



Szeretet

2020.
március 8–14.

Az elengedés művészete

Az tud lemondani valamiről, akinek már van valamije. Hadd illusztráljam ezt egy gyermekkori élménnyemmel!

Kiskoromban Büdszentmihályon, egy kis szabolcsi faluban töltöttem vakációimat. Volt ott egy nagy gyerekkori ideálom: Matuska Jósának hívták. Ez a fiú úgy tudott fára mászni, mint egy légtornász.

Talán életemben olyan irigy nem voltam, mint amikor láttam őt fára mászni úgy, ahogy én, a városi kis vézna gyerek soha nem tudtam.

Sose felejttem el: egyszer elkapta az egyik ágat ragyogó, mosolygó arccal – és az elkezdett recsegni alatta! Nem tört le, csak meghajlott, vészesen recsegett. Kétségbeesett arccal, görcsösen kapaszkodott, meg sem mozdult, míg el nem szaladtam Matuska bácsiért, és az jött is a kétágú létrával. Megfogta Jóska lábát és le akarta emelni, de Jóska még akkor se merte elengedni az ágat. Szinte lecibálta az apja.

Nos, akinek *bizonytalanok a kapcsolatai, az egy életen át görcsösen kapaszkodik azokba*. Akinek nem volt biztos kapcsolata gyermekkorában, az a gyermekkori bizonytalan kapcsolatokba kapaszkodik infantilis módon egy életen át. Talán az apjába vagy

az anyjába harminc-negyvenéves korában is, mert nem kapott tőlük elég szeretetet, és még mindig tőlük szeretne szeretetet kapni. Ezért nem tud férjhez menni vagy nem mer megnősülni, mert recsegő ágba kapaszkodik, öregedő szüleibe, ahonnan nem tudja magát a következő kapcsolat felé lendíteni.

Olyanok is akadnak, akik nem mernek megöregedni, mert nem voltak fiatalok igazán. Hívó és bölcs merészség az, amikor át mered lendíteni magad a másik ágra! Kapcsolatban voltál a fiatalossággal, középkoroddal – most ezt elengeded, és kapcsolatban leszel az öregséggel. Gyakorolnunk kell „ágakat” elengednünk és „ágakat” elkapnunk, hiszen egyszer *mindent* el kell engednünk. Ezek az elengedések – előgyakorlatok.

Bölcs dolog tehát hittel lendülni, kapcsolatban lenni, majd elengedni és belekapaszkodni a következőbe, amit Isten lendít felénk.

Amikor tovább lendítjük magunkat az egyik ágról a másikra, az egyik életformából a másikba, mert kell, mert eljött az ideje – találkozunk egy holtponttal, a félelmetes holtponttal. – Egy másik ➤



Holtponton át a lelki békéig

hasonlattal élve: amikor a légtornászok trapéza előrelendül, van holtpontja, amikor egy pillanatra megáll: akkor kell elengedni, mert akkor van ki- és átdobó lendülete! A légtornász ekkor éli át azt a töredék másodpercet, amikor se itt nincs, se ott, se az egyik, se a másik trapézon – amikor nekünk, akik nézzük, eláll a lélegzetünk.

Akármilyen furcsán is hangzik, életünkben ezt mindnyájunknak többször is át kell élnünk. Az átmeneti váltás pillanatát, a holtpont félelmét. Aki valaha vitorlázott, az tudja, hogy a vitorla átbillentésének is létezik holtpontja. Amikor a nagy vitorla az egyik oldalról – a fejünk felett – átbillen a másik oldalra, akkor a hajó egy pillanatra meg is torpan.

Az életben is találkozhatunk sok efféle holtponttal, amikor még se itt, se ott nem vagyunk. Például valaki már jogilag, biológiailag, fiziológiailag feleség, asszony – de lelkileg még a mama kislánya. És ha nem tudja a mamát elengedni, férje életét pedig „elkapni”, abból rossz házasság lesz.

Nehéz időszak, amikor valaki már nem fiatal, de még nem öreg. Görcsösen kapaszkodik fiatalságába, s nem mer átváltani. Ehelyett pánikba esik, kapuzárás előtti pánikba.

Ezért meg kell tanulnunk a nagy leckét: kellő időben elengedni dolgokat, embereket, helyzeteket, bátran – még akkor is, ha félelmetes a „holtpont”...

Gyökössy Endre: Lélekápolás

„Úgy érzem, azért van szükségünk lélekápolásra, hogy idejében felismerjük lelkünk sérüléseit, és Isten Szentlelkének segítségével önmagunk is legyűrhessek azokat” – vallja könyve célkitűzéséről a lelkes-pszichológus szerző. (206 old., 2600 Ft)

Érdekes, hogy éppen a mi századunk juttott el odáig, hogy az orvosok és a pszichológusok is elismerik: bárminek tekintsük is a gyónást, ez a magunkkal és a másokkal való megbékélés egyik legjobb módja. Az Országos Onkológiai Intézetben történt. Az orvos és nővér már vártak. Ebben és ebben a szobában fekszik egy körülbelül negyvenéves nőbeteg – közölték. Hirtelen fellobbantak és aktivizálódtak áttétes tumorai. Igen rossz állapotban van.

– Itt már csak a tisztelendő úr tud segíteni – mondta az orvos. – Az asszony telve van kínzó félelemmel. Azt hajtogatja, ő úgysis el fog kárhozni.

Kérdésemre ez volt a beteg válasza:

– Egy életen át becsaptam az Istent. Végem van.

Kiderült, hogy tizenhat éves korában egy nem túl nagy horderejű, szex körüli bűnt követett el, és azt nem merte meggyónni. Azóta is rendszeresen szentségekhez járul, és most, nehéz helyzetében döbönt rá szörnyű helyzetére.

Sikerült meggyőzőm: Isten végtelen irgalmas. Semmi nincs elveszve, amíg itt a földön élünk. Mindent jóvátehetünk. Nehezen, de elfogadta érveimet. Ezután valami csodálatos bűnbánat következett. Néhány nap múlva behívat az orvos, és megkérdezi: mit tettem én a beteggel? Hirtelen leálltak a folyamatok a nyirokdaganatoknál. A beteget mintha kicserélték volna!

Kerényi Lajos: Boldogságra születünk

Mi az ember titka? Erre a kérdésre keressük a választ, miközben nyomába eredünk a boldogság titkának. (kemény kötésben, 120 old., 2400 Ft)

Keserűség vagy boldogság?

Vannak bölcs tanácsadóink, akik egy-egy mondásukkal néha kérdéseink egész halmazára adnak megnyugtató választ. Ilyen Szent Pál apostol is, akivel ha együtt tudunk gondolkodni, egyszerűbbé válik az idő szemlélése. Ő mondta: Tudjuk ugyanis, hogy ha földi sátrunk leomlik, Istentől kapunk lakást: örök otthont a mennyben, amit nem emberi kéz épített. Ezért tölt el a bizalom minket, s nem feledkezünk meg róla, hogy míg e testben vándorként élünk, távol járunk az Úrtól. A hitben élünk, a szemlélet még nem osztályrészünk. Ám bizalom tölt el bennünket, így jobban szeretnénk megválni a testtől és hazaérkezni az Úrhoz. (2Kor 5,1. 6-8)

Ha az örök életre szegezzük tekintetünket, minden másként jelenik meg értékrendszerünkben. Itt van például a boldogság ellentétje, a keserűség, amelyet oly sokan szeretnek fölemlegetni, s szinte unásig mondogatni: „Annyi embertelen szenvedés senkit sem ért, mint engem!... Hiába vagyok jó, engem mindenki üldöz!... Hiába segíték mindenkin, engem senki nem szeret! – Nekem ilyen kevés jó jut

ebben az életben? – Miért van éppen nekem részem ennyi megpróbáltatásban? – Miért? Miért?” Kérdések tömkelege, amelyek válaszra várnak – nem másoktól, saját magunktól! Nekünk kell válaszolni, még ha ehhez segítségül hívunk másokat is.

Szent Pál nem kesergett a múlton, legfeljebb ha hibái, bűnei, kevésbé sikerült tettei fölött. Ő (lásd előre mutató reménységét!) bizakodott s ezért vágyott az örök Hazába. Arra törekedett, hogy ne távol járjon az Úrtól, hanem Vele lehessen a boldog örökévalóságban. Ezért a reménységéért tudott fölülemelkedni minden földi megpróbáltatáson, s mert lelkét ráhangolta Isten szavára, s mert elmerült az Ő tanácsainak megismerésében, mindvégig fiatalos lélekkel látta meg élete minden percének fontosságát, szépségét, s azt, hogy ez Istentől kapott ajándék.

Kedves Öreg Barátom!

Isten téged is készítget arra (az élet utolsó szakaszában ez különösen is érezhető), hogy Hozzá térjél. Szent keze egyenként veszi el tőled mindazt, amit e földi világ adott, mert Ő egyedül téged akar, s arra vágyik, hogy te pedig egyedül Őt keresd. Születésedkor betakart téged ennek a világnak ezerféle viszonylatába – most bont ki belőle. Közben arra próbál rávezetni, hogy a világ számodra idegenné váljon, mert találkozni akar veled. Csak veled, azon dolgok nélkül, amelyek a világból reád tapadtak. Azt akarja, hogy ne tekints hátra, mint Lót felesé-



Joshua Eckstein, Unsplash

(folytatás az előző oldalról)

ge, hanem hogy e múltó világból az Ő hazahívó karjai felé menekülj.

Érzed-e, hatalmába kerít-e az az érzés, mintha boldog találkozóra, egy csodálatosan szép, virágos kertbe mennél... Isten karjai felé haladva kérdéseidre szinte már meg is kapod a válaszokat.

Faághy Richárd: Az öregkor reménysége
Minden felnőttnek javára szolgál, bármely életkorban, e kötet forgatása! Jobban megérthetjük azokat, akik előttünk jártak a munkában, s most már hazafelé készülnek.
(142 old., 1380 Ft)

Ma, amikor visszagondolok az elmúlt évekre, látom, hogy ezek nemcsak az elmúlás évei voltak, de az alkotás évei is.

A bölcsesség lehetővé teszi az ember számára, hogy a dolgok fölött álljon, anélkül azonban, hogy megvetné azokat; megadja, hogy a világot Isten szemével láthassuk – de az Ő szívével is egyúttal! Megtanít „igent” mondani Istennek, igent mondani korlátozottságainkra is, múltunkra is – számos csalódásunkkal, mulasztásainkkal és bűneinkkel együtt.

Szent II. János Pál pápa breviáriumból,
vagyis gondolatgyűjteményéből idéztünk
(128 old., 1380 Ft)

Mi az én élethivatásom?

Tudjuk, hogy amikor Isten kinyilatkoztatja magát az embernek, egyúttal küldetést is ad neki.

Egyéni hivatásunk betöltése megkívánja, hogy ne csak arról mondjunk le, ami önmagában rossz, hanem mindarról a jóról is, amit Isten nem nekünk szánt. (Thomas Merton)



Michael Bourgault, Unsplash

Ma igyekszem találni egy csendes nyugodórát-félórát, hogy végiggondolhassam, mi az én élethivatásom. Mennyire valósítom meg Istenem akaratát az életemben?

Uram, Jézusom! Az apostoloknak néhány rövid pillantást engedték a mennyei fényességbe, s ők egész földi életük során ebből merítették erőt gondjaikban. Reánk minden szentmisében bocsátasz egy-egy mennyei fény sugarat, ami behatol a nyitott szívekbe. Kérlek, segíts, hogy evilági gondjaim soha ne tartsanak távol e kegyelemzöngőtől – ámen.

Faághy Richárd – Nagy Alexandra:
Lélekkalauz nagybőjt napjaira

Ez a lélekkalauz nem mindennapi utakra kalauzol bennünket! No de nem pont erre van szükségünk az igazi megújuláshoz?..
(120 old., 1280 Ft)

Szeretet Könyvesbolt

1053 Budapest, Kossuth L. u. 1.

Nyitva: H–P 9–18^h, Szo: 9–14^h

Telefon: (06/1) 266 61 61

e-mail: a@sztgellertkiado.hu

webáruház: www.sztgellertkiado.hu

A HÉT sikerKÖNYVE

A Lélekkalauz nagybőjt napjaira
című lelki olvasmányt kínáljuk most
kis híján fele áron,
1280 Ft helyett 770 Ft-ért!