben a jövőben, boldogságát csak a földi, anyagi világban keresi, és a mai világ eseményei nem támogatják a jobb jövőbe vetett bizalom útján. Még a hívők is hajlamosak a reményt elveszíteni, egyre több a pesszimista, depressziós, mentális gondokkal küzdő ember, sokan kerülnek krízishelyzetbe. Rajtuk segíthet a mentálhigiéné.



A mentálhigiéné minden olyan tevékenység, melynek célja az egészséges lelki élet kialakítása és megtartása, a lélek egészségvédelme, ahol az egészség a testi, szellemi, lelki, szociális jólét állapota. Segíti, hogy az egyén képesé váljon a saját problémájának a megoldására, erőforrásait, lehetőségeit kellőképpen felhasználja. Hatékony és gyors beavatkozás, segítségnyújtás lehet a kialakult krízis során.

A segítő alapeszköze az aktív és érdeklődő meghallgatás, a jelenlét. Igyekszik megérteni a beszélő helyzetét, érzéseit. A szorongó, kétségbeesett ember bezárkózik önmagába, segíteni kell, hogy pozitív dolgokat találjon helyzetének megoldására: keresni olyan személyeket, helyzeteket, amik korábban segítettek, rámutatni a remény forrásaira, amelyekből erőt meríthet.

Egry Zsuzsa



MEGHALLGATLAK

Egry Zsuzsa beszélget és imádkozik a hallgatókkal kéthetente keddenként 22:00-tól január 7., 21.

A remény útja férjem emlékére

Most azért megmarad a hit, remény, szeretet, e három; ezek között pedig legnagyobb a szeretet. (1Kor 16,14)

Pál apostol a reményt a keresztény élet alappilléreinek nevezi. Azt írja róla, hogy örökkön-örökké létezik, Kegyelem által kapjuk, és a kinyilatkoztatásban való éltetőerőt sugározza belénk.

Isteni erényről van szó, kifejtése nem megy kizárólag a saját erőnk által, hanem felsőbb segítség szükségeltetik hozzá. Szinte a túlélést jelenti az ember életében. Ebben az évben férjem súlyos beteg lett, és valahogy Isten különleges kegyelmének éltem meg és fogadtam el azt a nagyon nehéz feladatot, hogy Őt ápolhassam. Úgy éreztem, imádsággá vált a munkám és az ápolás. Reménykedtünk a gyógyulásban.

A reményt adó Mária Rádió 15 éve napi szinten jelen van az életemben. Minden imádság, minden szolgálat és idő, amit a Rádióban tölthetek, kegyelem és ajándék életem egyik legnehezebb szakaszában. Komoly lelki segítséget jelentett minden nap, azóta is hálát adok érte.

Férjem sokszor megkérdezte, „te valóban elhiszed, hogy én még meggyógyulhatok?” – és én mindig igennel válaszoltam, és hittem, hogy megtörténhet. Nem gondoltam, hogy önámítás volt, Istennél semmi sem lehetetlen. A remény volt az éltető erőm az ápolásban, a hitem az imádságban, és harmadik a legnagyobb, a mindent jelentő isteni szeretet vigasztalt.

Feltehetik a kérdést, hogy nem láttam elég súlyosnak a helyzetet, hogy hittem a gyógyulásban? De igen, láttam és éreztem, hogy nagy a baj, a szenvedés lassan elviselhetetlen volt mindkettőnk számára, de én mégis reménykedtem, és végül mégsem úgy történt, ahogy reméltük. Hogy miért, arra itt és most nem kapunk választ.

Utószó: A nagyhéten András hosszú, türelemmel viselt szenvedés után meghalt. Isten hazahívta, békére, nyugalomra talált. A remény volt az, ami számomra elviselhetővé tette azt a fájdalmat és űrt, ami utána örökre megmarad. A remény, hogy újra találkozhatunk, vigasztalással tölt el.

A 2025-ös Szent Évben minden kedves hallgatónknak áldott békés új esztendőt kívánok hitben, reményben és szeretetben.



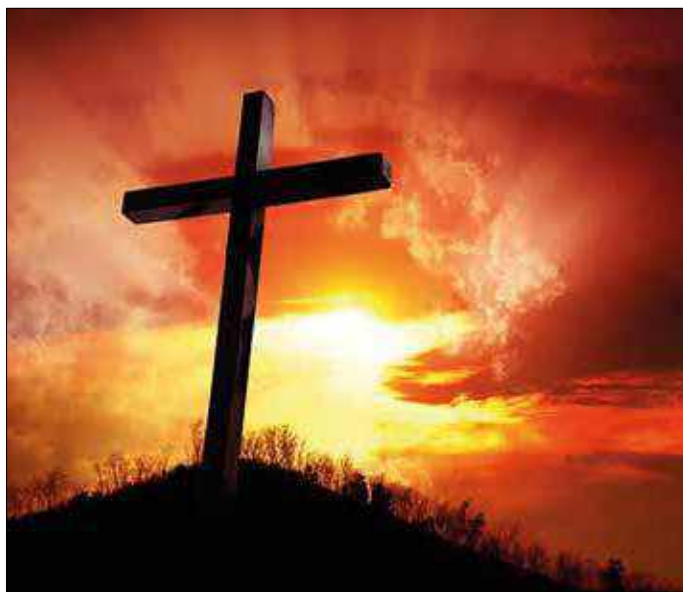
Siegler Lujzi
műsorszerkesztő



IMALÁNC

Imaszándékok fogadása élő adásban Siegler Lujzával minden csütörtökön 14:50-től

január 2., 9., 16., 23., 30.



Talpra állni

Hívó emberként gyakran elgondolkodtam Pál apostol szavain: „...a remény ellenére is reménykedem...”. Ke-mény beszéd, mondhatnák sokan. Számomra azonban inkább egyértelmű: a földi mértékkel mérve kilátástalan-nak tűnő helyzet sötétjét az Istenbe vetett bizalom világítja be.

Leírva, papíron szépek e szavak. Puhán, nesztelenül gurulnak végig az elménken, mint igazgyöngy a bársonyszőnyegen. Hiteles a forrás, megindító az ellentétpár, gondolatébresztő a tartalom.

A valóságban megélni a reményben való kitartást már sokkal nehezebb. És egyáltalán nem gyöngyös-brokátos!

Idén januárban ónos eső esett, és én elestem. Méghozzá olyan ügyesen, hogy a bal kezemet hónapokig nem tudtam használni. Könnyeztem, mert egy csészealjat sem tudtam elmosni, sírtam, mert képtelen voltam segítség nélkül felöltözni, és zokogtam, mert a kisfiamnak nem tudtam megpucolni egy mandarint.

Csodálatos nyelv a magyar. Mert az „esés” szót – mi-ként egyébként a „felállást” és a „talpra állást” is – nem csupán fizikai értelemben használja. Valamiből meggyógyulni egy folyamat, ha úgy tetszik, egy út, amin, nincs mese, végig kell menni. Muszáj minden reggel felkelni, azzal a meggyőződéssel, hogy jobb lesz. És muszáj belekapaszkodni, belecsimpaszkodni a Szűzanya köntösének a szegélyébe (akár csak az egyik kézzel is), és azt suttozni, nem érdekel, most mi van, nem érdekel a reménytelen-ség, mert tudom, hogy Te megsegítesz.

Nos, a bizakodás igazi orvosság lehet annak, aki tudja, Kibe helyezte a reményét. És ez az erény olyan valódi gyógyszer, mint amilyen valóság az, hogy e sorokat olyan valaki veti papírra, aki ismét tíz ujjal dolgozik a billentyűzeten.

Hála érte a Szűzanyának.



Bartos Zsuzsanna

„Lelkünk biztos és szilárd horgonya”

A Zsidókhoz írt levélből származó (Zsid 6,19), a reményről szóló idézetnek hétköznapi és kiüresített változata lehet az, hogy „a remény hal meg utoljára”. De mire a remény meghal, már sok ember meghalt, terveink dugába dőltek, többekben csalódtunk. És amikor a remény is kihuny, akkor csak a kilátástalanság marad.

Hétköznapi reményeink legtöbbször abban állnak, hogy noha tudjuk, hogy másoknak kijut a szenvedésből és kudarcból, de talán nekünk sikerül elkerülnünk azokat. A jó dolgok, amelyeknek a bekövetkeztét várjuk, kívül esnek azon a körön, amit befolyásolni tudunk, így Istenben is csalódunk, mert nem teljesíti azt, amit amúgy meg sem ígért.

A valódi remény esetében az akarat lép működésbe, hogy az értelem által meglátott jót elérje, tudva azt is, hogy ehhez külső segítségre van szüksége, mert az áhított jó elérése nem csak tőlünk függ. Nem remény az, ha az akarat révén nem teszünk semmit a vágyott jó eléréséért.

Ha végiglapozzuk a négy evangéliumot, meglephet bennünket, hogy nem találkozunk a remény szóval. Maga Krisztus az, aki magában foglalja, megtestesíti a reményünket. A keresztény remény az, hogy mindent megteszünk, hogy Isten segítségével elnyerjük az üdvösséget.

Miből ered a hívő ember reménye? Az Ószövetségben Isten meghív, ígéretet tesz, szövetséget köt. Az ember, Ábrahám, Mózes, vagy a nép követi a meghívást, szintén megköt a szövetséget Istennel, és látja az ígéretek teljesedését. Sokszor csak töredékesen, előképszerűen, de megbízhatóan. A reményünk alapjai ezért valójában az Isten tettei. Az Úr cselekvése mindig beszédes, a teremtés, a megtestesülés, a megváltás ígéretet hordoz és szövetségre hív.

Szent Pál leveleiben három fontos szó kapcsolódik a reményhez: várakozás, bizalom, türelem. Isten ígérete mindig útban van a megvalósulás felé, de teljes egészében nem látjuk a beteljesedését a földi életünkben. Várakozunk az Ő ígéreteire. „Meg kell tanulni vágyakozni arra, ami a miénk.” – írja Simone Weil. Vágyakozunk és várakozunk, de ez tevékenységgel jár, meg kell tennünk, ami rajtunk áll. Bízunk Isten hűségében akkor is, ha éppen nem látjuk az ígéreteinek teljesedését. Türelmesek maradunk akkor is, ha tovább kell várakoznunk, mint szeretnénk.

A remény szó a remeg igéből alakult ki. Bárcsak megremegtetné a szívünket Istennek az ígérete, melyet „Szem nem látott, fül nem hallott, emberi szív föl nem fogta, amit Isten azoknak készített, akik szeretik őt.” (1Kor 2,9) Akkor a reményünk valóban „biztos és szilárd horgony lesz, amely a szentély kárpítja mögé ér.” Vagyis abba kapaszkodik, ami túlmutat földi reményeinken is.

Lukovits Milán atya



BARÁTKOZÓ
– Lukovits Milán atya élő műsora
kéthetente keddenként este 18:00-tól
január 14., 28.



A jubileumi szentév imája

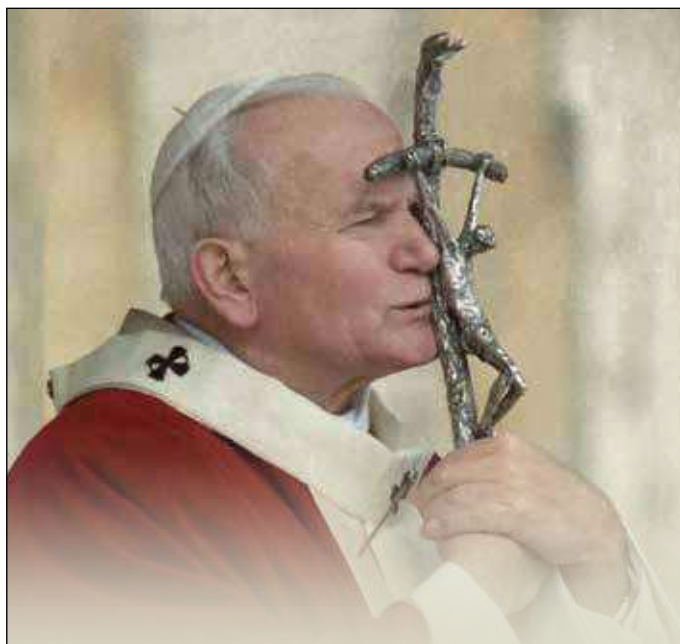
Atyánk, aki a mennyekben vagy,
a *hit*, amelyet fiadban, Jézus Krisztusban,
a mi testvérünkben adtál nekünk,
és a *szeretet* lángja,
amely kiáradt szívünkbe a Szentlélek által,
ébressze föl bennünk országod eljövételének
áldott *reményét*!
Kegyelmed alakítson át minket
az evangélium magvainak tevékeny földműveseivé,
hogy az emberiség és az egész világmindenség
bizakodóan várja az új eget és az új földet,
amikor a gonosz hatalmai már legyőzettek
és örökre felragyog a Te dicsőséged!
A jubileumi szentév kegyelme
élessze fel újra bennünk, a Reménység
Zarándokaiban,
a mennyei javak utáni vágyakozást,
és árássza el az egész világot
Meváltónk örömeivel és békéjével!
Örökké áldott Isten,
tiéd legyen a dicsőség és a dicséret mindörökké!
Ámen.

Forrás: <https://www.iubilaeum2025.va/it.html>



Ökumenikus imahét

Imádkozzunk!
Menny és föld Istene!
Fiad, Jézus Krisztus kijelentett téged mint Atyánkat,
és megígérte nekünk a Szentlélek ajándékát.
Add meg Egyháznak, hogy legyőzze
megosztottságunk botrányát,
hogy bizonyosságot tegyünk közösségben való
életéről,
hitünk megvallásának egységében
és kölcsönösen szolgáló szeretetben.
Krisztus, a mi Urunk által. Ámen.



Szent II. János Pál pápa

a *Pastores Dabo Vobis* apostoli buzdítás záró imája

Mária,
Jézus Anyja és a papok Anyja,
engedd, hogy így szólítsunk téged,
hogy ünnepelhessük anyaságodat,
s Fiad és fiaid papságát szemlélhessük nálad,
Istennek szent Anyja!
Krisztus Anyja,
aki a Szentlélek fölkenése által a pap Messiásnak
embertestet adtál,
hogy üdvöztse a szegényeket és megtört szívűeket;
őrizd meg szívedben és az Egyházban a papokat,
Meváltónak Anyja!
Hitnek Anyja,
aki elkísérted a templomba az Emberfiát,
hogy beteljesítse az atyáknak adott ígéreteket;
ajánld az Atyának az Ő dicsőségére Fiadnak papjait,
Szövetség Szent Szekrénye!
Egyháznak Anyja,
aki az utolsó vacsora termében a tanítványok kö-
zött
az új népért és pásztoraiért imádkoztál;
eszközöld ki a papoknak az ajándékok teljességét,
Apostolok Királynője!
Jézus Krisztus Anyja,
ki Fiad mellett álltál élte kezdetén és küldetésében,
kerested őt, a Mestert a sokaságban,
mellette álltál, amikor fölmagasztalták a földről,
s odaadta magát egyetlen és örök áldozatul;
aki fiadként kaptad meg Jánost,
fogadd el az öröktől fogva meghívottakat,
oltalmazd növekedésüket,
kísérd életükben és szolgálatukban a te fiaidat,
Papok Édesanyja! Ámen.

A reményt akarjuk dalolni

Jézus örömeinek kíséretében ment föl a mennybe, ahol az Atya jobbán ül. Ő elviselte a halált, hogy mi az örök élet örökösei legyünk (vö. 1Pét 3,22 Vulg.). Az Úr mennybemenetele tehát nem elbúcsúzás, nem elszakadás, nem tőlünk való eltávolodás, hanem küldetésének beteljesítése: Jézus azért szállt le hozzánk, hogy mi felemelkedhesünk az Atyához; leszállt, hogy felvigyen bennünket; alászállt a föld mélységeibe, hogy a Menny megnyílhasson felettünk. Legyőzte halálunkat, hogy mi életet kaphassunk, mégpedig örökre.

Ez reménységünk alapja: azáltal, hogy Krisztus fölment a mennybe, elvitte Isten szívébe várakozásokkal és kérdésekkel teli emberségünket, és „reménységgel tölt el minket, titokzatos testének tagjait, hogy követhetjük őt a mennybe, ahová mint az Egyház feje és az élet szerzője érkezett” (vö. Prefáció Urunk mennybemeneteléről). Testvéreim, ez a meghalt és feltámadt Krisztusban gyökerező remény az, amelyet ünnepelni, befogadni és az egész világnak hirdetni akarunk a közelgő, hamarosan kezdődő szentévben.

Ez a remény nem merő optimizmus – mondhatni nem emberi optimizmus – vagy valamilyen földi biztonsághoz kötődő múló várakozás, nem, ez egy Jézusban már beteljesedett valóság, amely mindennap nekünk adatik, míg egyé nem válunk az ő szeretetének ölelésében. A keresztény remény – írja Szent Péter – „romolhatatlan, szennyezetlen és hervadhatatlan örökség” (1Pét 1,4). A keresztény remény fenntartja életünk útját még akkor is, amikor az gyötrelmes és fárasztó; utakat nyit előttünk a jövőbe, amikor a lemondás és a borúlátás rabságban akarna tartani bennünket; felnyitja szemünket a lehetséges jóra, amikor a rossz látszik felülkerekedni; a keresztény remény derűvel tölt el bennünket, amikor szívünket kudarc és bűn nyomasztja; új emberiségről készítet álmodni, és bátorra tesz egy testvéri és békés világ építésében, amikor úgy tűnik, hogy nem éri meg elkötelezetten dolgozni. Ez a remény. Ezt az ajándékot adta nekünk az Úr a keresztségben. (...) Tetteinkkel, szavainkkal, mindennapi döntéseinkkel, a szépség és a kedvesség magjainak türelmes vetésével, *bárhol legyünk is, a reményt akarjuk dalolni, hogy dallama rezgésbe hozza az emberség húrjait, örömet ébresszen a szívekben, és bátorságot adjon az élet felvállalására.*



Reményre ugyanis szükségünk van, mindannyiunknak szüksége van rá. A remény nem csal meg, ezt ne felejtsük el! Szüksége van rá társadalmunknak, mely gyakran elvész a pusztba jelenben, és képtelen a jövőbe tekinteni; szüksége van rá korunknak, mely nemegyszer fáradtan vonszolja magát az individualizmus és a „tengődés” szürkéségében; szüksége van rá a teremtett világnak, melyet súlyosan megsebzett és elcsúfított az emberi önzés; szükségük van rá a népeknek és nemzeteknek, melyek aggódva és félelemmel telve néznek a holnap elé, miközben az igazságtalanságok arcátlanul folytatódnak, a szegényeket leselejtezik, a háborúk halált hoznak, az utolsók a lista alján maradnak, és féltő, hogy a testvéri világ álma délibábnak bizonyul. Szükségük van rá a fiataloknak, akik gyakran elveszettek, pedig teljes életre vágnak; szükségük van rá az időseknek, akiket a hatékonyság és a selejtezés kultúrája már nem tud tisztelni és meghallgatni; szükségük van rá a betegeknek és a testben-lélekben megtörtéknek, akik közelségünk és gondoskodásunk révén enyhülést kaphatnak.

Továbbá, kedves testvéreim, szüksége van reményre az Egyháznak, hogy amikor a megfáradás és a gyarlóság súlyától szenved, sose felejtse el, hogy ő Krisztus menyasszonya, akit Krisztus örök és hűséges szeretettel szeret, aki azt a hivatást kapta, hogy őrizze az evangélium fényét, aki azt a küldetést kapta, hogy továbbadja mindenkinek a Jézus által hozott és a világban egyszer s mindenkorra meggyújtott tüzet.

Szükségünk van reményre mindannyiunknak: szükség van rá olykor megfáradt és sebzett életünknek, az igazságra, jóságra és szépségre szomjazó szívünknek, a semmilyen sötétség által ki nem oltható álmainknak. Minden, bennünk és rajtunk kívül, reményért kiált, és minden, még ha nem tud is róla, Isten közelségét keresi. (...)

Testvéreim, a feltámadt és mennybe ment Úr adja meg nekünk annak kegyelmét, hogy újra felfedezzük a reményt – fedezzük fel újra a reményt! –, hogy *hirdessük* a reményt, hogy *építsük* a reményt!

Az oldalt szerkesztette: Hrabóczki József Sándor
Lektorálta: Kovács Lajos SJ



AUDIENCIA

– A Szentatya zárandokokhoz intézett beszéde
minden szerdán 13:00-kor

Mária Rádió a remény

43 éves vagyok, két kislánnyal. Gyakran előfordul, hogy reggel héttől este hétig egyedül vagyok itthon, és olyankor nekem akkora ajándék, hogy hallgathatom a Mária Rádiót, hogy azt nem tudom elmondani. Én 39 évig láttam, most 4 éve nagyon keveset látok, és nagyon beszűkült nekem így az életem, emiatt nagyon nehéz lelki krízisben voltam. Az egyik barátomtól kaptam egy kis rádiót, és hát akkora ajándék nekem a Mária Rádió, hogy azt elmondani sem tudom. Amikor a látássérülésem miatt nagyon bezárva éreztem magam, talán három éve körülbelül, ha jól emlékszem, nagyjából a COVID időszakkal egybeesett. Akkor számos hallgató számolt be arról, hogy nem tudott szentmisére menni, de a Rádió által el tudott jutni a misékre. Az, hogy akkor is el tudok menni szentmisére, idézőjelben elmenni, tehát a szobámban egyedül akkor is részt tudok venni egy szentmisén, amikor elmenni nem tudok, nagyon sokat jelent nekem. Hogy minden nap részt tudok venni szentmisén, hogy minden nap hallhatom Halász Judit színművésznőt, aki felolvassa a Szentírásból azokat a részeket, amiket nem nagyon hallottam még. A rózsafüzéreket is nagyon szeretem, a riportokat is. Annyira sokat ad nekem a Mária Rádió, hogy azt így nem is tudom szavakba foglalni.

Nagyné Bartha Eszter

MÁRIA RÁDIÓ MAGAZINT AJÁNDÉKBA

Tartalmas, értékes ajándék a Mária Rádió magazinjának igénylése szeretteink, ismerőseink számára. Nemcsak jót teszünk azzal, akinek ajándékozunk, de még missziós tevékenységet is végzünk, hiszen terjesztjük a rádió hírét, másokat is bekapcsolunk a „Szűzanya hangja” családjába. „Rendelje” meg a Mária Rádió ingyenes magazinját ajándékba még ma! Adja meg a megajándékozni kívánt személy (vagy személyek) nevét és postacímét az alábbi módok valamelyikén:

Telefonon: 06 1 373 0701

E-mailben: info@mariaradio.hu

Lévélben vagy személyesen: 1133 Budapest, Gogol utca 28.



Gyógyító remény

„Dum spiro, spero.” Amíg élek, remélek, tartja az ókori latin mondás. Szó szerint fordítva: amíg lélegzem, amíg levegőt veszek, remélek. Könnyű belátni, hogy csak addig van remény, amíg az utolsó lehelet is el nem száll. Ha pedig elszállt, emberileg szólva már nincs mit remélni.

Az élet és a remény szorosan összetartozik, remény nélkül nem élet az élet. A várandós anyuka reméli, hogy egészséges gyermeke születik. A szülő reméli, hogy lehetőségei szerint mindent meg fog tudni tenni a gyermekeiért. Amikor útnak indulunk, reménykedünk abban, hogy nem történik semmi baj. Amikor este lefekszünk, azzal a reménnyel tesszük, hogy holnap is lesz nap, és megtehetjük, amit ma elmulasztottunk, vagy kijavíthatjuk azt, amit elrontottunk. Általában igyekszünk jót remélni a másik ember felől, még akkor is, ha sokszor kellett csalódnunk. A beteg reménykedik a gyógyulásban, vagy legalább abban, hogy holnap nem lesz rosszabb az állapota. Aki nem tud remélni, reménykedni, az semmiképp sem egészséges lelki értelemben. Van is olyan súlyos hangulatzavar, a mély depresszió, aminek egyik vezető tünete a reménytelenség érzése. A remény a jövőbe tekint, és képessé tesz arra, hogy reggel felkeljünk, és tegyük a dolgunkat



Nálunk a Bethesda Gyermekkórházban gyakran kapaszkodunk a reménybe. Különösen akkor, ha olyan betegséggel, állapottal találkozunk, amelynek még nincs gyógymódja. Az orvos, az ápoló, és sokszor a szülő is tudja, emberileg szólva nincs miben reménykedni. Nekünk azonban mégsem szabad feladni. Tápláljuk a reményt szülőben, betegben, egymásban, minden józan megfontolással szemben, azok ellenére. Azért tehetjük ezt, mert van hitünk, amire a reményünk épül: létünknek csak egy állomása a földi. „Tudom, hogy az én megváltóm él, utoljára porom felett megáll...” –, ahogy Jób könyvében olvassuk. Ez a reményünk nem csal meg, segít élni, amíg magához nem hív teremtő Istenünk.



2024. advent

Rídek Gyula kórházlelkész



HIT, ÉRTELEM, GYÓGYULÁS

A Bethesda Gyermekkórház műsora négyhetente keddenként 16:35-től január 21.

Ünnep-elő kézműves délelőtt a Rádióban

November 28-ára adventi készülődés címmel hirdetett programot a Rádió az önkénteseinek. Délelőtt 10 órakor a Gogol utcai épület folyosóját már mézeskalács illata lengte be. Nógrád megyéből érkezett vendégünk különlegesen szép mintadarabokkal, karácsonyi mézeskalács kiszúrókkal, és a díszítésükhöz profi írókával várta a vállalkozó kedvűeket. S míg a csoport egyik fele a mézeskalácsokkal bíbelődött, a többiek egy ügyes kezű dömösi óvónéni segítségével a nagyteremben adventi koszorúkat, ajtókopogtatókat készítettek. A koszorúalapokra a hitet, reményt, örömet és szeretetet jelképező gyertyák mellé hangulatos díszek kerültek. A mesés tárgyak biztosan eszünkbe juttatják majd a készítésük alatti együttlét örömeit. Igazi közösségépítő délelőtt volt ez a Rádió szép számban megjelent önkéntesei számára.

Varga Annamária



Helyreigazítás

Magazinunk 2024. októberi számában megjelent egy cikk a 2-3. oldalon, melyhez tévedésből Bakos Rafael OCD atya képét mellékeltek, holott az írás nem róla szólt. Ez a tévedésünk sok kellemetlenséget okozott az érintettnek és rokonainak, valamint a helyi híveknek, amiért ezúton is ismételt bocsánatot kérünk. (Korábban ezt telefonon és emailben is megtettük már.)

Hrabóczki József Sándor felelős szerkesztő



Lelkigyakorlataink folytatódnak Balatonalmádiban

A Mária Rádió 2023 januárjában azzal a céllal indította útjára az AlmáDialógus elnevezésű lelki alkalmait, hogy feltöltődést nyújtson mindazoknak, akik a zaklatott hétköznapiakból kiszakadásra, megnyugvásra, Isten-kapcsolatuk elmélyítésére vágnak. Az AlmáDialógus célja, hogy valódi párbeszéd, dialógus jöjjön létre a keresztények között, és azon túl is.

2025-ben a Mária Rádió éves tematikája a Szent- atya által meghirdetett szentévhez kapcsolódik, és a REMÉNY ZARÁNDOKAI címet viseli. Ezt a témát járjuk körül hónapról hónapra, más-más aspektusból szemlélve.

Januárban és februárban két népszerű lelkipapért kértünk fel, hogy értékes gondolataikkal kísérjék a résztvevőket. Januárban Farkas István, azaz Lupusz atya, piarista szerzetes, februárban Schindler Mátyás atya, mentálhigiénés szakember gondoskodik arról, hogy megfelelő útravalóval induljon a 2025-ös szentév.

Bővebb információ, jelentkezés:
www.mariaradio.hu/almadialogus





A hóember titka

Karácsony eljött, el is múlt, és Jancsi megkapta azt az ajándékot, amire egész évben áhítozott. Egy széles, új, sárga szánkó volt az, amelynek kis zászlajára Jancsi neve volt ráfestve.

– Mindenki tudni fogja, hogy ez az én szánkóm, mert az én nevem van rajta – örült Jancsi.

– Anya! – kérdezte –, mit gondolsz, lesz holnapra hó?

– Azt hiszem, igen, Jancsikám – felelte az édesanyja.

– Az előrejelzés szerint holnap reggelre friss hó fog esni.

– Akkor kimegyek szánkózni – mondta Jancsi.

– Kivel még? – kérdezte az édesanyja.

– Majd meglátom még – mondta a kis fickó kitérően, mert esze ágában sem volt, hogy társat keressen.

– Senki se üljön az én új szánkómra, inkább egyedül megyek – gondolta magában.

Másnap reggel mintha az egész világot hó borította volna. Elég vastag volt ahhoz, hogy minden kisfiú és kislány elégedett legyen. Jancsi a szánkójával már korán kint volt a dombon, amely nem volt messze a lakásuktól. Meglepetten látta, hogy más gyerekek már előtte ott voltak. Nagy hóembert építettek a legnagyobb domb tetején.

– Milyen jól szórakoznak – gondolta Jancsi, amikor feljutott a dombra. – Ez pompás hely a ródlizáshoz. Olyan jó magas!

Sokszor ment fel és le, időnként megállt egy kicsit pihenni. Olyankor áthallatszott hozzá a többi kisfiú és kislány nevetése, amint vidáman mentek hegynek fel, hegyről le. Minden szánkó két-három gyereket vitt. Szeretett volna ő is ilyen vidám lenni, de nem tudta, mit tegyen.



Vadász György rajza

– Azok ott, úgy látszik, mind jobban mulatnak, mint én! – mondta ki hangosan.

– Hahaha! – nevetett a hóember. – Én tudom is, hogy miért!

Jancsi meglepetten nézett rá, és reménykedni kezdett.

– Miért mulatnak jobban?

– Hahaha! – nevetett még hangosabban a hóember. – Az titok! De te is megtudhatod. Nézd csak, itt jön felfelé néhány gyerek. Nincs szánkójuk. Vidd le őket egyszer! – kacintott mosolyogva Jancsira.

Jancsi elgondolkozott, aztán lassan odament egy kis-

lányhoz, aki figyelmesen nézte az új szánkót. Nemsokára vígan, kacagva siklottak a többiekkel együtt. Újra meg újra felmentek és lesiklottak a dombról.

Hazamenetel előtt Jancsi odament a hóemberhez. Kitaláltam a titkodat! – mondta.

– Ki bizony, kis fickó! – nevetett a hóember.

– Anya! – mondta Jancsi, mikor hazatért. – Kitaláltam a hóember titkát!

S elmesélte, hogy mi történt.

– Persze, kisfiam – mondta az édesanyja –, a hóember is tudja, mennyivel vidámabb az ember, ha megoszthatja az örömét másokkal is. Nagyon szép dolog volt tőle, hogy téged is megtanított erre. És ha meg akarod hálálni a kedvességét, nem adhatnál neki szebb ajándékot, mint hogy te is elmondod a pajtásaidnak, amit tőle tanultál. Meglátod, milyen barátságosan fog mosolyogni rád!

B. Radó Lili
(angol mese nyomán)

Az oldalt és a rejtvényt szerkesztette:
Kuffartné Mikó Ildikó

„Aki sosem kockáztat, annak ...”

Friedrich Schiller FOLYTATÁS A SZÍNES SOROKBAN!

	PITYE- REGVE ÉS KONOK		NITROGEN	JULIUS ... URALKODÓ VOLT		MÉTER	RIZS KÖZEPE!	SÁTOR ... (NYÁRI LAKÓHELY)	
MEG- FEJ- TÉS									R
NYAR FARON BETÜL			PÉNZ PÁROSAN!			PÁRATLAN ZSÁNER!			
HŐESÉS HIDROGEN			ÉG KÉK			KÉN- VEGYJELE			
							B.M.		
							ESETLEG		
GAZ VAGY VEGYES TÜZELESÉ KÁLYHA									
NÉVELŐ		FURKÓ KÖZEPE!				GERLE KÖZÉPEN			
		SVÉD KORONA				... COOPER (FARMER)			
				TÜZET SZÜNTET				K.L.M., NY	
				ZAMAT					
	P. Q. ... S. SZ.		KÖZÉPEN HIV?		KÖZÉPEN BEÁS!			HIT KÖZEPE!	
	GRAVI- TÁCIÓ		EGYES!		MULTIDÓ- JELE			W, X, ... Z, ZS	



Kedves Olvasónk!

2025 januárjában a Mária Rádió 19. születésnapját ünnepeljük. Ez az alkalom nemcsak a hálaadás pillanata, hanem lehetőség arra is, hogy visszatekintsünk mindarra a kegyelemre és szeretetre, amit az elmúlt években tapasztaltunk.

19 év nem csupán egy időszak, hanem egy misszió története. Egy olyan küldetésé, amelyben a Mária Rádió – hallgatói közösségével együtt – Jézus Krisztus örömhírét közvetítette az éteren keresztül. Az évek során rengeteg szeretetet kaptunk Önöktől, kedves hallgatóink, és ez az ajándék tette lehetővé, hogy a Rádió hullámain keresztül Isten irgalmas jelenléte megérintse a szíveket.

A Mária Rádió mindig is több volt, mint egy rádió. Az éteren túl lelkigyakorlatok, találkozók, programok és események színesítették a szolgálatunkat, ahol a közösség, a hit és a remény megerősítése állt a középpontban. Legyen szó egy csendes lelkinapról, egy vidám zarándoklaton való részvételről, vagy a mindennapi imádságok közös megéléséről, mindezek a pillanatok együttesen építették a Mária Rádió családját.

Ugyanakkor az elmúlt 19 év tele volt kihívásokkal is. A működésünk alapja mindig a hallgatói adományok voltak, és időről időre megtapasztaltuk, milyen törekeny a küldetésünk. Voltak pillanatok, amikor úgy tűnt, a Rádió hangja elhalkulhat, de Önök, kedves hallgatók, mindig a segítségünkre siettek. Az Önök támogatása nemcsak anyagi értelemben, hanem lelki értelemben is biztosította a működésünket.

Szeretnénk köszönetet mondani ezért a hűségért és szeretetért, de egyúttal bátorítjuk Önöket: ha tehetik, váljanak rendszeres támogatóinkká. A rendszeres adományok biztos alapot jelentenek számunkra, hogy a jövőben is folytathassuk szolgálatunkat. Így továbbra is együtt építhetjük azt az éteri hidat, amely Isten szeretetét és a Szűzanya irgalmas lelkületét közvetíti.

Máriás lelkületünkben a csendes, szolgáló szeretet példáját követjük, amelyet maga a Boldogságos Szűz Mária mutatott nekünk. Ahogyan ő igent mondott Isten hívására, úgy igyekszünk mi is nap mint nap igent mondani arra a küldetésre, amelyet Önökkel együtt teljesítünk.

Legyen a következő évünk is tele hittel, szeretettel és közös szolgálattal! Köszönjük, hogy velünk vannak ezen az úton, és köszönjük, ha rendszeres imádságaikkal és támogatásukkal továbbra is segítik a Mária Rádió misszióját.

Áldott új évet és örömteli ünneplést kívánok mindnyájuknak!

Szeretettel és áldással,



Lukovits Milán atya
a Mária Rádió műsorigazgatója



A Mária Rádió támogatása a remény ébrentartása

Ha szeretne rendszeres adományozója lenni a Mária Rádiónak, több kényelmes lehetőség közül is választhat. Az alábbi módokon támogathatja a Rádió misszióját:

1. Csoportos beszédési megbízás

A legbiztosabb és legegyszerűbb módja a rendszeres támogatásnak. Ezzel a lehetőséggel Ön előre meghatározza az összeget, amit havonta szeretne felajánlani, a bank pedig automatikusan elutalja ezt a Mária Rádió számára.

2. Banki átutalás vagy állandó megbízás beállítása

Ha saját maga szeretné kezelni az adományozást, állítson be egy állandó átutalási megbízást bankszámláján. A Rádió bankszámlaszámát és a közleményben feltüntetendő információkat megtalálja a Mária Rádió honlapján.

3. Online bankkártyás támogatás

Honlapunkon hamarosan egyszerűen és gyorsan indíthat online támogatást bankkártyával, sőt ennek rendszerességét is be tudja majd állítani.

4. Postai csekk

Amennyiben a hagyományos módszereket részesíti előnyben, kérjen postai csekket a Mária Rádió szerkesztőségétől, és ezzel küldheti el támogatását.

Miért fontos a rendszeres támogatás?

A rendszeres adományok biztosítják, hogy a Mária Rádió folyamatosan sugározhassa a lelki tartalmakat és programokat, valamint továbbra is része legyen a mindennapi életünknek. Köszönjük, ha Ön is hozzájárul küldetésünk sikeréhez!

További részletekért és pontos adatokért látogasson el a Mária Rádió támogatási oldalára.



Legyen a jótévőnk, hogy műsoraink jóra fordíthassák az emberek életét!

Arra kérjük, támogassa a Mária Rádió munkáját, hogy minden lelki támaszra szoruló emberhez eljuthassunk!

Az Ön segítsége nélkül kérdésessé válna a létünk, hiszen független, kizárólag adományokból működő rádióként próbálunk túlélni.

2 000 forintból egy hallgatónkhoz egy évig tudjuk eljuttatni rádióműsorainkat

5 000 forinttal egy 10 perces rádióműsor gyártási költségeit fedezi

10 000 forinttal lehetővé válik egy budapesti szentmise helyszíni közvetítése

Mobileszközéről – a hagyományos csekkbefizetés mellett – akár otthona kényelméből is támogathatja munkánkat a csekkben található QR-kód használatával.

A MÁRIA RÁDIÓ TÉMÁJA 2025-ben: A REMÉNY ZARÁNDOKÚTJÁN

1. Remény – Mindig van remény?

„...hogy jövőt és reményt adjak nektek.” (Jeremiás 29,11)

2. Egység – Testvéreknek születünk

„Mert ő a mi békénk: a megosztottságot egységgé változtatta. Testében rombolta le a válaszfalat, az ellenségeskedést.”
(Efezus 2,14)

3. Bizalom – A vízen járás bátorsága

„Ha teljes szívedből hiszel, akkor lehet.” (Apcsel 8,37)

4. Megújulás – A megújulás reménye

„De akik az Úrban bíznak, új erőre kapnak, szárnyra kelnek, mint a sasok. Futnak, de nem fáradnak ki, járnak-kelnek, de nem lankadnak el.” (Izajás 8,31)

5. Élet – Élj, ne csak létezz!

„Én azért jöttem, hogy életük legyen és bőségben legyen.”
(János 10,10)

6. Út – Válg azzá, akinek születél

„Ajánld utadat az Úrnak, remélj benne, s ő irányít majd.”
(Zsoltár 37,5)

7. Jövő – Az embert szolgáló tudomány?

„Nem mondjuk kezünk alkotásának ezután: Te vagy a mi Istenünk! Mert az árva csak nálad talál irgalmat.” (Ozeás 14,4)

8. Erő – Honnan az erő?

„Hiszen Isten nem a csüggedtség, hanem az erő, a szeretet és a józanság lelkét adta nekünk.” (2 Timóteus 1,7)

9. Igazság – Mi az igazság?

„Én vagyok az út, az igazság és az élet. Senki sem juthat el az Atyához, csak általam.” (János 14,6)

10. Szerelem – Életre szóló szerelem?

„Áldott legyen a forrásod és vígadaj ifjúkorod feleségével! Résszegítsen meg téged a keble minden időben, és az ő szerelmében gyönyörködj szüntelen!” (Példabeszédek 5, 18-19)

11. Barátság – A barátság iskolája

„Barátainknak mondalak benneteket, mert amit hallottam Atyámtól, azt mind tudtul adtam nektek.” (János 15,15)

12. Égi szeretet – Ahogyan Isten szeret...

„Új parancsot adok nektek: Amint én szerettelek benneteket, úgy szeressétek ti is egymást.” (János 13,34)



A Mária Rádió hétvégéről hétvégére új és új helyszínre látogat el a vasárnapi szentmisék által, ráadásul számos alkalommal kapcsolódhatnak be hallgatóink ünnepi és búcsúi misékbe és keresztény rendezvényekbe a rádióhullámokon keresztül. Ezeken az eseményeken kulcsfontosságú szerepet játszanak promóciós önkénteseink, akik személyesen képviselik a helyszíneken a rádiót, kapcsolatba lépve a hívekkel, hallgatókkal és érdeklődőkkel. Hogy minél több embernek elvihessük a Mária Rádió szellemiségét és a Szűzanya üzenetét, február 6-án csütörtökön tematikus napot rendezünk helyszíni promóciós önkénteseket toborozva! A nap folyamán betekinthezünk a rádiós képviselet örömeibe és izgalmaiba, és lehetőség nyílik jelentkezni erre a szolgálatra. Várjuk kedves hallgatóinkat az élő adásnapon!

ÖNKÉNTESSÉGRE HÍV A MÁRIA RÁDIÓ

AJKA – VÁRPALOTA (FM 93,2 és FM 90,0)

ajka@mariaradio.hu • 06 20 362 4002

CEGLÉD (FM 88,3)

cegléd@mariaradio.hu • 06 30 539 2791

CELLDÖMÖLK (FM 92,5)

celldomolk@mariaradio.hu
06 30 237 6471

KAPOSVÁR (FM 93,1)

kaposvar@mariaradio.hu

KESZTHELY (FM 93,4)

keszthely@mariaradio.hu • 06 30 346 6365

MÓR (FM 92,9)

mor@mariaradio.hu • 06 30 498 9427

NYÍREGYHÁZA (FM 106,8)

nyiregyhaza@mariaradio.hu
06 30 400 3130

PÁPA (FM 90,8)

papa@mariaradio.hu • 06 30 244 5463

SÁRVÁR (FM 95,2)

sarvar@mariaradio.hu • 06 20 251 5691

SZOMBATHELY (FM 88,4)

szombathely@mariaradio.hu
06 30 330 6252

TELKIBÁNYA (FM 100,6)

telkibanya@mariaradio.hu
06 70 333 9386

VESZPRÉM (FM 95,1)

veszprem@mariaradio.hu • 06 30 791 4275

ZALAEGERSZEG (FM 104,4)

zalaegerszeg@mariaradio.hu

A Mária Rádió januári műsoraiból

Évkezdő Szentmise

Január 1-jén, Szűz Mária Istenanyaságának ünnepén különleges szentmisébe kapcsolódhatnak be a Mária Rádió hallgatói. Ezen a szerdán 17 órától az esztergomi bazilikából közvetítjük Erdő Péter bíboros atya szentmiséjét. Hívjuk a hallgatókat, kezdjük a 2025-ös évet egy meghitt, közös szentmisével!



szerint Szent Margit élt és el is temették. Január 19-én, vasárnap délelőtt 11 órától Erdő Péter bíboros úr celebrál misét Szent Margitra emlékezve, amit a margitszigeti kolostorromtól közvetítünk élő adásban.

Ökumenikus imahét

A 2025. évi ökumenikus imahét imádságait és elmélkedéseit az észak-olaszországi Bose monasztikus közössége készítette. Ebben az évben van az első ökumenikus zsinat 1700. évfordulója, melyet a Konstantinápoly melletti Niceában tartottak Kr. u. 325-ben. A megemlékezés kivételes alkalmat teremt arra, hogy együtt éljük meg és ünnepeljük a keresztények közös hitét a zsinaton megfogalmazott hitvallás szerint – azt a hitet, amely mindmáig eleven és termékeny. A 2025-ös ökumenikus imahét arra hív bennünket, hogy merítsünk közös örökségünkből, és még beljebb lépjünk a minden keresztényt egyesítő hitbe. A 2025-ös ökumenikus imahét nyitómiséjét január 19-én 18 órakor közvetítjük a Deák téri evangélikus templomból.



A szertartáson ígét hirdet Steinbach József református püspök, szentbeszédet mond Erdő Péter bíboros. Az imahét alkalmait a január 20-ától kezdődő héten esténként sugározzuk a különböző felekezetek képviselőinek gondolataival.

A Mária Rádió Születésnapja

19. születésnapját ünnepli 2025 januárjában a Mária Rádió! Ez alkalmából szeretnénk közös ünneplésre hívni a hallgatókat, melyet január 15-én, szerda este 18 órától rendezünk az Országúti Szent István első vértanú templomban. (Pontos cím: 1024 Budapest, Margit körút 23.) A misét rádióinkban élő adásban is közvetítjük. Szeretettel várjuk a hallgatói és önkéntesi családot a közös születésnapi szentmisénkre személyesen vagy a rádióhullámokon keresztül!



Mise Szent Margit tiszteletére

Január 18-án van Árpád-házi Szent Margit égi születésnapjának évfordulója. 1979-től az akkori bíboros, Lékai László atya kezdeményezésére minden évben a mindenkor magyar prímás az emléknaphoz legközelebb eső vasárnapon ünnepi misét tart a szent tiszteletére a Margit-szigeten, a IV. Béla által építtetett domonkos kolostor romjainál, ahol a legendárium



Telefonos adományvonal

13600/65

Karnevál

Hagyományosan a Vízkereszttel, a vízkereszti házszen-
léssel veszi kezdetét a mulatságokban, táncokban, tréfák-
ban gazdag farsangi időszak. Az év ezen részében sokféle
karneválokat rendeznek, az emberek jelmezekbe bújnak,
álarc mögé rejtőznek, vidáman énekelnek, táncolva vo-
nulnak az utcákon.

Érdekesség, hogy az egyházi év (Adventtől – Adven-
tig) szerkezetét tekintve a farsang kezdete egybeesik
Jézus Krisztus nyilvános működésének kezdetével. Az
Istenember nem is akárhol kezd meg nyilvános műkö-
dését, mint egy menyegzőn, amelyet mai nyelven lakoda-
lomnak is hívhatnánk. Ez a Vízkereszt (Epifánia = isteni
megjelenés) hármasságának egyike a Napkeleti Bölcsék
látogatása és a Jordánban való alámerítés motívuma
mellett.

A Vízkereszt és ezen belül a kánai menyegző Krisztus-
nak és az ő menyasszonyának, az Egyháznak a szent ná-
szát jelképezi. Nem véletlenül hiányzik a bibliai történet-
ben mind a vőlegény, mind a menyasszony neve, ehelyett
Jézus és Mária (aki az Egyház jelképe és anyja) neve em-
líttetik. Ezért gyönyörű a magyar *menyegző* kifejezés, itt
tényleg egy valódi, *mennyei* eseményről van szó. Azonban
ne vonatkoztassunk el teljesen attól sem, hogy mégiscsak
egy földi, emberi örömnépről van szó, azaz lakoda-
lomról, amelyen részt vesz az Isten Fia és az ő édesanyja,
Szűz Mária is. Ez is mutatja, hogy az Úr nem veti meg,
nem nézi le a földi örömeiket sem, Ő maga is eszik-iszik
(meg is vádolják azzal, hogy falánk és borissza), örül, és
még az sincs kizárva, hogy táncolt volna a menyegzőn.
Bár Szent János apostol nem ír erről, de arról sem, hogy
ne tette volna. Annál is inkább, mert a tánc a Bibliában
az élethez tartozott, az öröm és az érzelmek feltörő kife-
jezése volt, s mint ilyennek, helye volt az „Úr előtti örven-
dezésnek” még a kultuszban is. Hogy csak két példát em-
lítsünk, az egyik az Ószövetségből, amikor Dávid király
táncolt a Szövetség ládája előtt (2Sám 6, 14.); a másik az
Újszövetségből, Mária látogatásakor Erzsébetnél, amikor
Keresztelő János anyja méhében ujjongva megmozdul,



ugrál a szintén anyja méhében lévő megtestesült Ige
közeledtére, közelségére (Lk 1,41). Bizony az itt szerep-
lő görög ige jelentése: örömeiben ugrándozik, repes az
örömtől, táncol.

Térjünk vissza a karneváli vigasságokhoz. A karnevál
(*carne vale* = a hústól való búcsúzás) átvitt értelemben
valamiképp az egész földi életünket is jelképezi, a hús
völgyében (*carnis vallis*) és a könnyek völgyében (*lacri-
marum valle* – Salve Regina-ból) zajló forgatagot. „Óh,
élet *karneválja*” – sóhajt fel Ady egyik versében. Itt mind-
annyian szereplők vagyunk, jelmezekbe bújunk, álarcok
mögé rejtőzünk, amelyeket hol mi veszünk magunkra,
hol mások adnak ránk, „és csak forog a kerék, és csak pörög
a kerék, ki se szállhatsz, hogy ha elég” (Balázs Fecó – Ko-
vács Kati).

Addig nincs is nagy gond, amíg el nem sodor a kar-
nevál, ameddig tudunk álarcainkról, ameddig őszintén
maszkjaink mögé merünk nézni, ameddig tisztában va-
gyunk azzal, hogy szerepeket játszunk, és nem tartjuk
„túlságosan fontosnak” a ránk osztott szerepeket. Csak
nehogy ránk süljön a maszk! Csak nehogy elveszünk
a szerepekben, hogy már nem látjuk igazi arcunkat, lé-
nyünket!

Az Anyaszentegyház ügyel ránk, ezért időnként beik-
tat „alkalmas szent időket” (Advent, Nagyböjt, lelkigya-
korlatok), amikor visszavonulhatunk magunkba, számba
vehetjük szerepeinket, szembenézhetünk álarcainkkal
és a mögöttes igazi arcunkkal. Ilyenkor még inkább
tudatosíthatjuk, hogy ebben a földi karneváli forgatag-
ban is van egy biztos pont, illetve csak egy biztos pont
van, éspedig a Kereszt. „Áll a kereszt, míg a világ forog.”
(*Stat crux dum volvitur orbis*).

Nagy Ferenc Endre őrnagy
tábori lelkész



INTER ARMA CARITAS

A tábori lelkésség és a Honvédelmi Minisztérium
műsora a hazaszeretetről
minden szerdán 19:25-től

Rövid hírek a Mária-körök háza tájáról

Solymár: A solymári közösség november 20-i találkozója a verbiták Missziós Vándor Madonnájának jelenlétében zajlott. A Madonnát az októberi missziós vasárnapon vette át a solymári verbita-kör, Budatétényben. A Madonna Indonéziában készült, a 40 év missziós szolgálat után Magyarországra hazatérő Mészáros István verbita szerzetes kapta ajándékkul híveitől. A rendházban eltöltött évek után született a gondolat, hogy az országban működő verbita körök fogadják a Madonnát, ahol az egyházközség „jelentkezőinél” 1-1 hetet tölt. Így került Mária-körös társunkhoz is.

Pap János, a solymári Mária-kör vezetője

Tata: A tatabíói Mária-kör a helyi karitással együtt püspöki szentmise keretében emlékezett meg a Szent Imre templom névadójáról. A közösség november 4-i találkozásán ünnepélyes keretek között szentségimádás és szentmise után felvette a Boldog Carlo Acutis nevet. Találkozásukon megemlékeztek névadójukról, imádkoztak szentté avatásáért, emellett a Mária Rádió működéséért és családjáért is.

Andorka Ferenc, a tatabíói Mária-kör vezetője

Zirc: A közösség tagjai novemberben a ciszterci sírkertben, majd később, Mária-körös összejövetelük alkalmával az elhunyt atyákra emlékeztek. Gyertyát gyújtottak, és egyenként felidéztek az elhunyt ciszterci atyák személyét. Kedves, szomorú, vagy éppen nagyon is derűs emlékek, történetek kerültek elő, mindenki tudott valamit hozzátenni. Hála és köszönet áldott életükért! A Mária-kör tagjai az erős lelki kötődés ajándékát kapták meg egymáshoz, atyáikhoz, plébániájukhoz.

Kőváryné Egyed Jutka, oblata, Márai-kör tag

Online vezetői találkozó: November végén a közösségek vezetői számára tartottunk online találkozót. A találkozó célja a vezetőkkel való szorosabb kapcsolat kialakítása, a közös gondolkodás és tervezés volt. A résztvevők bemutatták a plébániájukat, a plébánia és a település lakóinak kapcsolatát, és arra kerestünk jó gyakorlatokat, hogyan lehet sikeresen együttműködni a többi közösséggel a plébános szárnyai alatt, és hogyan lehet megszólítani a település lakóit.

Szeretettel várjuk azok jelentkezését, akik szívesen indítanának Mária-kört a plébániájukon!

Bővebb információ: Heim Krisztina (+36 30 791 4280).
www.mariaradio.hu/mariakorok



Gyermektáplálás – a remény jele

Malawiban, a világ egyik legszegényebb országában – alapvetően keresztény ország ez – már negyedik éve segítünk egy gyermektáplálási programot. Hogyan? Megvásároljuk több mint kétszáz gyermek számára minden hónapban a szükséges élelmet. Segítünk finanszírozni az ottani termelést, hogy a gyerekek ingyen jussanak a táplálékhoz. Minden hónapban. Mert a Mária Rádió családja nem csak lélekben és szavakban áll oda a szegények és az éhezők mellé.

Ferenc pápa a 2025-ös rendes jubileumi évnek **A remény zarándokai** nevet adta. Néhány mondatot idézek a Spes non confundit – A remény nem csal meg – kezdetű bullájából.

„A keresztény élet olyan út, amelynek erőt adó megállókra van szüksége, amelyek táplálják és erősítik a reményt... az idők jeleiben is fel kell fedeznünk, melyeket az Úr nekünk ad... Oda kell figyelniünk arra a sok jóra, amely a világban jelen van, nehogy megkísértsen bennünket a gondolat, hogy teljesen elborított bennünket a rossz és az erőszak...” „Különös módon kérem a reményt a szegények milliárdjai számára, akiknek az élethez szükséges javaik sincsenek meg... Botrány, hogy egy olyan világban, amely óriási erőforrásokkal rendelkezik, ... a kirekesztettek jelentik a bolygón élő emberek legnagyobb részét, több milliárd emberről van szó... a szegények szinte mindig áldozatok és nem bűnösök... Az éhezés botrányos seb az emberiség testén, és mindenkit lelkiismeret-vizsgálatra hív.”

Mi a remény jelei tudunk lenni, ha cselekszünk.

Szabó Tamás

Számlaszám:

Mária Rádió Közhasznú Egyesület

10918001-0000069-12310055

Közlemény: Malawi

Arany, ami fénylik – a Mária Rádió januári kerekasztala a MOM Kult-ban

A Mária Rádió kerekasztal beszélgetés sorozatában egyetemes emberi kérdéseket jár körül. A különböző szakterületeket képviselő résztvevők segítségével a beszélgetések több szempontot követnek. A januári rendezvényen többek között arra keressük a választ, hogy: *Hogyan különböztethetők meg a valódi és a hamis értékek az életünkben? Miért könnyű hamis dolgok után futni vagy pótszereket választani? Mit lehet tenni, hogy megmaradjunk a valódi értékeknél? Mit tegyünk, ha elbuktunk?*

A beszélgetésre **január 22-én szerdán 18:00-20:00** között kerül sor a MOM Kulturális Központban (Budapest XII. ker. Csörsz u. 18.). A belépés ingyenes. A programot a Mária Rádió facebook oldalán élőben közvetíti. A résztvevőknek a jelenlévő és a facebookon figyelemmel kísérő közönség is tehet fel kérdéseket. Minden érdeklődőt szeretettel hívunk és várunk.

Előfordulhat, hogy a rendezvény időpontja lapzártá után megváltozik. Kérjük olvasóinkat, hogy a rendezvény végleges időpontjáról és a további részletekről a Mária Rádió honlapján tájékozódjanak.



Szeretettel hívjuk és várjuk minden kedves
Önkéntesünket és a Hallgatói család
valamennyi tagját, hogy hálaadó szentmise
keretében emlékezzünk meg a Szűzanya
Rádiójának elmúlt 19 évéről.

Időpont: 2025. január 15. szerda 18:00

Helyszín: Országúti Szent István első vértanú
templomban. (1024 Budapest, Margit körút 23.)

Program:

18:00 Szentmise – Lukovits Milán atyával

19:00 Batyus agapé, kötetlen beszélgetés

Ünnepeljünk együtt!

Jelentkezés: Mária Rádió recepció +36 1 373 0701

Kalandok a város alatt

A kamaszkor igazán különleges életszakasz, egyfajta „bábhasadás”, melynek végén az apró gyermekekből magabiztos felnőttek válnak. Nem véletlen, hogy a serdülőkort számtalan művészeti alkotás ábrázolja. Aki szereti a felnövéstörténeteket, gyakran tapasztalhatja, mennyire nehéz hitelesen ábrázolni a tizenévesek világát, hogy az ne váljon valószerűtlenné, kínossá vagy éppen unalmassá.

Lomhegyi Hédi első regénye, *Az Agatha Christie Könyvklub*, üdítő kivélt képez. A könyvben egy csapat kamaszkor elején járó fiatallal találkozunk, akik annak érdekében, hogy ellóghassanak tornaóráról, megalapítják az Agatha Christie Könyvklubot, így a péntek délutánjaikat a városi könyvtárban „kell” tölteniük, távol a tornateremtől. A regény a *Kalandok a város alatt* ciklus első darabja. Hogyan kerülnek a főhősök a város alá? Ezt talán jobb nem elárulni.

A regény legnagyobb erőssége, hogy karakterei hiteles és végtelenül szerethető figurák. Míg számos

felnövésregény mágikus világokban játszódik, ahol kiválasztottak sorsát követhetjük végig, Az Agatha Christie Könyvklubban mindenki valóságos családból érkezik, és valóságos problémákkal néz szembe.

A realista ábrázolástól azonban nem válik unalmassá a történet, ugyanis Lomhegyi Hédi nagy bátorsággal beszél olyan témákról, amikről a legtöbben inkább hallgatni szoktunk. Gyász, túlhajszolt szülők, elhanyagolt gyerekek, féltékenység, barátság és szerelem témái szövik át a regény lapjait.

Egyetlen dolog jár majd a fejében annak, aki belekezd az olvasásba. Bárcsak ő is a könyvklubba tartozhatna, hogy együtt nyomozhassa a főhősökkel a város alatt megbújó nagy rejtélyeket, amik az életünk nagy rejtélyei is.



Majláth Ákos





A remény zarándokai

„A remény zarándokai” – ezt a gondolatot választották a jövő évi Szentév mottójául. Mit is jelent a remény? A katolikus lexikon szerint: általános értelemben az akarat válassza egy olyan, az értelem által meglátott jóra, amelynek elérése nem csak tőlünk függ; szeretnénk birtokba venni, és bízunk abban, hogy a szükséges segítséggel a vágyott célt el is fogjuk érni; ellentéte a félelem. Teológiai értelemben erény, mely készségessé teszi akaratunkat arra, hogy megtevé mindent, ami üdvösségünkhöz szükséges, bizalommal várjuk Isten segítségét, mellyel eljuttat természetfölötti végső célunkhoz, Önmagához. E sajátos tárgya miatt az isteni erények egyike, és szorosan összefügg a hittel és a szeretettel. Hiánya a reménytelenség, (végső formája a kétségbeesés), esztelen túlzása a vakmerő bizakodás.

A remény egy döntési folyamat eredménye. Egy út a jó meglátására, felismerésére és a bizalomra. Ebben az évben arra hívunk Titeket, hogy hagyjuk el mindazt, ami reményünket akadályozhatja, és nyissuk ki magunkat, hogy „készségessé tegyük” akaratunkat, mert a „jövő ma kezdődik, nem holnap”. A Mária Utat nemcsak csodás építészeti és természeti kincsek, de maradandó élet példák kísérik a szó szimbolikus értelmében is. Osztrák, magyar erdélyi, szlovák, horvát és lengyel szentek, akik megjárták útjukat és döntöttek: miért, és hogyan? Most megke-reshetjük a magunk válaszait.

Ehhez kívánunk sok áldást, kérjük a szentek közbenjárását mindannyiunkért.

Élet a budapesti zarándokponton

Most már több hónap tapasztalata nyomán kimondhatjuk, hogy a Mária Út életében egyre nagyobb szerepet játszik a budapesti Ferenciek terén található zarándok infor-



mációs pont. Turisták és érdeklődők mellett a Mária Út hálózatának hazai és külföldi tagjai egyre nagyobb aktivitással vesznek részt a zarándokok tájékoztatásában. Közös érdekünk, hogy pontos és hiteles tájékoztatást tudjunk adni többek között szállásokról, programokról, belépőjegyekről, és természetesen zarándoklatokról. Érdemes ellátogatni hozzánk személyesen, vagy keresni bennünket az info@mariaut.hu e-mail címen zarándokútlevélért, térképekért, vagy egy igazi Mária Utas zarándok pólóért is.

Mária Út a tudományos életben is

Nagy öröm számunkra, hogy a „szakma” egyre nagyobb figyelmet fordít a zarándoklatokra, mint a vallásturizmus egyik legfőbb ágazatára. Ennek bizonyítéka, hogy az általunk szervezett tudományos konferencián igen sok hazai és külföldi felsőoktatási intézmény képviselője vett részt, több turizmussal foglalkozó intézmény kér fel minket arra, hogy személyesen vegyünk részt az oktatásban, tegyük élővé a diákok számára a vallásturizmus ezen ágában rejlő potenciálokat, értékeket, gazdasági és társadalmi szempontból is fontos célokat és stratégiákat. Köszönjük az eddigi támogatást a szakma részéről, hálásak vagyunk a diákok érdeklődéséért. Reméljük, hogy a jövőben sikerül olyan elhivatott szakemberek szívébe elültetni a Mária Út misszióját, akik hosszú távon is segíteni tudják a Mária Út ügyét.

Galgócziné Szabó Zsófia
koordinátor

„A remény zarándokai”

Így szól a 2025-ös jubileum mottója Pietro Parolin bíboros, vatikáni államtitkártól, aki hangsúlyozza: „Mindent meg kell tennünk, hogy mindnyájan visszaszerezzük az erőt és a bizonyosságot, hogy nyílt lélekkel tekintsünk a jövőbe.” (...) A szentév logójának tanúsága szerint „a zarándoklat közösségi esemény, amely a kereszt felé tart. A kereszt is dinamikus mozgásban van, az emberiség felé hajol, hogy elébe menjen, és soha ne hagyja magára, hanem felkínálja számára a jelenlét bizonyosságát és a remény biztonságát.” – olvashatjuk a Vatican News oldalán. Az Úr felé kell vennünk az irányt, akihez egymáson keresztül vezet az út. Ebben segít a Beavató zarándoklat hétről hétre, szombatról szombatra. Segít kimozdulni belső, sokszor túlságosan zárt világunkból, segít a kapcsolódásban Istenhez a másik ember meghallgatása, a megosztás, az egymásért, szereteteinkért, nagyobb közösségeinkért szótt imáink, azaz egymás hordozása által. Egy út, amelyre minden szombaton módunkban áll rálépni a Normafánál, de a Máriaremetéig tartó útvonalnak több pontján is. A Beavató zarándoklat teret ad a csendre is, mely minden hatékony kommunikáció alapja. A Beavató egy minden szombaton felragyogó reménysugár, amelybe rendszeresen kapaszkodhatunk.



Fényforrás, mely áthatol az esőcseppeken, utat mutat a sárban, együtt tündököl a vakítóan fehér hópelyhekkel és a napsugarakkal is. Nagy öröm számunkra, hogy hol kisebb, hol nagyobb csapattal, de elindul a zarándoklat. Bő két éve ad sokaknak erőt, amelyért hálásak vagyunk Istennek, a zarándokoknak és a zarándoklatvezetőknek egyaránt.

Ezzel az örömmel, nagy-nagy szeretettel és reményteljes várakozással hívunk továbbra is mindenkit a Szent Anna-kápolna és Máriaremete közti Mária Útra!

Hardyné Pincze Katalin



MÁRIA ÚT
– zarándokműsor
kéthetente

keddenként 10:50-től
január 7., 21.

Recept

Nyár a télben – a girica, škampi, blitva és a többiek

Azt terveztem, hogy most egyszerű, téli fogásokról írok, de annyi remek ételt kóstoltunk az Adria partján, hogy gondoltam, dacolok a ködös-szürke téli napokkal, és ízelítőt adok ezekből a mediterrán fogásokból. Már az első nap fölfedeztük a tengerparton lévő éttermet, ahol a leg szebb a naplemente, és ezt bizvást igazolhatjuk. Minden este megnéztük, miközben remek friss halakat fogyasztottunk. Ezek többnyire grillezve készültek, hozzá sült krumplit mértek és valamiféle párolt zöldséget. Ez utóbbit először spenótnak néztem, aztán közelebbről megszemlélve rájöttünk, hogy mángold, azaz blitva – olívaolajban párolva, fokhagymával ízesítve. A növény olyannyira népszerű az országban, hogy egyesek félig komolyan azt javasolták, hogy kerüljön be az új horvát címerbe.



Hal mángolddal

Egyik este Apám emlékére tértünk be egy étterembe, akinek aznap lett volna a születésnapja. Nagy ínyenc volt az öreg, gondoltuk, hozzáillő megemlékezés lesz. Nem csalódtunk kicsit se, hatalmas tálról

válogattuk ki a felfalásra váró halat. Mindennek megadták a módját. A hófehér, ropogósra keményített damaszt-abrosznak éppúgy, mint az öblös poharaknak, a nemes porcelán táányrok, a tenger színét idéző székeknek, a kis tálkában foltos citromos kézöblítőnek. Mindez a templom árnyékában, az utca közepén. A frissen sült, olívás, fokhagymás, petrezselymes halat a pincér pillanatok alatt szájkátlanította az orrunk előtt, így még félnünk se kellett a félrenyeléstől.



Pillanatok alatt kifilézte a lovani pincér a halat egy kanál segítségével

Nem maradhatott el kötelező fogásként sem a kagyló, sem a rántott tintahal. Mindehhez könnyű, hús fehér bort kortyintottunk, és sűrű anekdotázásba fogtunk, a végén pedig prosekkel koccintottunk.

Ajándékba sem vittünk mást, mint ami szemnek-szájnak ingere – prima sajtokat és szarvasgombás készítményeket áruló kisboltokkal találkoztunk lépten-nyomon. Nekem nagy kedvencem a fügelekvár, hoztam is belőle néhány üveggel. Érdekes, sokakkal ellentétben a nyers gyümölcsöt nem szeretem, de a lekvár puha kaláccsal, vajjal, pompás kísérő a reggeli kávé mellé. A gyerekes családok, ha akarják sem tudják kikerülni az édességekkel csábító boltokat, ahol a cukorkák, nyalókák sokasága várja az apróságokat és az édesszájú felnőtteket, a fognyívó manók nagy öröme.

Itt, ahová lépsz, mindenhol a mediterrán életérzés jön veled szemben. Színek és illatok kavalkádja, vidámság, jókedv és legfőképpen az utolérhetetlen tenger. Fura, hogy sosem vágytam átszítált fehér fővényekre, nekem untig elég jó a horvát tengerpart is, és ezzel nem vagyok egyedül.

Amikor hazajöttem, rögtön kezembe nyomták Senko Karuza Szigetlakók című kötetét. A büszke horvát író borászként, halászként, vendéglátóként éli életét, cinkos mosollyal a bajusza alatt, kicsit lesajnálva az olyan botcsinálta, gyors átutazókat, mint mi vagyunk. Írásai a tengerről, a Hvar sziget ételeiről, italairól is szólnak, a szigetlakókról, a barátságról, és igen, erről a páratlan hangulatról. Csöppnyi irigységgel olvastam a novellákat, remélve, hogy nyáron ismét beszívhatom a tenger semmihez sem hasonlítható illatát.

Szeretettel: Marosi Málna
marosi.malna@mariaradio.hu
Fotók: Kisduna



Isten patikája

Egy gyógytea mindent megér!

Megköszönve, hálával telt szívvel lezártuk a 2024-es évet, és bizakodva indítjuk útjára a 2025-ös esztendő.

Az újévi fogadalmak az egészséges életmód kialakítására ösztönöznek, remek lehetőséget kínálnak az egészség javításában, és az életminőség növelésében. A remény nélkülözhetetlen az életmódváltáshoz, erőt, motivációt

és lelki támaszt ad. Karácsony és újév tájékán a legtöbb ember a szokásosnál bőségesebben táplálkozik. Ennek következtében sokan éreznek átmeneti vagy tartós zavart az emésztőrendszerükben, és bizony váratlanul úgy érezhetik, hogy engedni kell a nadrágszíjon. A nagy évszeknek súlyosabb egészségügyi következményei lehetnek.

A **nagy csalán** vértisztító, a vesét fokozott vízkiválasztásra serkenti. A **gyermekláncfű** teája felfúvódás, telítettség esetén ajánlható. A **mezei zsurló** a veseműködést serkenti. Főleg azoknak ajánlom, akik az ünnepek idején túlságosan sok alkoholt fogyasztottak.

És végül ne feledjük: a tea hatását jótékonyan egészíti ki a mértékletes, rendszeres étkezés, és a kiadós

testmozgás! Lassan a tél második felébe érünk, érzékenyebbek vagyunk a hűléses megbetegedésekre és a fertőzésekre. A teák a szervezet ellenálló képességét is fokozzák.



Téli teák: hársfa, bodza, bíborkasvirág, kakukkfű, lándzsás útifű, csillagánizs, gyömbér.

Erősítsük szervezetünket természetes C-vitaminnal! A savanyú káposzta, a csipkebogyó tea, valamint a homoktövis készítmények nemcsak ízletesek,

hanem C-vitaminban is rendkívül gazdagok.

Az újévi fogadalmakról, egészséges életmódról bővebben hallhatnak a Rádióban: Isten patikája, 2025. január 14. 21:05

Rabi Edit



ISTEN PATIKÁJA

Gyógyfüvekről és természetes gyógymódokról – Rabi Edit műsora négyhetente keddenként 21:05-től • január 14.

Ép testben, ép lélek

Remény

A hit, a remény, és a szeretet krisztusi örök életünk soha el nem múló Urai és örök barátai

(1. Korinthusbeliekhez 13:13).

Ha a reményről gondolkodunk, felmerülhet a kérdés, hogy mi a kapcsolata az optimizmussal, milyen közös jellemzőik vannak, és hogyan lehet elhatárolni egymástól a két fogalmat. Az optimizmus és a remény közös vonása a jövőre irányultság, illetve az élettél való elégedettség előjelzése. A remény elsősorban az egyénre, az optimizmus viszont a világra fókuszál.

A remény a cél elérésében való hiten keresztül a célirányosabb teljesítményre ösztönöz, és ezáltal a problémafókuszú megküzdési stratégiákat mozgósítja. A reményteli személyek kihívásnak tekintik a kitűzött életcéljaik megvalósítását, és könnyebben felismerik az életeseményekhez társuló stresszorokkal való megbirkózás előnyeit. Remény nélkül nehezen tudunk segíteni magunkon. Kutatási eredmények szerint a reményteliség mértéke pozitív együttjárást mutat a magasabb iskolázottsággal, a magabiztossággal és a tudatosabb egészségmagatartással egyaránt. A reményteli személyek jobban megbirkóznak a betegségekkel, fogyatékossgal, könnyebben felismerik a betegségekhez kapcsolódó pozitív hatásokat, előnyöket.

A reménytelenség fokozott egészségi kockázatot jelent. Az átélt tehetetlenség állapotában egyre inkább kiteljesedik a reménytelenség érzése, ami a depresszív állapotok kialakulására hajlamosít. A remény elvesztése akadályozza a segítségkérést, és a segítség elfogadását is, így könnyen kialakulhat egy önmagát rontó folyamat. Ezzel szemben a remény általában hatékony előjelzője a gyógyulás valószínűségének, és a jobb életminőség garanciáját is magában hordozza. Az a szó: remény, minden megpróbáltatáson, betegségen, kilátástalanságon átse-



gíti az embert. Talán a legeltetőbb szó, kifejezés magyar nyelvünkben. Ezzel segíthetünk önmagunk rossz lelkiállapotán, segíthetünk lelkében összeomlott embertársainkon, életkedvet adhatunk a beteg embernek.

Nincs olyan ember, aki ne tudna oly módon segíteni valakin, aki rászorul, hogy egy jó beszélgetéssel, egy régi emlék felemlítésével, egy apró figyelmességgel örömet ne varázsolna a megkeseredett életű emberbe. Sokszor nincs is többre szüksége az elesett sorban lévőeknek, csak egy kis vigaszra, egy jó szóra, egy pohár vízre. És ezt kötelességünk nyújtani a rászorulóknak. Nem mehetünk el érzéketlenül a más nyomorúsága mellett, segíteni kell mindenkin, akit a sorsa elénk sodor. Tetteink nyomán sok-sok apró remény gyulladhat fel a reménytelenségbe zuhant emberben. Ezek a cselekedetek nemesítik saját lelkünket is.

Dr. Nardai Ilona



NÉZŐPONT

Gondolatok az egészségről – dr. Nardai Ilona műsora kéthetente keddenként 9:50-től és 22:50-től január 7., 21.

Országos Teológiai és Lelkipásztori napok 2024. november

Gondolom, mindannyian szívesen olvasunk beszámolót egy-egy eseményről. Ugyanakkor, ha résztvevőként írok ilyen tudósítást, érzékelem, hogy milyen nehéz a lényegét visszaadni. Most ráadásul, amikor olvassák ezt a beszámolót, már bő egy hónap eltelt az esemény óta. Mégis fontos, hogy halljunk, olvasunk ilyen találkozásokról is.



A résztvevők papok, szerzetesek és világiak voltak. A találkozó már több mint 30 éves múltra tekint vissza.

A lelkipásztori napok témája az imádság volt. Sokféle szempontból jártuk körül a témát. Elméletben és gyakorlatban is. Hallhattuk, hogy a Bibliában hogyan jelenik meg, megismerhettük a görög-katolikusok gondolkodását, az imádság háza mozgalmak jelenlétét, átértékeltük a dicsőítő ima szépségét és fontosságát. Rácsodálkozhattunk a szentírás folyamatos olvasásának (lectio divina) értékeire.

Mindennap volt szentmisénk és szentségimádásunk is. A szünetekben pedig találkozhattunk ismerősökkel, megismerkedhettünk új emberekkel. Ezek a beszélgetések is fontos részei voltak az együttlétnek.

Ami számomra nagyon jó volt, hogy 3 napig egy témára lehetett koncentrálni, kiszakadva a hétköznapi rohanásból.

Magáról a konferenciáról az Országos Lelkipásztori Intézet facebook oldalán lehet többet olvasni. Az előadások hanganyaga pedig megtalálható az Intézet honlapján.

Fülöp Ákos atya



Meghívó támogatói vacsorára a Mária Rádióért

A cégvezetőknek és vállalkozóknak szervezett népszerű imareggeli sorozatunk januári alkalmá rendhagyó lesz. Ezúttal a Mária Rádió születésnapja tiszteletére támogatói vacsorát szervezünk. **Január 17-én, pénteken 18:00-22:00 között a VigVarjú étterem** különtermébe (Budapest, V. ker. Vigadó tér 2.) hívjuk az érdeklődő vezetőket és vállalkozókat házastársaikkal együtt. A részvétel regisztrációhoz kötött. A belépő árával a résztvevők a Mária Rádiót támogatják, és az alábbi programon vehetnek részt.

- 18:00 érkezés
- 18:30 előadás a hamis és az igazi reményről (Simon Dávid atya)
- 18:50 kérdések
- 19:00 imaszándékok és imádság
- 19:05 vacsora
- 20:30 prezentáció (a Mária Rádió 2024-es éve és a 2025-ös tervei)
- 20:45 beszélgetés
- 22:00 vége

Részletek és regisztráció:

www.mariaradio.hu/imareggeli

A MÁRIA RÁDIÓ TÁMOGATÁSA

BANKI UTALÁSSAL:

Mária Rádió Közhasznú Egyesület
10918001-00000069-12310000

CSEKKEN:

(csekk igényelhető a 061 373 07 01 telefonon)
Mária Rádió Közhasznú Egyesület
10918001-00000069-12310000

SZEMÉLYESEN:

Budapest (XIII. kerület), Gogol u. 28.
(a Mária Rádió szerkesztősége)

ISTEN FIZESSE MEG ANYAGI ÁLDOZATAIKAT!

KÖLTSÉGEK RÉSZLETESEN:



Adománybevétel és működési költség egyenleg október végén 4 566 000 Ft
Összes költség novemberben -39 774 000 Ft
Normál adományok novemberben 40 573 000 Ft
Adománybevétel és működési költség egyenleg november végén 5 365 000 Ft

A magyarországi Mária Rádió elindulását 2006-ban az Olasz Világcsalád (World Family of Radio Maria) 66 ezer euró kamatmentes kölcsönrel segítette, amelyet ez év végéig vissza kell fizetnünk a Világcsalád felé. Októberben ezen kölcsön visszafizetésére **Mariathon** adománygyűjtő napokat tartottunk. A hallgatói család gyors összefogásának eredményeként október és november hónapok során a ténylegesen befolyt adományok összege **26.246.146 Ft** volt. Ennek hála a kölcsönösszeg második felét (33 ezer eurót) is sikerül 2024. év végére törleszteni a Világcsalád részére!

Köszönjük szépen hallgatóink nagylelkű Mariathon adományait!

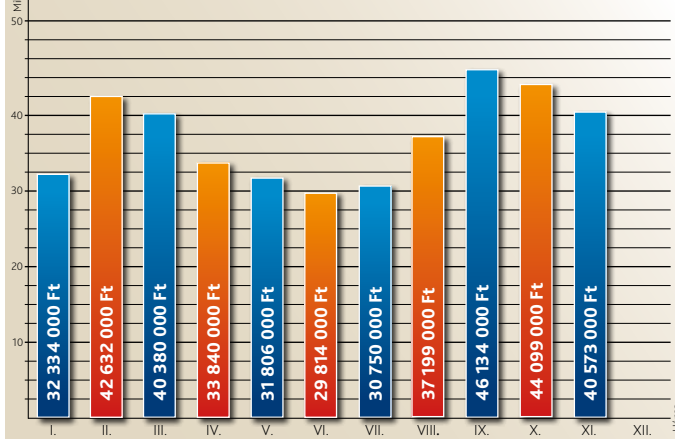
Hálás szívvel köszönjük és a jövőben is kérjük a hallgatói család szüntelen imáit és anyagi támogatását ahhoz, hogy a Szűzanya rádiójának működése folyamatosan biztosítva legyen!

Isten áldja meg nagylelkű adományozóinkat!

SZENTMISÉK | 2025. JANUÁR

Nap	Helység	Templom	Kőznep	Vasárnap
1	Esztergom	Esztergomi Bazilika Nagyboldogasszony- és Szent Adalbert-főszékesegyház	17:00	
2, 9, 16, 23, 30	Győr	Nagyboldogasszony-székesegyház	9:00	
3, 10, 31	Keszthely	Kis Szent Teréz-bazilika	9:00	
3	Budapest (III.)	Szent Vér kápolna	15:15	
4	Csiksomlyó	Sarlós Boldogasszony- kegytemplom	17:00	
5	Bodajk	Mindenkor Segítő Szűz Mária-kegytemplom		9:30
6, 20	Nyíregyháza	Szent Atanász Hittudományi Főiskola kápolnája	9:00	
7, 14, 21, 28	Budapest (II.)	Újlaki Sarlós Boldogasszony-templom	9:00	
8, 15, 22, 29	Hatvan	Hatvani Újvárosi Szent István király-templom	9:00	
11, 18, 25	Budapest (XII.)	Felsőkrisztinavárosi Keresztelő Szent János-templom	18:00	
12	Budapest (XIX.)	Kispesti Jézus Szíve-templom		9:00
13	Budapest (XIII.)	Mária Rádió kápolnája	9:00	
15	Budapest (II.)	Budapesti Országúti Ferences templom	18:00	
17	Nagyvárad	Mária Rádió Erdély	9:00	
19	Budapest (XIII.)	Árpád-házi Szent Margit (Domonkos) kolostorrom		11:00
19	Budapest (V.)	Deák téri evangélikus templom		18:00
24	Szabadka	Mária Rádió Délvidék	9:00	
26	Budapest (XIX.)	Kispesti Nagyboldogasszony-templom		9:00
27	Észak-Komárom	Mária Rádió Felvidék	9:00	

ADOMÁNYOK ALAKULÁSA 2024-ben



MŰSORVÁZ

HÉTFŐ – PÉNTEK

0:00 Boldogasszony anyánk
0:05 SZENTOLVASÓ
0:45 Tanúságtétel (ism.)
1:05 Magazinműsorok (ism.)
2:55 Igéző (ism.)
3:00 IRGALMASSÁG ÓRÁJA (ism.)
3:30 Magazinműsorok (ism.)
4:15 Hittanóra (ism.)
5:00 SZENTOLVASÓ
5:40 Ne féljetek!
5:45 Abba Pater
6:00 ZSOLOZSMA
6:30 Hírek a Vatikánból
7:00 Igéző
7:05 Napindító (reggeli magazin)
8:30 Otthon a családban
9:00 SZENTMISE
10:00 Hittanóra
10:45 Délelőtti magazin
11:25 ZSOLOZSMA
12:00 ÚRANGYALA
12:15 SZENTOLVASÓ
13:00 Szentírásolvasás (szerdán Audiencia)
13:10 Ne féljetek!
13:15 Lelki irodalom
13:25 Lelkiségi műsorok
14:00 A nap evangéliuma
14:15 Jóhírek
14:50 Imalánc
15:00 IRGALMASSÁG ÓRÁJA
15:15 SZENTOLVASÓ
16:00 Hitvalló / Tanúságtétel
16:30 Egyszerű szavak
16:35 Hazafelé (délutáni magazin)
18:00 Délutáni magazin 2
18:50 Igéző
19:00 ZSOLOZSMA
19:25 Lelkiségi műsorok
20:00 KIÁLTÁS – Ima a nemzetért
20:15 Esti magazin 1
21:00 Esti magazin 2
22:00 Hittanóra
23:00 Hírek a Vatikánból
23:20 Lelkiségi műsorok (ism.)
23:40 ZSOLOZSMA

SZOMBAT

0:00 Boldogasszony anyánk
0:05 SZENTOLVASÓ
0:45 Tanúságtétel (ism.)
1:05 Magazinműsorok (ism.)
2:55 Igéző (ism.)
3:00 IRGALMASSÁG ÓRÁJA (ism.)
3:30 Magazinműsorok (ism.)
4:15 Hittanóra (ism.)
5:00 SZENTOLVASÓ
5:40 Ne féljetek!
5:45 Abba Pater
6:00 ZSOLOZSMA
6:30 Hírek a Vatikánból
7:00 Igéző
7:05 Napindító (reggeli magazin)
8:30 Otthon a családban / Aktuális
9:00 Katekézis (Bábel Balázs érsek)
10:00 Hittanóra
11:00 Egyháztörténeti műsorok
11:25 ZSOLOZSMA
12:00 ÚRANGYALA
12:15 SZENTOLVASÓ
13:00 Szentírásolvasás
13:10 Ne féljetek!
13:15 Lelki irodalom
13:25 Inter Arma Caritas
14:00 Perikópa
14:50 Imalánc
15:00 IRGALMASSÁG ÓRÁJA
15:15 SZENTOLVASÓ
16:00 Hitvalló / Tanúságtétel
16:25 Hírek a Vatikánból
16:50 Kórkép
17:35 Aktuális
18:00 SZENTMISE
19:00 ZSOLOZSMA
19:25 Ilyeneké a mennyek országa
20:00 KIÁLTÁS – Ima a nemzetért
20:15 Aktuális
21:00 Szombat esti beszélgetés
21:40 Újkori gondolkodók/ Zsinattörténet
22:00 Talentum
23:00 Hírek a Vatikánból
23:20 Lelkiségi műsorok (ism.)
23:40 ZSOLOZSMA

VASÁRNPAP

0:00 Boldogasszony anyánk
0:05 SZENTOLVASÓ
0:45 Tanúságtétel (ism.)
1:05 Magazinműsorok (ism.)
2:55 Igéző (ism.)
3:00 IRGALMASSÁG ÓRÁJA (ism.)
3:30 Magazinműsorok (ism.)
4:15 Hittanóra (ism.)
5:00 SZENTOLVASÓ
5:40 Ne féljetek!
5:45 Abba Pater
6:00 ZSOLOZSMA
6:30 Hírek a Vatikánból
7:00 Igéző
7:05 Napindító (reggeli magazin)
8:30 Ökumenikus lapszemle
9:00 A VASÁRNPAP
MEGSZENTELÉSE, SZENTMISE (változó időpont)
10:00 Aktuális
11:25 ZSOLOZSMA
12:00 ÚRANGYALA
12:15 SZENTOLVASÓ
13:00 Audiencia
13:25 Üdvözlégy Oltárizsentségi!
13:35 Legyetek apostolok
14:00 Perikópa
14:50 Imalánc
15:00 IRGALMASSÁG ÓRÁJA
15:15 SZENTOLVASÓ
16:00 Hitvalló
16:25 Hírek a Vatikánból
16:45 Egyszerű szavak
16:50 A hit kapuja
17:35 Aktuális
18:00 Kincsesháza / Lelkiségi műsor
18:50 Igéző
19:00 ZSOLOZSMA
19:25 Esti mese
20:00 KIÁLTÁS – Ima a nemzetért
20:15 Az élet csodája/Aktuális
20:40 Valóságos jelenlét
21:05 Az élet forrása
22:00 Felvidéki beszélgetés
23:00 Hírek a Vatikánból
23:20 Lelkiségi műsorok (ism.)
23:40 ZSOLOZSMA

A helyi egyházi programok változásának megfelelően a rádió műsora is változhat.

Előre nem látható körülmények miatt a műsorszám változhat.

HÍREK: 05:55, 06:55, 07:55, 08:55, 09:55, 10:40, 11:55, 12:55, 13:55, 14:45, 15:55, 16:25, 17:55, 18:55, 19:45, 20:55, 21:55, 22:55, 23:55

JEGYZET: 09:50, 14:25, 22:50



Jákob álma

„Milyen félelmetes ez a hely, valóban itt van az Isten háza és itt van az ég kapuja.” „Alattad a föld, fölötted az ég, benned a létra.” (Weöres Sándor) idézet inspirációja révén készítettem el a művet.

Zalubel István



Zalubel István művészetét egy műértő így jellemezte:

„Műveit hosszú érlelési folyamat során, több festékréteg felrakásával hozza létre. Az így kialakult rusztikus felszínen a pigmentrétegek végül sajátos színharmóniát eredményeznek. Képeit nagyon határozott kompozíciós szerkezet uralja, amely az egymáson átsejlő színekkel és egymást átható formákkal fejezi ki a festő érzelmeit, gondolatait és mondanivalóját.”

A Mária Rádió Közhasznú Egyesület számlaszáma:
10918001-00000069-12310000



Kiadó: MÁRIA RÁDIÓ Nonprofit Kft.
(Székhely: 8200 Veszprém, Házgyári út 7.)
Felelős kiadó: Boros Zoltán, dr. Szabó Tamás
HAVONTA MEGJELENŐ MAGAZIN • ISSN 2063-3858
Felelős szerkesztő: Hrabóczki József Sándor • mrmagazin@mariaradio.hu
Nyomdai előkészítés: Gregor László • Lektorok: Boronkai Zsuzsanna,
Kertészné Tóth Éva, Tilless Béláné Ágnes, Szántai Erzsébet, Biró István,
Kárpátné dr. Smidróczki Éva • Korrektor: Bérczy Ildikó
Nyomda: EDS Zrínyi Zrt. • 2600 Vác, Nádas utca 8.
Felelős vezető: Csontos Csilla vezérigazgató

A MÁRIA RÁDIÓ ADÓHÁLÓZATA

Ajka	FM 93.2	Keszthely	FM 93.4	Telkibánya	FM 100.6
Budapest	FM 88.8	Komárom	FM 88.3	Törökbálint	FM 97.6
Cegléd	FM 88.3	Monor	FM 106.3	Várpalota	FM 90.0
Celldömölk	FM 92.5	Mór	FM 92.9	Veszprém	FM 95.1
Dabas	FM 97.5	Nyíregyháza	FM 106.8	Zalaegerszeg	FM 104.4
Dömös	FM 104.9	Pápa	FM 90.8		
Esztergom	FM 97.4	Pécel	FM 91.7		
Göd	FM 97.3	Piliscsaba	FM 104.2		
Gyál	FM 98.9	Sárvár	FM 95.2		
Kaposvár	FM 93.1	Szombathely	FM 88.4		

A Mária Rádió
vételkörzeteiben készült
műsorok minden nap
17:50 és 19:50 között
hallhatóak a vidéki
frekvenciáinkon!