

# Oázis



A Magyar Schönstatt Család és Ifjúság lapja

## KérjeteK és kaptok!



Az ima megpihenés  
Panaszima  
Figyelmeztetés

Mi az üzenet?  
Szűzanya mint munkatárs  
Füves cigi

2016/4





## A megpihenő imádság

Béri László Renátó, karmelita atya



### KISLÁNYTÁBOR

„Lelki Olimpia volt Balatoncsicsón, ahol kellett írni öt olyan tulajdonságot, ami rád jellemző. Egy másik napon a vezetők előadásokkal készültek. Egyik témája a béke, másiké az irgalom, harmadiké a szeretet. Utána beszélgettünk ezekkel kapcsolatosan. Írtunk Szűzanyának levelet, mit kérünk tőle és mit köszönünk neki. A tábor elején mindenki húzott egy nevet, akire a tábor folyamán különösen figyel, ő lett az angyalkája. Nekem nagyon tetszett! Én a tábor elején nem ismertem az angyalkámat, de a végére jól összeharagtunk.”



Avilai Szent Teréz, a karmelita rend alapító anyja hangsúlyozza, hogy **az imádság pillanatait, a megpihenés pillanatait.** Sok keresztény teljesítményorientált gondolkodásmóddal értelmezi az imádságot: „ha én leülök imádkozni, akkor nekem valamit csinálni kell. Jártatni a szám, imaszöveget mondani, vagy előre leírtat, vagy saját szavaimmal... ha nem ezt, akkor elmélkednem az evangéliumról... de miről szól ez?”

Ezek mind hasznos eszközök, de vigyázzunk, ha csak ezeket használjuk, olyan kísértésünk lehet, hogy most is teljesítenem kell. Az Istennek produkálom a szép szavaimat, meg a szép gondolataimat... Nem hiszem el, hogy én úgy is szerethető vagyok Előtte, ha csupán csak úgy vagyok? Ahogy a szülő szereti a gyermekét: nem kell neki semmit tennie, csak azért, mert van, már szereti.

Itt az imában meg kell tanulnunk, ahogy Avilai Teréz tanítja, a pihenést. Csupán vagyok, elengedem magam, Ővele vagyok. Nem kell valamire gondolnom, ha nem akarok, nem kell mondanom valamit, ha éppen az nem segít, hanem megengedhetem magamnak az Isten kapcsolatomban a nyugalmat, a pihenést.

Milyen fölszabadító ez azoknak, akik azt hitték, hogy az imában mindenképpen valamit produkálnom kell. Nem! Ez egy együttlét, elég együtt lenni! Sokan mondják, hogy nincs időm imádkozni: „este hazaérek és már olyan

fáradt vagyok, reggel menni kell, nincs időm, mert fáradt vagyok.” Ezt olyanok mondják, akik az imádságot összekeverik, egy plusz munkával: „ajjaj, még imádkozni is kell, ez megint egy erőki-fejtés, pedig egésznap kiszívott már a munka...”

Gondolj bele abba, hogy pont az ima periódusa az, amikor nem kell teljesítményt kifejtened. Ha van lehetőség, hogy egy olyannal pihenhetsz meg, aki téged teljes mértékben szeret és megért és átölel, az az imádságnak a pillanata. Az ima, az megpihenés és ezért, még nagyon fáradtan vagy sok-sok napközbeni tevékenység után is le lehet ülni, imádkozni így, hogy csupán leülök és vagyok, itt nem kell semmit tennem... végre nem kell semmit tennem.

A hitünk nem megy szabadságra, talán ez összeköthető azzal, hogy megtanulunk megpihenni. Nemcsak a munkánk után, nemcsak a nyári szünidőben, hanem egyébként is, a napi szintű Istennel való kapcsolatunkban is, megtanulunk megpihenni.







## Tartalom

Örömvadászat.....	3
Esszé.....	5
Életünkben.....	7
Kentenich atya.....	40
Pápara figyelünk.....	42
Tedd könnyűvé.....	43
Nyári emlékek.....	45
Koronázás.....	49
Oázis könyha.....	51
Van/Nincs boruk!.....	53
Gyerekszám.....	54
Hírek.....	55
Fiatalok Oázisa.....	56

Jelenlegi számunk házigazdája  
a **Pécsi Régió** volt,  
köszönjük a munkájukat!

Őket az **Óbudavári Régió** követi.  
A következő Oázis központi témája az  
**Okosan szeretni** lesz.

Lapzárta: **2017. március 1.**

Várjuk a témához kapcsolódó írásaito-  
kat az oazis@schoenstatt.hu címre!

ISSN 2063-0441

OÁZIS 2016. december, XXVI. évf. 4. (84.) szám, a Családok a Csaláért Egyesület (Magyar Schönstatt Családmozgalom) lapja. Megjelenik negyedévenként. Felelős kiadó: az Egyesület elnöke, 8272 Óbudavár, Kistelek u. 2. Tel.: 06-87/655-014, info@schoenstatt.hu, www.schoenstatt.hu/oazis

- Főszerkesztő: Endrédy Pisti és Orsi
  - Készítették: Andai Anikó, Bodó Rita, Csabai Gábor és Márti, Csermák Kálmán és Alice, Endrédy István és Cecília, Endrédy Pisti és Orsi, Farkas Sanyi és Gyöngyvér, Gombkötőné Csetényi Flóra, Hortobágyi Tibor és Ági, Horváth Péter és Kriszta, Kentenich atya, Kerekes János, Kovács Filoména, Lów Péter és Helga, Mészáros Zsuzsa, Oroszi Juli, Ozsvári Imri, Palásthy Gergely, Palásthy Imre, Palásthy István, Petrekovich-Perjés Borbála, Radnai István és Márti, Sallainé Karikó Éva, Simon Balázs, Ther Péter Pál, Tilmann atya, Tóth Zoli és Bea, Török Péter és Orsolya, Oszoli Dénes, Vidra Zoli és Rita, Weeber Saci, Windisch Mária, közösségünk tagjai, és még sokan mások.
  - Szöveget gondozta: Heiszer Erika, Radnai István és Márti, Schumicky Ildikó
  - Képszerkesztő: Joó Enikő, Lów Helga • Grafika: Laza Dominika, Ozsvári Imri
  - Fotók: Kuslits Levente és Zsófi, közösségünk tagjai
  - Tipográfia: Heiszer Erika és Csaba • Nyomás: cmyk Press
- Az Oázis évente négyszer jelenik meg. Éves költsége (postaköltséggel) 1500 Ft. A költséget adományokból, illetve díjazás nélküli munkavégzés útján teremtjük elő. Kérjük, hogy ezzel az összeggel támogassátok az Egyesület 73200134-10000434 számlaszámát!



## Imáink az Atyához szólnak

Tilmann atya

**M**a szeretjük az Atyát, szeretjük a házastársunkat. Ha Jézust szeretjük, szeretjük Máriát, vele együtt el vagyunk telve a Szentlélekkel, és szeretjük az egyházat. A Szentlélek mindig vezet bennünket. Míg érett keresztényekké váltunk, végigvándoroltuk az egész vidéket, és most már otthon érezzük magunkat Isten egész világában.

Kihez imádkozunk? A mennyei Atyához? Jézushoz? A Szentlélekhez? Máriához? A védőszentünkhöz? Ahhoz imádkozunk, akihez a Szentlélek indít bennünket, mert ő a szívünkben lakik, és mindig jól irányít. Ne csinálnak problémát ebből a kérdésből. Az ima objektív törvénye, hogy az Atyához szól. Az egész szentmise imája az Atyára irányul, de vannak imák, amelyek Jézushoz szólnak: Uram irgalmazz..., Uram nem vagyok én méltó..., az áldozás előtti békeima, Isten Báránya... Van még egy rövid ima, amelyet a pap szentáldozás előtt halkan imádkozik az Atyához Jézus által –őáltala, ővele és őbenne...–imádkozzuk a Szentlélekkel egységben. A Szentlélekben való egység által valósul meg az egyház egysége. Az egyház egységébe mindenki beletartozik, Isten egész családja. Ez az imának az objektív valósága, Jézus által a Szentlélekkel egységben imádkozunk. Az Atyához az egyházzal együtt imádkozunk, így imádkozunk a mennyországban. A mindennapi életben ahhoz imádkozunk, akihez a Szentlélek vezet, ill. indít bennünket.

Még nincs olyan ima, imaforma, amelyben a házasság szentsége szólal meg. Az Oltárszentséget sok formában imádkozhatjuk: úrnapi körmenetben, szentségimádásban vagy egy zenekari misében.

Az Úr jelenléte a házasság szentségében még nem talált imaformára az egyházban. A kereszttség szentségére van liturgikus forma, imaforma (keresztstégi fogadalom). A kereszttség által Isten él a szívünkben, eggyé válunk Krisztussal. Szent Pál azt mondja, magunkra öltöttük Krisztust (Gal 3,27), közel van hozzánk. Gondoljunk csak a keresztelői ingecskére. Szent Pál szerint összenőttünk Krisztussal, és ez összekacsol az Atyával (Ef 4,16). Isten Krisztus által a szívünkben lakik. Imádjuk Istent a szívünkben, ez a karmeliták jámborságának nagy hagyománya. A hitben való növekedés a bensőségesség felé vezető út. Ez ma újdonság. Nekünk, keresztényeknek, nem kell a hinduizmushoz fordulni, ha jobban ismerjük hitünk igazságait.

Olyan ima, amellyel, ill. amelyben Krisztust a házasságban imádjuk, még nincs. Élő szentély vagyunk. Az egyház élete innen fog kibontakozni, megújulni.

Képzeld el, hogy Mária velünk imádjuk Krisztust. Ki imádkozik jobban? Mi vagy Mária? Élő ostya vagyunk. Mária szívesen van ott, ahol az Úr van. Nem szólíthatom föl Önöket, hogy imádják az Önökkel élő Krisztust, de az egyházat megajándékozhatjuk ezzel az ájtatossági formával. Az egyház ed-



digi imagyakorlata az egyes személyekre vagy közösségekre irányult, nem szokások vagy nem ismeretek a házaspárok számára alkotott imaformák. Most valami új kezdődik. Egy házaspár az Úr jelenlétének a helye. Olyan formát, olyan utat keresünk, ahogyan a köztünk lévő Urat imádhathatjuk. Ez nagyon nehéz, mert nagyon új. Érezzük, hogy a házasságunknak nagy a hatalma, közvetlen kapcsolatunk van Jézussal. A házasság szentségét a házastársak szolgálják ki egymásnak.

Az a házasság, amelyben Krisztus él az Atyával, a Szentlélekkel, Máriával, a szentekkel, mély és bensőséges. Ha a házaspárok elmennek vasárnap a szentmisére, természetesen ott a templomban a pap mutatja be az áldozatot, de ott Önök az élő ostya.

Házi feladat. Imádják az Urat a saját házasságukban. Önök együtt egy eleven ostya, az Úr áthatja Önöket, benne egyek. Merüljenek el Istenben, és eggyé válnak. Beszéljenek, beszélgessenek vele. Egyszerűen szeressék őt.

#### Szeretetteljesen beszélék Istennel

Még egy megjegyzés az Istennel folytatott beszélgetéshez. Beszéljünk Vele szeretetteljesen! Szeretettel. Isten jó.

Szimpatikus. Kedves. Szabad vele szívből beszélgetni. Nemcsak okosan. Isten maga is elég okos. Az okosság nem tesz rá nagy benyomást. De a szívünkben szabadok vagyunk. A szabadságunk nem az övé. Csak ha neki ajándékozunk. Ez nagyon szép. Tehát Istent ténylegesen megajándékozhatjuk. Egy mosoly. Szeretet. Ez szép. Ennek örül. Hogy ezt a nyilvánosság előtt kell-e csinálni, az kérdés. Kinek hogy tetszik. De a szívünkben tehetjük. Szabad panaszkodni Istennek, vitatkozni vele, szabad haragudni. Ez nagyon szép dolog. Akkor kezdődik az igazi mély kapcsolat, amikor emberek igazán szeretik egymást. Mindig egy kicsit szívharc. És ez szép. Nem úgy vagyunk egymás mellett, mint az egyes modulok, hanem élő kapcsolataink vannak.

Amikor Isten Ábrahámnak megígéri, hogy fia lesz, azt mondja Ábrahám: Nem lesz fiam. Én tudom. Vagy van a panasza. Panaszunk. Aki panaszkodik, az hiszi, hogy Isten jószágos. Ha valaki nem jószágos, annak nem panaszkodunk. Isten erős, hatalmas. Ha valaki gyenge, ahhoz nem megyünk panaszkodni. Szabad Istennel tréfálkozni. Istennel az élet nagyon szép. Arról beszélünk, ami éppen a szívünkben van. Amikor örülnék, örömmel beszélék Istennel. Amikor szomorúak vagyunk, panaszkodunk.

Szabad Istennel tréfálkozni. Istennel az élet nagyon szép. Arról beszélünk, ami éppen a szívünkben van. Amikor a napi munkánkat végezzük, akkor beszélünk vele arról. Felfedezzük Istent a tanítványaink mögött. Beszélgetünk vele a tanítványainkról. Teszünk valamit értük. Az egész életünk lelkigyakorlattá válik.

## Nem tudhatjuk sem a napot, sem az órát...

*Közösségünk egyik vezetőjét, Radnai Istvánt májusban súlyos baleset érte. Sokan hordoztuk Őt és családját ebben a nehéz időszakban. Megkértük, hogy feleségével, Mártival együtt írjanak az átételekről.*

Mint oly sok ember a Földön, én is dolgoztam, vállaltam az ésszerűnél is több feladatot a munkahelyen és a civil életben is. Jól esett, hogy sokan számítanak rám, hogy elismernek, hogy tehetek másokért...

Csak egyet felejtettem el, megállni, pihenni, visszatekinteni, előre nézni és felmérni a rám váró feladatokat, nem mondani az újabb és újabb megkeresésekre, és Isten halk szavára figyelni, mit vár tőlem, merre szeretne engem terelgetni.

Így jutottam el oda, hogy május végén egy sűrű hét végén, pénteken este, otthon a szűk folyosón elájultam, és olyan szerencsétlenül estem, hogy fejemet erős ütés érte.

Innen már csak szerető családtagjaim – akik meghallva a nagy csattanást a segítségemre siettek – elbeszélésből tudom, hogy látva a bajt, azonnal mentőt hívtak. Márti kísért el engem a kórházba, ahol a sürgősségi osztályon a szükséges vizsgálatok, beavatkozások után, aggódva kérdezte meg az ügyeletes orvost: „Doktor úr, csak annyit áruljon el, van-e közvetlen életveszély?” A válasz egy kissé bizonytalan volt: „Hááát, talán nincs.” Eközben csak feküdtem az ágyon

tehetetlenül úgy, hogy semmilyen kommunikációra nem voltam képes. Ez az állapot eltartott néhány napig. Semmire nem emlékszem az ekkor történetekből.

Közben Márti imára kérte nagy családunk tagjait, valamint barátainkat, ismerőseinket.

*Márti: Az az első éjszaka volt a legnehezebb. Látni Istvánt eszméletlenül a földön feküdni. A bizonytalanság, hogy mi történt vele, hogy mi a baj. A sürgősségi osztály örzőjében feküdt nyitott szemmel, de semmilyen kapcsolatot nem lehetett vele létesíteni. A vizsgáló orvos egyetlen utasítását sem követte. Bár talán közvetlen életveszély nem volt, mégis nagyon súlyos volt a helyzet.*

*Hazatérve pár órát tudtam aludni, aztán felébredtem és gondolkodtam. Sorban végiggondoltam a lehetőségeket (már amiről tudomásom volt vagy el tudtam képzelni), és ígent mondtam a Jóistennek. Ha ezt kéred tőlünk – legyen. Ha ezt szeretnéd – legyen. Ha úgy gondold, hogy ez a javunkra válik – legyen.*

*Emilie nővér jutott eszembe, aki élete böröndjét a Jóistennek ajándékozta, de azt Ő visszaadta azzal, hogy ha valamire szüksége lesz, akkor majd kéri. Hát most tőlünk kér valamit a Mennyei Atya, és mi örömmel visszaadjuk neki.*

*Annyira kézzelfogható volt utána a Jóisten kegyelme! A sok szerető testvér imája kikönyörögte számunkra István gyógyulását és számomra azt a lelki erőt, amit a*

*környezetem nem is értett, mert nem volt „normális”. Azt teljes bizonyossággal éreztem és tudtam, hogy ez nem az én erőm, hanem az Atya kegyelme.*

Miután kijöttem a kórházból, Márival beszélgetve kiderült, hogy annak ellenére, hogy az első héten engem látogatókat megismertem, utólag mégsem emlékeztem rájuk.

Korábban látva filmben vagy akár az életben a tehetetlen, kiszolgáltatott fekvőbetegeket, sokszor gondoltam arra és kértem a Jóistent, hogy csak én ne kerüljek soha ilyen helyzetbe. Úgy éreztem, nem tudnám elviselni, hogy mások fűdessenek, tegyenek tisztába. Mondtam is később Mártinak, hogy nem tudom, milyen kórteremben feküdtem, de furcsa volt számomra, hogy rajtam kívül mindenkit az ágyában mosdattak, csak én jártam ki a fürdőszobába WC-re és zuhanyozni. Ő ekkor elmosolyodott, és azt mondta: „Ha tudnád, hogy az első héten még a hajadat is az ágyban mostuk meg Petrával.” Én erre egyáltalán nem emlékszem. A Jóisten meghallgatta a kérésemet és gondoskodott róla, hogy amíg ez a kiszolgáltatott állapotom tartott, nem voltam magamnál, fel sem fogtam, mi történik velem. Köszönöm, Istenem!

Az első hét után látványos, a szokásosnál sokkal gyorsabb javulás következett az állapotomban! Orvosaim is meglepve tapasztalták ezt. Hála a Jóistennek és a Szűzanyának, akihez oly sok fohász érkezett ebben az időszakban az érdekemben! Már több, vallását nem gyakorló ismerőstől, munkatárstól hallottam azóta, hogy biztosan sokan imádkoztak értem, ezért történhetett

ez a csodaszamba menő gyors regenerálódás. Biztosan jó kapcsolataid vannak odafenn! – mondták többen.

Hála és köszönet családtagjaimnak, akik oly nagy szeretettel és kitartóan gondoskodtak rólam, ápoltak, imádkoztak, és másokat is imára hívtak értem! Köszönöm az orvosaim és ápolóim lelkiismeretes munkáját, odafigyelését. Hálásan köszönöm mindenkinek a látogatásomra fordított időt, a sok-sok imát! Köszönöm a Jóistennek, hogy maradandó károsodás nélkül úsztam meg ezt a „figyelmeztetést”, és adott még számomra egy esélyt, hogy tegyem meg mindazt itt a földi életemben, amit eddig elmulasztottam, fordítsak több időt az igazán fontos dolgokra, vegyem észre a körülöttem élő, rám szoruló igényeit, tegyek értük...



## Másodpercbe Hímzett Cikk-cakk

**E**z a cikk a karórám cikk-cakkos történetéről szól. Bár az óráknak általában tik-takos sztorijuk szokott lenni, de az én óráim nem tiktakol, mivelhogy áll. Mégpedig 2014. október 18. óta. Nyilván felvetődik a kérdés: mit ér az az óra, amelyik áll, és ha nem működik, akkor miért érdemes egyáltalán beszélni róla? Minden kiderül, ha elolvasod ezt a „cikk-cakkos” cikket.

A történet előzménye, hogy már 18 éve jártunk az óbudavári családnapokra mint résztvevő család. Ez idő alatt sok előadást hallottunk, melyekből lassan kirajzolódott Schönstatt máriás szellemisége, és alapítójának, Kentenich atyának különleges személyisége. Olyanokkal is találkoztunk, akik már jártak Schönstattban, és személyesen számoltak be az ottani élményeikről. Mi a gyerekek mellett nemigen jártunk külföldön, ezért Schönstatt mint nagyon távoli hely rögzült a fejemben, mint olyan, ahova nem várható, hogy valaha is eljuttok. A centenáriumi felvezető évek programjai azonban újra és újra Schönstattra irányították a figyelmemet, érzékeltették jelentőségét, kisugárzását és vonzását. Egyre erősödött bennem az elhatározás, hogy ha csak egyedül is (mivel a feleségem abban az időben nem tud szabadságra menni), de részt veszek a jubileumi ünnepségen. Végül is sikerült félretenni annyi pénzt, amennyi az útra kellett, és 2014-ben a tervből valóság lett. Október 16-án a magyar zárandokbusszal megérteztünk Schönstattba.

Az ottani felvezető két nap programjának gazdagságát, a látnivalókat és élményeket most nem részletezném, de azt elmondhatom, hogy nem volt számomra egyáltalán fárasztó, és minden tekintetben felülmúlta várakozásaimat. Így jött el a nagy nap, 18-a, melynek reggelén szokás szerint a mobilom zenélésére ébredtem. Amikor még kissé kábán ránéztem a karórámra, azt láttam, hogy 2 óra 9 perc 50 másodpercet mutat. Pontosan annyit, hisz a másodpercmutató sem mozgott. Hát ez bizony éjjel megállt – állapítottam meg. Kicsit bosszantott a dolog, mert kb. egy éve cseréltem benne elemet, és azt mondta az órás, hogy tíz évig megint nem lesz vele gondom. Puff neki, itt most biztos nem fogok órás után rohángálni, hogy elemet cseréltessek benne, csak majd otthon.

Akkor az ágyam szélén ülve kicsit el-töprengtem a jelenség láttán, és később is, amikor megszokásból még időnként az órámról pillantva tapasztaltam a mutatók immár ismerős, szabályos állását, kicsit megint kizökkentem, nem tudtam teljesen napirendre térni a dolgon. Az ünnepi nap élményei persze nem adtak rá időt, hogy az óráim kapitulációján túl sokat járassam az agyamat. Hazafelé úton, a hosszú éjszakai buszozás alatt azonban gyakran elgondolkodtam, vajon pusztán véletlen lehet-e, hogy pont 18-án állt meg az óráim, és pont így, ebben a szimmetrikus rajzolatban. Van ennek esetleg valami üzenete? Egyre inkább azt éreztem, hogy ez az „állás” túl



speciális ahhoz, hogy véletlen legyen. De morfondírozásaimmal csak odáig jutottam, hogy a nap során ez az első időpont volt, amikor a mutatók kirajzolják ezt a „V” alakot. Mindenesetre eldöntöttem, hogy nem fogom elkapkodni az elemcserét. Hagyok időt magamnak és a Szentléleknek a talány megfejtésére. Bensőleg megkérdeztem a Szűzanyát is, nincs esetleg valami köze az óráam „elrontásához”, de Ő csak mosolygott. De én nem adtam fel, később különböző módszerekkel próbáltam kihámozni a konstellációból valami értelmes információt, vagy utalást, rendre sikertelenül. Lassan teltek a hetek, és már megszoktam, hogy nem úgy nézek a karórára, mint aki kíváncsi az időre, hanem, mint egy tárgyra, ami kedves emlékeket idéz fel: a schönstatti napokat, a kedves embereket, a színes forgatagot, a szívből szóló szép énekeket, és a Szűzanya mosolyát. Volt, hogy valaki megkérdezte tőlem az időt, látva csuklómon az órát, amire mosolyogva válaszoltam: ez más mutat!

Már nem tudom, hány hónapja hordtam így az órát, amikor egyszer az utcán egy Mazda márkájú autó emblémáján megakadt a szemem. A jól ismert grafika, a kerekített téglalapban a madárszerű, szélesre nyitott szárnyú „V” alak most a megvilágosodás erejével hatott rám. Ez az! Ez egy „M” betű! A „V”-hez hozzá kell kapcsolni a két függőleges szarát. „M”, mint Mazda, és akkor az én óráim is egy „M” embléma! „M”, mint Mária! Mi lehetne más, mint Mária monogramja. Leírhatatlan az öröm és a megilletődés együttes érzése, ami akkor eltöltött. Ha a Mazdát nem is

értem utol futva, de azért madarat lehetett volna velem fogatni.

A nagy felismerést követően, még nagyobb szeretettel viseltem az órát, mint egy értékes ékszert, egy karkötőt, amit a világ legdrágább karórájáért sem cserélnék el. El is határoztam, hogy soha többé nem lesz másik karóráim és nagyon fogok vigyázni rá. Azóta rá se nézek az órás kirakatokra, vagy reklámfotókra, pedig korábban előszeretettel időztem el egy-egy dizájn példány láttán. Az én óráim felülmúlhatatlan, nincs és nem is lehet soha versenytársa. Hiszen 2014. október 18. 2 óra 9 perc 50 másodperc már nem lesz többet. Ez az első olyan állás, amikor csak két mutató látszik és szabályosan kirajzolódik az M betű. Még egy ilyen mutatóállás van, ami ennek a tükörképe, 9 óra 50 perc 10 másodperckor. De úgy látszik, a Szűzanya ezzel a tervével nem akart addig várni, Ő már rögtön a reggeli ébredésemkor szeretett volna megörvendeztetni engem ezzel az ajándékkal. El kell ismerni, ez szép gesztus volt a részéről, még ha egyébként nyilván tudta, hogy nekem nem ilyen gyors a felfogóképességem.

A 2015-ös évfordulón gondoltam először arra, hogy ezt a felismerésemet le kellene írni, és ekkor fényképet is csináltam az órámról. A képet nézegetve eszembe jutott, hogy amikor ezt az órát vásároltam, megtetszett benne, hogy a számlap kerete kék színű, amit Mária színeként szokás említeni, az alakja pedig olyan, mint a régi TV-é. Nekem nem volt TV-m, és meg is jegyeztem magamban: ez lesz az én „Mária TV-m”. Most ezt kiegészítettem azzal, hogy a Q&Q jelzést ezentúl „QuartzoftheQueen”-

nek fogom értelmezni. Az is érdekesség, hogy az alatta látható Superior felirat elé olvasva az „M” betűt, a Mother Superior angol kifejezésre is gondolhatok, aminek a jelentése: Fejedelemasszony! Az csak „hab a tortán”, hogy ha az alsó félen található két 10-es számot összeszorozom, akkor 100-t kapok, ami természetesen a centenáriumra emlékeztet.

És hogy miért nevezem ezt az „M” betűt cikk-cakknak? Mert gyerekkorom

egyik filmhőse, Zorro, ahol kalandjai során megfordult, otthagya a monogramját, törének hegyével három suhintásból cikk-cakknak „Z” betűt karcolta a falra. Hitem szerint Csodálatos Anyánk megfordult azon az éjszakán vendéglátóm, Herr Risser házában, Simmern faluban, és otthagya monogramját, hogy gondoskodjon a hitünk megerősítéséről: Ő továbbra is hűséges védelmezője szeretett magyarjainak. MHC!

## Utunk a szeretetszövetség felé

**A férj szemével...**  
Nálunk lelki dolgokban (is) érvényes a francia közmondás: „Cherchez la Femme! (Serse la fam!)”, azaz: „Keresd a nőt!” És ezt a legjobb, legnemesebb értelemben mondom. Ő vitt (mit vitt, cibált) el a MÉCSBe, Ő „erőtette” rám a Schönstattot, Ő szervezett be bennünket a Családakadémiára és Ő hozta elő a szeretetszövetség-kérdést is. Néha határozottabban, néha szelíden és legtöbbször: imával a háttérben...

És milyen jól tette!

Hét éve voltunk először Óbudaváron, és már az első TALÁLKOZÁS rabul ejtett bennünket. Úgy minket, felnőtteket, mint gyermekeinket. Onnantól valami más indult el, és azt éltük meg, hogy fokozatosan lépdelünk előre. Előre és egyben felfelé. A férj egy kicsit lassúbb, több idő kell neki. A feleség viszont ösztönösebben érzi, hogy merre kell haladni, az út melyik részén milyen állomások kell, hogy következ-

zenek. És a férj megtanulta megfontolni, majd lassan befogadni az új élményeket. És rendre beigazolódott, hogy e tekintetben a feleség Égiekre való hallgatása kifinomultabb...

Valahogy így volt ez a szeretetszövetséggel is. Valahol hátul, a kisagyamban már motoszkált a gondolat. De áááá, még nem vagyok elég érett hozzá! Nem lesz elég időm ezzel foglalkozni! Meg



aztán mi lesz a gyerekekkel, őket is fel kell készíteni. Sok ehhez hasonló gondolat próbált betolulni az agyba, azonban végül szépen ki lettek tessékelve ezek a gondolatok.

És ez év nyarán elindultunk az úton a Szűzanyához – teli várakozással és egyben sok-sok bizonytalansággal – és vártuk, hogy mi lesz. Azt vettük észre, hogy ez nem egy koncentrált elmélkedéssel összekötött időszak, ahol nap mint nap órákat töltünk imádkozással, hanem a ráhagyatkozásnak egy különös folyamata. Szinte kézzel fogható, amint Kentenich atya szavaival szólva „a Szűzanya idetelepszik közénk”! Mintha ez által az „Igenünk” által a belső igényünk nőtt volna meg arra, hogy több időt töltsünk együtt a Gondviseléssel és a Szűzanyával. És egymással.

### A feleség szemével...

Igen, mi kicsit lassan, töprengve haladunk. Az első néhány évben meg sem fordult a fejemben a szeretetszövetség gondolata, talán nem is érttem, mit jelent. Azt viszont éreztem, hogy Óbudaváron és a kápolnában valami olyan dolgot találtunk, ami erőteljesen magához vonzott minket férjestől, gyerekestől. Eleinte csak e miatt az érzés miatt tértünk vissza, aztán hamarosan ébredezni kezdett bennem a kíváncsiság, hogy mi is lehet ez a szeretetszövetség, amiről annyian beszélnek. Érdeklődtem sokaktól, de valamiért a férjemmel nem beszéltem erről. Titokban arra vártam, hátha Őt is érdekelní kezdí, és majd Ő hozza szóba. Hát, erre azért még pár évet várnom kellett...

A Szűzanya mindig is fontos szerepet játszott az életemben, már gyermekko-

rom óta. Éreztem a vezetését, a segítségét az életem minden meghatározó időszakában. Schönstattban a Szűzanyának egy másik arcát is megismerhettem, és nagyon megszerettem ezt az új arcot. A Szűzanya mint munkatárs, aki segít a gyermekeim nevelésében, akire „rábízhatom” őket, ha nincsenek velem, és aki alakítja őket is és minket is rajtuk keresztül. Nagyon megragadott az a természetesség, ahogy Kentenich atya írt és beszélt Szűzanyáról ebben a vonatkozásban. Mindez együtt és persze a Szűzanya ígéretei nagyon vonzóvá tették a szeretetszövetség lehetőségét. Együttal azonban riasztottak a lehetséges „próbatételek” is, így még néhány éves ráhangolódás, saját magam győzködése következett. Időközben megkezdtük a Családakadémiát is, ami szintén az elköteleződés iránti vágyunkat fejezte ki, de még mindig nem szövetségként.

Bennem az idei év elején érett meg az elhatározás a szeretetszövetségre, de szerettem volna, ha férjem is saját belső meggyőződése alapján dönt így, és nem „kényszer” hatására. Emiatt nem beszéltem neki erről konkrétan. Kértem a Szűzanyát, hogy ha Ő is úgy gondolja, hogy erre meghív minket, akkor ébreszse fel életem párjában is a vágyat vagy legalább az érdeklődést. És amikor nyáron a férjem ezt MAGÁTÓL felvetette, akkor azonnal lecsaptam rá, és onnantól nem engedtem belőle. Belevágtunk, és mindketten érezzük, hogy jól döntötünk, mert a Szűzanya vezetését és mindennapi jelenlétét már most erősebben érezzük, mint előtte, és ez kihat az egymással és a gyermekeinkkel való kapcsolatainkra is.

## Mi a baj a füves cigivel?

**E**gy keresztény nagycsaládban az egyik kisebb gyermeket, egy 17 éves gimnazistát rajtakapták, hogy füves cigit szív. Nem is értette szüleit és nagyobb testvéreit, hogy miért problémának ezen, hiszen ez, szerinte, egy cseppet sem árt. Ennek nyomán kezdtünk utána járni, hogy valójában mi is a helyzet a füves cigivel. Egy olyan atyával beszélgettünk a kérdésről, aki korábban maga is bandatagként füvezett.

Veszélyes vagy nem? A személyiséget mennyire befolyásolja? Hogyan tudjuk megvédeni tőle a mieinket?

Nem tudok olyan gimnáziumot mondani az országban, ahol ne volna néhány kontaktban lévő ember. Tudomásul kell venni, hogyha a gyerekünk elmegy egy házibuliba, ott nagyon nagy valószínűséggel lesznek olyanok, akik füvezni fognak. A keresztény szülő gyakran azt mondja; az én gyermekem nem jár olyan helyre, ahol füveznek. A gyerekek maguk is azt gondolják, hogy olyasmi az ő világukban nincs. Szakítsunk ezzel az illúzióval!

Hígabb közegetű házibulikban nem divat súlyosabb szereket használni, mint a fű, mert az látványosabb hatással jár, így azt inkább ott használják, ahol lehet tudni, hogy a banda döntő többsége él vele, aki meg nem, az tudomásul veszi, hogy a többiek használják. De a fűvel, az extasyval találkozni fognak a gyerekeink. Ez a realitás.

A fű nem okoz valóságtevesztést és kontrollvesztést, szemben az alkohollal.

Rengetegen mondják, hogy nem lehet rá szokni, de ez nem igaz; rá lehet szokni. Az addikció tünetei persze nem olyan erősek. Tipikus hatása a passzivitás, a céltudatosság csökkenése, ami elég erősen jelentkezhet egy idő után. Ez nagyon nem segít az amúgy is sokszor bizonytalan fiataloknak, motiválatlanságot okoz pont akkor, amikor hasítani kellene a tanulásban, meg elkezdni dolgozni. A fűben a legproblematisabb az, hogy bár nem okoz pszichózással járó mentális megbetegedést, de ha valakiben van erre hajlam, ott azt előhozza. Illúzió, hogy nem okoz függőséget, mert bizonyos szempontból kevésbé veszélyes, mint az alkohol, de más szempontból veszélyesebb. Kapudrognak is nevezik, nem véletlenül.

A 'Mosolygó kék szemek' című film egy túladagolásban meghalt, újpesti srácról szól. A szülei készítettek róla egy filmet, amely teljesen amatőr, de emiatt annál erősebbet üt. Ott is azt mesélik, hogy a dolog füvezéssel indult, hogy legyen jó a buli, a hangulat, de az ember ugye a végtelenre van beállítva, ami itt is megnyilvánul: hogy legyen akkor még erősebb, legyen még jobb a hangulat a bulin. Egyre durvább szereket próbáltak ki, és tragédia lett a vége.

Nagyon erős szándék kell ahhoz, hogy eltökélje valaki, hogy nem fog erősebb szerhez nyúlni. Nem mindegy, hogy egy szert azért használ valaki, hogy jobb legyen a hangulat, vagy maga a szer élvezete miatt. A Biblia is megírja, hogy Isten azért teremtette a bort, hogy vigad-



jon tőle az emberi szív. Tehát ez nem egy sajnálatos mellékhatás, hanem ezért lett teremtvé. Azért használjuk, hogy emeljük vele egy esemény hangulatát. De teljesen más az az eset, amikor az maga az esemény, hogy alkohol fogy. Ez egészen más súlypont. A kábítószerknél egy ponton túl egyszerűen nem lehet arról szó, hogy emelje egy esemény hangulatát, mert kiszakít az eseményből. Ott, akkor, az a program.

Alkoholistáknál látjuk, hogy hiába gondolja valaki, hogy holnap már nem iszik. Nem vonjuk kétségbe a jó szándékát, az őszinte elhatározást, csak lehet tudni, hogy ez nem működik. Nagyon kevés ember tudja ezt pusztán akarattal megoldani. A fű és a dohányzás abban hasonlítanak egymásra, hogy amikor elkezd valaki cigizni, azt gondolja, hogy akármikor abbahagyhatja. De miért pont most hagyjam abba, ha akármikor abbahagyhatom? Ez persze még abban a fázisban van, amikor nem függő az illető. Azt gondolja, csak ma cigizik. De a mai nap átnyúlik a következőbe, na, akkor már elszívom ezt a dobozt. Még

simán le tudnám tenni, de minek? Ha akármikor le tudom tenni! És pont azért nem teszi le, mert akármikor le tudja tenni. Aztán megtörténik az átállás, akkor meg már nem tudja letenni. Ekkor jön rá, hogy akkor kellett volna letenni, amikor még képes volt rá. A fű kapcsán is az van, hogy azt gondolják: ha nem akarnék, nem szívnék. Ez akkor igaz. Hogy valaki a spanglira annyira rá lenne kattantva, hogy remeg a fűért, olyat nem látni. Nincsenek fizikai elvonási tünetek, mint az alkoholnál. Alkoholért, hallucinogénekért, kokainért a függő ember remeg, de a fűért csak járulékosan, amikor valaki a fűre is rá van szokva. Az önuralmat éppen nem segíti.

A fűnél a központi kérdés az, hogy: miért? Valaki azt fogalmazta meg, hogy ő annyira jól érzi magát a bőrében és olyan jól érzi magát a barátaival, hogy semmi szüksége ilyen szerekre. Őt az alkohol csak tompítja. A hittansoportomban jó látni, hogy ez egy igazi közösség. Itt nem az van, hogy eljárunk hittanra és ezen kívül van egy baráti társaságunk, hanem itt a kettő fedi egymást, ami nagyon ideális.

Hogyan lehet megvédeni a gyerekeket? Megfelelő közösséget kell találni nekik! A másik a család. Bár ez, ugye, kamasz korban nagyon nehéz, amikor sokaknál nem elég a pozitív megerősítés a családtól. Egy nagycsaládban a sokadik hely nehéz lehet, pl. egy késői gyereknek az apja már inkább a nagypapája, és ezen nem lehet változtatni. Egy hetedik gyerek pl. már az óvodába úgy megy, hogy tudja, hogy az dedó, a testvéreitől annyi mindent látott, tapasztalt, ő is valamivel ki akar tűnni a családban. És a kamasz gyerekek sokszor nagyon kicsinek látják magukat. Akkor

találkozik a fűvel, az segít neki, hogy fel szabadult lehessen. A nagycsalád nehéz helyzet lehet, ha nem jut elég idő a gyerekekre. Ha van pénz, a szülő megpróbálja tárgyakkal helyettesíteni a kapcsolatot és azt hiszi, minden rendben. Szóval unalom plusz figyelemhiány az egyenes út kifelé. Sajnos a szülőknek nagyon pörögnek a hétköznapiak, lehet, hogy észre sem veszik, hogy valakire nincs elég figyelem. A füvezés egy markáns jelzés, amely az esetek többségében családi problémára utal. Ilyenkor a nagyobb testvérek inkább pedánsá válnak, mondván, hogy ő idős, neki be kell segítenie otthon. A középő nagyon sokszor elnémul. Ő lesz a visszahúzódó, aki elmenekül a családból. A kicsi pedig általában csinálja a balhét.

Abban a társaságban, ahova mi tartoztunk, voltak életek, amelyek elcsúsztak végérvényesen, de a többség azért szerzett magának egy szakmát, és elmondható, hogy ma már senki nem szív. És szinte kivétel nélkül a barátnő volt a kulcs. Mert jó dolog együtt lógni a haverokkal, de együtt lenni a barátnőmmel még jobb. Viszont együtt lenni a barátnőmmel beszívva, az nem jó. Csak hogyha ő is szív. De az, hogy én betépve menjek a barátnőmhöz, az nagyon nem menő. Egy csomó olyan havert meg tudnék nevezni, akinél ez volt a fordulópont, hogy lett egy barátnője. Mi kivétel nélkül mind problémás családból származtunk. Talán egy srácnak együtt vannak a szülei, ennyi. Aztán számít még a kultúra. Talán az unalom is belejátszik a fiatalok életébe, mert megvan mindene, ezért egyre erősebb ingerek kellene.

Ijesztő, hogy ez a probléma mennyire közel van. Azt gondoljuk, hogy a mi

gyerekeink védettek, de nem. Annyit tudunk tenni, hogy otthon megerősítjük őket, mit kell tenni ilyen helyzetben. Mert biztos fognak találkozni ezzel.

Ha valaki már belecsúszott, akkor hogy lehet ebből kijönni? Volt egy haverom, igazi vezéregyéniség. Sose emelte fel a hangját és sose volt ideges. Végtelenül flegma volt és ráadásul fiatal. Nagyon-nagyon hamar csúszott bele a komolyabb szerekbe. A spangli után jöttek a bogyók, aztán az LSD. Kokainozni nem láttam, de minden mást, olyan ¾ év leforgása alatt. Borzalmasan tehetetlenek voltunk. Pedig az elején jó mókának indult az egész. Le voltunk sújtva, mi a fenét lehetne csinálni. Olyan szinten megkérdőjelezhetetlenül vezér volt, hogy nem volt senki, aki oda mert volna menni hozzá beszélni vele. A társaságban volt valaki, akinek volt egy nyugdíjas rendőr ismerőse. Rettenetes volt azon agyalni, hogy rá kellene hívni a rendőröket, de nem volt más megoldás. Aki drogot árul, az 3 hónap-fél éven belül paranoiássá válik az állandó stressz miatt. Ezek kisstilú emberek, nem pofátlan maffiózók. Nincsenek hozzászokva az ilyen megterheléshez. Nem kell nagy adagban kereskedni ahhoz, hogy hosszú letöltendő börtönbüntetés legyen a vége. Ezek az emberek a szüleik, a barátaik elől bujkálnak folyamatosan, úgyhogy elég hamar lesznek paranoiások. Így aztán elhívtuk ezt a rendőrt, mondván, úgy sincs semmi dolga, fizetünk neki valamit. Álljon oda a srácháza elé. Egyszerű Astrája volt, a klasszikus civil rendőr kocsi. És akkor ott állt egész nap. Amikor a haverom elment otthonról, akkor gyök kettővel gurult utána. Így tudtuk visszarántani,



hogyan alaposan megijesztettük. Ő akkor bezárult, de leállt mindennel. Elvégzett egy főiskolát, kereskedőként dolgozott, aztán tavaly megnősült. Hát ez volt az az eset, amikor láttuk, hogy mennyire feneketlen ez a mélység, és hogy mennyire le tud rántani. Van több történet, de azok nem végződtek *happy end*-del.

Visszatérve a füves cigire, biztosra vehetjük azt, hogy valakinél úgyis lesz más is. Pláne manapság ezekkel a szerekekkel rettenetesen kell vigyázni, mert ez már nem extasy. Folyamatosan változtatják az összetételüket, nem lehet már tudni, mi van bennük. A régebbieknél lehetett tudni, milyen a hatásuk, mert az volt, ami. Ma ez már másképp van. A rendszeres vegyületek szerint kriminalizálja a drogokat. Rájöttek a laborok, hogy ha kicsit megváltoztatják a vegyületet, onnantól kezdve nem számít illegálisnak, mert nincs rajta a tiltott szerek listáján. Azt viszont senki nem tudja, hogy mi lesz a megváltozott hatás. Így készült a *biofü* is, ami pl. spontán kannibalizmust és pszichózist okoz. Tehát fontos tudni, hogy mindig lesz olyan, akinél lesz más

is, mint fű! És itt van egy komoly határvonal, mert arra következetesen nem kell mondani. Mert itt az átvágás. Ha azt mondom, hogy kábítószer az, amitől elvesztem a valóságérzékelésemet, akkor, ha egy gyerek elszív egy füves cigit, akkor azt fogja mondani, hogy becsaptak! Nem történt semmi érdekes! De ez csak a fűvel van így. A bogyó az már más kategória! Ott már bizony történik más is. Tehát van itt egy nagyon határozott kettős határvonal! Ha innen továbbmegy az ember, már nehezen lehet visszajönni.

Érdekes, hogy Nepálban, ahol kultúrája van a fűnek, ott semmi problémát nem okoz. Ott az alkohollal van baj. Nálunk hivatalosan az összes szer egyetlen csoportba tartozik, és aki valamit használ, legyen ebben az értelemben *csak* fű, az már törvényen kívülé válik. Attól a pillanattól kezdve *oda* tartozik. A súlyosabb szereket használókkal egy csoportba került. A demarkációs vonal túloldalára kerül, együtt a másikat is használókkal. Ezért is kapudrog a fű: mivel a határon már túllépett, könnyebben kipróbálja a további, súlyosabb szereket is.

## Megtaláltuk a helyünket

**M**ogyan lépett Isten az életedbe? Kétéves koromban kereszteltek a Debreceni Nagytemplomban. Gyerekkoromban nem kaptunk vallásos nevelést, bár a családban voltak katolikus rokonaim, akiknél néha pár napot töltöttem az öcsémmel. Náluk min-

dennap kellett imádkozni – étkezések alkalmával, reggel és este –, és minden hétvégén elmentünk templomba. Tőlük, Ella nénitől és Gyula bácsitól, hallottam először Istenről. Nagyon szerettem hozzájuk járni, mert ott egész más volt a légkör, valahogy olyan nyugodt.

De igazán csak később találkoztam Istennel, amikor a harmadik babámat vártam.

*Akkor ez az első, gyerekkori találkozás Istennel később elhalványult? Közben például a középiskolában, vagy amikor összeházasodtatok, nem kerested Őt?*

Igen, teljesen elhalványult. Nem is volt egyházi esküvőnk. (De most azt tervezzük, hogy a házasságunk 30. évfordulóján ezt pótoljuk!) Aztán megszületett a fiam, majd a lányom, őket megkereszteltük. De csak azért, mert ez volt a szokás. Ennyit jelentett az egész. Így utólag látom, hogy már akkor mennyire vigyázott ránk az Isten. A nagylányomat, amikor vártam, a kezelőorvosom az egyik vizsgálaton azt diagnosztizálta, hogy elhalt a terhesség. Ez csütörtökön volt, és már adta is az időpontot a szombati beavatkozásra. Nagyszomorúan mentem be a hétvégén a kórházba, hogy akkor ennek a terhességnek vége. Az orvosom azonban késett, így egy másik doktorhoz kerültem vizsgálatra. Az ultrahangot nézte, amikor megszólalt: „Miért akarja a kollégám elvetetni ezt a gyermeket? Hiszen él, van szívhangja!” Aztán behívta konzíliumra, és csak azt hallottam az ajtó mögül, hogy ordít az orvosommal. Nagy nehezen hazaengedtek rengeteg recepttel, vizsgálati beutalóval, de én ezeket kidobtam és soha többé nem mentem oda vissza. Így utólag látom már, hogy az Úr mentette meg a nagylányomat.

Később aztán leköltöztünk Gyermelyre, ahol a két gyerek elkezdett járni hittanra.

*Hogyhogy?*

Nem tudom, ez így alakult. Mondtam, hogy ha szeretnétek, menjetek.



A fiam énekelt is a templomban. Ott is jó közösség volt, de nem ennyire összetartó, mint az, ahova most járunk. Egy idő után visszaköltöztünk Budapestre. Utána megint elmaradt minden.

Nagyon szerettünk volna egy harmadik babát. Amikor megfogant, kimondhatatlanul boldogok voltunk. A nagyok is velünk örültek. Én akkor már 39 éves voltam. Mint minden 35 évnél idősebb anyukának, a 16. héten nálam is elvégezték a genetikai vizsgálatot. Egyből a magzatvízből vettek mintát (amniocentézis) és az eredmények sajnos nagyon rosszak lettek. Az orvosom azt mondta, hogy egy kromoszóma megtört, ami sok problémát okozhat a gyermeknél, és az lenne a legjobb, ha elveteném. Egyébként sincs semmi akadály, hogy még legyen másik gyermekem. Már adta is az időpontot a beavatkozásra, és kért 8000 Ft-ot. Nagyon kiborultam.

*Egyértelműen azt mondták, hogy biztosan baj lesz? Még lehetőséget sem adtak arra, hogy egészségesen születhet?*

Annyit mondott, hogy születésekor lehet, hogy nem látszik majd rajta semmi és egy darabig normálisan fejlődik, de később különböző szindrómák jöhet-

nek elő nála. Nem lehet tudni, mi lesz a következménye. Felhívtam egy orvost a rokonságból, aki Debrecenben praktizál. Ő ajánlotta a Baross utcai klinikán Pap doktort, aki nagyon gyorsan fogadott és megnyugtatóan, hogy nem lesz semmi baj, ki fognak vizsgálni. Mivel ő nem praktizált, átadott engem egy nagyon jó orvosnak, akiről később kiderült, ő a férjem kollégájának a veje. Tőlük tudtam meg, hogy a doktor hívó katolikus.

Megcsinálták még egyszer a Baross utcai klinikán az amniocentézist, ami teljesen ugyan azt az eredményt mutatta. Az orvosom azonban nem állt itt meg. Utánanéztet, mit okozhat ez a törött kromoszóma és arra jutott, hogy ez csak egy formai dolog, klinikai jelentősége nincsen. Nyugodjak meg, ennek a gyereknek semmi baja nem lesz, nyugodtan szüljem meg, ő vállalja a felelősséget. Mikor így ez a sok minden összeért, hogy ismerős az orvos és segítettek, akkor kezdődött el bennem valami. Éreztem a Jóisten jelenlétét: muszáj, hogy itt legyen!

*Akkor így meg is nyugodtatok?*

Igen, olyan nyugalom szállt meg! A Szentlélek gondoskodott rólunk. Császarmetszéssel szültem, ébren voltam végig. A férjem addig maradhatott, amíg a babát ki nem vették, megmutatták, neki utána ki kellett mennie. Amíg elvégezték a szülés utáni teendőket, beszélgetni próbáltam a doktorral. Kérdeztem, mikor lesz már vége és valamiért nem válaszolt. Főlnéztem, hogy mit csinál. Megdöbbenve láttam, hogy imádkozik fölöttem.

Ekkor bizonyosodtam meg arról, hogy tényleg a Jóisten az, aki itt munkálkodik.

*Amikor Szandit kiemelték, egyből mondta, hogy egészséges?*

Igen, meg is mutatták, 3500 g, nagy gyerek volt, kis puft, sírt, úgy, ahogy kell. Nem aggódtam, teljesen nyugodt voltam még a műtét alatt is. Egyszerűen nem félttem semmitől, tudtam, hogy rendben lesz minden, és tényleg így volt.

Azóta is járunk templomba. Az is a Jóisten keze munkája, ahogy ide vezetett, ebbe a templomba.

Szandi születése után másfél évvel osztálytalálkozót szerveztem. Ott beszélgettem egy volt barátnőmmel, akiről tudtam, hogy iskolásként valamilyen egyházi közösséghez tartozott.

Egyből a magzatvízből vettek mintát és az eredmények sajnos nagyon rosszak lettek.

Gondoltam, ő biztos tud segíteni, hogy hova vihetném Szandit megkeresztelni. Ő ajánlotta ezt a református közösséget, ahol ő is tanított. Megadta a lelkész telefonszámát. Felhívtam, és eljártunk hozzá beszélgetésekre, majd Szandi megkeresztelése után elkezdtünk rendszeresen odajárni. Eleinte csak havonta egyszer mentünk templomba, illetve egy-egy külön programra, pl. kézműveskedni.

*Hogy fordult ez komolyabbra?*

Ez jött magától. Egy idő után már egyszerűen kevés lett a havi egy alkalom. Miután Szandit megkereszteltük, már tudtam, hogy a közösség iskolájába akarom járattatni. Ahogy elkezdtünk rendszeresen járni az iskolai előkészítőre, úgy egyre többet mentünk a közösségbe, a templomba.

Itt voltak Úrvacsorák, amiken én nem vehettem részt. Nagyon rosszul éltem meg, hogy én nem mehetek ki, tudtam, hogy ez ellen gyorsan tenni kell!

A férjemet is beizzítottam, bár nem volt nehéz dolgom, mert ő is nyitott volt. Istvánban is benne volt, hogy meg akar keresztelkedni. Ő teljesen ateista családban nőtt fel. Apósom a BM-ben dolgozott, szóval nem járhattak templomba. És bár anyósom keresztény családban nőtt föl, nem tarthattak egyházi esküvőt sem. (Anyósom csak nemrég merete elmondani, hogy azért titokban volt egyházi esküvőjük, ez nagyon meglepett.)

Közben egy osztálytárs anyukájával is elkezdtünk beszélgetni a keresztelésről, konfirmációról, és kiderült, hogy ők is szeretnének jönni. Végül többen is összejöttünk és együtt konfirmáltunk.

Így visszagondolva megható, hogy a Jóisten hogyan munkálkodik körülötünk és egyengeti az utunkat. Az, hogy egy olyan csodás közösséget találtunk, ami szerintem minden embernek meg kellene, hogy legyen, és akkor nem lenne gond a világban.

Ugyanakkor nagyon sok barátunk elmaradt mellőlünk, mert valamiféle csodabogárnak tartanak minket. Elmaradoztak, de nem bánjuk. Valószínűleg, nem itt lennénk, ha nem így gondolkoznánk. Viszont szereztünk új barátokat is. Házaskörbe és konfirmációs körbe is járunk.

A barátnőm, akivel 14 éves korunk óta ismerjük egymást, azt mondta, hogy annyit lát rajtunk, hogy megnyugodtunk, jól vagyunk, kiegyensúlyozottak vagyunk. Megtaláltuk a helyünket.

## A Szűzanyával minden könnyebb

Felnőttkori megtérőként sokáig csak Jézus létezett számomra. Az Atyával nem tudtam mit kezdeni, a Szűzanya meg?! Végképp idegen bolygó volt számomra. Egész addig, míg a szüleim be nem jelentették, hogy válnak. Fialat felnőttként nagy veszteségnek éltem meg. Elvesztettem az otthonomat, úgy éreztem, kihúzták a lábam alól a talajt, elvágta a gyökereimet... Ilyen érzésekkel kellett haza(?) utaznom karácsonyra. Úgy éreztem, nem bírom ki. És akkor, talán életemben először, a Szűzanya oltárához mentem, és úgy kértem őt, legyen az édesanyám, vigyázzon





rám! Nem is tudtam, milyen komolyan vette Ő ezt a felkérést.

Valahogy túléltem a karácsonyt, és teltek az évek. Sokkal közelebb nem kerültem Édesanyámhoz, bár már időnként szóba álltam vele. Majd jött életem újabb nagy gondja, kérdése, a párválasztás. Családi gyökereimben és gyerekkoromból sok sebet és terhet hordoztam, így azt világosan láttam, hogy ha én választok párt magamnak (voltak azért próbálkozásaim, de rendre kudarcba fulladtak), annak nem lesz jó vége. Így eszembe jutott, hogy újra a Szűzanyához forduljak. Megkértem, hogy Ő keresse meg a hozzám, és Isten tervébe illő társat számomra. Ezért már időnként egy-egy tized rózsafüzért is elmondtam (alátámasztva kérésem fontosságát). Így telt az idő (egy-két év), míg egy december 8-i napon éppen egy találkozóra készültem, ahol önkéntesek felkészítése kezdődött, egy fiatalok számára szervezett nagy találkozóhoz. Előtte misén vettem részt, aminek a végén egy nagyon erős érzés támadt bennem: hogy itt, a mai napon fogom megismerni életem párját. Részt

vettem a találkozón, de csalódottan távoztam, mert én bizony egy alkalmas jelöltet sem láttam ott. Aztán hónapokkal később, amikor udvarolni kezdett jövődöbelim, akkor döbrentünk rá, hogy igen, az volt az a nap, amikor először találkoztunk! ☺

És égi Édesanyám azután sem feledkezett meg rólam és rólunk. Esküvőre már Vele készültünk, és mindjárt az első évünkben elvezetett bennünket Óbudavárra, a Schönstatt közösségbe. Persze hiába dédelgetett bennünket, és bizonyította számtalanszor szeretetét, még sok időnek kellett eltelni, amíg Szeretetszövetséget mertünk kötni vele. Azóta sok nehézségen mentünk át Vele, és sok örömet ajándékozott nekünk. Legnagyobb kegyelme talán számomra most is az, amit ifjúkoromban először (talán tudattalanul is) kértem, és egyben legnagyobb vágyam volt, hogy otthon legyen valahol. És ő megadta az otthonosság kegyelmét. Nemcsak a Jőistennél, hanem minden költözésben, albérletben, lehetetlen helyzetben. Hála Neki és Szent Fiának!



„Ismered az országot, öröm járja át, mindig érzed a ragyogó Nap sugarát: hol az örök javak birtokában élnek nyugalomban, oldottságban a kedélyek; hol szív és akarat mindig felfrissülnek dús, gazdag adományaitól Istennek; hol a szeretet varázspálcája hamar örömeire változtat mindent, ami zavar?

E csodálatos ország ismerős nekem, Tábor fényében Nap-sütötte otthonunk, hol Háromszor Csodálatos Asszonyunk kedvenc gyermekei között lankadatlan minden szeretetadományt megjutalmaz: csodálatos lényét nekik megmutatja életüket termékkennyé gazdagítja; hazám nekem ez ország, Schönstatt, életem!”

*Kentenich atya: Otthon-dal, részlet*

## A hit vezet – együtt a jövőnk útján

A zárandoklat, mint az ima egyik fajtája – Mit kaptunk az ÚT által?

„AZ ÚT TESZ BOLDOGGÁ, NEM A CÉL!”

**Tibor:** Hét-nyolc éves álmodom vált valóra 2016 nyarán: végigjárhattam feleségemmel, Ágival az El Caminot, a Szent Jakab Zárandokutat. Áginak ez nem volt álma, csak mint hűséges feleség követett engem. Kitartását nagyon becsültem. A zárandokúttal kapcsolatban korábban már több személyes leírást is olvastam, láttam a „Vándorút” (The Way) című filmet, illetve a Pajer Róbert–Hevér Zoltán készítette nyolc részes sorozatot, amelynek címe: Camino.

Amikor Tibor fiunk 2013-ban, egy őszi vasárnap reggelen bejelentette, hogy a következő nyáron végig akarja járni barátnőjével, Catával a Caminot, irigykedtem egy kicsit. Na jó, nagyon irigykedtem... Az ő útjuk eredménye lánykérés lett, majd egy évre rá az esküvő koronázta meg életüket.

A mi indulásunk előtt kb. két hónappal azonban egy kicsit elbizonytalanodtam: mi lesz, ha az idős szüleimmel történik valami baj, amíg nem vagyunk itthon...? Emiatt is terveztük úgy, hogy autóval megyünk a kiindulási helyre, Saint Jean Pied de Port-ba. Aztán május elején egy velünk egykorú közösségi társunk váratlan halála mégis megadta az utolsó lökést: túl rövid az élet ahhoz, hogy sokat gondolkodjunk a terveink megvalósításán... Így indultunk el júniusban.

Igazából nem tudtam, mit várok ettől az úttól, csak azt éreztem, mennem kell, meg ha tartottam is tőle. Már az elején



megállapodtunk abban Ágival, hogy nem teljesítménytúrának szánjuk a zárandokutunkat. De azért ott motoszkált bennem: Fogom majd fizikailag bírni? Hogyan leszek képes nap mint nap megtenni az átlag 25-28 km-t, hátizsákkal együtt? Én, mint alföldi gyerek, elsősorban az első naptól, a Pireneusokon való átkelésétől tartottam. S az élet igazolta, nem alaptalanul.

Az indulásunk előtti este az egyesületi munkatársaink idézetgyűjteménnyel leptek meg bennünket útravalóul, azzal, hogy alkalomadtán húzzunk belőle bátorításként. Az első általam húzott idézet számomra a lényegét fogalmazta meg:

„A gyönyörű táj ösvényén ballagó alakot egyáltalán nem érdekli a végcél. Tudja, hogy maga az utazás a cél, maga a zarándoklat a szent hely. Az út minden egyes lépése fontos.”

Hogy ez mekkora igazság, azt az ÚT-on meg is tapasztaltuk!

**Ági:** Ezt erősítette meg bennünk az a kis videó is, amit Cata és Tibor a házassági évfordulónk napján küldött nekünk, s melyben elhangzik a következő mondat: „Az ÚT, ami boldoggá tesz, nem a végcél.”

Ági útravaló gondolataiban nagyon egyedi megállapítás volt, amin azóta is sokszor elgondolkodunk: „Végre ti is ki-repültök!” Nagyon egyedi megközelítés. Tehát nemcsak a gyerekeink repülnek ki a családi fészekből, hanem mi, a szülők is. Ez nagyon érdekes gondolat! Ízlelgetjük még.

Krisztina útravaló írásában azért szurkolt, hogy feltöltődjünk, és jobb állapotban térjünk vissza. Ehhez azonban időre volt szükségünk. De az időben meg az volt a nehéz, hogy amíg időt adtunk magunknak erre, addig távol voltak a szeretteink, barátaink, s nem ölelhattük meg őket. Nem adják könnyen a megújulást!

Én is úgy éreztem, nem a beérkezés motivál, hanem az út megélése. Az első napokban húztam a következő idézetet: „Lépj tovább!” S bizony sokszor kellett ezzel biztatnom magam, amikor nehéz volt. Nagyon sokszor jutott eszembe, és többször énekeltem is az „Indulj az úton, előre nézz!” című dalt „... Életed útját végig kell járni, És az út végén Jézus fog várni...” Többször elérzékenyültem ezen.

Lelkivezetőnk, Hatházi Róbert atyát még az indulás előtt egy délután „meglátogattuk”. Lelkünk rendezése után a kecskeméti Szentcsalád Plébánia Kápolnájában Robi atya zarándokáldásban részesített bennünket. Fantasztikus élmény volt! Kaptunk tőle egy „feladatot”: minden napra válasszunk valakit vagy valakiket, akikért azt a napot éljük. Így, miközben jöttek az út örömei és nehézségei, azért a személyért vagy személyekért élhettük vagy ajánlhattuk fel, akit/akiket aznapra közösen választottunk. Ez rendkívül sokat segített nekünk az Úton a kitartásban. Így váltak a megtett kilométereink igazi IMÁD-SÁGGÁ.

A magyar zászlóval és a Schönstattból, a 100 éves jubileumon beszerzett schönstatti zászlóval vonultunk végig a Szent Jakab zarándokúton. Nem volt könnyű a gyaloglás. Próbáltuk egymást segíteni, mert szerencsére nem ugyanakkor volt rossz mindkettőnknek. Nagy segítség volt, hogy nagyon sok „mosollyal” találkoztunk az úton. Pedig mindenkinek fárasztó volt. De látszott az embereken az is, hogy maguk döntöttek mellett, hogy járják ezt az utat. Szerintünk senki nem kényszernek érezte, hanem lehetőségnek. Van egy áldott nyugalma ennek a zarándokútnak. S álomszép tájakon át vezet. Nagyon kiemelném a táj gyönyörűségét. Az Úr „virágoskertjében, kertészetében” jártunk nap mint nap. Szinte mindegy, hogy milyen magasan voltunk, gyönyörű növények és virágok vettek bennünket körül. S képzeljétek! Nincs mesterséges öntözőrendszer kiépítve, a Jóisten gondoskodik mindenről. S azok az illatok, amik fogadtak

bennünket már hajnalban... De az állatokról se felejtkezzünk meg: hancúrozó mókusokkal, ugrabugráló kis nyuszikkal, repkedő fecskékkel, méltósággal repülő, vagy éppen tollászodó gólyákkal, kapirgáló tyúkokkal találkoztunk.

Nagyon sok szépség, igazi ÉLET vett bennünket körül. Olyan dolgok, amikre itthon nincs elég időnk figyelni. Mert mindig hajt valami határidő éppen. S mindenhova szeretnénk gyorsan odaérni. De itt a lábunk üteme szabta meg, mikor érünk éppen oda, ahová el szerettünk volna érni. Megláttunk egy templomtornyot, s örültünk, mert úgy gondoltuk, ott lesz a falu is valahol. Megtippeltük, hány km-re lehet, s azt a távot mennyi idő alatt tehetjük meg éppen. Jó kis szórakozás volt. Közeledtünk a templomtoronyhoz, aztán a falut mégsem láttuk. Kicsit elkenődtünk. De milyen nagy öröm volt, amikor a völgyben mégis megláttuk a háztetőket! Sok türelmet tanultunk...

Volt olyan nap, amikor annyi szépséget, mint azon a napon, szerintem még sohasem láttam egyszerre. Dicsőség az Úrnak! Nagyon sajnáltam, hogy annyira fáradtak voltunk, s borzasztóan meleg volt, és haladnunk kellett, mert legszívesebben leültem volna, és csak nézelődtem, szemlélődtem volna. A szinte köveken nőtt lila virágok, később vegyítve a sárga virágokkal, a lila kis harangvirágok csak ízelítők abból a látványból, ami élénk tárult. S körbevettek bennünket a hegyek. A szebbnél szebb hegyek!

A fizikai létünk fenntartása, a mindennapi dolgok nagyon sok energiát igényeltek: hogy aludjunk eleget, mit és hol együnk, hogyan szerezzük azt be,

tisztálkodjunk, regenerálódjunk másnapra, s legfőképp, hogy meg tudjuk tenni a tervezett távolságot. Én sokszor úgy éltem meg, hogy amikor beérünk a szálláshelyünkre, teljesen lenulláztam, aztán valahogy összeszedtem magam, s reggelre megerősödtem, s volt kedvem újrakezdeni. Nagyon konkrétan megtapasztaltam, hogy Isten segítségével ez nem ment volna, nagyon közelről éreztem, hogy nap nap után hogyan kaptam éppen elég erőt. Amire vállalkoztunk, az szerintem emberileg lehetetlen teljesítmény. A mindennapi elindulásban sokat segített, hogy indulásunk után együtt mondtuk el a reggeli imánkat. Ekkor határoztuk meg azt is, kiért/kikért járjuk az adott napot. Én a negyedik napon jöttem rá, amikor már kicsit megszoktam a hátizsákom, hogy imádkozhatnám a rózsafüzért is napközben. Azután 6-8 tizedet minden nap elmondtam, szépen elosztva.

**Tibor:** Sokat bandukoltunk egymás mellett szó nélkül, aztán sokat bandukoltunk úgy, hogy nagyon jókat beszélgettünk. Megosztottuk egymással a





felfedezéseinket, az agyalásunkat, a keresésünket, a kérdéseinket. Sok minden letisztult bennünk. A legfontosabb talán a LELASSULÁS élménye volt. Ha az ember több mint 30 napig semmi másra nem hagyatkozik, csak a két lábára, olyan dolgokat is észrevesz, amire a mai rohanó világban nincs idő: a táj szépségét; a virágok sokszínűségét; a csicsergő fecskéket, sőt még a vonuló hangyákat is... Emellett azonnal észleltük a másikkal, másokkal való törődést is. Hol van erre ennyi időnk a minden napok során?

De a legnagyobb megtapasztalásunk az volt, hogy mennyire nem vagyunk tisztában sem a kiadott utasítások reális megvalósíthatóságával, sem a saját teljesítőképességünk határaival. Sokszor egy-egy feladatot úgy vállalunk el, hogy fel sem mérjük, teljesíthető-e az adott határidőre. Azonnal elvállaljuk, és amikor rájövünk, hogy nem megy, elkezdünk görcsölni, idegeskedni, esetleg hibát-hibára halmozni. Közben feszültek, idegesek leszünk, így eléggé ártunk a saját egészségünknek, és sokszor a környezetünkre is rossz hatással vagyunk. De van-e erőnk felismerni, és legalább magunknak bevallani a saját korlátainkat? Fel tudjuk-e mérni, hogy mennyit tudunk úgy teljesíteni, hogy közben „szerethetők” maradjunk? Mindketten jeleztük hazajövetelünk után a családtagjainknak, a munkatársainknak, hogy más ütemben szeretnénk folytatni a munkánkat, az életünket, mert rájöttünk valami nagyon fontos dologra.

...maga az utazás a cél, maga a zárandoklat a szent hely. Az út minden egyes lépése fontos.

Nagyon kíváncsian várják a változásokat, sokan szurkolnak nekünk, hogy sikerüljön.

Nagyon jók voltak a találkozások a zárandokokkal az úton és a különböző szállásokon. Nemzetközi volt a csapat: brazil, amerikai, kanadai, dél-koreai, ausztrál, angol, szlovén, horvát, lengyel, svéd, dán, német, holland, francia, olasz, spanyol, magyar, de volt pl. kolumbiai és venezuelai is. A nyelvi nehézségek

nem számítottak. Egy mondaton belül néha három nyelven is beszélünk. Semmi baj! Az úton nem győztük köszönteni egymást. Ha napjában többször találkoztunk, akkor többször kívántunk

„BuenCamino!”-t. Érdekeltek bennünket egymás vízihólyagjai, azok állapota, a lábfájásaink alakulása, az éjszakai alvásaink, a fáradtságunk, minden. Jó volt ezeket egymástól megkérdezni. S biztatólag mondtuk általában, hogy: „Kicsit már jobb...” Ha valaki leállt, rákérdeztünk, nincs-e valami baj. Megkínáltuk egymást a finomságainkkal. Gondoskodtunk egymásról, mert ezen az ÚTON egymásra vagyunk bízva.

**Ági:** A nagy hőség is próbára tett bennünket. Nagyon emlékezetes marad az a kép, amikor a tűző napon bandukolva megpillantunk egy fát. Nagyon vágytunk rá, hogy odaérjünk. De nem adják ám ingyen itt a kilométereket! Tehát ami leginkább nehéz volt, az a hőség, a tűző nap. De volt már többször olyan élményem, hogy kértem az Úrtól árnyat, egy kis szellőt, s megajándékozott vele

bennünket. Csodának éltük meg, nagyon tudtuk értékelni!

**Tibor:** Amikor hazaértünk, a következő kérdéseket kaptuk az ismerősöktől:

Milyen lelki katarzist éltetek meg az Út során? Milyen Isten-élményben volt részetek a Caminon? stb.

Nem könnyen tudtunk válaszolni ezekre. Aztán ahogy próbáltuk itthon magunknak is feldolgozni az élményeket, sok mindenre rájöttünk.

Két-két legmeghatározóbb élményünket osztjuk most meg.

A negyedik-ötödik napon olyat láttam, amit azt gondolom, még soha. Ha az ember azt a mondatot hallja, hogy „... lágyan hullámzó, aranyló búzamezők...”, akkor vagy a költészet, vagy a '60-as évek magyar filmjei jutnak az eszükbe. De én ezt LÁTTAM! Fújt a szél, és a TÉNYLEG aranszínű búza úgy, olyan lágyan hullámzott végig, mint egy békés nyári este a Balatonon. Gazdász gyerek vagyok (eredetileg), elég sokat voltam terepen, de ilyen gyönyörű látványra nem emlékszem... Sokszor van előttem ez a kép, és ha eszembe jut, olyankor rengeteg erőt tudok meríteni az emlékekből!

A másik fontos emlék számomra pedig egy áldás, amit személyesen kaptunk. Korábban is és később is voltunk olyan szentmiséken, amelyek végén a zárandokokat megáldotta a misét bemutató atya. De egy alkalommal, a jelenlévő 30-40 zárandok személyes áldást kapott, egyesével, nem sajnálva rá az időt... A hangulata, az élménye olyan hatással volt/van rám, hogy még most is megborzongok, ha eszembe jut...

**Ági:** Hospital de Orbigoban, ahol magyar önkéntesek szolgáltak a szálláson, a

kápolnában esténként tartott egy spanyol atya egy kis beszélgetést. Mi is bemennyünk oda, leültünk, amikor felnéztem a falra, megláttam Kentenich atya képét. Szóltam Tibornak, hogy nézze, s akkor ő is megszólalt, hogy ott meg a Schönstatti Szűzanya képe van. Elkezdett potyogni a könnyem. Hihetetlen... Mit keresnek Ők itt? S a nagy otthonosság érzése töltött el. Megérkeztünk, jó helyen vagyunk. Még bizonyosabbak lettünk abban, hogy ide vissza kell térnünk önkéntesnek. Az atyának is elmondtuk a végén, milyen meglepetés ért bennünket. Kiderült, hogy neki vannak schönstatti atya barátai, s tőlük kapta a képeket. Nagy ajándék volt számunkra ez az élmény.

Nekem több mint három héten át nagyon fájt a gyomrom. Eléggé megnehezítette ez az utunkat. De fantasztikus volt megtapasztalnom, ahogy Tibor mindennap türelemmel segített nekem. Nem volt az újdonság számomra, hogy mennyire óv engem és vigyáz rám, de itt még hatványozottabban tette, s azért ne felejtjük el, hogy ő is nagyon fáradt volt. Megnyugtató volt azt átélnem, hogy így számíthatok rá.

### Összefoglalás:

Nagyon jó többször is felidézni az emlékeinket. Csak az a nagy bajunk, hogy nem sikerül több hónap után sem igazán „hazaérkeznünk”. Egy-egy beszámolóra készülve újraéljük az Utat, a nehézségeket, a szépségeket. Mert az ÚT-on megtapasztalt dolgokat csak nagyon lassan sikerül átültetni a hétköznapijainkba. Ezért még jobban vágyódunk vissza. Egyszer azt kérdezték, három szóban mondjuk el, milyen volt a Camino. Azt feleltük: „Nehéz, de gyönyörű!”

## „Édes imáink”

A cím kétéves kislányom mondása, ő így nevezi azokat az alkalmakat, mikor hetente egyszer páran édesanyák összegyűlünk, hogy egy órában imádkozzunk gyermekeinkért, családjainkért. Ez így olyan természetesnek hangzik, de érdekes volt, ahogy megtalált engem ez a kis imaközösség (Édesanyák imái).

Egész kiskorom óta tagja voltam egy vagy több közösségnek, ezekből sokat merítettem, erőt, hitet, energiát, s sok szép élményt és jó barátokat szerezhettem általuk. Voltam regnumos a nyolcvanas években, cserkész a kilencvenes évek elején, aztán lelkesen bekapcsolódtam az akkor induló Antiochia mozgalomba és közösségbe. Mikor férjhez mentem, a városban, ahová költöztünk, tagja lettem az ún. Asszonykörnek, ahol kéthetente imádkozunk s beszélgetünk egy-egy lelki témáról. Tartoztunk a Kolping családmozgalomhoz, elvégeztük a Családkadémiát, voltunk Házás Hétvégén, s lassan tíz éve kötődünk a Schönstatt mozgalomhoz is.

Közben volt egy elég nagy törés az életemben, mikor mindezekről kicsit eltávolodtam. Egyedül maradtam a gyermekeimmel, tehát innentől házas közibe nem jártam, de Asszonykörbe s más helyre sem nagyon volt energiám elmenni, inkább az érzelmi feldolgozás, gyász foglalkoztatott, s közben ott volt az újszülöttem, majd pár hetes-hónapos legkisebb gyermekem, na meg a többi. De azért magam mellett éreztem a sok jó barátot,

s nagyon erősen megtapasztaltam, hogy milyen erőt kapok azáltal, hogy rengetegen imádkoznak értem, értünk.

Mikor néhány édesanya megkeresett ezzel a gondolattal, hogy hetente egy alkalommal jöjjünk össze, s imádkozzunk a gyermekeinkért, azt gondoltam, ez már nem fér bele az életembe, s nincs is rá szükségem. Persze, imádkozom értük úgyis, nem kell ehhez még egy külön közösség. Végiggondoltam, hány közösséghez tartoztam már vagy tartozom, s azt gondoltam, ez így nekem bőven elég, pont jó. Nem kell több.

Aztán ez a pár édesanya egyik alkalommal mondta, hogy egyiküknél össze szoktak gyűlni, az épp nem ér rá, és kérdezték, hogy lehetne-e nálam egy ilyen imaalkalom. Én itthon vagyok a kisbabával, s közel lakunk a katolikus iskolához, óvodához. Hát legyen, gondoltam, egyszer megnézem őket.

Leírhatatlan élményben volt részem. Egyetlen óra, teljesen Istenhez fordulás, elemi erővel megtapasztalása az ő végtelen szeretetének, irgalmának, gondviselésének. Béke, erő, útmutatás. Keresem a szavakat, de nem tudom jól megfogalmazni, amit ott akkor, és azóta is, közel két éve, szinte minden alkalommal, hétről hétre átélek ebben az imában.

Már értem, miért jó, hogy több kötött eleme van, fix menetrend, hogy ragaszkodunk néhány dologhoz (pl. pontos kezdés, és ezáltal pontos befejezés). Itt nincs másról szó, nincs sütitkezés, előtte utána hosszan beszélgetés. Jövünk, me-

gyünk, s közben az az óra teljesen Istennek szentelt és Istentől megáldott idő, mely békével s erővel tölt el minket a következő időszakra.

Mindig imádkozunk a Szentlélekhez, hogy vezesse összefövetelünket, imádkozunk a gonosz elleni védelemért, megbocsátásért, és hogy egyek legyünk szívben és lélekben. Minden alkalommal van hálaadás és dicsőítés, s felolvasunk a Szentírásból. A kereszt lábához elhelyezett kosárba tesszük a gyermekeink, keresztgyermekeink nevét, miközben egyenként imádkozunk értük, s ezzel mintegy a Jóisten tenyerébe helyezzük őket. Imádkozunk a férjekért, édesapákért és a nagycsaládért, a meg nem született gyermekekért, illetve egy-egy atyáért is. Az összefövetelünket egy tized rózsafüzérrel zárjuk.

Szavakkal nehezen körülírható, milyen mélységesen megtapasztaljuk abban az egyetlen órában a Jóisten jelenlétét, s ez mennyi erőt ad a hétköznapokban, a nehézségekhez is. Számtalanszor meg-



tapasztaltuk, hogy egy nagyon sűrűnek ígérkező nap elején részt vettünk ezen az imán, s utána úgy éreztük, az erőnk megsokszorozódik, s mintha az időnk is több lenne, nem kevesebb, ezzel az egy órával. Nem ritkán a könnyekig meghatódik egy-egy édesanya, ahogy sikerül a saját életére vonatkoztatnia például a Szentírásból hallottakat, vagy ahogy egyszerűen átéljük, mennyire szeret minket, gyermekeinket, családjainkat a Jóisten.

Hála Neked Atyám ezért a közösségért, az ima végtelen erejéért, hogy így kapcsolódhatunk Hozzád, s meríthetünk a Te végtelen erődből, szeretetedből.

## Kilátó

Úton vagyok. Egyedül. Elhagyom autómmal a házat, a várost, a zajt, a nyüzsgést, a felszínt. 3 napra, 3 éjszakára magára hagyom szeretett férjemet, s gyerekeinket. Hálás vagyok, hogy megtehetem! De ideges vagyok, feszült, aggódó. Jól teszem, hogy elmegyek? Mi lesz velük? Szükséges ez?

Ahogy robogok fel a hegyre, a levegővel együtt tisztul a lelkem is. Ritkul a szmog,

a szennyeződés a szívemben is. Mire leparokolok a lelkigyakorlatos ház mellett, már nincs bennem feszültség, csak egy tiszta érzés: rettenetesen fáradt vagyok.

Kapok egy szobát, saját fürdőszobával, amit valaki tökéletesen kitakarított a számomra. Naponta háromszor fogok kapni bőséges és egészséges ételt, amit nem én készítek. A meghatottságtól nedves a szemem. Itt rólam gondoskodnak!





Pittyen a telefonom, üzenet otthonról: „mama, érezd jól magad!” Sírok. Sok nekem ennyi kedvesség! S mégis: a készüléket is kikapcsolom. Istennel töltöm a következő pár napot.

Tucatnyian jöttünk elcsendesedni. Megrendülten hallgatom a bemutatkozó körben a nehéz sorsokat, hatalmas terheket, amiket a résztvevők magukkal hoztak.

„S te ki vagy? Miért jöttél?”

Én? Én egy megfáradt anya és feleség vagyok. Szeretném kigazolni a lelkemet, újratervezni szülői és hitvesi hivatásomat valamint megtalálni a szakmai feladatomat. Oly’ sablonos, mégis rettenetesen nehéz.

10 órát(!) alszom. Lassan(!) reggelizem, s kirándulok egy nagyot a hegyen. Fára mászok (?!).

Lehetőségem van lelki beszélgetésre egy „kísérővel”, de nem kötelező. Szabadság van minden szinten. Egyetlen szabály a szilencium, a többi résztvevő mellett, amiért külön hálás vagyok.

Kísérőmnek elpanaszolom, hogy folyton sírhatnékom van. Nem csodálkozok.

Sírjak csak nyugodtan. Tisztulási folyamat, akár a vajúadás. A testem is, lelkem is tisztul. Engedjem, hogy kijöjjön, aminek jönnie kell. Akkor tudok csak befogadni, ha előbb elengedem a felesleget.

Legyen. A kápolnában nincs senki. Leborulok az Oltáriszentség elé, és csak hagyom, hogy történjék velem szavai szerint. Nagyon nehéz nem aggódni, nem dönteni, nem racionálisan tervezni. Sírni könnyebb.

Gyónok. Ez is segít a tisztulásban. Penitenciám a torna, így szobámba térek, és alapos edzésbe kezdek. Jól esik a fájdalom az izmokban. Hosszan tusolok, hatalmasat ebédelek, s még nagyobbab alszom utána. A szentmisén áldozom, s késő éjjelig szentségimádáson vagyok. Figyelek, s hallgatom a csendben megszólaló halk belső hangot. Lassan, nagyon lassan sikerül elcsendesítenem saját magamat.

Nincs az a wellness szolgáltatás, ami ezzel felérne!

Másnap kísérőm kirándulni küld, szentírási résszel: elmélkedjem a kánai menyegzőről. Viccel? Én egy komoly schönstatti vagyok! Ezek a sorok a zsigereimben vannak! Mosolyog: akkor engedjem be a szívembe is. Mit mond most nekem ez a szöveg? Mi érinti meg a szívemet most?

Izzasztó túráim végére szörnyen szégyellem magam. Lelki szűrőmön a következő sor akadt fenn: „*mostanáig tartogattad a jó bort*”.

Egészen új megvilágításba helyezi a lelkemet. Azért kellett tehát felkapaszkodnom a hegyre, hogy rálássak az életemre olyan nézőpontból, ahogyan sosem látom a hétköznapokban. Igen, szükséges volt eljönnöm. Igen, pihennem kellett, hogy

le- és megtisztuljak. Most már látom, hogy vannak még tartalék korszok a szívemben, amikben mostanáig érett a bor. Lesz miből merítenem!

Most már szólhatsz Uram, hallja a te szolgád.

Boldogan hallgatom a madárcsicsergésben, zümmögésben, szagolom a virágokban, ízlelem a szentáldozásban, tapintom a hegymászásban.

S a csendben – ami csak az én hallgatásomat jelenti – új gondolatok, érzések bukkannak fel bennem magamról, férjemről, gyermekeimről, rám bízottakról, új utakról, új eszközökről. Mennyi mindent mondana az Úr, ha hagynám!

## Projektépítés schönstatti módra

**Az ima, az áldozathozatal (kegyelmi tőke gyarapítása) és az anyagiak egysége**  
(Tilman atya elmékedéseiből és beszélgetéseiből merítve)

**H**étköznapjainkban a jó Istentől, a Szűzanyától gyakran kérünk az életünkhöz szükséges dolgokat, és bízunk az áldásban, sőt nemegyszer követeljük a kérés gyors teljesülését. Pl.: Add, hogy sikeres legyen a fizika ZH-m; a gyerek hétfőre gyógyuljon meg; ez a sarokház legyen a miénk... A schönstatti úton a Szűzanya Kentenich atya tanítása által valami más, ám eredményes utat mutat nekünk. Vegyük csak számba!

1. Fontos az elérni kívánt cél imáinkba foglalása. Kitartóan imádkozni érte („zörgessetek...” Mt. 6,8) szükséges, sőt Jézus ígérete szerint többen együtt, pl. családcsoportban, évfolyamban, imakörben hatékonyabb imádkozni a célért

De az idő repül, s a csodálatos, intenzív pár nap véget ér. Leereszkedve a völgybe, a városba, a zajba, lelkem hamar koszolódik. A por hamarabb belepi, mint a lakásunkat. De a szentségekben, a kemény munkával megteremtett csendben nem lehetetlen újra visszatérni a tiszta, belső hanghoz. „Barátaim, ez munka!” – mondaná Tilman atya. Igen. Ez is.

Azóta gyakran jut eszembe ez az öszövétségi sor:

„*Aztán az asszony elment útjára, evett és az arca nem volt többé olyan, mint azelőtt.*” (1 Sám 1, 18b)

Igen, úton vagyok. De nem egyedül!

(„...amit egyetértve kértek...”). Jézus arról is beszél, hogy az egyéni, közösségi életünkben minden imakérés teljesül, amely az üdvösségünkhöz szükséges! Érdemes tehát időről időre átgondolni (pl. advent, nagybőjt táján), hogy kéréseink a lényegre irányulnak-e.

2. A szentírás arra tanít, hogy az imádság mellett az áldozathozatalunkra is szükség van. A kánai menyegző korszainak vízzel való megtöltése (Jn. 2,7), vagy az első kenyérszaporítás (Mt. 14,13–21) felhívása: „Ti adjatok nekik enni!” – olyan felhívás, amely azt mutatja, hogy a magunk aktivitására is szükség van ahhoz, hogy az életünkben az oly nagyon kívánt változást a Szűzanya közreműködésével Jézus létrehozza. Ezt



a keresztény aktivitást példázza az érdi ciszter nővérek 50-es évekbeli felajánlása, amiben a női ciszter ágat a XX. században létrehozó, akkor bebörtönzött apát kiszabadulásáért hat éven keresztül keddenként böjtöltek.

Vagy érdemes visszaemlékezni az óbudavári Mhc ház létrejöttének időszakára. A mozgalom növekedésére az egyik válasz az volt, hogy a családok számára szállást kell építeni. Annyi pénz volt erre, amely a ház alapjának lerakására volt elég. Az elhatározást Tilmann atya biztatására tett követte, az építkezés elkezdődik, a többi úgy lesz, ahogy a Szűzanya akarja. Jó néhány család elhatározta – Tilmann atya szavai nyomán –, hogy a napi, heti (imáját) áldozathozattal kiegészítve kíséri az építkezést. A kegyelmi töke ilyen módon való gyűjtése egy-egy projekt megvalósulásának második alappillére – tanította Tilmann atya!

Tilmann atya november 10-én áldotta meg az épület alapkövét. Attól kezdve jó idő volt, tél „nélkül”; elegendő pénz jött össze, úgyhogy a folyamatos munka eredményeként a rákövetkező év máju-

sában az épület készen várta a hétvégékre, családnapokra érkezőket!

Az akkori felismerés – hogy az építkezés folyamata csoda volt, s hogy ennek a csodának jele és tanúsága maradjon – vezetett a ház elnevezéséhez: Mater habebit curam: Édesanyánk gondoskodik rólunk! Ismét hangsúlyozom: az imáink és áldozathozatalaink bevetésével!

3. Az ima és az áldozathozatal, vagyis a kegyelmi töke gyarapítása mellé tegyük oda és szemléljük az anyagiakat is. Tilmann atya Lélekkel eltelve hívta fel a figyelmünket arra, hogy az első kettővel törődjünk, és akkor a Szűzanya megadja a szükséges anyagiakat is. A világban az ellenkezője történik, gyakran még hívó emberek között is: először és sokadszorra is az anyagiakat nézik, nézzük! Az óbudavári szentély és központ a jel és bizonyíték a Szűzanya másféle gondolkodására.

Tilmann atya arra a panaszra, hogy „mi, magyarok szegények vagyunk, gondjaink vannak, nem tudunk egy WC-re valót sem összegyűjteni, nem-hogy szentélyre, központra gondolhatnánk!” – a fentiekben túl még egy példát tett hozzá: Amerikában a puerto ricoiak a legszegényebbek közé tartoznak. De ők is találkoztak Schönstattal és elhatározták, hogy szentélyt építenek. Az előbb részletezett tennivalókban gondolkodtak, és az anyagiakat a következőképp gyűjtötték: egy puerto ricoi munkás a műszak után három korsó sört ivott meg hazafelé. Elhatározás született: „ezentúl csak két korsóval iszom, egy korsó a Szűzanyáé!” A puerto ricoi szentély pedig felépült!

Ennek nyomán a magyar is...

## Hétköznapi hősei

**B**ogi lányunkkal ülünk a sebészeti ügyeleten. Szombat reggel van. Egy egyszerű kis lábujjsérüléssel érkezünk be, gondoltuk, egy röntgen után hazaengednek, hiszen nem lehet nagyobb a baj egy kis ránduláznál. Órák telnek el, már a Főorvos Urat várjuk. Kiderül, hogy törés van a lábujjban, gipszolni kell. Már dél van, behívják a vizsgálóba, leültetnek, és közlik, műteni kell, mert ízületet ér a letört csontdarabka. Felkerülünk az osztályra. Várjuk, hogy leteljen a 6 óra étlen-szomjan, és hogy az altató orvos megvizsgálja Bogit. A rózsaszín 7 ágyas szobában egy pici, kétéves kislány fekszik egy rácsos ágyban, karja bekötve, édesanyja mellette. Sorsaink találkoznak. Lassan telik az idő. Lányaink nehezen viselik az ágyhoz kötöttséget, és főként a várakozást. Bogi a műtetre vár, fél az altatótól, a műtétől. A kicsi lány azonban régebb óta vár, egy sokkal bizonytalanabb helyzetben.



Édesanyja türelemmel, végtelen szeretettel ápolja, csitítja, próbálja sérült kezét függőleges helyzetben tartani, hogy a sérülés gyógyulhasson. Bogit megműtik. Két fémkapocs kerül a lábujjába. Az altatót jól viseli, a kezdeti fájdalmak is hamar enyhülnek, nemsokára sokkal jobban van. Megkapja fekvőgipszét és az információt, hogy két nap múlva hazamehet. A szomszéd ágyban a kicsi lány hol fekszik, hol ül. Néha mobilon játszik, időnként szopizik, sokat nevet és huncutkodik. Mikor nyugós, anyukája kiveszi, közben kicsi kezét fölfelé tartva ölébe teszi, mesél neki, nyugtatja, játszik vele. Gondolatai ezalatt otthon is járnak nagyobbik lányánál, aki napok óta nélkülözi őt. Beszélgetünk. Kiderül, hogy egy véletlen, szerencsétlen mozdulat következtében kislánya két ujját súlyosan megsérült, az orvosok próbálják a keringtést beindítani az ujjakban. Jó jel, hogy nem nagyon vannak fájdalmai, viszont

állapota hullámzó, de talán sikerülhet. A Főorvos Úr végtelen szeretettel és odafigyeléssel van a kis beteg iránt. Bizakodás és végtelen várakozás. Minden kötözés egy újabb alkalom, hogy fény derüljön rá, vajon van-e még remény. Az éjszakákat mi, anyukák hokedlin töltjük. Én kettőt, a pici lány édesanyja már eltöltött jópárat, és még kitud-



ja, hányat el fog. A napok fárasztóak és hosszúak. Mi tudjuk, hogy néhány óra múlva mehetünk. Ők reménykednek, hogy minél tovább maradnak, hiszen az a gyógyulás felé billentheti a mérleget. Az anyuka a hosszú átalvatlan éjszakák után is végtelen türelemmel és odaadással ápolgatja kislányát, aki hol jobban, hol rosszabbul viseli a lassan vánszorgó napokat. Kicsi faluból jöttek. A baleset után két mentőautó, a tűzoltók és végül egy mentőhelikopter vett részt a sérült kéz stabilizálásában és a kórházba szállításban. Hatalmas ijedség, féltés, önvád és fájdalom. A másodperc törtrésze alatt történt baleset nyomai, elkísérhetik a kicsi lányt akár élete végéig. A nagy zűrzavar közepén megérkezik a média. Filmезnek, kérdezősködnek, faggatóznak. Megpróbálnak minden információt kiszedni a falubeliektől, hiszen szenzáció van, alkalom mások nyomorán, fájdalmán csámcsogni... Ezt a fordulatot is fel kell dolgozni. Nyilvánosságra kerül a történetük, a fájdalmuk. Nap mint nap újabb kommentek érkeznek, amik között szerencsére pozitív is akad egy-egy. Bogi lába jól van. Az ellenőrző röntgen után egy újabb kötözés, majd mehetünk. Elbúcsúzunk, megbeszéljük, hogy a következő kontroll alkalmával benézünk. Reméljük, még itt lesznek, és pozitívan alakul a dolog. Az anyuka mosolyog. Hálás minden biztató szóért. Fáradtak a szemei, de az ereje kifogyhatatlan! Két nap múlva újra találkozunk. Bogi járógipszet kap, felmegyünk az osztályra. Az édesanya arca mosolyog, még mindig van remény. A keringés még nem indult be, de az ujjak nem haltak el teljesen. Bár nem vallásosak, én mégis

úgy érzem, biztosítanom kell róla, hogy imádkozunk értük. Előreláthatólag már nem találkozunk. Boginak 3 hét múlva kell újból jönnie. Elkészönünk. Jókedvűen térünk haza. Pár nappal később azonban Bogi lábujja begyullad. Bevisszük a kórházba. A rendelésen az egyébként vidámnak ismert doktor bácsink letört és rosszkedvű. Belém hasít a gondolat, de elhessegetem. Biztos, csak fáradt. Ellátja Bogit, felírja az antibiotikumot. Miközben Bogi lábát gipszelik, Főorvosunk valakivel telefonon beszél. Egy kislányról mesél, akinek az ujjait már nem lehetett megmenteni, akiért „a szíve szakad meg”. Nem mond nevet, mi Bogival azonban tudjuk, kiről/kikről van szó. Könnyeimmel küszködöm, ránézek Bogira, ő is. Hát, ennyi volt. A két hét hosszú küzdelem így ért véget. Rögtön a Szűzanyára tekintek, kérem, hogy a család békére találjon és vigaszra ebben a nehéz helyzetben. Azóta is ezért imádkozunk, hogy érezzék meg a Mindenható végtelen szeretetét, és a Szűzanya gondoskodását az életükben. „Véletlenek nincsenek” – Schönstattban tanultuk. Én személy szerint sokat kaptam ettől a találkozástól. Élő példát láttam arra, hogyan lehet a kilátástalannak tűnő helyzetekben is mosolyogni, kitalálni, nem átadva magam a kétségbeesésnek, pláne, hogy én tudom, Kibe kapaszkodhatom!



## A Szűzanya tökéletesen gondoskodik

Az Isteni Gondviselés csodálatos, konkrét példáját éltük át a szövetségi hétvégénkről hazafelé jövet. Előzmény: Az utóbbi időben ránk járt az a bizonyos rúd. Ami egy lakásban elromolhat (cirkó, mosógép) az nálunk elromlott, vagy épp az utolsókat rúgja. Így utólag bevallhatjuk, hogy még az is felmerült bennünk, hogy anyagi megfontolásból nem megyünk el az óbudaári hétvégére. Szerencsére úgy döntöttünk, hogy mégis részt veszünk a szövetségi évfolyamunk hétvégéjén. Feltöltöttünk itt lelkileg: jó volt halani azokat a személyes beszámolókat, melyek a Szűzanya folyamatos gondoskodásáról szóltak. Kicsit az volt az érzésünk, hogy nekünk most a megpróbáltatások által kell növekednünk, abban megtalálni Isten üzenetét.

Vasárnap ebéd után induláskor az autónk már jelezte, hogy „nem érzi jól magát”, így Nagyvázsónynál megállva vettem néhány liter olajat és beletöltöttem. Ezzel valahogy elmentünk az autópályán Szabadbattyánig, közben folyamatosan imádkoztuk Máriához a „Most segíts meg Mária” kezdetű imát és a rózsafüzért. A szerelővel és egy ismerőssel konzultálva Szabadbattyánból már nem mertünk tovább indulni. Évfolyamunk egyik házaspárját hívtuk telefonon, akik miattunk egy jó nagy kerülőt téve, azonnal a segítségünkre siettek. Két gyermekünket bevállalták és elvitték magukhoz, ezzel is megkönnyítve az autómentőre való várakozás izgalmas időszakát. Otthon

maradt nagylányunkkal is megbeszélték közben, hogy a külön programja után hozzájuk, és ne az üres lakásba menjen.

Közben megérkezett a megrendelt autószállító trailer. A sofőrje „véletlenül” a korábbi szomszédunk volt – ezt sem mi intéztük, hanem egy ismerős apuka. Így az eredetileg kialakított szállítási díj is valamennyivel kevesebb lett, mint normál esetben. Az autómentő elvitt az autóval együtt engem a szerelőig. A feleségemért és a többi gyermekért pedig a soroksári közösségünkől egy másik schönstatti apuka jött le Budapestről. Mire mindenki befutott, finom, meleg vacsora várt minket az asztalon. Nekem a csúcspont a vacsora előtti közös ima volt, ahogy a két család együtt énekelte az „Ádventi hírnök” kezdetű éneket. Valósággá vált az ének 2. versszaka: „Házörget Jézus, jól figyelj ám, betér a szívünk ajtaján.” Ez a szövetségi család szó szerint befogadott minket és segítettek. A gyermekek tiszta szép énekhangja és csillogó szeme elfeledtette velem az ösz-



szes nehézséget. Nagyon jó volt együtt lenni!

A nap zárásaként, este nyolckor egészen váratlanul még a lelki atyánk is bejutott Kecskemérről. Ez igen nagy szó, mert nagyon elfoglalt, és mindig komoly nehézséget okoz, hogy mikor tudunk vele találkozni. A teljes család meggyónt, ezzel lekerült rólam az a lelki „teher”,

## Egy budapesti menyegző hétköznapi csodája

Érkezett fiunk esküvőjének napja. Igyekeztünk higgadtan, a lényegre koncentrálni készülni az ünnepre. Férjem korábban felajánlotta az eskető idős atyának, hogy érte megy Esztergomba az utazását könnyítendő. A nagy nap délutánján jött a telefon, hogy az atya nem Esztergomban lesz ebben az időben, hanem a Szent István Bazilikában, úgyhogy odamenjünk. No, erre a hírré aztán férjem elvesztette minden eddig fenntartott nyugalalmát. Háromszor is inkább megtenné az utat Esztergomba, mint Budapest belvárosába –mondta. Elindultunk a 38 fokos nyári szombat délután az útlezárásokkal tarkított belváros felé.



hogy mikor tudunk András atyával találkozni a sok elfoglaltsága mellett.

Nagy kérdés volt még számunkra, hogy a hétköznapi logisztikáját hogyan fogjuk autó nélkül megoldani. De még az este felhívott a közösségből egy másik család, és felajánlotta az autóját, addig, amíg a mienk a szerelőnél van! Kisimult, hálátelt szívvel tudtunk nyugovóra térni.

Úgy terveztem, hogy ezen az úton az ifjú párért fogok imádkozni, ehelyett azonban azért kellett imádkoznom, hogy parkolóhelyet találjunk a turista-buszokkal zsúfolt belvárosban!

Egyszer csak csörög a telefon és egy atya azt mondja: a Bazilika teraszára menjük fel, mert ott fognak minket várni! Bár még nem tudtuk, hogy miféle teraszra kell felmennünk, de kétségbeesve köröztünk a templom közelében, parkolót keresve. Ekkor egyszer csak megláttuk az integető atyát a templom oldalán lévő – egyébként lezárt – autó felhajtó teraszán, mely a VIP-es vendégek megállóhelye!

Hát persze! A Szűzanya, ahogy Kánában még a bor hiányára is figyelemmel volt, úgy a mi „életbevágó” parkolóhelyünkről is tudott gondoskodni! MHC!

Köszönjük!!!

Mivel az esküvő egy másik templomban volt, maradt időm még az ifjú párért is imádkozni!

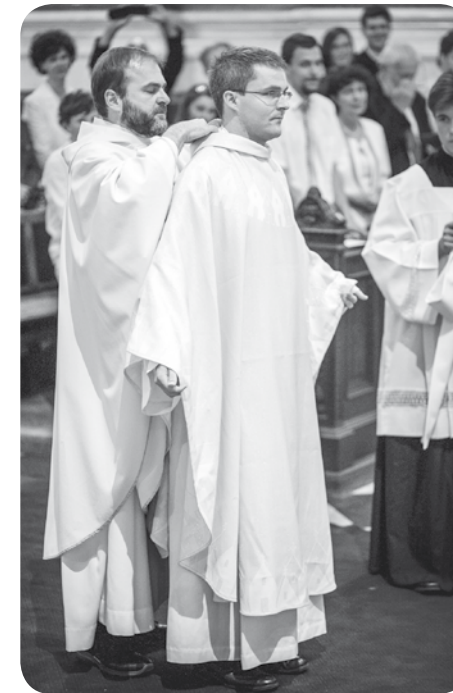
## Papszentelés 2016. július 8-án

Nehéz szavakba önteni és átadni azt az örömet, ami a szívünkben lakozott azon a napon, amikor Pétert, mint az első magyar schönstatti papot felszentelte Erdő Péter bíboros atya a Szent István Bazilikában.

Emlékszem még azokra a régmúlt időkre, amikor Péter nekem még csak a 'nagyfiúk' taborát erősítette, akik elől mi, kisebb lányok kuncogva rohantunk el, és csak reméltük, hogy kitüntetnek a figyelmükkel. Évekig nem találkoztam vele, de megőriztem az utolsó óbudavári emlékezetem, ami pontosan 12 évvel ezelőtt történt. Ültünk lent a mosónál, és a fiúk gitároztak. Nagy megtiszteltetésnek éreztem most a kérést, hogy segítsék én is szervezni az ünnepet.

Nagyobb volt a sürgés-forgás, az előkészület erre az ünnepre, mint egy esküvőre. A közösség minden tagja kivette a maga részét a munkából. Voltak, akik imájukkal, áldozataikkal járultak hozzá a naphoz, de sokan két kezükkel, zenei szolgálatukkal és szervezésükkel segítettek.

Külföldi vendégek sokasága érkezett hozzánk, és a sok ismerős arc özönlött be a Bazilikába ünnepelni július 8-án. A mozgalmi ifjúság által erre az alkalomra létrejött zenekar nekikezdett a bevonuló éneknek, és a papok sora elkezdett bevonulni, végén Péterrel, aki magát meg nem hazudtoló módon, örömtől sugárzó arccal, széles mosollyal forgolódva vonult végig a sorok között, hogy elköteleződjön Istennel, amelyre már olyan régóta készült.



Mikor a Gódány házaspár, mozgalomunk magyar alapítói, Péter keresztszülei a padok között végigvonultak kezükben a püspöknek szánt ajándékokkal, körbefordulva könnyáztatta arcokat láttam. Elértünk ide, hogy saját papot szentelünk, aki igazi schönstatti családban nevelkedett, akit Tilmann atya keresztelt. Egy pillanatra átsuhant rajtam a gondolat, 'révbe értünk', már amennyire egy közösség, amely állandóan – nevéből adódóan is – mozgásban van, révbe érhet. Egy állomás, amely után újabb nagy és még nagyobb kihívások jönnek. De ez a nap, és az ezt követő napok az ünnepelésre voltak rendelve. Ünnepel-

tük a Szűzanyát, aki közösségre hívott mindannyiunkat. Ünnepeztük Csermák Péter atyát, aki ennek az isteni szövetségnek egy egészen különleges, mély módját választotta.

Frissen szentelt Atyánk áldásával indultak a fiúmozgalom tagjai fáklyásfutásra egészen Óbudavárra, ahol másnap reggel a lányok már az ifjúsági estet és a másnapi újmisést készítették elő. Délután ötkor közösen fogadtuk futóinkat, majd a külföldi fiatalokkal együtt gyönyörű vacsorán vettünk részt a mosónál. A fáklyákkal, lámpásokkal díszített pajta messziről nézve olyan volt, mint egy lakodalomra előkészített hely. S valójában lakodalom volt ez, hiszen az elköteleződést ünnepeltük.

Az este vége felé a tűz körül egyre többen gyűltünk, Péter atya gitározott, együtt énekeltünk, és az én szívemben túlcordult a hála. Egy emlék jutott eszembe, amely 12 évvel ezelőtt, életem felénél történt. Azóta nem jártam ezen a helyen, és milyen nagy kegy, hogy

most már egy igazi, létező, megfogható magyar schönstatti pap az, aki nekünk gitározik.

Az újmise napján, vasárnap újra összegyűltünk a mozgalom tagjai Óbudaváron, hogy folytassuk a megkezdett ünneplést. Ugyanezen a napon indult útnak a 3. szövetség, hogy Schönstattban örökszen telésük legyen. A szövetség tagjai közül többen Péter atya újmisést áldásával indultak neki ennek az útnak. Milyen szép, hogy nekünk, schönstatti magyaroknak ennyi ünnepelni valónk van!

Hálaadással zártuk az ünnepet, olyan igazi schönstatti módon. Megosztottuk egymással a hétvége örömeit, amiből igazán kijutott mindenkinek – résztvevőknek, szervezőknek, ünnepeltnek egyaránt.

A Szűzanya különös kedvencei vagyunk mi magyarok, ezt újra és újra megtapasztalhattuk ebben a szép ünnepben is. A mi magyar papunkat azon a napon szentelték fel, amikor Kentenich atyát is 106 évvel ezelőtt.

## A válasz

Először nyilvános Családkadémiás előadásunkra készültünk. Azaz csak készültünk volna. Mert hetek óta mindennap összevesztünk. Sokszor csak valami apróságon, de ez éppen elég volt ahhoz, hogy ne tudjunk egymással beszélgetni, normálisan együtt dolgozni.

Vészesen közeledett a határidő, és egyre jobban kétségbeestünk. Mi van

velünk?! Nem értettük egymást, nem értettünk semmit. Sírva toltam a babakocsit az utcán, míg ezen töprengtem, és így kértem: Istenem segíts! Segíts! Aztán jött egy gondolat, egy mondat a Szentírásból: „Ellenségeitek, az ördög, mint ordító oroszlán jár körül és keresi, hogy kit nyeljen el!” HOPPÁ! Hogy is van ez? Valami jó készül(ne). Persze, hogy a kispátás megpróbálja megakadályozni. És

itt a megoldás is: „Erősen álljatok ellen a hitben!” Ennyi elég is volt. Most már tudtuk, értettük, hogy mi történik. És már tudunk beszélgetni, örömmel és izgalommal készülni. Hála a Szentléleknek – akiről azt mondta Jézus, hogy eszünkbe juttat mindent –, nemcsak a készülésben, hanem az előadásban is segített. (1Pét 5, 8–9.)



## Imawellness

Régi, jó barátnőmmel sok mély beszélgetésben volt már részünk, tudom róla, hogy erős a hite, stabil az istenkapcsolata. Egy alkalommal az imaéletről, imádkozásról beszélgettünk. Elmesélte, ő hogyan talált az Istenhez.

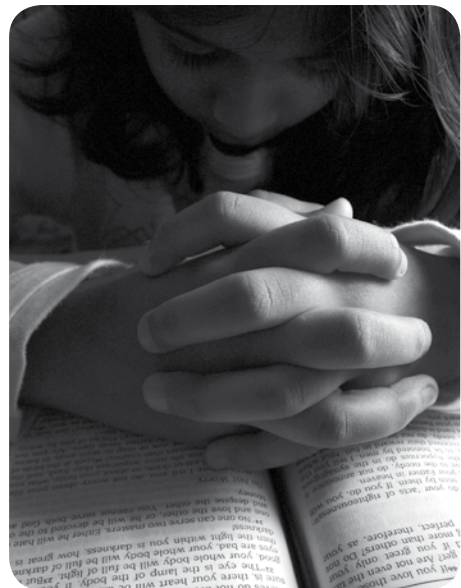
Belső élete akkor kezdődött igazán, amikor 16 évesen a világ nyomorúságát és céltalanságát látva elvesztette az életkedvét. Ilyen világban nem is érdemes élni! Állandó jelleggel (még a 80-as években) a videó előtt múltatta az időt, elmerülve a teljes önsajnáltságban. Ismerőse kölcsönözte számára a válogatás nélküli videó filmeket. Egyszer csak a Ben Hur című film került a lejátszóba. Megdöbbenve tapasztalta, hogy a filmet végigsírta. Úgy érezte, hogy minden kérdésére választ talált abban a figurában, akit még csak nem is mutattak meg igazán. De ő találkozott vele, Jézussal, a film végére. A szobája falán lévő sztárok posztereit letépve kifüggesztette a keresztet. Helyére került minden, kívül és belül egyaránt. Ez a fiatalkori

intenzív istenélmény mindent átformált benne. Megtapasztalta Isten kegyelméből azt, hogy Jézus személyesen szereti, és a barátságát kínálja föl a számára, sőt valóban vele van a világ végezetéig. Ez a tapasztalat állandósult a hétköznapiakban is.

A szüntelen imádkozás, az Isten jelenlétében való élet megtöltötte a mindennapjait. Olyan öröm járta át, amit a világ nem tudott elvenni tőle. Életcélt és erőt adott számára az Úrral való együttléte átélése. Életté vált számára a szentírás szava: „A mennyország már közöttetek van...”

Már reggel imával a szívében kelt és minden tevékenységét dicsőítésben, imádságos belső légkörben töltött. A mennyei Atya karjában, ölében, ölézésében érezte magát. Az örökkévalóság átélésének nevezte ezt az időszakot. Akkoriban vett részt egy lelki gyakorlaton, ahol a következő történt; „Emlékszem, a pap külön megáldott minket a szentmisén, és kaptunk személyre szóló igekártyát. Az enyémen ez állt. »Jöjjetek utánam, és én emberek halászává teszlek





titekét...«(Mt4,19–20.) Nagyot dobant a szívem, onnantól tudtam, hogy nekem az emberek Jézus számára való megnyerése a hivatásom, a tanúságtevés, a közbenjárás, az ima és a böjt révén.»

Számtalan élethelyzetén segítették már át az imák:

Fiatalkorában ő is, mint oly sokan, bizonytalan volt a hivatásban, kereste az útját. Hosszú ideig a szeretetesség vonzotta, de nem volt benne biztos, hogy erre van meghívva. Amikor ez a kérdés motoszkált benne, egyszer volt egy jelentőségteljes, szinte valóságosnak tűnő álma, ami útmutatóként szolgált dilemmájára. Szerzetesek hosszú sora vonult el előtte, és már ő is beállt volna mögéjük a sorba, de az álom egy pontján sorompó zárta el az útját a szerzetesektől, majd egy férfi szólította nevén. Tudta, őt várja a férje, nem mehet tovább a nővérekkel.

Mindezek után még egy megerősítést kért. Egy szentéletű lelkipásztortól

hallotta, hogy bátran bízson a Biblia útmutatásában, hiszen ha nincs világosságunk, az Úristen szól hozzánk a Szentírásán keresztül is. Nyissuk ki bátran, és bízunk az Úr segítségével! Három napon át böjtölt és imádkozott azért, hogy mi is az ő igazi hivatása, hiszen nem szeretne Isten akarata ellen dönteni, ebben a dologban túl nagy a tét.

Mindezek után a Szentírás a következő helyen nyílt ki: „Azt akarom, hogy a fiatalok menjenek férjhez, adjanak gyermekeknek életet és ne adjanak okot az ellenségnek a megszólásra...” (1Tim 5,14–15.)

Később, férjével, családjával való közös életük során, egy alkalommal nagy dilemmát okozott egy lehetséges költözés. A szomszédságban lakott egy család, akikkel minden igyekezet ellenére olyan rossz lett a viszony, ami már a családi életet is negatívan befolyásolta. Megint az imában és a Szentírásban remélt választ találni. Az átmádkozott órák után újra fellapozta a Bibliát, és a következő résszel találta szemben magát: „Emberfia, te az ellenszegülő ház közepén laksz...ezért te... készüdj fel holmiddal, és költözködj el szemük láttára lakóhelyedről más helyre.” (Ez12,1–4.)

Később az élet nehézségei, próbái és monotonitása elgyengítették ezt a benső lángolást. Neki is le kellett jönnie a színeváltozás hegyéről. A gonosz figyelmét sem kerülte el, és komoly kísértésekkel próbálta gyengíteni őt. De Istennek terve volt ezzel is. Az ima ebben az időszakban nem jött olyan könnyedén, mint előtte. Imái üressé váltak, nem imádkozott már olyan bensőségesen, nem is kereste annyira az Urat. Lassan elbi-

zakodott. Azt gondolta, hogy az Úr így is szereti (hiszen sok tapasztalata volt már), és a világ csábításai szép lassan, szinte észrevétlenül rést ütöttek a hitén. Ekkor nyitotta ki újra a szentírást, bízva abban, hogy Isten valami széppel erősíti meg, majd legnagyobb döbbenetére a következő helyen nyílt ki a biblia.

„Isten paradicsomának gyönyörűségében voltál,...Isten szent hegyére helyeztelek...tüzes kövek között jártál...ékesseged miatt felfuvalkodott a szíved,... elvesztetted bölcsességedet...a földre vetettelek...gonosz tetteiddel...meggyaláztad szentségedet...ezért tüzet támasztok benned, hogy megemésszen téged...” (Ez 28,12–20.)

Isten kemény szava sokkolta. Megértette, hogy nem tehet bármit, az Úr most megdorgálja, figyelmezteti. Megszégyenülve látta be, hogy alázatra és bűnbánatra van szüksége, ha vissza akar térni a „tüzes kövek közé”. Nagyon jót tett a lelki életének, hogy Isten térdre kényszerítette, hiszen ez által érthette meg, mi az Istenfélelem. Azóta is újra és újra meg kellett térnie, és próbál naponta harcolni a rábizottakért. Sokszor a hűség tartja fenn, sokszor küzdelemnek érzi az imádkozást, de mégis kitartó az Istennel való kapcsolatában.

Ebből a tapasztalatból, eleven valószínűségről tud ajándékozni ma is.

Isten szemével, emberfeletti módon tudja látni az embereket, hozzájuk önzetlenül fordulni és ragaszkodni, őszintén és hitelesen. Családokkal és fiatalokkal végzett mentálhigiénés munkájában is nagy segítség ez. Már nem az a fontos, hogy érezze is az Úr jelenlétét, bár ezt időnként grátisz megkapja Jézustól,

hanem tudja, a kitartás a legfontosabb. Egyénileg, férjével és imaközösségével együtt imádkozik betegekért, bajban lévőkért, akikről csak tudomást szerez, „felveszi a listájára” és imáiban viszi a Jóisten elé. Nem keresi, kiért imádkozzon, kéri, az Úr hozza elé azokat, akiknek szükségük van erre. Az imalista növekszik, hiszen mindig jönnek a kérések, imaszándékok. A családdal mondott rózsafüzér és böjt nagy parittyakőnek bizonyult a „Góliát elleni harcban”.

Hogy az imáinak milyen hatása van, azt a sok örömmel végződött történet, jó irányba vett fordulat igazolja vissza. Egy világfi családtag megtérését 12 évi ima előzte meg, aki végül keresztény feleséget választott, és ma élő hite, három gyermeke és keresztény szolgálata van.

A környezetében lévő, komoly betegségekkel küzdő fiatalok meggyógyultak.

Egy 18 éves agydaganatos betegért a közösségével együtt imádkoztak. Fél év múlva a fiú Istennel megbékélve ment haza, a szülei megtértek és imaközösségbe járnak.

A másokért való ima mellett néha azonban neki is szüksége van lelki frissülésre. Hogy megmaradjon az eleven erő, amiből adni tud. Ezt szentségimádás, a lecsendesedés hozza el számára. „Hagyd, hogy Téged is szeresselek!” – mondta neki egy alkalommal az Oltáriszentségben jelenlévő Úr. És ő hagyja, szelíden, alázattal, nyitottan, hiszen már tudja, hogy e nélkül az erő nélkül sem mire sem jutna.

Hálás vagyok, hogy őt ismerhetem, hogy ismerhetek egy ilyen embert, sőt a barátságával tisztel meg engem.





## Imádság

### A KEDVENC GONDOLAT

Aus: Grundriß einer neuzeitlichen Pädagogik (1950), 168–169.

Kentenich atya lelkivezetői gyakorlatában fontos szerepet játszik a lélek spon-tán megnyilatkozásainak megfigyelése; mindenekelőtt akkor, ha ezek hosszú időn át megfigyelhetők. Az itt következő szövegben vallásos példákat találunk. Természetesen tetszés szerint sok hasonló példát lehetne még idehozni.

Ha eléggé biztosra akarnak menni, hogy felfedezzék személyiségük mag-ját – főleg, ha vallásosan kiformált emberekről van szó –, ez a tanácsom: keressék meg kedvenc *röpimájukat*. Léte-znie kell egy kedvenc *röpimának*. Ha ez belülről ered, akkor a személyiségük is részt vesz benne. A kérdés: Van-e egy-általán kedvenc kis imádságom? Nem kell, hogy ez szóbeli ima legyen. – Ha ilyenem nincs, akkor félok, hogy sze-mélyiségemnek már egyáltalán nincs (vallásosan kiformált) magja. Akkor vallásos tömegember lettem.

### A FÁRADTSÁG LEKÜZDÉSE

A mai korforduló bűnáradataiban élve a kor sokszorosan fertőzött levegőjét szív-juk állandóan magunkba. Ezért nem csodálkozhatunk azon, hogy mi is las-san megbetegszünk. Sokunk lelke, aka-rata szinte megbénul, és csak fáradtan sodródunk a hétköznapok árján. Mi is gyakran fohászkodunk: Uram, adj erőt! Szeretnénk igazán a Jóisten akarata sze-

rint élni! De erőtlen jószándékunkat ha-mar elsöpri a hétköznapi élet forrása.

### KENTENICH ATYA TANÍTÁSA

Az ellanyhulás, kifáradás oka egyrészt a *lelki alultápláltság*, majd ezt követően a *lelki betegségeket okozó „lelki bacilusok”* akadálytalan bejutása.

A lelkünknek a fő tápláléka Isten keresése és átélése, valamint Isten ránk vonatkozó tervének felfedezése és a vele való együttműködés. Ehhez a táplálék-hoz rendszeren az elmélyült imádságban, a különféle vallásgyakorlatokban, vala-mint az ezekből eredő erkölcsi kötele-zettségekben és felelős tevékenységek-ben juthatunk. A lelki alultápláltság visszavezethető egyrészt vallásgyakorla-taink megfigyeltetésére, ill. kiüresedé-sére, másrészt arra, hogy nem támasz-tunk önmagunkkal szemben komoly erkölcsi követelményeket. Pedig ránk is vonatkozik Kempis Tamás szava: „...ott halad jobban az ember, ott érdemel több kegyelmet, ahol önmagát jobban legyőzi és megtagadja.”

Ha lelkünk az alultápláltság miatt legyengül, a lelki betegségeket okozó „lelki bacilusok” szinte akadálytalanul bejutnak és megtelepednek lelkünkben. E lelki betegségeket két nagy csoportra osztjuk: a *pótkielégülések* keresése és a másokat *leértékelő tendenciák*.

### MIT TEHETÜNK?

Kentenich atya elemzése rögtön rámu-tatott a megoldásra is. Tápláljuk a lel-

künket mélyen átélte imával és vallásos gyakorlatokkal!

„Ahogy a külső világban, úgy a bel-sőben is létezik különféle időjárás. Ez nem is lehet másképp. Amikor Isten Lelke működik a lélekben, akkor nagy vágyat önt belé, hogy előrehaladjon az imádságban és szilárd elhatározást, hogy minden ellene ható gond és fáradtság ellenére sem enged belőle. Továbbá alá-zattal és félelemmel párosult biztonságot ajándékoz neki, hogy boldog lesz. Elúzi belőle a szolgálai félelmet, és nagymérték-ben megnöveli benne a gyermeki félel-met. Észleli a lélek, hogy az Isten iránti szeretete kezd egészen önzetlenné válni.

A gonosz lélek működését világosan felismerhetjük a keltett nyugtalanságról és zavarról, az izgatottságról, melybe a lelket beleviszi, a sötétségről és félelem-ről, melyet okoz és végül a szárazságról és az imára és minden jóra való alkal-matlanságról.” (Avilai Szent Teréz)

Kentenich atya felhívja a figyelmet gyakran ismételt kedvenc röpimáinkra, melyben a személyes eszményünk szólal meg.

Az ima önmagában azonban még nem elég. Komoly erkölcsi követelmé-

nyeket is állítunk magunk elé. Továbbá ellenállunk a mások leértékelésére irá-nyuló kísértésének, és mértéket tartunk a pótkielégülések használatában.

Természetesen ez saját erőből nem megy. A természetünk az eredeti bűn miatt megsérült és rosszra hajló lett. Sok isteni segítségre, a segítő kegyelmek napi bőségére van szükségünk. Imádságban kérjük ezt mindig újra Istentől.

Mindezt még a rendkívül kedvezőtlen külső körülmények és ördögi támadások is nehezítik. Olyan erős ellenszélben va-gyunk, amivel senki sem tud egyedül szembeszállni.

Isten gondviselő szeretete azonban egy anyát és királynőt küld a segítsé-günkre, aki bátor harcra készséggel már munkához is látott. És itt van Kentenich atya is, aki vezet és példát mutat nekünk ebben a munkában.



„A legfontosabb, hogy megtanuljunk személyesen imádkozni, megtanuljuk elmondani, hogy mit érzünk, mit szeretnénk, mi esik nehezünkre. Nem arról van szó, hogy állandóan beszélnünk kell. Ha lelkileg már érettebbek vagyunk, akkor az imádkozásban a legszebb maga az együttlét, az, hogy egymásnál s egymásban vagyunk. Lényegében ez a legfontosabb. Nemcsak a hit hőseivé kellene válnunk, hanem a remény és a szeretet hőseivé is. Ha nem hitből élünk, ha nem válik sajátunkká a hit valósága, sosem lesz miénk személyesen az Isten, aki kiragadjon minket a sajátos modern elmagányosodásból, amely a ma em-berének egyik betegsége.”

Kentenich atya

## A Pápara figyelünk

## Koronázzuk meg egymást!

Jézus imádságról szóló tanítása két példázattal folytatódik, amelyekben egy barátnak a barátjával, illetve egy apának a gyermekével szemben tanúsított magatartását hozza fel példaként (vö. Lk 11,5–12). Mindkettő arra akar tanítani minket, hogy teljesen bízunk Istenben, aki Atyánk. Ő saját magunknál is jobban tudja, mire van szükségünk, de azt akarja, hogy azt merészen és kitartóan eléje vigyük, mert így tudunk részt venni az ő üdvözítő művében. Az imádság az első és legfőbb „munkaeszköz” a kezünkben! Kitartóan kérni Istent nem arra szolgál, hogy meggyőzzük őt, hanem hogy erősebbé tegyük hitünket és türelmünket, vagyis azt a képességünket, hogy együtt harcoljunk Istennel a valóban fontos és szükséges dolgokért. Az imádkozásban ketten vagyunk: Isten és én, hogy együtt harcoljunk a fontos dolgokért.

Ezek között van egy nagyon fontos dolog, amelyet Jézus megemlít a mai

evangéliumban, de amelyet szinte sosem szoktunk kérni, ez pedig a Szentlélek: „Add nekem a Szentlelket!” Jézus ezt mondja: „Ha ti, bár gonoszak vagytok, tudtok jót adni gyermekeiteknek, mennyivel inkább adja mennyei Atyátok a Szentlelket azoknak, akik kérik tőle!” (Lk 11,13). A Szentlélek! Kérnünk kell, hogy a Szentlélek töltsön el minket! És mire szolgál a Szentlélek? Arra, hogy helyesen tudjunk élni, bölcsen és szeretettel, Isten akaratát követve. Milyen szép imádság lenne az, ha ezen a héten mindannyian azt kérnénk az Atyától: „Atyám, add nekem a Szentlelket!” Szűz Mária kinyilvánítja előttünk létezésével Isten Lelkét, aki teljesen betöltötte őt. Ő segítsen minket Jézussal egyesülten kérni az Atyát, hogy ne világiasan éljünk, hanem az evangélium szerint, a Szentlélek által vezetve!

*forrás: Vatikáni Rádió*



Az élet közepén sok kihívással nézünk szembe. Egyik, hogy társunk már jó régóta ott van mellettünk. A sok felemelő élmény mellett gyakran látjuk egymást a leglehetetlenebb pillanatokban, kiborulva, lepukkanva, félelmek között, kiüresedve, széttárt lábakkal a szülőágyon, vérezve, kikelve magunkból, a fájdalomtól szűkülve, szánalmasan, álarcainktól tökéletesen megfosztva, egészen lecsupaszítva... Látjuk egymást úgy, ahogy senki más, ahogy senki mást. Ezek az élmények erős összekötő kapcsok lehetnek közöttünk, de egyben lehet bennünk hiányjel is, hisz a szerelem fontos tartozéka a titokzatosság, a meglepetés, az újdonság.

Hol van már az az időszak, mikor hajnalban kilopóztunk a jó meleg ágyból, hogy fogat mossunk, megfésülködünk, hogy üde lehelettel nyomjunk „jó reggelt csókot” a szájára, és első pillantásával máris szépségesnek lásson minket?!

Elvárjuk egymástól azt, hogy a legjobb barátok legyünk, megértő bizalmasok, türelmes és következetes szülők, legyünk szellemileg egyenrangúak, adjunk egymásnak nyugalmat és biztonságot, legyünk hites társak, akik tudnak és szeretnek együtt imádkozni, és mindezek mellett szenvedélyes, izgalmas szeretők is. Azt kérjük társunktól, hogy adja meg a lehetetlent, amit valóban csak egy népes csapat képes megadni. Ráadásul adjuk meg ezt egymásnak jó hosszútávon, hiszen több évtizeddel tovább élünk, mint elődeink.

Tapasztaljuk azt is, hogy vannak olyan vegeértékeink, érdeklődési köreink, vágyaink, amiket a társunk akkor se tud kielégíteni, ha megszakad. És ugyanez áll fordítva is. Persze azért igyekezzünk a hiányzó kapcsolódási pontokra is figyelni. Például én nem vagyok sportos típus, és ráadásul félős is vagyok, férjem hiába szeretné, nem fogok vele a fekete pályán sítalpakon zúzni, és biciklizni sem igazán szeretek, de szívesen sétálok, kirándulok jó tempósan és sokat – itt egymásra találkozhatunk. Eszembe jutott, hogy fiatalon milyen szívesen „széllovagolt”, és pár éve megleptem egy használt windsurf-fel. Bár nem hasítom vele a habokat, de a partról szívesen szurkolok neki, és ez számára is szép közös élmény – bátran megélheti mellettem a fiatalkori vágyait, és támogatom is benne.

Új élethelyzet az élet közepén, hogy a gyerekek felnőnek, esetleg már üres is a fészek, a feleség, ahogy egyre jobban felszabadul az anyai teendőik alól, jobban beleveti magát a munkába, határozottabbá, céltudatosabbá válik, kinyílik számára a külvilág, amire már régóta vágyott, ki jobban, ki kevésbé férfiasá válik. A középkorú férfiak elérik a munkahelyen a „platófázist”, karrierjük csúcsára értek, sokan azt érzik, a fiatalok kiszorítják őket a kispadra, nincs továbblépési lehetőség. Egyre inkább átéljük az igazságot, hogy „még senki nem sóhajtott fel a halálos ágyán: bárcsak több időt töltöttem volna a munkahelyemen”.





Végre élvezni akarják az életet. Fontos lesz nekik a gyengédség, az érzelmek, a szexualitás, közben pedig frusztrálnak érzik magukat amiatt is, hogy az aktív feleségük cserbenhagyta őket.

A bőrünk kiterített idegrendszer, elválaszt és összeköt másokkal. Abban a pillanatban, ahogy megszületünk, kapaszkodunk. Szükségünk van az „inconcreto” fizikai ölelésre egész életünkben. Az érintés, az ölelés aktivizálja az immunrendszert. Régen milyen sokat csókolóztunk, szinte állandóan, fogtuk egymás kezét, ölelkeztünk, az évek során talán leszoktunk róla, csak *akkor* vagy *akkor* se, pedig mennyire közel hoz minket egymáshoz.

Régen a szexualitás elsődleges célja a nő számára a sok gyermek vállalása volt, mert sokan közülük nem éltek meg a felnőttkort, és mert ez volt a nő házastársi kötelessége. Régen egy rendes nő nem élvezhette a szexet, mert cédának tartották. Ma már a bensőséges szeretetkapcsolat is fontos cél, és a nők is

felfedezhették, szabadon megélhetik a házasságban, hogy az együttlét gyönyört okoz.

Egy hosszú kapcsolatban a szenvedély nő és fogy, akár a hold. Viszont, hogy a hűséget megőrizzük, fel kell adnunk egy romantikus ábrándot, hogy csak akkor öleljük meg egymást, ha a szenvedély mindkettőnkben fellobban, például várjuk, hogy előntsön a forráság a mosogatógép kipakolása közben, mert csak az az igazi, ha spontánok vagyunk. Egy nagycsaládban hosszútávon ez nem működik. A gyerekek körülvesznek minket, ha magunkra zárjuk is

az ajtót, ott trappolnak el mellettünk, éjjel felsírnak a kicsik. Éjszaka, mikor minden nesz felerősödik, szintén nehéz önfeledtnek lenni, és néma csendben átadni magunkat a szenvedélynek, odaadó szülőből izgató szeretővé válni néhány perc alatt. Tudatosan tervezni is kell az együttléteinket, elutazni, megszervezni, hogy kettesben lehessünk.

Tapolyai Emőke szexológus valahogy így fogalmazott: Olyan a szex, mint egy vontatókötél. Az erős kötelet egy körömvágó ollóval el lehet vágni, hiszen hajszálvékony fonalából van fonva. Minden alkalommal, mikor a társunkkal szeretetben együtt vagyunk, egy újabb vékony szálat sodrunk a kötélel, és mikor kihagyjuk, egy újabb szálat elvágunk.

Szt. Pál írja az efezusi levélben: „Mindegyikötök úgy szeresse a feleségét, mint önmagát, az asszony pedig tisztelje a férjét.” (5,33) Nagyon jól érzékeli a szent író a férfi-női különbséget, elsősorban azt írja nekünk elő, amit ne-

hezebben teszünk meg. A nőknek nem kell előírni azt, hogy szeressenek, mert ebben általában „kapásból” nagyon jók. Sokkal nehezebb a szeretetüket a férjük iránt tiszteletadással kifejezni. Pedig a férfiak éppen erre vágnak, ez a legfőbb „szeretetlenelvük”, hogy nagynak lássák őket. A nőknek az adja a szükséges biztonságérzetet, ha tudják, hogy a férjük „odavan” értük.

A férjnek arra kell törekednie, hogy a felesége mellette úgy érezze magát, mint egy királynő, aki teljes biztonságban van. A feleségnek pedig, hogy a férj úgy érezze magát a kapcsolatban, mint egy megbecsült és tisztelt király. Bagdy Emőke így fogalmazza meg: „A férfi a teremtés koronája, de csak a nő teheti a fejére a koronát. És csak akkor teszi meg, ha ő a királynő.”

## Alsóstábor



Ahogy először megpillantottam a tábort, rögtön megcsapott az étellel teli, vidám hangulat. A bejelentkezés után történt a csapatosztás. Megválasztottak csapatkapitányt, először szomorú voltam, amiért nem az unokatestvéreimmel kerültem össze. De pár óra múlva megváltozott a véleményem, ahogy jobban megismertem a csapattársaimat. A közös kalandok és sikerek összekovácsoltak minket egy összetartó és jó csapattá. Másnap volt a nagytúra, a vezetők szokásuk szerint eltévedtek, de ahogy megérkeztünk, a szakácsok ízletes ebédje kárpótolt minket. Szerencsére a főnökeink kistúrát is szerveztek egy gyönyörű hegy tetejére, a hegyesdi várromhoz. A levélkeresés is színessé és izgalmassá tette az ott töltött egy hetemet. A legjobb viszont a sportnap volt (nem voltunk ugyan eredményesek, de derekasan helytálltunk). Az esti számháborúk nagyon hangulatosak voltak, és majdnem legyőztük a vezető-

ket. Szombaton, a zárónapon kiderült, hogy a mi csapatunk, személy szerint Máté, Zsombi, Gergő, Gergely, Jakab, Levi, az öcsém és én megnyertük a csapatok közti versengést. Köszönjük a táborvezetőknek, hogy ilyen színessé és felejthetetlenné tették ezt az egy hetemet a táborban.



## Felső tábor

Szerintem kalandokkal teli jó táborban lehetett részünk. Mindenekelőtt jó volt a táborhely. A falutól kis-sé messzebb, de kényelmes távolságra helyezkedett el táborhelyünk. A patakot jól meg lehetett közelíteni, így könnyedén tudtunk vizet tölteni vagy mosakodni. A sátorok jó állapotúak voltak, és a szerszámok is (pl. balta, gereblye, ásó), ami jelentősen megkönnyítette a dolgunkat.

A tábori programok meglehetősen kalandosak voltak az esők, s ezáltal a moscsarak miatt is, viszont a vezetőség nagyon jól megoldotta a gondokat kisebb-nagyobb programváltoztatásokkal, amik végül is szuperul sikerültek. Annyira nem bántuk, hogy a kistúra elmaradt (annak ellenére, hogy nagyon szeretünk túrázni), mert így több energia jutott a focira és



a levélkeresésre. Az akadályversenyen – más néven levélkeresés – többnyire olyan helyeken voltak az állomások, melyeket nem volt egyszerű megtalálni, ami szerintem direkt így volt izgalmas. A levelekben lévő feladatok vegyesek voltak, azaz voltak köztük könnyűek (pl. vezesd haza a kiségeret a rajz alapján) viszont olyanok is szerepeltek, amik tényleg erőfeszítést és találékonyságot igényeltek.

A levélkereséshez fűződik, hogy egy csapat nem találta meg az egyik állomást, ezért 3 óra árookban alvás után 3 cseresznyefa bánta termését. Visszafelé menet énekeltek egyet a fagyis néni-nek, aki ezt meghálálta 2-2 gombóc fagyival.

A táborvezetők jóindulatú, barátságos és tapasztalt emberek voltak. Nyilván voltak vezetők, akik a többieknél még barátságosabbak és nyitottabbak voltak. Ők inkább azok, akiknek nem volt annyi dolguk a szervezésben. ☺

Hogy milyen volt a kaja? Szerintem nagyon ízletes. Amit Zoli bácsi főzött, az jobban ízlett, mintha egy étteremben ettünk volna. Rutinos



séf, és ez sokat számított. Isti ételei is jól sikerültek. Nem főz rosszul, csak más-hogy a megszokotthoz képest. Más a stílusa.☺

A tábor tehát szuper volt, csak az nem tetszett nekem, hogy a sportnap csak 2 óra volt (amit a focipályán töltöttünk), és hogy nem csapat csapat ellen, hanem

minden csapat a vezetőség ellen játszott. Bár így sem volt rossz, de ha csapatok között lettek volna a mérkőzések, kijött volna az, hogy melyik gárda a jobb, és ez jobban tetszett volna mindenkinek.

Remélem, a jövő évi tábor is jól fog sikerülni!

Köszönjük, Gábor!

## Döglesztő

Sok-sok év kimaradás után idén ismét volt Döglesztő, a Cserhát–Börzsöny dombjait/hegyeit másztuk meg összesen végül hatan (két középiskolás, négy egyetemista) Hege-dius Csabi vezetésével. *5 nap alatt 100 km felett!*

Napi 20 km volt tervezve, egy fiatal, stramm csapat, én úgy hittem, akkor most egy klassz hetet töltünk *sétával* az erdőben. A rákfenét! :D A Döglesztő, az tényleg *döglesztő!* Csabi ráadásul tapasztalt túrázóként ment, mint a golyó, kiváló erdőismerőként csak a Palóc Piros tudta olykor-olykor rászédni...

Nagyon szép napok voltak, bár sokszor a határainkat feszegettük: főleg a harmadik napon (szerdán), amikor az előirányzott húsz helyett hirtelen 30 km lett a tervezett napi táv „a Cserhát térkép rossz méretaránya miatt...” De azt is legyőztük! Voltunk fenn a Börzsöny csúcán, a Csóványoson (938 m), láttunk gyönyörű tájakat, kacagtunk nagyon sokat, nyögtünk a fáradtságtól, és ettünk fantasztikus főztöket! (Magunk főztünk ám!)



Szóval jó volt, jól sikerült, megúsztuk mindenféle bű és baj nélkül, eső is csak kétszer esett, akkor is épp éjszaka volt.

Döglesztő jövőre is lesz, Csabi nagyon-nagyon lelkes!

Hát így!

Köszönöm Nektek, köszönöm a Mozgalomnak, hogy valaha létezett ez a fogalom, hogy most feleleveníthettük, és most én is próbára tehettem magamat! (Magunkat...)

Érdekesség, hogy az idej hat főből mind a hatunknak ez volt az *első Döglesztője!*





## Lánytábor 16–18

Ez a nyár is eljött, és semmi programom nem volt. A barát nők külföldön nyaralnak, én meg a szobámban. Kilátástalan helyzet. Mígnem egy üzenet reményt hozott, hogy talán mégsem lesz olyan unalmas, mint hittem. Én még nem tartoztam a 16–18-as korosztályba, viszont azért, hogy hívtak, nem megyek-e, már az elején jó érzéssel töltött el. Dunabogdány gyönyörű környék, és ebben az évben erre a helyre hívtak el minket a Szűzanya. Idei táborunk fő témája a példaképek



voltak. Kik lehetnek példaképek? Milyenek kell lennie egy példaképnek? Én is lehetek példakép? Egy film főszereplőjének megismerésével felfedeztük a bennünk rejlő példaképet és nőt. A hét folyamán sikerült megejtenünk a Dunában való fürdést, különböző feladatok megoldásával a falut is felfedeztük, és némi szépségápolást is tanultunk. Uborkával a szemünkön hidratálódtunk, és citrommal szőkülünk. Réka, táborunk szakácsnője a hét végére gyümölcslevesből készült turmixszal lepette meg minket, amibe ismeretlen eredetű uborka is belekerült. Nem maradhatott el a közös szentmiséen való részvétel, az imádságok és a lelki feltöltődés sem. Mindnyájunknak volt mit felajánlani a kegyelmi tőkébe, és a korszóba helyezni. Hálas vagyok a táborvezetőknek, hogy megszervezték ezt a táborot, és fantasztikus hangulatot teremtettek nekünk.



## Az Élet Királynőjéről

Amikor a Szűzanya fejére koronát helyezünk, Jézus gesztusát ismétljük meg. A mennyei dicsőségben és örömben a Fiú megkoronázza Édesanyját.

A mi koronázásunk ehhez a gesztushoz csatlakozik, de nem teljesen azonos a gesztus jelentése. Jézus a világ megváltója és királya a „hűség koronáját” (Jelenések könyve) adományozza, és részesíti Édesanyját a saját dicsőségéből és hatalmából.

A mi koronázásunkkal hálánkat és teljes bizalmunkat fejezzük ki a Szent Szűz iránt, és kérjük a további irányítást.

Nekünk, embereknek, a királyi méltósághoz és általában a hatalomhoz nem csak pozitív élmények, emlékek, érzések társulnak, mivel az emberi történelem emberi uralkodói között voltak önzők, hanyagok, kegyetlenek, ügyeskedők is bőven. A királynői hatalom és fennhatóság itt teljesen tiszta értelemben értendő.

Kire merném rábízni életem és a családom életének irányítását teljes bizalommal? Kire merném rábízni az üdvösségemhez vezető utamat? Ha a válaszom Szűz Mária, akkor itt egy nagyszerű lehetőség, hogy ezt kifejezzem.

Szűz Mária megkoronázásával egy elsősorban belső, szívbeli gesztus történik, amikor elismerem Őt királynőnek, és megerősítem, vagy első alkalom-

mal felkérem Őt arra, hogy alakítson engem úgy, hogy Istennek tetsző legyen az életem, hogy be tudjam tölteni azt a feladatot, amit Isten elgondolt rólam az életre hívásomkor. Felhatalmazást adok Neki arra, hogy felettesemként, nevelőmként, királynőmként lépjen fel az életemben. Adjon feladatot, amellyel Isten országát építhetem, adjon hozzá erőt és lehetőséget.

A mi Királynőnk célja az élet szolgálata. Az örök élet szolgálata. Minden erejével és hatalmával azon van, hogy bennünket az üdvösségre elevezzessen. „Én vagyok az Út az Igazság és az Élet” –mondja Jézus. Mária Királynőnk az Élet Királynője.

A bűn előbb-utóbb pusztulást hoz. Az Élet Királynője segít megszabadulni a pusztulásba vivő kísértésektől, a rossz döntésektől, a rossz szokásoktól. Az Élet királynője segít és megad nekünk min-







dent, ami az egészséges lelki és családi élethez szükséges. Nem biztos, hogy mi pontosan látjuk a mindennapi életünkben, hogy mi az, ami segít és mi az, ami gátol Isten felé. Ő biztosan jól látja. A koronázással felhatalmazzuk Őt arra, hogy szabadítson meg attól, ami gátol, és adjon meg mindent, ami segít.

Szűz Mária ember, de kegyelemmel teljes ember. Ő is átélt a földön szenvedést, bizonytalanságot, félelmet, örömet. Volt álmos, elcsigázott, volt jó kedvű és ragyogó. Ezeken az állapotokon mind Istennek tetsző módon ment keresztül. Bátran fordulhatunk Hozzá bármely életszakaszban és lelki állapotban, Ő tudja, miről van szó, és tud segíteni. Ha megakadunk az imaéletünkben,

kérjük Őt, hogy imádkozzon velünk. Nagyon szívesen segít. Azt az életet élte, amit mi, csak mindig a jó mellett tudott dönteni. Ha rábízunk magunkat, ezt Ő komolyan veszi, és sosem csalódunk Benne.

„Mária Nagyasszonyt, a magyarok anyját, világnak hatalmas királynéját” a Magyar Schönstatt Család 2017. április 1-jén az Élet Királynőjévé koronázza.

2016 júniusában egy koronázó zsinat zajlott Óbudaváron. Ott ez az alábbi imádság született: Az imádságot 2016. július 10-én, Csermák Péter atya újmiséjén lehetősége volt sokaknak aláírni. Hívunk Benneteket, hogy léleekben Ti is csatlakozzatok hozzánk, és készüljünk együtt a tavaszi koronázásra.

#### „Úrnóm és Anyám!

A magyar Schönstatt Család az óbudavári szentélyben lévő MTA kegykép megkoronázására készül. Kovács Erzsébet és Zoltán Győző ötvösművészek által készített magyar szentkorona Tilmann atya szándéka szerint meglátogatta a családok és a fiatalok háziszentélyeit. Ezzel a koronával szeretnénk Téged, Jézus édesanyját az ÉLET KIRÁLYNŐJÉVÉ koronázni.

Mi magyarok életünket és vérünket adjuk a királynőnkért, gyermeki bizalommal vetjük alá magunkat akaratomnak. Apostoli lelkülettel szeretnénk szolgálni az életet, és Szent Fiad számára megnyerni a szíveket. Őrizz meg, oltalmaz, és használj, hogy engesztelő országodból visszahódítsuk Számodra Európát.

Ezen elhatározásunkhoz kérünk tisztánlátást, hogy Isten szemével lássunk, és az Ő szívével szeressünk. Kérünk személyre szóló útmutatást, nyitott szívet, eleven életet, és adj apostoli bátorságot elmenni a perifériára. Kérünk, hogy önművelésünkben Tilmann atya példáján keresztül részesülhessünk Kentenich atya karizmájában. Vezesd a fiatalokat eszményük felismerésére, elkötelezett életre. Adj hazánknak hiteles családost, papi és szerzetesi hivatásokat.

Szűzanyánk, Te vagy az ÉLET KIRÁLYNŐJE. Kérjük, hogy családunk, schönstatti közösségünk, és Magyarország számára eszközeid lehessünk. Amen”

## Mentes konyha

### diétázóknak, alapanyagokra érzékenyeknek

Az ünnepnapok után felmerül az igény az emésztőrendszert kímélő, újdonságként ható ételekre.

Alig van olyan család, ahol nincs cukorbeteg, laktóz- vagy gluténérzékeny, netán a vegán vagy a paleo diéta híve. Az igények erősödését mutatja, hogy az üzletek polcait ellepték az ilyen típusú élelmiszerek, éttermek, cukrászdák álltak rá kizárólag a paleo, a cukor-, a laktóz-, vagy akár a gluténmentes vevőkör kiszolgálására. Persze a legtöbben inkább megfőznék otthon a mindennapi ételt, csak hogy kevés a jó recept, pláne az olyan, amely működik, amelyet dietetikus ellenőrzött, és így biztonsággal ehetik azok is, akiknek egy rossz falat komoly egészségügyi kockázatot jelenthet.

Az ételérzékenység manapság már nem átok. Akik ezzel együtt élnek, gyakran úgy fogják fel, hogy lehetőséget kaptak egy gazdagabb ízvilág megismerésére, a kómersz ételek helyett több száz új ételt ehetnek, többet kísérletezhetnek, kreatívabban főzhetnek.



Az alábbi válogatással szeretnék néhány tippet adni, és egyben további ismerkedésre biztatni.

#### SONKÁS, MANDARINOS SÜTŐTÖK LEVES

Gluténmentes, laktózmentes, tejfehérjementes, tojásmentes étel

**Hozzávalók:** 1/2 kg sütőtök, 15 dkg gluténtól és tejtől mentes füstölt, főtt sonka vagy tarja, 1 gerezd fokhagyma, 1/2 mk. színes törött bors, 1 mandarin leve, 1 cs. só, 1 cs. őrölt köménymag, kevés apróra vágott dió vagy mandula

A sütőtököt darabokra vágva félóráig sütjük 200 fokon. Miután kihűlt, eltávolítjuk a héját, feldaraboljuk, és fél liter vízben botmixerrel péppé zúzzuk. Újabb fél liter vizet öntünk hozzá, belecsavarjuk a mandarin levét, fűszerezük, sózzuk, beletesszük a sonkát vagy tarját és felforraljuk. Kivesszük a sonkát, a levest átpasszírozzuk, majd visszatesszük a sonkát a levesbe.

Apróra vágott dióval, mandulával tállaljuk.

#### SZEZÁMMAGOS-PAPRIKÁS KRÉMMEL TÖLTÖTT GOMBAFEJEK

**Hozzávalók:** 25 dkg csiperkegomba, 2,5 dkg gluténmentes szezámmag, 1 db kápia paprika, 1 szelet tv. paprika, 1 szelet vöröshagyma, 1 kk. étolaj, 1 késhegynyi só, 1 késhegynyi őrölt koriander, 1 ek. gluténtól és tejtől mentes rizskrémmel, 1 kk glutén- és tejmentes margarin.

A gombát lemossuk, a héját lehúzzuk, a szárát kivágjuk a kalapból. 2 dkg



szezámagot megőrölünk. A kétféle paprikát, a gombaszárat és a vöröshagymát apróra vágjuk, olajon megpároljuk a sóval és az őrölt szezámaggal, a végén belekeverjük a rizskrémet és a koriandert. A gombakalapokat kívülről megkenjük a margarinnal, majd a fejtetőre állított kalapokat megtöltjük a zöldséges masszával, megszórjuk a 0,5 dkg szezámaggal. Tűzálló táliban 170 fokon pirulásig sütjük.

#### ZÖLDSÉGES KARAJ

**Hozzávalók:** 8 szelet csont nélküli sertéskaraj, 35 dkg sárgarépa, 35 dkg brokkoli, 35 dkg burgonya, 2 ek. extra szűz olívaolaj, 2 dl száraz fehérbor, 1 mk. törött fekete bors, 2 mk. só

A zöldségfélét meg tisztítjuk. A répát hosszú szeletekre, a burgonyát karikára szeljük, a brokkolit rózsákra szedjük. A karajszeleteket átmoszuk, lecsöpögtetjük, levágjuk róluk a zsíros részeket. Bedörzsöljük a sóval. 1 ek. olívaolajjal kikenünk egy tepsit.

Szétterítjük benne a burgonyakarikat, rátesszük a karajt, majd megborsozzuk. Ráhalmozzuk a brokkolit és a répát, meglocsoljuk a másik evőkanál olívaolajjal. Aláöntjük a fehérbort, alufóliával lefedjük, sütőben 180 fokon puhára pároljuk. A sütés végén az alufóliát levéve kissé megpirítjuk, forrón tálaljuk.

#### DIÓS-CITROMOS SZELET

**Hozzávalók a tésztához:** 14 dkg porcukor, 15 dkg margarin, 18 dkg kukoricaliszt, 14 dkg darált dió, 1 dl rizstej, 3 tojásfehérje, 1/2 biocitrom reszelt héja, 2 ek. frissen facsart citromlé, 1/2 csomag sütőpor

**A citromos cukormázhoz:** 30 dkg porcukor, 3 tojássárgája, 1/2 biocitrom reszelt héja, 3 ek. frissen facsart citromlé

A margarint 15 dkg porcukorral, a fél citrom reszelt héjával és a citromlével habosra keverjük. Összekeverjük a kukoricalisztet és a sütőport. Kemény habbá verjük a 3 tojásfehérjét. A habos margarinkrémhez keverjük a diót, a sütőporos kukoricalisztet és a rizstejet, majd összedolgozzuk. A rizstejet ne egyszerre öntsük bele, csak annyit használunk fel belőle, hogy a tészta sűrű maradjon. A kemény tojásfehérjehabot óvatosan a tésztához forgatjuk. A margarinnal kikent és kilisztezett tepsibe töltjük a tésztát. Előmelegített sütőben először 180, majd 5-8 perc elteltével 150 fokon rózsaszínre sütjük. A sütési idő körülbelül félóra.

Mielőtt teljesen megsül a tészta, a cukormázhoz habosra keverjük a porcukrot, a tojássárgáját, a lereszelt citromhéjjal és a citromlével. Ahogy a sütőből kivesszük a kész tésztát, a forró süteményre öntjük a mázat, egyenesen szétterítjük. Állni hagyjuk 10 percig, amíg a máz megfő a tésztán. Amikor kihült, legalább fél napra hűvös helyre tesszük, hogy megszáradjon a máz. Forró vízbe mártott késsel szeleteljük.

#### BORAJÁNLÓ

Babiczki Mátrai PinotGrigio 2015. Így vall róla a készítője: Ha igazi, jóárasított beszélgetőborra vágysz, amiben van egy kis huncut okoskodás is, akkor ne keress tovább. Nem kell túlgondolkodni, de lehet felfedezni is, ahogy egy jó borhoz illik. Nem annyira 'kommersz', mint a manapság divatos Irsai és Csereszegi, de éppen olyan jól fog esni.

## Van boruk

Hálatalat szívvel mondunk köszönetet:

- ❖ Óbudavár lelki központjáért és az elkötelezett munkatársak munkájáért
- ❖ jövő évi jelmondatunkért: Királynőnk, Veled örömmel!
- ❖ családjaink erőfeszítéseiről a nagyobb szeretetért
- ❖ Gertrúd-Mária nővér munkájáért
- ❖ a vezető házaspárok munkájáért
- ❖ a családnapokat tartó házaspárjainkért
- ❖ 20 éves Családakadémiáért, az érte és benne dolgozó házaspárokért
- ❖ fiataljaink budapesti Közösségi Helyéért
- ❖ a bontakozó papi, szerzetesi, családosi hivatásokért
- ❖ az Oázis készítőinek áldozatos munkájáért
- ❖ a végzős Családakadémiás házaspárok sikeres vizsgaelőadásaiért
- ❖ családjainkban megfogant új életekért
- ❖ házastársunkért, gyermekeinkért, unokáinkért
- ❖ az elmúlt év sok kegyelméért.



## Nincs boruk

Kérjük égi Édesanyánkat járjon közben:

- ❖ hogy legyen bátorságunk a hétköznapi Királynőjévé koronázni Téged
- ❖ hogy áldozataink gyarapítsák szentélyünk korsóját, amely így kegyelmi forrás lehet a betérőnek
- ❖ hogy a központ működéséhez szükséges feltételek biztosítottak legyenek
- ❖ hogy a régiók és a családcsoportok gyümölcsöző munkát végezzenek
- ❖ hogy fiataljaink megtalálják hivatásukat
- ❖ hogy családnapjaink a jó Isten és egymás iránti szeretetünk megerősödését szolgálják
- ❖ egy súlyos beteg feleség gyógyulásáért
- ❖ édesapák, édesanyák munkahelyeikért
- ❖ családunk békéjéért, gyermekeink hitben való növekedéséért
- ❖ idős szüleinkért, nagyszüleinkért, magára maradt emberekért
- ❖ fogyatékkal élő testvéreinkért
- ❖ püspökeinkért, papjainkért, szerzetesekért, papi és szerzetesi hivatásokért
- ❖ hogy hiteles keresztények lehessünk
- ❖ Schönstatt apostolaiért
- ❖ a Családakadémia szándékaiért,
- ❖ gyermekekért azokban a családokban, ahol nagyon vágnak rá
- ❖ a világ békéjéért, a szeretet győzelméért
- ❖ elhunyt családtagjainkért
- ❖ soproni házasság hetének rendezvényéért
- ❖ minden megfogant gyermek megszületéséért
- ❖ és neveljen bennünket az imában való elmélyülésben.

## ÓRIÁSI apróságok (gyerekszój)

A kislány elvágja az ujját egy ollóval:  
Odamegy az édesapjához és mutatja:  
– Nézd, milyen a sebességem!



D. (6): Tavaly kórházban voltam, mert megettem a szaloncukrot. Nem sokat, csak kettőt... De be voltak csomagolva.



B. (4): Én kértem egy másik kistestvért a fa alá, mert a Hannát már unom egy kicsit.



Zs. (7): Azt írtam a Jézuskának, hogy hozzon nekem tablettát. Tudod, azt a simogatósat, amin vannak játékok.



K. (5): Azt kértem a Jézuskától, hogy ne sírjon annyit a kisöcsém, mert nagyon mérges vagyok, amikor bög, és még nem olyan nagy, hogy megverhessem.



G. (4): Ilyenkor átjön a nagyi és vigyáz rám, hogy hagyjam anyát főzni, meg a papát csúnyán beszélni.

G. (4): Nem kell nekem karácsonyfa, csak sok minden legyen alatta.



4 évesem:

- Anya! Kaphatok finomságot?
- Úgy érzed, megérdemled?
- Hát, igen! Jó voltam!

– Mikor?  
Kis hatásszünet, gondolkodó arckifejezés:

– Háááát, amikor aludtam!



5 éves unokaöcsémre, Bálintra és rám a nagyim vigyázott. Bálint már türelmetlenül rohant volna játszani az udvarra.

– Várj meg! Látod, én bottal járok, nem tudok úgy sietni! – szölt Bálintnak a nagyim.

Mire Bálint komolyan megszólalt:

– Tudod, mit, dédi? Add ide a botod, majd én viszem, te pedig siess csak nyugodtan!



Négyéves fiam sehogy sem boldogult a köhögés elleni szirupja kupakjával, és végül azt kérdezte:

- Miért nem tudom én ezt kinyitni?
- Mert biztonsági zár van rajta, hogy gyerekek ne tudják kinyitni – feleltem.

Még egyszer próbálkozott a kupakkal, aztán azt kérdezte:

– De honnan tudja, hogy én gyerek vagyok?



Szedem ki a mosógépből a fekete ruhákat, Panni, downos kislányom mellett áll.

- Panni, csupa csillámpor a nadrágod, te mit csináltál?
- Nemtom... a szeretet miatt lehet... az olyan csillagfényes, nem?

## Óbudavári hírek



Az októbertől december végéig tartó időszakban tizenöt különböző hétféle rendezvény volt az Óbudavári Schönstatt Központban.



Októberben a NEA normatív támogatás pályázatán 500 000 Ft támogatást nyert a Családok a Családért Egyesület.



Decemberben az egyik nagylelkű családuktól kétfélmillió forint adományt kaptunk a Központ fejlesztésére.



Szeretnénk megköszönni minden hűséges adományozónknak a támogatását, amivel lehetővé teszi, hogy folytathassuk a házaspárokért, a családokért folytatott munkánkat.

**Téged is hív!**



**VI. Kentenich vetélkedő**

**2. forduló**

Jelentkezési határidő: 2017. január 21.  
Finálé: május 20.

Infók: [kentenich.schoenstatt.hu/jatek](http://kentenich.schoenstatt.hu/jatek)

**Jelentkezz, csatlakozz Te is!**






## Együttműködési nyilatkozat a Lány- és a Fiúmozgalom között

A budapesti schönstatti ifjúság minden hónap 18-án találkozik, hogy megünnepelje Schönstatt alapítását, és hogy megújítsa a szeretetszövetséget.

Így történt ez november 17-én (18-a vigíliáján) is. Szentmise után a Lány- és a Fiúmozgalom együttműködési nyilatkozatot írt alá az új Közösségi Helyen.

A nyilatkozat ötlete a Közösségi Hellyel kapcsolatos megbeszélések során merült fel. Ezzel szeretnénk kifejezni, hogy fontos számunkra a kölcsönös együttműködés, és hogy tovább szeretnénk erősíteni a kapcsolatunkat. Írásban is meg akartuk jeleníteni azt



a gyümölcsöző kapcsolatot, melyet az elmúlt években olyan szépen kialakítottunk és erősítettünk. Úgy gondoltuk, hogy ez a nyilatkozat jó alapot jelenthet a további közös munkához.

## Közösségi Hely

A jelenleg kiszemelt és reményeink szerint jövőbeni KH (Közösségi Hely) története két évvel ezelőtt kezdődött, mikor néhányunkban megfogalmazódott, hogy egy schönstatti kollégiumot szeretnénk alapítani Budapesten fiúk számára. Akkor erről sokakkal beszélgettünk, s látszott, a hely megtalálása lesz kemény dió. Idén tavasszal élesztettük újra fel a gondolkodást, aminek folyamányaként a ciszterci rend főapátjával, Dékány Sixtus atyával beszéltünk, s meséltünk neki terveinkről. Ő

javasolta, hogy a XI. kerületben, a Móricz Zsigmond körtér közelében a rend régi rendháza, amely öt éve kihasználatlan, talán alkalmas lehetne a céljainkra.

A ház alapterülete elég nagy, összesen közel 500m<sup>2</sup>. Tulajdonképpen két különálló részből áll: egy földszintes épületrészből, amelyhez egy kisebb és egy nagyobb szoba, konyha és mosdó tartozik; s egy kétszintes részből. A földszintes épületrészben kényelmesen elférne a Közösségi Hely, a kétszintes épületrész pedig alkalmas volna a nagyobb felújítási

munkák elvégzését követően a kollégium számára.

November folyamán Sixtus atyával az ifjúsági egyesületünk bérleti szerződést kötött az épületre, így megkezdődhetek a felújítási munkák. Az ifjúság részéről hetente-kéthetente önkéntes munkával sok-sok minden elkészül, megtisztul, kitisztul, alakul a házban és a környékén. Nagy reményeket fűzünk hozzá, hogy karácsonyig sikerül a gázt visszavezetni az épületbe, és tudunk majd fűteni. Ezt követően a KH tulajdonképpen használhatóvá válna.

Kérjük imáitokat, hogy ebben a reményekkel és lehetőségekkel teli hely-

zetben a legjobban sikerüljön helytállnia az ifjúságnak. Úgy reméljük, ha a házat sikerül megtölteni mindazokkal a tervekkel, vágyakkal, amelyek bennünk mozognak, az egy komoly lépést jelentene a budapesti szentély felé vezető úton.



## Vértező V.

„Ez az a páncél, amit fel kell öltönetek, ez az a kard, mellyel kívánságaitokért harcolnotok kell.”

(Kentenich atya)

2017 februárjában útjára indul a Vértező V. évfolyama. Immáron 8 év tapasztalatával, 4 végzett évfolyammal és két új, lelkes kísérővel vágunk neki ennek az útnak! A Vértező a Fiúmozgalom képzése, melyben arra hívjuk a már érettségizett fiúkat, hogy sok energiával, sok lelkesedéssel és munkával jobb emberré, jobb kereszténnyé, hiteles férfivá váljanak. Az út, amit mutatunk, Schönstatt útja. Egy olyan eszközrendszer, olyan pedagógia, olyan világkép, melynek nyomán válaszokat találhatunk a jelen kor kérdéseire.

Másfél év, hogy megismerd Schönstattot, elmélyedj önmagadban és felkutatd, hogy hol található a te „apos-

tohi területed”. Ha tenni akarsz, hogyan tehetsz a legtöbbet az emberek és az egyház szolgálatában. Előadások, amik mind-mind ezt a nagy célt célozzák: minél többen érezzék feladatuknak, hogy a világban fáklyaként világító keresztényekként példát mutassanak a helyes értékrendről, az erős közösségről.



Minden érdeklődőt nagy szeretettel várunk január 9-én és február 7-én a Vértéző Café alkalmakra, ahol az előző évfolyamok tagjaival beszélgethettek arról, hogy milyen volt nekik a Vértéző.

## 2017. évi fiútáborok

2017-ben is megtartjuk nyári táborainkat. A helyszín még alakul, az időpontok a következők lesznek:

- július 1–8. Felső tábor (táborvezető: Fehér Gábor)
- július 9–15. Alsó tábor (táborvezető: Mészáros István)
- július 16–23. Középiskolás állótábor (táborvezető: Guld Péter)
- július 31. – augusztus 6. Döglesztő (táborvezető: Hegedüs Csaba)

## Budapesti középiskolás fiúcsoport

Lipóczy Szabolcs és Rajna Keve vagyunk, és most töltjük 3. egyetemi évünket Budapesten. Januártól induló fiúcsoportot szeretnénk hirdetni a budapesti és környéki középiskolások számára.

Kicsit konkrétan arról, hogy mi is ez valójában: aki volt már valaha Schönstatti Fiúmozgalom által szervezett programon, az tudja, mennyire király egy ilyen pörgős, vagány, összetartó csapathoz tartozni. Amikor évente néhány alkalommal (pl. fiútábor, fiúhétvége) összejövünk, akkor mindig valami olyan hatalmasat alakítunk, olyan élményekkel

Érdeklődni Fehér Gábornál (gaborfeher94@gmail.com) és Ther Péter Pálnál (therpalko@gmail.com) tudtok.

Jelentkezni az elmúlt évhez hasonlóan a schönstatti adatbázison keresztül lehet majd.

A jövő évi táborokra való készüllettségben pedig november elején rendet tettünk a fiúmozgalmi raktárban, leltáraztunk, számba vettük a fejleszténiavolokat. Mi már alig várjuk, hogy újra itt legyen a fiútábor!

gazdagodunk, amik a sűrű hétköznapiakban is tartják bennünk a lendületet.

Találkozunk a rég nem látott haverokkal. Sok kilométeres túrára megyünk, sportolunk, próbára tesszük a bennünk rejlő férfit. Csinálunk időnként örültségeket, aztán leülünk és beszélünk valami komoly dologról. Játsszunk izgalmasabbnál izgalmasabb és viccesebbnél viccesebb játékokat, azután elcsendesedünk és Istenre figyelünk.

Na, most képzeljétek el ugyanezt, csak úgy, hogy két-három hetente találkozunk! Igazából erről fog szólni ez a fiúcsoport, amire remek példa a vidéki

régiókban működő többi csoport (pannonhalmi, győri, soproni).

Ha budapesti gimnazista fiú vagy, és szeretnél egy ilyen tuti csapat tagja lenni, akkor bátran keress minket akár e-mailben, akár telefonon!

Ja, és barátot, osztálytársat hozni ér!  
Szabolcs és Keve  
lipoczki.szabolcs@gmail.com  
+36 30 45 46 719  
kovamen@gmail.com  
+36 20 25 74 979



## Újjelmondatunk

November 18–20-án tartottuk zsinatunkat Óbudaváron. Sok-sok beszélgetés, együtt gondolkodás eredményként megszületett új jelmondatunk:

### ÉLŐ KÖZÖSSÉGBEN CÉLJAID FELÉ

Imádkozzatok velünk az új jelmondatunkhoz írt imánkat is:



„Élet Királynője! Hálával gondolunk közösségünkre, melyben folyamatosan épülhetünk és otthon lehetünk.

Adj nekünk bátorságot, hogy igent tudjunk mondani azokra a feladatokra, amelyek gazdagítják közös és személyes lelki életünket.

Segíts minket, hogy Te eszközödként az egyház örömét hordozhassuk a világban, rendre törekvésünk az életet szolgálja, és megtartó erő lehessen.

Szövetségünk útján vezess minket élő közösségben céljaid felé! Ámen”

## Lányhírek

Szeretettel várunk minden 14 év feletti lányt a lányhétvégére, melyet március 17–19. között tartunk! Érdeklődni Schumicky Marisnál és Varga Rékánál lehet.



A Magyar Schönstatti Lánymozgalom 2016/17-es jelmondata:

**ÉRTED ÉLEK,  
ÖRÖMÖD  
VEZESSEN!**

## Imám

Az imámban Őt keresem. A Jelenlévő Istent. Keresem Őt önmagamban. A csendben. Hozzá próbálok kapcsolódni.

Olykor sikerül kilépnem saját búvkörömből. De ez a siker szó nem is illik ide, hiszen nem az én akarásom hozza létre, hanem az Ő működése.

Titok ez. A Ráhagyatkozás. A saját kategóriáimon túl látni. A teljes bizalom. Efelé szeretnék lépegetni. Ezért ülök le meditálni. Pillanatokra szabaddá válok saját akaratomtól, szaladó gondo-

„Szűzanyám, Érted élek!

Veled lélegzem és dolgozom!

Atyám, Érted lélegezem és dolgozom. Azért, hogy egységben együtt mozduljunk. Érted élve, belőled merítek erőt, a Te örömből táplálkozva haladok az úton. Te vezetsz engem, és vigyázol rám. Én Érted és Te értem. Tagadhatatlanul és elválaszthatatlanul össze vagyunk kapcsolódva.

Örömmel vezess, a Te örömben és szeretettedben. Add, hogy erre mindennap kész legyek! Amen”

lataimtól és belesimulok a Jelenvalóba. Aztán újra elkap énem sodrása. De az időt mégis odaszántam. Vissza-visszatérve Hozzá. Kimondva hittel, hogy Vele akarom tölteni ezt az időt.

Kapcsolat. A villamoson, a reggeli kávé mellett, az erdőben, futás közben, egy fárasztó nap végén egy csillogó szemű gyermek tekintetében. Imádság, kapcsolódás a Jelenléthez. A Végtelenhez.

Fohászzkodás. Legyen meg a Te akaratom..., de azért mégis, vigyázz rájuk, kérlek! Vágyaink, korlátaink benne

vannak imáinkban. Nehezen tudunk az Ő szemével látni. Csak egy kicsit is. De ez nem is baj. Azt hiszem, ez így van jól. Jó odavinni a másikat Elé. Hálával, áldását kérve életére.

Ő adhat teljes biztonságot. Ő adja az életet. Hogy mindez növekedjen bennem. Szabadon.

Ezt keresem. Őt.



## Ima Egy fiatal gondolatai

*„Az a bizalom, amellyel iránta vagyunk, azt jelenti, hogy bármit kérünk is akarata szerint, meghallgatja. Ha pedig tudjuk, hogy bármit kérünk, meghallgat bennünket, tudjuk azt is, hogy amit kértünk, azt már meg is kaptuk.”*

1Jn 5,14–15.

Keresztényként az ima elengedhetetlen számomra. Ha nem is akarnék imádkozni (ami fura lenne), akkor is folyton csak imádkoznék. Az Urat dicsérem és szólítanám meg minden lélegzetemmel, minden lépéssel, minden szívveréssel és minden mozdulatommal.

Hogy a Jóistennel fenntartani és erősíteni tudjam ezt a személyes kapcsolatot, már sok – mások által ajánlott – módszert kipróbáltam, és végül a következő felismerés kristályosodott ki bennem az imádkozással kapcsolatban.

Először is, amikor valahova betérek vagy ismerősökkel találkozom, az az első, hogy köszönök. Így hát, az imám elején is köszöntöm Istent, ezzel is (f)elismerve a jelenlétét. Templomba érkezve is letérdelek az Eucharisztia előtt, hódol-

latomat kifejezve Jézusnak. Tehát, ahogy elkezdek imádkozni, akár séta közben, a házi szentélyben vagy a szobámban, egy pillanatra csak az Ő jelenlétére figyelek, arra, hogy kinek is a színe előtt állok én. „Álljatok meg és lássátok, hogy én vagyok az Isten.” Zsolt 46,11

Másodszor, csak magam adom. Sokan úgy gondolják, hogy a szentté válni lehetetlen, és hogy imádkozni csak Szent Ferenc szobor pózban lehet. Valójában azonban egyedi teremtményként az Istennel való kapcsolatra lettem teremtve, és nem arra, hogy egy szent pontos másaként éljek. Teremtő nélkül nincs élet, Ő is és én is erre a kapcsolatra szomjazunk. Arra lettem teremtve, hogy én én legyek. Egyedi adományokkal, szenvedélyekkel és vágyakkal ajándékozott meg, hogy azokon keresztül sugározzam Őt. Így



hát jövök Hozzá, ahogy vagyok, és hagyom, hogy olyan szentté alakítson, amilyenné szeretné, hogy váljak.

Hogy hogyan imádkozzam? Az apostolok is megkérték Jézust: „*Uram, taníts meg minket imádkozni!*” *Lukács 11,1*. Nekem még inkább kell kérnem, hogy tanítson engem. Én kérem Őt, Ő meghallgatja és megadja szívem kívánságát.

Egy igazán felemelő formája az imának az éneklés, az Úr dicsőítése. Letöltök pár keresztény albumot, felrakom a fejhallgatómat és nekivágok a nagyvilágnak. Könnyűnek hangzik, de nem az. Hogy ne csak az életem háttérzenéje legyen a városbéli ügyintézők alatt, ahhoz igazán ott kell lennem szívben és tudatban is, hogy minden lépésem, minden fellökés a metróban, minden vidám köszönés az unott pénztáros néninek dicsőítés legyen.

Néha rá kell lépnem a fékre is! Észre kell vennem, hogy milyen rohanás vesz körül engem ebben a világban. Gyors chatelés, internetezés, pörgő média, facebook események. Ezek nem feltétlenül rossz dolgok, de túl nagy mennyiségben elvonják a figyelmem a Lényegről. Ahogy XVI. Benedek pápa is mondta, „*a csendben valósulnak meg a kommunikáció leghitelesebb pillanatai azok között, akik szeretik egymást*”. Különösen figyelnem kell arra, hogy ne a telefonom legyen az utolsó gondolatom elalvás előtt, hogy Istennel zárjam le a napom.



Ha ezekre nem figyelek, akkor olyan lesz az imaéletem, mint a tó, melyben nincs vízáramlás, állott, pangó vízzé válik. Mocsaras lesz és szúnyogok veszik körül. De ha művelem és gondozom az Isten-kapcsolatomat, akkor abból igazi élet fog kiáradni, ahogy ígérték nekem: „*aki hisz bennem, az élő víz forrásává lesz.*” *Jn 7,38*

*Egészen* engednem kell, *egészen* át kell adnom magam. De ezt is gyakorolnom kell! Talán ezért vagyok „gyakorló keresztény”? Mert igyekszem és próbálkozom, és remélem, hogy egyre jobb leszek benne.

Ezt szem előtt tartva, adventben különösen is figyelek a Jóisten szavára, keresem őt a rorátékon és a gyertyagyújtások különleges ünnepén, a Születésre várva, és kérem Őt, hogy ezen az úton egyre jobban el tudjak mélyülni az Ő végtelen jóságába.



Jézus Krisztusban az Atya szabaddá tette az arcát, hogy az ember az érzékelhetőbben az érzékelhetőt túlra tekinthessen! *Ozsvári Csaba*

A Fiú arcát szemlélve, az Atya személye pecsételődik szívünkbe a Szentlélek által. *N. Szent Gergely*

Idel Jelmondát:

# Királynőnk, Veled örömmel!

