**Első állomás**

**Megérkezés**

Isten szeretettel és örömmel vár téged. Hozzá meg lehet érkezni úgy, ahogy vagy. A lényeg, hogy itt vagy!

Hogy érkeztél meg? Milyen érzések vannak benned? Válaszd ki a kártyák közül azt, amely a legközelebb van a mostani lelkiállapotodhoz.

Helyezd magad elé és gondold végig: megfelel ez neked? Kielégítő vagy zavaró, kellemetlen, ami benned van? Választhatsz több kártyát is.

Imádságban mesélj Istennek arról, ahogy érkeztél, mindazokról a dolgokról, amik most benned zajlanak, akár a zsoltáros szavait használva!

*„Ahogyan a szarvas kívánkozik a folyóvízhez, úgy kívánkozik a lelkem hozzád, Istenem!*

*Isten után szomjazik lelkem, az élő Isten után:*

*Mikor mehetek el, hogy megjelenjek Isten előtt?” (Zsolt 42,2–3)*

*„Csak Istennél csendesül el lelkem, tőle kapok reménységet.*

*Csak ő az én kősziklám és szabadítóm, erős váram, nem ingadozom.*

*Istennél van segítségem és dicsőségem, erős sziklám és oltalmam az Isten.*

*Bízzatok benne mindenkor, ti, népek, öntsétek ki előtte szíveteket, Isten a mi oltalmunk!” (Zsolt 62,6–9)*

**Második állomás**

**Harcok, küzdelmek**

Keresztyénként nekünk nem fegyverekkel, velünk szemben álló ellenséggel kell harcolni. Sokkal rosszabb a helyzetünk: magunkkal, döntéseinkkel, akaratunkkal, vágyainkkal állunk szemben.

Nézz rá a lepedőre, harcaink sokasága jelenik meg rajta. Van közte olyan, ami téged is érint? Mi a legnagyobb harcod most? Írd fel a kis pajzsok valamelyikére! Hol tartasz a harcban? Mire van szükséged a küzdelemhez? Mondd el Istennek! Tedd le elé, hagyd itt!

A zsoltáros bizonyságtétele téged is bátorítson: Isten nem hagy el a harcban. Fogja a kezed, erőt és kitartást ad számodra. Olvasd el az ige szavait!

*„Szeretlek, Uram, erősségem!*

*Az Úr az én kőszálam, váram és megmentőm, Istenem, kősziklám, nála keresek oltalmat, pajzsom, hatalmas szabadítóm, fellegváram!*

*Az Úrhoz kiáltok, aki dicséretre méltó, és megszabadulok ellenségeimtől.*

*Körülvettek a halál kötelei, pusztító áradat rettent engem…*

*Van-e Isten az Úron kívül? Van-e kőszikla Istenünkön kívül?*

*Isten ruház föl engem erővel, ő teszi tökéletessé utamat.*

*Lábamat a szarvaséhoz hasonlóvá teszi, magaslatokra állít engem.*

*Ő tanítja kezemet a harcra, karjaim ércíjat feszítenek.*

*Oltalmazó pajzsodat átadtad nekem, jobbod támogat engem, sokszor lehajoltál hozzám.*

*Biztossá teszed lépteimet, és nem inognak bokáim.” (Zsolt 18,2–4.32–37)*

elengedés, munka, pénz, függőségek, kapcsolatok, család, félelem, aggódás, COVID-19, szolgálat, betegség, magány, önzőség, ítélkezés, nagyravágyás, karrier

**Harmadik állomás**

**Fegyvereink**

Sokszor érezzük eszköztelennek, tehetetlennek magunkat életünk harcaiban, csatáiban. Pedig Isten nem hagy minket fegyvertelenül. Igéjével, törvényeivel, a hitünkkel felvértez minket minden küzdelemre. Sőt, ő maga harcol értünk.

Olvasd, imádkozd végig a 91. zsoltárt, és keresd meg benne azokat a „fegyvereket”, amelyeket az Úristen megad az övéinek. Mondd el Istennek félelmeidet, mindazokat a dolgokat, amelyek most terhelnek, amikért aggódsz!

*„Aki a Felséges rejtekében lakik, a Mindenható árnyékában pihen, az ezt mondhatja az Úrnak:*

*Oltalmam és váram, Istenem, akiben bízom!*

*Mert ő ment meg téged a madarász csapdájától, a pusztító dögvésztől.*

*Tollaival betakar téged, szárnyai alatt oltalmat találsz, pajzs és páncél a hűsége.*

*Nem kell félned a rémségektől éjjel, sem a suhanó nyíltól nappal, sem a homályban lopódzó dögvésztől, sem a délben pusztító ragálytól.*

*Ha ezren esnek is el melletted, és tízezren jobbod felől, téged akkor sem ér el.*

*A te szemed csak nézi, és meglátja a bűnösök bűnhődését.*

*Ha az Urat tartod oltalmadnak, a Felségest hajlékodnak, nem érhet téged baj, sátradhoz közel sem férhet csapás.*

*Mert megparancsolja angyalainak, hogy vigyázzanak rád minden utadon, kézen fogva vezetnek téged, hogy meg ne üsd lábadat a kőben.*

*Eltaposod az oroszlánt és a viperát, eltiprod a fiatal oroszlánt és a tengeri szörnyet.*

*Mivel ragaszkodik hozzám, megmentem őt, oltalmazom, mert ismeri nevemet.*

*Ha kiált hozzám, meghallgatom, vele leszek a nyomorúságban, kiragadom onnan, és megdicsőítem őt.*

*Megelégítem hosszú élettel, gyönyörködhet szabadításomban.” (Zsolt 91)*

Isten igéje fegyver a kezünkben. Vidd magaddal a 121. zsoltárt és helyezd valami látható helyre, hogy mindig emlékeztessen: Istennel harcolsz, nem egyedül!

*„Zarándokének.*

*Tekintetem a hegyekre emelem: Honnan jön segítségem?*

*Segítségem az Úrtól jön, aki az eget és a földet alkotta.*

*Nem engedi, hogy lábad megtántorodjék, nem szunnyad az, aki védelmez téged.*

*Bizony nem szunnyad, nem alszik az, aki védelmezi Izráelt!*

*Az Úr védelmez téged, az Úr a te oltalmad jobb kezed felől.*

*Nem árt neked nappal a nap, sem éjjel a hold.*

*Az Úr megőriz téged minden bajtól, megőrzi életedet.*

*Megőriz az Úr jártodban-keltedben, most és mindenkor.” (Zsolt 121)*

**Negyedik állomás**

**Tükör**

Nehéz hónapok állnak mögöttünk. A bezártság, a kapcsolattartás nehézségei, az egyedüllét sok mindenre rámutattak.

Ez az időszak mindenki elé tükröt tartott. Vajon mit mutat ez a tükör most rólad?

Vedd a kezedbe a tükröt, és nézz bátran bele.

Először csak figyeld az arcodat, aprólékosan nézz végig minden pici részen. A végére hagyd a szemed. Tekints bele és gondold végig:

Mit tudtál meg magadról az elmúlt hónapokban?

Mi az a tulajdonságod, ami felerősödött? Örülsz ennek?

Mi az, ami meglepett még téged is önmagaddal kapcsolatban? Ki vagy te most?

Ha végeztél a kérdésekkel, akkor tedd le a tükröt a kezedből, és vedd fel a másikat, amin az ige (Zsolt 139,1–19) is található. Isten szava számunkra olyan, mint egy tükör. Elolvasva még többet megtudunk magunkról.

*„A karmesternek: Dávid zsoltára.*

*Uram, te megvizsgálsz és ismersz engem.*

*Tudod, ha leülök vagy ha felállok, messziről is észreveszed szándékomat.*

*Szemmel tartod járásomat és pihenésemet, gondod van minden utamra.*

*Még nyelvemen sincs a szó, te már pontosan tudod, Uram.*

*Minden oldalról körülfogtál, kezedet rajtam tartod.*

*Csodálatos nekem ez a tudás, igen magas, nem tudom felfogni.*

*Hova menjek lelked elől? Orcád elől hova fussak?*

*Ha a mennybe szállnék, ott vagy, ha a holtak hazájában feküdnék le, te ott is jelen vagy.*

*Ha a hajnal szárnyaira kelnék, és a tenger túlsó végén laknék, kezed ott is elérne, jobbod megragadna engem.*

*Ha azt gondolnám, hogy elnyel a sötétség, és éjszakává lesz körülöttem a világosság: a sötétség nem lenne elég sötét neked, az éjszaka világos lenne, mint a nappal, a sötétség pedig olyan, mint a világosság.*

*Te alkottad veséimet, te formáltál anyám méhében.*

*Magasztallak téged, mert félelmetes vagy és csodálatos; csodálatosak alkotásaid, és lelkem jól tudja ezt.*

*Csontjaim nem voltak rejtve előtted, amikor titkon formálódtam, mintha a föld mélyén képződtem volna.*

*Alaktalan testemet már látták szemeid; könyvedben minden meg volt írva, a napok is, amelyeket nekem szántál, bár még egy sem volt meg belőlük.*

*Mily drágák nekem szándékaid, Istenem, mily hatalmas azoknak száma!*

*Számolgatom, de több a homokszemeknél, és a végén is csak nálad vagyok.*

*Bár megölnéd, Istenem, a bűnöst, és távoznának tőlem a vérontó emberek!*

*Akik csalárdul beszélnek rólad, ellenségeid, hazugul mondják ki nevedet.*

*Ne gyűlöljem-e gyűlölőidet, Uram? Ne utáljam-e támadóidat?*

*Határtalan gyűlölettel gyűlölöm őket, hiszen nekem is ellenségeimmé lettek.*

*Vizsgálj meg, Istenem, ismerd meg szívemet!*

*Próbálj meg, és ismerd meg gondolataimat!*

*Nézd meg, nem járok-e téves úton, és vezess az örökkévalóság útján!” (Zsolt 139)*

Nagyon lassan olvasd el az ige szavait, és válassz ki egy sort vagy egy szót, ami most különösen is fontos számodra. Húzd alá, jelöld meg, vagy díszítsd ki egy általad választott színnel. Nem baj, ha már mások is kiemelték már! Imádságban mondd el Istennek, mit értettél meg a szavaiból, mi az, ami neked örömöt vagy éppen szomorúságot jelentett!

**Ötödik állomás**

**Bűnvallás**

Harcaink, küzdelmeink során előfordul, hogy olyan eszközöket használunk, ami nem kedves Istennek. A mindennapi pörgésben bántunk, átlépünk, kiközösítünk, ítélkezünk, gyűlölünk, gáncsoskodunk, utálunk, megvetünk, haragszunk, csalunk, lopunk…

A bűneink, mint hatalmas kövek húznak lefelé, elválasztva Istentől és másoktól. Ezektől a kövektől meg lehet szabadulni.

*„Én Istenem, én Istenem, miért hagytál el engem? Távol van tőlem a segítség, pedig jajgatva kiáltok!” (Zsolt 22,1)*

Jézus ezekkel a szavakkal szenvedett érted a kereszten. Jézus vállalta érted a szenvedést, a halált is, hogy te megszabadulj a bűneidtől. Élj ezzel a hatalmas ajándékkal!

Fogj a kezedbe egy követ. Vizsgáld meg a lelkiismereted, vedd számba vétkeidet, amiket gondolatban, szóban, cselekedetben vagy mulasztással elkövettél. Gondold végig, kit, mikor és hogyan bántottál meg. Kitől, miért kellene bocsánatot kérned?

Az 51. zsoltárt imádkozva tedd le Isten elé vétkeidet, helyezd el a kezedben lévő követ a kereszten, és fogadd el az ő felszabadító, megtisztító bocsánatát!

*„Könyörülj rajtam kegyelmeddel, Istenem, töröld el hűtlenségemet nagy irgalmaddal!*

*Teljesen mosd le rólam bűnömet, és vétkemtől tisztíts meg engem!*

*Mert tudom, hogy hűtlen voltam, és vétkem mindig előttem van.*

*Egyedül ellened vétkeztem, azt tettem, amit rossznak látsz.*

*Ezért igazad van, ha szólsz, és jogos az ítéleted.*

*Lásd, én bűnben születtem, anyám vétekben fogant engem.*

*Te pedig a szívben levő igazságot kedveled, és a bölcsesség titkaira tanítasz engem.*

*Tisztíts meg izsóppal, és tiszta leszek, moss meg engem, és fehérebb leszek, mint a hó.*

*Engedd, hogy vidámságot és örömöt halljak, és megújuljanak tagjaim, amelyeket összetörtél.*

*Rejtsd el orcádat vétkeim elől, töröld el minden bűnömet!*

*Tiszta szívet teremts bennem, Istenem, és az erős lelket újítsd meg bennem!” (Zsolt 51,3–12)*

**Hatodik állomás**

**Örömök, sikerek, eredmények – Hála**

A mögötted álló fél év sok mindent hozott magával. Hajlamosak vagyunk csak a rosszat, a keveset, a nehezet észrevenni.

Pörgesd át az előtted álló naptárt, és gondold végig, mi minden történt ez idő alatt, ami jó. Milyen eredményeket értél el? Mi az, ami örömet adott számodra? Hol tapasztaltad Isten feléd nyújtott segítségét? Miből emelt ki? Mit kaptál tőle? Miért vagy hálás? Ha valamelyik hónapnál eszedbe jut valami, írd bele nyugodtan! Töltsük meg együtt ezt a fél évet sok-sok jó dologgal!

Ne felejtsd el, ajándékozó, gondviselő, minket gazdagító Istenünk van! A 23. zsoltár szavaival adj hálát azért, hogy a mennyei Atya minden napra elkészít számunkra valamit, ami örömöt ad, megelégít, szükségleteinket betölti.

Hogy ezt soha ne felejtsd el, a 23. zsoltár mondatait különböző színű gyöngyökből „fűzd fel” a zsenília pásztorbotra, és vidd magaddal!

Fehér: *Az Úr az én pásztorom, nem szűkölködöm.*

Zöld: *Füves legelőkön terelget, csendes vizekhez vezet engem.*

Átlátszó vagy ezüst: *Lelkemet felüdíti,*

Kék: *igaz ösvényen vezet az ő nevéért.*

Fekete: *Ha a halál árnyéka völgyében járok is, nem félek semmi bajtól, mert te velem vagy: vessződ és botod megvigasztal engem.*

Barna: *Asztalt terítesz nekem ellenségeim szeme láttára.*

Narancs: *Megkened fejemet olajjal,*

Lila: *csordultig van poharam.*

Arany vagy sárga: *Bizony, jóságod és szereteted kísér életem minden napján, és az Úr házában lakom egész életemben.*

**Hetedik állomás**

**Közösség**

Isten közösségre teremtett minket. A családban, a baráti társaságban, de akár egy csapatban is érezheted, hogy szeretnek, fontos vagy, tartozol valahova.

Az ifi közössége Isten ajándéka nekünk, hívő fiataloknak. Neked helyed van itt. Ebben a közösségben mindenki fontos. Mindenki hozzátesz, alakítja egy kicsit. Ha valaki hiányzik, akkor azt az egész közösség érzi.

Gondold végig:

Hol a helyed az ifiben?

Mi az, amit te teszel hozzá a közösséghez?

Mi a feladatod? Mit bízott rád Isten ebben a „csapatban”?

Feladat: Miközben gondolkozol, a gyurmából formázd meg magad. Az ifi körében helyezd oda, ahol magadat látod ebben a közösségben! Elégedett vagy ezzel? Lenne olyan, amin változtatnál?

Adj hálát Istennek az ifiért, és imádkozz azért, hogy továbbra is hordozzon minket így, együtt!

*„Ó, mily szép és mily gyönyörűséges, ha a testvérek egyetértésben élnek!*

*Olyan ez, mint mikor a drága olaj a fejről lecsordul a szakállra, Áron szakállára, amely leér köntöse gallérjára.*

*Olyan, mint a Hermón harmatja, amely leszáll a Sion hegyére.*

*Csak oda küld az Úr áldást és életet mindenkor.” (Zsolt 133)*

**Nyolcadik állomás**

**Döntések, elhatározások, jövő – Könyörgés, kérés, közbenjárás**

Sokszor olyan az életünk, mint egy labirintus: elindulunk egy úton, és van, amikor pontosan tudjuk, mikor és merre kanyarodjunk, hogy célt érjünk, máskor bolyongunk, mert nem találjuk az utat.

Te most hol állsz életed labirintusában? Tudod, hogy merre vezet az utad? Látod a célt magad előtt? Mik azok a kérdések, amelyekre válaszokat vársz? Milyen döntéseket kell meghoznod? Mi a te életed nagy kérdése? Gondold végig, és ha van kedved, írd fel egy cetlire és hagyd itt. Az utánad jövő imádkozik érted.

Isten számára nem érdektelenek a kéréseink, könyörgéseink. Bátran fordulj hozzá, kérd, hogy adja meg számodra a válaszokat, segítsen a döntésekben, mutasson utat, és ő nem fog késni a válasszal. Megadja a megfelelő időben. Miközben kéréseidet megfogalmazod Istennek, bátorítson ebben az ő szava, olvasd el a labirintusban lévő igét!

*„Utaidat, Uram, ismertesd meg velem, ösvényeidre taníts meg engem!*

*Vezess hűségesen, és taníts engem, mert te vagy szabadító Istenem, mindig benned reménykedem.” (Zsolt 25,4–5)*

*„Gyönyörködj az Úrban, és megadja szíved kéréseit!*

*Hagyd az Úrra utadat, bízzál benne, mert ő munkálkodik: világossá teszi igazságodat, jogodra fényt derít.” (Zsolt 37,4–6)*

**Kilencedik állomás**

**Dicsőítés**

Lassan imasétád végére érsz. Sok minden van mögötted, amit átgondolhattál, letehettél az Úr elé, vagy éppen magaddal vihettél.

Az utolsó állomáson most legyen teljesen Istené ez a pár perc. Őt dicsérje benned minden, neki adj hálát, csodálkozz rá nagyságára, fenségére, és arra, hogy te ennek a mennyei Atyának a gyermeke lehetsz!

*„Jöjjetek, örvendezzünk az Úr előtt, ujjongjunk szabadító kősziklánk előtt!*

*Menjünk eléje hálaadással, ujjongjunk előtte énekszóval!*

*Mert nagy Isten az Úr, nagy király minden isten fölött.*

*Kezében vannak a föld mélységei, a hegyek ormai is az övéi.*

*Övé a tenger, hiszen ő alkotta, a szárazföldet is az ő keze formálta.*

*Jöjjetek, boruljunk le, hajoljunk meg, essünk térdre alkotónk, az Úr előtt!*

*Mert ő a mi Istenünk, mi pedig legelőjének népe, kezében levő nyáj vagyunk.*

*Most, amikor halljátok szavát, ne keményítsétek meg szíveteket…” (Zsolt 95,1–8)*

Többnyire azért dicsőítjük Istent, amit tett. Pedig az is sokat elárul, amikor nem tesz velünk semmit. Elárulja hatalmát és nagyságát. Azt, hogy ő nincs a kezünkben. Felfoghatatlan fensége és csodálatos a léte!

Ő alkotott és teremtett mindent. Bölcsen igazgatja ezt az egész világot, benne a te életedet is.

Miközben végignézed a kisfilmet, csodálkozz rá Isten nagyságára, hatalmára, dicsőségére. Ha van kedved, játssz egy kicsit az előtted lévő homokkal és kövekkel. Építs belőle hegyeket és völgyeket, formázd a „tájat” kedved szerint és közben „gyönyörködj az Úrban”.

**Tizedik állomás**

**Áldás**

Az imaséta véget ért. Isten áldása kísérjen téged tovább!

*„Ha az Urat tartod oltalmadnak, a Felségest hajlékodnak, nem érhet téged baj, sátradhoz közel sem férhet csapás.*

*Mert megparancsolja angyalainak, hogy vigyázzanak rád minden utadon, kézen fogva vezetnek téged, hogy meg ne üsd lábadat a kőben.” (Zsolt 91,9–13)*