1. **előadás:**

Hogyan imádkozol?  
Milyen élményeid vannak az imádsággal kapcsolatban?  
Van-e helyes imádság/imádkozás?

Mi az, ami számodra nehézséget okoz az imádságban?  
Miből ered az imádság nehézsége?  
Miért gyártunk kifogásokat az ima ellen?

Te mersz Istentől bármit kérni?  
Mi az ami számodra nehézséget okoz az imádságban?

Mit nem tudok otthagyni, hogy Istennel legyek?  
Miért hoz az ima olykor a jó érzések helyett ürességérzést?  
Volt-e már, hogy éppen a "plusz 5 perc" után érezted meg Isten jelenlétét?

Nálad hogyan rendeződik a fenn említett rangsor (1. elég alvás, 2. tiszteld testedet, 3. ...)?  
Miért imádkoznak az emberek?

Három szóval hogyan tudnád leginkább jellemezni Istennel való kapcsolatodat?  
Mi minden imádság számodra? (öröm megosztása, segítés másoknak, lemondás, másokkal való együttlét, szentségimádás, bibliaolvasás stb.)  
Mitől válhat valami imává?

Életedben hol vannak olyan holt idők, amit/amiket jobban ki lehetne használni?  
Ha elhisszük, hogy Isten a legjobb barátunk, akkor miért nem szeretünk vele lenni/miért nem töltünk vele sok időt?  
A szeretet  neked mit jelent az imában?

Számodra mostani helyzetedben milyen Jézus? (mint egy apa, isteni barát, testvér, gyermek stb.)  
Miért vágyik utánunk Isten?  
Milyen gyakran érzed mindennapjaidban, hogy Isten melletted van?  
Sokszor miért nem merjük rábízni magunkat?

Mi az, ami számodra nehézséget okoz az imádságban?  
Miből ered az imádság nehézsége?

Milyen Istenélményeid voltak? (Hogyan szólt hozzád/érintett meg Isten?)  
Lehet egy Istenélmény fájdalmas?  
Te milyen lépéseket tudsz megtenni ma Istennel való kapcsolatodban?

Mit kér tőled Isten ma? Mit kér az életedben?  
Kinek jó, ha Isten kérését teszem? (Istennek/nekem/másoknak?)  
Miért nehéz sokszor azt tennem (és nem mást), amit kér tőlem?

1. **előadás:**

Hol tudod azt mondani, hogy igazán önmagad vagy?  
Melyik torzult és melyik pozitív istenkép áll hozzád a legközelebb?  
Mit jelent számodra Isten teremtőként?  
Mit jelent számodra Isten jó pásztorként?  
Mit jelent számodra Isten mint anyai vonásokkal felruházott Isten?  
Mit jelent számodra Isten, aki az emberi szenvedést is magára vállalja?

Milyen vágyaid vannak "legbelül"?  
Ezekben hogyan van/lehet jelen Isten?  
Ezekben hogyan van/lehet jelen Isten akarata?  
Szükségleteiden és testeden keresztül hogyan szól hozzád Isten?

Számodra milyen Isten stílusa?  
Hol és hogyan tapasztalod meg?

Milyen vágyaid vannak? Ezek miből erednek?  
Mindezeket Isten elé tudod tartani?  
Mi az, amit Isten már átalakított benned, és hálát tudsz érte adni?  
Vajon miért nem hisszük el, hogy Isten képes minden vágyunkat beteljesíteni?

Milyen gondjaid, félelmeid vannak, amikkel jó lenne szembenézni?  
Képes vagy Isten segítségét kérni ebben?  
Van olyan tapasztalatod, hogy egy nagyon nehéz/rossz dolgot Isten örömmé/jóvá változtatott? Mi volt ez?

Neked milyen félelmeid vannak?  
Mi lehet félelmeidnek az oka?  
Mennyire tudod könnyen rábízni magad Istenre ilyenkor?  
Hogyan lehet előnyt kovácsolni félelmeidből?

Milyen képed, elképzeléseid vannak magadra vonatkozóan?  
Istennek milyen elképzelései lehetnek rólad?  
Ezeket hogyan tudod egyeztetni?  
Hogyan lehet a magunk által megtiltott érzéseket a jóra "hasznosítani"?

1. **előadás**

Mennyire áll közel hozzád a szóbeli ima?  
Mit jelent számodra a Mi Atyánk, amit maga Jézus tanított?  
Te mit szoktál csinálni, ha éppen nem tudsz spontán módon imádkozni?

Milyen bibliarészlet, mondás az, amitől "hevül a szíved", vagy ami ellen lázadsz? Miért érint meg ez a részlet így?  
Te mit szoktál csinálni az ima közben megjelenő "mellékes" gondolatokkal?  
Miért olyan fontos, hogy az egyház értelmével nézzük meg először az olvasott részt?

Te milyen mértékben és mennyire őszintén tudod kimondani, hogy legyen úgy, ahogy Ő akarja?

Miért félünk, hogy nem a mi akaratunk teljesül, ha csakis Isten tudja, mi kell nekünk?

Mennyire könnyen tudod elengedni a dolgokat, mennyire könnyen tudsz lemondani róluk?

Milyen dolognál okoz nehézséget ez neked?

Volt-e már, hogy valami fontosat sikerült elengedned, és sokkal többet kaptál helyette? Ha volt, mi volt ez?  
Isten, akivel négyszemközt beszélhetsz, hogyan látod, Téged hogyan szeret?  
Neked mit jelent az, hogy az Úr Jézussal eggyé válni (Vele, Benne, Általa)?

Hogyan láthatod Őt mindenkiben?  
Tapasztaltad-e már Isten szabadságát? Ha igen, mikor? Ha nem, milyennek képzeled?  
Miért olyan fontos a lemondás, fölajánlás?

Miért szeretné Isten magát egyre teljesebben odaadni neked?  
Tudsz csendben figyelni Istenre? Ha nem, mi hiányzik ehhez?  
Tudsz szeretve figyelni Istenre? Ha nem, hogyan tudnál szeretve figyelni Rá?

Mit jelent számodra az Istennel való (szeretet-) kapcsolat?  
Milyen a te "belsőima-életed"?  
Te miért (mi okból) imádkozol?

Mit jelent számodra a szeretet? (érzés, cselekvés, hűség stb.?)  
Hogyan tapasztalhatod meg, hogy Isten szeret?  
Mit jelent itt a szegénység?  
Hogyan tudod egyeztetni az életedben e kettőt: Isten - szerelem?  
Isten miért akarja nekünk adni magát?

1. **előadás:**

Segít, ha az 5 érzékszervedet is használod a beleélő imában, a szamariai asszonnyal való találkozás történetében pl. beleélheted magad Jézus személyébe:  
- tapintás: Jézus kezével tapintsd meg a forró homokot, vagy a kút káváját, s érezd, milyen kövekből készült!  
- ízlelés: érezd ahogyan összetapad az ajkad a szomjúságtól, ízleld ezt a szomjúságot!  
- szaglás: érezd az izzadtságszagodat, vagy az asszony jó illatát, a víz frissességét, a szellőt.  
- hallás: hallgasd a pusztát, vagy a tücskök ciripelését, az asszony beszédét, vagy a háttérben kolompoló birkanyájat.  
- szem: lásd, ahogy a szamariai asszony érkezik, milyen ruhában van, hogy néz ki a kút, milyen gesztusokkal van jelen és beszél!

Milyen területeket szégyellek, titkolok magamban?  
Ezeket hogyan tudom Isten elé vinni?  
Miért olyan nehéz őszintén kimondani: "Legyen meg a Te akaratod!" ?  
Te mennyire tudod őszintén mondani: "Legyen meg a Te akaratod!" ?  
Mit jelent számodra Isten atyaként?

Mennyire tudatosul benned, hogy valóban a keresztáldozatnál vagy a szentmisén?  
Te hogyan szoktad fogadni a valóságosan jelenlevő, feltámadt Jézust áldozáskor? Hogyan tudnád (még) jobban fogadni?  
Mit jelent számodra a szentmise?

Miért szeret Isten téged, és egyenként mindenkit?  
Te hogyan fogadod Istent áldozáskor? (előkészület; áldozás közben, után)  
Neked mit jelent az áldozás személyes "élményként"?  
Hogyan és mit szoktál kérni Istentől?

Ha Isten az, aki mindent lát, és ő szeret minket, akkor miért ragaszkodunk a saját elképzelésünkhöz az övé helyett?  
Te mennyire tudod elengedni a saját elképzelésed egy kérésben Isten felé?  
Volt-e olyan, hogy el tudtad engedni a saját elképzelésed egy kérésben, és sokkal többet adott Isten?   
Te mennyire tudsz bízni Istenben? (pl.: betegség; kapcsolatok - apa, anya, barátok, testvérek; dolgozat; stb.)

Te hogyan szoktál másokért imádkozni?  
Kikért szoktál imádkozni? (barátok; családtagok; ismerősök; ismeretlenek stb.)  
Mit kaptál Istentől, amit mások is kértek tőle neked?  
Mit adott Isten másnak, amit te is kértél számára Istentől?