**Mezítlábas imaösvény**

Életed különböző szakaszain különböző megtapasztalásokat élsz át. Mélységeket, magasságokat, örömteli, nehéz, fájdalmas eseményeket, puha, fájó, kellemetlen vagy kellemes tapasztalásokat. De bármin is mész át, egy biztos: Jézus megígérte, hogy veled lesz az úton, és a Lélek által vezetni fog. Most egy ösvény bejárásra hívunk. Különböző útszakaszokon, más és más anyagokból álló úton keresztül jutsz el a célig. *Mezítláb* járd végig az utat, érezd meg a lábad alatt az ösvény milyenségét. Minden szakasz kezdetén egy-egy bibliai idézetet találsz. Olvasd el, forgasd magadban, és hagyd, hogy a megtapasztalásokon keresztül Isten üzenjen neked ezen az úton. Szabad vagy arra, hogy saját tempódban járd végig az utat, annyi időt töltve az ösvényen, amennyire szükséged van. Áldott utat kívánunk!

**Kapu**

Az Úr legyen előtted,   
    hogy a jó utat mutassa neked.  
Az Úr legyen melletted,   
    hogy téged karjába zárjon és megvédjen.  
Az Úr legyen mögötted,  
    hogy megvédjen a Gonosz cselvetésétől.  
Az Úr legyen alattad,  
    hogy felfogjon, ha leesel.  
Az Úr legyen tebenned,   
    hogy megvigasztaljon, ha szomorú vagy.  
Az Úr legyen körülötted,  
    hogy megvédjen, ha mások rád rontanak.  
Az Úr legyen fölötted,   
    hogy megáldjon téged.   
Így áldjon meg téged a jóságos Isten,   
    ma, holnap és minden időben.   
                             Ámen.

**Első útszakasz: fű**

*„Az Úr az én pásztorom, nem szűkölködöm.*

*Füves legelőkön terelget, csendes vizekhez vezet engem.*

*Lelkemet felüdíti, igaz ösvényen vezet az ő nevéért.”*

*(Zsolt 23,1–3)*

**Második útszakasz: víz**

*„Ne félj, mert megváltottalak, neveden szólítottalak, enyém vagy!*

*Ha vízen kelsz át, én veled vagyok, és ha folyókon, azok nem sodornak el.”*

*(Ézs 43,1–2)*

**Harmadik útszakasz: tűzifa hasábok**

*„Ha a halál árnyéka völgyében járok is,*

*nem félek semmi bajtól, mert te velem vagy:*

*vessződ és botod megvigasztal engem.”*

*(Zsolt 23,4)*

**Negyedik útszakasz: mulcs**

*„Bizony, örömmel vonultok majd ki, és békességben vezetnek titeket.*

*A hegyek és a halmok vígan ujjonganak előttetek, és a mező fái mind tapsolnak.*

*A tövis helyén boróka nő, a csalán helyén mirtusz nő.*

*Az Úr dicsőségére történik ez: örök jelként, amelyet nem lehet eltörölni.”*

*(Ézs, 55,12–13)*

**Ötödik útszakasz: szalma**

*„De akik az Úrban bíznak, erejük megújul,*

*szárnyra kelnek, mint a sasok,*

*futnak és nem lankadnak meg,*

*járnak és nem fáradnak el.”*

*(Ézs 40,31)*

**Hatodik útszakasz: meggymagok**

*„A jó földbe vetett mag: azok, akik hallgatják az igét, befogadják,*

*és az egyik harmincannyi, a másik hatvanannyi,*

*némelyik pedig százannyi termést hoz.”*

*(Mk 4,20)*

**Hetedik útszakasz: kövekből keskeny út**

*„Mert szoros az a kapu és keskeny az az út, amely az életre visz, és kevesen vannak, akik megtalálják azt.” (Mt 7,14)*

**Nyolcadik útszakasz: búza**

*„Én azért jöttem, hogy életük legyen, sőt bőségben éljenek.” (Jn 10,10)*

**Kilencedik útszakasz: homok**

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

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

*(Zsolt 139,17–18)*

**Tizedik útszakasz: fehér kavicsok**

*„Aki győz, annak adok az elrejtett mannából, adok neki fehér kövecskét is,*

*és a kövecskére írva új nevet, amelyet senki nem tud, csak az, aki kapja…*

*Aki győz, azt öltöztetik fehér ruhába, annak a nevét nem törlöm ki az élet könyvéből…”*

*(Jel 2,17; 3,5)*

**Zárás**

*Emlékezz vissza az egész útra, amelyen vezetett Istened, az Úr a pusztában ......(életkorod) éven át. (5Móz 8,2)*