

# Szent Jobb Lator

## Kedves Olvasóink!

„Hányszor kell megbocsátani, talán hétszer? Nem, hetvenszer hétszer. Az annyi, hogy annyi, mint: négyszázkilencven. De hiszen, akkor már betelt a kvótám, nem? A négyszázkilencvenegyediket az Isten se bocsátja meg? Vagy rossz matekkönyvet használok. Végül is a végtelen se csak egy fektett nyolcas.” (Lackfi János)

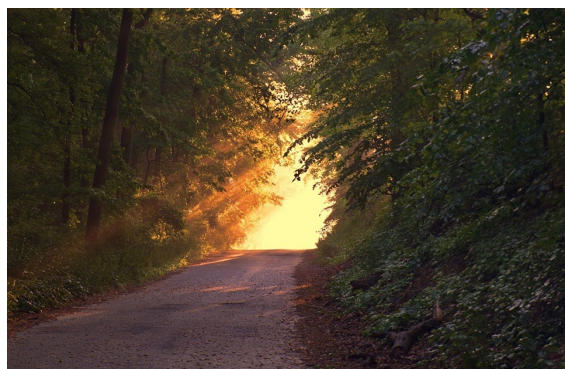
Néha felötlik bennünk, van-e vajon határa a megbocsátásnak, amikor nincs tovább. Eszébe jutott ez a nemrégiben ünnepelt Péter apostolnak is, kétezer évvel ezelőtt, s meg is kérdezi Jézustól: „Hányszor vétkezhet ellenem a testvérem, hányszor kell megbocsátanom neki, talán hétszer?” A válasz így szól: „Nem azt mondom, hogy hétszer, hanem hogy hetvenszer hétszer.” Az előzményeket nem ismerjük. Talán már sokadszorra élnek vissza Péter bizalmával, s jó tanítvány akar lenni, ezért kér tanácsot, vagy csak úgy érdeklődik. Talán egy konkrét helyzet miatt kérdezősködhet, mert érződik némi felháborodás a kérdésében, hogy „talán hétszer?” Neki és nekünk is jól esne az együttérző felháborodás és helyeslés a Mestertől, ő azonban nem bólogat velünk. Csalódás a válasza, mert az igazat megvall-

va, tényleg nem egyszerű lenyelni azt, hogy négyszázkilencvenszer kell megbocsátanunk. Mindennek van határa! Sokszor még az egyszer is lehetetlennek tűnik. De félre a viccel! Ezek csak számok. Még ha jól is esne, hogy igazunk van, nem gondolhatjuk, hogy azt akarta ezzel mondani: húzzuk a strigulákat és a négyszázkilencvenedik után mehet a boks. Jézus soha nem sablonválaszokat ad, ezúttal sem ezt teszi. Mindennek a tetejébe azzal a Péterrel beszélget a megbocsátásról, aki őt, majd legnehezebb óráiban, gyáván, egymásután háromszor is megtagadja. Előtte még nagy hévvel mondja: „a halálba is követlek!” Jézus persze jobban ismer bennünket saját magunknál, jó pár lépéssel előttünk jár. Péter nagy fogadkozására szelíden csak annyit mond: „az életedet adnád értem? Mielőtt a kakas megszólal, háromszor tagadsz meg engem.” Feltámadása után azonban rábízta a tanítványokat, az egyházat, sőt, saját megbocsátó hatalmát. Ilyen rossz lenne a memóriája? Nem volt az olyan régen, csak négy napja, hogy Péter otthagyta, elfutott. Hát nincs benne semmi büszkeség? Cserbenhagyta, erre ő átadja neki az irányí-

## Augusztusi imaszándékunk

**Add Urunk, hogy örülni tudjunk az életünknek!**

Lelkem magasztalja az Urat, és szívem ujjong megváltó Istenemben, mert rátekintett szolgálója alázatosságára. Íme, mostantól fogva boldognak hirdet minden nemzedék, mert nagyot tett velem a Hatalmas, és Szent az ő neve. Irgalma nemzedékről nemzedékre az istenfélőkkel marad. Karja bizonyoságot tett hatalmáról: szétszórta a szívük szándékában gögösöket, letaszította trónjukról a hatalmasokat, az alázatosakat pedig fölemelte. Az éhezöket javakkal töltötte el, de a gazdagokat üres kézzel küldte el. Gondjába vette szolgáját, Izraelt, megemlékezve irgalmáról, amelyet atyáinknak, Ábrahámnak és utódainak örökre megígért. (Lk 1,46-55)



tást? Valaki, akivel három éve nap mint nap együtt nyeli az út porát, akit barátjává fogadott, akire rábízta titkait, a legnagyobb próbatétel idején, amikor vért izzadva rettegett a rá váró kínoktól, kihátrált mögüle, még azt is letagadta, hogy ismeri. S feltámadása

után még csak nem is utal a történetekre? Olyan nehéz ezt saját emberi kereteink között értelmezni, de Jézus erre hív minket is. Talán Péternek sem lehetett könnyű elfogadni, hogy a Mester egyszerűen eldobja a matekkönyvet és nem haragszik, csak örül a

találkozásnak, mert Péter a barátja, akit szeret, akiben bízunk. Mi több, bennünket is szeret, bennünk is bízunk. Ő adja meg, hogy mindnyájan élhessünk bizalmával, szeretetével, és a megbocsátás útjára lépünk!

*Seidel Nóra*

## Élj boldogan?!

Ismered a magány érzését, ami azt mondatja veled, hogy magadra hagytak, becsaptak és kihasználtak? A harag és a keserűség azonban magadba zár, melankolikussá tesz, és lassan elszigetelődsz a külvilágtól. Nyalogatsz a sebeidet, véded a saját magad igazát, és azt várod, hogy mások is elismerjék azt. A válasz azonban késik.

Többször átéltem ezt a folyamatot, és az érzésekhez gondolatokat kapcsoltam, amelyek elevenen tartották azokat az érzéseket. Elítéltem embereket: magam ártatlannak nyilvánítva, másokat pedig a „megbízhatatlan, csaló, hazug, elviselhetetlen” jelzőkkel illetem. Így a haragom belső lufi-

ja csak nőtt, és egyszerre csak azt vettem észre, hogy olyan lett, mint egy rákos daganat. Eltoltam másokat, és magamra maradtam: a világ legnagyobb áldozataként. Néhány óra gyötrődés után azonban valami mindig megszólal bennem: nem akarok megkeseredni. Boldog és teljes életet akarok élni. Ki akarok szabadulni a haragom fojtogató öleléséből.

Ilyenkor be kell ismernem, hogy egyedül magamat tehetem felelőssé a keserűség érzéséért. Én tápláltam azt negatív gondolatokkal, én szítottam a tüzet, ami miatt haragot, gyűlöletet árasztok magamból. De van lehetőség a perspektíva-váltásra! Miért ne táplálhatnám a pozitívumot, a jót magamban? Miért

ne gyakorolhatnám a hálát: egyik dolgot kiválasztva a napomban, amiért hálát adhatok Istennek? Miért ne vehetném fel a szeretet szemüvegét, ami másokat jó fényben tüntet fel? Rajtam múlik, hogy mire tekintek: társaim hiányosságaira vagy értékeire, támogatására, erőt adó jelenlétére. Az egyik depresszióhoz vezet, a másik pedig olyan hozzáálláshoz, ami által erőt és harmóniát fogok sugározni magamból. A jót ápolva magamban olyan emberré válhatok, akinek társaságában az emberek szívesen időznek.

Ezért nagyon fontos megkülönböztetni a gondolatokat. Ha azt érzed, hogy egy idő után még mindig ugyanazon a dologon rágódsz, akkor érdemes fel-

## Rejtvénysarok

Szókereső rejtvényünkben az alábbi igéket rejtettük el:

MEGBOCSÁT, SZERET,  
TOVÁBBAD, ÜLTET, KERES,  
BETÖLT, ÉLTET, FELTÁR,  
SZENTEL, ÖLEL, TISZTÍT,  
TALÁL, ALKOT, BEFED, SZÓL

A megfejtés a maradék betűkből olvasható ki fentről lefelé és balról jobbra olvasva!

L	T	I	S	Z	T	Í	T	J	Ö
E	J	J	T	E	T	L	É	F	É
T	Á	S	C	O	B	G	E	M	T
N	T	A	E	S	K	L	Ö	E	O
E	A	L	V	R	T	E	R	S	V
Z	L	K	L	Á	E	E	L	D	Á
S	Á	O	R	E	Z	K	Ó	E	B
S	L	T	E	S	L	N	Z	F	B
Ü	L	T	E	T	G	Ö	S	E	A
E	M	B	E	T	Ö	L	T	B	D

tenned magadnak a kérdést: mit érzek? Mi váltotta ki belőlem a keserőséget, a haragot? Hogy jutottam el idáig? Nekem segít, ha ilyenkor imádkozok, és kérem az Istent, hogy a haragot alakítsa át belső békévé és örömmé. Segít az is, hogyha ilyenkor megfogalmazod magadban: arra vágyom, hogy... Olyan jó lenne most... Bár-csak... Ez segít kapcsolatba

kerülnöd a benned levő örömmel, és segít, hogy váltani tudj.

Kár a múlton rágódni, inkább érdemes erőt meríteni a jelen értékeiből, amelyek előre mutatnak. Mik adják életed apró örömeit? Hogyan tudsz ahhoz hozzájárulni, hogy társaid is jobban érezzék magukat? Kik azok az emberek, akikkel kölcsönösen erősíteni tudjátok egymást? Mennyi figyelmet, energiát aján-

dékozol ezeknek a kapcsolatoknak? Melyek azok a dolgok, amelyek növekedésedet, fejlődésedet szolgálják? Mi az, amitől ma jobb emberré válhatsz? Ez rajtad múlik, senki más. Egy életed van, és gondolom, hiszel abban, hogy értékes. Fektesd ezért olyan dolgokba, amelyek jól kamatoznak, és nem a csödbe visznek!

*András Csaba SJ*

## Az imádságról

Az imádság az egyik legfontosabb téma, amely foglalkoztat az utóbbi időben. Értem ez alatt a tartalmi jelentést és a cselekvést is. Vagyis nem mindegy, hogy mit és hogyan teszünk egy ima során. Keresztény értelmezésben imának nevezzük az Istennel való kommunikációt. Azt gondoltam: ez egyoldalú, tehát én mondom valamit, én teszek valamit, én gondolok valamit, és ezt majd Isten észleli és lesz valami. Nem volt más tapasztalatom, viszont nemrégiben valaki mondta nekem, hogy ő az ima során *Istent is meghallgatja*. Ez meglepett, mert elég távol éreztem magamtól, hogy Isten nem a nagy messziségben van, hanem itt a közelemben. És mivel az ismerősöm a személyes tapasztalatát osztotta meg velem, elhiszem azt neki. Úgy mesélte, hogy ült egy konferencián, és aki az előadást tartotta, arról azt üzenté neki Isten, hogy „ez az én emberem, neki hihetsz”. Ez elég erős belső hangként hangzott benne, tehát onnantól kezdve úgy hallgatta annak az előadónak a szavait, mint Isten üzenetét. Érdekes, hogy az Isten ilyenképpen történő meghallgatását nem

előzte meg ismerősöm semmilyen rituális cselekedete, pl. a kezek összekulcsolása, keresztvetés, térdhajítás... ezek nem kellett a kommunikáció megindulásához. Akkor mi kellett? Valószínűleg figyelem és nyitottság. Figyelni a hangra és meghallani. Össze lehet ezt téveszteni valamivel?

Igen. A buddhisták például meditálnak. Egyedül, csendben imádkoznak, a saját belső hangjukat hallgatják. Ahogyan a Bibliában számos helyen beszél Isten, egyértelmű, hogy nem lehet összekeverni egy belső hanggal. Miért? Mert ez nem saját. Ez a lényeg: ez a belső hang Isten hangja. A kérdés csak az, hogy Isten közölni akar-e velem valamit, vagy elégedjek meg azzal, hogy én közlök ezt-azt. Úgy látom, hogy közelebb kell lenni ahhoz Istenhez, hogy meghalljam, amit mond.

Alapvetően rohanok az életben, rengeteg elfoglaltságom van, és számtalan elfoglaltság utáni kapcsolódással zsúfolom tele napjaimat. Vajon mennyi időt kellene egy napomban Istennel beszélgetnem? Semmiképp se legyen túl sok, mert magamra is kell időt szánnom, és magamtól nem szívesen veszek el időt. Tehát kb. egy óra biztosan elegen-

dő. Hát erre nincs pontos időtartam megadva, viszont az ismerősöm szívesen tölt el három órát Istennel. De miért? Mert *szívesen* tölti el, nem kötelezettség, nem procedúra, nem formalitás, nem megrögzöttség. Élő Istenkapcsolata van. Vágyik Istennel lenni. Érti Istent. Viszontszeretik egymást.

A

## Bűn-bánat

A legnehezebb dolgok egyike szembesülni önmagammal. Azzal, amit elkövettem, amivel másnak így, vagy úgy, de ártottam. Ez akarva akaratlanul is nyomja a lelkem. Persze igyekszem nem szembesülni vele, elnyomni, eltitkolni még magam előtt is. Úgy tenni, mintha semmit se tettem volna. Sőt, tulajdonképpen a másik az oka mindennek, én alapvetően ártatlan vagyok.

Még hogy ártottam másnak? Ki foglalkozik azzal, hogy nekem milyen nehéz sorsom van, miközben másoknak minden sikerül, jól megy soruk, csak nekem nem jön össze soha semmi, aztán a dolgok csak úgy megtörténnek. Akkor pedig nem azzal foglalkozik az ember, mit és miért tesz, hanem csak cselekszik, megteszi

*Báránycám, gyapjad világítson aranyosan előttem, hogy utam mutatván a poklokat elkerüljem...*

### Agnus Dei

Keresd a nyugalmat,  
a felmentést minden alól,  
ha tehetnéd, levetnéd még  
a szerelem édes terhét is  
szűknek érzett vállaidról.  
Neked bizonyosság kell,  
egy vitathatatlan hatalom,  
hogy ne Te hánykolódj a Jó  
és Rossz partjai között,  
mert míg a szabadságban  
függőségre, a rabságban  
szabadságra vágysz,  
addig nem lelsz békére,  
addig nem leszel több,  
mint pont egy regényben,  
mint csepp a tengerben,  
mint egy szem homok a parton.  
Ne ítéld, ne csodálkozz, ne ke-  
ress!  
Légy elfogadó, légy kész min-  
denre, szeress!  
Akkor megtalálod, amit keresel:  
értelmet a végességben,  
végcélt a végtelenben;  
S ha elég szelíd vagy, hogy el-  
bírd,  
végül magadhoz ölelheted  
– mint az erős ég kékje  
a Nap roppant aranyfolyamát –  
Isten bárányát.

#### IMPRESSZUM

Kiadja a Mécses Szeretetszolgálat  
Magyar Börtönpasztorációs Társaság  
Felelős kiadó: Vagner Mihály  
2600 Vác, Migazzi Kristóf tér 1.  
mecsesbp@gmail.com  
mecses.vaciegyszegyhazmegye.hu

a rosszat. Ész nélkül, nem szá-  
molva a következményekkel.

Utólag tudom, hogy valami nem  
stimmel, mert valami nyomaszt.  
Nem tudom mi, ezért ideges va-  
gyok, ingerlékeny, csak arra vá-  
gyom, hogy hagyjanak békén. Né-  
ha aludni se tudok rendesen, min-  
den zavar, a meleg, a hideg, a zaj.  
Igen, a zaj... A zaj, ami bennem  
van. Járnak a gondolataim, csak  
úgy csaponganak összevissza,  
nem tudom kordában tartani őket,  
nyugtalanítanak. Mennyi mindent  
kellene vagy kellett volna más-  
ként tenni. De most már mit te-  
gyek?

Szembesülni önmagammal. Ez  
fájdalmas, nehéz, embert próbáló  
feladat, a legnehezebb, amiben  
valaha részem volt. Magamba  
nézni, belelátni saját tetteimbe,  
gondolataimba, és felismerni,  
hogy hibáztam. Hibáztam, és bünt  
követtem el. Igen, ÉN követtem el  
a bünt! ÉN magam!

Istenem! Tényleg bűnös va-  
gyok! Összeszorul a torkom, a  
szívem, szinte lezsibbad a karom  
a felismeréstől, mit is tettem való-  
jában. Nem tudom már visszacsi-  
nálani, ezzel kell élnem tovább, a  
felismeréssel, a büntudattal. De ez  
pokolian nehéz! Örökké így fog  
nyomasztani? Ez így iszonyú ne-

héz lesz, jobb lett volna, ha fel-  
se ismerem mit tettem. Bűnös  
vagyok, valóban bűnös. Milyen  
jó lehet annak, aki hisz Istenben,  
és bűnbánatot tart, meggyónja  
bűnét, és feloldozást kap. Végre  
tovább léphet úgy, hogy Isten  
levette válláról a nyomasztó ter-  
het, felszabadította lelkét.

Ha végig gondolom, ez az ajtó  
előttem is nyitva áll! Én is meg-  
gyónhatom a bűnömet, ha azt  
valóban teljesen felismertem  
magamban, és tiszta szívvel  
megbántam. Nagyon nehéz dön-  
tés volt, de megtettem. Segítség-  
gel, a pap segítségével, eljutot-  
tam a teljes felismerésre, és a  
gyónás alatt teljesen Isten elé  
tártam szívem, lelkem, és meg-  
gyóntam Istennek minden bűn-  
ömet. Szinte az egész testem bele-  
borzongott a csodába, mikor a  
lelkem olyan hosszú idő után  
végre felszabadult. Amit eddig  
se nem hittem, se nem tudtam,  
most érzem. Isten tényleg le tud-  
ja venni a bűn nyomasztó, zsib-  
basztó terhét a vállamról. Érzem,  
ahogy könnyebb lettem, moso-  
lyom végre őszinte, a lelkem fel-  
szabadult. A bűnöm nem törölte  
el, nem tette semmissé. Csak  
megbocsátotta.

*káté*

## Szeptemberi imaszándékunk

***Mindenható Istenünk,  
áldd meg az éhezőket és  
szomjazókat!***



Vizet keresnek a szűkölködők és a szegények, de nincs, a nyelvük szá-  
raz a szomjúságtól. Én, az Úr, meghallgatom őket, én, Izrael Istene, nem  
hagyom el őket. Folyókat fakasztok a kopasz dombokon, és forrásokat a  
völgyek ölén. A pusztaságot tóvá változtatok, vizek forrásaivá a ki-  
aszott földet. A sivatagban cédrust növesztek, akácot, mirtuszt és olaj-  
fát; a pusztában fenyőt ültetek, platánt és ciprust, egymás mellett. Hogy  
így mindenki lássa és megtudja, meggondolja és megértse: Az Úr keze  
vitte ezt végbe mind, Izrael Szentje teremtette. (Iz 41,17-20)