



EMELD FEL ARCODAT!



A Rákospalota MÁV-telepi
Jézus Szíve Plébánia hírlevele

2021. húsvét

Segítő szó

Húsvéti számunk témája a szó, ami megmenti az embert – Isten ígéje, embertársaink nekünk szánt bátorítása vagy éppen a mi támogató szavaink, amelyekkel felebarátaink felé fordulunk. Van, ahol nagyobb eséllyel találhatunk ilyen segítő szavakra, és ebben az újságszámban éppen ezeket a helyeket és helyzeteket igyekeztünk összegyűjteni. A Szentírásban Krisztus saját mondatait olvashatjuk – mérítsünk belőlük erőt a nagybőjti időben és a húsvéti ünnepek alatt is! Bizonyos embereknek igazi érzéke van a másokat segítő beszédre vagy éppen hallgatásra – örülünk, ha mi is találkozhatunk velük vagy éppen közéjük tartozhatunk! Értékeljük azokat a hivatásokat, amelyek mások testi-lelki jobbulását tűzik célul maguk elé – imádkozzunk értük, mert a segítőnek is szüksége van a segítségre.

Segítő szó

A koronavírus járvány következménye, hogy egyre értékesebbé válik számunkra a személyesség minden morzsája emberi találkozásainkban. Az emberi érintés, az egymás felé kinyújtott kéz kölcsönös elfogadása és az ölelés megtapasztalása értékes és vágyott kincsként jelennek meg előttünk. Emellett egyre inkább felfedezzük a szavak erejét egymás felé. A ritka személyes találkozások során vagy az online térben megfogalmazott

szó kiemelt jelentőséggel bír mostanság. A magányba kényszerült ember számára megfogalmazott szeretetben kicsiszolt szó lélekmentő és életmentő tud lenni.

George Orwell (1903-1950) nevével találkozva először két híres társadalmi tükröt tartó írása jut eszünkbe, az Állatfarm és az 1984 címűek. Életébe és munkásságába beletekintve azonban kidomborodik előttünk nagy lelkesedése azért, hogy „*a nyelv a gondola-*

tok kifejezésének és nem leplezésének vagy akadályozásának eszközévé válnon”. (A politika és az angol nyelv, 1947) Az Orwell által megálmodott nyelvhasználatban az őszinte, letisztult és egymás felé megnyitni akaró nyelvhasználat megerősítése a fő cél. Ha valamikor, akkor most nagy szükség van rá, hogy a beszélt és az írott nyelv újból az emberek közötti személyes találkozás izgalmas, érdelemgazdag és lelket feltáró eszközévé váljon.

Már sokszor megtapasztaltam az életemben, hogy Isten leleményes emberszeretete képes különleges helyzeteket komponálni. Ezt történt akkor is, amikor a zárt ajtók mögé szorult mise Meixner Ildikóért hirtelen fordulattal nyilvánossá vált. A Duna Televízió közvetítése egyszer csak lehetőséget biztosított arra nagyobbít V. vasárnapján, hogy a tanítványok itthon és külföldön egyaránt, a gyógypedagógus és logopédus kollégák, a Meixner-módszer élvezői és a mi templomunkhoz lelkileg kapcsolódó emberek betekintést kapjanak egy olyan ember életébe, aki hivatásának érezte a beszélt- és írott nyelv életre

segítését az egyes ember életében. A most következő tanítványi hálaadás számomra segítő szavakká váltak: „Ildikó egyszemélyben volt mentor, iránytű, mérce, pótanya, példakép, lelki vezető - ez mind volt nekem Ildikó, mert ahogy ő hallgatott, beszélt, figyelt, attól én jobban kezdtem magam szeretni. Így volt ott kettőnk között az Úristen.” A nyelv mögött álló ember adja meg a szavak életet formáló súlyát.

Még nem tudjuk mi vár ránk az elkövetkezendő időben. Bizonytalanság, kesze-kusza álláspontok és érdekorientált információ-tömeg vesz körbe minket. Nekünk azonban van Jézusunk, akinek a szavai segítik az életünket. Az evangélium szavai mögött és azt átjárva ott van egy csodálatos személyiségű Isten, aki közelebb visz bennünket saját értékességünk felismeréséhez. Befejezésül szeretnék nektek ajándékba adni egy idézetet Charles Dickenstől, ami segítő szavak alkotására inspirálhat titeket: „Ha barát kell, a legjobb leszek. Ha magányra vágyasz, én a csönd leszek. És ember leszek, mert emberre vágyasz: ki szeret, ki elfogad, s kit igaznak látsz.”

Karesz atya

Pilinszky János: Átváltozás

Rossz voltam, s te azt mondtad, jó vagyok.

Csúf, de te gyönyörűnek találtál.

Végig hallgattad mindig, amit mondtam.

Halandóból így lettem halhatatlan.

Jelenits István: „Soha még ember úgy nem beszélt...” (Jn 7, 31–49)

Jézus körül sűrűsödnek az ellenséges indulatok. A főpapok és a farizeusok fegyvereseket küldenek ki, hogy elfogják. De azok visszatérnek – dolguk végezetlen. „Mért nem vezettétek elő?” – „Soha még ember úgy nem beszélt, ahogyan ez az ember.”

Hogyan beszélhetett, hogy még az elfogatására kiküldött fegyveresek is ennyire megilletődtek szava hallatára? A szentírástudomány nyelvi, stilisztikai ismertetőjegyeket keres, amelyeknek segítségével az evangéliumok szövegében fölismerhetők az *ipsissima verba*: Jézusnak minden bizonyonnyal hiteles „saját szavai”. Ez a keresés nem reménytelen. Az evangélium szövegéből a szakismeretekkel nem rendelkező bibliaolvasó is kihallja Jézus beszédét, összetéveszthetetlen saját stílusát, hanglejtését.

Ennek a „hangnak” legszembeötlőbb jellegzetessége az egyszerűség. Mózes mögött Isten hegyének mennydörgése, villámfényei kavaroztak. Ez az ember egy közülünk, a názareti Mária fia. Isten dolgairól a hétköznapi nyelven beszél. Példabeszédeiben megjelennek az utcán játszadozó gyerekek, a kenyeret dagasztó vagy elveszett drachmáját kereső asszony. Csak azért, mert a „szegényeknek” hirdette az evangéliumot, s azt akarta, hogy megértsék? Nem, ennél sokkalta többről van itt szó! Jézus azért beszélt ilyen egyszerű, hétköznapi szavakkal, mert Istenről így lehet legpontosabban beszélni. Ahogy Isten titkait is a „kicsinyek” értik meg legelőször: „Álda-

lak téged, Atyám..., hogy az okosak és a bölcsek elől elrejtetted ezeket, és a kicsinyeknek nyilatkoztattad ki. Igen, Atyám, így tetszett neked.” (Mt 11, 25–26)

De azért azt ne higgyük, hogy Jézus lemondott a nyelv költői lehetőségeiről. A hétköznapi beszéd eszközeit használta, nem révületben szólt, nem is „érzelmesen”, de Isten titkairól beszélt, nem a mindennapos emberi tapasztalat közhelyeit ismételte. Példabeszédeit említettük: a kép önmagában is költői eszköz, a nyelv mintegy meghaladja benne önmagát.

Milyen lehetett a hőfoka Jézus beszédének? Nem volt örökké lázas, meggyőzni akart, nem lázítani, de azért újra meg újra fölizzott. Nagy ellentétekben például: „boldogok vagytok ti, akik most sírtok...jaj, nektek, akik most nevettek!” (Lk 6, 21–25) Ezek a paradoxonok feledhetetlenek: aki egyszer hallotta őket, volt min gondolkodnia.

A nyelvet – akárcsak a modern költők – olykor a legvégsőkig csigázta Jézus. Eljutott a groteszkig is, amikor például azok ellen fordult, akik más szemében meglátják a szálkát, de a magukéban a gerendát sem veszik észre (Mt 7, 4). Képtelen képeket is alkalmazott, hogy Isten minden emberi logikát meghaladó észjárását s követelményét szóvá tegye: „Temessék el a halottak halottaikat!” (Lk 9, 60); „Aki meg akarja menteni az életét, elveszíti, aki azonban elveszíti értem, megtalálja” (Mt 10, 39). Vagy:

„Könnyebb a tevének átmenni a túfokán, mint a gazdagnak bejutni Isten országába” (Mk 10, 25).

Persze ez a szemle önmagában még mindig nem mutatja meg, mitől illőtöttek meg azok a fegyveresek. De a példákbl nemcsak nyelvi jellegzeteségek olvashatók ki, hanem egy szokatlan személyes jelenlét is, ami Jézus szavát súlyossá, hitelessé tette. A tanító Jézus: a nagypéntek és a húsvét Jézusa: Ha történetét nem ismernénk, szavából is kiderülne. Így az beszél, aki az életét teszi rá arra, amit mond. Egészen ott volt minden mondata mögött – életismeretével, Isten dolgaiban való otthonosságával is. Nem mondott üres mondatokat, nem dolgozott előregyártott, félkész elemekkel. Amit mondott, pontosan „ült”, illetve a pillanathoz, és mégis az imádságban töltött éjszakák mélységeiről tanúskodott. Ezért röptültek a szavai, mint jól célzott nyilak, oda, ahol minden ember a legsebezhetőbb, ezért nem lehetett kitérni előlük. Ma is ilyenek.

„Akinék füle van a hallásra” (Mk 4, 3 stb.), „aki az igazságból való” (Jn 18, 37), az ma sem tud Jézus beszéde elől hazugság, keserűség, cinizmus hordaléka mögé húzódni. Aki pedig befojadja, sokszor és szívesen hallgatja Jézus szavát, az lassanként maga is megtanul úgy beszélni, ahogyan ő.

„Legyen a ti beszédetek: igen – igen, nem – nem!” (Mt 5, 37)

(Jelenits István: Betű és lélek/Elöljáróban pp.7.)

http://www.ppek.hu/konyvek/Jelenits_Istvan_Betu_es_lelek_1.pdf

SZÓ-GYAKORLATOK

Az imádság iskolája: Lectio Divina

A Lectio Divina a szöveg olvasásával, a **lectióval** kezdődik, mely fölveti a szöveg hiteles megismerésének kérdését: mit mond a bibliai szöveg önmagában? Enélkül az a veszély fenyeget, hogy a szöveg mentségül szolgál arra, hogy soha ne lépünk ki saját gondolatainkból.

Az olvasást követi a **meditáció** erről a kérdéstről: mit mond a bibliai szöveg nekünk? Ezen a ponton mindenkinek személy szerint, de úgy is, mint egy közösség tagja, engednie kell, hogy a szöveg megérintse, és kérdéseket vessen föl, hiszen nem a múltban elhangzott, hanem a jelenben hangzó szavak szólnak hozzánk.

Ezután érkezünk el az **oratóhoz**, az imádsághoz, mely erre a kérdésre felel: mit mondunk mi az Úrnak válaszul az Ő Szavára? Az imádság mint kérés, közbenjárás, hálaadás és dicséret, az első mód, amellyel a Szó megváltoztat minket.

A Lectio Divina a **kontemplációval** zárul, melyben Isten ajándékeként az Ő szemével nézzük és ítéljük meg a dolgokat, s föltesszük magunknak a kérdést: a gondolkodás, a szív és az értelem milyen megtérését várja tőlünk az Úr?

(XVI. Benedek pápa írása alapján.)

<https://jezsuita.hu/lectio-divina/>

A zsiráfok nyelve – Mi is az az erőszakmentes kommunikáció és hogyan lehet megtanulni?

Az erőszakmentes kommunikáció (EMK) kidolgozása Marshall Rosenberg amerikai pszichológus nevéhez fűződik. „A szavak ablakok vagy falak” című könyvének alaptézise, hogy a kommunikáció lehet mindkét oldalról nyertes – holott szerinte a mai társadalmi berendezkedésünk azt sulykolja belénk, hogy valakinek mindenféleképp veszítenie kell. Rosenberg két állattal szemlélteti a kommunikációs stratégiáit, mégpedig a sakállal és a zsiráffal. Szerinte sakálnyelvvel születünk és tanulással sajátítjuk el a zsiráfnyelvet. A sakálok erőszakosak, és konfliktushelyzetben vagy „ráordítanak” a gyengébb félre, vagy, egy erősebbel szembetalálva magukat farkukat behúzva, megalázkodva odébbállnak. Ezzel szemben a zsiráf tisztában van saját érzéseivel, szükségleteivel és vállalja is azokat. Törekszik saját elképzeléseinek megvalósítására, azonban nem siklik el a másik fél igényei felett.

A két kulcsmotívum az őszinte önkifejezés, valamint a másokra való empátikus odafigyelés – amibe nem fér bele a morális bírálás, bosszúállás vagy móresre tanítás. Azonban a könyv írója szerint időnként mindenki szokott automatikusan sakálként ordítani – hiszen ebbe születünk bele –, de ez nem „bűn”. Kellő önreflexióval, valamint az erőszakmentes kommunikáció gyakorlásával egyre könnyebben és gyorsabban válhatunk át a mindenki számára kifizetődő zsiráfnyelvre.

Az EMK négy alappillére

Képzeljük el, hogy van egy kedves, régi jó barátunk, akivel évek óta tartjuk a kapcsolatot, és eddig mindenben számíthattunk rá. Azonban az elmúlt időszakban sorozatosan megbuknak a megbeszélt időpontjaink, mert hol egyikünknek, hol másikunknak nem alkalmas.

A békés kommunikációhoz Rosenberg szerint négy lényeges elemet kell tüzetesebben megvizsgáljunk:

1. Megfigyelés

Vegyük szemügyre a tényeket: mi történt objektíven az adott szituációban? Próbáljuk meg észrevenni és leválasztani a helyzethez már automatikusan hozzászótt értelmezést, minősítést, és akár az általánosításokat is. Például, ítélkezhetünk és a fejéhez vágthatnánk, hogy „mindig elfoglalt vagy”, vagy értelmezhetnénk úgy is, hogy „biztos okkal hátrál ki a találkozók elől”. Azonban az objektív leírás valahogy így hangzana:

„Az utolsó pár alkalommal ugyan megpróbáltunk összehozni egy közös találkozót, megsem sikerült összehangolni kettőnk szabadidejét.“

2. Érzés

Mit éreztem akkor? Ne gondoljunk kacifántos megfogalmazásokra: örültem, félttem, aggódtam, kétségbeestem, elkeseredtem, lelkes voltam, reménykedtem, izgultam... Nem törvényszerű, hogy mindenki ugyanazt érezze, mint mi, sőt. Itt nincsenek helyes vagy helytelen érzések, a lényeg, hogy be tudjuk azonosítani őket.

„Szomorú vagyok és csalódott, amiért nem sikerült eddig összehoznunk a találkozónkat.“

3. Szükséglet

Mire van szükségem? Mi az igényem a helyzetben? Például: szeretném ha valaki őszintén meghallgatna / többet törődne velem / többet törődhetnék valakivel / pihenhetnék / szórakozhatnék / feltöltődhetnék / és még folytathatnánk a sort...

„Szükségem lenne a barátom társaságára, mert nagyon sokat jelent nekem és egyszerűen hiányzik.“

4. Kérés

Miután megfogalmaztuk, hogy mit érzünk és mire lenne szükségünk pillanatnyilag, akkor meg is kérhetjük a másikat, hogy mindezeket figyelembe véve változtassunk a helyzeten – vagy ő, vagy mi, vagy akár közösen. A kérést pozitívan fogalmazzuk meg (tehát ne tagadó formában), legyen konkrétumra törekvő, reálisan teljesíthető, és ügyeljük arra, hogy legyen lehetőség elutasítani is. Az utóbbi azért fontos, mert így nem érzi kényszer alatt, sarokba szorítva magát a másik fél.

„Kérlek, gondold át, mikor tudnál időt szánni kettőnkre a következő két hétben, és ma vagy holnap fixáljunk egy dátumot!“

Mindez eddig nagyszerűen hangzik, beleértve azt is, hogy racionális, átgondolt... De mi történik akkor, ha leszáll az a bizonyos lila köd? Mi a helyzet a dühvel? A düh természetes emberi reakció, az alapérzelmek közé soroljuk (a boldogság, meglepődés, szomorúság, félelem, undor mellett). Az erőszakmentes kommunikáció a dühre nem mint érzésre tekint, hanem mint tünetre, ami valamilyen szükséglet ki nem elégítéséből fakad. Ez hasznos lehet, hiszen ezzel lehet dolgozni magunkban: megkereshetjük a düh konkrét forrását. Elképzelhető, hogy nem sikerül első körben elérni minden célkitűzésünket, sőt, lehet, hogy másodjára sem. Viszont lépésről-lépésre haladva könnyebb az út, kellő idő elteltével pedig a környezetünk – amennyiben erre van egy kis fogékonyság – szintén átveheti tőlünk a békességre hangolt beszédünket.

Forrás: <https://pszichoforyou.hu/eroszakmentes-kommunikacio/>

Körkérdés

Megkérdeztük néhány testvérünket, akiknek a hivatása mások tanítása és segítése, hogy mit jelent számukra a „segítő szó”

A szavaknak, mind az írott, mind a beszélt formájukban, minden történelmi korban nagy ereje volt. A mai világunkban az egyre több platform révén ez még inkább így van, annak minden előnyével és sajnos hátrányával együtt. Az igazságérzet, úgy vélem, még nem veszett ki teljesen a világból, így a tapasztalataim szerint, ha valakit nehézségek vagy sérelmek érnek, legalább egy-két, jobb esetben még több ember fog ellátni pozitív gondolatokkal, amit nagyon jó látni és tudni. A mostani időszak különösen nehéz mindannyiunk számára, egy váratlan és egyelőre láthatatlan végű helyzetben kényszerülünk folyamatosan helyt állni. Lelkileg megterhelő a távolságtartás a szeretteinktől, a fizikai bezártság pl.: a távoktatás vagy home office miatt, a beszűkült élethelyzet. Akarva, akaratlanul is fássultabbak vagy ingerültebbek tudunk lenni, ami a társas kapcsolatainkat is megnehezíti. Itt van hatalmas ereje a segítő szándékú szavaknak, a lelki odafordulásoknak, hogy egymást erősítve tudjuk megtartani a hitünket, nyugalmunkat és józanságunkat. Az online hittanórákon azt tapasztalom, hogy örömmel hallgatjuk végig mindannyian, hogy kinek milyen volt a hete, hogy hogy van éppen, mert így a kapcsolat nem válik teljesen személytelenné és ilyenkor tudunk egymásnak kedves dolgokat, tanácsokat, bátorításokat adni. Az elmúlt egy évben többször hallottam és mondtam a „kitartás!”, a „vigyázz magadra!” és a „ne add fel!” bátorításokat, segítő szavakat, mint valaha eddig, és talán őszintébben is kérdeztem meg a rokonaimtól, barátaimtól, ismerőseimtől, hogy vannak, mi újság velük, mint korábban. Úgy vélem ez az időszak lehetőséget biztosíthat számunkra, hogy ilyen téren is fejlődjünk, mert segítő szavakat nem csak kapni és hallani, hanem adni és kimondani is jó érzés. *(Nagy Réka)*

A munkahelyemen küldetésemnek tartottam, hogy jobban érezze magát mindenki. A magam módján ezt úgy támogattam, hogy több mint másfél éven keresztül kéthetente jártam az irodákat (200-250 ember), és vittem a kis ajándékcacskómat, amiben az általam összegyűjtött, és szétvágott pozitív idézeteket tartottam, amiket a kollégák kihúztak, így sokszor „teljesen véletlenül” bukkantak rá a saját üzenetükre, azokra a szavakra, amelyekre épp az élethelyzetükből adódóan szükségük volt. Így éltem át sok katartikus pillanatot, amely a mosoly mellett egy-egy öröm- vagy biztató ölelést is jelentett. *(Juhász Anita)*

Az istenkapcsolatom jobbítását szolgáló belső imagyakorlataim során történt meg, hogy úgy értettem meg az életemet, ahogyan addig nem. Szembesültem félretolt, korábban helyesnek gondolt, érzett, de mégis egyféle beszűkültségben megélt szemléleteimmel a másokkal való kapcsolatban. Jézus Urunkkal is. Ő szeret. Wow! Egy kapcsolat, amiben tökéletesen szeretett vagyok. Mi ebben a rendkívüli? Semmi? De igen, ez óriási! Olyan kapcsolatban élhetek Vele, amelyben boldog lehetek! Csak **rajtam múlik**.

Ez a két szó azóta egészen mást jelent már. Mégis miért várt rám eddig a megértése? Talán azért, mert abban az elmélyülésben és akkor juthattam el odáig. Istenre való lelki odaadásomon keresztül bomlott ki. *(Orbán Edith)*

Takarítás közben gondolkodtam, milyen jól megválasztott szót mondhattam betegemnek, de nem jutott eszembe egy sztori sem. Mostanában ebben a felbolydult világban mindenki egyre türelmetlenebb. Rajtunk az oltásszervezés súlya, Covidosok otthoni kezelése, kórházba küldése, az idősotthon, ahol dolgozom, és ott is Covid... Közben egy-egy udvariatlan és türelmetlen beteg, akiknek elmúlt héten már én is talán kicsit erősen válaszoltam – szóval most nem érzem magamban ezt a sugárzást. Viszont épp az imént jelentkezett egy betegem, aki jogosítvány hosszabbítás miatt harmadjára próbálkozik. Újfent elmagyaráztam neki, hogy most erre nincs szükség, okmányok érvényben, súlyos járványhelyzet van. Mire azt írta:

– Doktornő, vasárnap este ilyenekkel ne foglalkozzon.

Megírtam neki, hogy már mindegy, épp oltást szervezek...

– Egyébként ha eljön az utcánkba, világít egy kis szívecske Önökért és a kórházi dolgozókért.

Szóval most örülök, ha kapok, remélem, hogy észrevétlen adok is, de azt csak a Jóisten tudja... *(Székely Anikó)*

A szó, a segítség, a támogatás életem két fő területén – a tanításban, az iskolában, és a családomban, főleg a gyerekeim kapcsán is jelen van. Sokféle élethelyzet adódik Velük a hétköznapokban. A legfontosabb, hogy a jó szónak, segítő szándéknak mindig pozitív a kicsengése. A legnehezebb, kamasz, komisz problémák is könnyen megoldódnak, ha bizalom van a felek között. A gyerekek nagyon hamar ráéreznek arra, ha valaki szeretettel, megértéssel közelít a megoldáshoz. Ilyenkor megnyílnak, őszintén megbeszéljük a történéseket. Azután pedig mindketten érezzük, hogy kapcsolatunk ezek által megerősödik. Új mederbe terelődnek a dolgok. Kristálytisza lappal folytatjuk tovább, igyekszünk jól élni az életet.

Ezzel kapcsolatban mindig Bőjte Csaba testvér jut eszembe: „Jóvá szidni nem lehet senkit.” *(Keszthelyi Kati)*

A Covid-osztályon nap mint nap éljük meg, hogy a védőfelszerelésben felismerhetetlenek vagyunk a betegeinknek. Nehéz eldönteniük, hogy a maszk és a védőruha alatt kivel beszélgetnek éppen. Sok betegemmel osztok meg személyes történetet vagy egy-egy viccet. Később, amikor meggyógyulnak és hazafelé tartva a folyosón összefutunk, érthetően nem tudják, ki vagyok. Ekkor el szoktam sütni újra azokat a poénokat, történeteket, amiken már bent egyszer nevtünk, és így újra megélve a „találkozást”, ezúttal arccal, sokakon látom a szeretetet, a hálát azért, hogy ebben a nehéz időszakban, ilyen furcsa szituációban is próbáltunk természetesen maradni, próbáltunk segíteni a magunk eszközeivel. *(Király Péter Attila)*

Ahogy az előttünk élő generációk időről-időre komoly helyzetekkel szembesültek (háborúk, forradalmak, gazdasági válságok), úgy mi is megkaptuk a magunk feladatát. Mai szemmel nézve kiszámíthatónak, biztonságosnak és nyugodtnak tekinthető életünk jelentősen megváltozott. Korábban elképzelhetetlen életvitelt kell megvalósítanunk. Szünetelő nyilvános istentiszteletek és közösségi rendezvények, távolságtartás és maszkviselés úgy, hogy közben egyéni létünk biztonságára is árnyék vetül. Senki sem érzi magát a megszokott módon biztonságban, mert nem tudhatja, hogy rá milyen hatással lehet a vírus. Keresztény ember számára a közösségi lét természetes életforma. Ennek részleges vagy teljes hiánya zavart, elbizonytalanodást okoz. Ráadásul nem tudjuk, milyen lesz a jövő, csak abban lehetünk biztosak, hogy változtatnunk kell szokásainkon, gondolkodásunkon, máshogy kell majd élni az életünket. Ebben a helyzetben minden őszintén érdeklődő és bátorító szó, amit a másik embernek mondunk, segítőkész lehet. Segíthet kapaszkodót találni, erősítheti a reményt, bátorítást adhat a jövőre. Ezt számomra leginkább két szó testesíti meg, amelyek többször is segítettek már életem nehezebb pillanataiban. Szent II. János Pál pápa szavai ezek, melyek elsősorban a fiatalokhoz intézett, de valójában mindenkinek szóló mondásait vezették be: „Ne féljete!” *(Nagy Péter)*

Gyökössy Endre: Gyors volt a hallásra, késedelmes a szólásra (Jak 1;19)

A hatvanas évek végén édesanyám, aki akkor már túl volt a nyolcvanon, nálunk lakott a parókián. Nem tudott tétlenkedni, szüntelen tett-vett. Leste, kinek a kezéből vehetné ki a munkát – ha nem akadt, unokáit pátyolgatta, virágait ápolgatta. Vagy nekem segített a lelkigondozásban anélkül, hogy tudta volna. Előfordult ugyanis, hogy lelki gondozottaim egyike-másika kevésnek találta az egy alkalommal szokásos másfél órát, azon túl is panaszkolt bánatát vagy elrontott házasságát, pedig a következő látogatóm a megbeszélte idő szerint már megér-

kezett. Ilyenkor édesanyám nem tudta elnézni, hogy – különösen télen – kint üljön a fűthetetlen, hideg hallban: behívta magához, leültette, ezzel-azzal megkínálta. Szabolcsi asszony volt, kínálós. Napokig örült, ha valaki megdicsérte a pogácsáját, habkönnyű hájas süteményét. Közben nem szóval, hanem szívvel tartotta azt, akit beinvitált. Megkérdezte, ki fia-borja, miért szomorú és efféléket. Aztán leült parányi foteljébe, összekulcsolta vékonyka, eres kezeit és szóra várt.

Olyan figyelmesen tudott hallgatni, hogy aki vele szemben ült, annak beszélnie kellett. Ő bele nem vágott soha senki szavába, csak ült, mosolygott, bólogatott, vagy meg-megcsóválta fehér fejét – biztatott és hallgatott. Igazán odahallgatott, mert minden érdekelte. Szerette az embereket.

Nem egyszer megtörtént, amikor kikísértem egy-egy bújára, bajára tanácsot, jó szót váró látogatómat és benyitottam édesanyámhoz, ott már nem találtam senkit.

– Nem volt itt Z.-né? Mintha a hangját hallottam volna.

– Itt volt, fiam.

– Nem tudott megvárni?

– De, meg tudott volna.

– Akkor miért ment el?

Édesanyám rám hunyorított mindig mosolygó kék szemével s efféléket mondott:

– Nem akart még téged is igénybe venni. – Vagy: azzal búcsúzott, mondjam meg neked, minden rendben van. – Máskor: üdvözlő és azt üzeni, ha érdekel, mondjam el a baját neked is.

Egyszer egy igen kényes és nehéz családi problémát rakott öreg vállaira egy fiatalasszony. Döbbsen kérdeztem: erre édesanyám mit tanácsolt?

– Semmit, fiam. Pogácsát és teát adtam neki, meg egy zsebkendőt, mert a magáét nedvesre sírta. Azt ígérte, majd visszahozza. Nagyon sírt szegény.

– De azért valamit csak mondott neki, édesanyám.

– Szóhoz sem jutottam, fiam. Panaszkolta ő a bánatát egyszóhajtásra. Igencsak szomorú históriája volt. A végén még én is vele sírdogáltam; olykor meg is simogattam. Amikor Isten nevében kikísértem, megcsókolt és azt mondta, de jót beszélgettünk. Pedig hidd el, meg se szólaltam – hogy is mertem volna! Azzal búcsúzott, ha visszahozza a zsebkendőt, benéz hozzád is.

Hozzám *is!* Nyeltem egyet és meghatva néztem anyám után, aki a szokásos „ideje ebédet főzni”-vel eltűnt a konyhában. Pillanattal később még előjött, megállt a konyhaajtóban – ma is látom. Serpenyőt tartott a kezében és azt kérdezte: te mit mondtál volna neki? – felhúztam a vállam és beoldalogtam a szobába. Valóban, mit mondhattam volna? Máiig sem tudom, mert a fiatalasszony elfelejtette visszahozni a zsebkendőt. Talán megtartotta emlékül.

Máskor mélyen gyászoló özvegyasszony jött volna hozzám, de valaki megelőzte. Így ő is édesanyám szobájába került. Amikor hallottam, hogy búcsúzkodnak a hallban, beszélgető partneremtől bocsánatot kérve utána siettem, mert tudtam, több mint két éve vesztette el férjét, tragikus hirtelenséggel s azóta úgyszólván a temetőben élt. Bármikor temetnem kellett, mindig férje sírja mellett találtam.

Meg-megálltam mellette, vigasztalgattam, szóval, szívvel, Isten igéjével. Ám másnap megint magába roskadtan ott üldögélt a sír elé csináltatott padocskáján.

A kertajtóban értem utol, megragadtam a kezét:

– Legalább hadd köszönjek el, ha most nem is tudtam beszélgetni magával – mentegetőztem – talán holnap kinn találkozunk, úgyis temetésem van.

Szinte belekapaszkodott a kezembe és azt válaszolta:

– Nem megyek ki. Sokáig nem megyek ki. Az édesanyja azt mondta: miért zavarod őt, lányom? Ha valóban szeretted, engedd el. Jobban szeresd, mint eddig. Ne zavarod – odaát. Ezt mondta és én nem akarom zavarni többet. Menjen be és csókolja meg az édesanyját.

Bementem és megcsókoltam.

Gondolatban most is. Mind a két kezét.

Talán nem zavarom.

(Gyökössy Endre: Mai példázatok. Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, 1990.)

JÁTÉK

Fejtsd meg a rejtvényeket és készülj a húsvétra!

HÚSVÉTI KÓDFEJTŐ
Írd a számok alá a megfelelő betűket!



Á	B	C	E	É	G	Í	J	K	L	N	O	Ő	P	R	S	T	Y
2	3	4	6	7	9	12	13	14	15	17	18	21	22	23	24	25	30

14, 21 24,12,23,3,18,15,25 22,7,25,6,23

— — — — —

13,2,17,18,24 9,30,18,15,4,24,15,6,22,6,15

— — — — —



Asszonyok mennek a kőszírhoz, de Jézust nem találják!
Fogadok, hogy neked sikerül megtalálni Őt ezen a VARÁZSKÉPEN!

A játékokat gyűjtötte <http://rajzosevangeliium.hupont.hu/>-ról: Nagy Réka

Friss híreink megtalálhatók az interneten:
www.facebook.com/xvjszp és www.xvjszp.hu

Ezen a mobiltelefonszámon tudnak idős testvéreink segítséget kérni pl. bevásárláshoz. A számot napközben lehet hívni, ha nem tudjuk felvenni, visszahívunk mindenkit: (06) 50 108 2284

Felelős kiadó: Repcsik Gyula. Szerkesztők: Molnár Tibor, Novák Veronika, Szilágyi Éva.
Fejléc: Hódos László. Tördelő: Gergő Ágnes.