

Családunk

családpasztorációs folyóirat



2020. december

LÁTTUK CSILLAGÁT...

ŐSZI ZARÁNDOKLAT

JÁSD, 2020. OKTÓBER 10.



KEDVES OLVASÓ!



A klímaváltozásról szóló híreket és azokkal kapcsolatos aggodalmainkat maga alá söpörte a COVID 19-ről szóló hírözön. A járványügyi változások olyan gyorsak és folyamatos figyelmet igényelnek, hogy ezen kívül szinte semmi másra nem tudunk figyelni, vagy már a tájékoztatások hömpölygésétől el is szédülünk. Bizony nehéz értelmeznünk ebben a rohamtempójú jelenben Carsten Bresch freiburgi biológus és evolucionista tézisét, miszerint a világ átmintázódásának célja az egységesülés. Tudjuk, hogy az Alfától megyünk az Omega felé, hogy a világ sőhajtozva várja beteljesülését, de most mégis érezzük nap mit nap, hogy minden széthullik, és mi nem sokat tehetünk ellene.

Ferenc pápa Laudato si enciklikájában meg akarja erősíteni bennünk eredeti célunkat, tudatosítani szeretné belénk oltott jó képességeinket. Rámutat arra, hogy képesek vagyunk a világhoz és önmagunkhoz is tudatosan és jól hozzáállni.

Ebben erősít meg bennünket a világba születő, értünk emberré lévő Isten Fia is, akinek közelgő ünnepe mindannyiunk emberi méltóságát és életünk értelmét a betlehemi csillag fényének segítségével reflektorba állítja.

Merjünk Általa megvilágítva lenni és örömmel az életben jelen lenni a következő esztendőben is!

Dr. Fodor János

TARTALOMJEGYZÉK

- 2 Képes beszámoló az őszi zárandoktúráról
- 3 Vezércikk
- 4 Velünk történt - *Őszi randevú és Házasság esték*
- 6 Körkép - *Devecser / Bíz rá magad*
- 8 Papi arcélek - *Dr. Baán Izsák bencés szerzetes*
- 10 Házasságra készülve - *Aki szeret téged...*
- 12 Élet a házasságkötés után - *Beszélgetés Folly Rékával*
- 14 Ima a családban - *"Hogy művelje és őrizze meg..."*
- 16 Mese - *Csillagok*
- 18 Gyermeknevelés - *Néhány alaptétel az anyai és apai szerepekről*
- 19 Lelki egészség - *Bemutatkoznak a LESZ szakemberei*
- 20 Mi történt velük - *Sötét Máté és családja*
- 22 Kitekintés - *Ami összeköt*
- 24 Keresztény művészet - *Áprily Lajos: A csavargó a halálra gondol*
- 25 *Dr. Udvardy György adventi elmélkedése*
- 26 Olvass és láss - *Könyv- és filmajánló*
- 28 Mindennapi kenyerünk - *Interjú Csabai Gabriellával*
- 30 Teremtett világ - *Társteremtők vagyunk*
- 31 Friss házások fotói

Családunk – 2020. december XXII. évfolyam, 3. szám
ISSN 1788-4177

Kiadja a Reményforrás Egyesület és a Veszprémi Főegyházmegye
Családpasztorációs Irodája

Főszerkesztő: Dr. Fodor János

Szerkesztőbizottság: C. Kőrösi Edina, Fekete Gyöngyi, Gerstmár Ferenc, György Adrienn, Horváthné Szukop Andrea, Dr. Keszthelyiné Dr. Hrabovszki Cecília, Kovácsné Széplaki Borbála

Készítették: Bálint Bánk, Birher Nándor, Dr. Léner-Pintér Sára, Kristály Katalin, Dr. Márfi Gyula, Mártáné Simon Emese, Próder Szabolcs, Szebényiné Vrancsik Eszter,

Fotók: Lipovszky-Drescher Mária, Földházi Árpád, Gyarmati László, pixabay

Illusztráció: Burucsné Walla Barbara

Tördelés, grafika, képzőművészeti rovat: Lipovszky-Drescher Mária

Nyomtatás: Prospektus Nyomda, Veszprém

CSALÁDOS ZARÁNDOKTÚRA AZ ŐSZI BAKONYBAN

2020. október 10-én rendezte meg a Családpasztorációs Iroda szokásos őszi zarándoklatát



Meglépte és örömmel tapasztalta, hogy bár az gondolta, kevesebb időt fog majd tölteni a családjával, mégis máshogy alakult a dolog. Azt mesélte, hogy mikor otthonról elindul, a közel fél órás úton szépen le tudja zárni az otthoni eseményeket és felkészülve a munkára sokkal hatékonyabban áll neki, így időben végez a feladataival. Majd a munka befejeztével az úton le tudja rakni a céges ügyeket, így mire hazaérkezik, már teljes figyelemmel tud fordulni a családjá felé.

Talán a zarándoklatnak is valahol ez az egyik lényege, hogy fel tudjunk készülni és befogadóvá tudjunk válni

Mint többek között elmondta, a Hospice szolgálatok elemzései is bizonyítják, hogy az emberek életük végén sokkal inkább megbánják azokat a dolgokat, amelyeket nem cselekedtek meg életük folyamán. Nagyobb teherként nehezednek azok a döntések, amelyeket – bár semmilyen külső hatás nem érte őket – mégsem léptek meg, vagy tették meg azokat a jó, másokat segítő dolgokat, amelyekre lehetőségük és képességük is adott volt. Egy jó döntés kulcsa, hogy megtaláljuk-e azt az információforrást, amelyből útmutatást meríthetünk. Hasznos volna, ha hallgatnánk is azokra, amikről – ha lelkünk mélyére nézünk – tudjuk, hogy helyes irányba, jó döntésekhez vezetnek. Manapság sajnos sokat adunk a közvéleményre, mely a legbizonytalanabb, állandóan változó vezető. Egy szent kúton a forrásnál eltöltött békés idő alatt imádkozva vagy csak egyszerűen szemlélődve biztosan nem azok a gondolatok kerülnek felszínre, amiket távlatokban megbánnánk vagy helytelennek vélnénk. Egy-egy előkerülő jó gondolat erőt adhat a további lépésekhez.

Mindenki befogadó, de egyben forrás is a környezetében élőknek és a vele kapcsolatban álló személyeknek. Jó néha ránézni, hogy valóban források vagy esetleg árvizek vagyunk. Segítjük, támogatjuk a körülöttünk élőket, vagy akaratunkat rájuk kényszerítve nyomulunk előre?

Mint hallottuk, pályáznak a jádsi Szentkút további fejlesztésére, hogy minden adott legyen ahhoz, hogy az ide látogatók az igazi forrásra koncentrálhassanak. Kívánjuk Dasek Viktor atyának, hogy ezt a szép feladatot minél eredményesebben tudja elvégezni mindannyiunk örömére!

Próder Szabolcs

Idén Bakonyánán találkoztuk, hogy a Római fürdő érintésével Jádsi Szentkútra érkezzünk, ahol meghallgathattuk a forrás történetét és szentmisén vehettünk részt.

A Szentkút keletkezése a helyi legenda szerint Jádsi Péter remete nevéhez köthető, aki itt vezetelt a bűnéért. Nagy szárazság lett úrrá a vidéken és kiszáradt a patak is – a remete pedig szomjazott.

Egyik éjjel álmában Szűz Mária jelent meg és elmondta, hol ásson, hogy vízforrásra találjon. Ébredést követően a jelzett helyen ásni kezdett. Egész heti hiábavaló munka után szombaton, amikor kimerülve, a kidobált földre ülve a rózsafüzért imádkozta, a rózsafüzér Mária-érme beleesett a kiásott gödörbe, ahol jó víz fakadt föl, s alatta az érmen tündöklött Szűz Mária.

Az út során eszembe jutott egy ismerősöm története, aki sokat gondolkodott, hogy meglép-e egy munkahelyváltást a lakhelyétől távolabb eső városban, vállalva ezzel a napi ingázást.



az út végén minket váró eseményre. Az úton a Munkácsi János állandó diakónus által választott idézetek – melyek a teremtett világ szépségével foglalkoztak – vezették gondolatainkat, figyelmünket a megérkezés helyén minket váró üzenetek befogadására.

Dasek Viktor helyi plébános összefoglalta azokat a főbb elemeket, amelyeket hazánk egyik legrégebbi zarándokhelyéről tudni kell, majd Dr. Fodor János atya miséje és a szentbeszédébe szőtt gondolatok adtak ívet a napnak.

MARADJ OTTHON!

...és randevúzz a társaddal

Erre bíztattuk a házaspárokat az egyre szűkülő lehetőségek közepette.

Lassan megszokjuk, hogy minden átköltözik a világhálóra: a tanulás, a munka, a színház és még sorolhatnánk. Tesszük ezt mi is a családpsztorációnál, hisz fontosnak, sőt szükségesnek érezzük, hogy fenntartsuk a kapcsolatot a családokkal, házaspárokkal, a tőlünk telhető módon erősítsük, támogassuk őket. Ezért az őszi programjainkat már eleve az online térbe terveztük.

Elsőként a mostanra már hagyományosnak tekinthető **Őszi randevút** hirdettük meg virtuálisan, és bíztattuk a házaspárokat, hogy szenteljenek egy estét a házasságuknak.

A Gerstmár házaspár, Bea és Feri köszöntő szavai után egy rövid verses-zenés műsort hallgathattak meg a párok, melynek előadói Rábai Zsanett, Felföldi Gábor és a szerző Lohonyai Zoltán voltak.

Itt harangoztuk be, – és e hasábokon is hangsúlyozzuk – hogy idén is elindul a sokak által közkedvelt és várt:

Rendhagyó randevúk és a tavaly debütált **Almádi randi** házasságépítő játék. Valamint **Szerelmes kalandtúra** is lesz Keszthelyen!

Bővebb információk:

<https://rendhagyorandevuk.hu/>

<https://www.facebook.com/almadirandi>

<https://www.facebook.com/szerelmeskeszthely>

Az oldalak folyamatosan frissülnek.

Novemberre még két online előadással készültünk, a **Házás esték** keretében, melyeknek témája az intimitás a házasságban volt.

Az első előadóink neve jól ismert sokak számára, hisz 2019-ben ők voltak a Házasság hete arcai:

Dr. Gorove László és Kriszta, a Családok Jézusban Közösség vezetői. Mondandójuk alapjául a Bibliából ismert Énekek éneke szolgált, a címet is erről adták: Énekek éneke, a házastársi intimitás kézikönyve.

A második előadást Portik-Bakai Melinda keresztény szexuálpszichológustól hallhatták az érdeklődők a házasság nehézségeiről, buktatóiról.

György Adrienn



DEVECSER AKKOR ÉS MOST

A traumára senki nem akar emlékezni. Ebből a szempontból a társadalom nem különbözik az áldozatoktól.

Mindannyian biztonságos, irányítható és kiszámítható világban szeretnénk élni, és az áldozatok arra emlékeztetnek bennünket, hogy ez nem mindig van így.



Ahhoz, hogy megértsük a traumát, le kell küzdenünk a valósággal való szembenézéssel kapcsolatos természetesen vonakodásunkat és ki kell fejlesztenünk magunkban a bátorságot ahhoz, hogy meghallgassuk a túlélők tanúvallomását.[1]

A különböző visszaemlékezések szinte hihetetlennek tűnnek, olyan mintha az elbeszélők valami rossz álmot, vagy skifit osztanának meg a hallgatósággal.

A katasztrófa első napjától segítőként, majd plébánosként voltam jelen.

Mai napig nem ismerjük, hogy milyen élettani hatásai voltak ránk nézve a Devcsérben töltött katasztrófa utáni időnek. Segítőként az iszap gyakran érintkezett a ruhámmal, a bőrömmel. Mikor odaköltöztem, a várost részben már megtisztították az iszaptól. Ottlétem alatt mégis féltem, mert a csapvíz továbbra is vörös színű volt, így nem mertem belőle inni, félve zuhanyoztam, alig

használtam a hétköznapokban vezetékes vizet. A katasztrófa utáni évben a hó a MAL száraz technológiára váltása miatt átszíneződött, vörös lett. Több helyen volt talajcserre a településen, a fák törzseit megtisztították, új növényzetet telepítettek, mégis sok növény kipusztult.

Az első években a MAL gyakran engedett iszapot a Torna patakba, ezért a patak élővilága folyamatosan kipusztult.

Azt javasolták a lakosságnak, hogy helyi gyümölcsöt és zöldséget ne fogyasszunk, mivel az ott termesztett növények élettani hatásai ismeretlenek voltak. A település légszennyeződését mérő eszköz a templom mellett állt, de az eredményeket soha sem ismertették a helyiekkel. Azokban az években nem voltam semmilyen egészségügyi szűrésen, az egészség kérdése nem volt napirenden nálam, de talán a helyiek nagy része sem keresett fel kivizsgálásokat, mert nem

akartak szembenézni a lehetséges betegségekkel. Voltak olyan hírek, miszerint megnőtt a daganatos és légúti megbetegedések száma, de erről hivatalos információt nem kaptunk. Az egészséggel kapcsolatos félelmek azáltal, hogy nem voltak egészségügyi vizsgálatok, a közösségben felerősítették a szorongást. Ez az érzés az ismeretlen dolgokkal kapcsolatban – általánosságban is elmondható – akkor is sokkal magasabb, mintha pontosan tudjuk, mitől is kell tartanunk.

Az élővilág azóta teljesen eltűntette a katasztrófa nyomait Devcsérben, egy szép, rendezett településen járhatunk. A helyben élők kezdenek visszarendeződni a hétköznapokba. Eltelt tíz év, ami történt lassan már történelem. Nem szívesen mesél senki sem erről, mert még nekünk is hihetetlen, hogy ezt végig bírtuk csinálni. Élünk, azzal a tudattal, hogy ha ezt a borzalmat kibírtuk, akkor nem lehet olyan akadály, ami fölött nem tudnánk felülemelkedni, nem lehet olyan természeti vagy társadalmi katasztrófa, amibe beleroppannánk. A teremtett világ pedig ebben a megerősítő folyamatban támaszunk és segítségünk.

Dr. Fodor János

[1] Vö: Bassel van der Kolk, A test mindent számon tart, 214.



AKI KERES, AZ TALÁL

A Bízd Rá Magad jó gyakorlataira bátran ráhagyatkozhatunk

A Hetvenkét Tanítvány Mozgalom Család Munkacsoportja Bízd Rá Magad! – bátorító üzenettel hozott létre egy weboldalt, amelyen keresztül a családok mindennapi életében felmerülő problémákra a keresztény értékrend alapján nyújtanak olyan segítséget, amelyre mindnyájan ráhagyatkozhatunk. Erdő Péter bíboros a NEK gyümölcsének nevezte a Bízd Rá Magad honlap megszületését.



A Hetvenkét Tanítvány Mozgalom 2014-ben Erdő Péter bíboros úr hívta életre, hogy a különféle szakmát képviselő katolikus hívek közösségbe szerveződve segítsék a keresztény értékek érvényesülését életünkben. Ennek a szakmai hálózatnak a része a Család Munkacsoport, amelynek felkérték a vezetésére – tudtuk meg Pethesné Dávid Beáta szociológustól. A Család Munkacsoport (CSMCS) vezetője hozzátette: négy évvel ezelőtt elkezdtünk azon gondolkodni, hogyan tudjuk segíteni elsősorban a katolikus egyház tagjait, és rajtuk keresztül a keresőket az emberi élet során jelentkező nehéz helyzetek kezelésében. A CSMCS munkatársai sorra vették a problémákat, ezekhez egyesével megkeresték az adott területen jelentős szakmai tapasztalatokkal rendelkező szakembereket, alapítványokat, szervezeteket. Ennek az eddig elvégzett munkának az áttekinthető összegzése a bizdramagad.hu segítő honlap.

Bízd Rá Magad:
<https://bizdramagad.hu/>

A bizdramagad.hu-n ha keresünk, találunk. Legyen szó bármilyen problémáról; függőségről, abortuszmegelőzésről, családtag időskori intézményi elhelyezéséről, fejlődési rendellenességekről, érzelmi blokkokról, párkapcsolati krízisről, szexualitásról, magányról és még hosszan sorolhatnánk, mi mindenben nyújt segítséget az oldal – ismertette a honlap sokoldalú lehetőségeit Soósné Erdő Klára, a Bízd Rá

Magad oldal létrejöttében „oroszlánrészt” vállalt CSMCS munkatársa, a honlap lelke.

Szívügyünk lett a Bízd Rá Magad. Miközben dolgoztunk rajta, mi magunk is sorra ismertük meg, és örömmel csodálkoztunk rá, mennyi szakmailag profi, ugyanakkor elhivatottan szolgáló közösség, szervezet, jó gyakorlat működik, amely a legkülönbözőbb emberi problémáinkra kínál gyógyírt – mesélte Bea és Klára, a Bízd Rá Magad segítő „gépezet” (Deux ex machina) két motorja.

Rengeteg jó gyakorlat, tudás, tapasztalat gyűlt össze számos kisebb szervezetnél; a weboldalnak fontos feladata, hogy ezeket az értékeket kihangsúlyozva egy közös honlapon fel tudjuk mutatni – hívta fel a figyelmet Dávid Bea. Soósné Erdő Klára leszögezte, a bizalom, a hitelesség kulcskérdés a honlapot létrehozók számára.

A plébánosok szavára hallgatnak a hívek és bíznak abban, amit ők ajánlanak, ezért fontos, hogy a papjaink is megismerjék és megosszák ennek a segítő-gyűjtőoldalon a jó híret, hogy merjünk ráhagyatkozni! Nekünk, híveknek is át kell gondolnunk, hogy katolikus értékrendet valló emberként hogyan tudjuk egymást segíteni, a közösségeinkben rejlő rengeteg értéket és tapasztalatot minél inkább elérhetővé tenni. Élünk a lehetőséggel, használjuk a Bízd Rá Magad oldalt és vigyük hírét a környezetünkben, a világban!



SÉTA A KERTBEN IZSÁK ATYÁVAL



taink is. A mi munkánkhoz tartozik a kert gondozása. A kert egyik része tulajdonképpen arborétum, régi fákkal, őshonos növényekkel, amelyet a természetes életforma tesz különlegessé, vagyis nem avatkozunk bele a természet rendjébe. Emellett szoktunk veteményezni, van gyümölcsösünk, az itt szüretelt terményekből adalékmentes lekvárokat, szörpöket készítünk, illetve van egy gyógynövénykertünk, ahol a növények gondozását, szüretelését, majd pedig szárítását, felhasználásra

Én Bakonybélbe már ismerősként jövök. Ismerősként, visszatérő vendégként a monostorba is, és mindig nagyon szívesen. Most is, ezen a ragyogó napsütéses csütörtöki napon, amikor Izsák atya vár a már megszokott vendégszeretettel...



2019 szeptembere óta Izsák atya vette át a Szent Maurícius Monostor vezetését, kettéválasztották a korábban Ábel atya által végzett plébánosi és a perjeli teendőket. Beszélgetésünk vázát is a fenntarthatóság, a teremtett világ értékeinek védelme adja. Izsák atya szerzetestársaival együtt már hosszú évek óta él Bakonybélben, és teszi mindezt az Istennel és a természeti környezettel harmóniában úgy, hogy nem elzárkózva, hanem teljesen benne él ebben a világban.

A bencés rend jelmondata:

Ora et labora, imádkozzál és dolgozzál. Ez a mondat nagyon jól kifejezi a bakonybéli bencés szerzetesek életformáját, amelyet áthat Isten közelsége, a test, a lélek, a szellem harmóniája.

HOGYAN ZAJLANAK A MINDENNAPOK A SZENT MAURÍCIUSZ MONOSTORBAN LAKÓ SZERZETESÉK SZÁMÁRA?

Akkor lássuk, hogyan alakul egy nap. A mi rendünkben, a bencés rendben mindenki akkor kel fel,

amikor szeretne, az első közös pont a reggeli imádság, ez 5:30-kor kezdődik. Ez egy hosszabb liturgia, amely olvasásból, csendes elmélkedésből és énekes imádságból áll, összesen mintegy két óra. Reggel 8-tól kezdődik a munkaidő. Az elején van egy megbeszélés, eligazítás, megtervezzük, milyen feladatok vannak. 12:15-kor van egy napközbeni imaóra, majd az ebéd. Utána kis pihenőidő, majd délután 2-től 5-ig ismét munkaidő. 5 órakor kezdődik a vesperás, utána egyéni idő. A kompletórium 20:30-kor van, utána még lehet olvasni, imádkozni, de ezt ésszerűen tesszük, hiszen másnap is fel kell kelni. Általában tíz óra körül nyugovóra tér mindenki.

A munka számunkra valódi munkát jelent. Ugyanúgy működünk, mint a monostor falain kívüli gazdaság szereplői: bejegyzett cég vagyunk, kertet művelünk, termékeket állítunk elő, vendégeket fogadunk, szálláshely vagyunk – mindehhez itt vagyunk mi, szerzetesek, és vannak világi alkalmazot-

való előkészítését is mi magunk végezzük. Ezen kívül a környékbeli erdőkből, mezőkről szintén gyűjtünk be és dolgozunk fel növényeket. Nyáron az egyik legnagyobb munka a levendula szüretelése, az ilyen munkákat mindig közösen végezzük, ebből mindenki kiveszi a részét. Ilyen nagy munka még a tűzifa felaprítása és berakása vagy a gyomlálás. Ezek a közösen végzett munkával telt napok nagyon értékesek, egy ilyen nap többet ér öt meetingnél. A munkánkba nemcsak a kert művelése tartozik bele, hanem az ajándékbolt, kávézó, webáruház üzemeltetése, illetve van olyan rendtársunk, aki hagyományos technikákkal műtárgy-másolatokat készít és lelkigondozással is foglalkozik. Szálláshely is vagyunk. A régi kasszinó épületének padlásán zárán-dokszállás kapott helyet, de egy évek óta bejáratott vendégházunk

is van – ez egy színvonalas, családias szálláslehetőség, ami sokszor egész nyárra előre le van foglalva. A vasárnap nálunk is más, mint a többi nap, mert ilyenkor szentmise van, és jut idő a pihenésre, feltöltődésre, közös időre: együtt sportolunk vagy filmet nézünk, társasjátékozunk, beszélgetünk.

Visszatérve a közösségre, a bencés rend monasztikus rend, a belépő szerzetes nemcsak engedelmességet fogad, és nemcsak magához a rendhez köteleződik el, hanem ez a fogadalom a fizikai helyhez is köt bennünket. Ez azt jelenti, hogy a bencés közösség tagjai normál esetben életük végéig együtt élnek. Ezért fontos szá-



munkra, hogy ez a közösség olyan legyen, amiben jól érezzük magunkat, sőt, mi több, nekünk tulajdonképpen ez a családjunk, így fontos, hogy szeretet legyen közöttünk. Sokan már évek óta együtt éljük a mindennapjainkat, megszoktuk már egymás tulajdonságait, az egésznek van egy dinamikája, amit a monostoron kívül élő emberek a családjukból ismernek. Ha új tag jön közénk, az mindig „megmozgatja” egy kicsit a közösségünket, egyúttal frissen tartja, és persze nehézségeket, kihívásokat is hoz. A 2000-es években nagyon kevés belépő volt, mintha hanyatlást éltünk volna át, de a 2010-es évek viszonylag több új belépőt hoztak. A sokáig öt tagú közösség mostanra nyolc tagúvá bővült. Ezt örömmel éljük meg, mert úgy érezzük, ez az életforma vonzó, s annak ellenére jönnek hozzánk új tagok, hogy nem igazán reklámozzuk magunkat.

ÉS HOGY HOGYAN LEHET MINDEZT ÖSSZHANGBA HOZNI A FENNTARTHATÓSÁGGAL?

Egy számomra kedves atya, Jálics Ferenc jezsuita szerzetes mondta egyszer: oda kell figyelni arra, hogy elegendő időnk jusson alvásra. Ezek után az elegendő testmozgás jön, ami nekünk a munkával tulajdonképpen megvan, de többen sportolunk is emellett, én például futok, de szoktunk focizni, úszni is. Az elegendő testmozgás után, a harmadik helyen jön csak az ima, Isten közelsége, ennek fontossága, utána pedig a munka.

Szintén a fenntarthatóság része az étkezésben való mértékletesség. A normál rendnek a napi háromszori étkezés számít, böjti időszakban, de azon kívül is dönthet a szerzetes arról, hogy kettő vagy egy alkalommal étkezik, illetve arról is, hogy a böjti fegyelem szerint leírta-kon kívül (hús, alkohol) még mitől tartózkodik. A mértékletesség az egy étkezéskor elfogyasztott étel mennyiségében is megmutatkozik, a szerzetes nem eszik többet, mint amennyire szüksége van.

Itt, az öreg fák koronája alatt mindig úgy tűnik számomra, mintha távolabb lennénk a világ zajától, és jóval közelebb Istenhez – olyan, mintha megállt volna az idő. Mellette pedig itt egy nagy gazdaság, aminek a vezetése komoly feladat. Épp a legutóbbi munkamegbeszélésen került ez szóba, amikor a gazdasági tanácsadónkkal beszél-

gettem, hogy egyik oldalon itt van a föld, a kert, a hagyományos művelési technikák, ez a voltaképpen ősi életforma, és a másikon pedig a high-tech, a legmodernebb eszközök, az internet... És a kettő közötti dolog szinte nincs is, csak ez a két véglet. Nehéz ebben benne lenni, nehéz ezt kezelni. De maga az önkorlátozás is a fenntarthatóság egyik fontos eleme. Ez komoly próbatétel például az internethasználatban, ezt mi, szerzetesek is tapasztaljuk. Régebben este, a komputertorium kezdetekor kapcsoltuk ki az internetet a házban, de rájöttünk, jobb lenne, ha már este 6 körül lekapcsolnánk, amikor a munkaidő véget ér. Nos, jó döntés volt, a gyümölcsöket nagyon is érezzük.

Kovácsné Széplaki Borbála

Fotók: Földházi Árpád

NÉVJEGY:

dr. Baán Zsolt Izsák

Született: Komló,
1978. november 16.

Rendbe lépés ideje:
2001. november 5.

Áldozópappá szentelés ideje:
2012. július 11.

AKI SZERET TÉGED....

...az mindennap arra törekszik, hogy boldoggá tegyen.

„Milyen világot szeretnénk továbbadni azoknak, akik utánunk jönnek, a felnövekvő gyermekeknek?”

Boldogabb jövőt – hangzik általánosságban a válasz. Mit jelent pontosan a boldogság, amire mindenki vágyik?

Például amit kívánunk egymásnak: Boldog Új Évet! A boldogságnak számos biológiai, pszichológiai, vallási és filozófiai magyarázata, vizsgálati szempontja létezik, amelyek megkísérlik a boldogságot megfogalmazni, illetve iránymutatást adni arra, hogy érhetjük el vagy honnan ered. Nem tisztem tudományos értekezést folytatni, úgyis mindenhol, még a csapból is ez folyik: ha megveszed, ha megteszed, boldog leszel, ha tiéd lesz, boldog leszel, stb.

Gondolkodj el egy pillanatra, mit jelent számodra boldognak lenni?

Mi a boldogság?

Érzed?

Tapasztalod?

Vágyakozol rá?

Mitől nem vagy boldog?

Mi jelent életed párjának ugyanez?

Hoppá, valószínűleg van különbség. Na, ebből, hogy lesz meg a mesék boldogságra vonatkozó végszava? Ki dönti el, hogy kinek kell feladni, átalakítani álmait, vágyait? Lehet-e a te boldogságod az én boldogságom? Összefügg-e az öröm a szeretet vagyok érzetével? Mitől leszünk MI boldogok? Tényleg boldogok leszünk, ha lesz házunk, gyerekünk, kutyánk/macskánk, alkalmunk wellness hétvégére, családi nyaralásra, egészségesek leszünk, sokat szexelünk? Ki veheti el boldogságunk? Lehet-e az egyik a házasságon belül boldog, akkor, amikor a másik boldogtalan? Gyorsan meg kell hallgatni erről egy barátnőt, anyut (aki elvált), barátot (aki azon gondolkodik,

hogy miért nem lett nő), papát, aki mérgében agyoncsapta feleségét, vagy megnézni egy filmet, blogbejegyzést stb. Jaj, hogyan lehet kiigazodni a zűrzavarban? Szétesik a fejünk. Kihez fordulhatnánk ebben a boldogság-cukormázzról szóló hírvilágban? Mindenhonnan ömlik ránk: boldognak kell lenni, úgy is kell viselkedni, ha nem érzed, legalább csinálj úgy, mintha boldog lennél, nehogy elrontsd boldogtalanságod megélésével mások boldogságát. Lehet így élni? Kell így élni?

Kedves Jegyesek, ti a Katolikus Anyaszentegyház tanítása szerint kívántok házasságra lépni, ezért érdemes átgondolni, hogy vajon mit mond az Egyház arról, hogyan lehetek boldogok életetek során. Az *Isten nem halott 2* című filmben az egyik szereplő boldogtalanságában megkérdezi a főhóst: „Önt soha semmi nem töri össze? Hogyan csinálja?”, a főszereplő ennyit mond: „Jézus”. Tényleg elég, hogy hiszek Istenben, innentől kezdve enyém a pálya, boldogan élünk, míg meg nem halunk? Mi van azokkal, akik nem tudnak még ennyire hinni Istennek? Azok nem lehetnek boldogok? „... az Egyház az isteni kinyilatkoztatás alapján állítja, hogy Isten az embert a földi nyomorúság határain túli, boldog célra teremtette.” De hogyan? Bár a Szentírás több mint száz ún. „boldogmondást” tartalmaz, gyakorlatilag semmit nem mond a „boldogságról” magáról, annál többet boldog emberekről. A Szentírás alapján a boldogság az Istennel való kapcsolat rendezettségének következménye. Azonnal beindul az



agyi verkli, hogyan lehet rendezett kapcsolatban lenni Istennel. Egyháznak van erre a fenti idézet szerint „törekvés csekklistája”: gyónás, áldozás, ima, bűnre vezető alkalmak elkerülése, szentségi házasság stb. A házasságkötéskor mondott eskü szövege szerint: „... szeretetből vetelek el feleségül / mentem hozzád férjül..., Isten rendelése szerint, az Anyaszentegyház törvénye szerint, és téged el nem hagyok, holtomiglan-holtodiglan semmiféle bajban”. Ennyi! Ha ezeket megcsinálom, boldog leszek? Sejtjük a választ: a Szentírás nem recepteskönyv, amit csak fel kell csapni, összekutyulni



Boldogok azok, akik Istent keresik, mert megtalálják. A boldogság Isten ajándéka, áldása a benne bízó ember számára. Húha, akkor nincs válasz a kérdésekre? Nem elég bizonyos dolgokat megtenni, keresni Istent, felesleges ábránd csupán a boldogság? Emberek sokasága élte már meg itt a földön is a valódi boldogságot, még ha emberi szemmel reménytelen, nehézségekkel, betegségekkel és folytonos kritikának voltak is kitéve. Vannak köztük olyanok, akiket népi kegyelet és emberemlékezetet meghaladó kultusz övez, de köztük vannak a hétköznapok ismeretlen hősei és szentjei, a mindennapok vértanúi és Istenbe merült misztikusai is. Tehát van remény. Szeretném kérni, hogy most gondolatok egy boldog emberpárra. Több minden járult hozzá ezeknek az embereknek a boldogságához, de biztos vagyok benne, hogy három képesség mindenképpen ott volt. Ezek az emberek hosszú együtt töltött évek után is ÉSZREVETTÉK és ÉRTÉKELTÉK, hogy mit tesz értük a társuk és EGYÜTT-ÉREZTEK vele. „Az együttérzés nem egyfajta jámborkodó érzés, hanem új kapcsolatteremtés a másikkal. Magára veszi a másik gondját irgalmas szamaritánusként és nem fordítja el a fejét a másik fájdalmas látványa előtt (...semmiféle bajában)”. Mi kell hát a házasságon keresztül megélt boldogsághoz: VEDD ÉSZRE, mit tesz érted férjed/feleséged. Ne arra figyelj, hogy mit nem tesz meg,

arra koncentrálj, hogy mit igen. A kapcsolat kezdetén ez még könnyű, észreveszünk minden apró gesztust és boldogan megköszönjük a csokit, kávé, virágot, jó szót stb.; a felmagasztalás pillanatait éljük. Sokszor nem értjük, a környezetünk vajon miért nem látja és ismeri el szerelmünk csodálatos, ügyes, okos, talpraesett, házias, stb. voltát. Később ez elsikkad. Az ellaposodás idején már nem tesszük meg a napi találékony szeretetgesztusokat és azt várjuk, hogy továbbra is minden a legnagyobb rendben menjen. (Ha Isten úgy akarja c. film szól erről, rendező: Edoardo Maria Falcone). Hogyan teheti boldoggá a másikat bárki, amikor éppen nehéz spontán kimutatni a szeretetet, erre ad választ a Szeretethimnusz a Szentírásban:

„A szeretet türelmes, a szeretet jóságos, a szeretet nem féltékeny, nem kérkedik, nem is kevély. Nem tapintatlan, nem keresi a maga javát, nem gerjed haragra, a rosszat nem rója fel. Nem örül a gonoszságnak, örömet az igazság győzelmében leli. Mindent eltűr, mindent elhisz, mindent remél, mindent elvisel. A szeretet nem szűnik meg soha.”
(1Kor 12,30–13,13)

Kitartást kívánok az arra való törekvéshez, hogy hosszú éveken át boldoggá tudjátok egymást tenni!

LPS

a Boldogság c. részben foglalt cselekvéseket, be kell tartani a szabályokat, és hipp-hopp, máris boldogok leszünk. Hiszen tudjuk, hogy sokszor nem vagyunk hajlandóak betartani a szabályokat, uralkodni magunkon és elbukunk: kiabálunk, ígéretünk, becsapjuk a másikat, féligazságokat közlünk, követelőzünk, vádolunk, féltékenykedünk, ezzel megbántva a társunkat. Ilyenkor hogyan lehetünk mégis boldogok?

A Szentírás nem arra ad választ, hogyan érezheti magát a jelenben valaki boldognak, hanem Isten jelenlétéhez, áldásához kapcsolja a boldogságot.



A HIT SZÁMOMRA NEM SEGÍTSÉG HANEM MAGA AZ ÉLET...

Interjú Folly Rékával

KÉRLEK, MUTASD BE A CSALÁDOTOKAT!

Badacsonyan nőttem fel, vallását gyakorló katolikus családban három testvéremmel együtt. 2001-ben mentem férjhez a bátyám akkori legjobb barátjához, pannonhalmi osztálytársához, Werner Péterhez. Három gyermekünk van: Fülöp 2002-ben, Kinga 2004-ben, Dénes 2006-ban született. Én korábban fogorvosként, férjem közgazdászként

lettek. Elvégeztem a fogorvosi kart is, mert a családi életet nehezen látam összeegyeztethetőnek az általános orvosi pálya munkarendjével. Itt szeretnék szólni a most otthon lévő kisgyermekes édesanyákhoz: ne aggodalmaskodjanak, mint én annak idején, hogy mi lesz a karrierjükkel! Mindennél fontosabb a családi összhang, a békés otthon, amit mi, nők tudunk varázsolni. A munka



dolgozott. Az arborétumot közösen vezetjük, együtt irányítjuk mintegy 50 kollégánk munkáját.

HOGYAN KERÜLTETEK AZ ARBORÉTUM „KÖZELÉBE”? MIÉRT HAGYÁTOK OTT A FŐVÁROSI ÉLETETEKET?

Gyerekkoromban az apai nagymámánál itt, Badacsonyorsön töltöttem több nyarat. Az arborétum az ősök emlékét, az általuk képviselt értékeket, a kitartó odaadást és a hitet képviselte számomra, de soha nem merült fel, hogy az arborétum jelentse a jövőmet. Először általános orvostudományi karon végeztem 2001-ben Szegeden, és nagyon vágytam az egészségügyben dolgozni, de az életem más irányba indult el. Férjhez mentem, gyermekeim szü-

világában kiteljesedni később is lesz idő és lehetőség!

Tíz éve, édesapám kérésének eleget téve költöztünk haza Budapestről férjemmel és a gyerekekkel, azóta vezetjük az arborétumot. A fő motíváció az volt, hogy ne vesszen el az ősök munkája, hogy édesapám láthassa még életében: van folytatás. Budapesten sok szempontból könnyebb és kényelmesebb életünk volt, oda születtek a gyerekek, és kialakult kapcsolatrendszerünk, baráti körünk volt, ez természetesen teljesen megváltozott a költözéssel.

SEGÍTETT-E A DÖNTÉSBEN, ILLETVE KÉSŐBBI ÉLETETEK SORÁN A HIT?

A hit számomra nem segítség, hanem maga az ÉLET, de nem volt

mindig így. Belenevelődtem a katolikus hitbe, a szép családi életbe, az ünnepekbe. Stabil háttér és meleg családi fészek vett körül; most, felnőttként látom igazán, hogy ez mennyire fontos. De azt csak most tapasztalom, hogy ezt milyen nehéz megteremteni, pláne a felnövekvő kamaszainknak! A személyes hitemet felnőttkoromban találtam meg, vagy inkább Isten kegyelméből „egyszer csak” megszületett bennem. Nehezen megfogalmazható, de azóta mindent meghatározó biztos tudatosság.

AMIKOR ÁTVETTÉTEK AZ ARBORÉTUM ÜZEMELTETÉSÉT, TELJESEN A SAJÁT UTATOKON INDULTATOK EL? MI VOLT A VEZÉRLŐ ELVETEK?

Az arborétum családi örökség, amit értéknek tartunk, és természetes, hogy tovább műveljük, ápoljuk, szépítjük, és bővítjük. 10 évvel ezelőtt egy 10 hektáros, méltatlan állapotban lévő, infrastruktúra nélküli vidéki birtokot örököltünk, ami sok kiadást jelentett az erkölcsi dicsőségen kívül. Ettől függetlenül óriási energiával láttunk munkához. A Folly Arborétumban ma már nemcsak a máshol nem látható, egyedi növények megismerésére nyílik lehető-

ség, hanem kertünk alkalmas családi és közösségi élmények megélésére, a természettel való „aktív” kapcsolat létesítésére is. Igyekszünk elől járni a kertturizmus magyarországi meghonosításában.

MI VÁLTOZOTT AZ ÉLETMÓDOTOKBAN, SZEMLÉLETMÓDOTOKBAN AZ ARBORÉTUM ÁTVÉTELE ÓTA?

A szemléletmódunk alapvetően nem változott, az életmódunk annál inkább. Itt vidéken egy kicsit magányosabb élet, a leköltözés után hiányoltuk a megszokott környezetünket, a barátainkat. Nehezen találtunk megfelelő iskolát, a templomban gyakorlatilag az egyetlen fiatal család voltunk. 2010-ben a férjem még



Budapesten dolgozott, hetente többször ingázott, én pedig itt voltam két ovisal és egy kisiskolással, meg a birtokkal, ahol gyakorlatilag minden új volt. Nagyon nehéz volt, és ha tudtam volna mi vár, biztosan nem merek belevágni. Megerősítette a házasságunkat, de a gyerekeinktől sok szemrehányást kaptunk, amiért otthagytuk a nagyvárost. Őszintén remélem, hogy később majd megértik az okokat!

ÁT TUDTÁTK ADNI GYERMEKEITEKBEN A SZEMLÉLETMÓDOTOKAT? LESZ MAJD, AKI TOVÁBBVISZI MAJD AZ ARBORÉTUMOT?

Egyelőre még nem tudom, hogy ez mennyire sikerült. Az arborétum és az arra épülő vállalkozás irányítása egy nehéz és komplex feladat, ami nagyívű döntéseket, komoly pénzügyi tudást, nagy munkabírást igényel. Erre majd maguknak kell jelentkezniük, de ez még odébb van. Úgy vélem, rajtunk áll, hogyan adjuk át a következő nemzedéknek ezt az örökséget: ha ez egy vonzó modell lesz, akkor biztosan lesz folytatója a munkánknak.

AZ ARBORÉTUM SZOLGÁLTATÁSAINAK KIALAKÍTÁSA SORÁN MENNYIRE TUDTOK FIGYELNI A TERMÉSZETVÉDELEM SZEMPONTJAIRA?

Természetesen a mindennapi működés során is odafigyelünk a környezetünkre: szelektíven gyűjtjük a szemetet, újrahasznosított papírból készült termékeket használunk az irodában, a konyhában és a mosdókban is. Éttermünkben és a grillterazon repoharakat használunk frissítőink kínálására; szörpjeink alapanyagainak nagy részért mi magunk termeljük meg, a többit megbízható kistermelőktől igyekszünk beszerezni. De a környezettudatosság a kert gondozásában is megjelenik. Úgy gondolom, hogy az a minőségi környezet, amelynek megteremtésén és biztosításán nap mint nap dolgozunk kollégáimmal, szintén érték közvetítő és szemléletformáló erővel bír. Ügyelünk a természetvédelem szempontjaira, de véleményem szerint a természetnek nem kell alárendelni magunkat, hanem azal egyensúlyban kell élnünk.

A BORÁSZATBA MIKOR ÉS MIÉRT VÁGTATOK BELE?

A jelenlegi birtok területén a mi családunk előtt is szőlőtermesztés volt a jellemző, a fák helyén szőlőültvények voltak. A jelenlegi borászat alapítását szépapánkhoz köthetjük, aki a XIX. század közepén vette meg

a jelenlegi arborétumot is magában foglaló birtokot, de tudjuk, hogy előtte Esterházy Károly birtoka volt, aki szintén szőlőt termesztett és borászkodott itt. Sok éven át a megtermelt bort folyóborként adták el felmenőim; mi voltunk azok, akik először a 2011-es évjárat borait 2012-ben palackos borként piacra dobtuk. A szőlészetben, ahol 14 hektár szőlőt művelünk, profitot kell termelni, mert egyik fő bevételi forrásunk az eladott borból származik, ebből kell fenntartanunk a kertet.

MIRE VAGY A LEGBÜSZKÉBB AZ ARBORÉTUMMAL KAPCSOLATBAN?

A legbüszkébb arra vagyok, hogy a nagyszüleimnek a kommunizmus idejében – annak ellenére, hogy életük teljesen ellehetetlenült – maradt energiájuk arra, hogy ne hagyjanak fel a telepítésekkel és továbbfejlesszék a kertet. Büszke vagyok édesapámra, aki látta, hogy a szülei mennyit szenvedtek, és tudva, hogy mekkora érték ez a kert, nagyon sok munkát áldozott arra, hogy visszaszerezhesse, és a rendszerváltozás után vissza is vásárolta a területet. Számomra az ő példájuk az érték. Őket minden eszközzel próbálták elhallgattatni a világlátásuk miatt, mégis megmaradtak a hitükben és a gyerekeiket is eszerint nevelték.

VÉGÜL ÁRULD EL, MELYIK NÖVÉNYETEKRE VAGY A LEGBÜSZKÉBB?

Az öt hektáros területen ma a világ csaknem négyszázféle fenyőjét, köztük a világ összes ciprusát, és a 25 féle cédrusának is mind a négy alfaját megtalálják a látogatók. Nemzetközi szinten is kiemelkedő a boróka-gyűjtemény. Nehéz a választás, de talán a kert egyik legidősebb fáját emelném ki, azt a szír borókát, melyet 1905-ben ültetett el dédapám. Büszke vagyok az Öregarborétum összes növényére is, hiszen a kertnek ezzel a több, mint 100 éves szeptével érdemeltük ki a Nemzetközi Dendrológiai Társaság szakmai figyelmét is.

Hrabovszki Cecília

„...HOGY MŰVELJE ÉS ŐRIZZE MEG”

Napjainkban egyre inkább az látható, hogy az ember a maga uraként, belátása szerint gazdálkodik a teremtett világ javaival. Nekünk, embereknek rá kellene ébrednünk, hogy életünk színtere Isten csodálatos alkotása, amelyben központi helyet foglalunk el.



ELFELEJTKEZTÜNK ARRÓL, HOGY A FÖLD ISTEN TULAJDONA, és éppen ezért nincs jogunk arra, hogy a ránk ruházott hatalmunknál fogva visszaéljünk a természet adta lehetőségekkel.

Fontos, hogy tudjuk felfedezni a teremtés létfontosságát, és tudjuk megőrizni a világot az eljövendő nemzedék számára.

A természet teremtett csodáit meg kell óvnunk, ha azt szeretnénk, hogy a jövő generációja is ezen a bolygón éljen. Háromgyerekes édesanyaként és katekétaként szem előtt tar-

tom, hogy a gyerekek megértsék, a teremtett világot ajándékba kaptuk, amire vigyáznunk kell. Éppúgy, mint az iskolában, úgy otthon is ösztönzöm a gyerekeket a világ szépségének tudatos felfedezésére, csodálatára és védelmére.

A környezeti nevelés a családban kezdődik, mert a mi példamutatásunk szerint fognak később ők is cselekedni. A legjobb módja, hogy gyermekünk megtanulja értékelni, tisztelni a természetet, és legfőkébb mindezekért hálát adni a Mennyei Atyának, ha kimegyünk velük a szabadba. **„Áldott légy Uram, S minden alkotásod!”**

Pár évvel ezelőtt gyermekeim mindig „Zanyának” szólítottak, így jött az ötlet, hogy a nyári táboraimat Zanyatábornak nevezem el. Eleinte csak saját gyerekeimnek szerveztem, aztán egyre többen szerettek volna csatlakozni hozzánk a környező településekről. Célom elsősorban az, hogy a gyerekek megtanulják felfedezni a teremtett világ szépségeit és ezért hálát adni a Teremtőnek. Szeretném rávezetni őket arra, hogy nem elég csak csodálni a körülöttünk lévő világot; ha azt szeretnénk, hogy az unokáink is itt éljenek, tenni is kell valamit érte. Tudomásul kell vennünk, hogy életmódunk felborítja a Földön uralkodó törékeny egyensúlyt. Ilyen a környezetszennyezés, a hulladékhalmozás, a természeti



erőforrásaink kimerítése, vagy az egyre nagyobb szakadék a szegények és gazdagok között. Ezért fontosnak tartom, hogy már kis korban találkozzanak a fenntartható fejlődéssel. Azok a gyerekek, akik nyaranta részt vesznek a „Zanyatábor”-ban, megismerkedhetnek a ház körüli állatokkal és a felelős állattartás rejtelseibe pillanthatnak bele. Sokat túrázunk, közben pedig rengeteg gyógynövényt ismerhetnek meg, és azt is megbeszéljük, hogy mi mire való. Kertészkedés közben





Idén másodszor rendeztem meg lakóhelyünkön a 72 óra kompromisszum nélkül elnevezésű szociális önkéntes akciót, amelyet a három történelmi egyház szervez és egyszerre szolgálja a fiatalok aktivizálását és az ökumenét. Ez egy olyan országos szociális önkéntes akció, amely a fiatalság összefogására hívja fel a figyelmet, hogy együtt tegyenek másokért, környezetükért. Ilyen munka például a virágültetés a köztereken, szemétszedés, vagy a temetőben a lehullott levelek összegereblyézése. Amire nagyon büszke vagyok, hogy a csapat tagjai nemcsak ezeken a napokon, hanem például a vírushelyzet alatt is felajánlják segítségüket, időseknek vásárolnak vagy akár fát hordanak. Ezek a gyerekek összetartanak, elkötelezettek, lelkesek és nem vészett még ki belőlük a segítőkészség.

megtanulják a komposztálás alapjait, megtudják mi az a biokertészkedés, és a termelői piac. Mindezt persze sok-sok játékkal, tapasztalatszerzéssel, miközben észre sem veszik, hogy tanulnak. Az elmúlt években a víz, az energiatakarékosság, a szelektív hulladékgyűjtés vagy a környékbeli szemétszedés volt a központi téma. A táborok célja, hogy a gyermekek ráésszámoljanak arra, környezetünket óvni és védeni kell, hogy sokáig ilyen csodálatos helyen élhessünk.



Fontos, hogy ne csupán együtt dolgozzanak, hanem közösségként tudjanak együtt lenni, mert így megtapasztalhatják, hogy együtt nagy dolgokra képesek és másoknak segíteni nagyszerű érzés. A hit lényege a szeretet, amely nem csupán érzés, hanem cselekvés is: másokhoz való segítő odafordulás.

Kristály Katalin
hitoktató



IMA FÖLDÜNKÉRT

Mindenható Isten,
te az egész világmindenségben,
de legkisebb teremtményedben
is jelen vagy,
és gyengéd szeretettel veszed
körül
mindazt, mi létezik.

Öntsd belénk szereteted erejét,
hogy óvjuk az életet és a szépséget,
tölts el minket békével,
hogy fivérként és nővérként éljünk,
és ne ártsunk senkinek!

Szegények Istene,
segíts, hogy megmentünk azokat,
akik e földön magukra hagyva és elfeledve élnek,
de akik oly értékesek szemedben!

Gyógyítsd meg életünket,
hogy védelmezői legyünk a világnak,
ne kifosztói,
a szépség terjesztői legyünk,
ne a szennyezés és a pusztításé!

Érintsd meg azok szívét,
akik csak haszonra törekszenek,
mégpedig a szegények és a föld kárára!

Taníts meg, hogy felfedezzük minden dolog értékét,
hogy ámulattal tekintsünk rájuk,
hogy felismerjük: szoros egységben vagyunk
minden teremtménnyel
végtelen világosságod felé vezető utunkon!

Köszönjük, hogy mindennap ve-lünk vagy!

Kérünk, légy segítségünkre az igazságosságért, a szeretetért és a békéért folytatott küzdelmünkben!

A „Laudato si” enciklika záró imái:
(Török Csaba fordítása)

CSILLAGOK

Írta: Szabéniyiné Vrancsik Eszter

rajzolta: Burucs Barbara



Anya épp elővette a tegnapi begyűrt mézeskalács tésztát, hogy felmelegedjen és estére kisüssék a gyerekekkel. Ugyan még odébb volt Karácsony, de a hosszú, sötét esteken jó volt együtt serénykedni a konyhában. Ráadásul mindenki szerette a családban a díszítés nélküli mézeskalácsot rágcsálni. Ősz vége felé járt az idő, borongós, ködös reggelek köszöntöttek be a szünet után. Márti már a harmadik osztályt taposta. Derűs, jókedvű kislány volt, de ezen a délután feldúltan tért haza az iskolából. Anya megkérdezte mi történt, mire Márti előcsapta a füzetét és szipogva mesélte a történeteket.

- Tényleg nem hallottam, azt hittem csak gyakorlás. Meg se hallgatott a tanító néni! – vékonyka ujjával mutatta a lap szélén éktelenkedő fekete csillagot, s mellette a feliratot: „Csalt!”, közben keservesen sírt.

Anyukája komoran átölelte, s tovább kérdezte: Hogy történt? Márti szipogva folytatta:

- Billogtam a széken és rám szóltak, utána rendet raktam a tolltartómban

és láttam, hogy Kata írni kezdett, tollbamondás volt. Nem emlékeztem egy szóra, hogy kell írni és megnéztem a szókészletben, ami a padban volt. Aztán mérgesen jött a tanító néni és már firkálta is a feketét. Nem volt igazságos! Ha tudtam volna, hogy jegyre megy, nem néztem volna meg. Nem akartam csalni!

- Nincs mindig igazság az életben – szólalt meg anya megkönnyebbülve. – A csillag mindig jelent valamit. Ez most szerintem egy figyelmeztető csillag számodra. Jobban kell figyelned az órán!

- De te nem haragszol? – kérdezte Márti bűnbánóan. – Nem, de elszomorít, hogy figyelmetlen voltál. Beszéljünk inkább a csillagokról! Ha piros lenne, boldogan mutatnád, ugye? – Márti csak csendben bólintott. – Milyen lehet még egy csillag? – kérdezte anya.

- Lehet még pici, a csillagos ötösben! – vágta rá Márti lelkesen, mert bizony olyan is akadt az ellenőrzőben. – Igen, hol lehet még pici csillag? – mert anyának a sok, bankban kapott apróbetűs

papír jutott az eszébe. Kíváncsi szemek várták a választ.

- Amikor írunk valamit és fontos dolgot kihagyunk, ami már nem fér oda, azt megcsillagozzuk ott, ahol hiányzik, aztán csillaggal kezdjük a pótlást. Ezt úgy mondjuk, hogy megcsillagozzuk. Milyen csillagról tudsz még?

- Hát a sok fényes pont az égen! Olyan jó volt nyáron nézni őket! Emlékszel anya? Kiültünk pizsiben a teraszra, amikor nem tudtunk aludni, olyan meleg volt.

-Tényleg milyen jó volt! A csillagok most is ott fénylenek, csak nekünk van hideg kint ücsörögni. Azt tudtad, hogy régen a hajósok iránytűje volt a sok csillag az éjszakai égbolton? Nélkülük nem értek volna célba a nyílt tengeren.

- Félelmetes lehetett a sötétségben hajózni! Hogy használták a csillagokat?

- kérdezte Márti. Egy pillanatra anya elbizonytalanodott. – Bonyolult volt a navigáció, a csillagok távolságát és a pontos időt vetették össze, de kérdezzük meg majd apát!

- A Dávid-csillagról hallottál már? – a

lisztes deszkára anya lerajzolta, milyen. Ez a zsidó vallás szimbóluma, azaz jelképe. Két egymásba fordított háromszögből áll. Ugye milyen érdekes! Próbáld meg te is lerajzolni! -Márti ujjacskája girbegurba vonalakat húzott csillagot formázva, miközben anya folytatta: - Jézus is Dávid király nemzetségéből való zsidó ember volt. Ez a csillag Izrael zászlójának közepén is ott van kék színnel. A háború idején a zsidó származású embereknek ilyen csillagot sárga színben kellett viselni a ruhájukon, hogy gonosz szándékkal megkülönböztessék őket. Ez szomorú része a történelmünknek.

- Mondj még csillagot! Közeleg a Karácsony...

- Igen, a Betlehemi csillag! Ami a háromkirályokat vezette a Szent Családhoz! - Márti arca már ragyogott, nagyon szerette a Karácsonyt, s már nem csak

az ajándékokat várta, hanem az ünnep melegségét, a készülődést, az illatokat, a család közös örömét is.

-Hát persze! Ugye ez milyen fontos jel volt! Nekünk is segít figyelni arra, ami fontos számunkra. Szerinted Isten miért pont csillaggal mutatta az utat a Bölcseneknek? - kérdezte anya, miközben a tésztát nyújtották.

- Biztos ez volt kéznél. Meg éjszaka volt, és ezt könnyen meglátták - válaszolta Márti elgondolkodva.

- Igen, jó gondolat. A csillagokat mindenki látja, de senki nem éri el. S mivel az emberek nem tudják befolyásolni a járásukat, a Bölcsék bíztak bennük, követték az utat, amit jelölt. Próféták jövendölték, hogy nagy király születik azon az éjszakán. - Közben előkerültek a szaggató formák. A csörgő-zörgő fémalakzatokat válogatva Márti felkiáltott:

- Csinálok sok csillagot! Anya, ez lesz a FINOM csillag! - majd huncut mosollyal munkához látott. Szorgosan telerakta a tepsit sok formázott tésztával, anya pedig betette a forró sütőbe. - Vigyázzunk, oda ne égessük, csak egészen világos barnára kell sütni! - szólt anya, mire Mártinak az odaégett csillagok gondolatától eszébe jutott a fekete csillagja. A sütő elé kuporodva így szólt: - Majd én figyelek rá!

A mézeskalács illatára az egész család a konyhába csődült. Márti pedig boldogan osztogatta a testvéreinek a kóstolókat a forró kekszéből. Míg rágcsálták, tovább beszélgettek arról, kinek milyen csillag jut az eszébe.

Anya a Böbemama féle mézeskalácsot szokta készíteni...



NÉHÁNY ALAPTÉTEL AZ ANYAI ÉS APAI SZEREPRŐL

A Teremtő férfinak és nőnek teremtette az embert. (Ter 5,2.)



A nemek különbözősége akkor is megnyilvánul, amikor a nőből anya, a férfiből apa lesz. A társadalmi normák természetesen nagymértékben meghatározzák, hogy milyen viselkedés, beállítódás (attitűd) tartozzon egy-egy szerephez. Ezek a szerepelvárások idővel változnak. Mai világunk is sok ponton módosította a hagyományos szülői szerepeket, de maradt még több olyan tényező, amely örökérvényű, illetve amelynek a megváltoztatása, figyelmen kívül hagyása súlyos károkat eredményezhet. Örökérvényű például az, hogy a nők szülik a gyermekeket, s amíg erre a férfiak nem lesznek képesek, addig nem lehet összemosni, vagy egymással csereszabattossá tenni a szülői szerepeket! Bár – ha belegondolunk – erre régóta történik kísérlet, hisz már maga a „szülő” elnevezés alkalmazása az apákra vonatkozóan is ilyen, hisz a szó konkrét jelentése alapján csak az anyát nevezhetnénk szülőnek. Annyi engedélyt adhatunk a szóhasználatnak, hogy szerencsés esetben a férfi és a nő együtt szülik meg a gondolatot, hogy közös gyermeket szeretnének. Innentől kezdve azonban egészen különböző helyzetbe kerül-

nek. A fogantatás már kizárólag a nőben történik meg, amely azonnal számos biológiai változást indít el a testében. A férfi a megtermékenyítésből semmit sem érzékel, erről még egy SMS-beli értesítést sem kap. A nő viszont – optimális esetben – kilenc hónapig a méhében hordozza magzatát és a szülésig ketten szétválaszthatatlan egységet alkotnak.

Ha az anya várározással (várandós) éli meg ezt az időszakot és nem súlyos teherként (terhes), akkor olyan érzelmi többletrel tesz szert, amely révén képes lesz a gyermeke iránti feltétlen szeretetre. A szülés szintén női feladat, még az ún. „apás szülés” is. (Tapasztalatból tudom, mert a harmadik gyermekünk világra jövelekor jelen voltam, s bár a folyamat gyötrelmes volt, nekem semmilyen fizikai fájdalmat, megerőltetést nem okozott.) Aztán az újszülöttet táplálni kell! Megetetni az apa is tudja, de a szoptatásra csak az anya képes. A szoptatás révén a csecsemő nemcsak táplálékhoz jut, hanem az anyjával is szoros testi kontaktusban lehet. Közről hallhatja anyja jól ismert szívverését, érezheti bőre szagát, testmelegét,

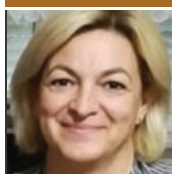
miközben a saját, érzékeny bőrét folyamatosan stimulálja az anyjával való érintkezés. Mennyi-mennyi közös élmény és egymásra hatás történik meg a csecsemő és az anya között, mire az apa bekerül a gyermek látóterébe! Ezért szoktam mondani a túlbuzgó apáknak, akik az anyai szerepben jól működő feleségüknél is jobb, fontosabb szülőjük akarnak lenni a gyermeküknek, hogy hiába versenyeznek, mert a jó anyák az apákkal szemben mindig kilenchnapos előnnyel rendelkeznek. (Persze, vannak olyan anyák, akiknek a hiányosságait többé-kevésbé az apák pótolhatják.) Ez az „előny” arra is lehetőséget ad, hogy az anya elköteleződése gyermeke iránt, már annak a világra jövele előtt elkezdődjön, létrejöjjön. Épp ebből fakad az anyai elfogultság és az a szeretet, amiért a gyermeknek semmit sem kell tennie. Az apa viszont először csak kívülállóként láthatja a gyermekét, akivel a kapcsolatát később, fokozatosan alakíthatja ki. Az apai szeretet tehát szükségszerűen feltételes, hisz sem a kialakulása, sem a fennmaradása nem következik be csak úgy magától, „öszönösen”. A feltétel nélküli anyai szeretet és a feltételes apai szeretet megkülönböztetése nem a mértékükre vonatkozik, hanem a minőség- és funkcióbeli eltérésekre. Egy kedvelt metafora szerint, miként a növény az (anya) földből sarjad és táplálkozik, úgy a gyermeket az anyai szeretet élteti, s míg a növény növekedését a Nap sugarai serkentik, addig a gyermek felfelé való törekvését az apai szeretetből fakadó elvárások terelgetik, ösztönzik. Ahhoz, hogy a csecsemőből jól működő, harmonikus felnőtt legyen szüksége van az anyai és az apai szeretetre! A szereposztásban bizonytalanok szülőket azzal szoktam bátorítani: jól van az „kitalálva”, hogy egy anyja és egy apja legyen a gyermeknek. S hát az („elég jó”) anyák manapság is a nőkből, míg a megfelelő apák a férfiakból lesznek.

Bálint Bánk

BEMUTATKOZNAK A LESZ SZAKEMBEREI

A Családpasztorációs Iroda által működtetett Lelkiegészség-szolgálat (LESZ) Dr. Fodor János plébános, családreferens, családterapeuta vezetésével működik. Alább a szolgálatban résztvevő szakemberek bemutatását folytatjuk.

Karácsonyiné Kiss Enikő szociális és okl. eu-i szociális munkás, képzésben lévő családterapeuta



Jelenleg az idősellátásban töltök be vezető pozíciót, de 15 éves szakmai munkám során mindig érdeklődéssel fordultam a családok problémái felé.

Elvégeztem a Családterápiás Egyesület elméleti és módszertani tanfolyamát, majd önismereti képzését. Magamhoz legközelebb állónak a pszichoszomatikus tüneteket mutató családokat érzem.

Sok család küzd azzal a problémával, hogy valamely tagja olyan egészségügyi problémákat mutat, melyre nincs orvosi magyarázat. Őket a családterápia segítségével lehet gyógyszer nélkül is meggyógyítani úgy, hogy feltárjuk a családban megbúvó problémákat, feloldjuk azokat, így a család megerősödése gyógyítólag hat a „betegként” kezelt családtagra.

Forduljon hozzám bizalommal: azonosítatlan egészségügyi problémák fennállása, gyermeknevelési gondok, a

szülői szerepben felmerülő kérdések esetén; amennyiben segítségre van szüksége a családon belül megjelenő konfliktusok megoldásában; ha nehezen küzdenek meg valamely élethelyzet, életszakasz nehézségeivel (pl.: kisgyermek a családban, kamaszkor, munkahely elvesztése, gyász, stb)

Elérhetőségeim (keszthelyi régió):
+36/305087091
eenko75@gmail.com

Nagy Nándor Richárd mentálhigiénés szakember, rk. pap



2014-ben, még a ciszterci rend tagjaként szenteltek pappá, Zircen. 2017 óta vagyok a Veszprémi Főegyházmegye szolgálataiban, jelenleg Devecser, Kolontár és Pusztamiske települések plébánosaként. Gyerekkorom óta meghatározó része volt az életemnek a hit, noha nem tradicionálisan vallásos családban nőttem fel. Nagy hatással először a zene volt rám, és talán ez volt az, ami az első és legszorosabb kapcsot képezte a hit, az Isten és köztem. 13 éves koromtól kántorként szolgáltam, és akkor még úgy gondoltam, hogy élethosszig tartó hivatásom is ez lesz. Már gyerekként, kamaszként érdeklődéssel figyeltem, hogy a körülöttem élő felnőtt hívek más és más módon beszélnek hitükről,

az Istennel való kapcsolatukról. Nagyon megfogott egyikük kijelentése: „az Isten jó barátunk”. Foglalkoztatott, hogy miért él különböző kép Istenről az emberekben. Ez indított el azon az úton, amely még ma is tart: a bennünk élő, belénk égett, vagy belénk nevelt istenképek megismerése, gyógyítása. Meghatározóak voltak számomra Gyökössy Endre könyvei, az ő meglátásai, mély istenhite, hitelessége. Papszentelésem után erősödött meg bennem az elhatározás, hogy elinduljak – immár sokkal céltudatosabban – egyfajta önismereti úton. Meggyőződésem, hogy másokon hitelesen segíteni tudó lelkipásztor nem lehet az, aki önmagát nem ismeri. Így döntöttem az egyéni önismereti terápia után a Semmelweis Egyetem mentálhigiénés képzése mellett, melyet 2018-ban végeztem el. Magamat továbbra

is elsősorban papként, lelkipásztorként határozom meg, aki igyekszik élni a mentálhigiénés ismeretek lehetőségével. Továbbra is a bennünk élő és éleltünkre, személyiségünkre ható istenképek megismerése, hitelesebbé tétele áll érdeklődésem középpontjában. Ha szentírási képpel akarnám illusztrálni, mit jelent számomra a mentálhigiénés szemléletű lelkipásztorkodás, leginkább Szent János evangéliumának 5. fejezetét említeném: feladatunk, hogy „emberei” legyünk egymásnak, akik a gyógyító Bethesda-fürdőbe segítjük azokat, akiknek – a Szentírás szavai szerint – „nincs emberük”.

Elérhetőségeim (ajkai régió):
+3630/3795542
nandorrichard.nagy@gmail.com

Önismereti csoport

A 2021 első negyedében tervezzük újra a következő spirituális önismereti csoport indítását! A jelentkezés előfeltétele egy előzetes személyes konzultáció, ahol ismerkedés és tisztázó kérdések mentén feltérképezzük, hogy megfelelő-e számodra az a fajta önismereti munka, mellyel itt találkozhatasz. Egy-egy csoport központi témá-

ja a jelentkezőkre lesz hangolva, így ami fő témát hoztok magatokkal, azokat próbáljuk egy csoportba összerakni. Emiatt is fontos az előzetes személyes konzultáció!

A 6-8 fős csoport hat hónapon át kéthetenként találkozik egymással három órás időtartamban. A személyes kon-

zultációra 2021 év elején kerül sor, időpont egyeztetése szükséges!

Elérhetőségeink:
+0630/8724413
mentallekigondozo@gmail.com

A NÖVEKEDÉST ISTEN ADJA

A természetet semmi nem tudja helyettesíteni, segítségével emlékezhetünk arra, kik vagyunk. A természeti környezet formál minket, megtanít arra, hogyan érdemes élni. Az interjúban megkérdezett fiatal házaspár, Sötét Máté és Anna mély hittel és a természet tiszteletével élik meg mindezeket.

MIT HOZZATOK OTTHONRÓL?

Máté: : Én Tapolcán nőttem föl, udvaros házban. Kiskoromtól fogva sokat jártunk édesapámmal a szőlőbirtokunkra és nagyszüleimhez a kertbe, illetve a családnak is volt kiskertje. Felmenőim világéletükben gazdálkodtak. Ez nekem nagyon tetszett, szívesen segítettem, már akkor nagyon érdekelt a mezőgazdaság.

Anna: Az én családom nem volt tősgyökeres falusi, két éves koromban költöztünk Budapestről egy Győr melletti faluba. Anyukám könyvekből és autodidakta módon tanulta meg, mit jelent kertészkedni, hogyan lehet a földből élelmiszert előteremteni. Ezt a nyitottságot az ismeretlen dolgokra és a vállalkozó kedvet én is örökölttem tőle.

HOGYAN ALAKULT EGYÉNI ÉLETUTATOK?

Máté: Hívő családban nőttem fel, az iskolaválasztásnál fontosabb volt a vallási szempont, mint a szakmai érdeklődés, így kerültem a Pannohalmi Bencés Gimnáziumba. Egy karizmatikus közösségben ismerkedtünk meg Annával.

Anna: Ezen kívül egyébként a bátyám Máté évfolyamtársa volt a bencés gimiben. Én az Apor Vilmos Katolikus Iskolaközpontba jártam, a családomban nálunk is fontos volt a hitben nevelés. 5 év udvarlás után Máté megkérte a kezemet. 2016-ban lediplomáztam építészmérnök BSC szakon, utána nyáron házasodtunk össze.

Máté: Én mezőgazdasági és élelmiszeripari gépészként végeztem. Egyetem után egy pincészetben kezdtem dolgozni, szülőhelyem közelében, a Balaton-felvidéken.



HOL ÉLTEK MOST?

Anna: Amikor esküvő után összeköltöztünk, egyértelmű volt, hogy a szőlőbirtok miatt Tapolca környékét választjuk.

Máté: Jóisten kegyelméből és a családjaink segítségével saját telket és egy kis házat tudtunk venni közvetlen a családi szőlő mellett. Fontos volt számunkra, hogy vidéken, kertés házban éljünk, ahol a természethez közeli életteret tudunk kialakítani majd gyermekeinknek.

MIT JELENT A TEREMTÉS-VÉDELME SZÁMOTOKRA?

Anna: Amikor a természettel, vagy bármilyen környezetünkkel való kapcsolatunkra nézünk, szerintem fontos, hogy nem várhatunk el többet a természettől, környezetünk-től, mint amennyit beleadunk. Néha érdemes végig gondolni, hogy földi életünk végén mit hagyunk majd itt magunk után. Itt nem csak arra gondolok, hogy mit örököl tőlünk a gyermekünk anyagi szempontból, hanem globális szinten milyen a lábnyomunk, milyen világot hagyunk rájuk. Tudnak-e majd gyermekeink úgy nézni rá, mint Isten csodálatos teremtésére, vagy csak

szeméthegeket hagyunk rájuk? Az a szemét, amit elvisz a kukásautó, a szemünk előtt eltűnik, de valahol megjelenik, ahol szennyez. Akarjuk-e növelni a szeméttelapaink méretét? És ha nem, mit tudunk tenni ezért?

MILYEN TUDATOSSÁGGAL ALAKÍTOTTÁTOK KI AZ ÉLETFORMÁTOKAT?

Máté: A hagyományos paraszti világban nem kifejezetten ismerték a szemét fogalmát, hiszen az eszközök jó része a természetből jött és többszöri újra használás után lebomlott. Az, hogy egy faluszéli természetközeli birtokon élünk, lehetőséget biztosít számunkra, hogy ezekhez a természetes dolgokhoz megpróbáljunk visszanyúlni. Részemről a gazdálkodás szeretete, a vetés, betakarítás, gondozás, állatnevelés, Anna részéről a hulladékcsökkentése és a természet dinamikájába való bekapcsolódás motivált minket arra, hogy életterületünk és napi rutinunkat minél környezetbarátabb módon alakítsuk ki. Először csak pár négyzetméteren kezdtünk kertészkedni, mára már házunk körül több mint egy hektár területet gondozunk tágabb családnkkal együtt. Mivel szőlőhegyen

vagyunk, a terület nagy része szőlő, aminek művelése szakmám és hivatásom, saját bort is készítünk. Miután otthonunkat belaktuk, apránként megteremtettük az állattartáshoz szükséges körülményeket is. Most már tojótyúkokat, hízócsirkéket, nyulakat és olykor libát-pulykát is nevelünk. A takarmány egy részét igyekszünk megtermelni, ahogy a háztartásunkba is sok saját termelésű alapanyag kerül.

Anna: Nem vagyunk teljesen önellátók, de igyekszünk a lehető legtöbb szükségletünket saját terményből, termékből fedezni. Örömmel tölt el, amikor egyszer-egyszer egy heti vagy egy ünnepi menüt csak saját alapanyagból el tudok készíteni.

Máté: Kiskertünkben termelünk borsót, répát, hagymát, krumplit, jobb években és kellő gondozás

Máté: Ennek az életformának több jótékony hatása is van. Azon kívül, hogy elfáradunk és jól alszunk, jót tesz a lelki egészségünknek is a szabad levegőn való ténykedés. Nem mellékes, hogy tudjuk, honét származik az ételünk, és megspórolunk rengeteg szállítási és csomagolási környezetterhelést is. Amit nem tudunk magunk előállítani, ott is igyekszünk minél környezet tudatosabb megoldást választani. Például bosszantóan sok volt a tejesdoboz a kukában. Némi gondolkodás és számvetés után termelői tej vásárlására váltottunk, amit erre rendszeresített üvegekben hozunk el. A PET-palackos ásványvizet szódásballonnal váltottuk ki.

Anna: Az eldobható műanyag pelenka helyett mosható használtunk már a kezdetektől fogva, aztán ec-zni kezdtünk. [Az angol elimination communication rövidítése. A módszer alapvetése az, hogy a csecsemő természetesen jelez az ürítés előtt. Ha a szülő ez dekódolni tudja, akkor képes időben reagálni a kisbaba jelzéseire. – a szerk.] Ez a csecsemők természetes vizelettartási ösztönén alapuló módszer, aminek jótékony hatása,

Anna: Nekünk ez azt jelenti, hogy terveink meghatározó része, hogy milyen termésekkel színesíthetnénk a kertünket, milyen termékekkel válthatnánk ki a boltban vásárolt csomagolt árukat. A tavalyi év egyik projektje volt például nálam a kovászolás megtanulása, sikerült egy olyan rendszert kidolgozni, amivel minden nap friss kenyér kerülhet az asztalra boltba járás nélkül.

HOGYAN ÉLITEK MEG MIND-EZT KÖZÖSSÉGBEN?

Máté: Gyerekkoromban sokszor dolgoztam édesapámmal és nagybátyámmal a szabadban. A közös munkák során sokat beszélgettünk és sokat tanultam tőlük. Ezt a lehetőséget szeretném megadni és továbbadni gyermekeimnek és az egész családomnak, ezért is fontos számomra ez az életforma. Bár olykor lehet ez magányos, csendes elvonulás, ugyanakkor fontos ünnepek a családban a szüretnek és egyéb betakarítások, idénymunkák, például szőlőfüzködés, tyúkvágás, ezek nagyon jó közösségi programok.

Anna: Számomra a tágabb család ilyesfajta együttműködése ismeretlen volt korábban. Amikor megismertem Máté családját, nagyon szimpatikus volt az az összetartás, ami főleg a mezőgazdasági munkák közös végzéséből fakadt. Máté nagyszüleitől sokat lehet tanulni arról, hogy mennyire kevés is elég a boldoguláshoz. Ezt a tudást tovább kell vinni, nem szabad veszni hagyni.

Amikor kapcsolatainkra nézünk, fontos hogy ne csak a szemmel látható kapcsolatainkra koncentráljunk, hanem vonjuk bele az Istennel való közösségünket. Ez praktikus azt jelenti, hogy amikor a földet műveljük, az állatokat gondozzuk, Isten teremtő művébe kapcsolódunk bele egymás szolgálataival. „Úgyhogy az sem számít, aki ültet, az sem, aki öntöz, hanem csak Isten, aki a növekedést adja. (1Kor3,7)”

Fekete Gyöngyi

mellett ezekből akár a teljes évi szükségletünket fedezni tudjuk.

Anna: Sőt, sokszor a tágabb családnak is tudunk belőle juttatni. De a termelés sikere nagyban függ attól, hogy mennyi időt tudunk ráfordítani főállásaink mellett, és hogy van-e kapacitásunk feldolgozni egy-egy dömping alkalmával a termést. Én a kertészeti kérdésekben szeretek innovatívan gondolkodni, a kertünk egy részét permakultúrás elvek alapján művelem. Ennek fontos része a háztartási hulladék komposztálása és az állati trágya hasznosítása. Előfordul, hogy újító törekvéseim zátonyra futnak, ilyenkor jól jön, hogy Máté kicsit visszafogottabb a reformok tekintetében, és a hagyományos művelési módszerek termése pótolja a kieső hozamot. A föld művelésével járó nehézségek ránevelnek bennünket arra, hogy a kevésbé tökéletes termést is értékeljük, hasznosítsuk.



hogy a baba igényeinek jobb kiismerése mellett a mosnivaló is kevesebb lett. A kisgyermekes életmóddal járó pelenkahegyekkel ezért mi nem is találkoztunk.

Máté: Életformánk kialakításában az is szerepet játszott, hogy itt a hegyen nincs szemétszállítás. Ezért kezdetektől fogva szelektíven gyűjtjük a hulladékot, hogy a lehető legkevesebb szemét kerüljön kommunális hulladékba. A környezetünk védelmében szerintem mindenkinek a saját következő kis lépéseit kell megtennie, a saját élethelyzetében.

AMI ÖSSZEKÖT

Látogatóban a szentantalfai Dobosi bio borászatot vezető Dobosi Győzőnél és családjánál.

Viszonylag korán érkezem Szentantalfára, a nemrégiben megnyitott Dobosi borászati központba, ahova a találkozót beszéltük meg Dobosi Győzővel és feleségével, Viktóriával. Még van időm kicsit szétnézni, sokféle színben pompázó szőlőültetvények mindenhol. Körbevesz a teremtett világ, ezt itt nem nehéz észrevenni. Ebben a környezetben könnyű ráhangolódni a beszélgetés fókuszára, mit jelent a biogazdálkodást végző család számára a teremtett világ kincseinek védelme, őrzése.

A CSALÁDNEVETEK SOKAK SZÁMÁRA ISMERŐS, HISZ BORAITOK NAGYON SOKFELÉ MEGTALÁLHATÓAK, ÖSSZEFORRT A BIOBORÁSZAT FOGALMÁVAL. UGYANAKOR ANTALFÁN NAGYON SOK DOBOSI ÉL, EZÉRT BEMUTATKOZNÁTOK RÖVIDEN!

Győző: Tősgyökeres antalfaiként és egy borász család sarjaként egy nagy szüreten találkoztam először Vikivel 6 évvel ezelőtt. Bár mindketten nagyon fiatalok voltunk még, de én akkor már tudatosan kerestem a jövőmbelímet. A lányokról, akikkel megismerkedtem egy kis naplót is vezettem. Vikiről, akivel a szüret után nem sokkal egy borkóstolón találkoztam újra, elsőre fel is jegyeztem, hogy nagyon helyes, kedves lány, de sajnos nem a szőlőbe való... A Jóisten másképp rendezte. Öt héttel később megkértem a kezét és egyből össze is házasodtunk, mert közeledett a borhét, a szüret...

Viki: Azt éreztük, hogy ez így jó, ez rendben lesz, és hogy ez az Úr akaratja is. De 20 évesen nem annyira gondolkodik az ember. Hittük, hogy Ő ott lesz és segít majd.

Győző: Igen, bíztam abban, hogy Viki Istenbe vetett hite, a közös értékrend jó alap lesz a házasságunkhoz.

Viki: A következő évben megszületett első gyermekünk, Annabella, ő



most 5 éves, a kisfiúnk, Eliot 3 éves és most várjuk a napokban a harmadik gyermekünket.

GYŐZŐ, TE ITT DOLGOZOL A CSALÁDI PINCÉSZETBEN, MELY KÖZTUDOTTAN BIOGAZDÁLKODÁST VÉGEZ, TALÁN AZ ELSŐK KÖZÖTT VOLTATOK AZ ORSZÁGBAN. MIT JELENT EZ NEKED?

Győző: A szüleim, Ilona és Dániel alapították 1988-ban a borászatot, de a család az 1700-as évekhez vezeti vissza a szőlővel való foglalkozást. 2000-ben édesapámnak ajánlották, hogy próbálkozzon meg az ökológiai gazdálkodással. Akkor még – nem titkolva – egy piaci rés betöltése volt a cél, inkább gazdasági érdek, semmint a fenntarthatóság volt az elsődleges. De nagyon hamar nyilvánvalóvá vált, hogy ez egy olyan szemléletváltást jelent, mellyel minden és mindenki csak jól jár. A felelős földhasználat, a vegyszermentesség mind a szőlőművelésben, mind a borkészítésnél ugyanolyan hasznos és előnyös a természetnek, ahogyan az embernek is: a földet nem használjuk, nem zsigereljük ki, csak annyit veszünk el belőle, amennyit természetesen adni tud; az embernek pedig egy vegyszerektől mentes, egészséges terméket kínálhatunk. Ma a „bio” már nem csak marketing, hanem tudatos földgazdálkodást jelent, ha szeretnénk 20-50-80 év múlva is itt szőlőt termelni.

Viki: De nem csak a vállalkozásban figyelünk a teremtett világunk védelmére, az egészséges és környezettudatos életmódra. Igyekszünk a lehető legtöbb dolgot helyben vagy a közelből beszerezni, ez főleg az ételmiszert jelenti. A faluban vannak, akik állatokat tartanak, tő-

lük vesszük a húst, a füstölt árut, a tejet, tejtermékeket. Mások zöldség- és gyümölcsstermesztéssel foglalkoznak, elteszik, befőzik a termést, abból jut nekünk is. Víz-takarékos szűrők vannak az otthonunkban felszerelve, kerüljük vagy csökkentjük a műanyag-felhasználást, például a szívószálat. Különösen fontosnak találom, hogy a gyerekek ne egyenek „vackokat”. Bár még kicsik, de sokat beszélgetünk velük arról, hogyan óvjuk a környezetünket.

EHHEZ A GONDOLKODÁS- ÉS VISELKÉDMÓDHOZ JÓ ALAPOKAT KAPTATOK A CSALÁDJAITOKBAN, HISZ MINDKETTEN NAZARÉNUS CSALÁDBA SZÜLETETEK, NEVELKEDTETEK. MIT ADOTT EZ NEKTEK ÉS MIT JELENT SZÁMOTOKRA A HIT?

Győző: Számunkra nagyon fontos, hogy egy közösséghez tartozunk, hogy legyen istenhitünk. Ez ma sokaknál nagyon hiányzik. De a legtöbben ezt nem érzik például azért, mert mindenük megvan, jó életük van. Ugyanakkor a fiatalok meg nem tudnak kapcsolatot teremteni, a fiúk nem tudnak udvarolni. Ezért lényeges elsősorban, hogy legyen lehetőség hasonló korú és értékrendű embereknek találkozni, beszélgetni. Ezért van fontos szerepük a kisebb közösségeknek, ahova lehet, hogy nagyon különböző emberek járnak, de a hitük összeköti őket. A nagyobb gyülekezeteknek is megvan a maguk jelentősége, de az nehézség, hogy nincs igazán idő egymásra. Épp csak annyit kérdezzük *Hogy vagy?*, de már lépünk is tovább. Nem könnyű észrevenni, ha valaki szenved, ha valami nyomja a

lelkét. Ezért jó, ha úgy épül fel az egyház, hogy vannak a családok, a családcsoportok és a kisebb-nagyobb gyülekezetek. Nekünk a közösségi élményt és a hitet megadta a nazarénus gyülekezet.

Nálunk nagyon sokféle szakma megjelenik, ezt most a gyakorlatban is jól tudtuk hasznosítani ennek az új birtokközpontnak az építéskor. Ez is erősíti az összetartozást, nekünk ez természetes. Ugyanakkor azt látni kell, hogy közülünk is sokan újabban kezdtek

adunk a napunkért. Nagyon figyelünk arra is, hogy a gyerekeink ne csak azt lássák, minden sínen van, könnyű életünk van, hanem azt is, ha nehézségekbe ütközünk. Lássák a hívó életünket is: nem kettesben „kiimádkozzuk” a megoldást a bajainkra, hanem velük együtt visszük Isten elé és kérjük az Ő segítségét, hogy vezessen bennünket.

Győző: Az én filozófiám az, hogy nem tudok borász lenni hétfőtől péntekig nyolctól négyig és nem lehetek hívó csak vasárnap. Ez egy csomag: a munkaidőben is hívó vagyok, közben apa is, ha ott van dolgom, hagyom a munkát és otthon segítek. Nem állítom, hogy ennek az egyensúlyát elértem, de ezzel kell megtanulni jól élni, és így tudunk egy biznyság lenni a világ felé is, hogy nemcsak vasárnapi valósággyakorlók vagyunk.

Az elköszönés után még egyszer végigtekintek a tájon és jó érzéssel nyugtázom, hogy minden olyan befogadhatóan emberléptékű körülöttünk: az épület, a szőlők, a lakó- és présházak. Létezik a boldogság akkor is, ha nem akarunk mindig többet, nagyobbat, újabbat. Ha merünk ráhagyatkozni a Mennyei Atyánkra, merjük elhinni az evangélium szavait:

„Mert aki kér, az kap, aki keres, az talál, s aki zörget, annak ajtót nyitnak. Bármit kértek hittel az imádságban, megkapjátok.”

(Mt 7,8; 21,22)

György Adrienn

visszatérni egy természetesebb életformához, amely 25 évvel ezelőtt még magától értetődő volt. A mi generációnkból többen újra kertet művelnek, állatokat tartanak, és ez nem egyszerű, mert a legtöbb dolgot újra kell tanulni. Szentantalfa szinte önellátó tudna lenni az év nagy részében, de még bőven úton vagyunk ebben.

ÖSSZEFOGLALNÁTOK RÖVIDEN, HOGYAN SIMUL EGYMÁSBA A CSALÁDOTOK, A MUNKÁTOK ÉS AZ ISTENBE VETETT MÉLY HITEK?

Viki: Mikor megszülettek a gyerekek, akkor úgy gondoltuk, hogy nem áll meg az élet és nem is csak körülöttük forog. Hamar belevontuk őket a munkánkba, ha utaznunk kell, visszük őket is. Utazás előtt mindig imádkozunk, minden este hálát

A NAZARÉNUSOKRÓL

A kisegyházak a reformáció korára vezethetők vissza. A lutheri és a kálvini irányzat után a reformáció harmadik irányának vagy radikális reformációnak is nevezik őket. A kisegyházi közösségek azonos jellemzője és a történelmi egyházaktól legszembevetőbb megkülönböztető jegye, hogy nem lehet beléjük születni, hanem felnőtt korban, tudatos döntés alapján válhat valaki bejegyzett tagjukká. A Krisztusban Hívó Nazarénus Gyülekezet a legrégebbi neoprotestáns közösség Magyarországon. E vallás alapjait S. H. Fröhlich svájci lelkész tette le a 19. század első felében. Magyarországon 1848 után virágzott föl a mozgalom Kalmár István és Hencsei Lajos miszsiói alapján. A tagok egyenjogúak, részt vehetnek a gyülekezeti tanácsokon, úrvacsorát vehetnek, tisztségük lehet. Közös föladatuk a testvéri közösség ápolása, alkalmazkodás a gyülekezeti rendhez, a közös anyagi terhek képesség szerinti enyhítése, azaz az önkéntes adakozás.

(Forrás: www.sulinet.hu)





ÁPRILY LAJOS

(1887-1967)

Életének nyolcvan évéből tizenkettőt szülőföldjén, az erdélyi Parajdon töltött.

Ott lett a természet rajongója és ott lett a természetben megtapasztalt hangok, színek és fények költője.

Bár Dante-rajongó volt és Párizsban megismerte a neves szimbolikus költőket, Baudelaire-t és Verlaine-t is, haláláig a Nap-himnusz költője, Assissi Szent Ferenc maradt az első számú kedvence. Szülőföldjének köszönhetette azt is, hogy természetszeretetét megőrizte a „világ megutálására” buzdító (feltehetően református) igehirdetés hallatán is. A „világmegvető” kereszténységre utal Szabó Lőrinc is *Materializmus* című versében:

„...s hol lássak szebbet, jobbat hol keressek,
mint a türelmes, tiszta anyagot,
amit a pap csak gyalázní szokott
s bántalmazni a tiszteletlen ember...”

Hadd jegyezzem meg, hogy a fenti két vers írója között hasonlóság az, hogy mindkettő megütközik a papvilág megvető stílusán, de ennél nagyobb a különbség: Áprily benthagyja a világot (természetet) Isten kezében, Szabó Lőrinc pedig kiveszi onnan; Áprily a Teremtőt imádja, Szabó a teremtményt.

De nem jobb a helyzet Adynál sem, aki (bizonyára egy rossz pillanatában) az *Isten, a Vigasztalan* című versében úgy szól Istenről, mintha ő „ujjlegyintéssel”, csak unalom-űzőnek teremtette volna a világot:

„Úgy forgatja a Mindenséget,
Mintha unott játékot űzne,
Egy-egy világot megfagyasztt
S ötöt-hatot hajít a tűzbe.”

Visszatérve a világmegvető keresztény gondolkodásra, szögezzük le, hogy ilyen létezett, de sose volt igazán keresztény. Eredete – többek között – abban is keresendő, hogy az Újszövetségi Szentírás, a szó-kincs viszonylagos szegénysége

miatt ugyanazt a „kozmosz” szót használja az Isten által teremtett, általa szeretett és megváltott világra és a Teremtője ellen fellázadt bűnös világra:

„Úgy szerette Isten a világot, hogy egyszülött Fiát adta oda, hogy aki hisz benne, az el ne vesszen, hanem örökké éljen.” (Jn 3, 16)

„Ne szeressétek a világot, sem azt, ami a világban van!” (1 Jn 2, 15)

Ha azonban tovább olvassuk Szent János levelét, világossá válik, hogy itt egészen más „kozmoszról” van szó, mint az evangéliumában: „mert minden, ami a világban (kozmoszban) van: a test kívánsága, a szem kívánsága és az élet kevélysége.” Erről mondja az Úr Jézus, hogy „legyőztem a világot” (Jn 16,33), arról pedig azt, hogy nem elítélni akarja, hanem üdvözíteni (vö.: Jn 3,17).

Ezt a két kozmoszt, sajnos mi papok is sokszor összekevertük annak ellenére, hogy a Biblia egészét ismerő hívő – legalábbis elvileg – nem eshetne ebbe a tévedésbe.

A hatnapos teremtéstörténet világosan kimondja, – hatszor egymás után – hogy Isten jónak teremtette a világot, amely nem egy rossz, vagy egy jó-rossz istenségnek köszönheti létét, ahogy vallották a platonizmus hatására a doketisták és a manicheusok. (Az Egyház mindkét szektát elítélte!) Az is egyértelmű, hogy Isten nem csak az ember lelkét akarja üdvözíteni, amint azt sugallták a „mentsd meg lelkedet!” lelkigyakorlatos plakátok. A vízözön után Isten nem csak Noéval és fiaival köt szövetséget, hanem „minden élőlényvel, amely velük van, a madarakkal, a háziállatokkal és a mező minden vadjával” is (vö.: Ter 8,9-10). Tehát Isten az egész embert szereti, méghozzá a környezetével együtt. Isten nem izolálja a lelket a testtől és nem izolálja az embert a környezetétől.

Amikor Jézus az ég madarairól és a mezők liliomairól beszél, szavai-ból a szeretet érződik (vö.: Mt 6,26. 28-30). Márk evangéliuma szerint a pusztába vonult Jézus „vadállatokkal volt együtt és angyalok szolgáltak neki” (Mk 1,13). Ezek a vadállatok már nem ellenségei a Megváltónak, hanem barátai. Az Ádám által elveszített édenkert Jézus által már kezd visszatérni a földre. Az Üdvözítő éppen azért jött, hogy az első ember által „sira-

ÁPRILY LAJOS: A CSAVARGÓ A HALÁLRA GONDOL

Uram, a tél bevert a templomodba.
Álltam vaspántos portádon belül
s ámulva néztem botra-font kezemre
sugárban omló fényességedet.
Térdelt a nép, én álltam egyedül,
úgy hallgattam, amit beszélt papod:
„Ez világot szívedben megutáljad
és úgy menj ki belőle meztelen –”

Uram, te ezt így nem akarhatod.

Tudom, hogy földed nagy területéből
egyetlen barlangod jutott nekem,
s megreng az is, ha viharod zenéje
végigrobajlik fenn a tölgyeken.
De ha tavaszod jó, enyém az erdő,
és jó hozzám az erdő: ennem ad,
rigószavaddal kelt a kora-reggel
s odvamba surran este sűnfiad.
Gazdám, a nyár, az ősszel hullt levéllel
új őszig minden gondot eltemet:
mezítláb járom harmatos meződet
s verőfényed fűrösztli mellemet.
S ha kóborolni küld a nyugtalanság
s nótázva fut mellettem patakod,
kurjantással köszöntöm kék lakásod,
s füttyörészem s Uram, te hallgatod.
Zöld asztalomon vadgyümölcs az étel,
otthon-kínáló tűz nem int felém,
de mondd, volt-e valaha szép világod
valakié úgy, ahogy az enyém?

Ha menni kell, vállamról rongy-ruhámat
egy rándítással elhullathatom,
saruim szíja sem marad velem.
Uram, utálni nem tudom világod,
de indulhatok, amikor kívánod,
igéd szerint: egészen meztelen.

lomvölggyé” tett édent visszaadja az embernek. Nem erre utalnak-e a jobb latornak a kereszten mondott szavai: „Bizony mondom neked, még ma velem leszel a paradicsomban” (Lk 23,43)?

De ha már a költőkkel kezdtük, fejezzük is be a költőkkel. Itt van nekünk József Attila, aki (jó pillanatainak egyikében) felismeri Istent, nem csak „roppant hegyei” teremőjeként, hanem úgy is, mint az „elfáradt bogarak” gondviselőjét, aki „nyitott tenyérrel, térdig csobogó nyugalomban” ott áll az útjuk végén. (Az idézetek az egyik *Isten* című versből valók.)

De ne feledkezzünk meg a pap-költőkről se, akik a természetszeretben méltó társai voltak Áprily Lajosnak. Mécs László egyik leg-híresebb költeményében egy öreg, félszemű emberrel barátkozik, aki ezt mondja neki: „Vadócba rózsát oltok, hogy szebb legyen a föld”. (Ez a vers címe is.) Sík Sándor természetszeretete nagyon sok írásából kiviláglik. Csak párat sorolok fel: *Halotti beszéd a mezei virágokhoz – Dáliák – Ökörfarkkóró – Emlékezés egy néhai ökörfarkkoróra – Ha jó a perc*. Ebből az utolsóból idézek pár sort:

„Ha jó a perc majd, amikor lezárul
Kalandos létem drága földi része
S a lábam alatt elsikló határu
Majd egyre vissza-vissza-visszanézek,

S visszanéz rám is és válni nem enged
Nagy életem tengernyi szépe, jója,
S még ember módra dobbanó szívemnek
Felsír utolszor halk gyászindulója:

Nem emberekhez száll majd szívverésem
(Már odaadtam szívemet nekik):
Engedj utolszor kismagadba néznem

Hadd lássa egyszer búcsúzó szemem még
A szőke pitypang szálló pelyheit
S a csillagok bizalmas végtelenjét.”

Biztos, hogy az Egyház nem fokozható le sem népjóléti intézménnyé, sem környezetvédő hivatallá, mégis öröndetes dolog, hogy Szentatyánk „Laudato si” kezdetű enciklikájában felhívta figyelmünket a természetszeretetre és a természet javaival kapcsolatos felelősségünkre.

Dr. Márfi Gyula ny. érsek

ISTEN AZ, AKI ÉRKEZIK...

Szombaton este Veszprémben a Szentháromság téren meggyújtották az első gyertyát az adventi koszorún. Dr. Udvardy György itt elhangzott gondolataiból idézünk.



Hiányzik a megszokás, amely az ünnepet előkészíti. Hiányzik az, ami bennünk a várakozást felszítja, és marad a lényeg: az Isten és az ember kapcsolata.

Nem könnyű ez, mert átéljük ebben a választott nép várakozását, gyötrelmét, az emberiség fájdalmát.

A mostani körülmények közepette, amikor szereteteinktől és a közös ünnepléstől távol készítjük lelkünket az Úr érkezésére, halljuk napról napra az aggasztó híreket, és látjuk mindazok munkáját és gyötrelmét, akik az egészségért és az életért küzdenek, ezért könnyű úgy gondolni – mint ahogyan az emberiség számtalan pillanatában gondolta –, hogy Isten nincs is, vagy, ha van, távol van, és nem érdeklí, mi van az emberrel.

Elvész a remény, azonban az advent a remény újjáélesztésének ideje.

ISTEN AZ, AKI ÉRKEZIK, ISTEN AZ, AKINEK FONTOS AZ EMBER ÉS KÜLDI A FIÁT.

Isten az, aki a fia megtestesülése által megadja az erőt, hogy új módon ünnepelelhessünk, új módon bízunk az Istenben, az ő jövőjében, amiben benne van az ember.

A gyertyaláng, ami majd itt lobog, erősítse a város lakóit, a fiatalokat, időseket, a családokat, tanárokat, orvosokat és ápolókat. Erősítse a remény ébren tartásában. A gyertya lángja az isteni reménynek a jelenlétét erősíti bennünk!

ORVOS-TÓTH NOÉMI:ÖRÖKÖLT SORS

Családi sebek és a gyógyulás útjai

„Isten mindennap ad nekünk egy pillanatot, amikor megváltoztathatunk mindent, ami boldogtalanná tesz. S mi mindennap úgy teszünk, mintha nem vennénk észre ezt a pillanatot, mintha nem is létezne, mintha a ma ugyanolyan lenne, mint a tegnap, és semmiben sem különbözne a holnaptól. De aki résen van, az észre fogja venni a mágikus pillanatot. Bármikor meglephet minket: reggel, amikor bedugjuk a kulcsot a zárba, vagy az ebéd utáni csöndben, és a nap bármelyik percében, amelyik nem látszik különbözőnek a többitől. Mert ez a pillanat létezik, és ebben a pillanatban a csillagok minden ereje belénk száll, és segítségükkel csodákra leszünk képesek.”

Fiatal pár ül nálam. Percek óta ingerülten vitatkoznak, a légkör egyre feszültebb. A férfi szeme sarkában egy könnycsepp jelenik meg. A felesége észre sem veszi, bőszen sorolja a sérelmeit. Megállítom, és megkérdem tőle, mit lát a férjén, és mit gondol, hogy érzi most magát a párja. Honnan tudjam? – kérdez vissza. Tipikus helyzet. Sajnos. A párkapcsolati konfliktusok java része ilyen meg nem értésekből áll össze. Sok pár él úgy együtt, hogy a másik belső világa teljesen idegen, ismeretlen terep számukra... valójában ön- és emberismeretről van itt szó. Ha értem önmagam és értem a másik embert, mert rá tudok csatlakozni az ő mikrokozmoszára, akkor sokkal kevesebb konfliktusra kerül sor kívül és belül egyaránt. Hiába derítjük ki okos tesztekkel a párunk szeretet-nyelvét, ha egyébként fogalmunk sincs arról, hogy éppen milyen állapotban van, amikor hazaér. Ennek a kapcsolódási, érzelmi állapotbeli, elmeolvasási képességnek az elsajátítása és gyakorlása nélkül a szülő nem képes a gyermekét értelmezni, a gyerek nem tanulja meg érteni sem önmagát, sem a másik embert, majd felnőve maga sem tud mást továbbadni, mint a hiányt. Ördögi kört indít be a generációk között – írja a szerző. Egy hasonló témájú könyvben olvastam, hogy Popper Péter mindig szerette megkérdezni az önismereti csoportba készülőktől: fel vannak-e készülve arra, hogy kényelmetlen, fájdalmas dolgok is kiderülhetnek róluk? Ha csak szép és jó dolgokat szeretnénk megtudni, akkor nem érdemes önismereti munká-



ba fogni, mert csak a saját magunkkal kapcsolatos illúziókat hízaljuk kövérré. De mégis hogyan lesz belőlünk az, aki vagyunk? Miért éppen úgy gondolkodunk a világról, ahogy? Mi az oka annak, hogy egyesek annyira másképp gondolkodnak, érznek, reagálnak, mint mi? Mi akadályozza az embert abban, hogy jól megismerje magát? Bizonyos dolgokat különböző okok miatt nem tud, nem akar vagy nem mer látni. Egy önismereti munka során az ember – az érzelmi teherbíró képességével arányosan – fokozatosan, egyre több mindennel mer szembenézni abból, amit letagad vagy megszépít önmagával kapcsolatban. Nehéz, de hasznos folyamat, mert minél reálisabban látom a saját indítékaimat, annál kevésbé sodródok bele olyan automatizmusokba, amelyekben időről-időre ugyanazok a fájdalmas minták ismétlődnek. Vagyis, ha minden

igaz, minél teljesebb a kép önmagunkról, annál jobb döntéseket hozhatunk a kapcsolatainkról, tágabb értelemben egész életünkről is. Hogy egyik generáció a másiknak ne lelki szegényedést, esetleg visszafejlődést, elmagányosodást adjon tovább, vagy hogy van-e esély ezeknek a generációkon átívelve tovaterjedő hullámoknak a megállítására, esély egy esetleges „együtt-rezgésre”, - érdemes elolvasni Orvos Tóth Noémi 2019-ben megjelent *Örökölt sors* című könyvét. Mert mindannyian csodálatos lehetőségekkel jövünk a világra. Lehetőségekkel és egy tapasztalatokra végtelenül nyitott szívvel, lélekkel.

Ha tengereken kelsz át, veled leszek, és ha folyókon, nem borítanak el, ha tűzön kell átmenned nem égsz meg, és a láng nem perzsel meg. (Iz 43,2)

M.S.Emese

MAGDOLNA

2020. - Rendezte: Buvári Tamás

Bódi Mária Magdolna 1921-ben született Szigligeten és 1945-ben halt vértanúhalált Balatonfűzfő mellett, Litéren. Tizenhat éves korától munkáslányként a fűzfői lőporgyárban dolgozott. Tisztasága és lánytársai védelmezése közben ölte meg egy szovjet katona. Boldoggá avatási pere folyamatban van a Vatikánban.

A film Magdolna életének két napját mutatja be. Egyet gyermekkorából, 1933-ból, amikor rejtélyes üzenetet kap, valamint az utolsót. A cselekmény párhuzamosan fut a két idősíkon. A gyerekkori Magdolnát Buvári Villó, míg a felnőtt lányt Nagy Katica alakítja. Játékuk minden pillanatából sugárzik a megformált személy elhívottsága és



ártatlansága, miközben mindketőjük hús-vér emberként van jelen. Az operatőri munka (Tóth Zsolt) nagy hangsúlyt fektet az emberi arcokra, azok finom rezdüléseire. A fekete-fehér filmkockák egyszerre adják meg a kor hangulatát, a dokumentarista hitelességet ötvözve a balladai stílussal. Hosszú beállítások, szuggesztív képek jellemzik az alkotást. Olyan dimenziók nyílnak meg ezáltal a nézők előtt, amelyek szavakkal nem elmondhatók.

Közösségi finanszírozásból gyártotta a veszprémi SzeretFilm Stúdió az Európa Kulturális Fővárosa Veszprém - Balaton 2023 program-

sorozattal együttműködve Buvári Tamás új filmjét. A szeretet, a közösségi élmény dominálta a szeptemberi veszprémi bemutatót is. Tapintható volt, hogy a forgatásban részt vevők és a nézők számára egyaránt több ez a mozi, mint egy műalkotás. Lokális történelmünk egy darabkája, amelyhez közünk van. A *Magdolnát* ugyanakkor például budapesti művész mozik is műsorra tűzték



azóta. Missziója megsokszorozódik. A Jézusnak tett fogadalom, a rászorulóknak szentelt, imádságokkal teli élet lezárásaként váltalt vértanúság azokat is meg kell, hogy szólítsa, akik távolabb állnak a hittől, vallástól.

Gerstmár Ferenc

FILMFORGATÁSON JÁRTUNK

Rebekám hirtelen felindulásból kitalálta, hogy ő biza színésznő lesz. Gondoltam keresünk egy statiszta szerepet a közelben, hogy kiélhesse ilyen irányú vágyait. Rákeresve a lehetőségekre szembejött egy forgatási lehetőség Veszprémben az óvóhelyen. Igaz negyvenéves szereplőket kerestek az utolsó forgatási napra, írtam a szervezőknek, hogy esetleg nem baj-e, ha viszek egy kislányt is magammal. Azt mondta semmi gond, menjünk nyugodtan.

Meglepően hideg nap volt, jól esett a meleg ruha. Az óvóhelyen zajlott a forgatás, és mint kiderült, szükség volt egy gyermekkorú szereplőre is, így átírva az eredeti forgatókönyvet, kislány helyett kislány lett a szereplő. Rebeka roppant ügyesen alakította a beteg, alvó kislányt!

Hatalmas élmény volt, köszönjük a lehetőséget!

Lipovszky-D. Mária

FENNTARTHATÓ TÁPLÁLKOZÁS

Interjú Csabai Gabriella életmód-tanácsadóval

MIVEL FOGLALKOZIK? MIT JELENT AZ A GYAKORLATBAN, HOGY TÁPLÁLKOZÁSI TANÁCSADÓ? EGÉSZSÉGÜGYI SZERV KÖTELÉKÉBEN VAGY FÜGGETLENKÉNT VÉGZI EZT A MUNKÁT?

Biológia szakos tanár alapvégzettségem mellett életmód-tanácsadó és terapeuta képzésem van. Már gimnazista éveim alatt elkezdett foglalkoztatni az egészséges életmód, különösen az egészséges táplálkozás és rendszeres testmozgás. Ez az érdeklődés olyannyira megmaradt, hogy egyetemi éveim alatt vegetáriánus lettem, majd a diploma megszerzése után a mai Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet elődjében kezdtem el dolgozni ezzel kapcsolatos területen. Ezen évek alatt szereztem meg az életmód-tanácsadó és terapeuta képzést. Jelenleg egy hévízi gyógyszállodában dolgozom böjt-kúravezetőként.

HÍVÓ EMBERKÉNT A LAUDATO SÌ KEZDETŰ ENCIKLIKA KAPCSÁN FELMERŰL BENNÜNK IS A TEREMTETT VILÁG ÉRTÉKEINEK VÉDELME, A FENNTARTHATÓSÁG. HOGYAN TUDJUK EZT A TÁPLÁLKOZÁSBAN MEGVALÓSÍTANI?

A teremtett világra, annak minden egyes szereplőjére tekintünk olyan szemmel, mint Isten csodálatos alkotására, egy olyan műre, amelyet Isten ránk bízott.

Nagyon egyszerű alapelvek mentén kell átgondolnunk táplálkozásunkat ahhoz, hogy azzal a természetet is a legkevésbé zsákmányoljuk ki és étkezésünk is a legegészségesebb legyen. A legtermészetesebbhez kell közelítenünk, ahhoz a szemlélethez, amihez nagyszüleink is tartották magukat. Mi az, amit a természet most, ebben az évszakban, hazánk éghajlatán kínál számunkra? Kerüljük azon termékeket, amelyeket más éghajlaton és országunktól távoli tájakon termeltek, hiszen ezek – különösen repülőgépeken – történő szállítása terheli a környezetet, frissen tartásuk pedig kémiai szerek alkalmazásával lehetséges.

Nagyon kényelmes, hogy minden zöldség-gyümölcsféle szinte korlátlanul kapható egész évben, viszont ezzel elmarad az a várakozás, amikor szinte kisebb ünnep volt az első paradicsom elfogyasztása vagy az első friss zöldborsóból, sárgarépából készített leves. A mindig-mindent-azonnal világából hiányzik ez a figyelem.

Vásárlásunkkal támogassuk a helyi kistermelőket, friss élelmiszerek esetében válasszuk a piacot a nagy multinacionális cégekkel szemben, hiszen mennyivel személyesebb közvetlenül egy ismerős árustól vásárolni, ahol látom a termék mögött az embert is, akinek megélhetéséhez én is hozzájárulok.

Amennyiben megtehetjük, válasszunk olyan terméket, amelyet vegyszerek, műtrágyák használata nélkül termeltek, hiszen ezen anyagok, amellet, hogy nem bomlanak le teljesen az adott növényben és évtizedek alatt felhalmozódnak a szervezetben, a környezetre is ártalmasak. A legideálisabb az lenne, ha magunk tudnánk megtermelni minél több olyan alapélelmiszert, amelyet családjunk különösen kedvel és kis helyigénnyel is megtehető. Ahol van bőségesen hely gyepnek, virággyásznak, ott elfér egy pár tő paradicsom, paprika, hagymaféle, bab, borsó, ezek dísznövényekkel társításba ültetve akár még támogatják is egymást a kártevőkkel szemben. Szép dísze a kertnek egy kis fűszer- és gyógynövénykert, amelyből téli időszakra is szárogathatunk gyógy- és fűszernövényeket.

A TEREMTETT VILÁG ÉRTÉKEINEK VÉDELME KITERJEDHET ARRRA IS, HOGY AZ EGÉSZSÉGÜNKRE IS VIGYÁZUNK. MEG LEHET-E OLDANI A HÉTKÖZNAPOKBAN, HOGY A TÁPLÁLKOZÁSUNK EGÉSZSÉGTUDATOS LEGYEN? MIRE ÉRDEMES FIGYELNI? MIT TEHETÜNK A ROHANÓ, KÉNYELMES VILÁGBAN?

Táplálkozásunk környezetre gyakorolt hatása mellett, nagyon fontos a saját szervezetünk számára legkívá-



natosabb étrend kialakítása.

Általános alapelvként javaslom, hogy az adott évszak jellegével harmonizáló ételeket részesítsük előnyben. Nyári melegben a sok nyers zöldségféle, könnyű, zöldfűszerekkel készült ételek, sok gyümölcs fogyasztása hűtik a szervezetet. Míg a mostani késő őszi-téli időszakban előkerülhetnek a szárítással tartósított gyümölcsaszalványok, hüvelyesek (bab, lencse, sárgaborsó), csípős, pikáns ízek a fűszereknek köszönhetően. Ezen fűszereink egy része (pl. gyömbér, csípős paprika, fokhagyma) baktérium- és vírusölő hatással is bír, így lesz táplálékunk gyógyító is.

Minden ember szervezete egyedi, erre a megfigyelésre alapozva az európai és keleti gyógyítási rendszer is létrehozott alkattípusokat. Az egyes alkati típusoknak életmód tekintetében talán legrészletesebb ajánlásait az indiai eredetű ajurvédikus gyógyítási rendszer dolgozta ki. Alkatunktól függ, hogy mely időszakban milyen élelmiszerek, milyen fűszerezéssel és milyen elkészítési móddal ideálisak számunkra, illetve mely ételeket

ajánlott elkerülni vagy csak ritkán fogyasztani ahhoz, hogy egészségesek maradjunk.

Bármennyire is elfoglaltak vagyunk, ha a legjobbat szeretnénk családunknak,



naponta legalább egy alkalommal kerüljön frissen készített étel a közösen elfogyasztott főétkezés alkalmával az asztalra. Az étellel nem csupán tápanyagokat viszünk be a szervezetünkbe, hanem mindazt a figyelmet, szeretetet is közvetíti az étel, amit annak elkészítője „belefőzött”. A nap egyéb étkezéseire is inkább otthon összeállított ételt vigyünk, amibe mindig kerüljön idénynek megfelelő friss zöldség, gyümölcs, egészséges nassolnivaló.

VAN-E OLYAN TAPASZTALATA, HOGY A HIT A MUNKÁJÁHOZ KAPCSOLÓDOTT, HOGY A HITÉT MEG TUDTA ÉLNI A MUNKÁJÁN KERESZTÜL, PL. VALAKINEK SEGÍTETT?

Bármilyen munkakörben is dolgoztam, hitem sarokköve, a *szereket-elfogadás-szolgálat* adta azt az alapot, ahogyan az emberek felé fordultam. Korábbi munkakörömben a Baptista Szeretetszolgálat idősgondozási programjában dolgoztam, végzettségemtől, korábbi munkatapasztalatomtól merőben más területen. Feladatomhoz tar-

tozott több olyan hétköznapi fizikai munka is, amelyet sokan nem értékelnek, sőt, talán lealacsonyítónak találnak. A munka jellege ugyan nem, de hitem révén a hozzáállásom megváltozott ezen tevékenységekhez, a legegyszerűbb munkát is azzal a tudattal végeztem, hogy ezzel nem csupán a segített időst, de egyben Istent is szolgálom. Az idősekkel végzett munkában minden nap megtapasztaltam, hogy segíteni, adni mennyire jó. Hogy jót tenni, örömet szerezni másoknak milyen felemelő érzés. Jelenlegi munkahelyemen, a szállodaiiparban egészen más közegben mozgok, viszont itt is megtapasztalom, hogy életkortól, anyagi helyzetétől függetlenül mindenki szomjazza a megértő figyelmet, szeretetet. Természetszeretetem alapja Isten szeretete, hiszen az ő művét csodálhatom a növény- és állatvilágban. Ezt a nyitottságot, rácsodálkozást próbálom előhívni a szállodai vendégekben is akkor, amikor rendszeres túrákat, sétákat vezetek Hévíz környékén.

MIT ÜZEN A CSALÁDUNK ÚJSÁG OLVASÓI-NAK?

Életmód-tanácsadóként bár nagyon fontosnak tartom az egészséges táplálkozást, de ahhoz, hogy testileg-lelkileg kiegyensúlyozottak maradjunk, elengedhetetlen, hogy minden nap tartózkodjunk a friss levegőn. A természetben tett séta, túra, kerékpározás vagy más testmozgás nem csupán fizikailag, de lelkileg is gazdagít minket. Lelassít, feltölt szépségével, békéjével, ráébreszt arra, hogy a bár sokat tehetünk magunkért, de mégiscsak Isten kezében vagyunk. Ennek megtapasztalása, terheink, aggodalmaink megosztása Istennel lelki megnyugváshoz, lelki békéhez vezet.

VAN-E OLYAN RECEPTJE, MELYET SZÍVESEN MEGOSZTANA AZ OLVASÓKKAL?

Egyik kedvenc őszi-téli melegítő levesem receptjét osztanám meg az olvasókkal.

Kovácsné Széplaki Borbála

ŐSZI CSICSERIBORSÓS SÜTŐTÖKLEVES

Hozzávalók (4 fő részére):

- 2 ek olaj
- 5 dkg vöröshagyma
- 5 dkg petrezselyemgyökér
- 20 dkg főtt csicseriborsó
- 35 dkg sütőtök
- 30 ml paradicsomlé
- 7,5 dl víz
- 1 lapos ek őrölt római kömény
- 1 tk őrölt kurkuma
- 1 tk őrölt cayenne bors
- 1 tk pirospaprika
- só ízlés szerint



ELKÉSZÍTÉS:

A vöröshagymát apróra vágjuk és olajon alacsony hőfokon megpároljuk. A répát, petrezselymet karikára, a sütőtököt 2x2 cm-es kockákra vágjuk. Miután megpárolódott a hagyma, hozzáadjuk a többi zöldséget, paradicsomlevet, csicseriborsót, fűszereket, sőt és vizet és lefedve kb. 25 percig főzzük. ha szükséges, ízesítjük még egy kis sóval, római köménnyel, majd addig főzzük, míg a zöldségek meg nem puhulnak. Tálalhatjuk csak magában vagy fokhagymás pirítóssal, pogácsával.

TÁRSTEREMTŐK VAGYUNK

Nem igazán értettem a fogalom mélységét, amikor az egyetemen Szent Tamással kapcsolatban magyarázta a tanár, hogy az ember rendeltetése nem más, mint hogy Isten teremtő munkájába kapcsolódjon be a személyes életével. A „társteremtő” küldetés legmagasabb megnyilvánulása, amikor az ember szülő lesz. Továbbadja az emberi életet, a teremtés legmagasabb rendű értékét. Nincs annál nagyobb lehetőség, és mint lehetőség, érték, hogy új emberi élet, halhatatlan lélek születik a világra. Ezt nem lehet eléggé hangsúlyozni. Ezáltal leszünk első lépésben társteremtők.

Minden teremtésvédelem innen indulhat csak. A felelős szülői magatartásból, a felelős családoktól. Ezt a felelősséget kell, hogy támogassa az egyház is. A családok védelme a teremtésvédelem első lépése.

TÖBBET ADNI, MINT ELVENNI

Az ember ragadozó. Miközben Isten társa a teremtésben, egyidejűleg pusztító is. Nem lehet bűn nélkül, nem lehet ökológiai lábnyom nélkül élni. A jó ebédért pusztítani kell. Meg kell ölni az aranyos kismalacot, bárányt, nyuszt. Ezeket a tényeket sem tehetjük zárójelbe, nem képzelhetjük, hogy az ember eljuthat a „bűn nélküli valóság” állapotába a saját erejéből. Az ember nem fogja megváltani magát, nem fog verseny és pusztítás nélküli világot a saját erejéből elérni. A felvilágosodás színes, később szivárványszínű álmai nem megvalósíthatók. Az ember kevés önmagának. Egyvalamit azonban mégis tehet a józan ész: legalább odáig el kell jutni, hogy többet adjunk, mint amennyit elveszünk. Ne pusztítsunk feleslegesen. Ne öljünk önként és kéjjel. Mindig mérlegeljünk: mennyi hasznot hoz az általunk okozott kár? Az elfogyasztott malacsültből csak háj lesz-e rajtunk, vagy erő ahhoz, hogy tudjunk segí-



teni másokon? Hogy tudjunk szeretni? Szeretni a másikat, az életet, a teremtést. Nem csak magunkért vagyunk felelősek, hanem a másokért. A gyermekeinkért – már ha vannak.

LAUDATO SI

Áldassék az Isten, mert lehetőséget adott az együttműködésre. Azáltal, hogy megszülettünk, elméletileg végtelen lehetőséget kaptunk, hogy „méltók lehessünk a boldogságra” azáltal, hogy egyre tökéletesebbé válunk. A tökéletesség útja pedig az együttműködés, együttműködés Istennel és együttműködés a felebaráttal. A felebarát definíciója nagyon szép: felebarátod az, akinek szüksége van rád. És hány embernek van rád szüksége? Sőt, magának Istennek van rád szüksége, téged küld. Mindannyiunknak küldetése van, áldassék érte a teremtő Isten.

MEGTÉRÉS

A zsidó hagyomány szerint mielőtt a Teremtő megteremtette volna a világot, megteremtette a Megtérést. Az állandó esélyt a megfordulásra. A megtérés azt jelenti, hogy csak a jó győzhet. A Teremtés jó, és mi mindig visszafordulhatunk ehhez a jóhoz. A jó állandóan közli magát, kiált nekünk, szembe áll velünk, és mi végre odafordulhatunk hozzá, ha megtérünk. A teremtett világ még mindig csodálatosan szép, még mindig van miért hálásnak lenni, még mindig van ennek az egésznek értelme. És mi még mindig felismerhetjük ezt. Sosincs késő, mert a világ ennyire jó.

MEGVÁLTÁS

Saját erőből nem megy. Mindig többet akarunk elvenni. Mindig magunk akarjuk a problémát megoldani. Azt hisszük, ha Isten rejtőzködik, már meg is halt. Jobban bízunk a tudósainkban, mint az imában. Magunkból kell tehát kifordulni. Jézusivá kell válni. Embernek ugyan lehetetlen, de Istennek semmi sem az. Itt kezdődik a hit. A teremtésvédelem egészen biztosan nem alapulhat csak a tudáson. Feltétlenül kell a hit is.

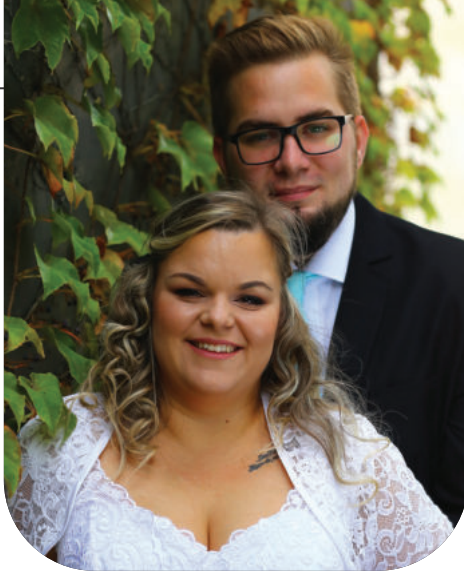
GYAKORLATI KÖVETKEZTETÉSEK

A teremtésvédelem nem általános kötelesség. A te személyes kötelességed. Szeretni az életet, a gyerekeket. Kitartani a családban. Tudatosan nem pazarolni a vizet, villanyt, minél kevesebbet szennyezni. A teremtésvédelem hit Istenben és az emberben.

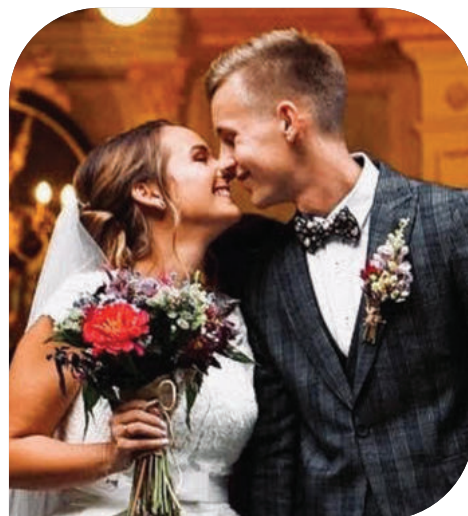
OLVASNIVALÓ

A Laudato si enciklika nagyon szép olvasmány. Még az enciklika előtt, itt Veszprémben is született a kérdésben egy kiváló munka: Papp Sándor – *A természet könyve* címmel. És ha valaki az élet szeretete feletti örömeiben esetleg a bort vagy a sört is meg szeretné érteni, olvasson Hamvas Béla féle borfilozófiát, vagy Helena Bier-Herrtől *A sör korát*. Merthogy a paradicsomkertben is az lesz jó, ami itt jó, ahogy Zakariás próféta jövendöl: „...és egyetlen egy napon eltörlöm én e föld gonoszságát. Azon a napon – mondja a Seregek Ura –, mindenki meghívja majd barátját szőlője és fügefája alá.”

Birher Nándor



1.
**CSISZÁR KINGA és
GLATZ MÁTÉ**
2020. 08. 20. Veszprém,
Árpád-házi Szent Margit templom



2.
**SZITAPÉK PETRA és
SZITAPÉK KRISZTIÁN**
2020. 08. 22. Veszprém,
Árpád-házi Szent Margit templom



3.
**HOLCZER ADÉL és
GARAMVÖLGYI ARMAND**
2020.08.29. Vászoly,
Szent Jakab templom

4.
**HOLLER ILDIKÓ és
SZÖLLŐSI ÁDÁM**
2020. szeptember 26. Budapest,
Rákosszentmihály

5.
**MEIDLI-HORVÁTH BIANKA és
MEIDLI-HORVÁTH BALÁZS**
2020.09.04. Veszprém,
Árpád-házi Szent Margit templom

6.
**KISS GEORGINA és
KISS TAMÁS**
2020.09.05, Veszprém,
Szent Mihály Bazilika



7.
**DR. HATWAGNER - DR. KOVÁCS VIKTÓRIA és
DR. HATWAGNER F. MIKLÓS**
2020. 08. 29. Veszprém,
Szent Mihály Bazilika

8.
**GULYÁS-ORBÁN ALEXANDRA és
GULYÁS ÁDÁM**
2020.08.08. Veszprém,
Szent Mihály Bazilika



Illusztráció: Lippyszky Rebeka 5.A
Padányi Bíró Márton Általános Iskola 5. osztály

“Láttuk csillagát napkeleten s eljöttünk, hogy
bemutassuk neki hódolatunkat.” Mt 2,3

Családunk – 2020. december
XXII. évfolyam, 3. szám
ISSN 1788-4177