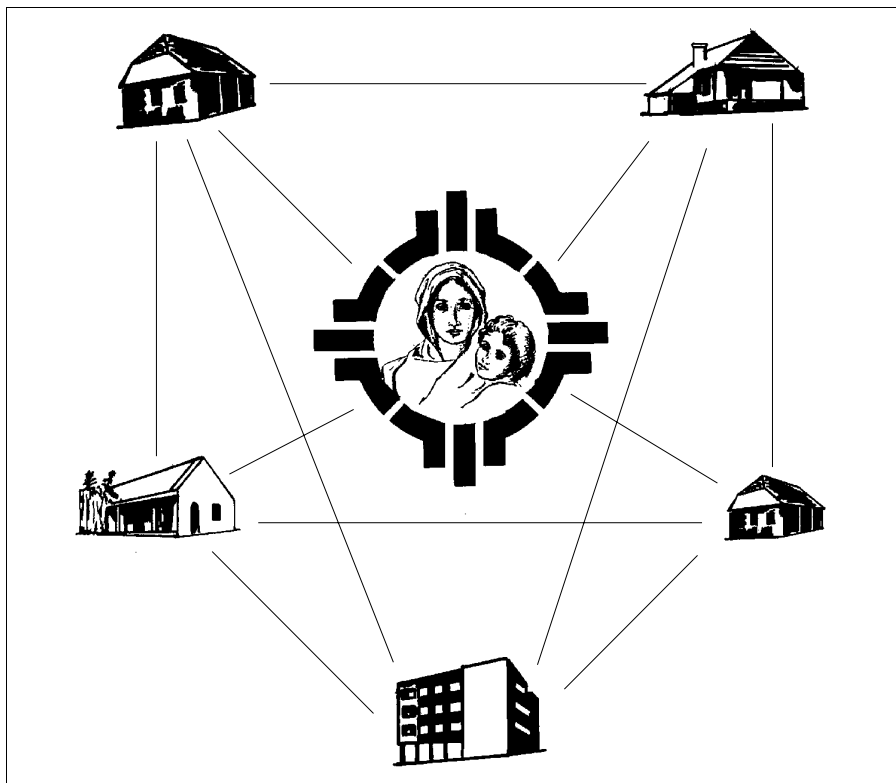


*A családod élete az Egyház élete is!*

# OÁZIS

A schönstatti családmozgalom tájékoztatója

1993. október, III. évf. 3. (10.) szám



**FÁRADTSÁG, PIHENÉS**

Az emberiség történelme folyamán újra és újra felmerülő vágy, álom, kívánság: kitalálni valamit, ami „magától megy”, kiapadhatatlan energiára szert tenni, s így kiváltani „arcunk verejtékét”. S meg kell hagyni, sok mindent sikerült kitalálnunk-feltalálnunk az évezredek folyamán. A kezünket meghosszabbító bottól a keréken át az elektronikus csodaeszközökig szinte végeláthatatlan sora jött létre a cél- és szakszerű emberi kitalációknak, melyek arra hivatottak, hogy szebbé, könnyebbé, gyorsabbá, élvezetesebbé, erősebbé, hatékonyabbá tegyék munkánkat, életünket.

Van azonban az emberiségnek ebben a történetében egy vonulat, mely a nagy, folyamatos és korszakalkotó változások közepette is konoknak tetsző állhatatossággal végigkíséri törekvéseinket. Eredményeinknek és sikereinknek ez az állandó kísérője a nehézség, a botlás, a visszaélés, a negatív mellékhatás a lefelé vezető veszély...  
(folytatás az 6. oldalon)

\* \* \*

## KÖSZÖNJÜK

Szeretnénk ezúton köszönetet mondani mindazoknak, akik anyagilag is támogatják szerkesztői és kiadói tevékenységünket.

**OÁZIS** 1993. október, III. évf. 3. (10.) szám A Magyar Schönstatti Családmozgalom lapja  
Ingyenes katolikus folyóirat

Megjelenik negyedévenként

Felelős kiadó: Gódány Róbert és Rita, 8272 Óbudavár, Fő u. 14. Tel.: 87/348-205  
Tipográfia: Palásthy Imre, 8184 Balatonfűzfő, Bugyogóforrás u. 11. fsz. 2.

Szerkesztették:

|                           |                                  |
|---------------------------|----------------------------------|
| Csermák Kálmán és Alice   | 8372 Cserszegtomaj, Rezi u. 17.  |
| Endrédy István és Cecília | 1195 Budapest, József A. u. 108. |
| Gódány Róbert és Rita     | 8272 Óbudavár, Fő u. 14.         |
| Gábor Miklós              | 8200 Veszprém, Előd u. 23.       |
| Ther Antal és Ágnes       | 8247 Hidegkút, Fő u. 68.         |

A következő számunk témája:

**G y e r m e k v á l l a l á s ,      g y e r m e k á l d á s**

Várjuk a családok tapasztalatait, élményeit!  
Beküldési határidő: 1993. november 15.

## Fáradtság, pihenés

Mai, felgyorsult világunkban az embert állandó külső impulzusok érik. Akaratunk ellenére elérnek bennünket információk, és hatnak ránk. Az ember előtt feltáruló lehetőségek az egyént mind jobban arra ösztönzik, hogy mindenben résztvegyen. Ehhez társulnak a létfenntartás gondjai, a munkában való mind fokozottabb részvétel, a másodállások, a család anyagi ellátása: olcsóbb bevásárlások hajszolása stb. A mai ember állandóan rohan. Amikor az egyik helyen van, már arra gondol, hogy hova kell mennie. Nem a jelenben él, hanem a jövőben.

Mindnyájan egy életet tudunk csak élni, és ezt a többletterhet nem tudjuk elviselni — természetes dolog, hogy elfáradunk. Munkakörünktől és környezettünktől függően fizikailag vagy szellemileg, de legtöbbször mindkét módon kimerülünk. Mindenkinek pihenésre van szüksége.

Az átlagember hazaér, és leroskad a fotelba tévét nézni, manapság már tucatszintű csatornát kapcsolgatva egyikből sem akar kimaradni. Évi szabadságunkat naponként veszegetjük ki, mert egyszer a vízvezetékszerelő jön csapot szerelni, máskor pedig a kocsit kell szervízbe vinni, stb. Vasárnapjaink arra jók, hogy lemaradásainkat némiképp behozzuk. Szép lassan felőrödünk, és jön az infarktus, a gyomorfekély.

Felmerül tehát a kérdés: hogyan pihenjünk? Hogyan rendezzük be életünket, hogy képesek legyünk az állandó regenerálódásra? Hisz feladataink nem csak mára szólnak, hanem egy hétre, egy évre, talán több évre.

Pihenni csak otthon tudunk. Az otthon nem csupán a lakásunkat jelenti, ahol leéljük az életünket, hanem egy olyan helyet, ahol nyugalomban, biztonságban érezzük magunkat, ahol szeretet vesz körül. Jó, ha van egy hely a lakásunkban, ahol zavartalanul egyedül lehetünk, ahova rendszeresen elhúzódnunk, és ahol a családtagjaink tudják, hogy ott nem szabad minket zavarni. Lehet ez egy sarok, de lehet ez a háziszentélyünk is. Itt aztán a számunkra legpihentetőbb tevékenységet folytathatjuk: alszunk egy kicsit, keresztretjvényt fejtünk, olvasunk, pasziánszozunk vagy éppen fejenállunk.

Otthon lehetünk a társunknál is. Közösen csinálunk valamit, ami nem hasznos és örömet okoz. Elmehetünk moziba, kártyázhatunk egyet, elővehetjük a régi fényképeket és visszaemlékezhetünk a szép közös élményeinkre. Ülhetünk csendben egymás mellett, érezve azt, hogy társunk teljesen elfogad olyanak, amilyen vagyok. Újra és újra próbál megérteni, és nem akar megváltoztatni.

Otthon lehetünk a Jóistennél is. „Gyertek hozzám mindnyájan, akik elfáradtatok, s akik terhet hordoztok — én megkönnyítlek titeket” — mondja nekünk Jézus (Mt 11,28).

Leülünk a háziszentélyünk elé, és nézzük a Szűzanya képét a kis Jézussal. Elképzeljük, hogy a Szűzanya néz minket Jézussal, és mosolyognak. „Ilyen vagyok.” Ők meg válaszolják: „Elfogadunk olyannak, amilyen vagy. Gyere, add nekünk a gondjaidat!” Vagy csak ülünk, és nem szólunk semmit. Nagyon szép imádság az, melyet a légzésünk ütemére végezhetünk a következő módon: Belégzés — belélegzem Isten szeretetét, és közben mondom: Jézus Krisztus, Isten fia! Kilégzés — kilélegzem saját nyomorúságomat, és közben mondom: könyörülj rajtam, szegény bűnösön! Vagy elmélkedhetünk úgy, hogy a Jóisten tenyerébe képzeljük magunkat. Lefekvéskor el is alhatunk ezzel a képpel.

Életünkben, és így a pihenésünkben is szükség van rendszerességre, napi, heti illetve éves ritmusra.

Napirendünkbe beépíthetünk rövid pihenési gyakorlatokat. A megállásoknak ez az állandó rendszere mértéket ad a napnak, az ember figyelemmel tudja kísérsni saját magát a legnagyobb rohanás kellős közepén is, biztonságban fogja érezni magát, erőt teljesen a feladatnak tudja szentelni. Ez lehet egy rövid perc, vagy egy pillantás a család képére. Van, akinek nagyobb nyugalom kell az összeszedettséghez, az azt az időt használhatja ki, mikor a többiek már elmentek ebédelni. Ez a pár perc megér annyit, hogy a menzán hátrább kerülünk a sorban. Van aki összeszedett tud lenni a sorbanállás közben is, és ki tudja kapcsolni a külvilágot. Ilyenkor alkalom adódhat, hogy egy-egy percre elidőzzünk Istennél.

A munkából hazatérő férj számára fontos egy átállási időszak. Belépéskor ne rohanja le a család az otthon reá váró feladatokkal, mert egy idő múlva majd nem szeret hazajönni. Ha akkor lehetősége van negyed- vagy félóra pihenésre, nyugodt átállásra, és félrevonulva azt csinál, amit akar, az többszörösen megtérül az egész család számára. Ezt a lehetőséget a feleség számára is fontos, hogy tudjuk biztosítani. Különösen, ha mint anya, több kisgyermekkel van otthon. Ilyenkor heti egy-két óra, hogy egyedül kimozdulhasson, elmeheessen fodrászhoz, barátnőjéhez, vagy csupán zavartalanul vásárolhasson, kész felüdülést jelent. Van olyan család, ahol a nagymama úgy segítette hozzá lányát ehhez az elengedhetetlenül szükséges időhöz, hogy hetente egy napra elvállalta az unokákat. Minden családtag számára fontos tehát — beleértve gyermekeinket is —, hogy legyen saját helye, valamennyi saját ideje, és hozzá lehet még tenni, hogy valamennyi saját pénze is, amiből lelkiismeretfurdalás nélkül megveheti a régóta kinézett könyvet, kölnit, vagy egy új sorozatot a bélyegyűjteménybe.

Napi lelki karbantartásunkban talán legfontosabb az esti, lefekvés előtti Istenhez fordulás. Ekkor áttekinthetjük a napunkat, átélhetjük újra az érdekesebb helyzeteket. Közben megfigyelhetjük, hol szólt hozzánk a Szűzanya. Megköszön-

hetjük a Jóisten ajándékait. Illetve előretekinthetünk a következő napra, holnap milyen feladataink lesznek. Aki előre meg tudja tervezni a napját, kevésbé fárad el, mint aki egész nap rögtönözni kényszerül.

A heti periódust a vasárnap megszentelése adja. Nem véletlenül hangsúlyozza ki a Biblia a hetedik napi pihenést ennyire kategorikusan. A fáradt ember nem tud szeretni. A vasárnap adhat alkalmat arra, hogy az alváshiányunkat pótoljuk. Ekkor nem baj, ha a hasunkra süt a nap. Hétfvégén van időnk a családdal, gyerekeinkkel való aktív együttlétre is. Kirándulhatunk, moziba, cirkuszba mehetünk, vagy éppen csak focizás közben berúghatjuk a szomszéd ablakát. A gyerekek számára felejthetetlenek azok az esti nagy társasjátékszaták, amikor lehetőségük van a szüleiket legyőzni. A vasárnap ad alkalmat egy hosszabb „lelki karbantartás” elvégzésére is. Kitérkelhetjük a hetünket: mi volt jó, és miért? Mi volt rossz, és mit lehet itt tenni? Áttekinthetjük a munkánkat, emberi kapcsolatainkat, illetve a belső életünk területeit. Ezt természetesen a házastársak együtt is tehetik. Az egyéni és a házastársi lelki karbantartásra egyaránt szükség van.

Az éves periódust az ünnepek és a szabadságok ritmusa adja. Az ünnepek által mindig lehetőségünk van kilépni a hétköznapok szürkeségéből. Maga az ünnep zavartalansága a gondos előkészítéssel múlik. Próbáljuk úgy irányítani az előkészítést, hogy lehetőség szerint magán az ünnepnapon már csak minimális konyhai, és egyéb létfenntartási teendők legyenek. Az előző nap megfőzött ebéd több óra időt ajándékoz a háziasszonynak, és lehetőséget ad arra, hogy a család együtt, az ünnep lényegét átélve töltse el a napját. Ünnepeinkre alakítsunk ki egy szokásrendszert. (Pl.: a karácsonyi ünnepkör egy közös adventi koszorúköttel kezdődik. Az adventi koszorú gyertyái szépen összehozzák a családot az esti imák alkalmára. Szép magyar szokás a Szentcsalád-járás, sok helyen ma is csinálják. Mindezek a karácsonyi jobb előkészítését, a lelkünk ráhangolását szolgálják.) Mindig vizsgáljuk meg, mi az ünnep lényege, mit mond nekünk, és e köré a központi gondolat köré építsük fel a napunkat vagy napjainkat.

Szabadságunk nem arra való, hogy ügyes-bajos dolgainkat intézzük. Lehetőség szerint törekedjünk arra, hogy szabadságunk egy részét — két-három hetet — egyben vegyünk ki. Lépünk ki a megszokott életünkéből. Változtassunk helyet, utazzunk el, illetve változtassunk tevékenységet — semmiképp ne azzal foglalkozzunk, amivel egyébként is. Szenteljük magunkat teljesen a társunknak, a gyerekeinknek.

Minden embernek, családnak magának kell kialakítania a pihenési szokásait, hiszen minden ember más. A fentiek csak támpontok kívánnak lenni egy-két fontos dologhoz. Ezeket nem kötelező csinálni, de valamilyen módon mindenkinek pihennie kell saját és főleg családjá érdekében. Kipihenve magunkat aztán mehet minden tovább.

## Munka és pihenés Istennel

(folytatás a 2. oldalról)

...Mintha a tökéletesebbnél tökéletesebbre sikeredő fogaskerekek közül „azt a kavicsot” nem és nem sikerülne végérvényesen kipöckölni. Hajsza, elégedetlenség, civakodás, balesetek, környezeti ártalmak, bűnözés — és hosszan lehetne tovább sorolni mindazt, ami jelezni látszik: az ember bízva bízson ugyan, de a küzdelem, a fáradtság és a fáradtság kiiktatása az életünkben „nem aktuális”. Mégis — s különösen, ha közvetlenül megtapasztalt dolgokról vagy éppenséggel személyes életünkről van szó — nem tudunk, s nem akarunk belenyugodni, valamiképpen a megváltatlanság állapotának tekintjük, ha mondjuk azt éljük meg, hogy fáradtságunk akadályoz bennünket Istentől kapott hivatásunk betöltésében, feladataink elvégzésében.

Kentenich atyának valaki egyszer elmondta, mennyire csodálja az ő teljesítőképességét. Kentenich atya válasza: Tudja, nincsenek bennem mellézközejek. Amikor kezdtem valamicskét felfogni Kentenich atya szavaiból, egyre foglalkoztatott Kentenich atyának ez a megtapasztalása. Keresni kezdtem, mik azok a homokszemcsék, kavicsdarabkák, melyek a csapágyon, a fogaskerekek között olyan csúnyán bezavarnak, lefékeznek, mindent megnehezítenek. S úgy tűnik, megláthattam, találhattam egyet s mást.

Az egyik ilyen kavics az „én”, a magam körüli keringés. Mindent abból a helyzetből ítélek meg észrevétlen, automatikus következetességgel, hogy az nekem: céljaimnak, elképzeléseimnek, elveimnek, közérzetemnek stb. mit jelent. Ha a magam módján én lehetek a „világ közepe”, akkor minden rendben van, nincs bajom se a Jóistennel, se az emberekkel, se a dolgokkal. De ha nem, az rossz, az fel- és kiburít, vihart kavár. Valami ellentmondás feszül azon igényem között, hogy a világ közepe akarok lenni, de egyszerű tény, hogy nem vagyok. Kerülhetek viszont közel, egyre közelebb a világ közepéhez. Isten arra teremtett bennünket, hogy közel legyenünk: egészen közel gondolt minket saját magához. Arra hív, hogy vele együtt szemléljem és szeressem az Ő igazi nagy csodáit, a feleségemet, a gyerekeimet, a barátaimat (és a barátaikat), a munkatársaimat, (és a munkatársaikat), az ügyeinket, szóval egyre s minél több mindent és mindenkit. Ezzel egy új kapcsolat kezd létrejönni Istenhez, emberhez (saját magamhoz is) és a dolgokhoz. Nem az én elképzeléseimnek, törekvéseimnek kell megvalósulniuk a történelem folyamán.

Teremtő, Megváltó és Megszentelő Istenem, Te vagy a történelem Gondviselője, neked kell a kezed alá dolgoznom. Az életemből nem akarom száműzni a küzdelmet, az áldozatot, a verítéket, a sírást. De hagyom, hogy rám mosolyogj, hogy rájuk mosolyogj. — S oldódnak a görcsök, simulnak a ráncok, szűnnek a feszültségek. Pihenek.

## A fáradtság kísértése

Reggel hat. Csörög az óra. Fel kell kelni. Milyen rövid volt az éjszaka. Teszem s lelkem törődöttén fáj. De jó volna még aludni! Fel kell kelni! Rosszkedvűen, zsörtölődve öltözködöm. Már kora reggel fáradt vagyok. Így folytatódik aztán az egész nap. Rossz napjaim vannak. Nehéz az élet! Mindig fáj!

— Mi a baj édesapám? — jön oda hozzám kisfiam.

— Semmi! — felelek mogorván és még jobban elkeseredek.

Hát tényleg mi is a baj?!

Mert az nem lehet igaz, hogy mindig fáradt legyek. Talán nem is fizikai fáradtságról van itt szó, hanem egyfajta lelki fáradtságról, rosszkedvről, reménytelenségről.

A gyereken látom, hogy minden fáradtság ellenére is csillog a szeme, tele van bizalommal, reménnyel.

Tulajdonképpen nekem is megvan minden okom, hogy ilyen legyek. Az értelmem tudja is. Mondogatni szoktam magamnak: „Kitartás! Az ember sokkal többet kibír, mint gondolja!... A férfiak könnyen elhagyják magukat!...”

De ennek ellenére mégis, mindig újra a szívembe fészkelődik a rossz hangulat, a keserűség.

— Apa valami baj van? Miért nézel olyan szigorúan?

— Nem kisfiam, most igazán nincs semmi bajom, csak úgy maradt az arcom!

Aztán megegyezünk, ő lesz a vidámság-felelős és szólni fog, ha megint rosszkedvűnek lát.

Már jó ideje vesződöm magammal így. Szeretnék úrrá lenni érzékenykedéseimen! Szeretnék vidám maradni akkor is, ha elfáradok, ha fáj valami.

Néha azért sikerült már időben leállítani magamat, még mielőtt a fáradtság, a rosszkedv eluralkodott volna rajtam.

— Ne vedd olyan fontosnak magad! — ez az a jól bevált figyelmeztetés, mellyel el tudtam kerülni a fáradtság kísértését, a rosszkedv csapdáját.



## Testi-lelki tankolásunk

Nálunk a pihenés szombat reggel a nagybevásárlással kezdődik. Annak ellenére, hogy utálok vásárolni, mégis sajátos szépsége van ezeknek a szombat reggeleknek. Talán egész héten ekkor vagyok kettesben a férjemmel. A gyerekek még alszanak vagy lustálkodnak. A piaci forgatagban, sorbanállás közben is élvezzük az együttlétet, hisz otthon már nemigen lehet még egy mondatot sem befejezni, hol a telefon, hol a gyerekek, hol a vendégek jóvoltából.

Ezekben a meghitt piaci együttlétekben férjem többször megígérte, hogy elmegyünk majd egy nyugalmasabb helyre is. De mire hazaérünk, a telefon mellett talált üzenetek egy-kettőre átszabják a hétvégi programokat.

Hogy mivel folytatódik ezek után a pihenésünk? Ami minden körülmények között biztos, a vasárnapi szentmisével. Végre újra itt vagyunk! Olyan jó letenni a lelkifurdalás terheit; a gyermekeimmel szembeni türelmetlenséget, vádló vagy irigy gondolataimat, a szeretet elmulasztott alkalmait. Milyen csodálatos, olyan mennyei Apánk van, aki tékozló módon osztja szeretetét és mindig hazavárja tékozló fiait, aztán megvendégeli őket önmagával!

Már megint nem sikerült előre elolvasni a szentmise igeszakaszait. Az Igék furcsa módon mindig nekünk szólnak és félelmetesen aktuálisak. A prédikáció tanít — mivel általában 18 percesre sikerülnek — legfőképpen türelemre. A gyerekek el is fogyott. Az oltárra szánt ajándékom vajon káini vagy ábeli?

Megpróbálok örömet szerezni anyósomnak. „Legyen békesség köztünk mindenkor” — férjem keze távol van, de a tekintetünkkel megkapaszkodunk egymásba.

Tanúi és részesei lehettünk a csodának: itt van velünk, közöttünk Jézus!

— Jöjjetek hozzám mindnyájan, akik elfáradtatok, s akik terhet hordoztok, én felüldítelek titeket! — cseng újra fülemben az Evangélium szava.

— Köszönöm Uram! Köszönöm, hogy nem undorodsz tőlem, hanem velem, bennem akarsz maradni, hogy olyan emberré válhassak, amilyennek Te megteremtettél.

— Küldetésünk van, menjetek békével! — indít útnak a pap.

Aznap még megy valahogy, az örömszerzés anyósomnak, de pár nap múlva már fogy a lendület. Mint a hűtőszekrényből a szombati bevásárlás gyűjteménye, úgy fogy lelkünkéből is a szufla. Uram, nem lehetett volna rövidebb az a hat nap?



## Fáradtság, pihenés két tételben

I. tétel: Fáradtság.

Reggel munkanap: fél hatkor kelek, hét óraker kezdem a munkát.

Tárgyalás, megbeszélés, levelek, telefonok. Általában a „rázós” ügyek kerülnek elé: kevés a pénz, féligazságok... Kilenkor a fájdalom már lüktetésbe csap át... No még hadd fájjon egy kicsit...

Tilmann atya úgys azt mondja: a férfiak elhagyják magukat. Tizenegykor keresek egy fájdalomcsillapítót. Hatása estig kitart. Néhány helyre el kell menni, tárgyalni, megnézni: véleményt mondani. A kocsiba való ki- és beszálláskor érzem, amint arcüregeim körül csikordul valami s aztán ez köhögés közben fokozottan fáj. Nem elég a napi két zsebkendő, holnap majd hármát hozok. Este felszerelkezem gyógyszerrel, az orvosok által alkalmazott 3-4 panel közül az egyik variációval: ez 4-5 napig kitart, utána majd váltok a következőre.

Reggel munkanap, fél hatkor kelek, hétkor kezdem a munkát.

II.tétel: Pihenés.

Reggel elmegyünk feleségemmel a piacra. Közben a köhögéstől rosszul leszek, hányinger stb. Félrevonulok, feleségem befejezi a bevásárlást. Hazaérünk: infralámpa, gyógyszer.

— Apu, tegnap megígérted, hogy gombfocizunk! — szól kisfiam. Hát gombfocizunk!

Egy ismerősünk meghívott a nyaralójába körülnézni, beszélgetni. Már két év óta nem merek „csak így” kimenni a szabadba. Enyhén fúj a szél. Tehát nem megyünk — feleségem megértő. Kisfiammal elmegy a Margit-szigetre és én ott-hon maradok cikket írni.

Közben átgondolom az életem, kezdetétől máig. Nincs más hátra mint... rá-térni az I. tételre.

Zárótétel: A schönstatti úton feleségemmel együtt szerzett tapasztalás ad reményt arra, hogy van értelme a szenvedéses fáradtságnak és az ugyanilyen pihenésnek. A felajánlott, odaadott szenvedést Szent Pál megtisztelő ranggá emeli, mely értékke és ezáltal könnyebbé is válhat. (Kol 1,24)

## Családi vasárnap

Amikor szüleim már idősebbek lettek, és apám már nem mert autót vezetni, nekünk ajándékozták az új Trabantjukat. „Gyertek el Ti hozzánk havonta, hadd lássuk a gyerekeket és benneteket!” — mondták. Így aztán rendszeresen havonta egy hétvégét szüleimnél töltöttünk.

Különös ünnepek voltak ezek a hétvégék. Anyám sütött-főzött, a kedvenc ételeinket készítette. Apám is nagyon várta az unokáit. Amíg mi gyerekek voltunk, nem ért rá velünk játszani. Az unokákért most mindent megtettek. Olyan örömmel és büszkeséggel hallgatták, várták az óvodai-iskolai beszámolót, ahogy csak egy nagyszülő tud lelkesedni, odafigyelni. Számon tartották még a horzsolást is a térden és a nagypapa megjavította az elromlott játékokat. Lesték a kívánságaikat, hogy mit szeretnének születésnapra, karácsonyra, és örültek, ha meglepetést szerezhettek.

Jó volt számunkra elidőzni ebben a teljes elfogadó légkörben, ahol a legkisebb szolgálatot is bőségesen meghálálták. Mi négy gyerekes szülők ismét egy kicsit gyerekek lehettünk, elengedhettük magunkat...

Ma: már nem utazunk havonta a szüleimhez. Már üresen áll a szülői ház. De a sok szép emlék él még bennünk és sajnáljuk a kicsiket, hogy ebből ők már nem részesedhettek.

## A hazaérkezés

A hétköznapoknak ez a néhány perces időszaka, a hazaérkezés, sok csapdát rejt magában, Tudatos odafigyeléssel ezeket elkerülhetjük. A saját példánk — azt hiszem — tipikus, a jelenség természetesen adott esetben a házastársak fordított szereposztásában is igaz. Én (a férj) fárasztó munkát végzek. Napi 8-10-12 órában kell koncentrálnom, fontos döntéseket hoznom.

Gyakran munkám kétnapos, ami azt jelenti, hogy reggel elmegyek otthonról, és csak másnap délután megyek haza. Mindenképpen fáradt vagyok, és nagyon szeretnék megérkezni egy nyugodt kis szigetre, ahol lazíthatok, kipihenhetem magamat. Természetesen nem arról van szó, hogy az otthon a semmittevő pihenést jelentené, hogy ki akarom vonni magamat a közös feladatok alól, hogy azt kívánnám, hogy a társam mindenben kiszolgáljon.

De a megérkezéskor, és az utána következő percekben (nálam ez kb. fél óra) átmeneti időre van szükségem ahhoz, hogy szusszanjak egyet, és átálljak az otthoni gondolatokra. Mert számomra roppant fárasztó és idegesítő, komoly feszültségek forrása, hogy amikor jóformán még haza sem értem, még a kulcs a zárban van, már jön is a probléma- és panaszözön: „...már megint egyest kapott az iskolában... a másiknak hasmenése van...nincs itthon tej... a testvéredék jönnek a hétvégén... nagymamának születésnapja van...megígértem a Panni néninek, hogy mihelyt hazaérsz, azonnal átmész hozzá... stb.” Ilyenkor azt gondolom, hogy jobb lett volna haza sem jönni, ez egy kész téboly, egy pillanat nyugta nem lehet itthon az embernek.

Természetesen feleségem, aki jóval többet van otthon, mint én, már alig várja, hogy megérkezzem. Alig várja, hogy játsszak a gyerekekkel, hogy felvigyem a dobozokat a padlásra, hogy megbeszéljük, mi legyen a vasárnapi ebéd, és a nagymama ajándéka. Az ő számára a lazítás, a szusszanás az, ha én is otthon vagyok, és az otthon gondját kicsit átadhatja.

Ez így alapjában véve rendben is van. Hiszen nem arról van szó, hogy ki akarnám vonni magamat a közös feladatok alól, hogy ne végezném szívesen a rám eső részt. Természetesen a család életét érintő döntésekben is részt akarok venni, hiszen azért házasodtunk össze, hogy EGYÜTT éljünk, menjünk az úton, oldjuk meg feladatainkat.

A saját problémám abban áll, hogy más típusú feladatokra, munkára, gondokra, gondolkodásra való átálláshoz némi időre van szükségem. (Jézus is sokszor elvonult félreeső helyekre, és néha kifejezetten menekült a tömeg elől. Ez nem azt jelenti, hogy ne szerette volna az embereket, pusztán fel akart készülni a velük való foglalkozásra.)

Feleségem már jó ideje megérezte a probléma lényegét, és tudatosan biztosít számomra a hazaérkezés után egy fél órát (lehet, hogy van akinek öt perc is elég), hogy ne egyből zúdítsa rám a gondokat. Nagyon fontos, hogy erre a gyerekeket is rávezeti „apu tíz percet pihen, utána játszik veletek...” Figyel rá, hogy kedvesen fogadjon, hagyjon időt nyugodtan meginni egy kávé, enni néhány falatot, vagy akár lepihenni egy rövid időre.

Mindketten megtanultuk, hogy ez a kis idő sokszorosan gyümölcsözik, hiszen utána sokkal jobb kedvvel tudok játszani, türelmesebb vagyok, szívesebben megbeszélem a hétvégi ebédet, az ajándékokat stb. És utána feleségem is könnyebben tud egy kicsit lazítani, esetleg saját magával foglalkozni, elugrani valahová, hiszen tudja, hogy a férje már testben és lélekben teljesen hazaért.

## „...Aki sokak otthonává válhatott...”

A férjem három hónapra külföldön kapott munkát, és én is vele mehettem.

Mindenkinek szüksége van egy helyre, ahol megpihenhet, ahol elrejtve, biztonságban, otthon érezheti magát. Különösen így van ez idegenben. A mi esetünkben még fokozta az otthon utáni vágyat, hogy első babánkat vártuk.

Először egy kis piszkos panzióban kaptunk szobát közös zuhanyzóval és WC-vel. A februári hidegben csak elvétve, néha volt fűtés. A szomszédban hangos, éjszakai életet élő társaság lakott. Mindent megpróbáltunk, hogy megfelelőbb szálláshoz jussunk, de hiába. Az egész város tele volt egyetemistákkal és túristákkal. Végő elkeseredésünkben Kentenich atyához fordultunk segítségért: „Kentenich atya! Te azt mondtad, hogy minden családnak szüksége van egy saját, megfelelő otthonra. Kérjük, segíts rajtunk!”

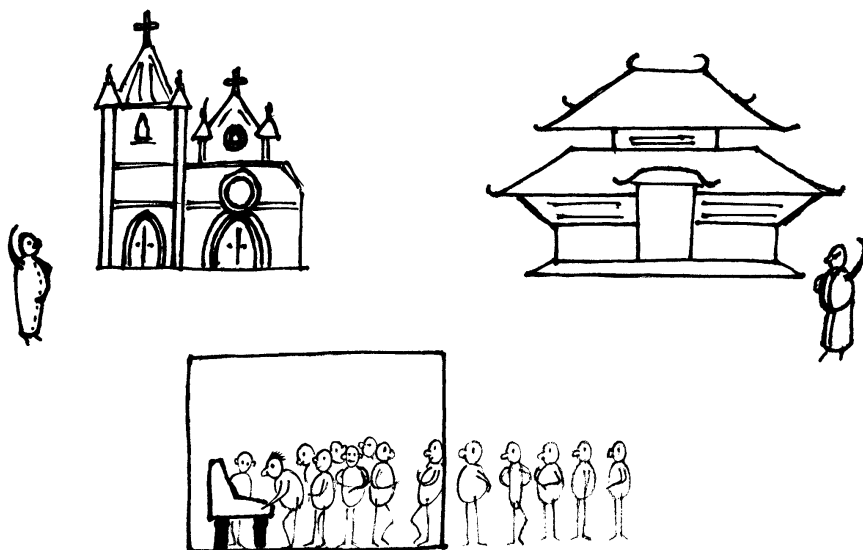
A „Kockáztnál bátor” kilencedet kezdtük imádkozni nagy elszántsággal. Kentenich atya már a harmadik napot segített. Az egyik munkahelyi kolléga váratlanul odajött és megkérdezte: „Nem volna szükségük egy albérletre? Egy jó ismerősömnek van egy különbejárátú lakrésze, amit szívesen kiadna három hónapra.” Már másnap új otthonunkban adhattunk hálát Kentenich atyának. Amit kaptunk, igazán megfelelő volt, és még olcsóbb is, mint az a szörnyű kis panzió. Továbbá nemcsak otthont, hanem barátokat is találtunk, akik igazi szeretettel viselték gondunkat. A nagymama úgy fogadott bennünket, mint az unokáit. Így is szólítottuk: Mária-mama. Mindannyian sírtunk, amikor letelt a három hónap és búcsúzni kellett.

Akkor, az első este új otthonunkban a kilenced harmadik napján ezt imádkoztuk Kentenich atyáról: „...sokak otthonává válhatott”. Szinte megborsózott a hátunk, annyira megérintett ennek a mondásnak egészen konkrét valósága. Kentenich atya közbenjárására meghallgatott bennünket Isten és otthont ajándékozott testünknek, s lelkünknek egyaránt.

## A Pachinko

Nézem a tévét. Szinte másodpercenként változnak a témák, új izgalmas képeket mutatva a világ megannyi tájának. Az egyiken pachinko — ez Japán.

Emberek százai ülnek egy hatalmas teremben játékautomaták szabályosan elrendezett, a teret jól kitöltő sorai előtt. A hangzavar pokoli: csattognak, csörömpölnek, csilingelnek a gépek egy bizonyos ritmust követve, de a hangok nem túl élesek, hogy ne legyenek bántóak a fülnek, és mégis mindent felölel és magába foglal a kitudja hány decibel. Csak az emberek némák, szinte mozdulatlanok. A játékosok, mint a vadászpilóták, rezzenéstelen arccal fogják be a szemükkel a



teret és a célt a szimulátoron, hogy apró gyors kézmozdulatokkal beállítsák és korrigálják az elektronika e lelketlen csodáin az abban a pillanatban számukra tökéletest.

Megyek reggel az állomásra, a pachinko előtt nyitásra vár pár öltönyös. Nyilván csak a délelőtt közepén kezdődik számukra a munka ezen a napon, mely egy a ledolgozott évi 300 közül. Az állomásról az egyetemre a pachinko előtt ugyanaz a kép fogad. Este hazafelé már nem látni ácsorgókat, teljes gőzzel üzemel a vállalkozás.

Külföldi hallgatótársaim szerint jó stresszlevezetési módszer. Könnyít a munkahelyen ért megrázkódtatásokon, a merev hierarchia okozta sérüléseken, hogy másnap ismét kidüllesztett mellett feszülhessenek be a hámba. Milliók, talán tízmilliók könnyítenek így magukon nap mint nap.

Itt az emberek nyugodtak, nem lehet találkozni atrocitásokkal; mintha nem nagyon tudnák, hogy mi is az, idegeskedni. Az nem az ő műfajuk. Rendkívül érettek gyermekkoruktól fogva. Aktívak, de nem hangyák módjára, hanem észszel és jókedvvel használják ki az időt. A vallásnak már szinte nyoma sincs. A szentélyek a nemzeti összetartozás, és a nagyság jelképei lettek. Az élet a legkicsinyebb percéig meg van szervezve. Mások a gyökerek, mások az emberek — ők négyezer éve szigetlakók.

... Mi Hagyasok mindig est  
az új Honfoglalást keresünk —  
és a szívünk mélységében <sup>szegény</sup> romokban  
mert még mindig az úton...

És a Szentlélek a vigasztalónk.

És ilyen módon az örömünk igazi  
isteni öröm. Maradhat ez az emberi  
sírás - meggyünk tovább, és egy  
isteni mosoly <sup>legyen</sup> az arcunkban.

Azt még kell tanulnunk ...:

Hogy az Istennel az akaratát igazi  
szertetének a jele: És mi csak azt  
mondjuk: Igen, atyánk.

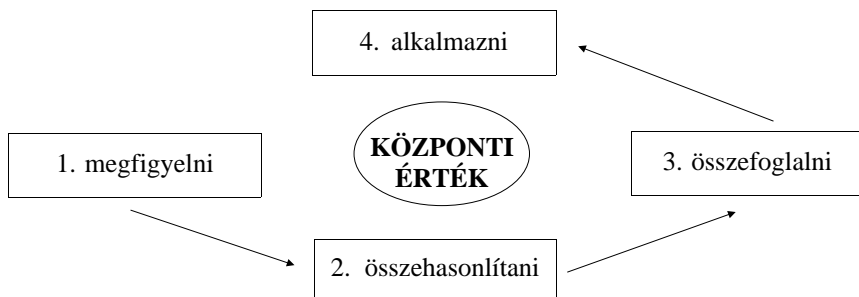
## Új korszak küszöbén

A tíz éves múltra visszatekintő Magyar Schönstatti Családmozgalom életében egy új korszak kezdetét jelentette az 1993-as év. Az áprilisi családnapok előtt, az utolsó pillanatban megbetegedett Tilmann atya, így két házaspár tartotta meg a lelkgyakorlatot az új családoknak.

Ez a véletlen fordulat és kényszerhelyzet útmutató jelentőségű volt. Évről évre egyre több család szeretne részt venni a családnapokon. Az idén már kevés volt a hely, több család jelentkezését vissza kellett mondani. A családoknak kell kézbe venniük sorsuk alakítását! Az áprilisi tapasztalat azt mutatja, hogy képesek átadni tapasztalataikat, a Schönstatti lelkiséget a fiatal családoknak.

Felismerve a lehetőséget és a hivatást, június végén 12 vállalkozó házaspár gyűlt össze Óbudaváron, hogy Tilmann atya vezetésével felkészüljön erre a feladatra. Az egyhetes előadóképző tanfolyamon két hatos csoportban folyt a munka. A bevezető gondolatok után, melyre minden nap visszatértünk, az egyes házaspárok előadásgyakorlatai következtek. Az előadásokat az alábbi vázlat szerint állítottuk össze:

- Mi a központi értéke mondanivalónknak?
- Megfigyeljük hol érinti meg ez a hallgatóság életét?
- Milyen problémára ad választ a központi érték? Milyen, már általunk megoldott problémával tudjuk összehasonlítani.
- Hogyan lehet alapelvekben összefoglalni a tapasztalat igazságát?
- Hogyan lehet elindulni a cél felé? Merre van a járható út?



Minden előadást megbeszéltünk és kiértékelünk.

Az alig 6 éves B. számára nagy nap ez a mai. Most végre együtt lesz az a 100 Ft, amiből meg tudja venni azt a kisautót, amire már hetek óta gyűjt. Egyszer csak észreveszi, hogy milyen lapos a pénztárcám így hónap vége felé, és egy határozott mozdulattal „átcsorgatja” filléreként az enyémekekhez, hogy ne legyenek olyan egyedül. Azután kihúzza magát és így szól: „Szerintem Szűz Mária most mosolyog és Jézusnak is elmondja, amit látott.”

\* \* \*

A családnapok vége felé már sok szó esett a befejezésről, az elutazásról. Hét éves Marci fiunk is el-elkapott egy foszlányt az ezzel kapcsolatos beszélgetésekből, pl. azt, hogy Tilmann atyának a zárószentmise után azonnal vissza kell indulnia Németországba. A mise előtt persze sürgöttük a gyerekeket:

— Siess, mindjárt kezdődik... öltözz már... megfésülködöttél?

Mikor Marcit is nógattuk, ő egyetértően bólogatott, és a biztos tudás birtokában válaszolt:

— Tudom, azért kell sietni, mert Tilmann atyának vissza kell mennie...

Hova is? — Itt egy kicsit elbizonytalankodott, kutató emlékeiben, majd rájőve a megoldásra magabiztosan folytatta:

— Vissza kell mennie a Mennysországba!

\* \* \*

