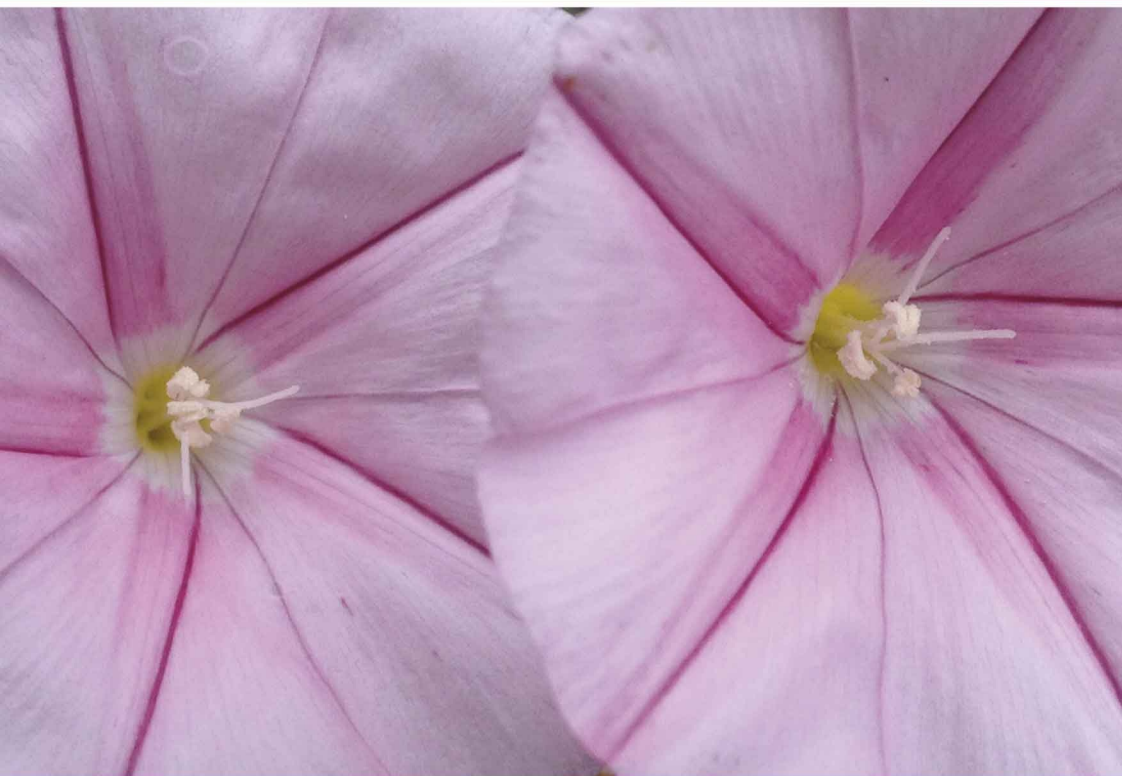


Egységben  
Veled



Családnapok  
2020

Egységben veled  
Családnapok  
2020



# EGYSÉGBEN VELED

Családnapok  
2020



Családok a Családért Egyesület  
Óbudavár, 2020

Szerkesztette:  
Dr. Lőw Péter és Helga

ISBN 978-615-5490-16-3

Borítóterv: Lőw Helga  
Fotó: Dr. Lőw Péter

Lektorálták:  
Dr. Bodó Márton és Rita  
Dr. Czigányik Zsolt és Anna  
Dr. Lőw Péter és Helga  
Dr. Oszwald Ferenc és Enikő  
Dr. Török Péter és Orsolya

Kiadja a Családok a Családért Egyesület  
8272 Óbudavár, Kistelek u. 2.  
[www.schoenstatt.hu](http://www.schoenstatt.hu) • [iroda@schoenstatt.hu](mailto:iroda@schoenstatt.hu)  
Felelős kiadó: az Egyesület elnöke  
Műszaki szerkesztő: Pozsgai Attila  
Nyomás: Vareg Nyomda • [www.vareg.hu](http://www.vareg.hu)  
Felelős vezető: Egyed Márton

# Tartalomjegyzék

Ajánló .....	7
Dr. Lów Péter és Helga	
Karantén után is, egységben veled .....	9
Dr. Török Péter és Orsolya	
Hogyan használjuk e füzetet? .....	11
Gódány Róbert és Rita	
Egységben veled .....	14
Gertrúd-Mária nővér előadása	
A remény fénye - Corona Mater .....	21
Gertrúd-Mária nővér előadása	
Önajándékozás – Eucharisztia és a házasság szentsége .....	28
Dr. Török Péter és Orsolya	
Tisztaság – egységünk dajkája .....	34
Szabó Bálint és Anna	
Hitelesség .....	40
Dr. Czigányik Zsolt és Anna	
Imából derűt merítünk .....	47
Dr. Lów Péter és Helga	
Élő kapcsolatban – a „csendes jelenlét” szentsége.....	56
Paulovics Zoltán és Orsolya	
Szent jelenlét .....	61
Dr. Szentannai Pál és Judit	
Betegség – gyógyulás .....	64
Dr. Papp Csaba és Klára	
Egységben a teremtetett világgal .....	72
Dr. Soós Viktor és Zsuzsanna	
Az örök boldogság íze (atyatanulmány) .....	80
P. Josef Kentenich	
A jövő apostolkodása (atyatanulmány) .....	87
P. Tilmann Beller	



## Ajánló

A tavalyi zsinaton még nem tudtuk, hogy a megtalált jelmondatunk milyen sokoldalúan tud támogatni bennünket az elkövetkező időben. Családnapos füzetünk írásai mindig az éves jelmondatunk köré rendeződő aktuális kérdésekről, értékekről szólnak:

Egységben Istennel – Eucharisztia. Minden esemény lehetőség, a Meglepetések Istenével való találkozásra, ha befogadjuk az Oltáriszentséget, személyes élményben részesülünk: szívünk megújul a szentségben.

Egységben a házastársammal – tisztaság. A házasság szentségi rangra emelt emberi kapcsolat, így egészen különleges feladatokkal, adományokkal és küldetéssel rendelkezik. A családnapok végén Tilmann atya, minden házaspár előtt térdet hajtott, mint a szentélyben, kápolnában, hogy kifejezze a házasság szentségének valódiságát. Kentenich atya nem arról tanít, hogyan kerüljünk el valamit, hanem hogy mit tehetünk a tisztaságunkért. Tanuljuk egész személyiségünket a társunknak ajándékozni s tanuljuk, hogy örömmel el tudjuk fogadni ezt az ajándékot.

Egységben másokkal – hitelesség. Mitől hiteles egy ember? – ha belül érintkezik Istennel. Az ima nem helyettesíti a tetteket, de a tetteket imának kell megelőznie. Gondolataink megtisztítása által tudjuk a cselekedeteinket megváltoztatni. A gyermekké válás jelentősége, az egyetlen út az égbe. Realizáljuk, hogy az élet részeként valamikor mindenképpen el kell magunkat engedni ebből a világból.

Egységben a teremtet világgal – teremtvédelem. Rá kell ébrednünk, hogy nemcsak a lelki életünkben, de a mindennapi életvitelünkben sem mehetünk a saját önkényes elképzeléseink után.



A természet sérülékeny, a földi erőforrások végesek. Ha, nem készítjük fel lelki immunrendszerünket akár egy apró vírus (bűn) is komoly károkat okozhat a lelki egészségünkben, sőt másokat is megfertőzhetünk vele.

Reméljük, hogy a füzet tanulmányai hozzásegítenek, hogy egészségben legyünk Istennel, önmagunkkal, házastársunkkal és a természettel.

Budapest, 2020. július

Dr. Lőw Péter és Helga

# Karatén után is, egységben veled

Dr. Török Péter és Orsolya

Amikor tavaly ősszel a zsinati résztvevők megtalálták az idei jelmondatunkat a közösség számára, még csak nem is lehetett sejteni, hogy 2020 tavaszán felfordul az életünk. Eddig nem tapasztalt kihívásokkal, élményekkel kell megbirkóznunk, és új lehetőségekkel, ajándékokkal leszünk gazdagabbak.

„Egységben veled” – hogyan is ad választ ez a jelmondat a koronavírus pandémia által okozott helyzetünkre?

Észre kellett vennünk, hogy a zsinat által felvetett kérdések, és az azokra adott schönstatti válaszok, amelyeket az aktuális jeleket értelmezve kerestünk, nem csak a jelenre vonatkoztak, hanem örökérvényűek, és erre a később kialakult különleges helyzetre is iránymutatóak.

A karanténba zárt családokban a szentáldozás hiányát megélve hogyan van valóságosan jelen a Szentháromság Isten? A házasság szentségében, amely a leghűbb képe és hordozója a Szentháromság közösségének a Földön. Hogyan tudunk szeretetben együtt lenni a nap 24 órájában? Ha egységben vagyunk Veled, Jézus, aki szelíd vagy és alázatos szívű. Hogyan tudunk igent mondani az új, más feladatainkra, lemondásainkra a megváltozott körülmények között? Ha egységben vagyunk Veled, Szűzanya, aki igent mondtál Istennek minden helyzetben.

Fellélegzett a természet 2020 tavaszán, mert az emberiség visszahúzódott házaiba, kevesebbet vásárolt, kevesebbet utazott. Hogyan tudnánk megőrizni a teremtett élővilág békéjét, hogyan tudnánk a Teremtővel és a teremtéssel egységben lenni akkor is, amikor visszatér a korlátozások nélküli életritmus?



A Gondviselő Atya, Fiú, Szentlélek már a zsinatunk idején megadta az iránymutatást, táplálékot erre a helyzetre is. Kantenich atya szavaival: minden nap úgy kell élnünk, hogy „lágerképesek” legyünk. Nekünk, ha nem is Dachauban, csak a saját otthonunkban és az újraindulásban, óvintézkedések közepette kell a mindennapok kihívásaival szembenéznünk, mégis erő és szeretet kell hozzá: egységben Veled, Kantenich atya!

# Hogyan használjuk e füzetet?

A családnapi füzet anyagainak feldolgozása  
a családcsoportban<sup>1</sup>  
(részletek)

Amikor egy család mellett dönt, hogy egy *schönstatti* családcsoporthoz akar tartozni, akkor egy világosan meghatározható csoportmunka mellett is dönt. A következőkben szeretnénk kifejtetni, miben áll ez a csoportmunka, amely által a csoport ténylegesen schönstatti családcsoport és nem valami más. A következő tanácsok, valamint kikötések nem tetszőleges ötletek, hanem a Schönstatt mozgalom közel kilenc évtizedes tapasztalatai alapján kapott, szerzett felismerések, melyeket, *kérünk*, fogadjatok szeretettel – és fogadjatok meg, törekedjete megvalósításukra.

A schönstatti családcsoportban – mely 4-6 családot jelent, a nagylelkűség és szabadság légkörének van otthonjoga. Minden alkalommal szabad akaratunkból fakadóan dönthetünk Schönstatt mellett, mint a mi utunk mellett.

A gyümölcsözőség az élet számára, ebben áll egy schönstatti csoport értelme. Ezért van a **csoportösszejövételnek menete**, amely elősegíti, hogy az együttlétünk gyümölcsöző legyen az életünk számára.

Az első, ami a szűkebb értelemben vett csoport-összejövételen történik, az, hogy elmondjuk egymásnak, „**honnan jövünk**”. Minden házaspár 3-4 perc alatt elmond valamit az előző csoport-összejövétel óta bekövetkezett fontos eseményekből. A házastársak egymással egyetértésben választják ki, határozzák meg, hogy mit akarnak elmondani. A vezérfonal az lehet, hogy „*mivel ajánlódott meg minket a Jóisten?*” A csoport-összejövételt vezető

---

<sup>1</sup> Egy alakuló csoport kérésére készítettük, de talán már meglévő csoportok is kamatoztathatják

házaspár *szeretettel, ügyesen* gondoskodik arról, hogy ez *összesen 30 percnél* többet ne vegyen igénybe. Ezzel befogadtuk egymást, egymás élethelyzetét. Többünk számára ez egy tanulási folyamat, másoknak teljesen magától értetődő. Általában tanulnunk kell. Mi van a többiekkel, mi foglalkoztatja X. házaspárt, hogyan alakul az élethelyzetük stb.?

Másodikként egy „anyagot”, **tartalmat fogadunk be**. Ez lehet a nyári családnapi anyagának egy – nem túl hosszú – része. Ebben az esetben a házigazda házaspár előadja, vagy fölolvassa a szövegrészt. A csoport vagy a mindenkori házigazda házaspár dönti el – ebben az esetben az előzetesen a csoporton belül folytatott elvi egyeztetés alapján<sup>2</sup> –, mi legyen egy adott összejövetel tartalma.

A beszámoló, a föl olvasott szöveg (vagy az előadás) egyes részeire van általában valamilyen belső reakciónk. Az életünk számára annak van a leginkább jelentősége, ami érdeklődő, pozitív visszhangot váltott ki bennünk. Erre kérdezzük rá a „**Mi érintett meg?**” kérdéssel. *Szép, ha a házastársak ezt először halkán kicserélik egymással.* Ez után a néhány perces csend után szabad a körben hangosan kimondani abból, ami megérintett, azt, amit meg akarunk osztani a többiekkel. Itt is a nagylelkűség és szabadság lelkülete legyen meghatározó. Mint csoporttag nagylelkűen, szabad elhatározásomból elfogadom, hogy **a beszélgetést vezető házaspár közösség iránti felelőssége és kötelessége**, hogy ebben a fázisban **ne engedjen meg** olyan megszólalást, ami ettől a folyamattól eltérít. Most még nem kérdezzük, nem mondunk véleményt, hanem **azt mondjuk el, ami megérintett**, vagy semmit. *Ez nem kell, hogy lerombolja az oldott, szeretetteljes együttlét légkörét. Utalhatnak a vezetők arra, hogy „az majd*

---

<sup>2</sup> Ha a csoport úgy dönt, hogy a mindenkori házigazda házaspár határozza meg az összejövetel tartalmát, jó, ha a csoporton belül alaposan átbeszéljük, mihez szeretnék magukat tartani.

***utána következik, most azt mondd, hogy mi érintett meg***”. Ezt meg lehet tanulni, és megéri a csoport-összejövetel hosszú távú gyümölcsözősége érdekében. A csoportvezető házaspár kötelessége, hogy mindezt keresztül vigye a csoportban.

Ez után a kör után folytathatunk tisztázó beszélgetést, fölvethetjük értelmezési problémánkat, vitatkozhatunk is egy kicsit, de ezt úgy, hogy nem viheti el a csoport-összejövetelt más irányba. Különösen is ne engedje meg a csoportvezető házaspár, hogy olyan vita alakuljon ki, amelyből hiányzik az egymás személye iránti tisztelet.

Az utolsó előtti kérdés, amiről beszélünk, az, hogy „**mit tehetünk**”. A megfogalmazás tudatos. Jófeltétel **lehetőségeit** nevezük meg. Jófeltételt otthon a házaspár választ, ha akar. Ez nehezebb, de hatékonyabb. Az élet lényeges részei nem elsősorban a családcsoportban, hanem az egyes házasságokban és családokban történnek – ha megtörténnek. Ezért nem választunk közös jófeltételt nem hozunk a csoportban döntéseket, melyek az egyes házaspárok, családok életére vonatkoznak. Ezeket a döntéseket vagy meghozza egy házaspár – vagy nem. A szépségtáti házaspárok olyan házaspárok, melyek maguk hozzák meg a lelki életüket irányító döntéseket.<sup>3</sup>

Óbudavár, a 3. évezred elején

Gódány Róbert és Rita

---

<sup>3</sup> Ez nem zár ki minden közös elhatározást, – olyat pl., hogy a következő összejövetelig naponta imádkozni akarunk XY-ért –, de takarékosak vagyunk ilyen együttes elhatározásokkal.

# Egységben veled

Gertrúd-Mária nővér előadása

Egységben vagyunk az egész világgal: amit én teszek, az befolyásolja a másikat, nem csak a páromat, hanem a társadalmat és más országban élőket is. A koronavírus-járvány azt mondja nekünk, hogy kicsi a világ, egy nagy család vagyunk, és befolyásoljuk egymást. Valamilyen szinten tapasztalható az egység.

*Együtt haladunk a magyar társadalommal, a magyar egyházzal, készülünk az 52. Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszusra. Ebben az értelemben is mondjuk: egységben veled.*

A családmozgalmunk karizmája, hogy szentségi házasságban élünk, amiben kapcsolatban vagyunk az Oltárszentséggel, és ezt a kapcsolatot akarjuk a magyar Egyháznak ajándékozni. A házasságban való egység egy nagy cél, amit soha nem érünk el teljesen, mindig munka marad. „Barátaim, a házasság munka!” – tanultuk Tilmann atyától. Tovább gondolva: az egység – munka a házasságban.

Az egység minden házaspárnál egy folyamat. Minden párnál más és más, életszakaszonként is változik. Néha nagyon közel vagyunk és néha messzebb kerülünk egymástól, de az a dolgunk, hogy valamilyen egység mindig maradjon közöttünk: valami, ami összeköt bennünket. Egységben maradni néha kemény munka. Ha meghívjuk Krisztust a házasságunkba, ahogy az esküvőnkön tettük, akkor nagyobb az esély, hogy gyümölcsöző marad az egységünk.

Egy asszony mesélte, hogy az első gyermekükkel nehéz volt neki, mert éjszakánként keveset hagyta őt aludni. Nagyon fáradt volt és mérges, mert már fogytán volt az ereje. Ráadásul ekkor még építkeztek is, és a férj az mondta a feleségének: „neked van időd, te gondoskodik az építkezésről”. Ekkor a feleség mélységes



csalódottságot élt át, és utólag azt mondta, hogy ha akkor nem hitt volna a házasság szentségében, elmenekült volna. Krisztus bennünk van, Krisztus tart minket – nem érzem, de hiszem!

Egy másik házaspár elmondott egy kedves tapasztalatot: amikor éppen jóban vannak, akkor biztosan odajön hozzájuk valamelyik gyerek. Azt gondolják ilyenkor, hogy a gyerekek érzik, hogy Krisztus van köztük. Isten a szeretet. A gyerekek érzik, hogy ilyenkor a szülők megélik a házasság szentségét.

Egy élményt szeretnék elmesélni, amit a Gál házaspár csoportjától hallottam. Az első családnapokon két házaspárnak is éppen házassági évfordulója volt, és Tilmann atya sokat beszélt a házasság szentségéről. Krisztus jelen van a kapcsolatunkban, jelen van közöttünk, házastársak között. A családnapok végén Tilmann atya, hogy kifejezze a házasság szentségének valódiságát, minden házaspár előtt térdet hajtott, mint a szentélyben, kápolnában. Azt akarta kifejezni, hogy nemcsak az Oltáriszentségben van jelen Krisztus, hanem a házastársi kapcsolatokban is. Azok a családok soha nem felejtik el ezt az élményt.

Krisztus jelen van, ez nagy dolog, de persze nem mindig érezhető, hiszen emberek vagyunk és gyengék is. Krisztus jelenléte nagy titok, és ápolnom kell ezt a nagy titkot.



Szép szokássá vált, hogy a családnapokon reggeli előtt vagy vacsora után találkozunk a szentélyben félóra szentségimádásra. Nagyon jó ilyenkor a légkör, érezhető a házaspárokon, akik ott vannak, hogy gyakorlatuk van a szentségimádásban. Egy házaspár az Oltáriszentség előtt: ennek nagy ereje van!

Gál Lacit „Krisztuskövető ember”-ként jellemezte egy osztrák hölgy, miután nyáron megismerte. Volt egy igen mély beszélgetésük arról, hogy miből meríti az erőt? Laci nagyon szerette a szentségimádást, az utolsó hónapokban ez lett az erőforrása. Sopronban van állandó szentségimádás, Laci rendszeresen járt oda, énekelt és gitározott, ezzel fejezte ki szeretetét és tiszteletét. Amikor már annyira beteg volt, hogy nem tudott énekelni, akkor egy soproni barátja gitározott és énekelt helyette, hogy Lacival együtt legyen az imában, zenélésben. Laci kívülről tudta a dalok számát, csak mondott egy számot és Tamás már énekelte is. Lacinak nagy örömet szerzett vele!

Nemrég találtam egy filmet, amelyik egy énekről szól, a Csendes éjről. Tavaly volt épp 200 éve, hogy ez a dal megszületett, és a szép, vallásos film ennek a történetét meséli el. Mesélek róla pár szót. A főszereplő, Josef Mohr, fiatal káplánként érkezik egy új plébániára, ahol megszeretik őt, de vannak nehézségek, konfliktusok is. A plébános szigorú, megkeseredett ember. Nehézség az is, hogy a hívek szeretnének anyanyelvükön beszélni, nem csak latinul, de ezt nem tehetik. A feszültség abból adódik, hogy az új káplán szeretné az anyanyelvet használni, a plébános pedig ragaszkodik a hagyományokhoz.

Egy kis történet a filmből: egy egyedülálló asszony fia megbetegszik, és a káplán meglátogatja őket; látjuk, hogy a kisfiú az atya mellett ül és kéri, hogy mondjon neki egy mesét elalvás előtt. Az atya azt mondja, nem jut eszébe történet, de egy verset szívesen mond: itt mondja el először a később híressé vált ének szövegét. Mikor már jobban van a fiú, az atya meghívja őt egy kirándulásra. Mivel még nem gyalogolhat sokat a lábadozó fiú, ezért a pap a karjába veszi és úgy megy fel vele a hegyre. Ott a he-

gyen a pap és a fiú mélyen és meghittén beszélgetnek. Az mondja a káplán a fiúnak: „Néha ide jövök gondolkozni és imádkozni, hát nem szép? Amikor annyi idős voltam, mint Te, arról álmodtam, hogy olyan virtuózzá váljak, mint Mozart. – Mit jelent az, hogy virtuóz? – kérdezi a fiú. Egy olyan zenész – feleli a pap –, aki a legszebb zenét is mesteri módon le tudja játszani, és amikor az emberek meghallják, a szívük is énekelni kezd. Úgy érzik, mintha az egész testük fénnel telne meg. Mosolyognak, mert úgy érzik, mintha a mennyországban lennének, és hálát adnak Istennek, a mi Urunknak ezért a gyönyörű érzésért, és megköszönik neki csodálatos kegyelmét. – Amikor beteg voltam, én is láttam egy fényt, egész meleg és kellemes volt, mintha odaát lennék.” – mondja a fiú. Ezután a kisfiú állapota sajnos ismét rosszabbra fordul, és az atya megint eljön, hogy támogassa az édesanyját. A templomból hoz egy ajándékot: a betlehemből a fából faragott Kisjézus figurát. A kisfiú újra szeretné hallani a verset, amit az atyától hallott azelőtt, végül a Kisjézussal a kezében hal meg. Ezután az atya a háziszentélyében imádkozik, majd látszik a koporsó mellett, ahogy imádkozik, próbál prédikálni a temetésen: a kisfiú hazatért a Kisjézushoz. Az atya készít egy új Kisjézusfigurát a betlehembe és a film végén az egész plébánia együtt éneklei a dalt az anyanyelvén. Végül az atya fiatalon meghalt és nem is tudta meg, hogy a dala olyan híres lett, hogy külföldön is elterjedt.

*Csendes éj! Szentséges éj!  
Szív örülj, higgy, remélj,  
Isten Szent Fia hinti reád  
Ajka vigaszt adó mosolyát:  
Krisztus megszületett!  
Krisztus megszületett!*

Egységben Veled. Hogyan lehetne a szekularizált világunkat Krisztussal való egységre vezetni? Hogyan lehetne megkeresztelni az Isten utáni vágyakozásunkat?

Nemrég egy lelkigyakorlaton vettem részt, ahol hallottam egy Kentenich-előadást 1966-ból: „olyan világban, olyan időben élünk, ahol csak a reális, kézzel fogható számít. De van az ember lelkében valamiféle vonzódás a titokzatos, a misztikus felé. Vonzódás a szemlélődés iránt. Nem a keresztény hitről beszélek, hanem egy általános, a természetből fakadó vallási igényről. Ez a titokzatos iránti vágy, vallási igény újra fel fog ébredni. Minket Schönstattban ez az Isten utáni vágyakozás a kezdetektől fogva megérint, az erőteljes Gondviselésbe vetett gyakorlati hit által. Isten érzékelhetően, tapinthatóan jelen van az életünkben. A Gondviselésbe vetett hit a kinyilatkoztatás Istenét mutatja meg nekünk, aki közelebb van hozzánk, mint mi magunk.”

Az imamódszerünk által megtapasztalható Isten. A családnapokon minden nap egy szép, egyszerű, de találó esti imát mondunk: hálát adunk a napért. Az osztrák családnapokon – ahogy nálunk itt Magyarországon is – az is egy szép szokás, hogy esténként, sötétedéskor minden házaspár kap egy kis mécses a kezébe, és 10 percig beszélgetnek, imádkoznak, mint egy kemence körül. Együtt visszagondolnak a napra – egyfajta utóízlelés együtt... Utóízlelés, azaz keresni az Istent, nem ott fönt, hanem itt, az én napomban, hétköznapi napomban. Naponta, hetente – vasárnap mint ünnepnapon –, havonta keresni a Jóistent. Hol sikerült vele kapcsolatban maradni? Így alakítom a lelki napirendemet. A családnapokon visz-



szatekintünk, mint egy lelkigyakorlaton: „Hol tapasztaltuk a Jóistent, mit kaptunk ebben az évben Tőle, mit köszönhetünk Neki, hogyan akarunk válaszolni?” Ez egy jó szokás, amit otthon is kialakíthatunk.

Jézus a táplálékunk, a barátunk, fontos, hogy beszéljünk Vele, például a szentségimádáskor nagyon fontos úgy beszélni, mint egy gyerek, beszélgetni vele, mint egy jó baráttal. Szabad panaszkodni, szabad kérni. Fontos, hogy nyitott és tiszta szívvel menjünk oda, vagy ha nem tiszta a szívünk, akkor legalább a tisztulás szándékával álljunk oda. Néha Jézus tisztává csókolja a szívünket, lelkünket. Ezek a gyöngyök az élet minden területén meg- tapasztalhatók, ebből kell élnünk. Nem állandóan, de néha megkapjuk kegyelmi ajándékként ezeket a kincseket, melyeket újra és újra kell ízlelnünk. Fontos utóízlelni: hol van Isten a lelkemben, az életemben. Kis Szent Teréz például megtapasztalta a Jóistent mint barátot, nagyon közelről, amikor kisgyermek volt, elbújt valahol és együtt volt Jézussal, egységben Vele. Még nem tanulta, hogyan imádkozunk, ez nála kegyelemből fakadt. A mai társadalomban nagyon erősen tapasztalható a vágy a magasztos iránt. A mai ember keresi a keleti szokásokat, a misztikus iránti éhségét szeretné a keleti gyakorlatokkal csillapítani. Még egy repülőtársaság újságjában is találtam ilyen témájú cikket. A mi nagy feladatunk és az esélyünk is, hogy ezt a vágyat megkereszteljük! Egy nagy felfedezés lehet, ha keresztény meditációvá alakítjuk ezt a szokást!

Még egy példát szeretnék itt említeni egy amerikai nővértársamról, aki fiatal lányként a szüleivel együtt ismerte Kentenich atyát. Azt mondta a nagybőjtben Kentenich atyának, hogy szeretne szigorúan böjtölni. Ebben az időben a böjt nagyon szigorú volt: csak vasárnap volt szabad rendesen étkezni. Még fiatal lány volt, nem érte el azt a korhatárt, amit az egyházi előírások szerint be kellett tölteni ahhoz, hogy valaki szigorúan böjtöljön. Azt mondta neki Kentenich atya: „Ön még túl fiatal, fontos, hogy egészségesen étkezzon.” Egy másik böjtöt ajánlott neki: „Tanuljon szorgalmasan!” Ez egyáltalán nem tetszett a lánynak...

Az atya érzékelte, hogy még szüksége van valamire. Másodjára azt mondta, hogy legyen barátságos a szüleivel, miután édesanyja kamaszkori problémákra panaszkodott az atyának a lányával kapcsolatban. „Imádkozhatná gyakran a keresztutat is!” – mondta az atya. Így ez együtt már egy nagyon egészséges, erőteljes böjti program volt. A szeretet a forrás, ebből érkezik az erő.

Kedves házaspárok, a gyerekekről akartam még beszélni. A nevelésben is a fő témánk az egység. Nagy a kihívás a médiával kapcsolatban a gyerekeinknél. A telefonnal való bánás más a fiúknál, más a lányoknál. Maradjanak kapcsolatban velük, egyeztessenek a szabályokról, beszélgessenek velük!

Volt egy érdekes tapasztalatom Ausztriában: egy órát utaztam együtt egy fiatal párral, akikkel utazás közben kialakult egy jó beszélgetés. Nagyon szimpatikus emberek voltak. Kiderült, hogy mindketten zenészek, iskolában tanítanak. A nő lengyel, a fiú német, Bécsben találkoztak, a fiú a lány által ismerte meg a hitet. A fiú értelmes, modern gondolkodású ember volt, nyitott a vallás



iránt, és előző nap volt a keresztelője. A fiú szülei teljesen vallástalanok, és ahogy mesélték, a pap nagyon ügyes volt a szertartáson: azt kérte, jöjjenek ki a szülők a fiuk mellé, és amikor ők nem jöttek, akkor a keresztszülőket szólította, majd maga a pap tanította meg a szülőket kis keresztet rajzolni a keresztelendő homlokára. A fiú azt mesélte, az apját még soha nem látta ennyire megérintve, mint abban a pillanatban. Krisztus a családkban egységben van velünk!

# A remény fénye

Gertrud-Mária nővér a Corona Mater  
alkalmából mondott on-line beszéde

2020. április 15.

Kedves magyar Schönstatt-mozgalmam!

Nagy öröm számomra, hogy ebben a formában – virtuálisan – találkozhatok most Önökkel és együtt készíthetjük elő az összentélyben tartott nemzetközi ünnepet. Örülök, hogy itt lehetek egy olyan szentélyben, ami a koronavírus időszakában egyre inkább nemcsak valódi, hanem virtuális szentély is lett.

A mai ünnep a nemzetközi Schönstatt Mozgalomban egy hirtelen jött esemény. Az egész világ szenved a koronavírus miatt. És az egész Schönstatt-világ azt szeretné ma kifejezni, hogy teljesen bízunk a Jóistenben, a Szűzanyában, a Háromszor Csodálatos Anyánkban és Királynőnkben. És szeretnénk ma újra kifejezni: Szűzanya, aki a Magyarok Nagyasszonya és az Élet Királynője vagy, legyél az Egészség Királynője, a Munka Királynője, a Gazdaság Királynője, a Család Királynője és a Szívünk Királynője!

A mostani koronavírus adta helyzet egyfelől egy nagy kihívás, másfelől pedig egy nagy esély.

*„Úgy gondoljuk, nagy tanulsága a mostani helyzetnek, hogy igen, a dolgok nem mindig úgy alakulnak, ahogy tervezzük, ahogy szeretnénk, le kell mondani sok mindenről, barátokkal való találkozásokról, korábban már megszervezett programokról, de helyette most több idő jut a családra, egymásra, olyan időtöltésekre, melyekre egyébként nem is gondoltunk volna. (...)*

*S igen, közös imádságra is több idő jut, mikor megpróbáljuk megfogalmazni, hogy mi az a jó, mi az a szép, amit az új helyzetben találunk, mi az, amit meg tudunk köszönni a Jóistennek. S ebben sokat segít a schönstatti lelkeség, mindaz, amit Kantenich atyától*

*tanultunk, s persze a Háromszor Csodálatos Szűzanya, aki most is velünk van, és akire ebben a helyzetben is számíthatunk. MATER PERFECTAM HABEBIT CURAM!”*

*„De én nagyon élvezem, pedig intenzívebb, nehezebb lett az életünk. (...) Mégis csodálkozom, hogy jó a hangulat itthon, játszunk is, most mindig együtt eszünk. Szóval én élvezem.”*

*Egy olasz család Milánóban, ahol nagy volt a koronavírus elterjedése, sokáig volt karanténban öt gyerekkel. Máskor korán reggel elindultak otthonról – most mindenki otthon maradt. Voltak szép pillanatok és voltak kihívások is! Az anya azt mondta: „Amikor olyan sokat vagyunk együtt most, megismerjük a gyerekeink új oldalát.” Amikor sok új rossz hírt kapott, békés próbált maradni, de néha nem sikerült. „Amikor jön a félelem, amikor pánikba esek, amikor hallom a betegek és halottak számát, akkor Máriához menekülök a háziszentélybe és elkezdem imádkozni az Üdvözlégyet.”*

## **Eljött a háziszentély órája!**

### **I. A háziszentély órája**

A mai ünnep együttesen zajlik az ősszentélyben és a háziszentélyekben.

Miért pont ma?

72 évvel ezelőtt ilyenkor szervezték Schönstattban az első nagy létszámú családnapiakat – több, mint 30 család jött össze – és meg akarták alapítani a Schönstatti Családmozgalmat. Kentenich atya ekkor Brazíliában volt, és onnan írta a Santa-Maria-i híres levelét, ami így hangzik:

*„Aki ismeri a mai életet, aki látja azt a borzalmas katasztrófát, amely felé a világ és az Egyház halad, az mélyen meg van győződve arról, hogy a Schönstatt-család sem egészében, sem részében nem oldhatja meg feladatát, ha minden ereje és egész lelke nem ömlik végső soron szent schönstatti családszigetekbe, amelyek mindinkább egyesülnek egymással egy közös családművé.”*

Ennek a levélnek a szíve: „Vigyék magukkal az Istenanya képét, és helyezték el a lakásuk egy díszhelyén. Így az egy kis szentélyé válik, ahol a kegykép kegyelmet közöl, szent családi birodalmat hoz létre, és szent családtagokat formál.”

Ebben a pillanatban megszületett a háziszentély.

Amiatt ünnepelünk tehát pont ma, mert ma van a Schönstatti Háziszentély születésnapja. A koronavírus-válság arra figyelmeztet minket, hogy most jött el a **háziszentély órája**. Mint család, mint házaspár szabad és lehet többet együtt lenni, ápolni a családkultúrát, ápolni a liturgiát a háziszentélyben, az otthonunkban – kezelni a családi veszekedéseket, ápolni a szeretet kultúráját...

Eljött a háziszentély órája. Az imában ma este ez hangzik el: A Házunk Királynőjévé koronázunk Téged, a Családunk Királynőjévé koronázunk Téged, a Szívünk Királynőjévé koronázunk Téged!

## II. A bizalom órája

Az ünnep az ősszentélyben ma este egy spanyol dallal kezdődik: Maria - Luz de Esperanza, Mária – reményünk fénye’.

A mai ünnep a reményről és a bizalomról szól.





Kentenich atya 1916-ban ezt írta a fronton harcoló fiatal Josef Fischernek: „Igen, Ön számára a háború – nemcsak külsőleg, hanem bensőleg is – egy zárandoklatot jelenthet a Szűzanyához. Van-e jobb módja annak, hogy az itt elültetett magokat növekedésre, teljes beérésre készítsük, és ezáltal Önnek a legjobb és legbiztosabb garanciát adjuk a későbbi üdvös tevékenedéshez és a megsokszorozott mennyei dicsőséghez? Nem hiszem.”

A háború – egy ilyen szörnyűség, mint a háború – „egy zárandoklat a Szűzanyához”? Akkor a mi mostani helyzetünk is lehet egy zárandoklat a Szűzanyához!

Az imában ma este ez is elhangzik:

Testi és mentális egészségünk királynőjévé koronázunk Téged, a pénzügyi válság idejének királynőjévé koronázunk Téged, a munkánk királynőjévé koronázunk Téged!

Amikor Kentenich atya a koncentrációs táborban volt, akkor társaival a Szűzanyát az otthonosság és kenyér királynőjévé koronázta. És a kenyér-anya válaszolt: a foglyoknak engedélyezték, hogy csomagokat kapjanak.

### III. Az odaadás órája

Most sokat vagyunk otthon, sokat vagyunk együtt mint család – a nagy gyerekek is otthon vannak – időnként ez talán nagy



öröm, időnként pedig nagy kihívás. Például küzdünk egymással: ki használhatja éppen a képernyőt? És még sok ilyen ...

Meghívom Önöket, hogy még egyszer figyeljük meg Kentenich atyát a koncentrációs táborban! Dresbach atyával dolgozott együtt, és egy fogolytársuk nagyon bántóan viselkedett: nem engedte a székeket másnak használni. Dresbach atyának ez persze nagyon nem tetszett. Kentenich atya érzékelte a haragját, és amikor kiment a másik fogoly, akkor ezt mondta Dresbach atyának: „Ugye, milyen kedves modora van?”

Egy egyetemista lánynak egy hasonló helyzetben azt mondta: „Ha nem tanulja meg a másik bogarait szolgálni, akkor haszontalan az egész.”

#### **IV. A nagy kihívás órája**

A koronavírus időszaka egy nagy kihívás – a nagyvilágban és az otthon kis világában.

Azt mondjuk a Szűzanyának ma este:

*Megkoronázunk Téged! Mutasd meg hatalmadat mint Világunk Királynője, amely annyira szenved a világjárványtól!*

*Megkoronázunk Téged minden önkéntes szívében, akik szeretnének segíteni azoknak, akik vírussal fertőzöttek, és azoknak, akik jelenleg nem tudják elhagyni otthonaikat.*

*Megkoronázunk Téged minden olyan pap szívében, akik támogatják a betegeket és hozzátartozóikat, és bátorítást és vigasztalást jelentenek sok ember számára ebben az időben.*

*Megkoronázunk Téged a politikusok szívében, akiknek nehéz döntéseket kell hozniuk.*

*Mindegyikük szívében megkoronázunk Téged, akik a pénzügyi következményektől szenvedünk.*

*Valamennyi gyermek szívében megkoronázunk Téged, akik szenvednek a járvány okozta korlátozásoktól.*

*Megkoronázunk Téged az idős emberek szívében, akik kiszolgáltatottak, bizonytalanok és félelemmel elteltek.*

## V. Az új esély órája

Nemrég láttam a hírekben egy videót, amelyben arról volt szó, hogy minden nagy válság után, minden nagy világ-égés után egy új, kreatív időszak kezdődött. Így volt ez 1920-ban az első világháború után. Így volt a középkori pestis után is.

És mi lesz a koronavírus időszaka után? Milyenek az esélyeink?

### Egységben veled

#### – Új közelség egymással

Egy édesanya ezt mondta: *„Meglepetés a számomra, hogy noha a karanténban nem szabad személyesen találkozni a barátokkal, de mégis sokkal közelebb érzem magam hozzájuk.”*

*„WhatsApp-on vagy telefonon tartjuk a kapcsolatot. Több időnk van egymásra, mint általában.”*

Az osztrák mozgalomban már sok nagyon szép közös virtuális élményt kaptunk ebben a koronavírusos időszakban. Egy család így fejezte ki: *„Először tapasztaltuk, hogy schönstattiként olyan közel vagyunk egymáshoz az egész országban.”* Egy másik család hasonlót tapasztalt: *„Az otthoni szentélyünkben olyan közel lenni a többi schönstatti családhoz – ez egy nagy élmény! Szerintem sokat nyerünk ebben az időben. Olyan közel érzem magam a nagy Schönstatt-családhoz, ahogy előtte sosem. Köszönünk mindent!”*

– **Új közelség Jézussal** – Több időnk van, imádkozni, könyörögni  
– Krisztus szeretete sürget minket – egységben veled, Jézus!!

#### – Új hivatásokra vágyakozunk

Ma este a koronázási ünnepen az ősszentélyben elhangzik egy könyörgés a hivatásainkért is: *„Atyánk, Országod építése radikális és elkötelezettséget igényel. Ajándékozz nekünk hiteles hivatásokat schönstatti közösségeink számára!”*

Nagy vágyunk, hogy ez a válság ilyen hivatásokat ébresszen a fiatal szívekben!

Mostantól elindítunk egy hivatás-kilencedet – „Ti vagytok az élő koronám” címmel, ami június közepéig tart.

Kilenc héten át imádkozunk, hogy mindnyájan meghalljuk és jól megértsük, mire hív az Isten. Fiataljaink között van „egy csapat”, akiket Isten a megszentelt életre hívott, értük is imádkozzuk a kilencedet. Belefoglaljuk az összes hivatást és mindenkit, aki a koronavírus miatt segítséget szenved. Imádkozunk Lőw Gergely diakónus pappászenteléséért. Hálát adunk minden ifjúért, akik a hivatásnak ezt az útját járják.

*„Az életszentség ajándék és meghívás...”*

Megkoronázzuk a Szűzanyát – te vagy minden reményünk fénye! Mária – Luz de Esperanza – könyörögj érettünk!

Ez az én kis magyar koronám<sup>1</sup> – ezzel fogom ma este megkoronázni a Szűzanyát Önökkel együtt – egységben veled!

Köszönöm a figyelmüket!



<sup>1</sup> mutatta a képernyőn

# **Önajándékozás – Eucharisztia és a házasság szentsége**

Dr. Török Péter és Orsolya

Az Eucharishtiában és a házasság szentségében Jézus jelen van, egészen eggyé válik velünk.

Házasságunkért az egységünkért végzett kitartó munkánknak, az újra és újra nekibuzduló küzdelmünknek ez az értelme és célja! A házasságban hatékonná és gyümölcsözővé válhat az Eucharishtiában hozzánk jövő Jézus kegyelme a két szentség egymást megerősítő és kiegészítő egységében.

„Nyilvánvaló – írja Szent II. János Pál –, hogy az ember jegyesi szerelmének analógiája alkalmatlan arra, hogy az isteni misztériumot mindenestül megragadja. Isten misztériuma meghaladja ezt az analógiát, ahogy minden más analógiát is.”<sup>1</sup> II. János Pál ugyanakkor kijelenti, hogy ez a párhuzam igenis lehetővé teszi, hogy megsejtsünk valamit a misztérium lényegéből. A szent pápa megjegyzi, hogy a házasság bizonyos értelemben az újszövetség valamennyi szentségének mintaképe, illetve őstípusa. (lásd: Test teológiája). Valamennyi szentség jegyesi természetű, hiszen mindegyiknek az a célja, hogy a Menyasszonyt, az Egyházat a Vőlegénnyel, Krisztussal egyesítse.

A pápák tanításukban, írásaikban a Szentírásra támaszkodva nagy hangsúlyt fektetnek arra, hogy kiemeljék Isten hozzánk forduló személyes, szenvedélyes, túlcsonduló, intim/bensőséges szeretetét. Az Oltáriszentség és a Házasság Szentsége ezt közvetítik felénk. Az Eucharishtiában a kenyér és a bor színe alatt Jézus jelenléte valóságos és teljes, mi pedig lehetőséget kapunk, hogy

---

<sup>1</sup> II. János Pál: Familiaris Consortio utáni apostoli buzdítás 1981. XI. 22.

magunkhoz vegyük: „megegyük és megigyuk”, hogy testben egyesüljünk vele. A házasságban a testi-lelki egyesülésben hasonló történik a társunkon keresztül, amikor szeretetben, kölcsönösen, feltételek nélkül egymásnak ajándékozzuk magunkat. A házasságban a kegyelmet közvetítő „anyag”, jel a törékeny emberi szerelem.

Embertársainkban közel jöhet hozzánk Jézus. Amikor segítünk valakinek: Jézust látjuk benne. Amikor segítséget kapunk, Jézus emel fel minket. Mégis minőségileg más a házastársamban, és a vele való kapcsolatomban jelenlévő találkozás Jézussal: olyan, mint az ételmegáldás és az átváltoztatás közötti különbség. Más dimenzió lép életbe: a szentség kegyelme. A házastársi kapcsolat szentségi rangra emelt emberi kapcsolat. A teljes emberségünket szólítja meg: a lelkünket, szellemünket és a testünket is. Minden síkon létre jön az egység, és ebben az egységben a Szentháromság közössége jelenik meg.

„Semmi sem hasonlít jobban a Szentháromsághoz, mint egy házaspár a házastársi egyesüléskor...”<sup>2</sup> Nagy lehetőség ez a számunkra! „A házasság szentségében mi ketten vagyunk a kenyér és a bor”<sup>3</sup> – mondta Tilmann atya.

Jézus a házaspárt kölcsönös testi-lelki egységre hívja meg. Az egység nem jelent egyformaságot, de jelentheti az egymásban kiegészülést. Ennek a megélése és kimunkálása nem fájdalommentes: komoly belső munkát, erőfeszítést igényel.

Ha egységben vagyok a házastársammal, egységben vagyok Istennel is és a rólam alkotott tervével is. Így tudok leghatékonyabb szeretetesköze lenni: a világban, a gyermekeink életében, a környezetünk számára.

---

<sup>2</sup> J. Kentenich: Küldetésünk titkai 12.

<sup>3</sup> P. Tilmann Beller: A szentmise, mint életmise. Családakadémia Óbudavár, 1999. 8.o.



A vőlegény és a menyasszony elsősorban azért köt házasságot, mert úgy látják, hogy ez a kapcsolat nekik, a saját szempontjukból előnyös, boldogító és jó lesz. Ez így van rendjén, hiszen sajnálatból nem szabad házasodni. Később, a szeretet érlelődési folyamataként a fókuszpont áthelyeződik arra, hogy én azért élek, hogy a társam boldog legyen. A szentségi Jézus a rendszeres szentáldozás során készíthet fel bennünket erre a fókuszváltásra, az önmagunkból való kilépésre. Kentenich atya egyszer tréfásan azt mondta: az emberi önzés olyan makacs, hogy csak halálunk után két órával hagyja el a testünket. Jézus erejére és kegyelmére van szükség, hogy ebből újra és újra nekibuzdulva kilépjünk. „Szent Pállal együtt megállapíthatjuk, hogy a keresztény házasság a szeretet csodálatos főiskolája... Ennek legnagyobb buktatója, az első szigorlat, ahol a legtöbben elbuknak: az önzetlen szeretet szigorlata.”<sup>4</sup>

A két szentség által az önajándékozásban, az elfogadásban, a bensőséges egyesülésben megélt istenélmény egymást átjárja és erősíti. Egy özvegy testvérünk erről így tett tanúságot: „amikor áldo-

<sup>4</sup> J. Kentenich: Küldetésünk titkai 12. 62.o.

zom, Jézus önátadó szeretetében elhunyt férjem ölelését is felfedezem.” Csodálatos, ha ezt az élő házastársunkkal kapcsolatban is átélhetjük!

Az Oltáriszentség vételének előfeltétele a bűnbánat, a gyónásban való megtisztulás és újrakezdés. A házasság szentségi életének, életben tartásának is ugyanez az útja. A házasságban két bűnös ember élete van egymáshoz kötve. A rendszeres gyónás és szentáldozás segít és indít bennünket a szeretetre, az áldozatra, az önátadásra a házasságban. A házasságban elsődleges keresztényi kötelességünk, szolgálatunk és felelősségünk a házastársunk felé irányul. Lőw Gergő prédikált így egy esküvőn: »a menyországba érkezve ugyanazt kérdezik majd tőletek, mint az óvodás kiránduláson: „hol van a párod?”«

Jézus tehát ott áll az otthonunk ajtajánál és kopogtat.

„Ebben a világban, amely még nem teljesen megkeresztelt világ, van egy ház, amelyben van élő tabernákulum: mi vagyunk ez a házasság szentségében.”<sup>5</sup>

Az Egyház egyik fő küldetése, hogy Jézus szentségi jelenlétét biztosítsa a világban. A templomok ezreiben jelen van a kenyér és a bor színében. A családokban, ezekben a kisegyházakban (ecclesiola/ecclesia domestica) a házasság szentsége biztosítja Jézus jelenlétét, a család Egyházhoz tartozását és részesedését az Egyház küldetésében.

Ahogy a Szentostya minden apró darabkájában a teljes szentségi jelenlét megvalósul, úgy a családi otthonokban is az Egyház szentségi, közösségi dimenziója a maga teljességében él a házasság szentségében. Milyen nagyon megmutatkozott ez a koronavírus járvány idején!

A házasság eucharisztikus vonatkozásairól így ír XVI. Benedek pápa: „Az Eucharisztia kimeríthetetlen módon megerősíti minden keresztény házasság fölbonthatatlan egységét és szeretetét. A ke-

<sup>5</sup> Tilmann Beller prédikációja, Óbudavár, 2012. jún. 25.



resztény házasságban ugyanis a szentség erejéből a házastársi kötelék bensőleg összefügg a vőlegény Krisztus és a menyasszony Egyház eucharisztikus egységével.<sup>6</sup> A kölcsönös házassági beleegyezésnek, melyet a férj és a feleség Krisztusban egymásnak ajándékozik, s mely az életnek és a szerelemnek a közösségébe állítja őket, szintén eucharisztikus dimenziója van.”<sup>7</sup> „A házasság felbonthatatlansága szoros



kapcsolatban áll az Eucharisziával, mert „az Eucharisztia kifejezi Istennek Krisztusban az Ő Egyháza iránti szeretetének visszafordíthatatlanságát.”<sup>8</sup>

Az Atya teremtményében benne van a férfi és nő közötti vonzalom és szenvedély, amely átélhetővé teszi az Isten szeretetét irántunk. Az egész kinyilatkoztatáson végigvonul az üzenet: Isten szerelmes szeretettel vesz körül minket, ahogy a vőlegény a menyasszonyát.

A szentmise Jézus keresztáldozatának megjelenítése. „A kereszten Isten irántunk érzett erosa vált láthatóvá.”<sup>9</sup> – írja XVI. Benedek pápa. A házasság is sokszor Jézus szenvedésébe von be bennünket. Megtöretünk életünk szentmiséjén: egymást kereszként hordozzuk és szolgáljuk, vagy együtt hordozunk kisebb, nagyobb kereszteket.

<sup>6</sup> v.ö. Ef 5,31-32

<sup>7</sup> Sacramentum Caritatis, 27.

<sup>8</sup> Sacramentum Caritatis, 29.

<sup>9</sup> Sacramentum Caritatis, 27.

*„A Szűzanya példa számunkra: Mária lelke, teste, szelleme a Jóisten iránt, a nagy Te iránt nyitva van. Amikor mi, házastársak szeretjük egymást, akkor mi is nyitottak vagyunk a társunk iránt. Tehát Mária a házas ember nagy, fontos eszményképe. Amikor látjuk Máriát, hallgatjuk beszédét, akkor Mária teste beszél. Mit mond? - Jézus. Mária lelke is beszél. Mit mond? - Jóisten, Jézus. Befogadja Isten szavát. Mária szelleme is beszél és mondja: -Jóisten, az üdvőtörténetben, a népünk történetében. A Magnificatban hallhatjuk Mária beszédét. Így mi is, mi ketten, amikor szeretjük egymást, beszélünk Jézusról. Amikor önmagunkat odaadjuk a társunknak, akkor Isten ott van jelen a házasság szentségében. Hasonlóvá leszünk Máriához, ahogy ő magát Krisztusnak adta. Elfeledkezünk saját magunkról, ahogyan ő is elfeledkezett magáról, amikor az életét Krisztusnak odaadta. „Íme, az Úr szolgáló leánya vagyok, történjék velem, ahogy akarod.” Isten velünk a társunkon keresztül találkozik. (...) Isten a házasságunk szövetségében a harmadik. Természetesen nem éljük ezt meg mindig így. Természetesen a házastársi együttlétnél előtérben a társunk van, vagy egyszerűen az ő teste. De mindezzel ott együtt cseng: úgy van, mint egy akkord a gitáron. Csak a hangzást halljuk, de nem minden egyes hangot. Így éljük meg mi is azt, amikor egymásnak ajándékozzuk magunkat a házastársi egyesülésben, hogy Istennek is ajándékozzuk magunkat. Akkor is, ha éppen abban a pillanatban nem gondolunk kimondottan a Jóistenre. Ezt a folyamatot hívő módon újra átélhetjük. Utólag, amikor Istennel egyedül vagyunk, meglátjuk a társunk mögött a Jóistent. Istennel szeretetteljesen erről beszélgetünk.”<sup>10</sup>*

---

<sup>10</sup> Tilmann Beller: A családi élet küldetés és munka, 80.o.

# Tisztaság – egységünk dajkája

Szabó Bálint és Anna

Keresztény közbeszédünkben a tisztaságot általában szorosan a szexualitáshoz kötjük. Úgy gondolunk rá, mint amit meg kell őrizni, ezért van, amit nem teszünk házasság előtt, illetve van, amit nem teszünk mással a továbbiakban. Kentenich atya ennél sokkal tágabb értelemben tekint a tisztaságra: bár minden erény anyja a szeretet, de a tisztaság a szoptatós dajkájuk. Másrészt nem arról tanít, hogyan kerüljünk el valamit, hanem hogy mit tehetünk a tisztaságunkért: a 6. boldogság (*Boldogok a tiszta szívűek, mert meglátják az Istent*) fordítva is igaz: *akik Istenre tekintenek, azok tiszta szívűek lesznek.*

Mit tehetünk a nemi életünk tisztaságáért? Kentenich atya a szeretet négy fajtáját különbözteti meg: szexuális-, érzéki-, lelki/szellemi- és természetfölötti szeretet. Nemi életünket akkor éljük meg tisztán, ha abban a szeretetnek mind a négy fajtája egyszerre jelen van. Hogyan kell ezt érteni?

A **szexuális szeretet** nem ugyanaz, mint a szexuális ösztön. Az ösztön nagyon erősen húz minket egymás felé, de vak, személytelen: meg kell nemesíteni, hogy szexuális szeretet váljon belőle. Isten a férfi és a nő szexuális természetének különbözőségét is felhasználja arra, hogy bensőleg növekedni tudjunk. A férfi megtanulja fékezni elszabadulni akaró vágyait, lassít, hogy erősen a feleségére tudjon figyelni, ezzel mindkettejük örömét növelheti. Megkeresi azokat a formákat, amelyekkel már nap közben ki tudja fejezni vágyát az egységük megélésére: csókkal búcsúzik, egy-egy rövid üzenettel, hívással napközben is kapcsolatban marad társával, majd kiveszi a részét a házimunkából, mesél magáról, vagy éppen figyelmesen meghallgatja a feleségét.

A nő sokszor nem kívánja olyan erősen a szexuális együttlétet, mint a férfi, neki erőfeszítéseket kell tennie, hogy éltesse a vágyat magában. Ha például elégedetlenkedésre hajlamos, figyel arra, hogy a jó gondolatokat helyezze előtérbe a férjével kapcsolatban, így készíti magát elő lelkileg a testi egyesülésre. S ami talán még ennél is nehezebb: félreteszi a házimunkát és pihen, hogy este ne legyen túl fáradt.

**Érzéki szeretet:** a nemeknek az az öröme, amiben nincs szexuális vonatkozás. Az érzéki szeretet gyakorlása védelem a nemiségünknek. Odafigyelek rá, hogy mi tetszik rajtam a társamnak és igyekszem ezeket a tulajdonságokat ápolni, ahogy az udvarlás időszakában is nagy gondot fordítottam erre. Vágyjunk arra, hogy tessünk a másoknak!

Milyen sértő egy feleségnek, ha azt érzi, hogy csak a nemi szerve ébreszt vágyat férjében. Viszont milyen boldogan és oldottan tudja átadni magát, ha érzi, hogy az illata, a mozdulatai, a szeme csillogása, a haja, az öltözködése mind örömet okoz a társának, nem cserélhető le, senki mással, nem szeretné ezt csinálni, csak pont Vele, ezzel a testtel, amelyik a gyermekeit hordozta és táplálta.

Fontos, hogy tetszeni akarjunk egymásnak, s az is, hogy egymásnak akarjunk tetszeni, ne a kolléganőnek, anyósnak, munkatársnak vagy esetleg csak magunknak.

**Lelki-szellemi szeretet:** házastársamnak a külső értékei mellett a belső gazdagságával is tisztában vagyok, értékelem, szeretem, fókuszban tartom őket. A társam lehet okos, humoros, jó vezető, gondos, széles világlátású, kreatív, jó problémamegoldó, talpraesett, nagyvonalú stb. Ahogy a szexuális szeretetet védi az érzéki, hogy ne legyen személytelen, a lelki-szellemi szeretet még jobban erősíti ezt, nemcsak a testi szépséggel veszi körül azt, hanem a másik teljes személyiségével, így a testi és lelki szeretet tükröződni tud egymásban. Tanuljuk egész személyiségünket



a társunknak ajándékozni s tanuljuk, hogy örömmel el tudjuk fogadni ezt az ajándékot. Ez nem mindig könnyű, sokszor azok a tulajdonságok, melyek anno megtetszettek a társunkban ma inkább idegesítenek. Nehéz időt, figyelmet ajándékoznunk egymásnak, házastársi beszélgetéseket szervezni, kettesben töltött időt kiszakítani. Pedig újra és újra rácsodálkozhatunk egymás belső kincseire, amiket a hétköznapiok sodrában szem elől tévesztettünk, rosszabb esetben pedig csak a visszáját látjuk. Sokaknak bevált a varázskérdés: „Mi van benned?”

**Természetfölötti szeretet:** a társamra mint Isten gyermekére, Krisztus titokzatos testének tagjára, a Szentlélek templomára tekintek. Ha a férj örül a felesége szépségének, a feleség férje erejének, akkor nem nehéz arra gondolnia, hogy ezek az értékek Istentől erednek. Ez természetesen nem azt jelenti, hogy az orgazmus extázisának pillanatában a páromban élő és jelenlévő Istenre kell, hogy gondoljak. Ez nem lenne természetes. De az utóízlelésben, a társamért való hálaadásban már megtehetem. Vagy fordítva: egy közös esti ima megkoronázása lehet a szexuális együttlét.

Itt is működik egy megneumesítésre váró erő. Míg a szexuális ösztön túllengése inkább a férfiakra jellemző, a nők -nem kevésbé veszélyes- kísértése lehet, hogy a lelki kapcsolathoz képest a szeretet többi fajtáját hanyagolják el.

A szeretet e négy fajtájának egysége teszi lehetővé házasetünkben, hogy ne a szexuális életünk mellett, vagy pláne ellenére törekedjünk az életszentségre, hanem hangsúlyosan, különleges módon a házastársi teljes egyesülésünk által! Sajátos világi küldetésünk van, melyhez a nemi életünk nem mellékesen, hanem lényegileg hozzátartozik. Létezésünk lényegéhez. A házastársi egyesülésünk aktusa az Istenhez vezető utunk.

### **Kentenich atya 5 pillért emel ki, melyek segítenek ezen az úton:**

#### **Bensőséges istenszeretet**

Szexualitásunk tisztasága nem független szeretetünk mértékétől: ahogy egyre közelebb kerülök társamhoz, egyre erősebben megéljük egységünket, de óhatatlanul megtapasztaljuk a kettőnk közti különbözőséget, egy sokszor fájdalmas s nem áthidalható távolságot. Ezek a csalódások Isten szeretetéből származó ajándékok, melyekkel magához akar vonzani minket. Az emberi szív Istentől származik, nagyobb annál, hogysem teljes nyugalmat, kielégyülést, beteljesülést találhatna Isten egy még oly tökéletes teremtményénél. A közelség és távolság elfogadása az, hogy tisztelettel vagyunk a másik felé: megborzongunk a benne lévő idegen nagyság előtt. Így ismerjük fel a titokban az Istent, mert a szeretetnek először egy emberben kell felgyűlnia, hogy utána Istenig loboghasson.

#### **Mélyen megalapozott alázat**

Az alázat nem más, mint igazság. Tudjuk hol a helyünk. Ez ma, amikor a túlzott büszkeség vagy az önértékelési zavar kísérti az

emberek nagy részét, különösen fontos. Az alázat az emberi korlátaink és az isteni ajándékok tudata, harmónia önmagunk kevéssé és sokra értékelése között. Segít, hogy megőrizzünk egy kis bizalmatlanságot önmagunkkal szemben, (tudjuk, mire vagyunk képesek Isten nélkül), s hogy rá tudjuk magunkat az isteni erőkre bízni.

### **Felvilágosult, hatékony lemondás**

Láttuk, hogy a szexuális ösztön, a tetszeni vágyás, a másik személyisége iránti vonzalom, a lelki kapcsolat mélysége iránti vágy mind olyan erő bennünk, melyet Istentől kaptunk. De az eredendő bűntől való sebeztségünk miatt ezek az erők sokszor uralkodni akarnak nem pedig szolgálni. Meg kell tanulnunk a bennünk működő erőket a lélek szolgálatába állítani, ezért a tisztaság nem lehetséges a lemondás állandó és okos gyakorlása nélkül.

### **Teremtő munkakedv**

A munka által részt veszünk Isten teremtő- és önelajándékozó tevékenységében. Az alkotó, értelmes munka lehúzó ösztöneinket kordában tartja és így kihat a házasságunkra is. Nagyon nehéz, ha munkánk nem teremtés, hanem csinálás; ha ezen nem lehet változtatni, ha munkánk kereszt, amit cipelnünk kell, akkor ebben az áldozatvállalásban kell megtalálnunk az önátadás lehetőségét.

### **Felszabadult öröm**

Igaz öröm nélkül a tisztaság nem borul virágba. Fontos, hogy családjában az öröm légköre uralkodjék, ez a legfontosabb védelem a pótkielégülések ellen. Ehhez nélkülözhetetlen, hogy életünkben a keresztény tanítás, a szentségek igazi örömforrássá váljanak.



A tisztaság tehát azon túl, hogy bizonyos dolgoktól való megtartózkodás, sokkal inkább valami, ami felé szüntelen törekszünk. Ez nem mindig sikerül. A tisztaságunkon ejtett folatok különösen fájdalmasak lehetnek. Isten csodálatos ajándéka, hogy a tisztán megélt házasságunk mégis megmaradhat. Ha úgy vé-tünk, hogy elveszítjük tiszta-ságunkat, Isten csodálatos ajándéka az is, hogy irgalmas szeretetéből, Mária közbenjárására, s társunk által

tényleg a bőrünkön is megtapasztalva újra és újra ajándékba kaphatjuk azt.

Kentenich atya a száműzetésből hazatérve az összetételben felidézte Szent Pált, aki arra a kérdésre kereste a választ, hogy Isten miért engedte meg Izrael oly sok eltévelyedését mígnem „végül megtalálta a nagy, szép, mély választ: hogy még inkább irgalmas lehessen népéhez.” (vö. Róm 11,32).

Felhasznált szövegek:

Pater Josef Kentenich: Am Montagabend, Mit Familien im Gespräch, Band 20., Ehe-liche Liebe als Weg zur Heiligkeit, Schönstatt-Verlag 1994, 16-34. o. (magyarul egy része: Küldetésünk titkai 12. Hogyan tehetjük boldogabbá házaseletünket, 5-14. o.)

Kentenich Reader 3. 65.: <https://www.j-k-i.de/kr-3-de-65/> (németül és angolul)

Die große Erfahrung der Barmherzigkeit Gottes: <https://www.pater-kentenich.org/de/neuigkeiten/bald-50-jahre/>



# Hitelesség

Dr. Czigányik Zsolt és Anna

A *hitelesség* időről-időre előtérbe kerül mint emberi, keresztény és schönstatti alapérték. Nemcsak a mai ember, hanem minden kor saját problémájának érzi a hitelesség hiányát és a rá való szomjúságot. Nyelvészetileg nézve az a tény, hogy az ősmagyar eredetű 'hit' szavunk rejlik a tövében, arra vall, hogy a nyelvünk legmélyebb, legalapvetőbb rétegéhez tartozik. Ez a szó eredetileg az jelentette: 'hűséges, kitartó ember', mára pedig a 'személyes meggyőződés' jelentést vette fel, amely természetesen megőrizte a 'hűség' szóval való mély összetartozását.

A *hitelesség* olyannyira alapvető és gazdag tartalmú számkra, hogy nehéz is rövid definícióját adni – mindig más és más szempontból közelítjük meg. A 2008-as évi családnapi füzetben szerepelt önálló témaként – akkor többek között arra került a hangsúly, hogy a hitelességhez nem tökéletesség, hanem tökéletességre való törekvés szükséges –, idén pedig ismét felmerült a hitelesség témája a zsinaton mint az egyik olyan alaperő, amely családjainkat mozgatja. Milyen fajta hitelességre szomjazik a mai világ? Ki a hiteles ember? A szótári válasz erre az, 'olyan ember, akinek a szavai/tettei/gondolatai összhangban vannak'. A zsinaton ezen felül a következő meghatározás született: 'olyan ember, aki lelki egyensúlyban van, aki vissza tud térni lelke középpontjába'.

Kentenich atya válaszait keresve rátaláltunk arra, hogy ha személyiségünk középpontjába, személyes eszményünkbe visszatérünk, akkor leszünk hitelesek, és hűségesek a meggyőződésünkhöz. Számára mintegy eszményének egyik megfogalmazása ez volt: „Az eszme és az élet összekapcsolása által, vagy az organikus gondolkodás és életmód által (...) rendkívül veretes formá-

ban megkaptam tulajdonképpeni élet-feladatomat is: a mechanisztikus gondolkodás- és életmód legyőzését”. Egész életében az mozgatta, hogy organikusan, szervesen élő személyiségeket segítsen a kiformalódásra – saját magát is beleértve. Hatalmas erőt szánt a belső élet kimunkálására. Az ő megfogalmazásában a *szerves, organikus* azonos a *hitelessel*: akinek minden része összhangban áll a benne élő Istennel, és alaposan kimunkált belső énjében kapcsolatot tud Vele tartani. Az „Égfelé” imakönyv esti imája nagyon képszerűen jeleníti meg ezt az egységben-létet: „meztelen a lelkünk magva / szeme előtt Urunknak.”

A Kentenich atya írásait összegyűjtő szöveggyűjtemény kommentárja így fogalmaz ezzel kapcsolatban: „Kentenich atya Schönstatt-családjában egy olyan lelkiséget fejlesztett ki, mely Istent kimondottan az emberben tiszteli. Az ember legbensőjének szimbólumát: a szívet Isten szentélyének nevezi. Az egyik legfontosabb ’váltó-átállítás’ az, hogy a ’Menny’, ahol Istent tisztelik: az emberi szív, nem pedig a ’felhők fölött’. Amint Szent Ágoston is mondja: Isten bensőségesebben jelen van bennünk, mint mi saját magunk.”

Nagyon szép, hogy a schönstatti közösségben, családnapokon egyre növekvő igény (és ezzel párhuzamosan lehetőség is) adódik a csendes elmélyülésre, imára. A nap sokszor félórás fakultatív szentégimádással kezdődik a kápolnában, és a kötöttebb programokba nemcsak arra van beépítve (természetesen!) idő / feladat, hogy a házaspár kettesben beszélgessen egymással, hanem hogy egyénileg is elmélyülhessünk. Ez különösen az életközepet elhagyva nyer nagy jelentőséget, amikor egyre inkább belül akarjuk megtalálni a válaszokat, és nem kívülről, készen megkapni.

Szintén erre az útra vezet minket a nemrég megjelent *Fényedben élni* című könyv<sup>1</sup>, amely egy gyakorlati útmutató a „schöns-

---

<sup>1</sup> Vinzenz Henkes: *Fényedben élni, Családok a Családért Egyesület, Óbudavár 2019*

tatti típusú” meditatív ima begyakorlásában: arra tanít, hogy Istenünket kifejezetten a csendes elmélkedés által találjuk meg a személyes életünk eseményeiben. Az Apostoli Mozgalom egyik házaspárja a járványzárlat elején írott levelében arra mutatott rá nagyon kedvesen és kedv-ébresztően, hogy akár a karantén Isten által akart értelmének kibontásához is hozzásegíthet minket ez a könyv – használhatjuk arra szolgáló útikönyvként is, hogy a korlátozott kifele fordulási lehetőségek, a kapcsolati bőjt helyett hogyan forduljunk befelé! Ezt bármikor megtehetjük, karantén sem kell hozzá...

**Mitől hiteles tehát egy ember?** – ha belül érintkezik Istennel. Ne feledjük el azonban, hogy ez nem azonos a vallásossággal. Számos példát látunk környezetünkben mind arra, hogy valaki nem hívő, mégis sugárzó, hiteles személyiség – és sajnos sok szomorú példát arra is, amikor egy vallásosnak, hívőnek tudott emberre a mechanisztikus, formális



vallásosság jellemző. Czakó Gábor kis írása viccesen mutatja be a jelenséget: „A jó plébános húsz esztendeje, összesen hat parókián szokta a gyűródést, de még nem szokta meg igazán. – Tudjátok, barátaim, nem a pogányokkal van bajom. Ők olyanok, amilyenek, sőt, egy picivel jobbak, mert bevallják. [...] – Engem azok a katolikusok zavarnak, akik túltesznek a pogányokon. Például Példáék, akik a szentmisén, a közös miatyánk után forrón kezet szorítanak a szomszédjakkal, és mosolyogva mondják a szemébe, hogy „legyen béke köztünk mindenkor”, aztán a temp-

lomkapun kívül nem állnak szóba senkivel.”<sup>2</sup> Reménykeltő, hogy a nemhívók között is láthatunk számos szép életpéldát – és talán ellensúlyozza azt a szomorúságot, amit akkor érzünk, ha hívő emberek hiteltelen életét látjuk.

**Mitől hiteles egy házaspár?** Ha felidézünk magunkban egy olyan házaspárt, aki – akár Schönstatton belül, akár azon kívül is – példaértékű, hiteles a számunkra, biztosan azt fogjuk találni, hogy nemcsak egyénenként „nagyok” – mint a Beatles: John Lennonnak és Paul McCartney-nak külön-külön is jelentős szólókarrierje volt – de igazán jók *együtt* voltak... Egy ilyen „nagy” házaspárnak a kapcsolata az igazán figyelemre méltó: hogy szeretik egymást! Hogy megőrizték, kiművelték a szerelmüket! Mivel a házastársi szerelem a személyiség minden rétegét magába foglalja, és mint minden szeretetkapcsolat, kultivációra, kiművelésre szorul minden szintjén – testi, lelki, szellemi, természetfölötti összetevőiben is – schönstatti házaspárként ez az életfeladatunk. Ezért azok hitelesek házaspárként, akik akár sok év után is érezhetően, láthatóan szeretik egymást, és kettesben maradva sem unatkoznak!

Egy hiteles házaspár érzékelhetően Krisztust jelenítik meg a házasság szentsége által – no nem feltétlenül úgy, hogy folytonosan beszélnek Róla ... Az Eucharisztikus Kongresszusra való készület dupla hasznot hozott számunkra – ez természetes egy ilyen gyakorlatias gondolkodású remek üzletasszony, a Szűzanya vezetésével működő közösségnek! Egyrészt széles lehetőségünk és alkalmunk nyílt / nyílik arra, hogy közelebb kerüljünk az Oltáriszentség titkához, másrészt nagy erővel ömlött közösségünkbe az az áramlat, amely az Eucharisztia és a házasság szentségének párhuzamait igyekszik kibontani. Szintén nemrég vehettük kézbe az a hiánypótló szöveggyűjteményt, ami Az élet kenyeré – a há-

---

<sup>2</sup> Czakó Gábor – Banga Ferenc: Még hetvenhét magyar rémmese - A keresztény anya félelme, Boldog Salamon Kör kiadó, 2004

zasság ereje címmel jelent meg és a házasság szentségének méltó megbecsülését segít elmélyíteni<sup>3</sup>.

A házasságok helyzete a járvány okozta kényszerű összezártsággal előtérbe került: rejtett feszültségek a felszínre kerülhettek, hosszú ideje megoldatlan problémákat immár nem lehetett a szőnyeg alá söpörni – ilyenkor vagy fejlődik, vagy széthullik egy házasság. Számos örömteli példáról is hallottunk, egyik baráti családban az édesanya örömmel újságolta: képzeld, olyan történik, ami már nagyon régen nem, ugyanis minden nap együtt ebédel az egész család! A család pedig a házasság erejéből és hitelességéből táplálkozik. Ahogyan Gál Laci a lelkünkre kötötte: vigyázzunk a házasságunkra!

A Jóisten a járvánnyal egycsapásra megszüntette a vasárnapi kereszténységet is – a hitelesség felé vezető út, hogy Isten szavát keressük ebben a helyzetben. A karantén idején / által mintha Istenünk nem olyan halkán sugdosna, mint ahogy szokott, hanem hangosan kiabált is volna egy nagyot: elegendem van a vasárnapi kereszténységből! elegendem van a rohangálásból! Amikor nem mehetünk templomba, akkor a családi asztal körül gyűlünk össze, akár kis családi liturgiát tartunk a „családapa-pap” vezetésével, az ünnepeket otthon tartva, amit máskor a templomban ünneplünk. (Persze az Eucharisztia hiánya megmarad ilyenkor, de ne feledjük: „A vágyakozás mértéke egyszersmind a beteljesülés mértéke is!”)

Végül pedig: **mitől lesz hiteles egy schönstatti közösség?** A zsinati beszámolóban a következő olvasható: „Egy éve ünnepeltük Kentenich atya 50. halálnapját. Hálásak vagyunk, hogy pont akkor kezdődött a Kentenich Kis-egyetem második évfolyama. 18 házaspár szán rá időt és energiát, hogy jobban értse Kentenich atyát és hogy az ő látásmódjában új válaszokat találjanak az új kérdésekre. Ez idő tájt, 1968. szeptember 11-én, öt

---

<sup>3</sup> Gertrúd-Mária Erhard nővér (szerk.): Az élet kenyere a házasság ereje, Családok a Családért Egyesület, Óbudavár 2019

nappal Kentenich atya halála előtt, amikor M. Anntherese Laier fiatal nővérként megkérdezte az atyát, mi történhet akkor, ha már nem lesz köztünk és nem tud a schönstatti közösségekről gondoskodni, az atya nagy komolysággal ezt válaszolta:

„Körülbelül 50 évvel az alapító halála után nagy a veszélye annak, hogy a közösség krízisbe kerül.”

A fiatal nővér meglepettségére tovább így folytatta: „Ez valószínűleg akkor következhet be, ha a család nem marad hűséges az alaperőkhöz. Ebben az időben szükség lesz egy alapos belső megújulásra és ’megerősítésre’. Ha ez a megújulás és megerősítés jól sikerül, tette hozzá, előfordulhat, hogy az alapítási idő után következő generációk mélyebb reflexióba kezdenek, és akkor talán lesznek majd olyan tagjai is a közösségnek, akik őt sokkal jobban megértik.”

Ez praktikusán pedig azt az örömhírt jelenti nekünk, hódító schönstattiaknak – és minden schönstatti hódító valamenynyire... -, hogy még erőteljesebb, még hitelesebb schönstattiakká válhatunk! A kulcs a hitelességhez pedig az alapítóhoz való visszanyúlásban rejlik: ne csak általában hivatkozzunk Kentenich atyára, hanem azt nézzük meg, ő mit mondott az adott kérdésről! Jó, ha olvasunk róla, de olvassunk tőle is! Természetesen nem hagyhatjuk figyelmen kívül, hogy sok nehezen olvasható szöveget találunk tőle – de ez talán pont arra sarkallhat minket, hogy közösségünkben dolgozzunk össze, támaszkodjunk egymás munkájára: a szövegek kiválasztására, előkészítésére, fordítására. Azzal becsülhetjük meg leginkább a szövegekkel munkálkodókat, hogy minél többet forgatjuk az általuk előkészített szövegeket!

Örömteli és termékeny áramlat indult el ez irányba is: a Kis-Egyetem, aztán a Schönstatti Mozgalom egyik missziósága: az Organikus Pedagógia-kurzus szövegolvasásokat mélyít el. Megfigyelhető annak a terjedő gyakorlata is, hogy szinte minden összejövetel egy Atya-tanulmány földolgozásával kezdődik

– nemcsak családnapok, hanem például fiatalok találkozója, női hivatáshétvége, apahétvége is. Ez abban segít minket, hogy ne csak Kentenich atya nevével – vagy rosszabb esetben – köz-helyekkel dobálózzunk, hanem a tanítása legyen a fontos és ismert. Természetesen azt is tudva, hogy Kentenich atya sokféle forrásból merít – sok esetben nem is az a fontos, hogy mit mondott ténylegesen, hanem hogy mit mondhatna akár – ennek felismeréséhez pedig jó, ha minél jobban ismerjük, mit is mondott tényleg. Igyekezzünk minél jobban a szemünkre illeszteni azt a bizonyos „Kentenich-szemüveget”, ami a szövegkereső-program google-feliratában szerepel!<sup>4</sup> És akkor elmondhatjuk neki is – mint egymásnak, vagy a Szűzanyának, vagy az Úristennek: EGYSEGBEN VELED!

Beszélgetést segítő kérdések az előadáshoz:

- Nevezzünk meg olyan embert és házaspárt, aki számunkra hiteles. Miért? (Gondolkodhatunk a schönstatti kereteken kívül is! Van a nemhívó ismerőseink között hiteles ember? Miért tartjuk hitelesnek?)
- Vajon mi mint házaspár hitelesek vagyunk-e? Mit felelnénk Tilmann atya visszatérő kérdésére: „Szeretik még egymást?” Életünk mely területe hiteles? Hol van tér a fejlődésre?
- A személyes elmélyülést hogyan építhetjük be jobban a napunkba?
- Az Eucharisztikus kongresszusra készülés hozott-e mélyebb kapcsolatot számomra / számunkra az Oltáriszentséggel?
- Mi a kedvenc idézetünk Kentenich atyától?

---

<sup>4</sup> <http://oasis.schoenstatt.hu/kakucs/>

# Imából derűt merítünk

Dr. Lőw Péter és Helga

„Túl sok szükségtelen gondot csinálunk magunknak, mert oly kevésbé vagyunk gyermekek. Azt gondoljuk, hogy az életutunkat magunknak kell vezetnünk. Természetesen kell gondoskodnom is, de csak mértékkel.” „Elégedetlenek vagyunk, nyugtalanok, idegesek és elveszítjük a bátorságunkat.” (J. Kentenich)

Nézzünk e mögé az életézés mögé: mi okozza a belsők zűlőszágát?

Hogyan tudunk önmagunkkal kibékülni és Istennel egysében lenni?

„És belsőleg megnyugodtak már?” – kérdezte egyszer a kispapjait Kentenich atya. Mit értünk a belső nyugodtságon?

## Gondolati tisztaság

A cselekedeteink a gondolataink útján indulnak el. „A hallgatásban enyhül meg a lélek, ilyenkor az ember visszatalál önmagához.” (J. Kentenich)

„Első a belső”... ezt a megkapó gondolatot a budapesti KH ünnepen hallottuk!

Gertrúd-Mária nővér az őszi zsinaton beszélt a belülről élés fogalmáról, a gondolati tisztaságról. Vissza kell térnünk önmagunk középpontjába. Gondolataink megtisztítása azt jelenti, hogy ápoljuk a gyermekséget a lelkünkben. Gondolataink megtisztítása által tudjuk a cselekedeteinket megváltoztatni. Hogyan? Ápoljuk a tiszta, egyenes gyermeki lelkületet. Nézzünk az életbe, az életünkbe!

Gertrúd-Mária nővér és Kentenich atya is a gyermekséget hangsúlyozza, amikor a lelki egyensúlyról, belülről való életről, a belső békéből meríthető erőről beszél.



Kiről mit gondolok? Tudok-e jó szándékkal gondolni másokra, vagy rosszindulatúan feltételezek dolgokat? Zaklatott vagy nyugodt vagyok, és miből táplálkozik a nyugodtságom? Kivel vagyok kapcsolatban? Ki a példaképem? Kivel vagyok kapcsolatban a szívemben? Keressük Jézussal, Máriával, a Királynővel és azokkal az emberekkel a kapcsolatot, akik közel állnak hozzánk. Ha be tudunk lépni a személyiségünk középpontjába, ha rendszeresen találkozunk a személyiségünk központi magjával az elcsendesülésben, az imában, akkor elindul bennünk a rendeződés. Ha van személyes eszményünk, ha egységben vagyunk az Istennel és a rólunk kapcsolatos tervével, akkor tudunk jó válaszokat adni, jó döntéseket hozni<sup>1</sup>.

### **A gyermekké válás**

„Legfőbb gondotok, hogy végtelenül gondtalanok maradjatok!” (...)

A gyermekség nem gyámoltalanság, hanem önállóság. A gyermekség az ember teljes érett valójában történő önátadás, és ennek az önátadásnak a következménye az elrejtettség. A gyermekség Isten iránti nyitottság. Szeretném Önöket néhány szóval biztatni: Az én legnagyobb gondom az, hogy minden pillanatban végtelenül gondtalan legyek!

Teljes odaadás! Jönnek a nehéz döntések. Mit kell tennem? Az én legnagyobb gondom ez: minden pillanatban gondtalannak lenni! Hősieken viselkedem, az Atya akaratahoz kötöm magam: az Atya az én és a családom sorsát a kezébe fogja venni. A legszükségesebbeket meg fogom kapni. Fontosabb minden gazdasági biztosításnál a belső igenlés mindarra, amit az Atya tőlem kíván. A legfőbb érték az Úrhoz hasonlónak válni a szenvedésben is. Ennek fanyar a hangzása. Mivé kell válnom mint felnőtt? A mai kor egy Isten elleni borzalmas tiltakozásból él, nem akar többé

---

<sup>1</sup> Gertrúd-Mária nővér előadása a 2019. őszi zsinaton



tudni Istenről. Ezzel szemben nekünk állandóan tudatában kell lennünk, hogy Isten körülvesz bennünket. Isten nélkül nincs semmi! Ezért fontos, hogy mindenütt Istent keressük, és Isten nyomait megtaláljuk. Mindenben Istent akarjuk látni, minden dologban és emberben Őt keresni és megtalálni.

A gyermekké válás jelentősége, hogy ez az egyetlen út az égbe. Általában igen gyakran azt tapasztaljuk, hogy a belső élet erősen ingadozik. Már a testünk is mennyi viharon megy át. Mennyivel többet tudnánk mesélni a lélek számtalan időjárás-változásáról! Ma lelkesedik, és holnap?! Az igyekvő emberhez hozzátartozik egy nagy bátorság is: minden nap újrakezdeni! Nekünk a belső életről már világos fogalmunk kell, hogy legyen. Amikor Assisi Szent Ferenc a halálos ágyán feküdt, így szólt a körülötte álló testvérekhez: »Engedj minket, Uram, végre egyszer újrakezdeni!« Erre kell nekünk is beállítani az életünket! Ez a bátorság magában foglalja a mély vágyat egy mindent felülmúló magas cél után. Isten a gyermekké válás útján lett emberré. Nekünk a gyermekké válás útján kell megistenülnünk.

Ha nem lesztek olyanok, mint a gyermekek... (Mt 18,3) Válasszuk el és különböztessük meg, hogy mi gyermeki és mi gyerekes! Az Isten előtti gyermekségnek különböző fokozatai vannak. A gyermekség legalsó foka a kifinomult önzés. Keresünk valamit a magunk számára. Szeretnénk biztonságban, boldogságban lenni! Magasabb fokon a gyermekség önátadást jelent, ahogy ezt az Úr elénk élte. Az Ő életét ez a gyermeki magatartás irányította: Atyámnak akarok örömet szerezni, nem magamnak! Az Atya akarta a gyermek számára minden dolog mértéke. Minél inkább nyitottak vagyunk az Isten és az isteni számára, annál inkább be tudunk zárkozni a világ előtt

Ha egy embert egészen mélyen szeretünk, gyermeki szeretettel, akkor, jöhet az ember hétköznapi légkörben él, de mégsem él abban, mert a lelke szeretetben él. A mi igyekezetünk magja ez kellene, hogy legyen: a világban élve, mégsem a világból élni. A világot szolgálni, szívvel és értelemmel azonban Isten körül keringeni. Hallgassuk csak meg még egyszer: Ha nem lesztek olyanok, mint a gyermekek... Mit kíván az Úr? Egy újbóli gyermekké válást.”<sup>2</sup>

### Ima és tettek

„Az ima nem helyettesíti a tetteket, de a tetteket imának kell megelőznie.”<sup>3</sup>

Mi áll a tetteink, cselekedeteink, világlátásunk mögött? Gondolataink határozzák meg azt, hogy mit teszünk, hogyan élünk. Ezekre tudunk hatni az imaéletünkkel.

„Boldogok a tisztaszívűek, mert meglátják az Istent!” (Mt 5,8)

Hogyan válik az ima a cselekedeteink meghatározójává? Hogy válik életünket befolyásoló erővé? Először is akkor, ha élünk vele! Milyen az imaéletem? Élményszerű vagy kötelességteljesítés? Rendszeres vagy rendszertelen? Van?

<sup>2</sup> J. Kentenich előadása az aschaffenburgi schönstatti körnek 1937. november 28-án

<sup>3</sup> Bárány Béla kanonok beszéde egy újmiséen, 2020. június 20., Pestszentlőrinc

Ahogy az elején már előkerült, „...rossz érzésünk van, amikor elfordulunk Istentől, mert saját magunkat akarjuk élvezni, azt érezzük, hogy valami nincs rendben. Ilyenkor egyszerűen az a feladatunk, hogy megálljunk, újra a Jóistenhez forduljunk, és hagyjuk, hogy azt mondja nekünk: »Minden újra jól van«. Létrejön a lélek békéje, mert már nem magunk körül keringünk, megszűnik a nyugtalanság. Az ember kipihen magát abban a gondolatban, hogy Isten megbocsát. A lelkünk akkor van békében, ha megéljük Isten megbocsátó szeretetét.”<sup>4</sup>

### **Teszem, de *hogyan*?**

„*Legyetek derűsek, én is az vagyok*” – mondta II. János Pál pápa élete utolsó napjaiban, akkor, amikor bár testileg már gyenge volt, de lelkileg erős. Utolsó ránk maradt üzenete hátborzongató, csodálatos mondat. Arról tett bizonyosságot, hogy a halál része, és nem lezárása az életnek. Tudta vállalni a szenvedést, betegséget, és tudott még betegen is kommunikálni.<sup>5</sup>

A derű egy általános állapot, egy belső kisugárzás, aminek ereje van, befolyásolja a cselekedeteimet. Teszem, de *hogyan*? Ha visszatérünk személyiségünk középpontjába, ha egységben vagyunk Istennel és a rólunk alkotott tervével, akkor tudunk jó válaszokat adni, jó döntéseket hozni. Minden alkalmas arra, hogy Krisztussal való kapcsolatunkat építse. Az Istennel való egységben lehet elindulni a házastársi egység felé is. Isten szemével nézem a társamat. Megéljük az egységet, ha közös szívügyünk van. Az egység nem feltétlenül egyformaságot jelent: úgy is építhetjük, hogy kiegészítjük egymást. Törekszünk arra, hogy Istennél magunkra találjunk, és önmagunkat megtaláljuk a másiknál is, hogy összhangban legyünk egymással, egységben Istennel.

<sup>4</sup> Tilmann Beller: A bűnösség értelme, Családnapos füzet, 1997

<sup>5</sup> Gáncs Péter, Magyar Kurír, 2005. április

## Önmagunk maradunk

„A házasságban, a házaselet aktusában tökéletesen és kölcsönösen egymásnak ajándékozunk magunkat és elfogadjuk egymást. Most elgondolkozunk ezen a piciny szócskán: »magunkat«. Az ember csak akkor tudja elajándékozni magát, ha birtokolja önmagát. Csak akkor tudja elajándékozni magát, ha önmaga középpontjából él, és ebből a középpontból kifelé fordulva újra és újra ajándékká teszi önmagát. Vagy másként kifejezve: az ember el is veszítheti önmagát. Különösképpen akkor áll fenn ennek a veszélye, ha a partnerek nagyon különböznek egymástól. (...) Mindezt természetesen annak a kettős egységnek a fényében nézzük, amit Isten rólam és a társamról kigondolt. Isten minket egy kettős egységnek szeretne látni. Ez gyakorlatilag azt jelenti, hogy saját magunknak újra és újra forrássá kell válnunk, melyből meg tudjuk ajándékozni a másikat. Például: csak akkor tudunk a társunknak igazi ajándékot venni, ha van saját pénzünk. Nincs sok értelme a közös kasszából ajándékot venni a társunknak. Ugyanígy a társunkat csak akkor tudjuk mindig újra önmagunkkal megajándékozni, ha önmagunk lehetünk; ha őérette önmagunkká válhatunk. (...) Jó megélni, ha ki tudjuk pihenni magunkat valakinél. Persze az ember egy embernél sohasem tudja teljesen kipihenni magát, mert mindenkit károsított az áteredő bűn. Az ember gyenge, de az emberben Isten lakik. Ha férj és feleség egymásra néznek, akkor ki tudják magukat egymásnál pihenni, mert hiszik, hogy Jézus a másik szívében lakik. Ez nagyon szép és fontos. Imádkozhatjuk az Urat a másik szívében. Leülünk és imádjuk az Urat a másik szívében. Ott kipihenhetjük magunkat, mert tartást kapunk. A béke ott van, ahol nagy nyugalom van.”<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Tilmann Beller: Fontos vagy nekem, a szexualitás értelméről

„Vegyetek erőt magatokon  
És legelőször is  
A legegyszerűbb dologhoz lássatok –  
Adódjatok össze,  
Hogy roppant módon felnövekedvén,  
Az Istent is, aki végtelenség,  
Valahogyan megközelítsétek.”

(József Attila: A számokról)

Egységben önmagunkkal, egységben a társunkkal, egységben Istennel!

Keressük az emberek közösségét, keressük Istennel a kapcsolatot. Isten nemcsak simogat, hanem nevel is, fájdalmat ajándékoz, mit kezdünk vele? A Jóisten a leggyengébb pontomon nevel. Hálások vagyunk Gaál Laciért és Szilviért. Ők mondták, hogy milyen nagy erőt jelent nekik az imádság, az, hogy „tudjunk mindenért hálát adni.” „Semmi sem természetes” – mondogatta Laci: arra tanította a betegsége, hogy hálások lehetünk mindenért, ami működik az életünkben, a kapcsolatainkban, a szervezetünkben.

Önmagunkra találni, a másokra találni, Istenre találni – a sorrend sem mindegy, belső figyelmet igényel, ami kifelé figyelésünkre is hat, egy másfajta szemléletet eredményez. Az ima egy belső figyelem, egy életünket átszövő látásmóddá válhat, ha eleget gyakoroljuk!

### **Istennel egységben – szemlélődő ima**

Ha a belső beállítódásunk Istenre hangolt, átformálja a cselekedeteinket, a világlátásunkat is. Mit tapasztalunk? Vannak csatlódásaink: csak hittel lehet hozzáállni az imához, mert mi van, ha nem kapjuk meg azt, amit kérünk? Ott kell lenni bennünk a „legyen meg a Te akaratod” hozzáállásnak! Kentenich atya a meditatiót szemlélődésnek nevezi, ami egy bensőséges kapcsolat a Jóistennel. Egy rövid, gyorsan elsajátítható, mély imaforma. Utóizlelni és előköstolni tanít minket, ez egy olyan forma, ami segít

bennünket abban, hogy a sok-sok benyomást, ami ér bennünket, be tudjuk fogadni, fel tudjuk dolgozni, jelen tudjunk maradni magunknál és a Jóistennél. A keresztény meditáció jellemzője: keresni a személyes Istent!

Kezdjük a meditációt egy személyes imával. Figyeljünk a testtartásunkra, a testtartás befolyásolja a lelki tartást. Fontos integrálni a háttérzajt vagy a zavaró elterelő körülményeket. A háttérben hallok gyereksírást, szirénázó mentőautót, és én csendben visszatérek a belső odafigyelésbe. Ez egyfajta lelki edzés: valami elterel, és újra és újra visszatérek abba a belső térbe, ahol jelen tudok lenni az Isten számára, ahol befelé figyelhetek.

Figyelünk tehát a légzésünkre: belégzés, kilégzés... Belélegezzük Isten jelenlétét és kilélegezzük azt, ami bennünk zajlik. Belélegezzük az isteni légkört, és kilélegezzünk...

*Visszatekintünk* egy kicsit: mi volt szép? Mi az, ami még mindig él a szívemben? Mi az, ami még mindig ragaszkodik a szívemben? Mi az, ami még mindig fáj, mi az, amit nem tudok elengedni? Mit akartál mondani a szép, és mit a nehéz élmény által? Mit szeretnék válaszolni Neked?

*Előre tekintünk*: mi vár ránk? Mi lesz szép? Minek örülök, mit várok? Mi lesz nehéz? Mitől félek? Mit akarsz tőlem, Uram? Mit akarsz mondani nekem ez által? Mit szeretnék válaszolni? Köszönöm Uram, hogy jelen tudtam lenni nálad a szívemben. Jöjj velem ezen a napon...

Ha sikerül egyre jobban jelen lenni a Jóistennél, akkor jelen tudunk lenni a világban és a beszélgetésekben is. Kentenich atya meghív bennünket, hogy legyünk jelen a világban, hogy ne csak visszahúzódjunk az imába, hanem készek legyünk meghódítani a világot.”<sup>7</sup>

Barátaink elmentek egy ünnepi alkalomra. Sok élmény érte őket, felemelő volt számukra. Pár nappal később kaptak egy le-

<sup>7</sup> Gertrúd-Mária nővér, Tied a jelenlétem, 2018

velet valakitől, aki szintén ott volt azon az ünnepen és olyan dolgokat emelt ki az élményeiből, amit mindenki átélhetett, csak mindenki más szinten fogadta be. Egyikük ott volt fizikailag, ám a másikuk *jelen* volt...

Így vagyunk Istennel is az életünk forгатagában: ott vagyunk, de képesek vagyunk-e finom érzékenységgel *jelen lenni* a dolgainkban? Vágyjunk a derűre!

A derű jól értelmezett gyermekségünkből, gondolataink tisztaságából, befelé figyelésünkből, önelajándékozásunkból, a szemlélődő imából fakadhat.

Ha az imából csak erőt akarnánk gyűjteni, az még nem elég, mert az erő szív nélkül nyers erő.

Az Istennel való egységünkből nyitottság, alázat és lendület születik, ami elvehetetlen, tovább segít akkor is, amikor nehéz. Meg kell tanulnunk ezt a bizakodva haladást, hogy ne csak járni tudjunk, hanem szárnyalni Isten dicsőségére. Nem csak *túlélni* akarjuk az életet, hanem *szenvedélyesen átélni* – egységben Veled!





# **Élő kapcsolatban – a „csendes jelenlét” szentsége**

Paulovics Zoltán és Orsolya

Rohanó világ, hektikusság, rövid üzenetek, gyors megbeszélések, mindez persze hatékonyan. Nincs időnk, és nem csak azért, mert képtelenség minden betervezett teendőt letudni a listánkon, hanem mert időtlenségben élünk: amikor megyünk, már megérkeznénk, amikor ott vagyunk, akkor már tovább mennénk. Mindig elérhetően, online élünk, cserébe sokszor a valóság lesz „offline”. És amikor végre van időnk, akkor sem vagyunk csak egyszerűen jelen: feltétlenül csinálnunk kell valamit. Talán nem is időhiányban szenvedünk, hanem jelenléthiányban. Mintha félnénk a jeltől, a csendtől, vagy attól, ami ott történhet.

Bizonyára sokunknak ismerős az a helyzet, amikor a fárasztó napunkat részletezzük a házastársunknak, de az ő gondolatai máshol járnak. Vagy éppen fordítva: amikor az aznapi munkák kudarcai jutnak eszünkbe, holott az iskolai történésekre kellene figyelniük. Tehetetlennek, sőt dühösnek érezzük magunkat, amikor kérdeznek minket, de nem értenek meg. Majd eszünkbe jut, hogy mi hány pillanatot, mosolyt mulasztottunk el csak a délelőtti folyamán, sőt mennyi minden zajlott le körülöttünk, amíg végre elkezdődött a nap az első kávéval. Sok cikázó gondolat, felesleges szavak a néhány szükséges helyett.

Régebben történt velünk, hogy egy utcasarkon váratlanul egy nigériai szerzetes barátunkkal futottunk össze. Figyelmesen érdeklődött a foglaltságunk felől, röviden mesélt magáról, majd a pár perces beszélgetést lezáró elköszönés után mint a szélvész, elrohant. Nem tudtuk mire vélni. A második hasonló eset után jöttünk csak rá: ő valószínűleg mindkét esetben nagyon sietett, de olyan nyugodtan és figyelmesen beszélgetett velünk, hogy ebből nekünk semmi sem tűnt fel.



A reggeli hideg szél csak felfrissíteni szeretne bennünket, a csöpögő eső gyermekkorunk pocsolózásainak pajkosságát idézi, az orrunk előtt elinduló villamos biztosít pár percet a reggeli imára, egy kamasz gyermek beszólása figyelmeztet rugalmasságunk megkopására, egy elfelejtett teendő vagy az odaégetett ebéd emlékeztet a szükséges napi blamára. És így tovább, minden esemény lehetőség a Vele, a Meglepetések Istenével való találkozásra. Együtt megélt nap, a félálombeli fáradt ima helyett.

Kentenich atya tanítja, hogy „a hallgatásban enyhül meg a lélek, ilyenkor az ember visszatalál önmagához”, így „mindig életünk legcsendesebb órái a legfontosabbak.” Melyek ezek a csendes órák, percek, pillanatok? Hogyan találhatunk rájuk a hétköznapi rohanásban?

Az Eucharisztia adja meg a választ: a „csendes jelenlét” szentsége a forrása és a csúcsa<sup>1</sup> a Vele, és így önmagunkkal, embertársainkkal és a teremtett világgal való élő kapcsolatunknak. A személyes találkozás csak az értelem és a szív csendjében valósulhat meg, és ezen csend minősége jól tükrözi a barátságunk mély-

---

<sup>1</sup> II. Vatikáni Zsinat (1964): *Lumen Gentium* dogmatikus konstitúció az Egyházzal, 11.



ségét. Tilmann atya szavaival: „ha Jézus életünk középpontjába lép, ha befogadjuk az Oltáriszentséget, személyes élményben részesülünk: szívünk megújul a szentségben”<sup>2</sup>. A megújulás egy áhított ajándék, de a lényeg a középpont: Jézus. Isten jelenléte nem csak ráadás, melyet az Ő többi ajándéka mellett még meg akarunk szerezni, hanem a kiindulás, a forrás, a létszükségletünk<sup>3</sup>. Az Eucharisziát ünnepezve, szemlélve, befogadva válunk Hozzá hasonlónak, s tanulunk meg jelen lenni.

Ő lényegileg, valóságosan jelen van az Eucharisziában. Ez csendes, de élő jelenlét: a hit csúcsteljesítménye szükséges az embertől, hogy ezt elfogadja, valamint „a hit megköveteli tőlünk, hogy azzal a tudattal álljunk az Eucharisztia előtt, hogy Krisztus színe előtt állunk”<sup>4</sup>. A konszekráció során a kenyérből és a borból Krisztus teste és vére lesz, akkor is, ha nem hisszük el, akkor is, ha nem foglalkozunk vele. Ugyanígy a hétköznapiakban: a látható szentostyán túl Isten láthatatlanul mindig velünk van, még ha el

<sup>2</sup> Paksi Eszter (2019, szerk.): Vársz ránk. Kortárs lelkiiségek az Eucharisziáról, Új Város Alapítvány, Budapest.

<sup>3</sup> Anthony Bloom (2010): Az élő ima. Odigitria Kiadó - JEL Könyvkiadó, Budapest.

<sup>4</sup> II. János Pál pápa (2004): *Mane Nobiscum Domine*. Szent István Társulat, Budapest.

is feledkezünk róla, még ha nem is akarjuk meghallani. A nap folyamán érdemes néha pillanatokra megállni, tudatosítani – nem elképzelni, hanem ráfigyelni –, hogy jelen van, belehelyezkedni a létünket körülölelő Létébe, ugyanolyan tisztelettel és hálatelt szívvel, mint amivel részt veszünk a szentmisén.

Amikor a törékeny ostyát szemléljük, gyakran elámulunk az Ő alázatán és az önajándékozó szeretetét kifejező áldozatán. Eszünkbe jutnak a szeretteink felé elkövetett bűneink, de a kegyelme által mindeközben erőt is kapunk a szüntelen újrakezdéshez, megtéréshez.

Az Ő valóságos jelenléte zavarba ejtő. Ahogyan a házastársunk pillantására, hozzánk fordulására reagálnunk kell, úgy Őt sem hagyhatjuk válasz nélkül. A válasz, a hasonulás változást követel, amely nehéz és lassú folyamat: megtanulni figyelni a kérdés helyett, meghallani, hogy mit kérdez tőlünk, majd felelni a hívására. Nem tűnik hatékonynak, de érdemes kipróbálni; Isten izgalmas kérdéseket tud feltenni!

Ahogyan a szentmisén a pap szavára történik meg az átváltoztatás, úgy Isten minket is hív, hogy legyünk a munkatársai, szükségése van ránk, hogy életünkkel érzékelhetővé tegyük Őt a mindennapokban: egy gondolatban, egy mondatban, egy mozdulatban, vagy csak a jelenlétünkben megtapasztalható legyen valami az Örökkévalóságból. Például indokolatlanul derűsnek lenni, érthetetlenül higgadtnak maradni, nem csak megbocsátani, hanem felejtetni is, süteményt sütni egy hajléktalan bácsinak, örülni egy idős néni hosszú monológjának, köszönetet mondani a házastársunknak azért, hogy van, hálaikat kifejezni a megszokott napsütésért. A világmindenséget teremtő Isten munkatársának, barátjának lenni megtiszteltetés és felelősség. Nem kell erőlködnünk, hogy méltóvá váljunk a feladatra, mivel az Ő választása már azzá tett minket. A munkánk abban áll, hogy mozgásban maradjunk: iratkozzunk be az „eucharisztikus”

Asszony, azaz Mária iskolájába<sup>5</sup>, aki életével megtanít minket az Eucharisztia helyes szemlélésére, és engedjük, hogy alakítson, eszközként küldjön minket az Egyházban és a világba, így általunk is építse Isten országát<sup>6</sup>.

Isten mindig, hűségesen jelen van, várja, hogy felé forduljunk; körülvesz és éltet, de meghagyja szabadságunkat. Ahogy az égő gyertyánál a viasz tartást ad, az Atya körülöleli létünk; ahogy a levegő táplálja a tüzet, a Lélek éltet minket; ahogy a tűz elűzi a sötétséget, Krisztus lángra lobbantja a szívünket. Az égő gyertya világosságánál tájékozódhatunk, ha a közelében időzünk, akkor felmelegít minket. De nem a közelségre, hanem az egységre vagyunk meghívva: „égő, de el nem égő”<sup>7</sup> apostolaivá kell válnunk, ehhez előbb felperzseli bennünk, ami nem hozzá tartozik, majd a szentáldozás során „izzó parazsat”<sup>8</sup> kapunk a nyelvünkre, hogy kanócként lángra lobbanjunk és másokat lángra lobbanthassunk. A tüzet nem mi gyújtjuk meg, nem mi éltetjük. A kanóc alig vehető észre, fekete, piszkos, önmagában céltalan valami, de minden pillanatban – örömben, bánatban, fásultságban, nehézségben – a Szentháromságos Isten szeretetében éghet.

Ezért „veszélyes” az Eucharisztia, az ima, a jelenlét, hiszen az élő/égő kapcsolat nem statikus: részeseivé válhatunk „önátadása dinamikájának”<sup>9</sup>, a láthatatlan jelenlétében is viselkedhetünk úgy, mintha látható lenne számunkra, az önmagunk körüli forgásból kilépve elindulhatunk a másik felé, odafordulhatunk a teremtetett világ felé. Így a valóságot megélve juthatunk el a Vele való egységre.

<sup>5</sup> II. János Pál pápa (2003): *Ecclesia de Eucharistia*, 6. Szent István Társulat, Budapest.

<sup>6</sup> Josef Kentenich (2012): *Ég felé. Családok a Családért Egyesület, Óbudavár.*

<sup>7</sup> Kiv 3,2

<sup>8</sup> Iz 6,6

<sup>9</sup> XVI. Benedek pápa (2005): *Deus Caritas Est*. Szent István Társulat, Budapest.

# Szent jelenlét

Dr. Szentannai Pál és Judit

*„... megjelent nekik Illés meg Mózes, és beszélgettek Jézussal” (Mk 9,4)*

Fontosak a nagy pillanatok, az ünnep, a lakoma, és ilyenkor gyakran arra gondolunk, hogy de jó lenne, ha nem múlna el a pillanat. Hitünk szerint az Eucharishtiával éppen ez a helyzet. Egészen korai, a százas évekből származó híradások beszámolnak arról, hogy a szentmise után diakónusok vittek a szentségből betegeknek, foglyoknak, azoknak, akik nem vehettek részt magán a lakomán. Később, ugyanennek a szilárd hitnek másfajta kifejezéseként megjelentek a szentségtartók, a körmenetek és a szentségimádás, és a tabernákulum is központi helyre került a templomainkban. Ezek, az évszázadok során érlelődött módok mind túlmutatnak a pillanaton, Jézus valós és tartós köztünk való jelenlétére hívnak. A templom csendjében leülhetünk mellé – örömről és bánatunkban, fáradtan vagy tettekre készen, csak, hogy együtt legyünk, elidőzzünk vele. Beszélgethetünk vagy hallgathatunk, ahogy akkor és ott a legjobb.

Tapasztaljuk, érezzük, hogy fontos nekünk ez az együtt töltött idő. Van, aki elsősorban az Eucharishtiával való kapcsolatában érzi ezt, vannak, akik nap mint nap a házastársi kapcsolatban érzékelik ugyanezt. De az is lehet, hogy nekem éppen ugyanennek a hiánya mutatja meg, hogy fontos lenne.

A házasságunk az esküvőnkkel kezdődött. Előtte, megismerkedésünkkel, és szerelmünk fejlődésekor természetesnek éreztük a beszélgetéseket, a közelség fontosságát. Az esküvő, a lagzi aztán elhalkult, és elkezdődtek a közös, olykor szürke hétköznapijaink. Ezek során öröm hazaérkezni, újra egymásra találni, és kicsit elidőzni egymás mellett. Észrevehetjük, hogy mennyire fontosak ezek az együtt töltött idők, amikor egy kicsit kikapcsoljuk a háztartás elinté-

zendő ügyeit, és csak egymásra figyelünk. Beszélgetünk, vagy olykor csak hallgatunk, ahogy kettőnknek akkor és ott a legjobb. Közösségünk bevált életpéldái azt mutatják, jobb, ha nem bízunk a véletlenre az ilyen alkalmakat, hanem akár előre beírjuk a nap-tárunkba, hogy a hét melyik estéjén fogunk elidőzni egymás társaságában.

### **Kenyér és bor – ételünk és italunk**

*„... te mégis asztalod vendégei közé helyeztél engem ...” (2Sám 19,29)*

Nagyon ritkán fordul elő, hogy nincs mit ennünk vagy innunk, hogy éhezünk kell. Utoljára talán egy kenutúrán éreztünk ilyesmit a borulás utáni estén, vagy évente kétszer, amikor az Egyház ezt kéri tőlünk. Kellenek ezek a tapasztalatok, hogy ne csak tudjuk, hanem valóban átéljük, mennyire szükségünk van a táplálékra. Az Oltáriszentség két (önmagában is teljes) oldala erre a mély és ősi tapasztalatra épít. Ennek szimbólum része a választott nép ünnepi szokásaira, ezen belül a báránylvacsorára támaszkodik. Sőt, ha még mélyebbre ásunk, megtaláljuk a még korábbi előzményeket. Hiszen ugyanezt fejezik ki a pásztorkodó, majd növénytermesztő népnek a természetre épülő, ősi, kinyilatkoztatás előtti ünnepei is.

A kenyérnek és a bornak emellett megvannak az újszövetségi előképei is. A kenyérszaporítási csodák egyértelműen ide mutatnak a maguk többretű és hangsúlyos tartalmával együtt. A bor újszövetségi előképére talán ritkábban gondolunk, pedig az Jézus nyilvános működésének a legelső csodája, vagyis szintén kitüntetett helyen áll. De nekünk, a házasság szentségében élőknek vagy épp arra készülőknek ezen túl is különösen kedves jelenetről van itt szó, hiszen egy esküvőn, egy fiatal pár házasságának a kezdetén történt! Kánában összetalálkozik tehát a házasság szentsége és az Eucharisztia szentsége, ahogy ez szépen megjelenik például a balatonföldvári templom üveglakain.



Ahogy az oltár körül összegyűlünk, hogy alapvető testi-lelki táplálékunkban részesüljünk, ahhoz nagyon hasonló módon jövünk össze a családi asztal körül szinte pontosan ugyanezért. Szemléltethetjük bármelyik irányból, szép, hogy az egyik helyen megélt tapasztalatunk segíteni tud, hogy a másik asztalunk körül is jobban jelen legyünk. Mindkettőre igaz az is, hogy szülőként feladatunk van a körülötte kialakuló légkör alakításában. Házaspárok jól bevált tapasztalata, hogy egyik asztalközösséget se célszerű a gyereknevelés és ügyintézés terepének tekinteni – törekedjünk az emberségünk legmélyét érintő jelentés közös megélésére!

- Hol legyen a helye az életünkben az együtt töltött időnek?
- Testi és lelki ünnep-e nálunk a terített asztal körüli együttlét?

Források:

KEK 1358, 1373 skk.

<https://www.youtube.com/watch?v=GzPUX-aEp30> , különösen 12:36-tól.



# Betegség – gyógyulás

Dr. Papp Csaba és Klára

*„Megtört szívvel tudatjuk, hogy szeretett gyermekünk, aki éppen nagykorú lett, rövid, súlyos betegség után tragikus hirtelenséggel elhunyt.”*

*„Fájó szívvel, de Isten akaratában megnyugodva tudatjuk, hogy csodálatos szerettünk hosszan tartó, méltósággal viselt betegség után hazatért Urához.”*

A betegség, az öregedés, a halál mindannyiunk osztályrésze, szeretteinket, előbb-utóbb pedig magunkat is el kell engedni ebből a világból. És nagyon nehéz ezzel szembenézni, ezt elfogadni, ezt az utat végigjárni. Sokaknak nem is sikerül. Egy idős beteg a következőkkel magyarázta öngyilkossági kísérletét: „Nézze, doktor úr! Rosszul látok, alig hallok, nem tudok férfiként teljesíteni, sem dolgozni, minek éljek!” Sokan a maguk vagy mások betegségét, öregedését, haldoklását negligálva nyüzsgönek, tesznek-vesznek, pótcselekvésekkel, akár látványos egyházi tevékenységekkel feledtetik a lényegét, kerülik a szembenézést. Emlékszünk egy volt kollégánk apósára, aki végstádiumú daganatos betegségben szenvedett és meghalni jött be a kórházba. Felesége minden nap gyorsan beadta a napi ételadagot, majd kimen(ekül)t a Keleti pályaudvarhoz a menekülteknek ételt osztani ... Sok neves gondolkodó egyfajta sztoikus, reménytelen beletörődést lát csak lehetségesnek. Bertrand Russel, angol matematikus és filozófus: „Helyt kell állnunk, meg nem alkuvó kétségbeeséssel a rettenetes végig.”

Az biztos, hogy egy komoly betegség, az öregedés és halál realitása, a haldoklás folyamata **egzisztenciális krízist** jelent,

a létezésünk mélyét érintő érzéseket, érzelmeket, kínzó kérdéseket hoz felszínre. Megjelenhet a kiszolgáltatottság érzése, a kontrollvesztés, a pillanat feletti uralom elvesztésének a megélése, az egészségünk, méltóságunk, szabadságunk, tetterőnk, képességeink visszafordíthatatlan elvesztésének vagy legalábbis korlátozásának megtapasztalása, ezáltal egyfajta kilátástalanság, reménytelenség, a létezés értelmetlenségének érzése. Keresztény emberben megjelenhet egy kettéosztottság is: egyfelől lelkes törekvés a hősiességre, a mártíromságra („ide nekem a keresztet”), másrésztől ösztönös-érzelmi tiltakozás a teljes önátadás ellen. Ezek természetes reakciók. A baj az, hogy amint a fenti példákból is látszik, az egzisztenciális krízis által okozott érzések, tapasztalások olyan válaszokat válthatnak ki az emberből, amelyek akár az örök élet elfogadását is veszélyeztethetik. 1) Hiányzik az őszinte szembenézés és elfogadás, marad a hárítás, menekülés, kényszeredett belenyugvás. 2) Igazából enyhülésre, megkönnyebbülésre vágyunk, nem igazi gyógyulásra („bárcsak minden visszatérne a régi kerékvágásba”). 3) Válaszainkat a felszínes szükségletek, és nem az igazi, mély vágyak vezérlik. – Vagyis összefoglalva, létezésünk bizonytalansága **gyakran evilági-emberi választ eredményez**, illetve a felszínen maradva **elmarad a mélyre evezés, a mély egység megteremtése Istennel, magunkkal, a beteggel, időssel, haldoklóval**.

De vajon így kell ennek lennie? Valóban csak „helyt kell állnunk a rettenetes végig?” Tényleg elegendő a szenvedőnek csak fizikai-pszichés segítséget nyújtani? Nem és nem! Kentenich atya is realizálta a nehéz élethelyzetek potenciális bénító hatását, de rögtön utat is mutatott: „Egész lényünk szinte oda van szögezve, beleragad a pillanatba. Isten azonban századokon át lát, mérhetetlenül messzebbre és mélyebbre lát, mint mi.” Egy láb amputációhoz vezető, tüdőáttéteket okozó csontdaganat miatt haldokló 32 éves férfi az alábbiakat mondta: „Úgy érez-

tem, hogy az életem jó irányba halad, de amikor a Jóisten odaadta ezt a keresztet, akkor megértettem, hogy igazából megmentette az életemet. ... Az egész betegségeim értelmét ez adja meg: miközben ennyien összefognak és imádkoznak értem, áldozatot hoznak, valójában nem biztos, hogy engem, hanem a saját életüket mentik meg.” A Szentírás elmondja nekünk, hogy Mária Jézus agóniájában is ott volt vele, nem beszélt, nem erőlködött, egyszerűen csak meghallotta Szent Fia szavát és a jelenlétét adta (Jn 19, 25-26). A schönstatti egységkereszt megrendítően tárja eléink ezt a legvéresebb valóságot is vállaló, de azon túlmutató mély egységet. „A haldokolók gyógyítása” című könyv tanúságot tesz arról, hogy a Minnesota állam egyik szerzetes közösségében szolgáló, 1979-ben autóbalesetben elhunyt Mary Jane Linn betegápoló nővérnek megvolt az a karizmája, amely révén számos haldoklót kísért útján az örök élet felé, vette át szellemi terheiket. Ahogy pap unokatestvérei írják: „Unokahúgunknak megvolt ugyanaz a különleges szeretetadománya, mint Teréz anyának, amely útjára bocsátja a haldokolót az örök élet felé.”

Ezek a történetek csodálatosan példázzák, hogy mi is az Istenhez vezető út, az üdvösségre vezető út lényege! A Szűzanya, Kentenich atya, a halálos beteg fiatalember, a betegápoló nővér a már említett evilági-emberi válasz helyett evangéliumi választ adott, a Szűzanya és a betegápoló nővér egész lényével a haldokoló rendelkezésére állt. Milyen jó, ha a létezésünk legmélyét érintő egzisztenciális krízis, a betegséggel, öregedéssel, haldoklással vagy magával a halállal való találkozás bennünk is őszintén Istenre irányuló evangéliumi válaszhoz, illetve a kísérést szomszéd szerettünk, embertársunk önmagunk korlátait átlépő intenzitású támogatásához tud vezetni! De milyen is az evangéliumi válasz? Hogyan lehet igazi egységben lenni a másik emberrel? Azt gondoljuk, a kulcs: a **szükségleteink fon-**

**tosnak tartása helyett alapvetően a vágyainkra kell rezonálni és reagálni!**

EMBERI-EVILÁGI REAKCIÓ	EVANGÉLIUMI REAKCIÓ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• A kilátástalan helyzet nincs, lényegtelen, reménytelen</li> <li>• Miért pont én, miért pont most?</li> <li>• Az okot keresi</li> <li>• Ki a hibás? Változzanak meg a körülmények!</li> <li>• Hogyan lehet gyorsan megszabadulni a problémától?</li> <li>• Ne legyen nehézség („vissza a régi kerékvágásba”)! </li> <li>• Koncentráls a kilátástalan helyzetre</li> <li>• <b>Múltó érzet, hangulat, indíték határozza meg</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A kilátástalan helyzet létezik, realitás, az élet része</li> <li>• Mit üzen nekem a Jóisten?</li> <li>• A célt kutatja</li> <li>• Miben kell nekem változnom?</li> <li>• Hogyan tudok megszabadulni a lelkemet romboló dolgoktól?</li> <li>• Ez nehéz, de haladjunk tovább a növekedés útján!</li> <li>• Koncentráls a Jóistenre</li> <li>• <b>Személyes eszmény, örök értékek határozzák meg</b></li> </ul>
SZÜKSÉGLET	VÁGY
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Múltó érzet, hangulat, indíték határozza meg</b></li> <li>• Megjelenik»nő»kisű»megszűnik»újratermelődik</li> <li>• Magamról szól – dolgokról szól</li> <li>• Ahhoz kell, hogy lépni tudjunk</li> <li>• A pillanatra irányul (itt és most)</li> <li>• Testi, pszichés, intellektuális, egzisztenciális dimenzió</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Személyes eszmény, örök értékek határozzák meg</b></li> <li>• Folyamatosan megvan, tud folyamatosan növekedni</li> <li>• Másokhoz kapcsolódik – személyekről szól</li> <li>• Ahhoz kell, hogy eljussunk valahová</li> <li>• A jövőre irányul, egy folyamat, történet része</li> <li>• Intellektuális, egzisztenciális dimenzió</li> </ul>

Hogyan tudunk a hétköznapiakban evangéliumi választ adni, hogyan tudjuk a beteget, haldokolót az útján kísélni? A következő lépések segíthetnek:

**1. Tudatosítunk.** Kellő mértékletességgel és távolságtartással, haszontalan tépelődés nélkül, de már idejekorán szembesítjük magunkat eljövendő öregedésünkkel, halálunkkal. Tudatosítjuk, hogy a feltörő érzelmek, érzések önmagukban nem negatívak, sőt, fontos is, hogy szembesüljünk velük. Realizáljuk, hogy az élet részeként valamikor mindenképpen el kell magunkat engedni ebből a világból.

**2. Szemlélődünk, figyelünk.** Igyekszünk minél többször csendet teremteni, Isten halk hangját meghallani. Megkeressük saját szívünk igazi vágyait. **Szemléljük Jézust, aki realista módon megküzdött azért, hogy elfogadja a szenvedés tényét, de nem csak elfogadta, hanem beépítette üdvösségtervébe.** Szemléljük az evangéliumot, a hegyi beszédet (Mt 5,39-41), amely alapján azt mondhatjuk a betegségnek, öregségnek: fizikailag tönkrehetsz, DE Isten képét nem tudod „szétverni”, az itt van lényem középpontjában; minden értelemben lemezteleníthetsz, DE azt nem tudod tőlem elvenni, hogy ajándékozzak; kényszeríthetsz

sok mindenre, DE a teljes benső szabadságomat nem tudod elvenni. Csodálatos Lázár feltámasztásának története, ahol Jézus az egzisztenciális szükséglet (én, vagy akit szeretek, ne szenvedjen, ne legyen beteg, ne haljon meg) helyett az egzisztenciális vágyra (legyen örök életünk) ad választ. Az a válasza, hogy „szerette őket”.



Azt mondja: „Mindenkinek meg kell halnia, mindenkinek át kell mennie ezen a falon. Én is ezen át jutottam az Atyához. Én vagyok a Feltámadás és az Élet, szeretlek, átkísérlek a falon.” Figyeljük Kentenich atyát, amint Dachauban azt mondja: „Felismertem, a Jóisten nem akarja, hogy egész nap csak szalmazsákokat foltozzak, ez nagyon kényelmes lett volna. Ennek az órának az volt a parancsa, hogy bátran kockáztathatok”. Mint Kis Szent Teréz, rátekinünk a Szűzanyára: „A Szűzanya lát engem és mosolyog. Azt mondja, veled vagyok, és bármi lesz, én szeretlek. Minden bajra, minden fájdalomra mi ketten válaszolunk mosolyogva.” Figyeljük Mary Jane nővér élményét: „A haldokoló Lucy körül minden iszonyattal töltött el. Légzése nehéz volt, hörgött. Bárhol voltam a szobában, arcomban éreztem a leheletét. Úgy tűnt, hogy én is magamra vettem a halálát. Fizikai közelségben voltam vele, szinte megízleltem, én is haldoklóvá váltam. Átéreztem, hogyan halok meg. Amikor már szinte teljesen átváltoztam, Jézus nevét kezdtem imádkozni, abban a ritmusban, ahogy Lucy lélegzett ... Nemsokára nyugalom és béke töltött el mindent. Többé már nem akartam elszaladni.”

**3. Hálát adunk** (Ter 2,7; Iz 43,1-4; Jn 3,16). Ha ezeket az idézeteket engedjük a szívünkbe hatolni, rájövünk, hogy én is és a másik is értékes, és elkezdjük magunkat Isten szemével látni.

**4. Őszinték vagyunk** (Mk 7,21-22; Róm 7,15.21). A hálaadás által szívünk egyre inkább Istenre tud hangolódni, és így már látjuk, valójában milyenek is vagyunk: kicsik, sebzettek, kiszolgáltatottak, sérülékenyek és bűnösök, de értékesek. Elismerjük, hogy szeretünk a komfortzónánkban maradni. Viszont hálás és Istenre hangolt szívvel most már néven tudjuk nevezni a félelmeinket, rettegéseinket, bűneinket, lelkünk útipoggyászának nehéz köveit, fájó pontjainkat, terheinket.

**5. Megbocsátunk és bízunk** (Iz 43,25; Lk 23,39-43; Zsolt 55,23; Mt 7,25-34; Jn 11,25). Bocsánatot kérünk Istentől, másoktól, magunktól. Megbocsátunk Istennek, másoknak, magunknak. Till-

mann atya ezt írta: „Nem hagyjuk abba a harcot, nem hagyjuk abba a megbocsátást. Újra és újra tovább harcolunk. De a szentséghez vezető úton ez már nem általános iskola, nem is középiskola, hanem egyetem. Ez az egyetem. És ez nehéz.” És elhatározzuk, hogy bízunk Isten ígéreteiben.

**6. Gyógyulunk.** A megbocsátás és bizalom által lelkünk mindenképpen, de lehet, hogy testünk is gyógyul. Kentenich atya a tudatalatti lelkiélet (amelyet egy tóhoz hasonlít) megtisztításának 4 lépését tartja szükségesnek: a) a benső összefüggések felismerése, néven nevezése; b) lelkünk fájó pontjainak, „halainak” átadása valakinek, aki ezeket átveszi; c) a fájó pontért hősiek áldozathozatallal való vezeklés; d) „az átélt rossz dolog jó értelmének átérzése” azáltal, hogy megköszönjük a „halat”.

**7. Döntünk és cselekszünk.** Tudatában vagyunk Isten nagyságának és megbocsátó szeretetének, a Szűzanya mosolyának, magunk kicsiségének és értékességének, Isten nekünk készített, személyes eszményének. Most már egyértelmű, hogy nem engedhetjük mindennapi gondolatainkat, szavainkat, cselekedeteinket, egész irányultságunkat múltó érzések, indítékok által befolyásolni. Most már képesek vagyunk a „halál árnyékában” is személyes eszményünk, örök értékek alapján, igazi, mély vágyaink mentén evangéliumi vá-



laszt adni. Most már bátrabban tudjuk Tillmann atyával mondani, hogy a nehezebb utat választjuk.

Azt gondoljuk, ezek a lépések csak **tudatos, akaratí aktus, és mindennapos gyakorlás** révén vihetők végig! Nekünk, mint a schönstatti úton járó házaspár, egy különleges ajándék, hogy egymást napról-napra segíthetjük ezen az úton. És ezek a lépések eljuttathatnak bennünket a lényeghez, hogyan adjunk evangéliumi választ a betegnek, idősödő, erejét veszítő embernek, haldoklónak, hogyan lehet övé a jelenlétünk, hogyan forduljunk örömmel feléje és hogyan legyünk egységben vele.

1. Keveset beszélünk, sokat hallgatunk, befelé, a Lélekre figyelünk, „csak” ott vagyunk.

2. Szembesítjük azzal, hogy harcot vív, megadjuk neki a biztonságot, hogy ebben a harcban nincs egyedül. Szeretettelve által próbáljuk egyre jobban megközelíteni, erősíteni, harcra buzdítani. A szükségletei felől indulva fokozatosan az igazi vágyai felé haladunk, ezáltal rövid- és hosszútávú jövőt adunk a kezébe. A szükségleteivel is foglalkozunk, de középpontban az örök értékek vannak.

3. Nem elég az egyszerű együttérzés. Belépünk a történetébe, magunkat adjuk, magunkra vesszük terheit, „lenyeljük halait” (majd azokat Isten kezébe tesszük). Segítünk szemlélődni neki, közbenjárunk érte, hálát adunk és bocsánatot kérünk a nevében. Tudván, hogy kicsik vagyunk, teljesen Isten kezébe helyezzük őt.

Jézus a mennybemenetelekor azt mondta: „S én veletek vagyok minden nap, a világ végéig” (Mt 28,20). És ahogy Kentenich atya felismerte, itt is van a házastársunkban, embertársainkban. Minél mélyebb egységben vagyunk Jézussal, annál mélyebb egységben tudunk lenni másokkal és saját magunkkal.



# Egységben a teremtet világgal

Dr. Soós Viktor és Zsuzsanna

Napjainkban a közbeszédet meghatározó legfontosabb témák egyike a környezetvédelem, az éghajlatváltozás kérdése. Politikusok, tudósok vitatkoznak a problémakör súlyosságáról és a megoldási lehetőségekről, tömegek vonulnak az utcára, hogy felhívják a figyelmet a legfontosabb problémákra. A hatalmas információáradatban a hétköznapi ember csak kapkodja a fejét, hiszen sokszor egymásnak ellentmondó információk jutnak el hozzá, és gyakran úgy érzi, hogy politikai és ideológiai csatározások terepévé válik e fontos és minden embert érintő téma. Időről időre feltesszük magunknak a kérdést: Én egymagam mit kezdek ezzel a világméretű problémával? Egyszerű emberként mit tudnék tenni?

Az elmúlt évszázadokban a világ soha nem tapasztalt tudományos és technikai fejlődésen ment keresztül. Ha az ipari forradalom kezdete óta eltelt időszakot áttekintjük, azt látjuk, hogy egyre gyorsabb a fejlődés, a tudomány egyre több valóban hasznos, az ember életét szolgáló találmánnyal állt elő. Ugyanakkor a világ fejlettebb részében az emberi kényelem, a wellness-kultúra kiszolgálása a fogyasztást tette az élet legfontosabb jelszavává. A hatalmas mértékű ipari termelés és fogyasztás pedig számos környezeti és ezzel együtt járó társadalmi problémát is magával hozott.

Keresztény emberként fontos szem előtt tartanunk, hogy egy igazán összetett kérdéssel állunk szemben. XVI. Benedek pápa így írt erről: „A természet könyve egy és oszthatatlan, mind a természet vonatkozásában, mind az élet, a nemiség, a család, a társadalmi kapcsolatok, röviden: a teljesértékű emberi fejlődés tekintetében. A környezettel szembeni kötelezettségeink össze-



függenek azokkal a kötelességeinkkel, amelyeket magával az emberi személlyel szemben, és annak a másik emberrel való kapcsolataiból fakadóan viselünk.”<sup>1</sup>

Hogy mit is kezdjünk a gyors technikai fejlődéssel, már Kentenich atya korában is nagyon foglalkoztatta a fiatalokat. Jól érzekelte ezt Kentenich atya, ezért az első igazán fontos beszédében, az Előalapító okiratban – amit a Schönstatti Kollégium spirituálisává való kinevezését követően mondott el – hosszasan beszélt erről a témáról: „Nincs szükségünk nagy világ- és emberismeretre annak felismeréséhez, hogy korunk az összes haladásával és felfedezésével együtt sem képes betölteni az emberek belső ürességét. Ma ugyanis minden figyelem és minden tevékenység kizárólag a makrokozmoszra, a külső világra irányul. És valóban nem késlekedhetünk csodálatunkkal adózni az emberi géniusznak. Legyűrte a természet hatalmas erőit és a szolgálatába állította. Legyőzi a távolságokat, átkutatja a tengerek mélységeit,

---

<sup>1</sup> XVI. Benedek pápa: Caritas et veritate enciklika. Magyar kiadás: Szeretet az igazságban, Szent István Társulat, Budapest, 2009.

átfúrja a hegyeket és átrepüli a világreszkeket. A kutató ösztön egyre tovább nyomul. Felfedezik az Északi-sarkot és feltárják a földrészek fehér foltjait. Átvilágítják az emberi testet. A távcső és a mikroszkóp naponta új világokat leplez le. De egy világ, mely örökké régi és örökké új, a mi saját belső világunk ismeretlen és kikutatlan marad. Az emberi lélek átvilágítására nem találtak fel semmiféle új módszert. (...) Korunk bensőleg ezért olyan borzasztóan szegény és üres. (...) A külső természet feletti uralom messze megelőzte az emberi természet belső meghódítását. Ez a hatalmas hasadék, ez a felmérhetetlen szakadás egyre nagyobb és távolgóbb lesz. Előttünk áll a társadalom szociális nyomorának a kísértete, a társadalom csődje. Ezen a téren minden erővel egy nagyon gyors változást kell elérni! Ahelyett, hogy az új feltalálásokon uralkodnánk, ők uralkodnak rajtunk. Továbbá rabjai leszünk a saját szenvedélyeinknek is. Nincs más választás: vagy-vagy. Vagy előre, vagy hátra! Rajta hát, menjünk visszafelé! Térjünk tehát vissza ismét a középkorba! Szedjük fel a síneket és vágjuk le a villanydrótokat! Nem kell a villany, a szentet hordjuk vissza a bányákba és zárjuk be az egyetemeket! Nem! Soha! Ezt nem akarjuk, ezt nem szabad és nem is tudnánk megtenni! Akkor hát előre! Igen, előre a belső világunk felderítésére és meghódítására a céltudatos önnevelés útján! Minél nagyobb a külső haladás, annál jobban mélyüljünk el bensőleg! (...) Mi is csatlakozni akarunk ehhez a modern törekvéshez a képzettségünk mértékének megfelelően. A jövőben nem engedhetjük meg, hogy a tudás uralkodjon rajtunk, hanem nekünk kell uralkodnunk a tudás felett.”

És ehhez kapcsolódóan Kentenich atya meghirdeti az önnevelés programját:

„Tehát fel az önnevelésre! Ezt kívánja gondolkodásunk idealizmus és a szívünk vágya, ezt kívánja a társadalom és azok az emberek, akikkel majd a későbbiekben kapcsolatba fogunk kerülni. (...) El kell tehát sajátítanunk az önnevelés tudományát! Minden

adottságunkat és tulajdonságunkat be kell vonni az önnevelés folyamatába! (...) Szilárd jelleművé kell nevelni magunkat! A gyerekekből már régen kinőttünk. Akkoriban még engedték, hogy a cselekedeteinket a hangulatok vezessék. Most azonban meg kell tanulni szilárd, világosan felismert alapelvek szerint cselekedni. (...) A jellemünknek szabadnak is kell lennie! Istennek nem gályarabokra, hanem szabad evezősökre van szüksége!”<sup>2</sup>

Kentenich atya egy nagyon személyes választ ad egy látszólag globális problémára. Élete nagy célja egy új típusú ember formálása az önnevelés által. „Egy új típusú keresztényről van tehát szó. Egy olyan keresztényről, aki továbbad. Az élethez hozzátartozik, hogy élő kapcsolatban áll a környezetével. (...) Egy keresztény számára az a döntő kérdés: Tud-e valamit a környezetének adni? Van-e abban a helyzetben, hogy formálja a környezetét? Röviden szólva: A jövő kereszténye vagy apostol, vagy már nem keresztény többé.”<sup>3</sup> Szép, ha ezzel a lelkülettel tudunk a minket körülvevő teremtetett világra is tekinteni.

Ezt a fajta szemléletet képviseli Ferenc pápa is a *Laudato si'* – Áldott légy<sup>4</sup> kezdetű enciklikájában, amiben ő is összekapcsolja a környezetvédelem kérdéskörét a szociális témákkal és a társadalmi igazságosság kérdéseivel. Kifejezi „őszinte és fájdalmas” aggodalmát azért, ami a bolygónkkal történik, de ezt mély hitéből táplálkozó derűvel teszi: „A Teremtő nem hagy magunkra minket, sosem fordít hátat szeretetternének megvalósításában, nem bánja meg, hogy megteremtett minket. (...) De arra kaptunk meghívást, hogy az Atyaisten eszközei legyünk abban, hogy boly-

<sup>2</sup> A schönstatti eszmék első nyilvános meghirdetése 1912-ben. Küldetésünk titkai 2. A szeretetszövetség I. Családok a Családért Egyesület, Óbudavár, 2001.

<sup>3</sup> P. Tilmann Beller: 2000 – Az új kezdet. Egy út Kentenich atyával. Családok a Családért Egyesület, Óbudavár, 2013.

<sup>4</sup> Ferenc pápa: *Laudato si'* – Áldott légy kezdetű enciklikája közös otthonunk gondozásáról. Szent István Társulat, Budapest, 2015.



gónk olyan legyen, amilyennek ő megálmodta, amikor megteremtette, és megfeleljen az ő tervének, amellyel békét, szépséget és teljességet akar adni neki.” Ferenc pápa felhívja a figyelmet arra, hogy a természet, az éghajlat közjó, ami mindenkié, és mindenkinek a javát szolgálja. „A keresztényeknek különösen is tudatosítaniuk kell magukban, hogy a teremtet világon belüli megbízatásuk, a természettel és a Teremtővel szembeni kötelességeik hitük részét képezik.” Elgondolkodtató az új-zélandi püspökök által megfogalmazott kérdés: „Mit jelent a » Ne ölj! « parancsa, amikor a világ népességének húsz százaléka oly mértékben fogyasztja az erőforrásokat, hogy elrabolják a szegény nemzetektől és a jövő nemzedékektől azt, amire szükségük van az életben maradáshoz.”

Milyen világot szeretnénk gyermekeinknek, unokáinknak örököltetni? Mit tehetünk azért, hogy környezetünk szebb, élhetőbb legyen, ahogy azt a Jóisten nekünk ajándékba adta? A legfontosabb talán azt megvizsgálni magunkban: hogyan állunk a világ által felkínált javakhoz, termékekhez, mi határozza meg fogyasztási szokásainkat. „A keresztény lelkiség az életmód és a világhoz való viszonyulás alternatív módját javasolja, és olyan prófétai

és szemlélődő életstílusra bátorít, amely a fogyasztáshoz való ragaszkodás megszállottsága nélkül képes a mélységes öröme. Fontos idekapcsolnunk egy ősi tanítást, amely jelen van a különböző vallások hagyományaiban és a Bibliában is. Arról a meggyőződésről van szó, hogy »a kevesebb több«. A fogyasztás lehetőségeinek állandó halmozása ugyanis szétszórttá teszi a szívet, és megakadályozza, hogy meg tudjunk becsülni minden dolgot és minden pillanatot. Ezzel szemben, ha derűsen jelen tudunk lenni minden valóság előtt, bármilyen kicsiny legyen is, ez a megértés és a személyes kibontakozás sokkal több lehetőségét nyitja meg számunkra. A keresztény lelkiesség azt javasolja, hogy a józan növekedést válasszuk, és legyünk képesek örülni a kevésnek. Ez az egyszerűséghez való visszatérés, amely lehetővé teszi, hogy megálljunk és értékeljük a kicsinyt, hogy hálát adjunk az élet kínálta lehetőségekért anélkül, hogy ragaszkodnánk ahhoz, amink van, vagy szomorkodnánk amiatt, amink nincs. Mindez megkívánja, hogy kerüljük az uralkodás és az élvezetek pusztá halmozásának dinamikáját” – írja Ferenc pápa.

Vannak közöttünk olyanok, akik szakmai munkájuk, hivatásuk révén szélesebb körben is befolyásolni tudják a világban zajló események, folyamatok alakulását. De a saját környezetünkben, otthonunkban, családjunkban, plébániánkban, munkahelyünkön, gyermekeink óvodáiban, iskoláiban mindannyian felvállalhatjuk a teremtet világgá való kiállításunkat, és tehetünk is ezért valamit.

Plébániánk képviselő testülete pár éve célul tűzte ki egy ökoplébánia kialakítását. Működik egy kis teremtésvédelmi kör, akik sokat tesznek a szemléletformálásért. A plébánia programjairól száműztük az eldobható műanyag étkezészeteket, rendszeresen van ruha cserebere, közös szemétszedés, és számos olyan program, amivel a plébánia közössége konkrétan is tehet azért, hogy szebb legyen a világ.

Otthonainkban is sokat tehetünk azért, hogy a világ élhetőbb legyen. Napjainkban egyre nagyobb népszerűségnek örvend

a hulladékmentes életmód, melynek célja az, hogy olyan termékeket vásároljunk, melyek nem járnak felesleges, újrahasznosíthatatlan csomagolással. Az üzletbe magunkkal vihetjük saját textilzsákjainkat, dobozainkat, vászontáskáinkat, így nem terheljük szemeteskukánkat – és a Földet – sok-sok műanyaggal. Ehhez a szemléletmódhoz kapcsolódik az is, hogy nem kell évszakenként lecserélni a ruhatárunkat, és ha valami elromlik, azt próbáljuk meg először megjavíttatni, és csak akkor vegyünk újat, ha feltétlenül szükséges. Érdekes – és egészségesebb – élelmiszerekből is olyanokat választani, amik éppen az aktuális időszakban teremnek, amik a lehető legkevesebbet utaztak a tányérunkig, és lehetőleg nem „agyonfeldolgozottak”. Gondoljunk bele, ki fizeti meg a januárban megvásárolt spanyol eper vagy az áprilisban elfogyasztott argentin szőlő ideszállításával kapcsolatos környezeti terhelés költségeit? De nemcsak a hulladékok területén lehetünk környezettudatosak. Az autózás helyett legalább alkalmanként érdemes a sétát, kerékpározást választani, ezzel nemcsak az egészségünkért teszünk, hanem a „karbonlábnyomunkat”<sup>5</sup> is csökkentjük.

2020 tavaszán a pannonhalmi bencés atyák egy érdekes kezdeményezéssel álltak elő, zöld böjtöt hirdettek: „Ezt a negyvennapos időszakot adjuk a teremtésnek. Keressük meg azt, hogy miben kell megújulnunk, környezettudatossá válnunk, tulajdonképpen megtérnünk. Azaz: megerősödünk a jó gyakorlatainkban és elköteleztettek vagyunk abban, hogy megváltoztassuk a rossz gyakorlatainkat. A megtérés azt is jelenti, hogy elismerjük, nem vagyunk tökéletesek, nem értünk még el a célig, hanem úton vagyunk. (...) A keresztények a nagyböjtben gyakran konkrét foga-

---

<sup>5</sup> A karbonlábnyom (más néven szénlábnyom) az emberi tevékenység környezetre gyakorolt hatásának egyik mértéke. Segítségével mérhetővé válik, hogy az emberi tevékenység milyen mértékben járul hozzá a globális felmelegedéshez.

dalmakat tesznek: miben változok, mit ígérek, miről mondok le? Embere válogatja, hogy ilyenkor ki mit vállal, de a Pannonhalmi Főapátság ad öt szempontot útmutatásként. Nevezhetjük ezt zöld lelki tükörnek is, az »5T«-nek:

1. Takarékoskodj az energiával!
2. Tudatosan vásárolj!
3. Tölts több időt a természetben!
4. Táplálkozz egészségesen!
5. Tekints magadra teremtményként, aki Isten vendége a földön!”

„Isten azonban, aki velünk együtt akar cselekedni és számít az együttműködésünkre, arra is képes, hogy valami jót hozzon ki az általunk okozott bajokból, mert a Szentléleknek végtelen nagy, az isteni értelemre jellemző képzelőereje van, amely a legösszefüggőbb és legátláthatatlanabb emberi történések csomóit is képes kibogozni” – írja Ferenc pápa enciklikájában. Ebben a reményben próbáljuk élni életünket egységben a teremtet világgal.





# Az örök boldogság íze<sup>1</sup>

P. Josef Kentenich

Azok, akik nemrégiben csatlakoztak hozzánk, talán meg akarnak tudni valamit Schönstattról. Igen, amiről most egymással beszélünk, ez maga Schönstatt, mert tősgyökeres schönstatti lelkiséget sajátítunk el. Háromdimenziós lelkiségnek nevezhetjük: mindekelőtt hétköznapi életszentség, aztán szövetségi lelkiség, aztán pedig eszköz-lelkiség. Tudják, miről beszélünk folyamatosan? A hétköznapi életszentségről, vagyis a házaspárok hétköznapi életszentségéről. Ez a mesterfogás – olyan módon kialakítani a házaseletet, hogy *azon keresztül* váljunk szentté! A házaspárok mindennapi életéhez tartozik a házastársi kapcsolat megélése. Különböző okok miatt most a testi aktusra koncentrálnak. (...)

Még egyszer fölmerül az a kérdés: hogyan éljük meg a házastársi aktust olyan módon, hogy az a szentség felé vezető utunkon gyümölcsöző legyen? Lényegében már néhányszor válaszoltunk is, csak éppen érthetőbben kell fogalmaznunk. Azt mondtuk, hogy a házastársi aktust nem szabad kiszakítanunk a lelkiéletünk egész struktúrájából, vagy más szavakkal, a házastársi aktusnak a spirituális egység kifejeződésének kell lennie. Ha a házastársi aktus nem egy bensőbb egység – a spirituális egység – kifejeződése, igen, akkor egy állatias aktus lesz. (...) Amilyen nyíltan csak lehet, azt kell mondanunk, és tudatosítanunk kell magunkban, hogy nem a fizikai testrészek egyesüléséről beszélünk most, hanem személyek egyesüléséről, méghozzá személyek egyesüléséről olyan módon, hogy az a lelkek egyesülése is legyen. Még érthetőbben is beszélünk már róla, hogy a házaspár esetében a szexuális szerelemnek

---

<sup>1</sup> P. J. Kentenich: Hétfői Beszéd, 1961. febr. 13. – Angolból fordította Czigányik Anna

erotikus szerelemmel, továbbá spirituális szeretettel és még természetfeletti szeretettel – *caritasszal* – is kell társulnia. És mindezeket összhangba hozni – ebben áll a mesterfogás!

Általában azt kell mondanunk, hogy ahol szeretetről van szó – bármiféle szeretet legyen is – ott mindig szükséges a határozott nevelés is: a szeretet nevelése, *szeretni* tanítás és *szeretettből* nevelés. Azaz minden szeretet különböző fokon létezhet. Pontosabban fogalmazva: kezdetben, az első fázisban minden szeretet önző, és lassanként ez a primitív, önző szeretet érett szeretetté válik. Ezért fölmerül a kérdés, amikor magunkra gondolunk, akkor is, ha régebb óta vagyunk házasok: mi a helyzet a mi házastársi szerelmünkkel? Érett szeretetté vált, vagy megmaradt az első fázisban, a primitív fázisban?

Ha egyszer visszatekintenek rá, hogyan fejlődött természetes módon a házaseletük, akkor valószínűleg észreveszik ezt a fejlődést. Általában a házastársi szerelem a kezdeti fázisban nagyon én-központú. Nem azért, mert nem vesszük figyelembe a másik személyt. Lényegében erről van szó: *én* akarok boldog lenni. Azáltal is, hogy alárendelem magam a másik személynek, *én magam* akarok boldog lenni. Természetesen a másik személyt is boldoggá akarom tenni. Látják, hosszú időn keresztül oda-vissza ez fog működni. Időnként én magam állok az előtérben, időnként pedig a társam. A házastársi szerelem kizárólagos volta általában azt eredményezi, hogy felébred bennem a vágy: *én* akarom boldoggá tenni a társamat. Mások nem! Azt akarom, hogy a társam boldog legyen, de én általam. *Én* akarok lenni az ő boldogságának a forrása.

Hosszútávon nem lehetek boldog a testi egyesülésben, ha csak szexuális örömet tapasztalok és egyidejűleg nem úgy élem át azt, mint a lelki egyesülés kifejeződését is, azaz ha személyként nem a másik személynek adom át magam. A házastársi testi aktusnak mindig egy személyes kötődés kifejeződésének kell lennie: egy *személy* adja át magát egy másik *személy*nek. Másrészről

sosem teszem boldoggá a társamat, ha beérem azzal, hogy csak a szexuális örömeiket aknázzom ki a testi egyesülésből. Világosan kell ezt látniuk: ha a szexuális aktus, ha a házastársi aktus nem a személy önátadásának vagy a spirituális kapcsolatnak a kifejeződése, akkor az aktus csak egy állatias, állat-szerű aktus lesz.

Sőt mi több: mint ahogyan minden más szeretet is fejlesztésre szorul, éppígy a házastársi szerelmet is ki kell művelni. Mit jelent az, hogy *kiművelni* a házastársi szerelmet? Általánosságban véve azt, hogy a spirituális önátadást kell fejleszteni. Látják, ha egyszerűen csak gyakorlom a házastársi aktust, de nem fejlesztem a házastársi szerelmet egész életemben és a napom egész folyamán, ha nem növelem a spirituális köteléket, akkor a szerelem nem tud növekedni. Akkor aztán idővel meg fog szűnni. És ha a szeretet nem növekedik, akkor számíthatok rá, hogy holnap vagy holnapután a házastársi együttlét nem lesz egyéb állatias aktusnál.

Ezért aztán férjként újra és újra folyamatosan udvarolnom kell a feleségemnek. Igen, mit tettem abban az időszakban, amikor udvarolni kezdtem a feleségemnek? Tisztelettel viseltettem a személye iránt. Megvolt bennem a bátorság ahhoz, hogy erős személyiségnek mutakozzam előtte, és így fölébresszem benne is a tiszteletet magam iránt. Mint ahogy fegyelmezett voltam akkori-ban, amikor udvaroltam neki, továbbra is fegyelmezettnek kell lennem. Nézzék, ha nem vagyok fegyelmezett, ha gyeplő nélkül élem ki az ösztöneimet, nemcsak a szexualitás terén, de a személyiségem kifejlődésében is, akkor a feleségem el fogja veszíteni az irántam való tiszteletét, akkor nem igyekszem folyamatosan elnyerni a feleségem szerelmét.

Másrészről a feleségnek törekednie kell arra, hogy a férje kedvére tegyen. Csak azt kell egyszer felidéznünk magunkban, hogyan szokott a lány viselkedni a fiúval az udvarlás idején. Igen, tudnom kell, mi tetszik bennem a férjemnek, milyen ruhában lát szívesen feleségként engem, vagy hogyan szereti, ha viselkedem. Tartsák észben: itt nem a szexualitásról van szó! Már előbb mond-



tuk: az erotikus szerelem a szexuális szerelem védőburka. Az erotikus szerelem az egymásban lelt kölcsönös gyönyörűség, teljességgel elválasztva a szexualitástól. Semmi köze a szexualitáshoz.

Kérem, tartsák szem előtt, annak érdekében, hogy a házastársi egyesülés erkölcsileg jó tett legyen, gondoskodnunk kell róla, hogy a spirituális kötelék kifejeződése legyen, más szóval, hogy a házastársi szerelmet mindig keretezze erotikus szerelem, aztán spirituális szeretet és természetfölötti szeretet is. Ez azt követeli tőlünk, hogy az egész vonalon végig gondosan műveljük ki a szeretet-életünket. Mit jelent ez? Először is meg kell tanulnunk egymást boldoggá tenni. Gyakorlatilag erőteljesebben kell törekednünk arra, hogy az önközpontúságból a másik személy felé mozduljunk. Mit jelent az, hogy a szeretet növekszik? Azt, hogy mindinkább a másik személye, akinek átadtam magam, kerül előtérbe önmagam helyett. Nézzük csak, mit kell tennem ennek érdekében? Gondoskodnom kell arról, hogy a szerelem növekedjék, ugyanazon a módon növekedjék, mint ahogyan az udvarlás idején növesztetni akartam. Még egyszer, boldoggá akarjuk

tenni egymást, de most nem *csak* a szexuális egyesülésben, hanem a szexuális egyesülésben *is*. Azért, hogy erre képesek legyünk, ki kell dolgoznunk magunkban az egész szeretet-felépítményt, végig le egészen az alapokig.

Még egy másik gondolatot szeretnék hozzátenni ehhez. Ahogy mindenfajta szeretet tökéletesíti az emberi lényt, úgy az egész házaseletünknek segítenie kell egymást a tökéletesedés útján.

Ezért nem kell sok aszketikus gyakorlatot keresnünk. Látják, a közösségben megszentelt szűzi életformában élő személyek tudatosan sok aszketikus gyakorlatot alkalmaznak a mindennapi küzdelem során. Nekünk, házások számára – mennyi sok lehetőség adódik a hétköznapi, normális életben arra, hogy tökéletesebbé váljunk, vagy a másikat segítsük a tökéletesedés útján! Csak egy pár szempontot akarok kiemelni, vagy egy pár gondolatot. Nem úgy van-e, hogy amikor mi folyamatosan együtt vagyunk, és megtapasztaljuk gyöngeségeinket, nagyon nehéz megtartani a tiszteletet egymás iránt? Micsoda áldozat, micsoda művészet a házaspárok számára, hogy mások előtt hall-



gassanak a társuk gyengeségeiről! Bizony nagy a különbség aközött, ahogyan védelmezhetem a saját jogaimat: sértő módon, vagy tiszteletteljesen. Vagy ha rámutatunk egymás hibáira, hogyan tesszük? Kölcsönös ordítózás-verseny keretében? Vagy tiszteletteljes megértéssel viseltetünk a másik gyengesége iránt, és türelmesen elviseljük

ezeket a gyengeségeket? – Szerintem értjük egymást, ugye? Most újra mondom, ami fontos: a házaséletben nemcsak a szexuális szerelemre kell koncentrálnunk, de a szeretet minden formáját gondolnia kell a házaspárnak egészen a szeretet hősies fokáig.

Megismételhetem, milyen praktikus tanácsot adtam ma este Önöknek? Az első, hogy az egymás iránti szeretetünk mindkét fél részéről megköveteli, hogy boldoggá tegyük egymást. Az első fázisban a saját boldogságunk, a saját kielégülésünk áll az előtérben; később, ahogy a házasság érettebbé válik, a társunk boldogsága kerül egyre inkább az előtérbe. (...)

Ezért tartsuk észben, hogy ha a szerelmünk nem válik tökéletesebbé, érettebbé, akkor idővel ki fog húlni. Nem szabad azt gondolnunk, hogy ha hagyjuk a szeretetünket úgy növekedni, ahogy fölvázoltam, akkor fognak a szexuális ösztöneink kihúlni. Látják, amikor szentté akarok válni, igen, ha a házastársi egyesülés *által* akarok szentté válni, akkor is megvan hozzá minden jogom, hogy teljesen átéljem a házastársi egyesülés nyújtotta testi gyönyört. Sosem szabad ezt alábecsülniük. Természetesen figyelnem kell arra, hogy a társam is ugyanolyan mértékű gyönyört éljen át.

Másodszor azt mondhatnánk: abban a mértékben, ahogyan a szerelmünk növekszik, ugyanannyira fog minket az is foglalkoztatni, hogy az egész életünkben segítsük egymást a tökéletesezésben. És meg tudnám most Önöknek mutatni, hogy milyen sok alkalom is mutatkozik erre! Nézzék, ha ezt tesszük, akkor a szerelmünk érettebbé fog válni, és akkor magától fog értődni, hogy a házastársi aktus személyes és spirituális egyesülés lesz.

Azt hiszem, még egy gondolatot hozzá kell tennem ma este ezekhez. Szabad azt mondanunk, hogy a szerelmünknek éretté kell válnia, ki kell azt művelnünk egészen a végső érettség eléréséig. Mi a szerelem legmagasabb érettsége? A kölcsönös, teljes hűség. Mikor lesz hűséges a szerelmünk? Nagyon szívesen fogalmazunk úgy, hogy a hűség nem más, mint az első szerelmünk erő-

teljes bizonyítása és győzelmes állandósítása. Emlékezzenek az első szerelmükre! Szeretik még kölcsönösen egymást? Kérem, értsék meg, hogy a házasság életformának tökéletes emberi lényeket kell létrehoznia! (...)

Értik hát, mennyire fontos mindaz, ami a szeretetszövetséggel kapcsolatban elmondtunk? Az elején azt mondtam, hogy amiről beszélünk, az a házasság életformában megélt hétköznapi életszentségünk. Most azt mondhatnám, hogy ugyanakkor ez a házassági szövetségi lelkiség is. Nézzék, egy éppolyan – vagy akár még tökéletesebb – szeretetszövetséget kötöttünk, mint a schönstatti lelkiségben. A házasságkötés nemcsak szeretetszövetség, hanem igazságszövetség is. Ezért aztán ezt az egymás iránti szeretetszövetséget az utolsó lélegzetvételünkig gondoznunk kell. Végeredményben minden szeretetnek a természetfölötti szeretetbe kell torkollnia: nemcsak azért kell szeretnem a feleségemet, mert gyönyörű, nemcsak azért, mert ő is szeret engem, nemcsak azért, mert mindent megtesz értem, nemcsak azért, mert okos, hanem mert a Háromságos Isten temploma, és Krisztus testének tagja.

Ismétlem, nem kell ennek érdekében megtagadnom a szexuális élvezetet. Mi jogot adtunk a társunkkal egymásnak a testünk fölött. De mindennek sokkal jobbá, sokkal lelkibbé, és sokkal természetfölöttibbé kell válnia. Azt hiszem, ha ilyen módon tekinünk a házasságra, akkor az egy csodálatos intézmény arra, hogy szent embereket formáljon ki! (...)

Ha komolyan vesszük azt, hogy a házasságunkat tökéletesebbé tegyük, akkor meg kell tanulnunk azt, hogy a házastársi testi szerelmet olyan módon éljük át, hogy az életszentség felé vezető eszközünk legyen. (...) Látják, ezért ha megtanulunk a megfelelő módon szeretni, akkor az örök boldogság ízéből kapunk kóstolót!

Szerintem ma estére ennyi elég is!

# A jövő apostolkodása<sup>1:2</sup>

P. Tilmann Beller

Vegyünk részt abban, ami a másik szívének fontos. Így az majd lassan nekünk is fontos lesz. Szíveink közel kerülnek egymáshoz. Az egyik szív tanul a másiktól. És itt a szívben hat a kegyelem. Egyszerűen csak tartsuk a kapcsolatot, és mélyítsük el a barátságot. Vegyünk részt a másik életében, és engedjük, hogy mások is részt vehessenek a mi életünkben. Ne tartsunk előadásokat egymásnak! Csak kísérjük figyelemmel egymás életét néhány évig. Az élet a legjobb tanulóiskola. Itt látjuk meg, hogy hol vannak a problémák, hogy mit lehet tenni és mit nem. Az apostolkodásban a siker nagymértékben attól függ, hogy megértjük-e egymást. Ez nehéz munka!

*De sose felejtjük el, hogy az apostolkodásunk központi kérdése a házastárssal való egység...*

Az a feladat, hogy az apostolkodásra való küldetésünket életformává alakítsuk. És ez így történik: A Jóisten kézbe vesz minket, és eszközként használ arra, hogy más embereket megérintsen. Általunk megérinti gyermekeinket, a házastársunkat és mindazokat, akik a házunkba jönnek, stb. És így az apostolkodás életformánkká lesz, az ember így mindig apostolkodik. Ennek az állandó apostolkodásnak két összetevője van:

## **Az egyik a saját személyes jellegünk.**

Isten azért teremtett olyannak, amilyen vagyok, mert eszközként használni akar, hogy másokat megérintsen. Ha pl.: a házastársam bosszankodik miattam, mit mondjak neki? – *Isten miattad, a számodra teremtett engem ilyennek két okból is.*

---

<sup>1</sup> Csermák Kálmán és Alice (1992): A családi élet; Szent István Társulat, Bp. 104 old.

<sup>2</sup> Tilmann atya előadása (2006): Sch-Eu Családfórum, Schönbstatt



*Egyrészt, mert szeretne néha örömet okozni neked, másrészt pedig, hogy neveljen. Komolyan!*

Isten általam egy egészen eredeti apostolkodást valósít meg. Ha pl.: melankolikus vagyok, akkor Isten néha megmutatja, érezteti velem jóságát, lényének mélységét. Ha melankolikusként szenvedek attól, hogy nem tudok olyan csodálatosan beszélni, mint egy szangvinikus, akkor nem ismertem még fel a küldetésemet. Nem hasonlítgatom magamat másokhoz. Vagyis az egészen személyes sajátosságom meghatározza, jellemzi az apostolkodásom útját.

Tehát érted vagyok ilyen! Vannak emberek, akik egészen nyugodtak. Ha összedől felettük a ház, azt vélik, valaki kopogott és mondják: *Tessék!* Ezek a flegmák. Ez ma egy egészen fontos vérmérséklet, mert egy őrült világban élünk. És az emberek vonzódnak azokhoz, akik nyugodtak... És örülünk a kolerikusoknak és mindent megbocsátunk nekik....

De van a vérmérsékleten felül valami több: az egészen személyes jellegünk. És ennek megfelelően mindenkinek van egy egészen személyes kapcsolathálója. Egy iskolában a tanárnak nincs eredeti személyes kapcsolathálója. Azokkal a diákokkal kell foglalkoznia, akik az osztályban vannak. De bennünket mindegyikünket egy egészen eredeti személyes baráti kör vesz körül. És az apostolkodásunknak ők az első címzettjei. És ez az apostolkodás a személyes kapcsolat miatt nagyon hatékony.

Az apostolkodásunkat a saját személyi sajátosságunk hordozza. Létezik egy áramlás, mely kiindul belőlem, majd visszatér hozzám. És ez az áramlás állandóan tart és folyik minden síkon. Nemcsak a vallásos dolgokban. Ez az emberi kommunikáció áramlása. A szeretet áramlása. Nem mindig ez a helyzet. De ezt érezni lehet. Ha együtt vagyunk azokkal, akik életünknek ehhez a köréhez tartoznak, akkor érezni lehet ezt az áramlást.

Kentenich atya mondta valakinek: *A mi kettőnk 'lélek-halászata' egy egészen erőteljes (szeretet)áramlást jelent.* Természetesen nem sokszor mondott ilyet. Mert sokaknak fájna ez, akiknek



nem mondta. Egy lelkipásztornak nem szabad így beszélnie. De amikor az apostolkodásról van szó, akkor ez a helyzet. És ezt most általánosságban mondjuk.

*Itt a szeretet-kapcsolat egy előfeltétele az apostolkodásnak.*

Amikor még gyenge az ember, akkor kevesen szeretik. Amikor felnőtt valaki, akkor nagyon sok kapcsolata van. Mert akkor a Jóistennel való kapcsolata hatékonyan erősebb, és akkor Isten velem/általám ránéz valakire, szereti őt és pedig velem/általám szereti. Kentenich atya lelki háttere, lelki ereje nagyon nagy volt. Nagyon sok olyan embert is szeretett, akiket mi nem akarnánk szeretni.

Tehát egész személyes lényünket Isten az apostolkodásra teremtetten. Úgy, ahogy vagyok, Isten eszköze vagyok. És a Jóisten úgy szeretne engem használni, amilyen vagyok. Vagyis mindazzal együtt, ami kiáramlik belőlem. Egy tanár ezt nem teheti meg. Nem mondhatja, hogy csak azt adom az embereknek, ami örömet okoz. Egy mérnök sem viselkedhet így, de egy apostol igen! Az apostolkodásban a szívünk szenvedélyes érzéseivel együtt veszünk részt.

### **A második: együtt élünk a házunkkal.**

Ez egyszerű. Mindaz, ami körülvesz: a lakásban, a házban, a szobában mindez együtt egy kis „Schönstatt-centrum”. Egy Schönstatt-központ-hoz hozzátartozik a szentély – ez a háziszentélyünk, itt lakik a Szűzanya, és egy képző központ – ez a nappali szobánk.

A házunk egy kis Schönstatt-centrum. Jönnek hozzánk emberek, beszélünk velük, játszunk a gyerekeinkkel, beszélgetek a házastársammal, majd megint barátok kopognak be hozzánk – nem kell velük nagy vallásos témákról beszélgetni, csak beszélgetünk velük! És így ők megtapasztalják a szeretetünket, a látásmódunkat, Megérik, hogy jónak találjuk őket, érzik, hogy örülünk eredetiségüknek, és így könnyebben tudnak hinni a Jóistenben.

Az apostolkodásunknak tehát két összetevője van: Egyrészt létezik körülöttünk egy baráti kör, akik számára időt szakítunk. Kentenich atya ezt az „*élő kapcsolatok szervezetének*” nevezte; a másik pedig a házunk. Ez a jövő apostolkodása. Vagyis a házunk egy kis apostoli központ. És a házaink egészen különbözők lehetnek. Az egyik házban pl.: az egyetemisták találkoznak, a másikban a lelki betegek. Ott mindig vigasztalnak és erősítgetnek valakit. Az egyik házban anyák találkoznak, egy másikban külföldi mérnökök, akik látogatóba jöttek a céghez, és a háziasszony kosztümöt visel. Az egyes házak személyi környezete mindig más, és ez a személyes apostoli területük. Létezik tehát a kapcsolataink élő szervezete és a saját házunk, otthonunk.

