



oázis

Erőforrásunk a család



fotó: Abai Tibor

KOPOGTATÓ

A mi eszményképünk nem a patyolattiszta ruha, hanem a szeretet • A titkok olyanok, mint a csendesen megbújó aknák • A párbeszéd az a szeretetnek, ami a testnek a vér • Szembebe megmondani, háta mögött megvédeni... • A nő olyan férfit akar, akire felnézhet, de aki nem nézi le őt • Egy kanál mézzel könnyebben lecsúszik a keserű pirula • Az igazságot ne vágjuk a másik arcába, mint egy felmosórongyot • Ha az sem mindegy, mit eszik a gyerek (vitamint vagy chipset), úgy az sem mindegy, hogy mit olvas!

ÁLDÓ ÉS ÁRTÓ SZAVAINK



Tartalom

A Kiadó és a Szerkesztő rovata	3
Esszé	5
Mindennapjaink	8
Beszélgetés Tilmann atyával és Gertrúd-Mária nővérrel.....	31
A pápára figyelünk	36
Kentenich atya tanításából.....	38
Élő háziszentély	40
Tedd könnyűvé énnemem... ..	42
Gyereknövelde	44
Főzőcske.....	45
Nincs boruk! Van boruk! Gólyahír.....	46
Óriási apróságok (gyerekszáj)	47

Az Oázis évente négyszer jelenik meg. Egy példányra vetített költsége 300 Ft, ez évente 1200 Ft. A költséget adományokból, ill. díjazás nélküli munkavégzés útján teremtjük elő. Köszönjük, ha támogatójtok kiadói tevékenységünket a következő számlaszámon:
73200134-10000434,
(Családok a Családért Egyesület) „Oázis” megjelöléssel.

Ajándék karácsonyra

Hamarosan megrendelhető a 2006-os schönstatti naptár, melynek teljes bevételét a Schönstatt-központ építésére fordítjuk. Minden hónapra egy-egy A/3 méretű lapon egy színes fotó, egy hozzáillő idézet Kentenich atyától és egy kapcsolódó életpélda tartozik az Oázisból. Október 1-től megrendelhető Óbudaváron, Mészáros Zsuzsánál, tel./fax: 87/479-026, iroda@schoenstatt.hu, és megtekinthető az interneten (www.schoenstatt.hu/olvass). Ára: 1500 Ft+postaköltség.

Köszönjük, hogy a naptár megvásárlásával támogatjátok a Központ építését!

OÁZIS 2005. szeptember, XV. évf. 2. (41.) szám, a Családok a Családért Egyesület (Magyar Schönstatt-Családmozgalom) lapja, keresztény szellemiségű házas- és családpedagógiai folyóirat. Megjelenik negyedévenként. Felelős kiadó: Az Egyesület elnöke, 8272 Óbudavár, Fő u. 11. Tel.: 87/479-002, info@schoenstatt.hu, www.schoenstatt.hu/oasis • Főszerkesztő: dr. Sallai Tamás és felesége, Karikó Éva (oasis@schoenstatt.hu) • Készítették: Abai Tibor és Zsuzsi, Czett Ferenc és Éva, dr. Csermák Kálmán és Alice, dr. Endrédy István és Cili, Gódány Róbert és Rita, Gólya Zoltán és Csörgő Otília, Guldné Gelencsér Noémi, Gyöngyi István és Judit, Heiszer Csaba és Erika, Helstáb Ákos, Katonáné Judit, dr. Kostyál László, Kovács Ferenc, dr. Kovács Tibor és Zsuzsa, Kuslits Károly és Panka, Mester Judit, Oszoli Dénes és Boda Márti, Tóth László és Ági, dr. Varga József és Kata • Nyomdai előkészítés: Palásthy Imre (www.palasthybt.hu) • Nyomás: OOK-Press Nyomda, 8200 Veszprém, Csillag u. 5.

Nehéz napja volt. Olyan nap, amikor szinte semmi nem jön össze. Őszesűrűsödtek a tennivalók, azt se tudta, hova kapjon. Máskor könnyedén elboldogult munkáival, most minden feladatot mászás tehernek érzett. Szorongott az elintéznivalóktól. A kis problémák is óriásinak és megoldhatatlannak tűntek. Akkor csörgött a telefon. A barátnője hívta, szívességet szeretett volna kérni. Nem, ezt már nem lehet bírni. Mindenki csak kér, a család, az iskola, a munkatársak, a barátok! Eddig ezt természetesnek vette, sőt tisztában volt azzal is, milyen sokat kap. De ez most egy „felhős” nap volt, amikor borongós minden. Felcsattant és ingerülten elküldte barátnőjét. Remegve tette le a telefont. Most még rosszabbul érezte magát. Tudta, hogy igazságtalan és durva volt. Szeretett volna újra beszélni vele, megmagyarázni, talán egy kicsit panaszkodni is, megkönnyebbülni, de nem tudta telefonon utolérni. Csak este. Szorongva tárcsázott. Elnézést kért. Hallotta a kedves, ismerős hangot: „Ugyan már, csak nem gondolod, hogy megharagudtam?! Hiszen ismerlek! Nem is te beszéltél, hanem a nehéz nap beszélt belőled.”

Kedves Olvasó!

Vigyázunk, hogy ne beszéljünk meggondolatlanul. Mégis kicsúsznak a szánon olyan gondolatok, amelyeket jobb lett volna magunkban tartani. Elragadott az indulat, vagy a légkör olyan őszintének tűnt, hogy azt hittük, kitárulkozhatunk, vagy nem ismertük jól a másik helyzetét, indítékait, ezért beszéltünk így... Sok oka lehet, miért vétkezünk a nyelvünkkel. A szó oly könnyen kiröppen, nem lehet visszahívni, sokszor a magyarázatra sincs lehetőség, csak tovább bonyolítaná a helyzetet.

A sérelmeken rágódhatunk, míg végül megüli a gyomrunkat. Újra és újra végigélhetjük minden pillanatát, megidézhetjük a „bántalmazó” arckifejezését, feltupírozhatjuk a szavak mögötti indulatokat, sajnálhatjuk magunkat... Közben a másik embert, aki megbántott, „elássuk”. Igazságtalanok vagyunk, ha valakit egy-egy rosszul kibuggyant szó, egy óvatlan kifejezés alapján ítélünk meg.

Galibák, félreértések, „csúsztatások”, sőt hazugságok származnak abból, ha egy mondatot úgy értelmezzük, hogy kiragadjuk a szövegkörnyezetből. Ezekből születnek a politikai botrányok, a szekták tanításai, a családi perpatvarok... Hasonlóképpen van ez a szavakkal is, ha kiragadjuk őket a viselkedés „szövegkörnyezetéből”.

A félresikerült szó lehet nagyon bántó. Ha viszont nem csak a fájó kifejezésre tekintünk, hanem látjuk az egész embert, a jellemét, a tetteit, talán

a szurkáló szavak egészen eltörpülnek. Esetleg látjuk, hogy életünk párja ugyan a lelkünkbe tiport, de rendületlenül „menetel” mellettünk; az anyós lehet, hogy minden lében kanál, de sokszor ő főzi nekünk a kanalazni való „lét”; a szomszéd átkiabál, hogy némuljanak el a gyerekek, de minden természetből ad kóstolót; az ismerős félremagyarázta, amit mondtunk neki, de amikor bajban voltunk, mellénk állt...

Természetesen azt szeretnénk, ha szavaink mindig áldást hoznának. Azokra, akiknek mondjuk, és magunkra is. Amíg ez nem sikerül mindig (esetleg csődöt mondunk az év 366. napján, előtte legkevesebb 365-ször), szükségünk van irgalomra. Irgalomra, ha a szavakat mi mondjuk és irgalomra, ha a szavakat nekünk mondják.



Kedves Pécsi Régió! Hálásan köszönjük segítőkészségeket, együttműködéseket, életpéldákat és írásaitokat, melyekkel megajándékoztatok mindannyiunkat.

Következő számunk címe: **VELÜNK VAGY...** A szentelésen, a hűségünnepeken, a családnapokon és egyéb óbudavári látogatásainkon megízleltük, milyen jó, hogy most már a kápolnában is velünk van a Szűzanya. Várjuk írásaitokat a szentelés előtti, alatti, utáni élményeitekről és más témával kapcsolatban is, ha a családokban vagy a környezetetekben tapasztalt élményeitekkel meg szeretnétek ajándékozni másokat. Ebbe a számba kerülnek majd bele azok a nagyszerű életpéldák is, amelyeket a soproniak és a pécsiek küldtek, és amelyek nem a központi témákkal voltak kapcsolatosak.

Szabó Éva, Pellei Tamás
2040 Budaörs, Ószirózsa u. 15.

e-mail: oasis@schoenstatt.hu, tel.: 23/421-088

Jézusom, Te gondolkozz bennem,
hogy tiszta és világos legyen minden gondolatom.
Jézusom, Te szólj belőlem,
hogy szelíd és igaz legyen minden szavam.
Jézusom, Te működj bennem,
hogy célját elérje minden tettem:
szent legyen minden munkám és megszentelt a pihenésem is.
Tölts el egészen magaddal, Te légy az élet bennem,
hogy mindenki általam is megérezze a Te szeretetedet. Ámen.



A NEMEK (és IGENEK) nyelvhasználata

„Élet és halál van a nyelv hatalmában”
(Példabeszédek könyve 18,21)

Érdeemes megvizsgálni, miként változik, változott-e nyelvhasználatunk a házasságban az évek során. Jobban figyeltünk-e egymásra, óvatosabban megválogattuk-e szavainkat a házasság kezdetén, amikor még a szerelem „rózsaszín kódében” éltünk? Vagy éppen az együtt eltöltött évek alatt tanultuk meg egymás nyelvét megérteni? Mennyit veszítettek a szavak fényükből a mindennapos „taposómalomban”, amikor születtek sorban a gyermekek, egzisztenciát kellett teremteni, miközben egyre nagyobb a harc a munkaerőpiacon? Mindez hogyan hatott a nyelvhasználatunkra? Hogyan „felejtettük el” (elfelejtettük-e) a másikat megérteni, sérült-e a kommunikáció?

„Mennyit veszítettek a szavak fényükből a mindennapos taposómalomban?”

Manapság gyakori, hogy az emberek konfliktus esetén nem a párbeszédet választják, hanem a látszólag egyszerűbb utat: kilépnek a házasságból. Ha a házastársak időt szánnának egymásra, megtanulnák és gyermekeiknek is megtanítanák a helyes kommunikációt, kevesebb feszültség lenne a családokban, kevesebb lehetne a válás is. A helyes beszélgetés kialakítása nem könnyű, ezt is tanulni kell. Ehhez tisztában kell lennünk férfi, női mivoltunkkal, különbözőségeinkkel.

Hogy mit gondol a társadalom a férfi, illetve női szerepről, koronként változik, ez meghatározza a nemek nyelvhasználatát is. Mit akar a nő és mit a férfi? Karinthytól tudjuk, hogy mindegyik mást: a férfi a nőt, a nő a férfit. Ez a „másság” nyelvhasználatunkban is megjelenik.

Azonban nemtől függetlenül mindannyiunknak szüksége van elismerő szavakra. *Gary Chapman* és *Ross Campbell* Gyerekekre hangolva című könyvében ír a gyerekek öt szeretetnyelvéről, melyek közül az egyik az elismerő szavak: a gyengéd, a becéző, a dicsérő, a bátorító, az útmutató szavak.

Allan és Barbara Pease (a Testbeszéd és a Memórianyelv című könyvek sikerpárosa) szerint manapság úgy neveljük a fiúkat és leányokat, mint ha egyneműek lennének. Amellett, hogy a nevelésnek, a családi mintának, az elvárásoknak nagy szerepe van a kommunikáció módjának kialakulásá-

ban, a tudomány egyre több bizonyítékot szolgáltat arra vonatkozóan, hogy a hormonok is befolyásolják a férfi és a női gondolkodás különbözőségeit, sajátosságait.

Mely szavak jellemzőek inkább a nőkre, illetve a férfiakra? A Pease házaspár szerint a közvetett beszéd jellemző a nőkre, minőségjelzőket használnak: „úgymond”, „izé”, „egy kicsit”, „csak”, „örökösen”, „mindig”. A férfiak többnyire közvetlen módon diskurálnak, a szavakat szó szerint értik.

„A nő költői szabadsággal él, a túlzásoktól sem riad vissza. A férfi azonban a szavakat szó szerint értelmezi, s ezek szerint reagál.”

Mondataik általában rövidek, közvetlenek, lényegre törők, megoldás-orientáltak, nagyobb szókészletből merítenek és tényekre hivatkoznak. Mennyiségjelzőik a „semennyi”, „sehány”, a fokozás náluk a „soha”, és „teljes mértékben”. A nők nem direkt módon fejezik ki magukat. Például a „hmm”-t a nők bátorításként használják, hogy másokat beszédre serkentsenek. Míg a nőknél tehát azt jelenti: „hallgatom”, a férfiaknál inkább azt, hogy „egyetérttek”.

Nézzünk egy példát a párbeszédre:

– *Te **soha** semmivel nem értesz egyet, amit én mondok!*

– *Hogy érted azt, hogy **soha**? A múlt héten is egyetérttettem, nem?*

– **Örökösen** ellentmondasz, és **mindig** azt akarod, hogy neked legyen igazad!

– *Nem igaz! Nem mondok **örökösen** ellent! Ma reggel is egyetérttettem veled, tegnap este is meg múlt szombaton is, tehát igazán nem állíthatod, hogy **mindig** ellentmondok!*

– **Mindig** ezzel hozakodsz elő, amikor ezt mondom!

– *Nem igaz! Nem mondom **mindig**!*

A szerzők (A. és B. Pease) azt érzékeltetik a dialógussal, hogy a nő érzelemtől átszínezve beszél, a férfi szó szerint érti a mondatokat. A nő költői szabadsággal él, a túlzásoktól sem riad vissza. A férfi azonban a szavakat szó szerint értelmezi, s ezek szerint reagál. Megfigyelték, hogy ha társalgásban nők és férfiak beszélgetnek, a férfiak hajlamosak elmagyarázni a dolgokat a nőknek, miközben leereszkedőek velük, a nők viszont hajlamosak mentegetőzni.

„Úgy gondolom, hogy egy férfinak és egy nőnek egész életre kell egymást választaniuk.” J. B. Yeats mondta ezeket a szavakat, majd így folytatja: „Egyszerűen azért, mert egy hosszú élet is alig elég egy férfinak és nőnek, hogy megértsék egymást, ez a szeretet.” A kölcsönös meghallgatás

barátságokat teremt. A boldog házasok jó barátok, akik mindent megoszthatnak egymással. Megosztani valamit pedig azzal az emberrel lehet, aki képes a befogadásra és az elfogadásra.

Mi lehet a megoldás? A vita sikere érdekében a férfiaknak meg kellene érteniük, hogy a nő olyan szavakat használ, amelyeket nem kell szó szerint értelmezniük. A nőket könnyebben megérti a férfi, ha nem csapongnak, és logikusan érvelnek. Viszont Pascal mondása érvényes erre is: „A szívből fakad olyan értelem, melyet az elme nem képes felfogni.” A nő érvelését a férfi is csak a szívével tudja/tudná felfogni.

Isten saját képmására teremtette az embert, férfinak és nőnek (vö. Ter 1,27). *Paul Johnson* brit történész írja az Isten nyomában című könyvében: „A férfiak és a nők nem egyenlők. Alapvetően különböznek egymástól, s e gyönyörűsége és nagyszerű különbségekben van a legnagyobb erejük. Férfi és nő együtt több mint egyszerűen csak két személy. Kétféleségük a bennük rejlő teremtő erő záloga.”

Szánjunk időt egymásra! A meghallgatáshoz időre van szükség. A párbeszéd önmagunk odaajándékozása. Akkor érezzük, hogy a másik megért és elfogad minket, ha mind a gondolatainkra, mind az érzelmeinkre rezonál. A meghallgatónak tehát nem pusztán a szavak szó szerinti jelentésére kell figyelnie, hanem a szavak mögöttes üzeneteire is. Az emberek legtöbbször nem azért mesélnek el valamit a házastársuknak, hogy útbaigazítást kapjanak, hanem hogy közössé tegyék az élményeiket, s abból merítsenek erőt. Ha állandóan tanácsokkal látjuk el a párunkat, kioktatjuk, azt sugalljuk, hogy okosabbak vagyunk nála. A nő olyan férfit akar, akire felnézhet, de aki nem nézi le őt. Hamarabb jut el a megoldásig, ha társa értő figyelemmel meghallgatja.

„Akkor érezzük, hogy a másik megért és elfogad minket, ha mind a gondolatainkra, mind az érzelmeinkre rezonál.”

Ezt tanulni kell. Elfogadni, hogy különbözőek vagyunk nők és férfiak, és hogy a két nem ereje a különbségében rejlik.

A párbeszéd az a szeretetnek, ami a testnek a vér.

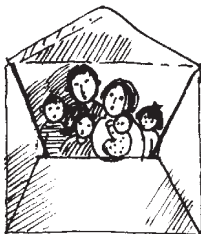
Amikor megáll a vér keringése, a test meghal.

Amikor megszakad a párbeszéd, a szeretet meghal, és megszületik a megbántottság és a gyűlölet.

De a párbeszéd életre kelteni egy halott kapcsolatot.

Valójában ez a párbeszéd csodája. (Reuel Howe: The Miracle of Dialogue)

Olvadni a szavak mögött



Vegyünk két embert. Az egyik jó barátunk, a másik megbántott. Azzal, akit szeretünk, összefutunk az iskolában, de ő, mintha észre se venne, köszönés nélkül továbbbsiet.

– Biztosan sok dolga van – gondoljuk róla.

Ha a másik, aki megbántott bennünket, ugyanezt teszi:

– Már látni se bír, azért rohan úgy.

Egy parkolóban lassan elmegy az autónk egymás mellett. Az, akit szeretünk, borúsán köszön és továbbhajt.

– Valami gondja lehet – gondoljuk róla.

Ha a másik, aki megbántott bennünket, ugyanezt teszi:

– Még most is ránk haragszik, azért néz ilyen mogorván.

Fel kell hívnunk telefonon. Hosszan ki-csőng. Az, akit szeretünk, nem veszi fel a kagylót:

– Nincs otthon, nem hallja, vagy olyan helyzetben van, hogy nem tudja felvenni – gondoljuk róla.



Ha a másik, aki megbántott bennünket, ugyanezt teszi:

– Tudja, hogy én hívom, és nem akar velem beszélni.

Egy társaságban vagyunk. Az, akit szeretünk, elmeséli, egész hétvégén takarított:

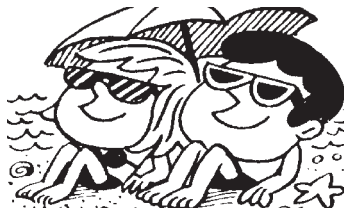
– Nagyon elfáradhatott – gondoljuk róla.

Ha a másik, aki megbántott bennünket, ugyanezt mondja:

– Biztos azért mondja ezt, mert arra akar célozni, az én lakásomra is ráférne már egy alapos takarítás.



...
Tovább is van, mondjam még?! Csak annyival toldom meg, ha valamit különböző szemüvegeken keresztül nézünk, és ezért másmilyennek látjuk, attól az a valami még lehet ugyanaz.



Az élő szó

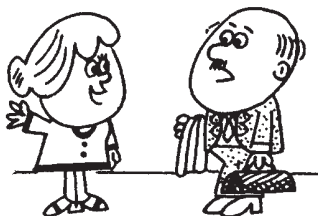
Segíték férjemnek megszervezni az érettségi találkozót. Annak rendje-módja szerint kiment az első levél, majd a második is. Némi nyomozás címek, telefonszámok után... Az új címre újra levél ment... Ennek ellenére volt néhány olyan, aki egyikre sem válaszolt. Férjem legyintett: eddig soha sem jött el, most sem fog. Valami megmozdult bennem. Ebben a csupa fiú osztályban hiányzik valami. *Az élő szó!* Mert annak lelke van. Annak töltete van. A távolságok miatt a személyes meghívásra nem gondolhatam, de a telefon jó eszköznek bizonyult. A néhány „hallgatót” alkalmas időben felhívtam. Legnagyobb meglepetésemre az egyik így válaszolt: Ha eddig is így hívtak volna, elmentem volna...



Schönstatti szervezésnél is milyen gyakran megtapasztaltuk, hogy a személyesség mennyire fontos és meghatározó!



„Már vártuk!”



Férjem nagyon ideges, ha valamelyik beteg a megbeszélt időpontban nincs ott a kórházban. Különösen, ha az illető műtetre van előjegyezve. Így volt ez egy idősebb nénivel is, aki nagyon félt a műtétől, s addig bibelődött, míg valóban elkésett azon a bizonyos reggelen. Mikor végre megjelent, férjem kissé idegesen szólt neki: „Már vártuk!”... Néhány nap múlva, a hazatérése előtt lelkesen mesélte férjemnek: „Én annyira féltem, hogy már azon gondolkodtam: be se megyek. Tépelődtem, hogy az utolsó pillanatban lemondhatom-e a műtétet. És késve ugyan, de beértem a kórházba. De higgye el, minden félelmem elszállt, mikor Ön azzal fogadott: Már vártuk!”



Szavak

Gyakran túl óvatlanok vagyunk, ha mi mondjuk.

Gyakran túl érzékenyek vagyunk, ha nekünk mondják.

Becses ajándék

Kilencéves fiunk csendes gyerek. Eleinte furcsa volt beszédes testvérei mellett az ő szófukarsága, de megszoktuk. Rövid, lényegre törő válaszaival Székelyföldön is megállná a helyét. Elfogadtuk: Ő ilyen.

Nemrég különös élményem volt. Hazaért az iskolából, kivételesen egyedül érkezett, nem a „nagyokkal”. „Többiek?” – kérdezte. „A nagyok még iskolában, a középső a nagymamánál, a kicsik alusznak” – volt a válasz.

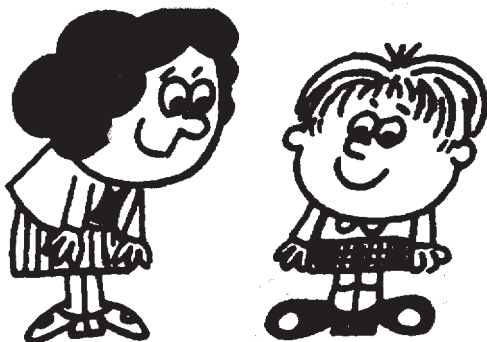
„Ez jó. Figyelj, Mami!...”

– És elkezdett beszélni. Úgy, ahogy volt: sáros cipőben, sapkával a fején, táskával a hátán. Mesélt arról, hogy aznap mi történt vele, hogy ki kivel barátkozik és éppen ki kivel veszett össze az osztályban.

Szép lassan előkerültek a régi sérelmei, a gondjai – néhányról nem is tudtam. És az örömei is. Tátottam a számat: ez a gyerek tud beszélni! Sőt,

„Neki, aki békés, csendes, kívárja a sorát – és így sokszor nem is kerül sorra – különösen fontos az egészen neki szentelt figyelem és idő.”

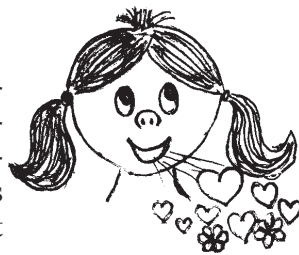
beszélgetni, véleményt nyilvánítani, értékelni. Tud beszélni, csak nincs rá lehetősége. Sokan vagyunk, amikor esténként megbeszéljük és megköszönjük a Jóistennek a napot. Ott az egész család. Ez már nagy nyilvánosság. Olyankor keresi a szavakat, zavarban van. Inkább sokszor nem is mond semmit. De így kettesben! Most döböntem rá: neki, aki békés, csendes, kívárja a sorát – és így sokszor nem is kerül sorra –, különösen fontos az egészen neki szentelt figyelem és idő. Kettesben. Türelmesen kívárva, amíg eleinte megtalálja a szavakat. Lassan rávezetni a megoldásokra. Időt ajándékozni neki. Tőle pedig elfogadni igazán becses ajándékát: a szavakat.



A szeretet nyelve az egyetlen nyelv, amit minden ember megért.

Felemelő szavak

Amikor a férjemet már a második munkahelyéről dobták ki, nagyon elkeseredett. Arra gondolt, hogy ő sehol nem felel meg. Sehol nem kapott a városban állást, mert túlkvalifikált volt, és minden főnök félt, hogy egy nálánál képzetebbet alkalmazzon.



Ebben az időszakban nagyon sokat dicsértem a férjemet és tartottam benne a lelket, mert én tudtam, mennyire értékes ember, nagy a tudása és az intelligenciája is. Kapott is állást, de 100 km-rel távolabb, és nagyon nehéz időszakot éltünk át akkor.

Szerintem a sok dicsérettel sikerült elérnem, hogy elkezdett hinni önmagában. Erre szüksége volt az álláskereséskor is. Talált is. Működött, működik. Már jó pár éve ennek, de a mai napig igyekszem elmondani neki, hogy nagynak látom őt, ez növeli köztünk a bizalmat és a szeretetet is.

Már többször visszahallottam, hogy én istenítem a férjemet! Nem, csak felnézek rá, és ettől ő még nagyobbra nő. Jobb emberre válik, mert tudja, hiszünk benne. Érdekes, mégsem válik önteltté, csak képes lesz egyre többet és egyre jobbat nyújtani önmagából másoknak, és bölcsességét másokkal is igyekszik megosztani. Hihetetlen volt számomra, hogy munka mellett tanulni tudott, és még a gyerekekre, sőt rám is maradt az idejéből.

„Már többször visszahallottam, hogy én istenítem a férjemet! Nem, csak felnézek rá, és ettől ő még nagyobbra nő.”

A kimondott szó gyógyítóan hat. A pszichológusok sokat tudnának mesélni erről, és alkalmazzák a beszédterápiát. Hosszasan semmi mást nem tesznek, csak meghallgatnak. Nem csak hallgatnak, meghallgatnak. Nem egyszerű ez: félre tenni magamat, csalódottságomat, sértettségemet, és meghallgatni, megérteni a másikat. Ha meg tudom érteni a társamat, még ha fáj is, amit tett vagy mondott, könnyebben el tudom fogadni őt. Az igazi meghallgatásnak mélyleges hatása van.



Energiavámpírok és léleköntők

A hűvös, esős időben a gyerekek egymásnak adták a betegséget, hosszan alig tudtam kimozdulni a lakásból. Az tartotta bennem a lelket, hogy az egyik délelőtt néhány ismerős asszonnal összejövünk beszélgetni, imádkozni. Sok fontos elmaradt tennivaló várt rám, nagyon igyekeztem, hogy elmehessek. Azt hittem, erőt meríték majd a találkozásból. Ezzel szemben az együttlét végén úgy éreztem magam, mint akit kifacsartak. Néhány hangadó személyiség panaszáradatban tört ki. Elégedetlenkedtek, kritizáltak: a plébánost, az iskolát, a tanárokat, a mai nagy magyar helyzetet, az egészségügyet... Tettem néhány erőtlen kísérletet, hogy változtassak a beszélgetés fonalán (persze nem azért, mert én mindennel elégedett vagyok, csak hát a panasz nem visz előbbre!), de nem tudtam sarkamra állni, és a humorom sem volt meg hozzá. Levertebben és kimerültebben tértem haza, mint ahogy elmentem, de a többiek is csak azzal a közös élménnyel lettek „gazdagabbak”, hogy pocsék világban élünk.

Másik alkalommal egy találkozóra készültem, ahol egy távolabbi ismerős is részt vett. Tudtam, hogy nagyon nehéz időszak van a háta mögött, kemény gondokkal küzdött. Amikor rendeződni látszott körülötte a helyzet, kiderült, hogy gyermeket vár. Nagyon boldogok voltak. A kisbaba azonban súlyos betegen és fogyatékosan született. Többször kellett már műteni, soha sem lesz egészséges, és még sok megpróbáltatás vár rájuk. Gondolkoztam, hogyan tudnék erőt, hitet, reményt adni ennek az asszonynak, mit mondhatnék, amivel segíthetném őt. Ezzel szemben a találkozás végén úgy éreztem, én magam lettem erősebb. Láttam, hogy ép lélekkel, bizakodóan is el lehet viselni ezt a helyzetet. Sugárzott belőle a hit (pedig nem volt hívő), a remény és a szeretet.

Beszélt arról, hogy minden pillanatban azt keresi, hogyan lehetne a legtöbbet kihozni belőle: ha a kórházban vannak, akkor ott, ha otthon a napi négyórás gyógytorna közben, akkor ott. Napokig, hetekig ebből a találkozásból éltem, a nehézségeimet az övéihez hasonlítottam, amelyek egészen eltörpültek.

Vannak emberek, akik mellett feltöltődünk, kinyílunk, jól érezzük magunkat, akik lelket öntenek belénk. Vannak olyanok, akik vámpírként szívják erőnket, vannak, akik mellett szorongunk, görcsben vagyunk, meg ne bántsuk, keressük a szavakat. Sokszor az ad, aki látszólag szűkölködik, és az vesz el, akinek látszólag nincs hiánya.

Nem szeretnék a két esetből általánosítani, tanulságot vagy következtetést levonni. Különösen azért sem, mert sajnos megesk, hogy én is energia-vámpír módjára viselkedem, lefárasztva azokat, akiknek szüksége lenne rám. Segíts, Istenem, hogy a manapság „menő” elégedetlenkedés helyett a „léleköntést” válasszam.



Egy mondattal földbe döngölni...

Ez a „kabát-ügy” nem nagy szám, mégis jó példa arra, hogyan lehet valakinek a szárnyaló örömét egy mondattal földbe döngölni. Az öcsém kis-kamasz korában kapott egy kabátot. Nagy örömmel, fülíg érő szájjal jött haza a vásárból és mindjárt fel is próbálta az új szerzeményt: egy barna, foltokból varrt irhakabátot.

– Na, milyen? – kérdezte vigyorogva.

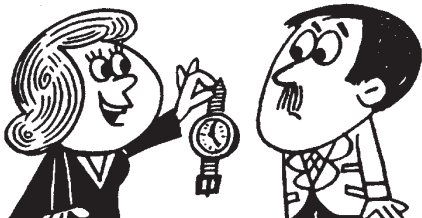
– Hát, ez aztán szörnyű rusnya! – vágtam rá.

Ő elképedt, és egyetlen egyszer sem vette fel a kabátot.

Tizenvalahány év alatt sokszor eszembe jutott ez a fránya kabát (vagy a fránya válasz), és úgy érzem, sokkal többet ártottam vele az öcsémnek, mint amikor csecsemőkorában fejre ejtettem. Persze néha az esés hatását is felfedezni vélem rajta. (Haha!) Azóta megpróbálom kevésbé kíméletlenül megfogalmazni a véleményemet, amivel persze sokszor kudarcot vallok.

Hogy egy hasonlóan „kellemes” emléket idézzek: egyszer a páromat elküldtem a csudába a szülinapi ajándék-órával együtt. Hiszen ott volt a szívemnek kedves óra, csak javításra szorult, erre hoz egy másikat, kitérja vele a régi szeretettet, ráadásul kisebb a számlapja is és a szíja sem szép...

Persze azóta nagyon megszerettem az órát, igazán hozzám nőtt, a szíját is lecseréltem, de érdekes módon fél-évente – látszólag ok nélkül – tönkremegy. Természetesen mindig megvárja, amíg az órás által a javításra adott 6 hónap garancia (pár nappal) lejár. Úgy tűnik, ártó szavaink nem csak a lelkekre hatnak.





NAGY KÖNYV

Mostanában új NAGY dolog hozta lázba országunk lakóit. A Nagy Könyv. NAGYon jó kezdeményezés, hisz az olvasás és a könyvek irányába

fordítja figyelmünket. Hirtelen téma lett az „olvasóvá nevelés”.

Miért nem olvasnak a gyermekek? Okolhatjuk a szülő-gyermek kapcsolatok minőségi átalakulását is. A szülők egyre elfoglaltabbak, egyre kevesebb idejüket töltik aktívan gyermekeikkel meseolvasással, társasjátékok játszásával, beszélgetéssel. Az, hogy a gyerek olvasóvá válik, és majd mit olvas, egy folyamat eredménye. Ha kisgyermekkortól nem a külső képek (pl. tévé, videó), hanem a belső képalkotás van túlsúlyban, akkor később a könyveket is élvezni fogja. A belső képalkotást a pszichológia elaborációnak, azaz feldolgozásnak nevezi.

**„A sok mesét hallgató
gyerek a későbbiekben
feltehetőleg jó – értő és
élvező – olvasóvá is lesz.”**

a gondolkodásbeli fejlődésben. A sok mesét hallgató gyerek a későbbiekben feltehetőleg jó – értő és élvező – olvasóvá is lesz. Az olvasóvá váláshoz arra is szükség van, hogy a gyerek kiskorában lásson olvasó szülőket maga körül.

A család szerepe, avagy „praktikus ötletek”: A mesélés, a versmondás, a bábozás, a dramatizálás, a vetítés mind az olvasóvá válást készítik elő a családban. Nagyon jó, ha már kiskortól könyvtárba járunk a gyerekekkel. Jó, ha nyitunk egy regisztrált füzetet mindegyik gyermekünknek, ahová beleírhatja szerző és cím szerint, hogy mit olvastak (nálunk szívecskék számaival jelölte a nagylányunk a könyv címe mellett a tetszési indexet). Ez lehet előkészítése a majdani önálló könyvtárhasználatnak is. Amennyiben könyvtárba járunk, érdekes lehet egy „bevált” szerző könyveit keresni, elolvasni. Nálunk 10 db ötösért egy diafilm járt (lásd: A belső képalkotás kiváló eszköze a diafilmes mese), illetve a nagyobb gyermekeknek egy könyv. Bár tudjuk, hogy a kettős jutalmazás nem szerencsés, ebben az esetben úgy gondolom, inkább motivációként működik a dolog. Ez egyben a

A mesétől az olvasásig: Vizsgálatok szerint a minden nap mesét hallgató gyerek az iskolába lépés idejére egymásfél évvel előzheti meg a mesét nem, vagy nem elég rendszeresen hallgató kortársait az anyanyelvi és ezzel együtt

várakozást is fejleszt a gyermekben. Ez a könyvgyűjtés is az olvasásra nevelhet. Nagyon fontos, hogy a magas könyvárak ellenére szánjunk pénzt a könyvekre. Ebből is látja a gyerek, hogy érték a könyv és nem csak a divatos sportcipőre tudunk (?) nagyobb összeget kiadni. Tudják gyűjteni a saját könyvtárukat. Ha nehezen megy az olvasás a gyerekeknek, az is segíthet, hogy felolvasunk egy fejezetet figyelemfelkeltőnek, és ha felolvasásunkkal felkeltjük az érdeklődését, talán könnyebben folytatja saját maga az olvasást. Közös élmény forrásává is válhat az olvasás, ha a szülő is elolvassa azt a könyvet, amelyiket a gyermek, le-

het róla beszélgetni. Nyaraláskor elő lehet adni egy mesét, fejezetet a könyvből (dramatizálás), így még inkább családi élményként szolgál.

Ezek után az a kérdés, mit olvassunk? A könyv, az irodalom és a gyermekirodalom is kezdi „kiszolgáltatni” azt az irányt, amerre a világ halad. Ha a gyerekeket a boszorkányság, a varázslás, a libabőr, a vámpír-könyvek, a borzongás ülteti a könyv mellé, akkor azt adnak nekik. Előkészítik ezzel a krimikre, illetve a thrillekre (rémregényekre).

A klasszikus és népmesékben is bőven találkozhatunk rémségekkel, de ott mindig egyértelmű, ki a jó és ki a gonosz, aki a mese végén megbűnhődik. A mai mesékben a pozitívnak beállított szereplők a cél érdekében gyakran alkalmaznak másoknak ártó praktikákat, így a jó és rossz fogalmak határait összemossák. Emellett, ha sikerül is győzniük a negatív szereplők felett, a „biznisz” érdekében „feltámasztják”, hogy folytatás következhesen, emiatt a gyerekek nem kapják meg a megnyugtató katarzist, hogy a jónak sikerült legyőzni a rosszat. Lényeges különbség ez a régi és sok mai mese között.

Sokan hangoztatják: mindegy, hogy mit, csak olvasson a gyerek! Ha az sem mindegy, mit eszik a gyerek (vitamint vagy chipset), úgy az sem mindegy, hogy mit olvas! A felnőtt felelőssége, hogy milyen olvasmányokat ajánl, tesz hozzáférhetővé a gyermek számára. Sajnos a gyermekirodalom nem zászló lett, hanem vitorla, amibe a kor, a divat szele belekap. A család szerepe a gyermek olvasóvá válásánál is nagyon fontos: az „alapozás”, az értékek lerakása. Nem évült el Benedek Elek figyelmeztetése: miként a házat, úgy a kultúrát is alulról kell építeni. A gyermekkultúránál.

„Ha az sem mindegy, mit eszik a gyerek (vitamint vagy chipset), úgy az sem mindegy, hogy mit olvas!”



Vigasztapasz vagy igaz vigasz?

Ha valami fáj, sokat segít, ha egy jól megválasztott helyen felszisszenhetünk, ha van valaki, aki előtt gyengék és sebezhetőek merünk lenni. Szomjazzuk az együttérzést, a megértést, a bátorítást és a vigaszt.

A vigasztaló szavak áldó szavak. Valóban? Mindig? Nem lehet, hogy néha-néha jó szándékúan vigasztapaszokkal zárjuk be a szenvedő ember száját, hogy elhallgattassuk?



Milyen vigasztapaszok léteznek? Rengeteg márka fedezhető fel, a legismertebbek közül csak néhány:

1. „Borulj keblemre, balga gyermek – ez az egyik tapasz üzenete –, majd én felvilágosítalak, hogyan kapd rendbe az életed. Mindez azért van, mert...” Ezután, felszállva a magas lóra, lesajnáló pillantást vetve a porban vergődőre, hosszú előadás kezdődik: mit, miért tesz, gondol rosszul a szerencsétlen, akiről el sem tudja képzelni, hogy képes megbirkózni élete problémáival.

2. „Hát nem ismered Isten szavát?” – így szól a másik. – „Nézd a fák madarait, a mező liliomait... (Mt 6,25); Akit szeret az Úr, azt megfenyíti... (Péld 3,12); Akik Istent szeretik, minden javukra szolgál... (Róm 8,28)” Csodálatos és igaz szavak, mégis ha mint idézetet rángatjuk elő, azt sugalljuk: micsoda ember vagy, még hited sincs, hogy szótlantul tórd, ha az élet jól bokán rúgott. Vajon nekünk is ez az első gondolatunk, ha nincs pénz a gyerekeknek cipőre, vagy ha igazságtalanul rajtunk verik el a port?!

3. „Van kezed, lábad, füled, orrod, tető a fejed felett, kenyér az asztalodon, akkor hát miért panaszkodsz?!” „Mit aggódsz, hogy mi lesz a gyerekeddel?! Ha kilép a házból, akkor is a fejére eshet egy cserép! Vagy azért aggódsz, hogy ellopják az autódat?! Ennyi erővel összedőlhet akár a házad is!” „Hogy hagyhatod így el magad?! Fel a fejjel! Most erősnek kell lenned.” Micsoda nyimnyám alak vagy – üzenjük közhely-gyűjteményünkkel –, hogy ezt a nehézséget se bírod elviselni.

4. Vigasztapasz az is, ha azzal szeretnénk megnyugtani, hogy nagy lendülettel ecseteljük, a mi helyzetünk mennyivel rosszabb, nehezebb, mint az övé (de bezzeg mi szótlantul tőrünk – csak most eme kivételes pillanatban





nyitottuk szólásra ajkunkat). Vagy: „Nézd Náncsikát, neki a tiednél még nehezebb a sorsa, és még csak meg se kottyán neki”. Ez körülbelül úgy hangzik, mint ha egy álmatlanságban szenvedő, kimerült embert azzal nyugtatgatnánk, hogy mennyi ember van, aki jól tud aludni, pedig neki sem habos torta az élete.

5. „Bajod van az anyósoddal?! Hát az egy igazi vén satrafa. Vagy a férjeddel?! Az meg egy érzéketlen fatuskó. Az orvosoddal?! Mind pénzéhes, felelőtlen kontár. A tanárral?! Lelketlen hajcsár...” Lehet, hogy nagy az öröm, milyen szépen egyetértünk, de amellet, hogy nem is biztos, hogy igazunk van, csak fokozzuk az önsajnálátát, és eltereljük a figyelmét a probléma valódi megoldásáról.

6. „Ne gondoldj rá, ne is törődj vele, az idő minden sebet begyógyít, majd megoldódik valahogy”, mikor épp most annyira fáj, hogy a szenvedő semmi másra nem tud gondolni, és arra van szüksége, hogy kibeszélje szomorúságát és könnyítsen magán.

7. „Már bocsáss meg, de tulajdonképpen te vagy a hibás. Ha nem így gondolkodnál, nem ezt tetted volna, akkor most nem lennél bajban.” Az is lehet, hogy tényleg így van, de ez ebben a pillanatban nem segít, majd később eljön a helyreigazítás ideje is.



A vigasztapaszkok megfogalmazása szándékosan túlzó, ennél kifinomultabban beszélünk, de üzenetük azért ugyanaz. Alkalmasak a másik elhallgattatására, és ha pillanatnyi enyhülést adnak is, olyanok, mint a bumeráng, visszacsapódnak, mélyebbre taszíthatják a szomorkodót. Alkalmazásuk hasonlít arra, mintha a fogszuvasodást fájdalomcsillapítóval kezelnék.

Az igazi vigasztalás kemény munka. Mégis vannak, akik felvállalják, hogy segítik a másik embert talpra állni. Amikor nagyon nehéz helyzetben voltam, súlyos veszteség ért vagy gyászoltam, voltak, akik mellém álltak és vigasztaltak. Hogyan vigasztaltak azok, akik valóban meg tudtak vigasztalni?

- ❖ Kérték a Szentlelket, a Vigasztalót, segítse megtalálni a segítség módját.
- ❖ Engedték, hogy kibeszéljem magam, sokszor már ez is elég volt a tisztánlátáshoz.
- ❖ Befogadták gondolataimat, akkor is, ha nem értettek egyet velem.
- ❖ Próbáltak együtt érezni, a dolgokat az én szememmel is látni.
- ❖ Nem magukból indultak ki, nem éreztették, hogy ők ezt könnyen meg tudták oldani.

❖ Nem kicsinyelték le a fájdalmamat, de nem is nagyították fel.

❖ Bátorítottak, hogy akár a negatív érzelmeimről is szégyenkezés nélkül beszélhesek, nem szóltak meg érte.

❖ Többször visszakérdeztek, jól értettek-e.

❖ Meséltek arról, hasonló helyzetben milyen megoldást láttak, éltek meg, de nem mondták, mit tegyek. Segítettek, hogy én találjam meg a választ problémáimra.

❖ Nem építettek illúziókból légvárakat, a valóságról beszéltek. Ha ezt nem lehetett, inkább hallgattak, nehogy több sebet szakítsanak fel.

❖ Ha a törtéteken változtatni vagy javítani nem lehetett, segítettek elfogadni a szenvedést. Nincs mindig válasz a „miért?”-re, és a „mi értelme van?”-ra, csak Istennél.

❖ A nehéz időkben mellettem voltak és támogattak.

❖ Segítettek visszatalálni Istenhez, aki „meggyógyítja a megtört szívűeket és bekötözi sebeiket” (147. zsoltár). Ő átérzi minden fájdalmunkat, Ő nem hagy el sohasem. Sok szenvedés van, amelyre csak Istennél találunk vigaszt. Az emberi segítségnek korlátai vannak. Isten a legjobb vigasztaló. Minden nehézségünket Neki adhatjuk. Benne mindig megbízhatunk. Benne soha nem csalódunk.



Nem szünteti-e meg a harmat a hőséget? Így az ajándéknál is többet ér egy jó szó. Nem ér-e többet egy szó az adománynál? A jótékony ember mindkettővel szolgál. A bolond mit sem ad, csak fájdalmat okoz, az irigy ember, ha ad, könnyet is fakaszt. Mielőtt beszélnél, készülj rá elő, gondoskodj magadról, míg meg nem betegszel. (Sir 18,16-19)

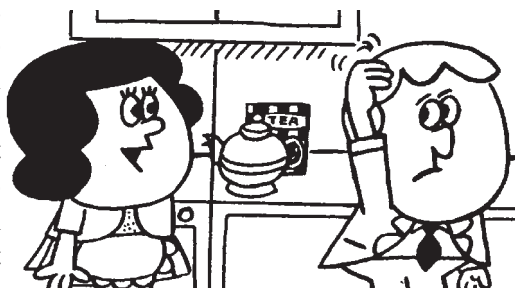


Bár lenne őre számnak, és jól záródó pecsétje ajkaimnak, hogy el ne essem miattuk, és vesztetemre ne legyen nyelvem! Uram! Atyám és életem Ura! Ne hagyj engem kényükre-kedvükre, és ne engedd, hogy elessem miattuk. Bárcsak ostort tartanának készen elmémnek, bölcs fenyítéket szívemnek, hogy ne kíméljenek engem tévedéseim miatt, s el ne nézzék botlásaimat, hogy meg ne sokasodjanak tévedéseim, el ne szaporodjanak vétkeim, és meg ne gyarapodjanak bűneim; hogy le ne roskadjak ellenfeleim láttán... (Sir 22,33-23,3) Szt. Jeromos Bibliatársulat ford.

Egy kanál mézzel könnyebben lecsúszik a keserű pirula

A feleségem kitűnően főz. Egyedül a paradicsomos káposztát nem tudja jól elkészíteni, legalábbis én másként szeretem. Egy időben egyre gyakrabban az asztalra került. Ritkán még csak-csak megeszem, de ez már több volt, mint ritkán. Szólni szerettem volna neki, de úgy, hogy meg ne bántódjon.

– Olyan jó, hogy esténként, amikor hazajövök, finom illat csapja meg az orromat az ajtó előtt, és az is, hogy igyekszel a kedvemben járni, mit készíts vacsorára. És az asztal is mindig ízlésesen meg van terítve. Tudod, eddig még nem mondtam, de én jobban szeretem a paradicsomos káposztát kevésbé édesen és rántás nélkül, de még jobban szeretem cvekedlinek elkészítve, kicsit odakapatva, sok borssal.



Úgy is megfogalmazhattam volna, hogy édesanyám konyháját emlegetem vagy színesen lefestem, milyen érzéseket vált ki belőlem a lakásajtóban a paradicsomos káposzta szaga, tovább fokozva a nyeléssel kapcsolatos élményeimet. A családi békének akkor lőttek volna.

Mivel nem így beszéltem – miközben nem is hazudtam –, feleségem ennyit mondott: „Jó, hogy szóltál, úgy még egészségesebb is. Cvekedlit gyerekkoromban ettem utoljára. Tényleg, valamelyik nap főzök azt is.”

Így a kecske is jól lakott és a káposzta sem maradt meg.



Csak tiszta forrásból

X házaspár meséli N-nek: „Szeretjük a szomszédainkat, és ha gondunk is volt egymással, mindig meg tudtuk beszélni.”

N továbbadja O-nak: „X-ék szeretnék, hogyha gondjuk lenne a szomszédakkal, mindig meg tudnák beszélni egymással.”

O így meséli P-nek: „X-éknek gondjaik vannak a szomszédakkal, talán még meg tudják beszélni egymással.”

P már ezt adja tovább Q-nak: „X-éknek elég sok gondjuk van a szomszédokkal, már alig beszélnek egymással.”

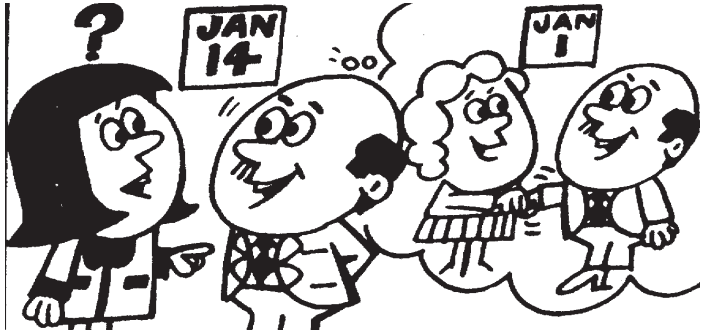
Q megtoldja R-nek: „X-ék csúnyán összevesztek a szomszédokkal, lehet, hogy nem is beszélnek.”

R nagyon jól értesült, előadja S-nek: „Láttam múltkor X-nét az áruházban, kézitáskákat vásárolt, nagyon levertnek tűnt. Úgy hallottam, annyira összevesztek a szomszédokkal, hogy nem is beszélnek. Lehet, hogy költözni akarnak?!”

X-ék két hétre elutaztak. Közben a hírt S tovább terjeszti T-nek: „X-ék szoba sem állnak a szomszédaikkal, az asszony idegösszeroppanást kapott.

Napok óta üres a házuk, már el is költöztek. Lehet, hogy fel is jelentik őket?!”

Aztán X-ék hazaérkeznek. A kapuban a szomszédokkal kedélyesen beszélgetnek. T nem hisz a szemének: „Hát ti peren kívül meggyeztetek?!”

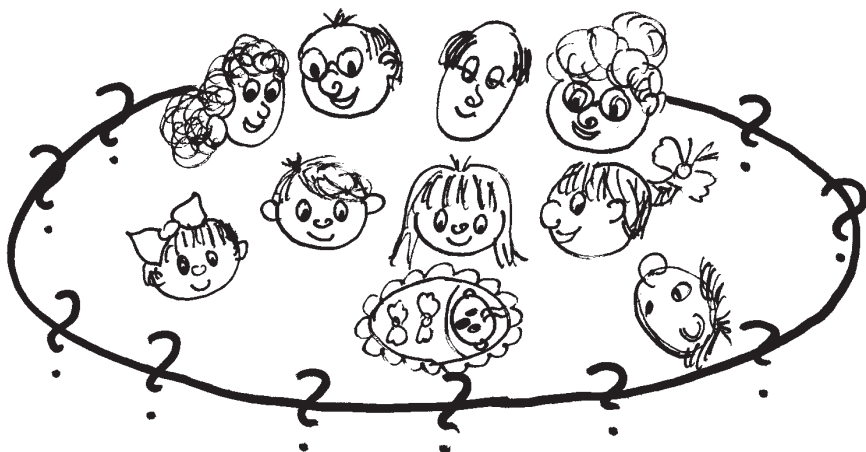


Száll a madár ágról ágra
Száll a pletyka szájról szájra
Zengő madár ágról ágra
Nő a pletyka szájról szájra.

Az előző görbe tükör a képzelet szüleménye, bár van némi valóság-alapja. Nagy fájdalmat okoz annak, akit az ilyen pletyka érint. Nehezíti a helyzetet, ha testvéri közösségen belül történik. Mi a megoldásunk? Nem „mondjuk föl” a szeretetet. Imádkozunk azért, hogy a közösségben egyre inkább tiszta és nemes légkör alakuljon ki. Igyekszünk szavainkkal és magatartásunkkal ehhez hozzájárulni...



A hazugságban nem az a legrosszabb, hogy fáj a hamis szó, nem is az, hogy nem bíztak bennünk, hogy elbírjuk az igazságot, hanem az, hogy ezután nehéz újra hinni még az igaz szavakban is.



Körkérdésekkel fordultunk a családokhoz.
A következő válaszok születtek:

Mely szavak áldanak, és melyek ártanak?

E kérdést valóban nagyon fontos végiggondolni. Nem vagyunk egyformák. Az egyik családban mindennapos szavak egy másikban esetleg szélsőséges reakciókat váltanak ki. Ami az egyik otthonban hétköznapi kifejezés, azt a másikban elképzelhetetlen lehet kimondani. Nem magát a szót tartom elsődlegesen fontosnak, bár egy-egy családon belül biztosan vannak különösen áldó és ártó szavak, hanem azt a lelkületet, amellyel kimondják. A hangsúly az, ami elsődlegesen gyógyít vagy megsebez, s csak másodlagos mögötte maga a szó. A kedveskedő szeretetet vagy a megbocsátást ugyanúgy a hangsúly hordozza, mint a szemrehányást vagy a dorgálást, s valamennyi megjelenhet akár azonos hangsor mögött is. Számomra az a fontos, és ezért küzdök napról napra magammal, hogy szavaim szeretetből fakadjanak, mert hiszem, hogy a szeretetből fakadó hangsúly, s az általa hordozott szó, még ha esetleg fáj is, akkor sem tud ártani.



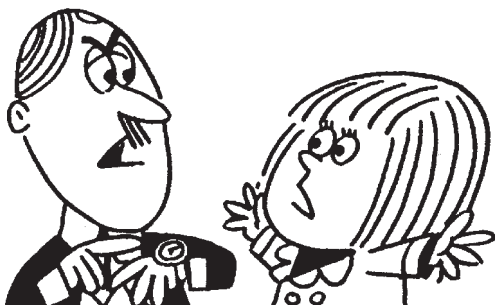
Szavainknak teremtő ereje van.

Egyszer egy utazásunk során szakadó esőben egy lerobbant autót láttunk. Megálltunk és elvittük a szerencsétlenül járt cigányasszonyt az alvó gyermekével a következő faluig. Mikor kiszállt az asszony, segítségünkért a szavaival fizetett: „Áldja meg magukat a Jóisten!” Éreztük, hogy ezt nagyon komolyan gondolja.

„...és én feloldozlak téged...”

Az „áldó szó” hallatán rögtön ez ugrik be nekem. Miután saját nyomorúságunkkal szembesülünk, azt kimondjuk, a gyóntató pap így szól: ...és én feloldozlak téged... S mindezt áldó mozdulattal teszi.

Van ennél vigasztalóbb?



Saját tapasztalatom az, hogy akkor ártok legtöbbet a szavaimmal, ha ítélet van bennük.

Például azt mondom: „Figyelmetlen vagy!” Ekkor nem a helyzetről beszélek, hanem azt a személyt ítélem el, akihez szavaim szólnak. Mennyire más a helyzet, ha azt mondom:

„Úgy éreztem, nem tudtál rám figyelni, s ez nekem rosszul esett.” Ez utóbbi szavammal nem ártok, mégis őszintén beszélek a helyzetről. Főleg pedig saját bensőmet tárom fel, s ettől erősödik a kapcsolatam a másikkal.

Egy édesanya mesélte nemrégén:

„Semmit sem érek! – kesergett kiskamasz fiam. Láttam rajta, hogy nagyon rosszkedvű. Napok óta csak kudarcok érték. Ráadásul – mire este lett – én is alaposan megszidtam. A gyerekek lefekvése után éreztem, hogy valamit tennem kell: bementem hát hozzá. Ismét arról beszélt a fiam, hogy ő semmire sem jó, mindenkinek csak baja van vele. Felsoroltam neki, hogy milyen sok jó tulajdonsága van. Felragyogott az arca: – Anya! Tényleg? Én ilyen vagyok? S a következő napokban egészen megváltozott, jókedvű lett.”

Milyen kevés is ELÉG!

Ha nehézség van köztünk, ha nem értjük egymást, csak ennyit mondunk: „Ha ez így megy tovább, hamarosan szent leszek!”

Ezen együtt mosolygunk és tudjuk, hogy „túléljük” ezt is.

Kétéves kislányunk, ha rossz fát tett a tűzre, vagy ha ingerülten szólunk hozzá, csak ennyit mondott: „Örülök neked!” Ezután már neki is csak örülni lehetett.

Volt, hogy kemény szavakat kaptam. Kijózanító bírálatot. Fájt, de jót tett nekem. Hálás voltam érte.

Volt, hogy keményen fogalmaztam. Fájt, de később megköszönték.

Volt olyan is, hogy megbántam, hogy megszólaltam. Nem segítettek, hanem bántottak a szavaim.

Nehéz megtalálni azt az utat, amely megmutatja, hogy negatív véleményt egyáltalán megfogalmazzak-e, és ha igen, hogyan.

Az indítékok sem mindig őszinték. A kritika alattomos, mert megesik, hogy azt hisszük, jót teszünk vele, ha tudatjuk másokkal, mit tesznek (szerintünk) rosszul, különben nagyon „elszúrnák” a dolgaikat. Segíteni akaró aggódással álcázzuk, hogy valójában élvezzük, hogy mi ügyesebbek, okosabbak vagyunk, mi jobban tudjuk... (legalábbis ezt hisszük). A sátán egyik megnevezése: vádoló. Ez a lelkület tőle jön, ha szeretetlenül formálunk véleményt.

Az érzéseim, a gondolataim többnyire nem „vegytisztán” jók, helyesek. Ha valóban aggódó szeretet vezet, hogy segítsek a másikon, akkor nem „lövök csípőből”, hanem imába foglalom ezt a szándékot, előre mérlegelem a figyelmeztető szavakat, mi az, amit elbír, miről tehet egyáltalán, min tud változtatni. Nem csak lebombázom az igazsággal, hanem ha kell, mellé állok.



Ártó és áldó szavak a gyermekeinkhez

Egy kisgyermek viszi a tényérokat – minél többet, annál veszélyesebben. Ha azt hallja: „Milyen ügyes vagy! Milyen szépen tudod vinni!”, akkor valószínűleg sikerkereső lesz, magabiztossá válik, ha pedig azt: „Vigyázz, le ne ejtsd! Nézz a lábad alá!”, akkor kudarckerülővé, bizonytalanná, félenkké válhat. Szavainkkal megerősíthetjük vagy gyengíthetjük gyerekeinket. Persze tudjuk, hogy a siker nem abban rejlik, hogy sikerkeresők vagy kudarckerülők vagyunk, vagy leszünk, de a világlátásunkat jelentősen befolyásolja. A sikerorientált ember boldogan és bátran tekint Isten felé. A kudarckerülő mindig azt nézi, hogy már megint bünt követett el. De mind-egyikre igaz: nagy az ő irgalma.



Nem hiszek a hosszú magyarázkodásban, szerintem minél többet beszél az ember valamiről, annál jobban eltávolodik az igazságtól, mert a szavak megrészegítik az embert. Olyan kerek és olyan jól hangzanak! Ezért csak keveset és egyszerűt szabad fontos helyzetekben kimondani.

Lehetnek egymás előtt titkaink?

Amikor ez a téma került szóba, egyik barátom megjegyezte:

– Mi lenne, ha mindig megmondanád a feleségednek, ha látsz egy jó nőt az utcán?! Hát ez a válaszom!

Valóban nem szoktam elmondani a feleségemnek, ha látok egy jó nőt az utcán, mert körülbelül olyan hatása van rám, mint amikor látok egy jó autót. Lehet, hogy megállapítom: szép, új, gyors, biztonságos, de ez nem jelenti azt, hogy én is ilyet akarok, le kellene cserélnem a régit. Az észlelésen túl nem érint meg, nem indítja be a fantáziámat. Minderről, amit napközben észlelek, valóban nem számolok be a feleségemnek. Nincs rá se idő, se szükség. Ez nem titok, ennek nincs jelentősége. Emiatt nincs is lelkiismeret-furdalásom.

Ha viszont az észlelésen túl messzemenő gondolataim támadnának, álmódoznék, az azt jelentené, valami nem működik jól a házasságunkban. Nem kapok, nem adok elég figyelmet, gyengédséget. Kezdek elvándorolni a kapcsolatunkból. Ez veszélyes. Erről viszont beszélni kell, de talán nem azzal kezdeném: „Láttam egy jó nőt az utcán...”

Ha viszont az észlelésen túl messzemenő gondolataim támadnának, álmódoznék, az azt jelentené, valami nem működik jól a házasságunkban. Nem kapok, nem adok elég figyelmet, gyengédséget. Kezdek elvándorolni a kapcsolatunkból. Ez veszélyes. Erről viszont beszélni kell, de talán nem azzal kezdeném: „Láttam egy jó nőt az utcán...”

Abból kiindulva, hogy a szentségi házasságban egy test, egy lélek vagyunk, nem tartjuk egészségesnek, ha a házaspárok titkolóznak „egymás” előtt. A titok alatt itt nem a „szülinapi meglepetést” kell érteni. Titoknak azt minősítjük, ami társunkra is tartozna, de elhallgatjuk, elrejtjük előle valamiért. Ez egyfajta becsapás. Tehetjük ezt kíméletből, félelemből, bűntudatból, jó vagy rossz indítéktól vézélve, de az a tényen nem változtat. Ha nem derül ki, akkor is zavaró tényező, még ha csak az egyik, a titkolózó fél részéről is, hiszen egy titoknak súlya van, azt cipelni kell...



Lehet az jótékony célú titkolózás is, de mindenképpen teher. Ha pedig kiderül, nem valószínű, hogy jót tesz a kapcsolatnak.

S ha elfogadjuk, hogy lehetnek egymás előtt titkaink, az nem őszinteség. Egy fiatalasszony nyilatkozott így: „ha megcsal a férjem, csak meg ne tudjam...” Ez a szemlélet idegen a számunkra. Nem azért vagyunk hűségesekek, mert társunk megtudja vagy sem.

A titkok olyanok, mint a csendesen megbújó aknák. Lehet, hogy örökre némák maradnak, de lehet, hogy valamikor robbannak. S hogy mekkorát, az nem mindig számítható ki előre.

Az első, „jelentéktelen” titkot követheti egy „kicsit nagyobb”, aztán egy „még nagyobb”, és közben a párok elidegenedhetnek, eltávolodhatnak egymástól. „Én döntöttem el, mi tartozik a társamra, és mi nem.” És kialakul az „ő élete” és az „én életem”, a „mi életünk” helyett.

Egy titok felfedése bizalmatlanságot szülhet. A bizalom pedig majdnem olyan, mint a szüzesség. Elveszíteni könnyen lehet, de visszaszerezni?!

Tegyük fel: Gyanús tüneteket észlelek magamon. Betegség jeleit. Felkeresem az orvost. További kivizsgálásokat javasol. Hetekig tart, míg mindegyikkel végeznek. Az eredményekre is várni kell. Nem szólok férjemnek, titokban tartom, min megyek keresztül, hogy megkíméljem az idegeskedéstől. Csak akkor mondom meg, amikor kiderül, nincs komolyabb baj: csupán egyszerű rutinműtétre van szükség.

Így megkímélem őt az aggodalmaktól, de egyben megfosztom attól, hogy érezze, szükségem van rá minden helyzetben, hogy képesnek tartom arra, hogy elviseli a megpróbáltatásokat. Jószándékú titkolózásom eredményeképpen a későbbiekben állandó bizonytalanságban tartom, nem tudja, elmondom-e, mi zajlik bennem, hol járok, mit teszek, sumákolok-e.

Az egyszeri közös, nehéz teherhordozást felcseréljük a folyamatos feszültségre, bizalmatlanságra, gyanakvásra.

Jót tenne ez nekünk?! Jót tenne ez a házasságunknak?!



„A titkok olyanok, mint a csendesen megbújó aknák. Lehet, hogy örökre némák maradnak, de lehet, hogy valamikor robbannak.”

Szavak vagy tettek?

Sokszor több energiába kerül megvitatni, hogy valamit hogyan valósítsunk meg, mint azt megtenni. A különböző érvek között elmarad a tett.

A cserépkályhás mesterrel azon tanakodtunk, hogyan kellene összetakarítani a munkálatok után keletkezett nagyon finom por-kupacot. A porszívó és a seprű mellett is elhangzottak érvek, illetve ellenérvek. Mire meghoztuk a döntést, a kályhás segédje egy szempillantás alatt lapátra terelte a kupacot és az általunk megvitatott kérdésnek már nem volt értelme. Nem a szó győzött, hanem a tett.



„Fontos vagy nekem. Szeretlek.” Életadó, életmentő szavak. Viszont ha a tettek nem ezt üzenik, akkor ugyanezek a szavak pofonként csattannak atól, aki egyébként nem törődik velünk, aki érzéketlenül tekint ránk, amikor hozzá fordulunk vigaszért, tanácsért, aki hátsó szándékot sejt kijelentéseink mögött, aki idegenként él mellettünk, aki a bajban elkerül. A szép szavak, ha tettek nem kísérik, nem a szívből, hanem valami „muszájból” fakadnak. Kötelék: rokoni vagy más kapocs van köztünk, ami miatt úgy érzi, minket szeretnie *kell*. Elérzékenyült, áhítatos pillanatban született szép szavakkal aligha lehet betömní azokat a réseket, amelyeket szeretetlenségünkkel a hétköznapokban okoztunk.

*Mondd újra s újra mondd és újra mondd,
Hogy szeretsz! Bár az ismételt szavak
kakukknótához hasonlítanak,
emlékezz rá, hogy se mező, se domb
nincs kakukknóta nélkül, ha a lomb
újul tavasszal s kizöldül a mag.
Egyszeri szó, mint szellem hangja, vak
sötétben zeng el és kétség borong
nyomában. Ismételd... szeretsz... Ki fél,
hogy a rét túl sok virággal veres
s az ég túl sok csillaggal ékszeres?
Mondd, szeretsz, szeretsz... Hangod úgy zenél!
Mint ezüst csengő, újrázva... Beszélj:
De ne feledd, hogy némán is szeress!*

(Elisabeth Barrett Browning)

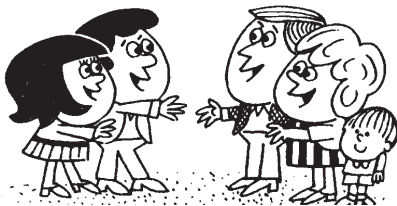
A hívőknek szép egyetértésben kell élniük. Tényleg?

Tényleg. De ahhoz, hogy ezt kimondhassuk, tisztáznunk kell, hogyan is képzeljük el az egyetértést, mindenekelőtt a családon belül. Az egyetértés az én megközelítésemben közös eredőt, megegyezésre való készséget jelent. Egy család, de különösen egy nagyobb közösség nem képzelhető el nézeteltérések, sőt konfliktusok nélkül. Ez nem az egyetértés hiánya, hanem a továbblépés motorja. Az élet dialektikája, ha úgy tetszik. Nélküle a közös lét egyoldalú, ezért sebezhető lenne. Kerékkötőjévé akkor válik, ha nincs mögötte szeretet. Ha a magam véleményéhez jobban ragaszkodom, mint a társamhoz. Ha túl büszke vagyok, vagy túl öntelt, s nem tudom elképzelni, hogy a másiknak is igaza lehet. Ha egyetértésre törekszünk, kölcsönösen hagyjuk magunkat meggyőzni a másik által. Ennek alapja a második főparancs: Szeresd felebarátodat, mint önmagadat!

Két ember természete, vérmérséklete között a különbség nagyon eltérő lehet, ezért a nézeteltérések gyakorisága és hevesége is. Ha közös az eredő, ha egymásra vagyunk hangolva, s együtt Krisztusra, mindez nem számít. Szükséges az ütközés, olykor a sebek is, de azután megyünk tovább. Egymás kezét fogva.



Egyikünk ilyen családból származik, ahol „a hívők szép egyetértésben élnek”; soha egy hangos szó nem hangzott el férj és feleség között. Nagy teher ez a mi kapcsolatunkban is, mert a kimondott ellenvélemény – akaratlanul is – szeretetlenségnek tűnik annak, aki ilyen közegben nőtt fel. A viharosabb légkörhöz szokott fél nem esik kétségbe, ha néha más véleményen van társával. Tud küzdeni, vitatkozni, érvelni. Sokkal inkább azt éli meg büntetésnek, rossznak, ha valamit nem mond ki a társa. A „béke kedvéért” hallgatni: nem jó! Egy élet kell azonban arra, hogy megtanuljunk, hogyan kell igazat szólni: szeretettel.



Az igazságot mindig ki kell mondani?

A szavakról mindig az jut eszembe, hogy veszélyesek. Gyerekkoromban és később is sok kritikát kaptam olyan emberektől, akik azt gondolták, hogy apostoli hivatásuk „megmondani az őszintét”.

Aztán később Marcus Auréliusnál valami olyasmit olvastam, hogy az őszinteség tör, amivel hátba döföd a barátod.

Szerintem az igazság valahol a kettő között van: mindig őszintének kell lenni, de sokat kell hallgatni. És van egy csomó őszinte és igaz dolog, amit *soha* sem szabad kimondani. Viszont mindent, ami segít és biztat... – az soha nem elég.



A panaszkodásról

Fárasztóak a folyamatosan panaszkodó emberek. Igyekezhetünk kiközkenteni őket az önmaguk körül való keringésből.

Ismerősünkkel együtt kirándultunk a Kőmosó szurdokban. Nem tudott örülni sem a szép tájnak, sem az együttlétnek, folyton megjegyzéseket tett:

- Ki lehet az a marha, aki itt dobja el a hipós flakont?
- Biztosan fehéríteni akarta a köveket, de figyeld csak, milyen friss a levegő és hogy énekelnek a madarak.
- Mire bomlik le ez a sörös doboz? Le se bomlik!
- Nézd, mi nem szemetelünk, ezzel mutatunk példát a gyerekeinknek, és most gyönyörködünk a sziklákban...

Szép, ha a Jóistennél vagy Szűzanyánk karjában keresünk vigasztalást, és nem embereknél.



Szavak a soproni Családünnepen (2005. június 4-5.)

Hiteles szavak

A családok megérkezése után – festői környezetben – beszéltek Endrédiék a munka és a pihenés helyes összhangjáról. Miután a házaspárok kettesben beszélgettek a hallottakról, az aratáson mondta valaki: *hiteles szavakat* hallottunk.

Áldás

Az első napi szentmise keretében a házaspárok a pap elé járultak, aki stólával átkötötte kezüket és megáldotta a párokat. (A megáldás után esküvel is megújítottuk ígéretünket.)

*Isten engem úgy segítjen,
Mária, Schönstatt Háromszor Csodálatos Anyja,
és Istennek minden szentjei,
hogy Isten ajándékként kapott házastársamat szeretem,
vele szentháromságos életközösségben kívánok élni,
őt el nem hagyom holtomiglan-holtáiglan
semmiféle bajában. Isten engem úgy segítjen!*

Sokak számára ezek a percek jelentették a legtöbbet az egész hétvégéből!

Személyes odafordulás

Egy évben egyszer – júniusban – az ismerős és baráti családoknak szeretnénk megmutatni, milyenek vagyunk mi, schönstattiak. Már a meghívásnál is az előszó, a személyesség az, ami eredményre vezet. Több olyan család volt a közel 200 résztvevő között, akik most jöttek először. Az egyik ilyen család az ebéd és a szentmise között külön telepedett le a füves részen. Kisvártatva egy házaspár közeledett feléjük, kezükben sütemény. Megkínálták őket. A kínálás banális szavaival kezdődött az „idegenek” feloldódása. Később mondták: ez a személyes odafordulás volt számukra a legbeszédesebb tanúságtétel a lelkiiségről.

„Édesanyához megyek? Édesanyához megyek?” – ismételte egy alig két éves kislány a szentmise kezdőéneke alatt. Ki akarta magát szabadítani a lelkes gyerekfoglalkoztató nagylány öleléséből. S nem tudni, hogy kérdezte, vagy csak mondta ezt a vágyát...

Érdekes volt ez a gyermeki hang annak a szentmisének kezdetén, melyen a Szűzanyával kötött szeretetszövetségét akarta megújítani számtalan soproni és Sopron környéki család. A gyermek sokszor közvetíti Isten üzenetét!

(A második napi szentmise keretében áldotta meg László atya azt a kegyképet, amelyet a régió közössége kapott egyik családjától. Ki tudja: talán ez lesz a kezdete a 10-20 év múlva Sopronban szentelendő kápolnának?..)



fotó: Varga Kata

Egymásra találtunk



Az elmúlt nyáron kettesben (mint házaspár) szeretnénk volna pár napra elutazni, több beszélgetésre és együttlétre vágytunk. Terveztünk, szövögtük álmainkat.

Egy augusztusi napon azonban váratlan esemény történt. Nagy recsenésre és kiáltásra lettünk figyelmesek, férjem alatt

összecsuklott a padláslétra. Összenéztünk szomorúan, ez lett a szép tervek-ből. Másnap kórház, majd műtét. 4 hét fekvő majd 3 hét járó gipsz következett. Férjem fájdalmában így vigasztalt: „Nem baj, a Schönstatt-szentélyért Szűzanyának ajánlom a szenvedésemet!”

A kórházból való hazatérése után napokig komoly hátfájásban szenvedett, melyet különféle próbálkozások



ellenére csak szenteltvíz és ima gyógyított meg. Együtt imádkoztunk, beszélgettünk, ápoltuk, gondoztuk, ott telt a napunk.

„Lehet, hogy ezt tervezte számunkra a Szűzanya?”

Lehet, hogy ezt tervezte számunkra a Szűzanya?

A gyerekek látva édesapjuk szenvedéseit, egészen lenyugodtak.

A családi egységünk, összetartó erőnk jelentősen növekedett. Istennek legyen hála!

Tudtuk, a nyaralás már elúszott, a tanévkezdés is sokkal nehezebb lesz így, valami mégis jelen volt közöttünk, a béke, a nagyobb szeretet, az odafigyelés, melyeket a nehézségben kaptunk egymás számára ajándékkul.

Köszönjük neked Szűzanya!

Az igazságot ne vágjuk a másik arcába, mint egy felmosórongyot

(Beszélgetés Tilmann atyával és Gertrúd-Mária nővérrel a szavakról)

A következő riportban úgy tűnik, mintha egyszerre beszélgettünk volna mindkettőjükkel, pedig a hasonló kérdéseket – kérésükre – külön-külön tettem fel nekik. Egymás válaszát nem hallották.



foto: Parásfny Imre

Az igazságot mindig ki kell mondani?

Gertrúd-Mária nővér: Amit mondok, annak igaznak kell lennie, de nem kell mindig mindent kimondanom, ami igaz. Okosság, szeretet, jóindulat és önnevelés kell, hogy legyen a mögött, amit mondok. Egyszer egy házaspár ezt nagyon szépen fejezte ki: „Megpróbáljuk, hogy az igazságot ne vágjuk a másik arcába, mint egy felmosórongyot, hanem felsegítjük rá, mint egy kabátot, amelybe aztán bebújhat.”

Mindig elbírjuk az igazságot?

Gertrúd-Mária nővér: Nem mindig tudjuk elviselni. Finom érzék, sok tapasztalat, önzetlen, jól nevelt szív és a Szentlélek segítsége kell hozzá, hogy jó utat találjunk, mikor helyes az igazságot kimondani vagy a másikat megkímélni.

Tilmann atya: Vannak helyzetek, amikor az igazságot egyáltalán nem szabad kimondani. Ha egy testi vagy lelkibeteg megtudja az igazságot az állapotáról, a jelleméről, előfordulhat, hogy ez ront a helyzetén. Van egy régi szabály: bírálatot csak akkor mondunk, ha kilátásban van a siker. Különbösen csak fáj, de nem segít. Meg kell vizsgálnunk, egyáltalán tud-e változni, változtatni, ha elmondjuk a véleményünket.

Vagyis nem szabad mindent kimondani, ami a szívünkben van a másik emberrel kapcsolatban.

Tilmann atya: Így van.

Akkor hogyan akadályozhatjuk meg, hogy a ki nem mondott, az elfojtott szavak váratlanul, rossz helyen, rossz időben ki ne törjenek?

Tilmann atya: Ez szív kérdése. Ha szeretek egy embert, ráérezhetek, hogy mire van szüksége. Minden, amit mondok, még akkor is, ha ez spontán vagy meggondolatlan, a szeretet szava lesz. Nincs olyan ember, aki igazán tökéletes. A mi eszményképünk nem a patyolattiszta ruha, hanem a

szeretet. Egy érett ember a házasságban tudja szeretni a másikat akkor is, ha hibázott. Ha valaki nem tud szeretni egy hibás, bűnös embert, annak nem szabad házasságot kötnie.

Hogyan lehet azon a gyakorlaton változtatni, hogy valaki a családban mindig magába fojtja a nehézségeket, a bíráló szavakat, viszont kifelé panaszkodik?

Tilmann atya: Párbeszédnek kell lennie a házastársak között, és ennek a beszélgetésnek rendszeresnek kell lennie, nem csak kivételes esetben kell létrejönnie, pl. ha egy különösen nagy probléma adódik. Így kialakul a bizalom légköre, és hozzászokunk, hogy meghallgassuk a másikat.

Mondjuk érzekelem, hogy gondja van velem, de még nem akar róla beszélni. Akkor várok. Ha hetente beszélgetünk, akkor előbb-utóbb elmeséli. A beszédnek szabályai vannak, ha különösen súlyos dolgokról van szó. Először megegyezünk abban, hogy nem fogunk haragudni. Ha szenvedünk attól, amit a társunk mond, befogadjuk a szavait, mint egy operáció fájdalmát, de látjuk, hogy amit a másik mondott nekünk, a bizalom és a szeretet jele. Megegyezünk továbbá, hogy amit itt hallunk, azt soha nem használjuk fel veszekedésre. Komoly gondokról többször is beszélünk.

Férjnek és feleségnek lehetnek-e egymás előtt titkai?

Gertrúd-Mária nővér: Kentenich atya jól érzékelt: ha valakinek gazdag érzelmi élete van, gyakran az a benyomása, hogyha mond valamit, az nem igazán fejezi ki azt, amit érez. A közlésnek vannak természetes korlátai. És minden emberben megvannak a végső titkok, ahol talán ő maga sem ért mindent. Ez a legvégső titok Istené.

Ajándék, ha van valakink, akinél kibeszélhetjük magunkat. Magunkat kibeszélni, elmondani azt, ami mozgat bennünket, ami nyomaszt, ami örömet okoz, nagyon fontos egy kapcsolatban. Sok asszony számára a beszélgetés egyfajta tisztulási vagy tisztázási folyamat, amelyben megérti, mi zajlik benne. Nagyon fontos szabályozni, kinél beszélek. A házasságban az első ember, akihez megyek, az a házastársam.

Vannak szülők, akik inkább a gyerekeiknek beszélnek ki magukat, mint a házastársuknak. Ez nem egészséges. És akkor is nagyon kell vigyázni, hogyha a házastárs legjobb barátaival beszélgetnek. Lehetnek kivételes esetek, amikor külső tanácsra van szükség, de nagyon óvatosan kell kiválasztani, kiből bízhatunk.

Tilmann atya: Ezt a kérdést általánosan nem lehet megválaszolni. Némelyeknek talán többet kellene mondaniuk magukról, mint amennyit ők

maguk gondolnak. Némelyeknek kevesebbet kellene, mint amennyit gondolnak, azért hogy nagy személyes gazdagság keletkezessen. Vannak titkaink egymás előtt, mert a személyiség legbenső magva Istené, és ezeket az érzéseket, élményeket lehetetlen teljesen megosztani. Ebből a titokból – mint egy forrásból – mindig ajándék jön a társ számára. Ez nem választja el őket, hanem összeköti.

Ha ez a titok bünt takargat?

Gertrúd-Mária nővér: Nehéz erre szabályt alkotni. Ismerek egy aszszonyt, aki beleszeretett egy másik férfiba. Fél-háromnegyed éven keresztül nagyon heves volt a kapcsolatuk. A nő harcolt a házasságukért. Sikerült úrrá lenni a helyzeten és most felszabadult, de még nem tudott erről a férjével beszélgetni. Dolgozik a házasságukon.

„Ha másokról beszélek az olyan, mintha volna egy zsákom tele tollal. Ha szétszórom a tollat, csaknem lehetetlen újra visszagyömöszölni.”

Tilmann atya: Ez nehéz kérdés. Ha a kapcsolat erős, akkor a bizalom jele, ha megosztjuk a titkot. Az is megeshet, hogy ha egy házastárs súlyos hibát követett el, és ezt a másiknak elmeséli, akkor ez összeroppanthatja a kapcsolatukat. Ezt nagyon nehéz megítélni. Lehet olyan helyzet, hogy nem szabad róla beszélni, de akkor ez azt terheli meg, aki a hibát elkövette.

Van néhány szabály: az első, hogy a bevallott hibát soha nem hányjuk egymás szemére veszekedés közben. A második: mivel ez nagyon fáj, nem egyszer, hanem gyakrabban kell róla beszélni. A harmadik: fontos, hogy kövesse valami tett a hibázó részéről, amivel kiengesztelheti a társát. A bűnösnek is fontos ez, hogy megszabaduljon a tehertől.

Jóvatételre vagy vezeklésre gondol?

Tilmann atya: Tenni valamit, ami a szeretet jele, aminek a társunk nagyon örül. Például, nem megyek olyan gyakran a barátaimhoz, hanem ott-hon maradok és beszélgetek a társammal. Vagy ha egy férj lefeküdt egy másik asszonnal, nem lehet, hogy továbbra is együtt dolgozzanak, ezért munkahelyet változtat vagy elbocsátja. Valami konkrét jelet adok, amely a társamnak azt mondja, újra igazán a tiéd vagyok. Jó lenne, ha ez kemény jel lenne. Ha lehet. Nem új ruhák, hanem a szív ajándéka.

Ha szavainkkal vétkezünk: rosszat mondtunk másról, igazágtalanok voltunk, hogyan tudjuk helyrehozni?

Gertrúd-Mária nővér: Ha másokról beszélek, az olyan, mintha volna egy zsákom tele tollal. Ha szétszórom a tollat, csaknem lehetetlen újra vizsgálgyömöszölni. Ha rosszat mondok, ez fájdalmat okoz, lehetetlen teljes mértékben meg nem történné tenni. Nagyon fontos és enyhítő bocsánatot kérni, vagy tenni valamit, amivel jóváteszem a hibát.

Egy nővérévfolyam a közösségemben elhatározta, hogyha távollétében valakiről rosszat mond valaki, akkor oda kell mennie az illetőhöz és meg

„Úgy beszéljen más személyekről, mintha virágokat határozna meg: világosan és érthetően, nem indulatoktól áthatva.”

kell mondania neki. Ez kemény nevelés. Rossz légkört eredményez, hogyha valaki rosszat mond arról, aki nincs jelen.

Kentenich atya azt a tanácsot adta, ha meg vagyok sértve, és vissza szeretnék ütni, egy éjszakát aludjak rá.

Ezt a tanácsot többször is nagyon hasznosnak találtam. Néha ez nagyon nehéz, de sok erőt ad.

Kell-e magyarázkodni, vagy lehet, hogy a magyarázkodással még jobban belebonyolódunk?

Tilmann atya: Általában elég bocsánatot kérni, esetleg néhány szó, mi okozta a hibát. Magyarázkodni akkor kell, ha olyan típus vagyok, aki mindig ugyanazt követi el, azért, hogy megértsék, miért vagyok ilyen. Például kemény édesanyám volt, és ha látok egy határozott asszonyt, ingerült leszek. Emellett nevelhetem is magamat, de súlyos esetben sokszor nem sikerül. Ez az élet.

Előfordul, hogy teljesen jó, a közösséget építő szándékkal kritika vagy negatív vélemény hangzik el másokról, például egy schönstatti vezető közösségben, mert érzékelnek egy veszélyes helyzetet.

Gertrúd-Mária nővér: Én is beszéltem vezető körben másokról, és ez igénybe veszi az önnevelésemet. Egy vezető körben, ahol felelősséget viselünk egy közösségért, nyíltan kell beszélni a hibákról. Az egyik nővértársamnak, akinek szintén vezetői feladata volt, Kentenich atya azt mondta erre a helyzetre vonatkozóan, hogy úgy beszéljen más személyekről, mintha virágokat határozna meg: világosan és érthetően, nem indulatoktól áthatva. Ehhez megtisztított szív tartozik. A pitypang szép virág, de egy egész keretet tönkre tud tenni. Ezt is ki kell mondani, erről is beszélni kell.

Miben áll a felelősségünk, amikor mások szavait vagy a velük történeteket továbbadjuk?

Tilmann atya: Csak akkor adjuk tovább, ha ez semleges ügy, vagy ha a másíknak a becsületét, tisztességét növeli.

Gertrúd-Mária nővér: Kentenich atyának volt egy szép alapelve: Szemébe megmondani, háta mögött megvédeni.

És ha elmesélnék nekünk egy történetet, amit kiszínezve adunk tovább és a bolhából elefántot csinálunk?

Tilmann atya: Ha ezt észre vesszük, akkor meg kell kérdezni magunktól, miért tesszük ezt. Lehet, hogy igazán rossz emberek vagyunk, de akik az Oázist olvassák, nem ilyenek. Tehát két lehetőséget látok:

Az első: büszkék vagyunk. Tetszik nekünk, hogy a másik embert kisebbnek látjuk, mert akkor mi nagyobbak vagyunk. Ettől jól érezzük magunkat. Mindent jobban tudunk. Ezt teszik a férfiak a vendéglőben az asztal körül.

A másik: vannak emberek, akik értéktelenek érzik magukat. Nekik fontos, hogy a többiek is mindig kisebbnek látsszanak. Ez azért nagyon nehéz, mert ők ezt nem ismerik fel, és talán nem is helyes nekik megmondani. Hogyan lehet ezt megváltoztatni? Uralni kell a légkört a beszélgetésben és jó klímát kell a másik fölé helyezni. Nem kioktatóan, csak természetesen.

A közösségben nagyon fontos, hogy egy kicsit harcoljunk. Egy plébánián új káplán voltam, és ott mindig mindenki rosszat beszélt a plébánosról. Negyed év múlva senki nem mondott rosszat róla. Feladatunk, hogy bárhol vagyunk, jó légkört teremtsünk.

Gertrúd-Mária nővér: A másokról való beszéd nagyon érzékeny terület. Sokkal többször vétkezünk a szavainkkal, mint ahogy ennek a tudatában vagyunk. Hogyha sikerül a nyelvünket kordában tartani, az egész ösztönéletünket uralni tudjuk.

„Sokkal többször vétkezünk a szavainkkal, mint ahogy ennek a tudatában vagyunk. Hogyha sikerül a nyelvünket kordában tartani, az egész ösztönéletünket uralni tudjuk.”

fotó: Kusiits Levente



Gertrúd-Mária nővérről többet meg lehet tudni az Oázis következő számában, amikor a vele és róla készült beszélgetést olvashatjátok.

Szerkesszük együtt ezt a rovatot is! Ha kérdésetek van, bátran juttassátok el a szerkesztőségbe, és Tilmann atya újságunkban megválaszolja.

A pápára figyelünk

TOTUS TUUS – EGÉSZEN A TIED

II. János Pál emlékére

fotó: EPA, www.index.hu



A fiatalok pápája – mondják a fiatalok.

A szenvedők pápája – mondják a betegek és a fogyatékos emberek.

A mi pápánk – mondják a lengyelek.

A béke és a szabadság pápája – mondják a politikusok.

A világ plébánosa – mondják szerte a világon.

„Servus servorum Dei.” Isten szolgáinak szolgálója – mondta magáról a pápa.

János evangéliuma az utolsó vacsora leírásánál megemlékezik egy fontos mozzanatról, a lábmosásról. Példát adott, amit ő tett, mi is tegyük meg. Végül ezt mondta: *„Nem nagyobb a szolga uránál, sem a küldött annál, aki küldte. Ha ezt megértitek, s tetteitekben ehhez igazodtok, boldogok lesztek.”*

II. János Pál, Péter apostol utódja, akire Jézus rábízta népét, megértette és tette, ezért ahogy Jézus ezt megígérte, boldog volt, még a halálos ágyán is ezek voltak az utolsó szavai: *„Derűs vagyok, legyetek ti is azok.”*

Köszönjük Neked Istenünk a te végtelen szeretetedet, melynek jeléül adtad II. János Pál életét és halálát. Kérünk, add, hogy érdemesek legyünk a te kegyelmedre az idők végezetéig.

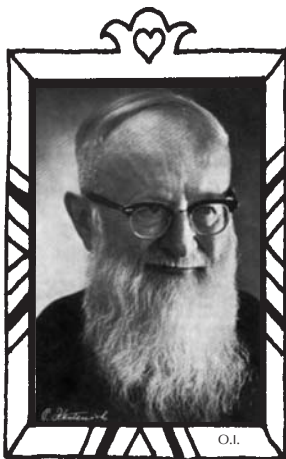
XVI. Benedek pápa és Magyarország:

„Szent István király a keresztény Európa egyik alapítója”

Szent István király napján minden évben meghatottan olvasom a pápi breviáriumban az ő fiához, Imréhez intézett Intelmeit, amely írás a keresztény humanizmus egyik legszebb dokumentuma, és egy mindig új aktualitás politikai etikája. Ez az etika ma igazi védőbástyaként jelenik meg azon barbárság ellen, amely különböző ideológiák csalfa ígéretei mögül fenyeget minket. „Légy méltó a királyi koronára, őrizd meg a katolikus és apostoli hitet olyan buzgón és lelkiismeretesen, hogy például szolgálhass mindazoknak, akiket Isten aláad rendelt...”, ezért kérve kérek és parancsolom: hagyd, hogy mindenben és teljesen a szeretet vezessen téged, légy egészen jóindulatú, ne csak a rokonok és hozzátartozók iránt, hanem az idegenek és mindazok iránt, akik hozzád jönnek... Légy könyörületes minden elnyomottal. Szívedben mindig ott legyen az Úr példája, amikor azt mondja: »Irgalmasságot akarok és nem áldozatot.«” (Mt 9,13)

Korunkban, de a múltban is hosszú évszázadokon keresztül nehéznek, sőt lehetetlennek látszott a politikai gondolkodás és stratégia, a keresztény hit és életszentség összeegyeztetése. Szent István alakjában e két látszólag ellentétes pólus között tökéletes szintézis jelenik meg. Szent István keresztény Magyarországot teremtett hitben fogant erkölcsé, saját bölcsessége és megbékítő erejének irányításával. Ma, miközben Európa egységét akarjuk helyreállítani a kereszténység tanítását megtagadó borzalmas háborúk után, újra fel kell idézni Szent István királyt, mint a keresztény Európa egyik alapítóját: olyan ember ő, aki képes volt népének önazonosságát nemcsak megőrizni és megújítani, hanem ezzel egyidejűleg szeretett hazáját békésen beilleszteni a keresztény népek közösségébe, miközben követte az idézett alapelvet: „Hagyd, hogy mindenben és teljesen a szeretet vezessen”.

Mi, bajorok, büszkék vagyunk, hogy a passauai egyházmegyét – ahol magam is születtem – érte az a megtiszteltetés, hogy egyik papja keresztelte meg Szent Istvánt, és a kereszttségben az első vértanúról elnevezett székesegyház nevét kapta. És boldogok vagyunk, hogy az ő szent felesége Regensburgból származik, ahol én tanárként működtem. Számomra az akkor formálódó keresztény Európa egyik szép jele, hogy prágai Szent Adalbert közvetített e házasság létrejöttében. (Ratzinger bíboros beszédéből 1998. május 21-én Rómában, a Magyar Akadémián, a Szent István Társulat 150 éves fennállásának alkalmából rendezett kiállítás megnyitóján. Ekkor ajándékozták neki az Ozsvári Csaba ötvösművész – az ő remekműve a kápolnánkban található feszület is – által készített mellkeresztet és püspökgyűrűt.)



„Suttog a szentély”

Az elmúlt év előkészületei és küzdelmei közepette gyakran biztattuk így magunkat, hogy csak addig kell kibírni, amíg a Szűzanya beköltözik a szentélybe. Utána egy új korszak kezdődik. Talán azt is vártuk, hogy utána könnyebb lesz, és aztán már minden magától megy? A tapasztalat nem mindig ezt mutatja. Lehet, hogy nehezebb, fájdalmasabb lett az életünk, de áldottabb, és valóban jönnek, már itt is vannak a csodák: Szeretni tudok, ahol eddig nem ment..., fiataljaink Schönstattba mennek..., bővül, épül az új „MHC”-ház...

Kentenich atya tanítása

„Mit jelent az, hogy a Szűzanya itt, ezen a kis helyen különleges módon lakik és működik? A Szűzanya itt suttog nekünk. Ez nem hangos beszéd, hanem csendes, megnyerő, fölöttébb hatékony beszélgetés. A Szűzanya suttog nekünk. Talán mi is suttogunk Neki. Szól hozzánk és mindig megtalálja a megfelelő szavakat az elébe hozott gondjainkra, bajainkra, örömeinkre.

A Szűzanya mindenütt hall bennünket, ha közeledünk, ha szólunk hozzá. Minden templomban és minden Mária-képnél, ahol köszöntjük őt. Ő lát bennünket és szól is hozzánk. De itt a kápolnánkban különös módon suttog nekünk. Ha itt vagyunk, ha hívőn érintkezünk ezzel a kis hellyel és a Szűzanyára tekintünk, akkor itt jobban szól hozzánk, mint máshol; akkor itt gyengédebb és hatékonyabb a szava. Vagyis a Szűzanya kiválasztotta ezt a helyet, hogy itt lakjon, hogy itt a szeretet szavait mondja nekünk; hogy itt különös módon megmutassa hatalmát és »mindenhatóságát«. (Csak egyedül Isten mindenható. A hívők Szűz Máriának közbenjáró mindenhatóságot tulajdonítanak.)

Mit jelent ez a mindennapjainkban?

Tegyük fel, hogy a gyermekem lassan a kamaszkorba lép. A saját fejecskéjével kezd gondolkodni. Nincs se időm, se erőm, hogy folyton vitatkozzam vele és helyreigazítsam tévedéseit. Nem tudom máról holnapra a helyes útra vezetni. Tehetetlennek érzem magam, hogyan kell ezt a gyermeket nevelni. Odamegyek a Szűzanyához és mondom neki: „*Kérlek, nézz*

a gyermekekre! Már akkor Neked ajándékoztam, amikor még a szívem alatt hordtam. Vedd át a felelősséget érte!” Arra gondolunk, hogy a Szűzanya a felelős, ő gondoskodik arról, hogy mi is és gyermekeink is növekedjünk a szeretetben. Talán van otthon egy Mária-képünk, vagy elmegyünk a templomba a Mária-oltárhoz, és ott így imádkozunk: „Anyánk, segíts!” Viszont, ha én schönstatti vagyok, akkor eszembe jut, hogy a Szűzanya a legszívebben, a leghatékonyabban akkor hallgat meg, ha *fizikailag vagy legalább lélekben odamegyek a Schönstatt-szentélyünkbe.*

A Szűzanya itt főleg nevelőként működik. Ő vezeti és segíti önnevelésünket, gyermekeink, egész családunk nevelését, és gondoskodik róla, hogy ne adjuk fel. Emellett igényli a mi sokoldalú együttműködésünket is. Sőt, eszközül akar felhasználni egymás nevelésében is. Ez a folyamat egész életen át tart, soha nincs vége. Ha nem állítunk magunkkal szemben mindig újra követelményeket, felbomlik a család. A Szűzanya kéri és várja, hogy amikor hozzá jövünk kéréseinkkel, ne üres kézzel jöjjünk: „*Először törekedj arra, hogy örömet szerzel nekem és megfegyelmized magad. Hozd el nekem próbálkozásaidat, áldozataidat, és én gondoskodni fogok rólad, és hogy teljes emberré válj.*” Ez nagy különbség: nem csak kérni jövünk, hanem ajándékot is hozunk.

Talán már előfordult, hogy hét közben is úgy intéztük a dolgunkat, hogy betértünk a szentélybe. A Szűzanya úgy működik a szentélyéből, mint egy mágnes: magához vonzza a szíveinket. A Szűzanya szavának itt titokzatos hatalma van. Ezzel a suttozó hanggal hív mindenkit, aki vágyik az Ő közelségére. Hívja azokat is, akik Schönstattról alig tudnak valamit. Azt szeretné, hogy otthon érezzük magunkat Nála a szentélyben; hogy ez a hely a szívünk otthona, az egész családunk otthona legyen, ahová mindig hazavárnak, ahová minden gondunkkal és örömünkkel eljöhethetünk.”

(A szerkesztő által válogatott és összefoglalt szöveg. Lásd: P. J. Kentenich: Nr.: 1953\0913ef01)



fotó: Palásthy Imre



Hogyan jutott el hozzánk a Schönstatti Szűzanya szentélye?

Már több mint 13 éve történt.

Egy óvodában, ahol sok óvónő dolgozott, volt egy fiatal, szinte még pályakezdő óvónő és egy „idősebb”. Nem egy csoportban dolgoztak, de érdekes módon kis lelki kapocs alakult ki köztük. Az idősebb én voltam és nem tudtam róla, hogy ő mélyen vallásos életet él, én pedig csak „vásáros” ünnepnapokon mentem a családommal szentmisére, ahol tulajdonképpen azt sem tudtam, mi történik. Rövid idő múlva a fiatalabb végleges álláshelyet talált, és elbúcsúzott az óvodától. Egy kedves ajándékot kaptam tőle. Kis papírdobozban egy könyvjelzőt bibliai idézettel és egy üres csigaházat.

Jó pár év múlt el, mikor egyszer eljött az óvodába már háromgyermekes családanaként és megkért, hogy vegyem szárnyaim alá középső kislányát. Nagyon megörültem nekik. Közben óvodánk a rendszerváltozás után katolikus óvoda lett. Elmúlt egy év és megüresedett egy állás az óvodában, neki pedig lejárt a GYES. Micsoda jó kis véletlenek vannak, mert most már együtt dolgozhattunk. Megbeszéltük a könyvjelzőt és a csigaházat. Érdekes, hogy ő már nem emlékezett rá.

Lelkiismeretesen és jól dolgozunk együtt, a gyerekek és a szülők szeretnek minket. Elismerik a munkánkat. Jól esik lubickolni a nagycsaládok 10-12 éves óvodába járásában. Figyeljük gyermekeik felcseperedését. Ahogy telnek az évek, mi is és családjaink is jobban megismerjük egymást. Délután, amikor már elalszanak a gyerekek, sokat beszélgetünk. Kidolgozzuk egy-egy jó kis foglalkozás témáját, megvalósításának mikéntjét. Olyan jó érzés, mintha a Szűzanya fogná a kezünket. Beszélgetünk arról, miről szól a szentmise, mi a hit, mit jelent nekünk a Szűzanya, Jézus, a Szentlélek és Isten.

Tilmann atya így fogalmazott: „A Szűzanya célja az, hogy neveljen minket. Nemcsak azt ajándékozza nekünk, amire szükségünk van, hanem nagyszívű emberekké szeretne nevelni minket, akik áldozatot hoznak Jézus Krisztusban testvéreikért, a többi emberért.”

Egy pedagógusnapi kiránduláson beszélgettünk Kentenich atyáról, a schönstatti kápolnáról és a szentélyről, amely minden hónapban 2-3 napra egy családnál lehet. Otthon én is beszéltem erről. Úgy éreztük, hogy ez által mi is meghívhatnánk Szűz Máriát. Örömmel fogadjuk, hiszen Máriának az a törekvése, hogy mi az ő gyermekei lehessünk, és rajta keresztül Jézus testvérei.

Már rendszeresen járunk szentmisére, úgy érezzük, hogy a Szűzanya fogja a kezünket. És milyen érdekesen működik ez a szép világ!

Megkért a fiam, segítsen abban, hogy a kedvese megkeresztelkedessen.

Még tavaly szeptemberben megszerveztünk egy hittan csoportot. Minden pénteken találkozunk, és a Szűzanya fogja a kezünket.

Elvállalt bennünket a város egyik legjobb, legkedvesebb hitoktatója.

A családdal elterveztük, hogy egy szép kis helyet készítünk a vándorszentélynek. Közben eljön a nagyhét. Megtaláltuk azt az atyát, aki a lelkivezetőnk lett, és hozzá járunk győnni.

Húsvét utáni vasárnap megtörtént a keresztelés. Megható, szép ünnepély volt.

Olyan jó, hogy a Szűzanya itt van közöttünk.

Megkérdezték, hogy a pécsi csoport tagjaként írnék-e egy kis cikket az újságunkba. Bizonytalan voltam benne, hogy képes vagyok-e megírni. Hazamentem, és otthon azzal fogadott a férjem, hogy elkészült a polc, amelyet olyan régen ígért. Ekkor döbbentem rá, hogy megvan a Mária-szentély helye. Gyönyörű!

Megtelt a csigaház, van hová betenni a könyvjelzőt, van a polcon egy kis ajándék bronz kereszt, amelyen Mária nyújtja a korsót Jézusnak. Ezt a korsót nekünk kell megtölteni. Megfogta kezünket Szűz Mária, és többé nem engedjük el.





„Tedd könnyűvé énnekem ezt a nehéz hűséget”

(József Attila)

Elvárások a házasságban?

Mikor két fiatal megismeri egymást, nincsenek nagy elvárásaik. Csak annyi, hogy viszonzózzák a szerelmüket. És ez elég nekik, sőt boldoggá teszi őket. Aztán összeházasodnak és felszínre kerülnek a másikkal kapcsolatos elképzeléseik, elvárásaik, melyek előtte korántsem voltak olyan kifejezettek. Meglepő fordulatot jelent mindez: amit az egyik a másik iránti szeretetből tett meg addig, azt hirtelen kötelességből kell megtennie. Hatalmas minőségi változás. Meg tudok-e vagy meg kell-e felelnem a párom elvárásainak? Lehetnek-e elvárásaim vele szemben? És ezek a kérdések furcsa színjátékhoz vezetnek: a nemek harcához. Érdemes ezért megvizsgálunk egy kicsit ezt a kérdést. De tegyük ezt meg most egy kicsit másik szempontból: Nézzük meg Jézus életét!

Nem találtam egyszer sem olyan részt, melyben Jézus elvárásoknak akart volna megfelelni. Talán a kánai menyegzőn, ahol anyja kérésére átváltoztatta a bort, de ott is inkább szeretet-tetről beszélhetünk. És ez mutat rá a kettő közötti nagy különbségre: Jézus nem elvárásból, hanem szeretetből cselekedett! Minden esetben. Nem akart megfelelni annak az elvárásnak, hogy népvezér vagy hős legyen. Szüntelen az Atya küldetése lebegett a szeme előtt. Nem mondhatták meg neki, hogy mit mikor tegyen, kit mikor támaszon fel vagy látogasson meg! Tudta ő azt nagyon jól, hiszen szeretet-kapcsolatban volt az Atyával. Még csak az Ő elvárásainak sem akart megfelelni. Nem az Atya elvárásai miatt ment fel a keresztfára, hanem az Atya és az emberek iránti szeretetből. A kettő között hatalmas a különbség!

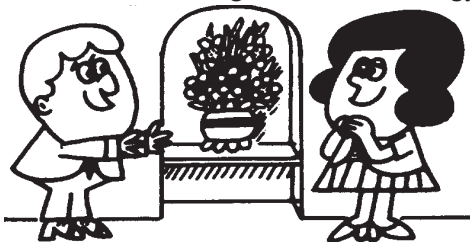
Ő maga nem támasztott elvárásokat a tanítványaival szemben. Elmondta, hogy mit kell tenniük, de lássuk be, ha nagy elvárásai lettek volna, nem

ezt a tizenkét egyszerű és többnyire képzetlen embert választotta volna ki! Jézus utat mutatott. Ez volt a feladata. Elvárja tőlünk, hogy szeressük Istenünket, felebarátunkat vagy magunkat? Hát nem a mi érdekünk is mindez? Vagy elvárás: „Menj, és ne vétkezz többet!”? Hát nem az én érdekem, hogy ne vétkezzek?

Mikor beláttam, hogy az elvárások felesleges koloncként csimpaszkodnak a nyakamon, megtapasztaltam a szabadságot a házasságban. Már nem várom el a másiktól a szeretetet. Próbálom én szeretni. Nem megy jól és mindig, de mivel nem bosszant, hogy a párom nem mindig felel meg az elvárásaimnak, kedvesebb, türelmesebb tudok lenni. Amit eddig elvárásból tettem meg duzzogva, azt most megteszem a másik iránti szeretetből. Ugyanis nem az elvárásainak akarok megfelelni, hanem szeretni akarom. A kettő között nagy a különbség! Nemet mondani a másik elvárásaira most is nehéz. De szükséges, hogy szabadok legyünk ebben, ahogy Krisztus is az volt.

Ne értsük félre: vannak elvárások és kötelességek. A kettő nem ugyanaz. Ha veszek egy kocsit, akkor nem elvárásom, hogy menjen, hanem annak kötelessége, hogy menjen. Az a küldetése, a feladata. A péknek kötelessége, hogy becsületesen készítse a kenyeret, akármi is az elvárásom. A KRESZ szabályait sem elvárásból, hanem kötelességből kellene betartani. És így a bűnre nemet mondani nem elvárásból, hanem kötelességből kell! Sajnos ezek a dolgok a valóságban nem így működnek. Ám a mi vezérfohalunk a szeretet. Ha nemet mondunk, tehetjük azt szeretetben, és ha igent, akkor azt is megtehetjük így. Elbukom ebben is néha, ám amikor megélem ezt a szabadságot, igazán boldog vagyok a házasságomban. Már észreveszem a páromnak azokat a szépségeit, melyeket elvárásaim miatt nem láthattam. Egy csodát kaptam magam mellé, akiben most már tudok gyönyörködni.

Figyeljük meg, az elvárások hány házasságot tesznek tönkre! Lehet ezt a sátánra vagy anyósra fogni (a kettőt azért ne említsük egy lapon!). Ha a másik nem felel meg az elvárásainknak, esetleg már nem olyan szép és fiatal, akkor lecseréljük? Hagyjuk veszni a közös élményeket, a család közösségét? A fészket, amely gyermekeinknek biztonságot ad? Mindezt egy elvárás nevű sötét szemüveg miatt? Sok házaspárt láttam, akik levették már. Csatlakozzunk mi is hozzájuk! Ugyan ki tökéletes? Meg tud-e valaki felelni minden elvárásnak? Lehetetlenség! Aki nem hiszi, járjon utána!



Szóra bírni

- Mi volt az iskolában?
- Semmi.

Hogy lehetne szóra bírni ezt a gyereket?! Jó lenne tudni, mi van vele, minek örül, mi bántja, de máris „húz” a szobájába és kedvenc könyvébe mélyed.

Sok gyerek nem szereti, ha azonnal kérdésekkel bombázzuk, ahogy belép az ajtón. Az élményeknek le kell ülepedniük, mielőtt szavakba tudnák önteni.

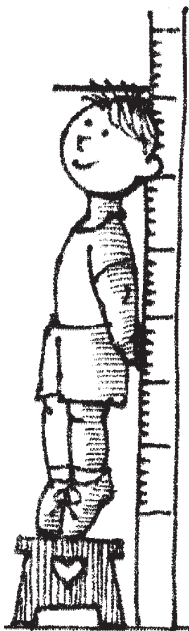
Ráadásul számára nem azok a dolgok a legfontosabbak, amelyek után mi érdeklődünk: nem késett-e el reggel, hányas lett a dolgozata, felelt-e. Lehet, hogy részletes beszámolót tart, pl. a tanítás utáni focimeccs közben történekről, vagy arról, ki, kivel, mikor, miért veszett össze, de elfelejti megmondani, hogy másnap tejfölös poharat kell bevinni.

Az esti imánál sok családban megkérdezik: Mi volt szép ma, miért adsz hálát a Jóistennek? És mi volt nehéz? Jó alkalom ez arra is, hogy megtanuljanak beszélni. Vannak gyerekek, akikből csak úgy dől a szó: a történetet onnan kezdik, hogy „reggel kiléptem az ajtón”, és szinte percre pontosan elmesélnék mindent. Szülő legyen a talpán, aki a részletes leírást figyelemmel végig tudja követni, és nem siklik át esetleg egy félmondat fölött, amely épp a lényeges információt tartalmazza. Segíthetünk neki, ha felteszünk néhány célirányos kérdést, amely megadja a vázát a beszédének. Ha ezt rendszeresen tesszük, lassan megtanulja, hogyan építse fel mondanivalóját úgy, hogy azt mások is követni tudják.

Nem lehet mindent elmesélni az egész család előtt. Fontos, hogy biztossunk lehetőséget arra is, hogy a gyerek kettesben velünk beszélhessen.



Azonban ha azt tapasztalja, hogy másoknak kikotyogjuk titkait, vagy visszaélünk bizalmával, semmilyen praktikával sem tudjuk szóra bírni.



Mindennapi kenyerünket süsd meg nekünk ma!

Végy egy kis szeretetet!

Fűszerezd egy kis türelemmel!

Keverj hozzá egy csepp kitartást!

A bátorság se hiányozzon a tésztából, s meglátod, hamarosan a legfinomabb kenyér illatozik a család asztalán. Nem kell hozzá kenyérsütő gép, elég egy sütő és egy cserépedény (pl. Pataki-tál). A kenyér héja ebben lesz a legropogósabb!

Körülbelül tíz éve sütöm itthon a kenyeret. Elég sokáig tartott, mire rájöttünk, hogyan lesz a legfinomabb, de addig próbálkoztunk, míg kialakult a recept és a módszer.

Amikor megjelentek a kenyérsütő gépek, elcsábultam: csak könnyebb lesz nekem, ha valaki helyettem készíti a kenyeret. A családomnak azonban sehogy sem ízlett, és bizony a gép sem bírta jó étvágyunk, hamar elromlott. Úgyhogy visszatértünk a régi, jól bevált módszerhez. Úgy érezzük, hogy az otthon sült kenyér hozzájárul a család jó légköréhez, otthonos biztonságot nyújt, része összetartozásunk kifejezésének.

Tehát a recept. Ez az alaprecept, amit millióképp lehet variálni, fűszerekkel, lisztfélékkel, magokkal (a magokat nagyon jó úgy beletenni, hogy előtte szárazon megpirítjuk egy kicsit):

1 kg liszt, lehet vegyesen simaliszt és teljes kiőrlésű tönkölyliszt

1,5 kiskanál só

5 dekás élesztő negyede (bőven elég, nem kell több)

Kb. fél liter langyos víz, lassan a liszthez adva, hogy ne legyen se túl lágy, se túl kemény a tészta.

A hozzávalókat összedagasztjuk. Az élesztőt nem kell felfuttatni, a lisztbe morzsoljuk! Több mint a duplájára kelesztjük. Finoman összegyúrjuk és kiolajozott cserépedényben hideg (!) sütőbe téve kisütjük. A cserépedényt nem kell beáztatni, és nem kell rátenni a tetejét. Mindenkinek magának kell kitalálnia, hogy az ő sütőjében milyen lángon és milyen sokáig kell sütni a kenyeret. Én gázsütőben először kb. háromnegyed órát sütöm nagylángon, aztán még fél órát kislángon. Rácson, vagy feltámasztva jó kihűteni, különben elázik a kérge a lecsapódó párától.



foto: Palásthy Imre

Nincs boruk

Írjátok meg, ha nehéz helyzetben vagytok, hogy tudjuk hordozni egymást. Lehet névvel, de név nélkül is. Ha megköszönni valótok van, itt azt is megtehetitek.



O.I.

– 7 éves Zsófi lányunk súlyosan beteg szemeinek gyógyulásáért kérjük imáitokat.

– Kérjük a Szűzanyát, hogy segítsen: nehéz helyzetben lévő családjainknak; gyermekeinknek és a pedagógusoknak az új tanévben; hogy Kentenich atyát szentté avassák.

Már van boruk

– Köszönjük, hogy azok közül, akiket az imakör hordozni szokott, többen jól vannak!

– Köszönjük a kegyelmeket, amelyeket a nyár folyamán kaptunk.

– Köszönjük a családnapokat, az együtt töltött időt!

– Köszönjük a schönstatti és a kölni ifjúsági találkozót, s hogy a fiúcsapat épségben megérkezett!



Gólyahír

Isten hozott Benneteket!

„Feleséged házában mint az szőlővessző Gyümölcsöt szépet hozván, ha eljő az idő. Meglátod gyermekeidöt te asztalod körül Renddel, mint olajvesszőt, kikben szíved örül.” (Szenci Molnár Albert)

Örömmel tudatjuk Veletek, hogy március 14-én megszületett Lili és Maja kishúga, JÚLIA RITA. Érkezési paraméterei: 3250 g és 52 cm. Alleluja, örüljetek velünk Ti is:

Kovács Tibor és Merkel Tímea

Örömmel tudatjuk, hogy két lányunk után megszületett első fiunk, GERGELY. Időpont: 2005. május 4. 13:25. Súly: 3600 g. Hossz: 52 cm. Haja: van, sötét. Mama, baba jól vannak. Szeretettel küldjük!

Litkei Andi, Zoli, Klári, Kinga, Gergő

Örömmel tudatjuk, hogy 2005. május 10-én megszületett TERÉZ lányunk. Mindannyian nagyon boldogok vagyunk!

Nádudvari András Rita Józsi Marika

Szívből gratulálunk és kérjük Isten áldását a családokra!

ÓRIÁSI apróságok (gyerekszáj)

Rémmesék... (Az előző számban az a rémség történt veled, hogy kettészakadt. Szerk. meg.):

Csaknem 9 éves Fanni lányom meséli:

– És akkor a Balázs csinált egy képregényt, amiben a fiúnak van egy gépuzija (tájékozatlan pacifisták számára: gépfegyver) és mindenkit halomba lő, és akkor előkapja a vámpírfogsorát, és mindenkit megharap...

– Ti pedig írjatok egy olyat, hogy Balázs hoz egy szép virágcsokrot a Petrának, és azt mondja: Szeretlek! – próbál alternatívát adni lányának a bölcs apa.

– Jaj, ne! Az rémes lenne! – sikolt fel a lányom elborzadva.



Építkezés hatása gyermekeink szóhasználatára:

Dani itthon hangosan szavalja a *Nemzeti dalt*. Este Gellért is rázendít imígyen:

– Sehonnai YTONG-ember...



Misi megtalálta apukájának üres dezodoros üvegét. Bori anyáskodva rászól:

– Ez nem a tiéd. Ez apáé!

– Nem, mert apa már kinőtte! – kész a válasszal Misi.



Étkezésnél:

Ebédre kapormártást készítettem. Sajnos nem vágtam fel a kaprot apróra, így hosszabb darabok is maradtak benne. Gellértet kérdezi apukája, hogy mi volt az ebéd. Mire Gellért válaszol:

– Husi, krumpli és fű.



Vacsora közben a gyerekek beszélgetnek, ki mi lesz, ha nagy lesz:

– Én óvónő vagy tanárnő leszek – mondja Bori.

– Én pedig májas vagy sajtos vagy pék – válaszolja Misi kenyérkenés közben.



Mamáéknál kétféle süti van a zsúron. Az egyik csokis, a másik ananászos, tetején ananászdarabkával.

– Melyik sütiből kérsz? – kérdezi Misitől a mama.

– Abból a *krumplisból* – válaszolja Misi.



Egyik nap barátfüle volt az ebéd. Misinek nagyon ízlett. Ebédnél kérdezi:

– Mikor lesz megint *fülestészta* az ebéd?



Ady Endre: Jóság síró vágya

*Meleg karokban melegedni,
Falni suttogó, drága szókat,
Jutalmazókat, csókolókat:
Milyen jó volna jónak lenni.*

*Buzgóságban sohase lohadni,
Semmit se kérni, el sem venni,
Nagy hűséggel mindent szeretni:
Milyen jó volna mindig adni.*

*Még az álmokat se hazudni.
Mégis víg hitet adni másnak,
Kísérő sírást a sírásnak;
Milyen jó volna adni tudni.*

*Meleg karokban melegedni,
Falni suttogó, drága szókat,
Jutalmazókat, csókolókat:
Milyen jó volna jónak lenni.*