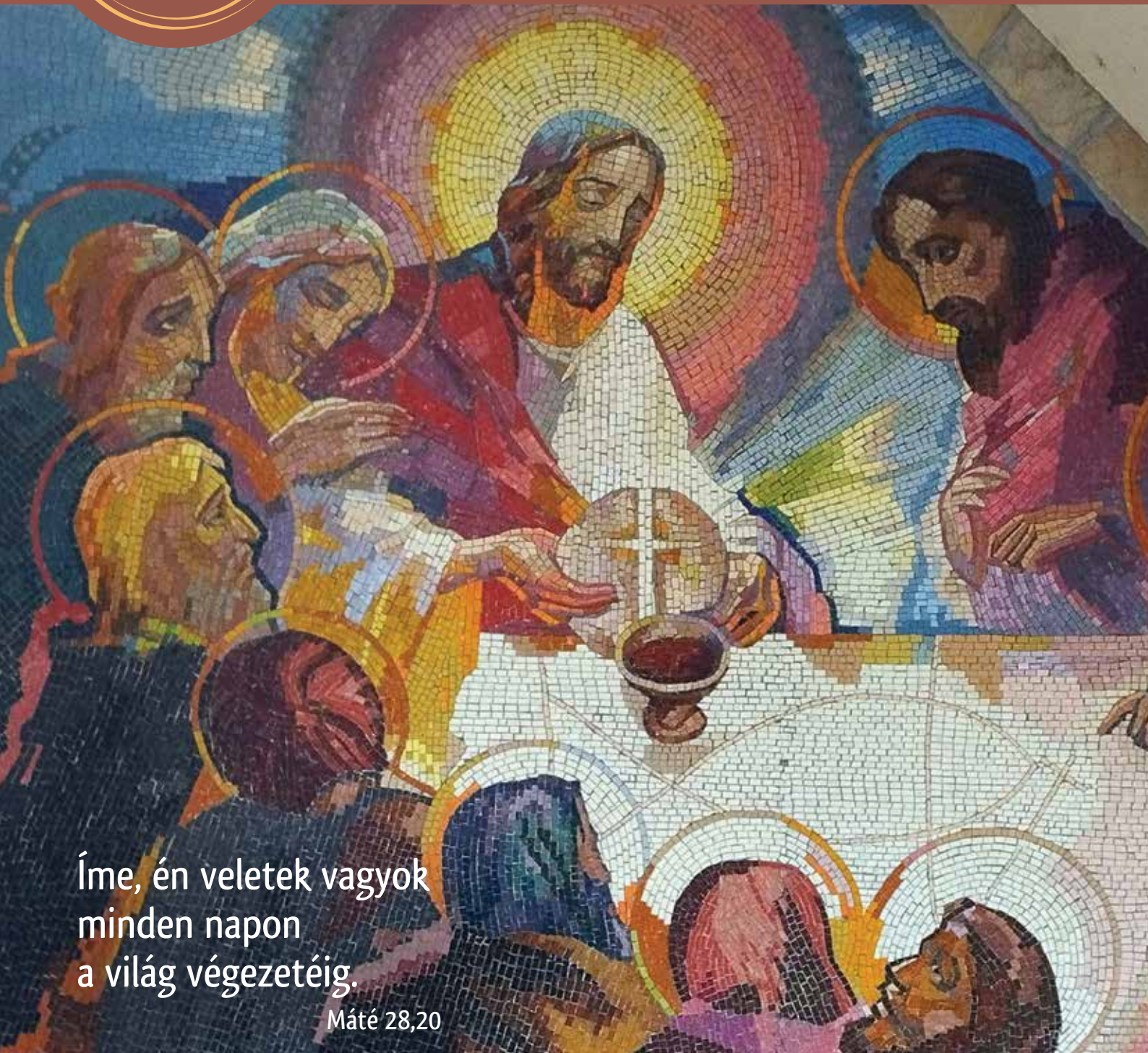




# TANÚSÁG

A nagymarosi Szent Márton Plébánia lapja



Íme, én veletek vagyok  
minden napon  
a világ végezetéig.

Máté 28,20

„Ahogy Jónás jel volt a niniveieknek, úgy lesz jel az Emberfia is”	1	Színezd újra – Házasság hete Nagymaroson	8	Három iskolásunk és három óvodásunk a déli féltéken	14
„Te vagy a szeretett”	3	A BakElit Férfikör	9	Krónika	15
Alpha kurzus indult...	3	Könyvespolc –		A cserkészlet és a magyarság	16
Exodus 90 és a Fiat 90	4	Élet a halálból	10	Gyerekeknek	17
Elköszönés Dr. Beer Miklóstól	6	Böjtölés régen és ma	11	Gondolatok a víz világnapjára	18
Élő Kövek – imakatekézis	7	Evezz a mélyre!	12	Liszt, kávé, kiállítás...	19
Felelősek vagyunk...	7	Szemben a szegénységgel	13	Szentévi búcsú	20

# BEVEZETŐ

Ma, virágvasárnap ünnepeljük Jézus bevonulását Jeruzsálembe. Micsoda nagy ünnep és örömujjongás vehette körül az Urat ezen a napon! Ez az ünnep egyben a húsvéti nagyhét kezdete is, amikor majd Jézussal végigélhetjük az utolsó vacsorának kenyértörését, a kálváriáját a kereszttúton és a kereszthalálát, amiért jött, – hogy szent kereszt-áldozata által megváltást nyerjen számunkra az örök életre. És együtt ünnepelhetünk majd az emmauszi tanítványokkal, akik találkoztak a feltámadt Jézussal, majd örömmel, futva siettek hírül adni a társaiknak a feltámadás örömhírét, s azt, hogy az Úr itt maradt velünk.

A nagybőjti lelkigyakorlatunkban megláthattuk, hogy az Úr úgy változtat át bennünket, mint nagycsütörtökön az utolsó vacsora kenyerét; „kezébe vesz, megáld, megtör és odaad”. Így adja oda magát a szeretteinek ma is, és ezt az átváltoztatást hajtja végre azokkal is, akik az Úr kezébe adják magukat. Ez az odaadottság a keresztény hivatásunk. Annak elfogadása, hogy nem mi vagyunk azok, akik formáljuk a saját és embertársaink életét, hanem megengedjük a szerető, teremtő Istenünknek, hogy Ő vigye ezt végbe rajtunk keresztül.

Akik idén is bekapcsolódtak az EXODUS és a FIAT lelkigyakorlatába, beszámolnak erről a fajta Isten általi átformálódásról, melyben benne van a megtörtség beismerése, elfogadása és benne van az átformálódás kegyelme, ajándéka. Jónásnak is ezen kellett keresztülmennie a cethal gyomrában, „át kellett haladnia a megtörés kegyelmén és misztériumán”, mire végre felismerte, hogy az, amire küldve van, az Isten legnagyobb ajándéka, és nemcsak azért, mert a Niniveieket szereti, hanem legalább annyira azért, mert Jónás is végtelenül szereti.

Az Alfa kurzusról szóló beszámolómból is az cseng vissza, hogy küldve vagyunk egymáshoz, és a gyengeségeink felismerése, elfogadása legalább olyan fontos, mint az erősségeinké, hiszen ezek által vagyunk egymáshoz kapcsolva. „Így tud megvalósulni a szeretet közössége, mely a Szentháromság tükörképe hivatott lenni.”

„Készítsük elő a szívünket,” – hogy bevonulhasson életünkbe, „fedezzük fel a megtérésre szólító meghívásunkat” – hogy végigélje velünk életünk nagyheti eseményeit. Fogadjuk el személyes küldetésünket, ahogy Jónás, ahogy a tanítványok, hisz a megváltás misztériuma mindenkinek szól.

Zoller Andrea

Nevükön szólítja juhait, és kivezeti őket. (...)

Én vagyok a kapu. Aki rajtam keresztül megy be, üdvözü, ki-be jár, és legelőt talál. (Jn 10,3; 9)



Luisanna Garau, festménye

## „Ahogy Jónás jel volt a niniveieknek, úgy lesz jel az Emberfia is e nemzedéknek.”

(Lk 11,29)

Jónás az egyetlen olyan ószövetségi próféta, akivel Jézus drámai módon azonosítja magát az Újszövetségben, név szerint is emlegeti: „Amint ugyanis Jónás próféta három nap és három éjjel volt a hal gyomrában, úgy lesz az Emberfia is három nap és három éjjel a föld szívében”.

Babits Mihály a Jónás könyvében írja:

Monda az Ur Jónásnak:

„Kelj fel és menj

Ninivébe, kiálts a Város ellen!

Nagy ott a baj, megáradt a gonoszság:  
szennyes hajjai szent lábamat mossák.”

Szólt, és fölkele Jónás, hogy szaladna,  
de nem hová a Mennybeli akarta,  
mivel rühellé a prófétaságot,  
félte a várostól, sivatagba vágott,  
ahol magány és békesség övezze,  
semhogy a fedett népség megköveze.

Kerülvén azért Jáfó kikötőbe  
hajóra szállott, mely elvinné őtet  
Tarsis felé, s megadta a hajóbért  
futván az Urat, mint tolvaj a hóhért!

Jónás ösztöne, hogy elkerülje a felelősséget és kibújjon Isten parancsa alól azzal, hogy elrejtőzik. Jónás könyve szövegének kihívása és ereje „akár tetszik nekünk, akár nem”, hozzánk szól, akik Krisztus Egyháza tagjainak valljuk magunkat. Akárcsak Jónás, mi is kaptunk egy teljesíthető feladatot és egy üzenetet, amelyet hirdetniünk kell a világnak, „de vajon hirdetjük-e? Nem élünk-e talán mi magunk is egyfajta buborékban?”

Sok keresztény ember, akire az Isten rábízta az igazság igéjét, olyan, mint Jónás, mert Tarsis, és nem Ninive felé néz. Olyan, mint Jónás, aki fizetett azért, hogy arra a hajóra szállhasson, mely ellenkező irányba halad, mint amerre Isten küldte... A jelenkor egyháza sokszor olyan, mint Jónás, alszik

a hajó mélyén, miközben a világ eddig soha nem látott zavarban hánykolódik. A világ kérdéseket tesz fel – vannak-e korszerű válaszaink?

Erich Fromm Az elfelejtett nyelv című könyvének értelmezése szerint Jónás történetében „a hajóra szállás, lemenetel a hajó gyomrába, elalvás, a tengerben és a hal gyomrában levés” mind szimbólumok, melyek „egy védett és elszigetelt állapotot, egy biztonságos visszalépést jelölnek a más emberekkel való kommunikációtól”.

Luther Márton, aki Jónásnak a cethalban szerzett tapasztalatairól elmélkedik, így ír: „Úgy tűnt, hogy már megszámlálhatatlan ideje ott ül a sötétben. Igen, gondolom, hogy időnként lefeküdt, majd felállt... A tüdő és a máj gyakran okozhatott neki fájdalmat! Milyen furcsa lehetett szállása a belek és a hatalmas oldalbordák között!” Jónás titokzatos szenvedése a cethalban és váratlan szabadulása onnan három nap múlva olyan történetet, képet alkotnak, melyre újra és újra rácsodálkozunk.

Az idős Szent Ágoston így írt: „Jónás próféta nem annyira szavaival, mint inkább valamilyen értelemben saját szenvedésével prófétált Krisztusról, de világosabban, mint-ha szóval hirdette volna Krisztus halálát és feltámadását. Éppen ezért nyelte el őt a nagy hal gyomra és köpte ki harmadnap, hogy a pokol mélységéből harmadnapra visszatérő Krisztust jelképezze.”

Az őskeresztények gyakran festették fel a katakombák falára Jónás alakját. A bálnából kilökött és a partra



Katherine McCormack



biztonsággal megérkező Jónás képe „lényegi ábrázolás” a korai keresztényektől: olyan kép, amely „nagyon élénken mutatja fel a biztos feltámadás reményét és az örök élet ígértét a keresztények számára, akiket abban az időben üldöztek”. A hajó, melyre Jónás felszállt, és amely ide-oda hánykolódott a viharban, ez a rövid és kemény jelen élet. Vajon keresztény hívőként nem számíthatunk-e arra, hogy a hit biztonságát és derűjét élvezhetjük? Vajon nem vagyunk-e védelmezve a test számtalan kínja ellen az élet viharai közepette is? Védve vagyunk, ám ugyanakkor nem is vagyunk védve. A Krisztusban való élet – az igazi vallás – nem tünteti el életünkben a keresztet. Nem tesz immunissá a nagy szenvedéssel vagy szerencsétlenséggel szemben. És mégis: bármennyire szűnni nem akaró és ijesztő legyen is a vihar, mivel Krisztus ott van a vihar közepén, és mint Üdvözítőnk bennünk is ott él, mi pedig benne, nincs okunk a félelemre.

A keresztény pszichológia szerint megkülönböztethetjük az illuzórikus és a valós vallást. Előbbi állítása: „Ne félj, bízz Istenben, és Ő majd gondoskodik róla, hogy

mindaz, amitől rettegsz, ne történjen meg veled.” A valós vallás ennek ellenkezője: „Ne félj: mindaz, amitől rettegsz, nagy valószínűséggel megtörténik veled, de nincs miért félned tőle.” A lelki életben – akár csak Jónásnak, nekünk is – szükségünk van arra, hogy valami sokkoló hatás egyes berögzült gondolkodásmódokból és érzésekből felrázzon bennünket.

Fel kellene ismernünk Istent olyan helyeken is, ahol talán soha nem sejtettük volna jelenlétét életünk látszólag banális és bizarr körülményében is. Ahhoz azonban, hogy ezt a leckét megtanuljuk és valóban elsajátítsuk, szükséges, hogy akár csak Jónás, - átmenjünk a megtöretés kegyelmén és misztériumán. Szükségünk van természetesen a csendben ülni tudás kegyelmére. Néha azonban csak a „vihár” kellős közepén, a hatalmunk alá nem eső körülmények szélvészének szívében ismerünk meg végre valamit Isten csodálatos misztériumából, és rájövünk, hogy rólunk és az egész világról való tervei mennyire meghaladják azt, amit el tudunk képzelni.

Csáki Tibor plébános



BABITS MIHÁLY

## Jónás imája

Hozzám már hűtlen lettek a szavak,  
vagy én lettem mint túlaradt patak  
oly tétova céltalan parttalan  
s úgy hordom régi sok hiú szavam  
mint a tévelygő ár az elszakadt  
sövényt jelzőkarokat gátakat.  
Óh bár adna a Gazda patakom  
sodrának medret, biztos úton  
vinni tenger felé, bár verseim  
csücskére Tőle volna szabva rim  
előre kész, s mely itt áll polcomon,  
szent Bibliája lenne verstanom,  
hogy ki mint Jónás, rest szolgálja, hajdan  
bujkálva, később mint Jónás a Halban  
leszálltam a kinoknak eleven  
süket és forró sötétjébe, nem  
három napra, de három óra, három  
évre vagy évszázadra, megtaláljam,  
mielőtt egy mégvakabb és örök  
Cethal szájában végkép eltűnök,  
a régi hangot s, szavaim hibátlan  
hadsorba állván, mint Ő sugja, bátran  
szólhassak s mint rossz gégeből telik  
és ne fáradjak bele estelig  
vagy míg az égi és ninivei hatalmak  
engedik hogy beszéljek s meg ne haljak.



## „TE VAGY A SZERETETT” A nagyböjti lelkigyakorlat margójára

A hamvazkodással, mint a bűnbánat jelével megkezdjük éves nagyböjti zarándoklatunkat a hit és a remény jegyében. Az Egyház, mint anya és tanítómester arra hív bennünket, hogy készítsük elő szívünket és nyíljunk meg Isten kegyelme előtt, hogy örömmel ünnepelhessük Urunk Jézus Krisztus húsvéti diadalát a bűn és a halál felett. Ferenc pápa nagyböjti üzenetéből idéztünk, aki azt kérdezi tőlünk: „Mit jelent együtt haladni a reményben és felfedezni a megtérésre szólító meghívásokat?” Erre a kérdésre is kerestük a választ csütörtök esteként. A közösségi házban sokan bekapcsolódtak a lelkigyakorlatba, amelyen idén Henry Nouwen *Te vagy a szeretett* című könyvét dolgoztuk fel.



Jézus megkeresztelésekor hangzik az Atya szózata: „Te vagy az én szeretett fiam, benned gyönyörködöm”. A kereszttségben mi is arra kaptunk meghívást, hogy „szeretett tanítványá” váljunk. Amire mi magunktól nem vagyunk képesek, az ő szeretete elvégzi bennünk. Az Atya szeretne bennünket „átváltoztatni”, konszekrálni. A pap minden misében megfogja a kenyeret, megáldja, megtöri, odaadja az embereknek. Átváltozik, szentséggé válik a kenyér. Ez a keresztény lét. Az a hivatásunk, hogy kenyér legyünk a világ számára: Kenyér, amelyet megfognak, megáldanak, megtörnek és odaadnak. A nagyböjtben ezekkel a gondolatokkal készítettük a lelkünket a húsvéti nagy találkozássra.

Csáki Tibor plébános

## ALPHA KURZUS INDULT HÁZASPÁROKNAK

Huszonöt házaspár jelentkezett erre a kurzusra, melynek első találkozója március 9-én vasárnap volt a közösségi házban. Nagy örömeinkre sok fiatal pár is jelentkezett, hogy a kapcsolatukat megerősítsék. János evangéliumának gondolatával kezdtük az összejövetelt:

„Én vagyok az igazi szőlőtő, s Atyám a szőlőműves. Minden szőlővesszőt, amely nem hoz gyümölcsöt, lemetesz rólam, azt pedig, amely terem, megtisztítja, hogy még többet teremjen”. (Jn 15.)



A házasság ápolását a szőlőápoláshoz hasonlította az előadó, aki – videón keresztül – nagyszerű tanítást adott a házaspároknak. A tanítás közben a pároknak lehetőségük volt, hogy páronként megbeszéljék a felmerült kérdéseket. A programot egy munkafüzet is segíti. Az előadás végén minden házaspár meggyűjtötte a húsvéti gyertyáról a saját – jubileumi év mottójával ellátott – gyertyáját. Szent, ünnepélyes pillanat volt ez. A program részeként a párok közösen vidám hangulatú vacsorán vettek részt. A kisgyermekre egy másik teremben a fiatalok vigyáztak. Az

egész programot jól megvilágítja Péter apostol levelének egy igéje: „Ki milyen lelki ajándékot kapott, úgy szolgálja egymásnak, mint Isten sokféle kegyelmének jó letéteményesei” (1Pét 4.10). Urunk azt akarja, hogy tartsunk össze, éljük együtt az életünket. De mi inkább önállósítjuk magunkat, ilyen az emberi természet. Mit tesz hát Isten? Egybefog minket a Szentlélek által, aki minden egyes embert más-más ajándékkal lát el. De soha sincs jelen egy emberben az összes ajándék! Így mindegyikünk rendelkezik valamivel, amivel szolgálni tud, és mindegyikünknek szüksége van segítségre, amit csak egy másik ember adhat meg neki. Ily módon a gyengeségeink éppen olyan fontosak, mint a képességeink, mert előbbieket által a testvéreinkhez vagyunk kötve. Szükségünk van egymásra, ha hatékonyan akarjuk bemutatni Krisztust a világnak.

Csáki Tibor plébános

**Az egység imáját énekeltük zárásként:**

Imádozt Jézusom!  
Lábunk együtt járjon,  
kezünk együtt gyűjtsön,  
szívünk együtt dobbanjon,  
bensőnk együtt érezzen,  
elménk gondolata egy legyen,  
fülünk együtt figyeljen a csöndességre,  
szemünk egymásba nézzen és tekintetünk összeforrjon,  
ajkunk együtt könyörögjön az Örök Atyához irgalomért!

Ámen.



# Exodus 90 és a Fiat 90

„Az Exodus 90 egy különleges lelkigyakorlat, amely a Kivonulás könyve nyomán abban segíti a résztvevőket, hogy megtalálják, mi életükben az, ami leginkább rabságot jelent, és minél inkább elmozduljanak a lelki szabadság irányába.” (Magyar Kurír)

Nagymaroson már nem először akadnak testvérek, akik felvállalják az Exodus 90 lelkigyakorlatát, idén a női ág, – a FIAT – is elindult. Négy csoportban haladnak együtt a testvérek ezen a hosszú lelki úton egymást segítve, támogatva. Van a fiatalabb és az idősebb korosztály csoportja úgy a nőknél, mint a férfiaknál. Mindegyik csoportból kaptunk tanúságtévőt, aki megosztja velünk tapasztalatait.



## EXODUS 90 – FÉRFIAK KÖZÖSSÉGE

A lelkigyakorlat számomra egy újabb kapcsolati lehetőség keresése a Teremtővel. Korábbi exodusos testvéreimtől hallottam gyümölcsseiről és persze nehézségeiről. Mert bizony 90 nap hosszú idő és félidő táján az ember képes elfáradni a napi fegyelmek tekintetében. Nagy segítség ebben egy választott kötél társ, akivel beszélhetsz örömeidről és megoszthatod nehézségeidet. Heti egy alkalommal pedig csoportosan találkozunk, ahol mindenki elmondhatja, az elmúlt hét milyen hatással volt lelki életére. A lelkigyakorlat címe is utal a tartalomra: EXODUS, azaz kijövetel, megszabadulás az istenkapcsolatot gyengítő szokásainkból. Így a napi szentírási részek és az elmélkedések fő vezérfonala, az Úristen által felkínált lelki szabadság helyesen értelmezett megélése. Sokan úgy gondolják, hogy akkor a legszabadabbak, ha azt tehetnek, amit akarnak, és amikor csak akarják, illetve amikor semmi sem akadá-

lyozza meg őket abban, hogy azonnali késztetéseiket vagy vágyaikat kövessék. De ez nem a szabadság útja, ez a rossz vágyaink rabságának ösvénye. Az igazi szabadság mindig a helyesen gyakorolt fegyelem gyümölcse. Fegyelem nélkül nincs igazi szabadság. Legalábbis nem olyan, ami valóban értékes lenne. Ha egy hangszeren szeretnénk játszani, el kell köteleződnünk a gyakorlás fegyelmével. Ha termékeny kapcsolatot szeretnénk a feleségünkkel és boldog családot szeretnénk kialakítani, alá kell vetnünk magunkat annak a fegyelemnek, hogy őrizzük a szívünk tisztaságát, állhatatosak maradjunk a szeretetben, és gondosan ápoljuk a legszorosabb kapcsolatainkat.

Ha szeretnéd felkavarni hited állóvizét, ha erős az elhatározás benned, ne kételkedj! Vágj bele! Hidd el, megéri!

Maurer János

## A FIATALEMBEREK KÖZÜL ÍGY TESZ TANÚSÁGOT EGY RÉSZTVEVŐ

Hálás vagyok, hogy megoszthatok pár gondolatot erről a lelkigyakorlatról, arról az útról, amin végigvezette az Úr a közösségünket az elmúlt időszakban. Az Exodus 90-ról lehet, hogy már hallottál, de fontosnak tartanám, hogy aki ezt olvassa, lássa, hogy miről is szól valójában. A gyakorlat 90 napig tart, így lehetőséget ad többszöri elbukásra és újra felkészésre. Ebben a 90 napban három módon törekszünk az Istennel való mélyebb kapcsolatra: az önmegtagadás, az ima és a testvériség útján. Az önmegtagadásban hagyjuk, hogy az örömeinket ne a világ adta módon, testi élvezetben keressük, hanem kiüresítjük magunkat, így az Isten formájú úr magunkban az Ima útján valóban be tud telni Istennel. És ehhez bátorítjuk, buzdítjuk egymást a közösségünkben, imában hordozzuk társainkat, hogy ne tántorodjunk el a szűk ösvényen vezető útról.

Ahogy írom a cikket, az út kétharmadánál tartunk, mégis úgy érzem, hogy az életem mélységeiben egy új irányvonalat vett. Ahogy olvastuk napról napra a kivonulás történetét, ahogy a zsidók kivonultak a rabság földjéről, én is úgy éltem meg a kivonulást a saját rabságaimból. A sokszor minden napos önvádolás, teljesítménykényszer, 'szokásos' bűnök, gőg és csekély önértékelés sorra ledőlnek. Nyilván ez nem egy egyenes út a Kánaánba, hanem inkább kacskaringózás a sivatag buckáin keresztül, ahol az ember bálványokat állít magának, de az Atya végig jelen van minden pillanatban, és a végén bizony a Kánaán vár. Persze most nem mondom, hogy teljesen megszabadultam, de tanúságot teszek arról, hogy nem én, hanem az Isten hatalmas munkája által átalakult az életem. Valahogy, a „Holnap

majd biztos jó lesz Istenem...” gondolkodás átalakult a „Köszönöm a mai napot Atyám!” létté. Örömben tudom tölteni a napom, tudván, hogy az Isten szeret. És ez nem rajtam múlik.

A lelkigyakorlat előtt már egy ideje elég rosszul éreztem magam. Mégis az imádságban a szorongásaim ellenére azt kaptam, hogy most ezt ne én akarjam megoldani, és akármilyen rosszul érzem magam, ezt most hagyjam Őrá... Megérte.

Mindannyian elmondhatjuk, hogy sok örömben és megtapasztalásban, megtöretésben és felszabadításban volt és van részünk, és ezért nagyon hálásak vagyunk. Köszí Jézus!!

Remélem mindenki, aki ezt olvassa, kedvet kap, hogy jövőre belevágjon ebbe az útba! Bátorítok mindenkit, hogy gyertek! Megéri! Lehet, hogy elsőre nehéznek tűnik, de egymásnak mindig azt mondjuk, hogy ez bizony könnyített pálya. Könnyebb az Istennel együtt megküzdeni - sőt hagyni, hogy Ő tegyen, mint mi magunknak küzdeni, Őt meghagyva nézőközönségnek.

Legyen dicsőség az Istennek!

## FIAT 90 - FIATAL HÖLGYEK KÖZÖSSÉGE

„Számomra nagyon sokat jelent a FIAT90 lelkigyakorlat. Nagyon jó lehetőség arra, hogy a kapcsolatom erősödjön a Jóistennel, és engedjem, hogy Ő formáljon engem. A böjt gyümölcsseit már most láthatom, és alig várom, hogy megtapasztaljam, miket visz végbe még bennem, amiket még nem is látok.”

„Nekem most nagyon nehéz időszakom van: rengeteget kell tanulnom érettségikre, vizsgákra. Emellett sok olyan dolog jött fel mostanában, amik már régóta egy nagy falat képeznek bennem lelkileg. A mindennapi ima és böjt mégis erőt ad nekem mindehhez, amit le kell küzdenem: mind a sikerekhez, mind a kudarcokhoz - amik ugyanúgy vannak, de valahogy sokkal könnyebb átlendülnöm rajtuk, és még így is dicsérhetem az Urat! Én hiszem, hogy Ő a legjobbat akarja nekem, nem szabad elkeserednem.”

„Azt is megtapasztalom ebben az időszakban, hogy nem minden jó felhőtlen jókedv és vidámság. A nehéz időszakok is kellene ahhoz, hogy boldog legyek, hiszen szembe kell néznie a nehézségekkel, amik maguktól nem fognak eltűnni, csak egyre nagyobb hegyet képeznének. Ezt leküzdve sokkal nagyobb kincsre teszek szert és ezzel is erősödöm.”

„Én nagyon hálás vagyok, hogy van egy közösség is, akikkel minden héten összeülve megbeszélhetjük küzdelmeinket, örömeinket, és támogatjuk is egymást, imádkozunk egymásért; ez sok erőt ad nekem.”

Hadi Teodóra

## FIAT 90 – NŐK KÖZÖSSÉGE

A FIAT90 egy 90 napos katolikus lelkigyakorlat azoknak a nőknek, akik igyekeznek közelebb kerülni Krisztushoz

Mária erényeinek, hitének, alázatosságának és odaadásának befogadásával. Mária „fiatja”, az Istennek adott teljes „igen” által ihletett. Ez az átalakuló utazás a napi imát, a böjtöt és életmódváltoztatásokat ötvözi, hogy teret teremtsen Isten kegyelmének, és elmélyítse a lelki növekedést. A kezdő és tapasztalt hívőknek egyaránt lehetőséget kínál arra, hogy mélyreható és életet megváltoztató módon „igen” -t tudjanak mondani Istennek. A 90 nap alatt az imádság, a böjt és a közösség gyakorlása által döntünk amellett, hogy életünket még teljesebben Istennek és az Ő terveinek ajánljuk. Ha ilyen módon fegyelmesszük magunkat, az nyitottá tehet, hogy befogadjuk a kegyelmeket, valamint lehetőséget ad arra is, hogy elsajátítsuk az önfegyelem képességét, és tisztábban tudjunk gondolkodni és cselekedni.

Nagymaroson 11 nő csatlakozott ehhez a lelkigyakorlatához. (hét nagymarosi és négy más településen élő asszony). Nagy lelkesedéssel és kíváncsisággal indultunk neki a 90 napnak. Pár hét után értettük meg igazán, milyen jelentősége van annak, hogy ima, böjt és közösség az alappillérei ennek a lelkigyakorlatnak. Érezhető volt a változás mindannyiunkban: a napi Istennel töltött idő, az aszkézis láthatóan formált mindenkit és meglepő gyümölcsöket termelt. Az egyre mélyülő megosztások lebontották a kezdeti aggodalmak falait, és megértettük, milyen fontos a közösségi együtt haladás ezen a nem mindig sima úton. Sokat tanultunk magunkról, egymástól és leginkább a Mindenható Istentől. Egészen másként éreztünk meg a nagyböjti időszakhoz a már begyakorolt lelki edzésünkkel.



Fotó: Barboza (Unsplash)





Hálás vagyok a JóIstennek, hogy meghívott erre a „kalandra”, mely egyre inkább Hozzá vezet. Hálás vagyok a formálódásért, tapasztalatokért, társaimért és a Szentlélek érezhető vezetéséért.

A teljesebb kép érdekében, a „Mit jelent számomra a FIAT” kérdésre megosztom pár társam gondolatát is:

„Engem a FIAT helyes önismeretre nevel, Isten segítségével formál.”

„Találkoztam már azzal a felfogással, hogy a FIAT egy mai divat csupán. Azért akartam belevágni, hogy egyensúlyba kerüljön az életemben, ami rendezetlen volt. Azon kaptam magam a lelkigyakorlat közben, hogy szárnyra kelt az Istenrel való kapcsolatom, dinamikussá és étellel telivé vált. A társaimat hallgatva ez az erő hatol át szá-

momra: *Mint a sas, amelyik a fészket védi, ott lebeg a fióka fölött, kiterjeszti szárnyát, felkapja, tulajdon szárnyán hordozza. (Mtörv 32,11) Kívánom ezen szárnyon való utazást mindenkinek!*”

„Egyrészt nagy segítség az önfegyelem gyakorlásában az, hogy „előírás” a rendszeres testmozgás, a helyes étrend (felesleges nassolás, édesség kerülése) a káros internethasználat mellőzése, megfelelő mennyiségű alvás. Másrészt a napi ima, szemlélődés, elmélkedés által sokkal mélyebbé, élővé vált az istenkapcsolatom, javult saját magam megítélése. Amellett, hogy egyfajta életmódváltást is eredményez a test-lélek-szellem szintjein, a közösségben megélt hitemet is erősíti a heti kiscsoportos megosztás révén. Nagy hála van a szívemben ezért a lelkigyakorlatért.”

## Elköszönés Dr. Beer Miklós püspök atyától

### Kedves Püspök atya!

Nagyon vigyáznom kell a szavakkal, a stílussal, nehogy nekrológnak tűnjék, amit rólad papírra vetek. Mindössze azért búcsúzunk, mert a köreinkből máshová költöztél, de legtöbbször számunkra ez is meglehetősen fájdalmas, hisz oly nagy szeretettel éltél közöttünk!

Nem cél ugyanakkor, hogy most – mintegy jelképesen – szobrot állítsunk neked, mi sem állna távolabb tőled. De oly mértékben belefolytál az elmúlt 5 évben egyházközségünk, városunk életébe, hogy nem lehet szó nélkül hagyni jelenléted hiányát.



Miséztél, ígét hirdettél, eskettél, temettél, kereszteltél, a legnagyobb alázattal végeztél a papi szolgálat minden formáját. De az emberek nem csak ezért, hanem szeretetteljes, derűs, nyitott jelenlédért szerettek. Nem csak itt Nagymaroson, hanem az egész egyházmegyében és szerte az országban. Széles mosollyal előre köszöntél a szembe jövőnek az utcán, megsüvegelte mindenkit a helyi piacon. Ismerőshöz-ismeretlenhez mindig volt jó szavad, és szó szerint bármikor, bárkinek a rendelkezésére álltál ügyes-bajos lelki ügyeinek a meghallgatásában, elrendezésében. Ez utóbbi éreyyel talán kicsit vissza is éltünk: tisztességben megöszült homlokodra – vélelmezem – mi is „odavarázsoltunk” néhány ráncot folyamatos okvetetlenkedéseinkkel.

„Kérjete és kaptok, zörgessetek, és ajtót nyitnak nektek.” Nos, mi ittléted minden napján zörgöttünk szeretett hajlékodbán, és te ajtót nyitottál korra, nemre, társadalmi rangra való tekintet nélkül mindenkinek, és adtál, adtál, adtál. Szétszótad magad közöttünk. Számosan vagyunk, akik nem ismernek ennél nagyobb éreyyt.

Egy mondás úgy tartja: Az, aki vagy – Isten ajándéka neked. Az, akivé válhatsz, váltál életed során – a te ajándékod az Istennek.

Mi itt Nagymaroson és a környező településeken mindannyian úgy gondoljuk: a jó Isten nagyon megajándékozott általad!

Köszönjük, hogy voltál, és köszönjük, hogy vagy nekünk!

Hálával és szeretettel – a Nagymarosi Egyházközség és városunk testvéreinek nevében

*Heininger Ferenc – világi elnök*

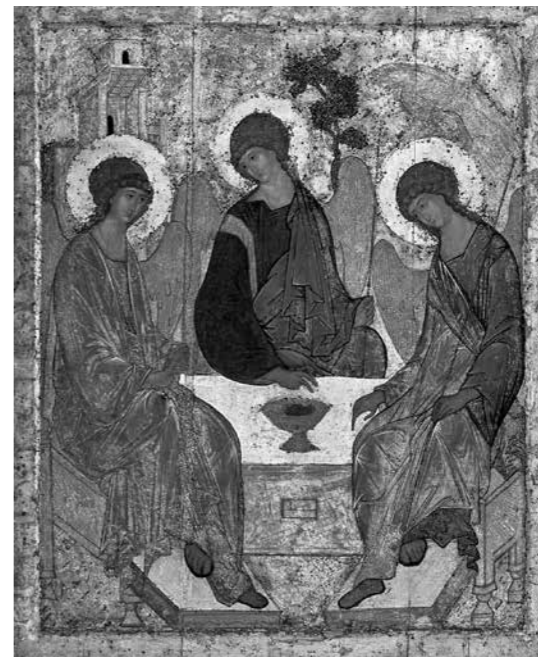


## Élő Kövek – imakatekézis

### KÖZÖSSÉGBEN A SZENTHÁROMSÁGGAL ÉS EGYMÁSSAL

Perikorézis = körtánc, – ezzel az egy szóval is jellemezhetjük azt a harmonikus és dinamikus közösséget, amit az Atya, a Fiú és a Szentlélek alkot egymásra figyelésük és mély szeretetük által. Február 23-án délután Paszternák Tamás atya előadása nyomán arról gondolkodtunk együtt, hogyan tud megjelenni a Szentháromságos élet közösségeinkben. Mit is jelent ez? Ha valakivel kapcsolatba kerülünk, soha nem egy szigetet találunk. Mindenkít meghatároznak a körülöttük élőkkel kötött kapcsolataik. Ugyanígy Istennel kötött kapcsolatunk is különleges. Ha megismerjük Istent, ugyanúgy kapcsolatba kerülünk Jézussal és a Szentlélekkel is. Jézus volt az a személy, aki emberi formát öltött, közénk jött és általa kerülhettünk kapcsolatba Istennel és a Lélekkel. A keresztény ember küldetése, hogy életében megjelenítse, megélje a szentháromságos életformát. De ezt egyedül nem lehet, csakis közösségben.

A keresztény közösség a Szentháromság tükörképe kell, hogy legyen, vagyis az a szere-



tet, ami az Istenben van, az az egymásban levés és egymás elfogadása, az egységre való törekvés, a közös akarat, a közös cselekvés, egymásnak a hordozása hogyha megjelenik, akkor tud a Szentháromság tükörképévé válni a keresztény közösség. Ehhez a nem könnyű feladathoz kérjük a Jóisten áldását, vezetését, hogy minél inkább szentháromságos közösséggé válhassunk.

Tamás atya gondolatai után közösségünk egyik tagja, Gáspár Erik tett tanúságot. Megosztotta velünk, mi vezette őt Isten közelébe, miként adta át neki az irányítást és milyen csodák érik őt nap mint nap általa. Öröm volt hallgatni, nagyon köszönjük neki.

A második készületi év utolsó alkalmára szeretettel várunk minden oszlopos és érdeklődő testvért április 27-én délután 16 órától a templomba, majd a közösségi házba.

Járjunk együtt ezen az úton, segítsük egymást, hogy krisztusibb közösséggé válhassunk!

*Kriszti és Feri*

## FELELŐSEK VAGYUNK EGYMÁS HITÉÉRT ÉS ÜDVÖSSÉGÉÉRT

Ha valaki, én aztán tényleg nem vagyok egy közösségi ember! Főleg nem az Istenrel való kapcsolatomban, mentén, amit mindig is személyes kérdésnek tekintettem. Ezért ért engem is teljesen váratlanul, amikor 2023 őszén készletét éreztem arra, hogy részt vegyek az Imakatekézis első alkalmán. Akkor még nem is gondoltam, hogy ahogyan hónapról hónapra elköteleződtem mellette, milyen szépen készíti elő a terepet az Isten arra az időszakra, amikor tavaly ősszel már annyira elhatalmasodott apu betegsége, hogy az azzal járó mindenféle nehézség teljesen összetört volna, ha nincsenek mellettem azok, akik a támogatásukkal és az imáikkal mindkettőnk felemeltek, és vittek, amikor úgy éreztem, hogy nekem már nem megy tovább. Hozzájuk pedig ezeken a vasárnap délutáni alkalmakon

kerültem közelebb! Persze innen-onnan ismertük már egymást, sokakkal még jóban is voltunk, de akkortól kezdtünk más szinten is kapcsolódni egymáshoz, amikor lettem az elítélteim, vettem a bátorságot, és ha eleinte csak óvatosan is, de bele tudtam engedni magam egy számomra meglehetősen kényelmetlen helyzetbe. Nekem is fura, de elkezdtem érezni és megélni, hogy van egy tágabb családom, akikkel közös az „Apukánk”, akik így aztán a testvéreim, és akikkel felelősek vagyunk egymás hitéért és üdvösségéért is. Valahogy azt érzem, hogy amikor majd végül az én hitem lesz a vizsgálat tárgya, akkor számot kell majd adnom arról is, hogy én mivel járultam hozzá, hogy így, egy családként egyre tökéletesebb Egységbe kerüljünk a mi „Apukánkkal”.

*Csepregi Emese*



## SZÍNEZD ÚJRA – HÁZASSÁG HETE NAGYMAROSON

Minden évben nagy lelkesedéssel várjuk a házasság hetét, mert tudjuk a szervezőkről, hogy minőségi munkát végeznek, és egész héten elkíséri a résztvevő házaspárokat szeretetük, amivel hozzáállnak a szervezéshez, a program(ok) megvalósításához!

A hét csúcspontja számunkra mindig a szentmise, melyen újra fogadalmat teszünk házastársunknak, és az azt követő vacsora, ahol a megjelent házastársakkal közösen folytathatjuk hálaadásunkat, ill. tanúságot tehetünk közben, hogy a házasság intézménye nem egy amolyan elavult, szükségtelen dolog a párok életében. Nem volt ez másképp idén sem. Vidám hangulatú este keretein belül számolhattunk be a szervezők által reánk bízott feladatok teljesítéseinek mikéntjéről. Bohókás, megmosolyogtató, vicces, de minden esetben aranyos és szerethető történetek kerültek felszínre a házaspárok beszámolóival. A párkapcsolaton alapuló kvízzjáték is nagyon szórakoztató volt, és idén egy dalszöveg átírat is készült az ez évi mottóval kapcsolatosan, miszerint „Színezd újra!” kapcsolatot. A Magna Cum Laude dalát énekelhettük együtt, picit a rendezvényhez igazított dalszöveggel, ezzel is egyedi

élményt csatolva a már amúgy is nagyszerű ünnepléshez! Hálások vagyunk a szervezésért, köszönjük szépen a csodás programokat, feladatokat! Nagyon szerencsések vagyunk itt, Nagymaroson, hogy egy ilyen nagyszerű csapat gondoskodik róla, hogy meghitten, szeretetteljesen és jó minőségben teljen el ez a hét! Sajnálatos módon mindig halljuk a – talán szeretetlenségéből fakadó – elcsépelet mondatot, miszerint: „Egész évben szeretni kell egymást, nem csak ezen a héten!” Ez így is van, de idén is bebizonyítottuk, hogy igenis meg kell állni, egymás felé fordulni és kiszakadni kicsit a hétköznapi robotból, hogy emlékezzünk, annak idején biztosan nagy szerelemmel mondtuk ki az igent egymásnak, de életünk szárait a Jóisten kötötte össze, hogy azok utána szorosan összefonódva, két félből immár egy egészként létezzenek tovább!

**Deme T.**

Lehetőség volt a házasság hetén egymás felé fordulni a feladatok segítségével kicsit úgy, mint a korai ismerkedés idején. A különleges pillanatok valóban kiszínezték a hétköznapiakat. Érdemes ennek folytatása azon a héten túl is.

**Orsi**

### Színezd újra

Ma minden jól van, boldog vagyok,  
Az Isten méltó társat adott,  
Még fékezhetetlenül az ördög még  
Így is megtelepül.

Ha így van, nem engedem magam,  
És Te se engedd ezt majd bogaram.  
S ha életünkbe tör a szürke sablon,  
Papirosom majd ezt eléd tartom.

Hogy színezd újra, színezd újra  
Az életed, ha megfakulna!  
S ha az égbolt beborulna,  
Ne menekülj, csak színezd újra!

Te akkor sem hagysz majd hidegen,  
Ha feltűnik egy szép idegen,  
Ki a tóba a fodrot hinti,  
És a napokat kissé megszépíti.

Örökké Te leszel mellettem,  
S amikor nincs szín a lelkemben,  
Rám vetíti az arcod,  
De papíron is majd elém tartod.

Hogy színezd újra, színezd újra  
Az életed, ha megfakulna!  
S ha az égbolt beborulna,  
Ne menekülj, csak színezd újra!

**HÁZASSÁG HETE 2025**  
Színezd újra! február 10-17  
Nagymaros

„Szerelmesem a kertjébe ment,  
a balzsamillatú virágágyakhoz,  
hogy gyönyörködjen a kertekben,  
és liliomokat szedjen.

Én szerelmesemé vagyok,  
és szerelmesem az enyém...”

Énekek Éneke 6,2-3



## A BakElit Férfikör Közösség és hit

„Vassal formálják a vasat, és egyik ember formálja a másikat.” (Péld 27,17)

A BakElit Férfiközösség, egyházközségünk 2004 óta, 14 fős tagsággal működő közössége. Havi rendszerességgel találkozik, hogy a keresztény értékrend mentén, férfi szemmel nézzen rá és beszéljen a világ nagy dolgairól – mindezt egy pohár bor mellett, testvéri közösségben.

A közösség nevét Papp Miklós görögkatolikus atya, előadása alapján, „Az Életvezetés Etikája” című könyvből vettük: (26. old. 3.2.7)

„Az elíttség nem beképzettséget jelent, hanem küldetésstudatot, élő igényességet, a többre való meghívást. (...) Elitnek lenni szolgálat: előre-szegett fejjel menni a kitaposatlan úton, (...) A keresztség és a bérmlás eleve felken, hogy só, fény, hegyen épült város legyünk – a többség felé meghívóan, nem bántóan.”

A közösség célja, hogy tagjai egymást támogatva, bátorítva és gazdagítva haladjanak előre a krisztusi úton. Életkoruk, életállapotuk és tapasztalataik különbözősége nem akadály, hanem éppen a közösség erejét adja. A tagság bővítése egyhangú befogadással történik, és minden tag elkötelezi magát a példamutató életvitel, a tisztelet, a szeretet és a felelősségvállalás mellett.

A BakElit Férfikör rendszeres összejövetelei szeptembertől júniusig tartanak, és résztvevői minden alkalommal közös figyelemmel és megértéssel fordulnak egymás felé. A közösség alapelve, hogy a találkozásokon elhangzottakat bizalmasan kezelik, és mindenki számára biztosítják a szólás lehetőségét.

A BakElit nem csupán egy társaság, hanem egy hitben megerősítő, közös úton járó testvéri közösség, amely a keresztény férfiúság megélését segíti. Ahogy a Példabeszédek könyvében áll: „Vassal formálják a vasat, és egyik ember formálja a másikat.” Ez a gondolat kifejezi a közösségünk lelkületét: egymást támogatva, formálva, közösen építjük hitünket, életünket és a közünk megjelenő „Isten Országát”.

2023 óta járok a BakElitbe, erdész kollégáim hívtak.

Valószínűleg észrevették rajtam, hogy keresem Istent, és valóban, a hosszú zarándoklatok is egyfajta útkeresést jelentenek számomra. Itt egy olyan közösséget találtam, ahol nyíltan beszélhetünk hitről, életéről, és ahol egyszerűen jó együtt lenni.

**Barton Zsolt**



### EGYHÁZKÖZSÉGI FÉRFINAP

**Május 17-én délután 3-tól estébe nyúlóan egyházközségi férfinapot szervezünk.**

**A program:** előadások, beszélgetések, szentmise, agapé

**Téma:** A férfi életének színtere a család és a munkahely, semmi más?

Hol a mi szabadságunk?

**Vendégelőadó:** Szőnyi Gergely (tanár, mentálhigiénés szakember, családapa, a Családok Jézusban Közösség tagja)

**Házigazda:** Tibor atya

**Szervezők:** Fecó, Janó, Péter, Peet

Minden felnőtt férfit várunk szeretettel, életállapottól függetlenül.

**Jelentkezés:** hf@hod.hu 06/20 957-0186



## NÉHÁNY SZEMÉLYES GONDOLAT A FÉRFIKÖRRŐL

### Droblilich Janó:

Minden férfi életében vannak olyan napok:

- Amikor csak nézni akarja a tüzet...
- Amikor megmutathatom a sebeimet a többi mammut-vadásznak...
- Amikor az öregebbek elmesélik azt, amit még senkinek sem mondtak el, és utána sokáig elég nagy a csönd...
- Amikor én mesélhetem el, hogy mentettük meg az eltévedt gyermeket egy barátommal az erdőben a farkasoktól, és egy angyal segített, nem is értjük...
- Amikor a vadászok elmondják egymásnak, hogy igazából nem is olyan erősek, erőt csak a mindent teremtő Teremtőtől kapnak...

### Könyvajánló

## Élet a halálból

Mióta ember az ember, keresi Istenét. És szüntelenül perlekedik vele. Ősidők óta érezzük az életünk valami nagy hiányát, önmagában elégtelenségét. Keresünk valami nálunk nagyobbat, valódit, Urat. Az ember mindig totemeket, bálványokat alkotott magának. Őskígyót, vihart, földrengést, mitikus állatokat. Korunk is ezt teszi, csak nem így nevezi őket – pénz, hatalom, szex, örök ifjúság... És az is igaz, hogy egyikben sem találja meg a biztonságot. Ezért „perlekedik” vele. Szidja (káromkodik), kineveti, becsmerli. A bűnt és következményét, a szenvedést, a halált nem tudja felfogni, megmagyarázni. És végül a legszörnyűbb: önmagát teszi istenné.

Istent nem érik váratlanul ezek a dolgok. Válaszol is. A válasz: Jézus. Sokaknak ez még nagyobb botrány. Hisz ő is csak ember volt, nem értették, bántották, a kereszten megölték. Mindez az értelem kritikája. De Jézus nem az értelemre hivatkozik, hanem az alázatra, a szeretetre, az önként vállalt szenvedésre és a feltámadásra. Gondoljunk csak pár kiragadott mozzanatra a tanításából: Jónás próféta jele, a hal gyomrából 3 nap múlva életre jött, vagy a búzaszem, ha el nem hal, semmi, de elvetve elpusztul és százszoros termést hoz. Aki életét megőrzi, elveszti, de aki őerte szeretetből elveszti, új életre kel. Ő maga kenyérré és borrá válik, nekünk adja magát ételül – életül az örökkévalóságra!

Isten terve számunkra abszurd. De ő kezdettől fogva egyesülni akart a szeretetből teremtett emberrel, így fogadott minket gyermekévé, istenített meg. Ezt már az angyalok egy része sem tudta elfogadni, ezért meghaltak (Sátán). Isten nem bűvészkedni akar, a teremtett valóságban akar üdvözíteni. Jézus a Sátánt a saját eszközeivel győzi le: kételkednek benne, gúnyolják, megölik. Isten

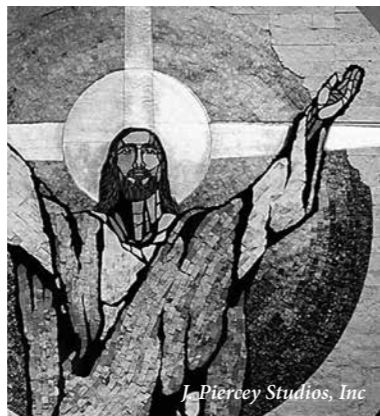
A Bakelit Közösség egy ilyen tűz, és nagyon vágyom havonta egyszer leülni a tűz köré a társaimmal.

### Hadi Feri:

20 éve – a közösség egyik alapítójaként – járok ebbe a férfikörbe, és tapasztalom meg férfitársaimmal együtt, hogy ahol ketten vagy hárman – Jézus nevében – összejönnek, Jézus mindig ott van köztük, és így köztünk is. Valójában ő vezet minket, adja meg a találkozások, beszélgetések örömét, szent lelkesedését, hogy aztán legyen mit hazavinnünk és megosztanunk szeretteinkkel. Külön öröm számunkra, hogy jó hangulatú és tartalmas együttléteink példájára az elmúlt években további férfikörök alakultak és működnek Maroson az egyházközösségben.

tervében a halál is benne van, de a szeretetből önként vállalt halál, s az ebből következő feltámadás.

A Szentírás nem jegyzőkönyv, hanem sokszor a közvetlen tanítványainak élménye, tanúságtétele, hittel és szeretettel átítatva. Jézus nem tant hirdetett, hanem végtelenül átélve, szeretettel, érzellemmel magyarázva, képekkel lefestve közölte: Isten szereti az embert, s megjelenik neki emberként, a testvérenek fogadja, átéli a mulandó, fájdalmas emberi sorsot – így adja nekünk a megváltást.



Még egy dolgot emelnék ki: a szentmise nem egy emlékszeretartás, hanem élő megjelenítése Jézus életének, szenvedéseinek, örömeinek, halálának és feltámadásának. És mi, Isten gyermekei, Jézus testvérei, tényleg átélhetjük ezt a misztériumot. Az élet hétköznapijait, a bűnbánatot, a dicsőítést – ami a

legfőbb feladatunk –, és végül „megesszük” Jézust, az Ő testét. Vele egy leszünk. Hittel valljuk az egész megváltást: – „halálat hirdetjük és hittel valljuk feltámadásodat, amíg el nem jössz”. De ez nem pusztán emlékezés, hanem a legmélyebb átélés. A pap áldásával nincs vége a szentmisének, ezt kell élnünk a következő szentmiséig.

A most ajánlott könyv ezeket a gondolatokat fejti ki alaposan, mélyen. A szerző, Belon Gellért, volt pécsi segédpüspök posztumusz könyve. A szerző halála miatt nem tudta az első megfogalmazást rendezni, de a szerkesztők így érezték hitelesnek.

Testvéreim! A könyvről én szinte csak dadogok. Olivassátok végig, és éljétek meg folyamatosan a Jézussal való egyesülést. A Szentlélek adjon erőt, világosságot! Jézus a valós egy-élet! Az Atya a végső áldás!

**Szeretettel kívánom mindannyiátoknak,  
Hortoványi Jenő**

Belon Gellért: „Élet a halálból” – A feltámadás misztériuma, Prugg Verlag 1990, Eisenstadt (79 oldal)



## BÖJTÖLÉS RÉGEN ÉS MA

A böjtölés számos vallásban szokás nagyobb ünnepek előtt. A keresztény kultúrában kiemelt szerepet kap két hosszabb böjti időszak, az advent és a nagyböjt. Korábban az advent is 40 napos volt, Szt. Márton napja után kezdődött. (A görögkatolikusok így tartják ma is.)

E két hosszabb időszakon kívül minden héten voltak böjtös napok. Ezekre a napokra is hasonló szokások alakultak ki. Böjtben tiltották a hangos mulatozást, bálokat, lakodalmakat. A heti böjtös napokon (hétfőn, szerdán, pénteken) legfeljebb napi háromszor (bár télen amúgy is csak kétszer) húsmentes ételleket ettek. Ilyenkor még udvarolni sem illett. Általában téstát, leveseket, kását fogyasztottak. A böjtös levest néhány tájékon kiszéneknévezték. Éppen ezért, a „kiszehajtás” szokását tévesen farsang végén elevenítik fel, holott régen virágvasárnap éltették ezt a hagyományt. Ekkor jelképesen a böjttel együtt kivitték a közösségből a betegséget, gondokat, rosszaságot, félelmet. Úgymond már kiböjtölték ezeket.

A nagyböjt kezdetén olyannyira szigorúan vették az önmegtartóztatást, hogy gyakran minden edényt, amit használtak, kifőztek, hogy egy csepp zsír se maradjon bennük, vagy olyan edényeket használtak, amelyek sosem érintkeztek hússal vagy állati származékkal. Sokan, egész böjtben kenyéren és vízen éltek.

Ez a drámai váltás a farsang után felkelti azokat a világi gondolatainkat, hogy lehet, hogy csak gazdasági érdekből végezték ezt a nagy önmegtartóztatást, ami inkább így kényszerűség volt, hogy maradjon szalonna, sonka nyárra. Biztosan voltak ilyen esetek is – ahogyan manapság is van, aki azért böjtöl, hogy lefogyjon, egészségesebb legyen. Ugyanakkor az ilyen cselekedet nem minősül böjtnek. Régen és most is, a böjt célja a komoly Isten felé fordulás, hogy minél közelebb kerüljünk az Ő szívéhez. A böjtöt felajánlották valakiért vagy valamiért. A betegekért, a tisztító tűzben szenvedő lelkekért, a hajadon lányok a jövő férjükért. Élünk ebben az időszakban imádságosabb, csendesebb életet, szorítsuk magunkban kicsit vissza saját magunk szükségleteit. Szeressünk teljesebben, imádkozzunk mélyebben, töltsünk időt az igazán fontos dolgokkal az életben, hiszen a megváltás és a megújulás akkor születik meg lelkünkben, ha háttérbe vonjuk az egónkat. Ebben a szemléletben a tiltások inkább áldások.

Miért éppen étellel böjtölünk? Biztosan lehet erre sok magyarázat. Ugyanakkor, aki már huzamosabb ideig böjtölt, tudja, hogy egészen másképpen fordul oda a másikkhoz, ha böjtölt testileg is. Persze, valakinek nehezebb, valakinek könnyebb elviselni a pillanatnyi éhséget.

A keresztények világszerte tartanak időszakos böjtöket, ha egy nagyobb eseményre készülnek, vagy valaki nehéz helyzetben van. Milyen gyönyörű, ha össze tudnak

fogni közösségek, egy közös ügy érdekében, egyszerre böjtölnek, együtt küzdenek valakiért, valamiért!

A nagyhét az elcsendesülés, böjtölés kiteljesedése. Nagycsütörtököt zöldcsütörtöknek is nevezték, hiszen ekkor csalánlevest vagy valamilyen zöld főzeléket ettek.



Oksana (Pinterest)

Nagypénteken elmennek a harangok Rómába, hagyják kialudni az egész évben őrizgetett parazsat a kemencében, hogy aztán a nagyszombati szentelt tüzet hazavigyék, és egész évben azzal süthessenek, főzhessenek. Krisztus halálától egészen húsvét vasárnapig nem ettek, imádkoztak, virrasztottak, örködtek a szentsírnál, de ekkor volt az ideje a tojásfestésnek is.

Az ünnepet teljes mértékben megélték. A feltámadást egy utolsó keresztúttal, majd a végén Jézus kereséssel fejezték be napkeltekor. Ekkor értek az utolsó stációhoz, ahol megtalálták a feltámadt Krisztus szobrát. Ezen a hosszú úton az egész falu részt vett. A vasárnapi ételszentelésen minden ételnek szimbolikus jelentése volt. Ebédnél a hosszú várakozás után végre olyan ünnepet ültek, ahol teljes felszabadultsággal köszöntötték egymást, koccintottak: „Krisztus feltámadt!” „Valóban feltámadt!”

**Hadi Luca Mária**



## Evez a mélyre!

Ha egy csettintéssel három szokásodat örökre megváltoztathatnád vagy három függőségedet örökre elhagyhatnád, miket választanál?

Annyi minden jut eszembe, hogy nehezen tudnék csak hármát választani; és sajnos nem is egy csettintéssel kerülünk rá a változás útjára. De akkor hogyan? – teszem fel sokszor a kérdést. Örök érvényű válaszaink talán sosem lesznek, de gondolkozni mindig tudunk, megpróbálni mindig lehet: nézzük meg, hogyan is szoktunk nekiállni egy szokásváltoztatásnak!

Számomra az első, ami eszembe jut, és amit a legtöbbet alkalmazok, valahogy így hangzik: ha elegendő akaratom van, akkor csak idő kérdése, hogy eredményt tudok elérni. Most nagybőjtben ez különösen ismerős lehet, lemondásokat, fogadalmakat teszünk; negyven napon át másképp élünk. Vegyük példának, hogy most negyven napig nem használom a közösségi médiát. Telik a nagybőjt, nagyon erős vagyok, minden akaraterőmet megfeszítem: hurrá, sikerült! Aztán húsvéthétfőn görgetek egy keveset, szerdán már kétszer félóra videónézés van a napomban, következő héten pedig már nem tudok felszállni a villamosra telefonozás nélkül. Aszkézis volt? Volt. Szokásváltoztatás? Hát, az nem nagyon. Pár napig, pár hétig, akár pár hónapig erős tudok maradni, de ahogyan telik az idő, és a kezdeti, megértett nagy elhatározás halványodik, valahogy visszatérek a régi énemhez, elfelejtem, hogy miért csinálom. A saját erőmre támaszkodva minden kísérlet időleges csupán, a kísértés pillanatában pedig általában elfelejtem az eredeti, szent vágyamat a változásra.

A másik gyakori módszer, hogy valami mással helyettesítem a rossz szokásomat, függőségemet. Csoki helyett gyümölcsöt eszem; ha túlnő rajtam a szorongás, elmegyek futni: ezek remek választások lehetnek, és talán többnyire hosszabb távon is megvalósítható. De sajnos nem mindig tudom ennyire jól helyettesíteni azt, amit szeretnék magam mögött hagyni. Képzelnünk el egy fát, amelyet gyökerestől kitépünk a földből: lesz ott egy hatalmas kráter, egy űr, amely hosszú távon nem ürességben fog ott maradni: feltölti a föld, benövi a moha, a gaz vagy akár újabb fák sarjadnak. Így lehetünk mi is, amikor elhagyunk egy szokást, ott marad velünk egy hiány, amely arra hív, hogy valamivel pótoljuk azt. De mivel töltöm fel? Valahogy azt tapasztalom, hogy ilyenkor van

a legnagyobb ereje a kísértőnek: védtelenek vagyunk és kétségbeesetten próbáljuk feltölteni a kráterünket. Millió dolog jut eszembe, hogy mit csinálhatnék helyette: nem használom a közösségi médiát, cserébe több szorotatot nézek vagy percenként ellenőrzöm, hogy kaptam-e új üzenetet. Megváltoztattam egy szokásomat? Kétségtelenül. Történt valódi változás az életemben? Hát, nem nagyon.

Van még egy lehetőségem, amely bár kevésbé konkrét, mégis ha megértem, talán a legjobbat választom mind közül. Miért akarok változtatni ezen a szokáson? Miért akarom elhagyni a függőségem? Sokszor ezek nem csak egyszerűen rossz berögződések, hanem egyfajta válszok, megküzdési stratégiák az élet más területén megélt hiányra, fájdalomra, meg nem értésre, szorongásra, menekülésre. Ezen okok kiderítése, megdolgozása, elfogadása talán csak a nulladik, elkerülhetetlen lépés. Ne az önvád domináljon egy-egy rossz mechanizmusomban, ne vádoljam magamat gyengeséggel, javíthatatlansággal! Sokkal inkább keressem azt, hogy miért vagyok ilyen, miért működöm így, honnan hozom ezt a sebzettséget. Az önismeret, a sokat hangoztatott, de elkerülhetetlen önismeret.

Így már megválaszolhatjuk a kérdéseinket. Hogyan tudok tartósan változtatni? Az elején talán könnyebb lehet, friss a felismerés, esetleg hangos a lelkiismeret, szeretnék valami jobbnak teret biztosítani. Elindulok. Telik az idő, és mindezek tompulnak. Talán a valódi változás csak abban van, ami egy mélyen megértett, mélyen feldolgozott, mélyen tudatosított vágy, amelyet nem csak egyszer érzek, hanem nap, mint nap táplálom magamban, az imában, önreflexióban, a csendben, az Istennel együtt. A testemet meg tudom regulálni ideig-óráig, de ha a lelkemben nincsen megértés, ha a lelkemben tompul a vágy, akkor nem tudok kitarítani. A léleknek ezen táplálása a saját erőmből nem lehetséges. Szükségem van az Istenre, szükségem van a rendszeres megállásra, reflexióra.

Fontos az akaraterő, fontos, hogy megtaláljam, hogy mivel töltssem be az ürességet, de még fontosabb, hogy ne csak a saját erőmre támaszkodjak. Talán véglegesen csak a mennyországban fogok mentesülni a rossz szokásaimtól, viszont addig minden nap tudatosítanom kell, hogy mik a motivációim, merre tartok, és ebben mely szokások segítenek és melyek tartanak vissza.

„Egy istenarc van eltemetve bennem,  
S most ásót, kapát, csákányt ragadok”  
(Reményik Sándor: Istenarc, részlet)

**Drobilich Domonkos**



## Szemben a szegénységgel

Karitászt továbbképzésünk témájául a szegénység vizsgálatát választottuk. A témát elsősorban a szociológia módszerével közelítettük meg. Abszolút szegénység alatt azt értjük, ha a létfenntartáshoz szükséges javak nem állnak rendelkezésre. Relatív – viszonylagos – a szegénység, ha az adott társadalomban „normálisnál” (létminimum) szűkösebb az anyagi helyzet. Van szubjektív szegénység is, amikor valaki szegénynek érzi magát. A szegénységet egy adott pillanatban, egy adott társadalmi helyzetben számszerűsíteni is lehet, erről időről időre hivatalos statisztikai adatokat tesznek közzé.

A szegénységdinamika azt jelenti, hogy egy adott társadalomban mennyire könnyű szegénnyé válni, illetve mennyire könnyű abból kiemelkedni. Az egyén élete folyamán is lehetnek változások ezen a téren, Nagy jelentősége van a szegénységben töltött életidőnek, illetve annak, ha átörökített szegénységről van szó. A szegénységnek vannak kockázati tényezői. Magyarországon elszegényedéshez vezethet a munkanélküliség, a rendezetlen foglalkoztatási körülmények között végzett munka, a tartós betegség, a fogyatékoság, de ugyanígy lehet kockázati tényező a nyugdíjas kor, a nagycsaládos lét, az egyszülős család, az alacsony végzettség és a roma etnikum.

A bűn nem szociológiai kategória. Gondolnunk kell azonban arra, hogy a bűn milyen sokszor forrása és előidézője a szegénységnek! Ilyen a családi kapcsolatok elhanyagolása, megromlása. Ilyen lehet a válás, vagy a káros szenvedélyek (alkohol, drog, cigaretta). De saját bűnének következménye az is, amikor egy magányos öreg fölteszi magának azt a kérdést: „mi lett volna, ha azt a gyermeket nem vetetem el.” A társadalmi bűnök és igazságtalanságok ugyanígy szegénységbe taszítanak embereket.

Régi vita az, hogy a szegénységért ki a felelős? Maga az egyén vagy a társadalmi viszonyok? Az biztos, hogy a munkaerőpiaci helyzet befolyásolja legjobban a jövedelmi viszonyokat. Bár sokan ezt nem ismerik el, de Európa mégis keresztény kulturális gyökerű. Ez a gondolkodás pedig egyértelműen a kormányzó erő erkölcsi kötelességévé teszi a szegénység elleni küzdelmet, a társadalmi struktúrák ennek megfelelő alakítását.

A száraz tényeken túl azonban minket a szegénység másik arca érdekelt jobban: „mi történik az egyénnel, ha szegény?” Nagyon kifejező a szegénység legújabb definíciója, mely a szegénységet, mint „deprivációt” – megfosztottságot, fogyatékoságot – értelmezi. A tartós jövedelmi szegénység az életvitelre és az ember más dimenzióira is kiterjed. Így szól a definíció: „A szegénység megfelelő életszínvonal fenntartásához és más polgári-kulturális, gazdasági, politikai és szociális jogok érvényesítéséhez szükséges erőforrások, képességek, választási és érdekér-

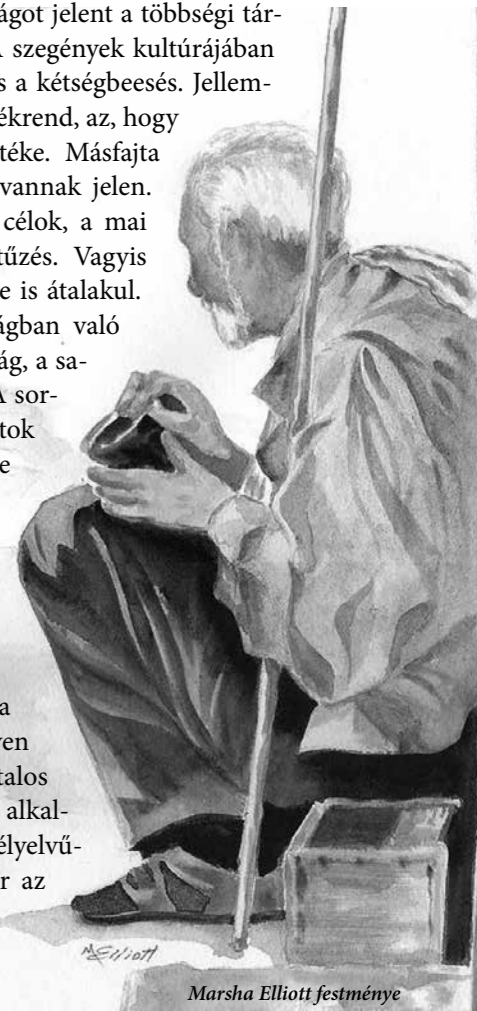
vényesítési lehetőségek és a biztonság tartós vagy általános HIÁNYA”.

A tartós vagy állandó hiányállapotnak súlyos következményei vannak. A gazdasági hátrány egyfajta kapcsolati szegénységgel is társul. Beszűkül a szegények társadalmi mozgásteré, ami a segítő kapcsolati háló szűkösebbé válását, vagyis a társadalmi tőke csökkenését is eredményezi. Egy lefelé tartó spirál indul be, melynek végén a társadalomból való kirekesztődés a végállomás. Az amerikai nagyvárosok ilyen kirekesztődött csoportjait (gettótársadalmát) vizsgálva Oscar Lewis megfogalmazta a „szegénység kulturájának” elméletét. Ez ugyan sok vitát váltott ki, és a mai magyar viszonyokra nem is ültethető át egészen, de nagyon sok jellemző viselkedési mintát felismerhetünk általa.

A szegények kulturájában élők egy külön társadalmat jelentenek. Ez sok szempontból védelmet nyújt a túlélés érdekében, ugyanakkor akadály is lehet a szegénységből való kiemelkedésnek. Elszakadás jellemzi a többségi társadalom céljaitól (ezek ugyanis elérhetetlenek számára) és alapvető bizalmatlanságot jelent a többségi társadalommal szemben. A szegények kulturájában erős a reménytelenség és a kétségbeesés. Jellemző továbbá a sajátos értékrend, az, hogy a tulajdonnak nincs értéke. Másfajta pénzköltési mintázatok vannak jelen. Nincsenek hosszú távú célok, a mai nap túlélése a fő célkitűzés. Vagyis az idő kezelése, megélése is átalakul. A fekete-szürke gazdaságban való foglalkoztatás, a zsúfoltság, a saját tér hiánya jellemző. A sorstársakkal való kapcsolatok kerülnek előtérbe, szinte nincs is más érintkezés. Erős az összetartozás-érzés, a büszkeség. Jellemző a tehetetlenség érzése, és az erős függőségeken alapuló kapcsolatok. Sajátosak a családi viszonyok is, ilyen általában a nem hivatalos házasság, a rövidebb, alkalmibb partnerség. Tekintélyelvűség jellemzi, ugyanakkor az apa jelentéktelen figura. („nem lehet rá számítani”). Végül is a nő az, akire a gyerekek marad-



Laurenz Kleinheider



Marsha Elliott festménye





nak. Nagyon gyakori a gyermekkor hiánya, a korai szex, a bűn, a veszély jelentése. Ezekben a tényekben egy egészen más világ tárul föl előttünk. Más, mint egy hagyományos falusi társadalom, és más, mint a középosztály gondolkodás- és viselkedésmódja.

Mire hív ez bennünket?

Először is értsük meg ezt a világot, fogadjuk el, hogy másképp működik. Óriási lehetőség, hogy az anyagi segítségnyújtáson túl kapcsolatba is kerülhetünk a szegénységben élőkkel, bizalmi viszonyt építhetünk ki velük. Lehetünk az „ingyen jóbarát” (ahogy Wagner Viktória szociális testvér, „a cigányok védőnője” szerette mondani). A bizalmas kapcsolatnak „arany hídján” értékeket vihetünk be ebbe a világba. Jó látni a szakadt kinézetű, sovány gyermekarcokat, ahogy rácsodálkoznak egy szín-

## Három iskolásunk és három óvodásunk a déli féltekén

Egy Túró Rudi, egy befőttesüveg, egy 26 000 forintos doboz? 5 évvel ezelőtt indult el a „100 forintos akció” a nagymarosi iskolában. Gyerekekért Pakisztánban, ahol az iskola csak tandíj ellenében működik. A nagyvárosokban tömegével élnek nincstelen indiai menekültek. A házak beszögelléseiben, kémények tövében, szeméttelpek lejtőin. Zömében hindu vallású, kaszon kívüli menekültek, akik jogot, munkát, bármiféle törődést nélkülöznek. Az ő gyerekeit segíti egy szociális központ, ahol ételt, tanszert, ruhát is kapnak. Ettől kezdve nekik nem kell kéregetniük, vizet



árulniuk az utcán, nem kell guberálniuk.

A ferences, majd fokoláros működtetésbe lépett be egy magyar származású tanár, aki életcéljául az ilyen nincstelenek védelmét választotta.

Magyarország és Pakisztán így került egy látószögbe, így kezdődött a „100 forintos akció”, ami egy Túró Rudi árát várja a diákoktól. Az így felajánlott aprópénzekből gyűlhet össze egy-egy tandíj negyede, fele, kerek egésze. Minden beiskolázott gyermek felemeli az egész családot, mert jövőt ad neki, azzal, hogy szakmát tanul, azaz munkához jut.

Nagymaroson az általános iskolával összefogott a katolikus plébánia, ami a tandíj előteremtéséhez a hívektől egy ünnepi ebéd árát várja-kéri-reméli („Krumplilakoma”). Mégpedig egyre sikeresebben! Mert városunk már 5. éve tudhatja magáénak Alinát, John Pault és Sharoont

házi előadásra! Egy más dimenzió nyílik meg a számukra. Ami pedig a legfontosabb, hirdethetjük nekik Jézus örömhírét! Nem elsősorban szavakkal, hanem hűségese szolgálattalunkkal és értük mondott imáinkkal!

Szóba került beszélgetésünkben, hogy ha a szegénység ilyen, miért szerepel pozitív értelemben az evangéliumban? Azt hiszem, a „lélekben szegénység” pont ellentéte a szegénység kultúrájának! A szegénység kultúrája az anyagi javaktól való kényszerű megfosztottság egy romboló kultúrája. A lélekben való szegénység pedig tulajdonképpen az Istenben való gazdagodás állapota. Az Istenre figyelő, „a kevesebbrel is beérő” magatartás pedig teljes életet és mások inségének csökkentését eredményezi.

Dr. Rendessy Annamária

mint saját, távol-keleti iskolásait! Sőt, idén először tudjuk támogatni három óvodás gyerek délutáni foglalkoztatását.

**Mit mondanak erről azok, akik megszívték a felhívást?**

„Azért dobtam be pénzt – írja egy tízéves – mert szerettem volna, hogy járjanak iskolába.” Bogdán Tímea Viktória „Én azért segítettem, mert én örülök, ha más is örül, és ha egy iskoláról van szó, akkor szárnyal a szívem. Ezért segítettem.” – így adott Matuk Dorka, aki 8 éves.

„Szerettem volna segíteni, ezért anyától kértem pénzt, és bedobtam a dobozba, hogy a pakisztáni gyerekek is tudjanak iskolába járni.” – mondja a 9 éves Dombi Boglárka.

A hetedikes Turjányi Anna pedig így fejezi ki az adakozás örömet; „Számomra mindig nagy örömet jelent a gyerekeknek való gyűjtés. Jó egy olyan célért tenni, ami hasznára válik az embereknek. Bár számunkra természetes, hogy iskolába vagy óvodába járjunk, más országokra ez nem feltétlenül igaz. Saját tapasztalatom alapján nagyon szeretek iskolába járni, főleg a barátok társasága és az új ismeretek szerzése miatt, és örülök, hogy részese lehetek egy olyan akciónak, amivel ehhez az örömhöz másokat is hozzásegíthetek. Igaz, nem sok az a pár száz forint, de sok kicsi sokra megy.”

Pakisztánban a tanév mindig április 1-jén kezdődik. Egy gyermek összköltsége egy teljes tanévre: 75 000 forint. A nem iskolás korúak ellátása ennek kb. a fele. Érdemes hát összefognia templomnak és iskolának: Nagymaros városából így küldhetünk 355 000 forintot idén a magyarországi adományozáshoz!

Legyünk büszkék, bátrak, szabadok a jóra!

Hortoványi Emőke  
A Szent Rókus Karitás nevében



## KRÓNIKA

Mindarról, ami a Mindennapjaink rovatból kimaradt, itt, a képes krónikánkban adunk hírt.

### ÉVZÁRÁS

A fiatalok december 30-án előszilveszterrel búcsúztatták a 2024. évet. Majd december 31-én hálaadás volt az esti szentmisében. Mise után forralt boros, koccintós személyes találkozásra volt lehetőség a testvéreknek a templom előtt.

### RORÁTÉS SZÁNKÓZÁS

Január 11-én, szombaton a rorátén résztvevő gyermekekkel és a pásztorjáték szereplőivel a Normafára kirándultunk. Szánkóztunk, hóvárat építettünk, az Erzsébet-kilátóhoz sétáltunk és forró csokiztunk.



### PLÉBÁNIAI FARSANG

Február 7-én, pénteken plébániai farsang volt a közösségi házban. Jelmezszerességgel, művész előadással, vicces vetélkedővel, kézműveskedéssel és tánccal töltöttük az örömteli délutánt.



### VÍZPARTI SÉTA

Március 22-én szombaton a víz világnapja alkalmából Duna-parti sétára hívtak bennünket a teremtésvédők. „Az ember nem is tudja, mekkora kincs a víz, ha nem élt szárazságban.” (Andy Mulligan)

### ELSŐÁLDÓZÓK BEMUTATÁSA

Ebben az évben 16 gyermek készül elsőáldozásra. Március 23-án került sor a bemutatásukra, amikor is a kezeik áldást adtak rájuk, hogy megtanuljanak Jézus szemével látni, fülével hallani, kezével cselekedni és lábával járni.

Trieb Mariann





## A cserkészzet és a magyarság

A Magyar Cserkészszövetség és a magyarság kapcsolata mélyen gyökerezik a történelemben, és jelentős hatással van a nemzeti identitás megőrzésére és a közösségi értékek átörökítésére. A cserkészzet nemcsak Magyarországon, hanem a külföldi magyar közösségekben is fontos szerepet játszik a kultúra és a hagyományok megőrzésében, hozzájárulva ezzel a magyarság megtartásához a világ különböző tájain.

Nagymaroson, a csapatunkban, szintén kiemelten fontos a magyar kultúra értékeinek megismertetése és továbbadása, a lelki nevelés és a természet szeretete mellett. Emiatt igyekszünk minél több programunkba beépíteni

a magyarság hagyományait, beleértve a táncot, az éneket és a népi játékokat, népi hagyományokat Istennel összhangban.

Táborainkban a gyerekek több olyan programban is részt vehetnek, amelyekben a magyar kultúra és hagyományok előtérbe kerülnek, így nemcsak szórakoznak, hanem mélyebb ismereteket kapnak a nemzeti kultúráról.

Tavaly különösen izgalmas volt, hogy a fiúk megtanulhattak egy legényest, botozással együtt, a lányok népdalokat, néhány tánclépést, és a népviseletbe, hajfonásba is belekóstoltak. Ez a tánc nemcsak a mozgás örömeit adta, hanem segítette megérteni a magyar népi kultúra és közösségi élet szoros kapcsolatát is. A fiúk és a lányok lelkesen tanulták, és a tánc, az éneklés közös élménye megerősítette a közösségi szellemet.

Idén húsvét szombaton, másodjára, megszervezzük a tojásfestést a lányoknak. Írókázni fogunk, és a vöröshagyma héjával való festést is megtanuljuk, emellett húsvéti népi énekeket énekelünk a lányokkal. És így várjuk a fiúkat, húsvét hétfőn, hogy meglócsoljanak friss hideg vízzel, hogy nehozz elhervadjunk.

Ezek a programok nemcsak szórakoztatóak, hanem elengedhetetlenek ahhoz, hogy a cserkészcsapatunk tagjai megőrizzék és továbbadják a magyar kultúra értékeit és annak szoros kapcsolatát Istennel.

*Hadi Kornélia*



## „Láttuk az Urat!” (Jn 20,25)

Húsvét nagy csodája, hogy Jézus feltámadt, legyőzte a halált és megjelent övéinek. Mindenki, aki találkozott a feltámadt Krisztussal és felismerte őt, nagy örömeiben sietve (futva) továbbadta a hírt a barátainak.

Mária Magdolna az üres sírnál szomorkodott, amikor Jézus megszólította, majd nagy örömeiben futott az apostolokhoz, hogy hírül adja, hogy Jézus él. A hír hallatán Péter és János is futásnak eredtek, hogy meggyőződjenek a feltámadásról.













Majd két másik tanítvány, akik még a Golgotán törtétek miatt szomorkodtak, elindultak Emmausz felé. Ekkor a feltámadt Jézus melléjük szegődött és beszélgetett velük, de nem tudták, hogy ő az. A házukhoz érve behívták, és csak az asztalnál a kenyértörésben ismerték fel. Ekkor nagy örömeikkel azonnal visszasiettek a többiekhez, hogy elmondják nekik a találkozást és a közös vacsora örömeit.

Minden szentmisében valóságosan találkozunk Jézussal. Mint az emmauszi tanítványok hallhatjuk Isten szavait, ahogy az olvasmányokon és az evangéliumon keresztül szól hozzánk. És egy asztalhoz hív minket, hogy odaadja magát nekünk az oltáriszentségben.

Vajon te is át tudod élni a Jézussal való találkozás örömeit vasárnaponként? Látszik az arcodon és a tetteiden ez az öröm? Ha kijössz a templomból, elmeséled-e otthon vagy az iskolában, amit hallottál és átéltél a szentmisén? Eszedbe jut-e, hogy Jézus szeret, életét adta értünk és a mi feladatunk ezt a szeretetet továbbadni?

A szünetben fussatok, kiránduljatok, sétáljatok a családokkal vagy barátaitokkal és beszélgetsetek közben a húsvétkor átélt élményeitekről. Vágjátok ki és színezzétek különböző színűre a bomokat (emojikat) és osztogassátok a suliban, a szomszédokban, vagy akár az utcán! Így is terjeszthetitek a húsvét örömeit.

*Hadiné Turcsik Kinga*

			
Isten szeret téged	Hívd segítségül Jézus nevét!	Jézus megért és vigasztal	Ne félj, az Úr veled van!
			
Az Úr gondoskodik rólad	Isten szeretete meggyógyít	Bízz az Úrban!	Isten meghall téged
			
Isten jelenlétében békére lelsz	Örülj az Úrral!	Jézus nyomában járj!	Jézus a világ világossága



## GONDOLATOK A VÍZ VILÁGNAPJÁRA

A Szentírásban számos helyen találkozhatunk a vízzel, mint az életet adó „táplálékkal”. Izajás ezt írja: „Valóban nem szenvedtek szomjúságtól, amikor a pusztában vezette őket. A kősziklából fakasztott nekik vizet, megrepesztette a sziklát, és víz fakadt belőle” (Iz 48,21). Jézus a kánai menyegzőn, első csodatételéhez is a korszokban lévő vizet használta fel – így emelve a víz szerepét a fiziológiai szükséglet szintjéről az Atya csodatévő erejének, az abban való hitnek eszközüvé. A víz megléte tehát kulcsfontosságú; de nem csak a bibliai időkben, és nem csak az üdvtörténet számára színteret nyújtó, közismerten száraz Közel-Keleten...

A víz az Atya teremtett világának ékköve, amely azonban meglehetősen törékeny. Létét természetesnek vesszük. Ám, ugyanez a víz könnyen hiánycikké válhat (ld. az ideit telet és az eddigi tavaszt; a puskapor-száraz erdőt, földeket!), vagy épp igen könnyen szennyezett lötyként végezheti, ha nem gondos gazdaként tekintünk rá. De – az éghajlatváltozás miatt egyre sokasodó extrém csapadékeseemények hatására – szeretett vizünk pusztító áradattá is válhat, mindent és mindenkit magával sodorva, pusztítva. Petőfi tiszai emlékezete belénk ivódott: nem csak vágyjuk, de féljük is a vizet.

De a történelmi tapasztalatok ellenére, vagy mellet, miért lesz egyre kritikusabb a víz helyzete napjainkban? Azért, mert sajátos paradox terhet cipeli élető elemünk, mégpedig évről évre görnyedtebben. Ez pedig abban áll, hogy míg a szárazföldön, az emberi civilizáció bármely aspektusára véges vízkészletek állnak rendelkezésre, addig az emberiség lélekszáma a XX. század elejétől több, mint hétszeresére, míg sokrétű vízigénye több, mint tizenötszörösére duzzadt. Ez a megsokszorozódó igény önmagában is riasztó lehet, ám a mennyiségi kihívásokat előbb-utóbb minőségi problémák is tetézik. A víz felhasználása mellé szennyvízkibocsátás is járul, amely leginkább a felszíni vizeket (tavakat, folyókat) veszélyezteti. Különösen így van ez ipari, bányászati tevékenységek esetében – sokan emlékszünk még a Tiszába ömlött cianidos zagyra, amely 2000-ben szinte teljesen kipusztította alföldi folyónk élővilágát...

Mit tehetünk hát? Mire hív a víz világnapja idén minket, Jézusban hívőket? Miként lehetünk felelős vízhasználók az Atya teremtett világában?

A válasz egyszerű is, de voltaképp egyáltalán nem az. Egyszerű, ha egyenként megértem, hogy a vízzel ugyanúgy dolgom van, mint Isten gyönyörű világában bármivel! Ha megértem, hogy saját vízhasználati szokásaim igenis jelenthetnek picit segítséget egy víztakarékosabb világhoz, pl. az esővíz gyűjtésével, a háztartási szűrkevíz újrahasználatával, vagy pusztán a csöpögő csapok elzárásával, cseréjével, víztakarékos wc-tartályok, mosógépek, mosogatógépek legközelebbi cseréjével.

De a válasz nehéz is. Hiszen az éghajlatváltozás, amelynek magyarországi prognózisai a mai mediterrán térséghez hasonlóan egyre szárazodó nyári féléveket vetítenek előre, már nem regionális, de globális léptékű közös, mihamarabbi cselekvésre szólítanak. Itt bizony egyedül kevésnek érezhetjük magunkat, pedig sokak napi eledel, és így életminősége múlik azon, van-e elég vizük?

Ferenc pápa világosan fogalmaz Laudato si kezdetű enciklikájában: „...egy igazi ökológiai megközelítés mindig szociális megközelítéssé is válik.” Keresztényként nem érhetjük be kevesebbel: a vízre azért kell vigyáznunk, mert az Atya megálmodott világa csak így lehet teljes.

Március 22-e a víz világnapja. A világnapot 1992-ben, a Rio de Janeiróban tartott nemzetközi Környezet és Fejlődés konferenciát követően kezdeményezte az ENSZ közgyűlése, és először egy évvel később, 1993-ban tartották első alkalommal.

### VISSZATEKINTŐ

Március első vasárnapján remek hangulatú csírabörzést tarthattunk a Monsberger téren. Kicsik és nagyok kóstolták, próbálták, kérdezték a csírahajtatás eredményét, s azt, miért is jó, ha nem ezer kilométerekről hozott zöldeget eszünk télen, hanem valami olyat, ami úgy finom, hogy egészen helyben, a konyhaablakban magunk készíthetjük.



### ELŐRETEKINTŐ

Április 22-én érkezik a tavasz másik jeles napja. A Földre, teremtett világunkra figyelünk jobban e napon. A környezet- és természetvédelem már rég nem egy senki által nem hallott bogár, vagy „gaz” göröcsös megvédéséről szól, hanem valójában arról a közös otthonról, amelyet Földnek hívunk, s amely egyre szürkébb és élhetetlenebb lesz, ha csak a mára gondolunk.

## LISZT, KÁVÉ, KIÁLLÍTÁS – amikor egy szatócsbolt találkozóhely lesz

### Beszélgetés a nagymarosi Miegymás csomagolásmentes bolt gazdáival (1. rész)

A nagymarosi Miegymás csomagolásmentes bolt története egészen a COVID időszakig nyúlik vissza. Akkoriban sokunk fejében megfordult, hogy valamiképp magunk állítsuk elő, de legalább készítsük el a mindennapi betevőnket. Ekkor virágzott fel az otthoni kenyérsütés, de lendületet kapott a saját zöldség-gyümölcs termesztése is. Utóbbi vágy motivált néhány lelkes és kreatív embert, amikor besegítettek Karsai Kriszta vegyszermentes kertjének művelésébe a Duna-mezőn. Innen csak egy gondolati lépés volt arra válaszolni, hogy miként juthatnak el másokhoz a helyben termesztett zöldségek és az egészséges élelmiszerek.

Verőcén Kuchta Annamária, Nagymaroson pedig Rajner Mária biztosított helyet az élelmiszer-átadóponthoz.

Később Németh Zsófia Nóra is csatlakozott Horváth Fannihoz és Kuchta Annamáriához, hogy az eredeti profilt kiszélesítve 2023 nyarán megalapítsák Verőcén a Miegymás.

De hogy kerül a bolt Nagymarosra? És mi is az a csomagolásmentesség? Erről és a Miegymás közösségi szerepéről beszélgettem Németh Zsófia Nórával, Zsófiával, valamint Pantali Bencével.

**HG:** Verőce után miért épp Nagymaroson vertetek sátrat?  
**ZSÓFA:** Valójában már korábban megálmodtam Nagymarost, kinéztem ezt a helyet, mint lehetséges folytatási lehetőséget. Amikor a verőcei alapító csapat tagjait szét-sodorta az élet, tovább kellett lépniem. Bencével már régóta ismertük egymást, befogadott minket a „Szabadmag” közösségi házba, megnyitottuk a boltot a mostani helyszínen. Komplex dologban gondolkodtam, kiállítások, kulturális események, kávézó, találkozóhely, vagyis egy sokfunkciójú tér létrehozása a bolt keretein belül. Test, lélek, szellem táplálása ugyanazon a helyen.

**HG:** A nem szokványos tematikát miként fogadták a nagymarosiak?

**ZSÓFA:** A bolt nagyon pozitív visszhangra talált. Sokféle, sokféle ember érkezik ide, a szélesebb profil remekül támogatja a többféle érdeklődést. A Miegymás verőcei gyökerei sem szakadtak el teljesen, sokan itt is megtalálnak minket, ami nagyon jó érzés. Ráadásul Nagymarosnak ezen a részén nincs semmilyen üzlet. A ház korábban a Bajusz családé volt, akik hajdan boltot és vendéglőt üzemeltettek itt, egy még élő családtag sokat mesélt azokról az időről. Fontos számomra a hely történetének megismerése, mert végzettségem szerint néprajzkutató vagyok.

Bencével azt találtuk ki, hogy minden hónapnak külön tematikája lesz, amelyre felfűzhetőek a közösségi események. Március 8-án indítottuk a sort, a Születésed története c. kiállítással Csibi Boróka festményeiből és Iszlai Renátával közös könyvünk bemutatójával.

**BENCE:** Most a tavasz hozza a születést, a mag csírázását: az új élet magától értetődően hozza a témát is.

**ZSÓFA:** A következő előadás áprilisban a magfogásról, a csíráztatásról szól, „Mikroözledek termesztése és magfogás” címmel. Az április 5-i eseményen Gere Eszter (Börzsönyi Organikus Kert) és Horváth Áron (Amanita Tanya) tart majd bemutatóval egybekötött, interaktív előadást. Galériánk következő kiállításán pedig Csek Veronika festményeit láthatják, „Metamorfózis” címmel.

*Az interjú további része a Tanúság következő számában folytatódik.*

*A Miegymás Csomagolásmentes és Helyi termékek boltja Nagymaroson, a Vasút utca 45. szám alatt található.*

**Lejegyezte: Halupka Gábor**





## SZENTÉVI BÚCSÚ HÁROM KEGYHELYEN

A szentév új lehetőségeket kínál a kiengesztelődésre és a lelki megújulásra, melynek egyik fontos eszköze a búcsú. A jubileumi búcsú elnyerésének legismertebb módja a zarándoklat, elsősorban Rómába, Szentföldre, Assisibe, Loretóba, Páduába, a rendeltileg előre meghatározott szent helyek meglátogatásával. De Magyarországon belüli zarándoklattal is teljesíthető bármelyik székesegyház vagy társszékesegyház, basilica minor felkeresésével. Az egyházmegyénkben a váci Nagyboldogasszony-székesegyházon kívül három kegyhelyre elzarándokolva is részesülhetünk a kegyelmekben:

- a márianosztrai Magyarok Nagyasszonya-bazilikában
- a máriabesnyői Nagyboldogasszony-bazilikában
- a mátraverebély-szentkúti Nagyboldogasszony-bazilikában.

### A teljes búcsú elnyeréséhez szükséges általános feltételek

– A szentségi gyónás – annak kifejezéséül, hogy az Egyház bűnbocsátó hatalma által akar megbékélni a lélek Istennel.

– A szentáldozás, lehetőleg a teljes búcsú elnyerésének napján – a Krisztussal való szentségi közösség megvalósításáért.

– A teljes búcsú elnyerésének legalább általános szándéka.

– Mentesség minden bűnhöz, még a bocsánatos bűnhöz való ragaszkodástól is.

– Imádság a Szentatya szándékára, hogy ezzel is megéljük az Egyházzal való egységünket (egy Hiszekegy, egy Miatyánk, egy Üdvözlégy).

*Forrás: [www.vaciegyhazmegye.hu](http://www.vaciegyhazmegye.hu)*



*Kép forrása: [www.felvidek.ma](http://www.felvidek.ma)*

## TANÚSÁG

A nagymarosi Szent Márton Plébánia lapja

**KIADJA:** Szent Márton Katolikus Plébánia – Nagymaros, Szent Imre tér 2.

**MEGJELENIK:** negyedévente

**FELELŐS KIADÓ:** Dr. Csáki Tibor plébános

**SZERKESZTŐ:** Zoller Andrea

**ROVATVEZETŐK:** Hadi Kornélia, Hadi Luca Mária, Hadiné Turcsik Kinga, Trieb Mariann, Drobilich Domonkos, Halupka Gábor, Hortoványi Jenő

**KORREKTÚRA:** Kosztráné Zoller Judit, Telegdi Ármin

**ELÉRHETŐSÉG:** [tanusag.szerkesztoseg@gmail.com](mailto:tanusag.szerkesztoseg@gmail.com)

**GRAFIKA, TÖRDELÉS:** Scheffer Miklós

**NYOMDA:** Multiszolg Bt., Vác

**PÉLDÁNYSZÁM:** 300

**NYOMDAKÖLTSÉG:** A folyóirat nyomdai költsége 350 Ft/db. Ön ingyenesen juthat hozzá. Amennyiben támogatni kívánja a folyóirat megjelenését, azt a plébánia bankszámlaszámára (RÓMAI KATOLIKUS PLÉBÁNIA, 11742094-20157874) történő átutalással megteheti, jelezve a megjegyzés rovatban, hogy TANÚSÁG, vagy hozzájárulását bedobhatja a templomban elhelyezett perselybe.



## PLÉBÁNIAI PROGRAMJAINK

### Április 13. Virágvasárnap

- 9.00 és 18.30 Szentmise, barkaszentelés, passió
- 16.00 – 18.30 Házaskurzus  
– A kommunikáció művészete

### Április 16. Nagyszorda

- 16.00 – Gyerekkeresztút a kálvárián

### Április 17. Nagycsütörtök

- 8.00 Lamentáció
- 18.30 Szentmise, utána virrasztás
- 20.00 Keresztút a Duna-parton

### Április 18. Nagypéntek

- 8.00 Lamentáció
- 15.00 Keresztút a kálvárián
- 18.30 Nagypénteki liturgia

### Április 19. Nagyszombat

- 8.00 Lamentáció,
- majd 9.00-tól szentsír látogatás
- 19.30 Feltámadási szertartás, körmenet
- 22.00 Nagyszombati szeretetvendégség a közösségi házban

### Április 20. Húsvétvasárnap

- 5.00 Öröm útja Zebegényben
- 8.00 Szentmise
- 9.30 Szentmise, majd tojáskeresés a plébánián
- 18.30 Szentmise
- 19.00 Locsolóbuli a fiataloknak

### Április 21. Húsvéthétfő

- 9.00 Szentmise

### Április 27. vasárnap

- 16.00 Élő kövek katekézis

### Május 10. szombat

- Mátraverebély-Szentkút zarándoklat

### Május 11. vasárnap

- 16.00–18.30 Házaskurzus  
– Konfliktuskezelés

### Május 17. szombat

- Férfinap

### Május 24. szombat

- Ifjúsági találkozó

### Április 26. szombat

- 19.00 a közösségi házban a Kárpátaljai karitás vezetőinek, Popovics Bélának és Mártának a beszámolója, előadása

### Május 31. szombat

- Ciklus show, titkos küldetés program kamaszoknak

### Június 1. vasárnap

- Elsőáldozás

### Június 8. Pünkösdszombat

- 9.00 Szentmise
- 17.00 Dicsőítés, lélekvárás a kálvárián
- 18.00 Szentmise a kálvárián, utána agapé

### Június 9. Pünkösdhétfő

- 10.00 Vác – Diakónus szentelés
- 15.00-tól Egyházközségi majális a plébániaudvaron,
- 17.00 Szentmise, utána közös vacsora

### Június 22. Úrnapja

- 9.00 Szentmise, körmenet
- 18.30 Szentmise

### Június 23-27.

- Napközis hittantábor

### Június 30–július 4.

- Dömösi hittantábor

### Július 5–13.

- Csekésztábor

### Augusztus 6–11.

- Észak-Duna menti ifjúsági tábor

### Augusztus 13–17.

- Családtábor – Balatonszárszó



Váci Mihály

## *Minden teérted*

*Minden Teérted, minden csak Tenéked.*

*Veled vívózik minden gondolat.*

*És mindenik csak tebelőled éled,  
te vagy, kit szoroz, kivon, összead*

*az elme – pontos összeg csak tevéled*

*lesz a világ: – tökéletes, ha vagy!*

*Míg észreveszel, látsz- csak addig élek:  
benned, veled hiszem szép harcomat.*

*Épülő sorsod világot megértet*

*velem – s milliók sorsára mutat;*

*szerelem bennem már csak érted ébred,*

*s csak tetőled kelhet bennem harag.*

*Te bátorítsz csak, hogy másokért éljek;*

*így adva- csak tenéked magamat.*

