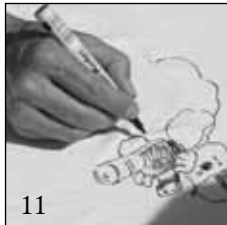


új város

XIX. évfolyam 2007 június



Afrika szívében



11



16

Új Város

Közéleti kiadvány –
ISSN 0865-0829

A Fokoláre Mozgalom lapja
www.fokolare.hu

Kiadja: Új Város Alapítvány 1163
Budapest, Ágoston Péter u. 25.
Számlasszám:
11705008-20434836

Felelős kiadó: Tóth Ilona

Szerkesztőségi cím:

1163 Budapest, Kisterenye u. 54.
Telefon: 328-0785.
Fax: 403-5400.
E-mail: ujvaros@fokolare.hu.
Adminisztráció:
ujvarosiroda@fokolare.hu

Felelős szerkesztő: Bartus Sándor

Munkatársak: Aranyi Krisztina,
Bakacsi Viktória,
Fábián Zsuzsanna, Fábri Andzej,
Fehérpataky Balázs, Ferentzi Éva,
id. Frivaldszky János,
Göbel Ágoston, Himmer László,
Hortoványi Emőke,
Horváth Viktória, Körmendy Imre,
Mészáros Endre, Reskovits Ágnes,
Rieth Zsuzsanna,
Romhányi László, Smohai Ferenc,
Sudár Balázs,
Szalainé Simkó Hilda,
Tóth Judit, Tóth Pál,
Varga Krisztina, Vízslóyi László

Nyomdai előkészítés:

Arton 2004 Bt

Nyomtatás:

Kapitális Kft. Debrecen.
Felelős vezető: Kapusi József.

Terjeszti a Magyar Posta Zrt.
Hírlap üzletág
Előfizethető a Kiadónál

Éves előfizetési díj 2007-re:
4000 Ft. Külföldre: 35 euro
Támogatói előfizetés: 6000 Ft.

Címnap: Tarcisio Arzuffi
Hátlap: Sudár Balázs

Az ige élete

5 Mint a mesében Csak őmiatta

Az élet igéje

6 Hallgassunk a Lélek hangjára!

Nézőpont

8 Vállalkozók és spekulánsok

Az egység lelkisége

9 Megtanít imádkozni

10 Genovai újítás

11 Derűt és békét üzennek rajzai

Kultúra

14 Új hangok, színek, új horizontok

Az életből merítve

16 Afrika szívében (1)

20 Nyár

Társadalom

21 Emlékkövek virginiában

Megkérdeztük

24 Mindig ugyanazt a mesét akarják

25 Nyári éltrend

Hírmozsaik

Utolsó oldal

párbeszéd az olvasóval



A SZÜLŐSZOBÁBAN

Olvastam az Éjszakába nyúló beszélgetések című cikket.

A szülész női munka nekem hivatás, már húsz éve: csodás esemény részese vagyok azzal, hogy segíthetek az édesanyáknak világra hozni gyermeküket. Igazán szerencsésnek érzem magam, hogy ebben a folyamatban lelki támasz is lehetek. Mert az anyukák sokszor félnek, hogy az időnként hosszúra nyúló vajadás miatt nem lesz elég az erejük. Szaktudásomat nyújtva próbálok anyaként is jelen lenni, ahogy én szeretném a helyükben. Az „együtt-szülés” során pedig hívom a jelen lévő, sokszor nagyon tanácstalan apukát, hogy törölje meg ő a felesége homlokát, fogja ő a kezét. Az apák ezt hálásan fogadják, és a szülőszoba légköre bensőségebbé, családiasabbá válik. Megtapasztalhatom az anya és apa közti túlcserdülő szeretetet, ami örömsírásként tör fel belőlük, amikor odahelyezem az édesanya hasára a még köldökzsinórán függő újszülöttet. Ilyenkor legtöbbször az én könnyeim is előtörnek.

Egyszer helyettesítenem kellett egy másik osztályon. Amikor az anyák terhesség-megszakításra várnak, már túl későn találkozom velük. Pedig olyan szívesen segítenék! Éjjel rémálmaim voltak: magam előtt láttam a magzatokat, szinte azt éreztem, hogy ők kérik a segítségemet. Elmentem másnap a főnővérhez, és elmondtam lelki gyötrelmeimet. Attól kezdve soha többé nem osztottak be oda. Minden jövevény világrajövele csodás esemény, mégis mennyi kis élet vesz kárba! Az abortusz fekete pecsét a szülészeti szakmán!

Volt, hogy nekem is orvosi feladatot kellett ellátnom. Egy édesanya vajadása során arra lettem figyelmes,

hogy a szívhangok hirtelen drasztikusan lelassultak. Az orvos megállapította, hogy a köldökzsinór előesett, tehát az oxigénellátás megszűnhet. A műtét alatt úgy kellett tartanom a gyermek fejét, hogy az ne nyomja a köldökzsinórt. Ha én rosszul csinállok akkor valamit, meghal vagy károsodik a baba. Egész idő alatt imádkoztam értük. Térdelve, elzsibbadt kézzel és lábbal, jól leizzadva, hálát adhattam, amikor a kisbaba erőteljesen felsírt. Az ima erőt adott, és a gyermek életét az édesanyával együtt köszönhetjük meg.

Barna Rita – Rád

JOBB A SZABADBAN

Az idén már áprilisban is voltak olyan meleg napok, mint más években május végén. Nehezemre esett a tanítás, a diákoknak a tanulás. Egyik nap eszembe jutott, hogy az iskola falain kívül folytatam az órákat, bár tudtam, hogy ez nekem sokkal fárasztóbb. Néha annyira nehéz volt, hiszen ilyenkor a tanárnak nincsenek a keze ügyében az előre elkészített tervek, eszközök de még szünet sincs. Volt olyan pillanat, hogy legszívesebben leültem volna egy padra, de aztán megint új lendülettel próbáltam jól tenni a dolgomat. Másnap a tanteremben azon vettem észre magamat, hogy lopva az órára nézek, meddig kell még itt kinlódni. Ekkor eszembe jutott, hogy Jézusért taníthatok, és ki is mondtam: „Érted”. Csoda történt, erő töltött el. Persze most is, többször is neki kellett lendülni, de kedvet, ötleteket kaptam. Az óra végén az egyik diák megkérdezte, hogy szeptemberben tovább tanul-e majd a csoport. Gondolom, jól érezhette magát.

Aranyi Krisztina – Budapest

TESTVÉRLAPJAINK: Olaszország: **Citta Nuova (CN)**. Amerikai Egyesült Államok: **Living City**. Argentína: **Ciudad nueva**. Ausztrália: **New City**. Belgium: **Nieuwe Stad**. Brazília: **Cidade Nova**. Bulgária: **Nov Svjat**. Cseh Köztársaság: **Nove mesto**. Dánia: **Ny Stad**. Franciaország: **Nouvelle Cité**. Fülöp-szigetek: **New City**. Hollandia: **Nieuwe Stad**. Horvátország: **Novi Svijet**. Japán: **Uno**. Kanada: **Nouvelle Cité**. Kenya: **New City**. **Nouvelle Cité**. Kína: **San Sing**. Kolumbia: **Ciudad Nueva**. Korea: **Cumul**. Lengyelország: **Nove Miesto**. Libanon: **Cité Nouvelle**. Litvánia: **Naujasis Miestas**. Nagy-Britannia: **New City**. Németország: **Neue Stadt**. Pakisztán: **Hayat**. Portugália: **Cidade nova**. Románia: **Oraş Nou**. Spanyolország: **Ciudad Nueva**. Svédország: **Enad Värld**. Szlovákia: **Nové mesto**. Szlovénia: **Novi svet**. Uruguay: **Ciudad Nueva**. Venezuela: **Ciudad Nueva**.

Ritkán váltott ki ekkora nemzetközi érdeklődést egy ország belügye, mint az idei francia elnökválasztás. A váratlanul magas, 85 %-os részvételi arány pedig igazolta azt a sejtést, hogy a pár hónappal korábban még zavargások helyszínévé vált külvárosok népe – különösen a fiatalság – élni akar politikaformáló erejével. Ennek következménye lett azután a szélsőjobb oldali párt jelentős lemaradása és egy független centrista áramlat térnyerése.

Az események és a választási eredmény a megfigyelők szemében új politikai tájkép, és ezzel együtt új kérdések kialakulását jelzik.

„Két dolog van, amiről nem beszélünk a családban és barátok közt: a politika és a vallás.” Szinte már szállóige ez a mondat Franciaországban. Most az emberek mégis beszélni kezdtek, nem titkolták, hogy ki, kire szavaz, vitatkoztak és érveltek. A fiatalok kérdeztek a legtöbbet, pedig azt mondják róluk, hogy közömbösek a politika iránt, és ők igényelték leginkább a tisztességes tájékoztatást. A pártok taglétszáma növekedett. A különböző keresztény mozgalmak vállalták, hogy segítenek az eligazodásban: demokratikus vitákat szerveztek tagjaik számára, akik a szélsőségeket kivéve a politikai paletta minden árnyalatát képviselték. A püspökök lényegét érintő – például „Mit tettél a testvéredért?” – kérdések felvetésével

ÚJ POLITIKAI TÁJKÉP



segítették az egyéni döntések megszületését anélkül, hogy politikai választ sugalltak volna.

A viták során nagy jelentőséget tulajdonítottak a személyek és eredmények tiszteletben tartásának. A későbbi győztes Sarkozy leintette híveit, amikor azok ki akarták fűtyülni az ellenfelet, aki viszont ellenfelének győzelme láttán híveit arra buzdította, hogy tartsák tiszteletben az eredményeket.

Francia választás, francia kampány. Európát érintő kérdés igen halkan jelentkezett, a nemzetköziség pedig csak a bevándorlás és az ezzel járó veszélyek formájában. Pedig az idei francia elnökválasztás eredménye valószínűleg fontos lesz Európa számára is. Politikai elemzők szerint a kontinens egyik meghatározó államának gazdasági erőnléte és nemzetközi politikai elképzelései módosítani fogják a kontinens államainak belső és külső kapcsolatait, ezért megkerülhetetlen a francia álláspont.

Az új elnök, aki a társadalom széles köreiből kapott szavazatokat, első beszédében prioritásait hangsúlyozta, többek között az emberi jogok védelmét és a klimatikus változások elleni harcot. A középpontban mégis a gazdasági növekedés fellendítése áll, és ebben Sarkozy programja jobb és baloldali gazdasági elemzők szerint valóban hiteles.

A szakszervezeteket azonban nyugtalanítja a társadalom peremére szorultak helyzete, és a fiatalok jövője. Sarkozynek, aki erőteljes és törekvő személyiséggel magával ragadta a tömegeket, még sok kérdésre kell válaszolnia. A most következő parlamenti választások tovább erősíthetik a magyar származású elnök helyzetét, vagy éppen gyengíthetik.

A szerkesztőség

ORVOSNÁL

Egy ideje asztmával kezelnek. A múltkori kontrollon, miután az orvos meghallgatta a tüdőmet, a gyógyszeradagot a duplájára emelte. Most is a sztetoszkópot járátja a hátamon. Egy idő után gondterhelten leül és maga elé réved. Érdeklődve hajolok hozzá: „Mit hallott, főorvos asszony?” Aggódva válaszol: „Ma reggel megint bementem valamit a TV az egészségügy átalakításáról...” Nevetnem kellett: „A tüdőmben mit hallott, főorvos asszony?” Erre már ő is elmosolyodott: „Sokat javult.” Aztán megállapítottuk, hogy használ a gyógyításnak, ha az orvosnak csak a betegre kell figyelnie...

-fidar- B.S.



KITÁGULT A VILÁG

Az anyaság, amiről májusi számukban írtak, engem is kérdések elé állít. Nem olyan radikálisan, mint Zsuzsit, mégis vannak pillanatok, amikor azt érzem, nem bírom tovább... Egészen megváltozott az életem...

Egy fiatal anyuka

Kedves Olvasónk levelére válaszolva hadd idézzük Annamaria Zanzucchit, aki öt gyermek édesanyja, és mint az Új Család Mozgalom Nemzetközi Titkárságának társfelelőse a világon számtalan családdal került kapcsolatba az elmúlt évtizedekben:

„Amikor férjhez mentem, és jöttem egymás után a gyerekek, lehetetlen-ség volt, hogy úgy éljek, ahogy korábban elképzeltem. Anyyra bezártak a háztartási teendők, a gyermeknevelés, hogy úgy éreztem néha börtönben vagyok a négy fal között. Szinte egész nap nem láttam senkit. Tudtam, hogy amit ma megcsinállok, holnap megint előlről kezdhetem, mindig és ugyanazt. Ez akkor esett különösen nehezemre, amikor a gyerekek még kicsik voltak, és a házimunka sohasem ért véget. Egyik nap éppen a nappaliban takarítottam, amikor hatalmába kerített egy nagyon erős érzés: azzal, hogy férjhez mentem, behatároló-

dott az életem. Hirtelen megálltam, és egyszerre világossá vált: nem annyira az számít, hogy mit teszek, inkább az ahogy teszem! Elgondolkodtam. Amikor egy miszionárius Afrikába megy, és az evangéliumot hirdeti sokszor hősies módon, az rendkívül értékes cselekedet. Vajon miért? – kérdeztem magamtól. Azért, mert szeretetével válaszolt a hívásra, Isten akarata-ra. Ha otthon vagyok és a családommal törődöm és ki kell takarítanom, akkor ez is lehet a szeretet műve! Ebben a pillanatban leomlott az a fal, ami korlátok közé szorított addig, s a bezártnak tűnő élet kitérte.”

KERESŐ

Előfordul, hogy az **Új Város Kiadó** már nem kapható kiadványait, vagy az **Új Város** lap régebbi példányait keresik új olvasók, előfizetők, érdeklődők. Sokszor nem tudunk segíteni, mert a szerkesztőségben már nincs a keresett példányból.

Amennyiben Önöknél vannak olyan könyvek, vagy a lap olyan számai, évfolyamai, amelyeket örömmel ajándékoznának, biztosan lesz VALAKI, aki éppen azt keresi!

A felajánlásokat az ujvaros.iroda@fokolare.hu címre, vagy a 30-6769-824 telefonszámra kérjük, és előre is köszönjük.

A szerkesztőség

EVANGÉLIUM A MINDENNAPOKBAN

MINT
A MESÉBEN

Kollégáim példájából, akik már november elején kézhez kapták a felmondásukat, tudtam, hogy ez vár rám is. Így is történt, de legalább lélekben felkészülve fogadhattam a bejelentést.

Természetesen azonnal álláskeresőbe kezdtem, egyre bővülő körökben haladva a jó barátoktól és ismerősöktől a szakmai kapcsolatokon át az álláshirdetéseikig. Sok helyről kaptam biztatást és segítséget, és még jó hosszúnak tűnt a körülbelül másfél hónapos felmondási idő is. Aztán fokozatosan kiderült, hogy először is nem az én jelentkezésemre várt mindenki, meg aztán az ügyek intézése sem megy olyan gyorsan, főleg az év vége táján. Az esetet még színezte, hogy az addigi főállásom mellett tanítottam egy főiskolán, és most is olyan helyet szerettem volna, ahol ezt tovább folytathatom. Ráadásul tudtam, hogy az új fél év február elején elkezdődik, és nekem még időben szólnom kell, hogy számíthatnak-e rám.

A dolog kezdett lassan a körmömre égni. Ekkor valaki a világ legtermészetesebb módján azt tanácsolta: „Kérjétek Ilussal együtt a Gondviselést és Focót, hogy adjon megoldást, és persze mondjátok meg, hogy mikorra kéritek”. A tanácsot megfogadtuk, de tudtuk, hogy a rendelkezésre álló egy-két hét nagyon rövid ahhoz képest, hogy a jelentke-

zések elbírálása általában egy-két hónapig is el szokott tartani, így a józan belátás szerint a kérés teljesítése szinte lehetetlennek tűnt. Még kérni is szégyelltünk ennyire rövid határidőt, de azért kértünk, biza-kodtunk és kíváncsian vártunk.

A megoldás villámgyorsan jött, és éppen a megfelelő időben. Egy jó barátunk keresett meg az utolsó hét közepén, akinél korábban már többször is érdeklődtem, de semmi jóval nem tudott biztatni. „Szerencsés véletlenek” és az ő segítségével kiderült, hogy mégiscsak keresnek náluk valakit. Két nap múlva már egymás tenyerébe csaptunk leendő főnökkel, az állás meglett, és a tanítást is folytathattam. Mint a mesében.

Egri Tamás – Budapest

CSAK ŐMIATTA!

Szombaton a délelőtti két vizsgám és a délutáni dogmatikatanulás után elég fáradtan értem haza este nyolc körül. Tudtam, hogy még vár rám egy komoly feladat. Úgy fél évvel ezelőtt a munkahelyemen szakdolgozati témát kérésset egy egyetemista, aki nálunk töltötte gyakorlatát. Kollégáim nem nagyon tolongtak, hogy témát adjanak neki. Éreztem, hogy ő most ebben a helyzetben az „evangéliumi legkisebb”, és segítenem kell. Ajánlottam egy-két témát, az egyik meg is tetszett neki, és elkezdte a szakdolgozatát nálam. Azon a napon állt össze a dolgozat, és várt rám a feladat,

hogy átolvassam a körülbelül 70 oldalas irományt, éppen amikor annyira fáradt voltam. Neki pedig másnapra le kellett tisztáznia, és a következő napon le is adni. Az átolvasást inkább tehernek éreztem, kötelességnek, amit teljesítenem kell, pedig de szívesen elhagynám! Kezdet eluralkodni rajtam a „nem akarom, de muszáj” keserű lelkülete. Elmondtam gyorsan azt az imát, amit nem régen hallottam valakitől, és nagyon megkedveltem: „Add Uram, hogy minden szándékom, cselekedetem és tevékenységem tisztán a Te szolgálatodra és a Te dicsőítésedre irányuljon!” Nem sokkal az után, hogy tudatosítottam keserű lelkületemet, és próbáltam Istenbe kapaszkodni, egész váratlanul átfordult a hozzáállásom, egy pillanat alatt. Eszembe jutott a szeretet-dobókocka egyik oldala: Eggyé válok a másikkal! Rögtön kimondtam: Eggyé válok Tamással! Egy pillanat alatt átéreztem, mennyire fontos neki ez a dolgozat most, hogy elkészítse, és időben le is adja. A keserű kényszerűség helyébe azonnal a szolgáló lelkület lépett, és túl tudtam lépni fáradtságomon. Erőt adott, és örömmel töltött el, hogy szeretetből magamra vettem és hordozom azt, amire Tamásnak szüksége van. Mikor hajnali egy órakor megkapta tőlem e-mailen az átnézett, kiigazított szakdolgozatot, szinte nem is akarta elhinni, hogy fennmaradtam ilyen sokáig, csak a dolgozata miatt. Csak őmiatta!

Lukács Péter – Veregyháza

.....
Amit továbbadunk egymásnak mindabból, amit az evangélium hatására megélünk, az továbbfejlődik és kiteljesedik bennünk; amit megtartunk magunknak, az viszont elhal.
.....

HALLGASSUNK A LÉLEK HANGJÁRA!

Az evangélium szavai elbűvölnek, mert igazak. Az szől általuk, aki magáról azt állította: „én vagyok az igazság”¹. Feltárja előttünk Isten végtelen titkát, és felfedi szeretet-tervét: az emberiséget meg akarja ajándékozni az Igazsággal.

Az Igazság azonban végtelen mély misztérium. Hogyan érthetjük meg, és hogyan élhetjük teljességében? Jézus maga is tudja, hogy nem bírjuk el a „súlyát”. Ezért az utolsó vacsorán, mielőtt visszatért volna az Atyához, megígérte tanítványainak, hogy elküldi Lelkét, aki megmagyarázza igéit, és segít életre váltani.

A hívők közössége ismeri az igazságot, mert életét Jézustól kapta. Ugyanakkor úton

van az „igazság teljessége” felé, a Szentlélek biztos vezetésével.

Az egyház történetét úgy is tekinthetjük, mint Jézus misztériumának és az általa mondott igéknek fokozatos és egyre mélyebb megértését. A Lélek többféleképpen vezeti az egyházat ezen az úton: a hívők szemlélődése és tanulása révén, a szentek karizmáin keresztül és az egyházi tanítóhivatal segítségével.²

A Lélek szól a hívők szívében, ott lakozik, hallatja „hangját”. Újra és újra arra ösztönöz, hogy megbocsássunk, szolgáljunk, ajándékozzunk, szeressünk. Megtanítja, hogy mi a jó, és mi a rossz. Emlékeztet az élet igéire, melyeket az evangélium hónapról hónapra ültet belénk, és segít, hogy éljük őket.

Hogyan éljük ezt az igét?

Úgy, hogy a Szentlélek iránti engedelmeségünkben, aki vezet, figyelmeztet és ösztönöz, hallgatunk arra a „hangra”, amely bennünk szól.

„Az igazság Lelke elvezet titeket a teljes igazságra.” (Jn 16,13)

¹ Jn 14,6

² Vö. Dei Verbum, 8.

³ Lo Spirito Santo e il Movimento dei Focolari, kiadatlan beszéd, 1989. október 3.

⁴ C. Lubich: Ha tüzet gyűjtanánk, Új Város, Budapest 2001, 82. o.



Erhardt Csergő

„A kereszténynek a Szentlélek készítetése szerint kell járnia – mondja Chiara Lubich –, hogy teremtménye hatalmával a Lélek működhessen a szívében, mely az életszentségre, az ártis-tenülésre és a feltámadásra vezet.”

Hogy jobban megértsük, mintegy felerősít-ve halljuk „a hangot”, Chiara arra hív, hogy egységben éljünk. Így sajátítjuk el azt a képes-séget, amivel nemcsak a bennünk szóló han-got halljuk, hanem a „köztünk lévő Feltáma-dottét is, amikor egyek vagyunk benne”.

Amikor Jézus közöttünk van, a Lélek „töké-letesít minket, hogy meghalljuk bennünk szó-ló hangját, mert a közöttünk jelen lévő Jézus ál-tal felerősödik a Lélek hangja.”

„Hogy a Szentlelket szeressük, imadjuk, és szívében tartjuk, a legjobbnak tűnt mindig az Ő hangjára hallgatni, mely képes megvilá-gosítani minket életünk minden pillanatában. Amikor hallgattunk »arra a hangra«, nagy meglepetéssel vettük észre, hogy sokkal job-ban haladunk a tökéletesség felé, hibáink las-san-lassan eltűnnek, és átadják helyüket az erényeknek.”³

Ez az ige, melyet a Szentháromság-vasárna-pi liturgiából vettünk, arra szólít, hogy segít-ségül hívjuk a Szentlelket:

„Ó Szentlélek, semmi mást nem kérünk Tő-le, csak Istent, Istenért. (...) Add (...), hogy éle-tünk hátralevő idejében mindig, minden pilla-natban csupán Neked éljünk, és egyedül Té-ged akarjunk szeretni és szolgálni!

Isten! Isten, Te tiszta szellem, akinek em-berségünk edénye üres kehely lehet, hogy be-töltsd azt!

Isten, Téged kell sugározni lelkünknek, szívének, arcunknak, szavainknak, tette-inknek, hallgatásunknak, életünknek és halá-lunknak. Neked kell tovább élned abban a nyomban, amelyet távozásunk után a földön hagyunk. Nem maradhat, ne is maradjon más utánunk, mint jelenléted fényes barázdája, a Te világító jeled, aki jelen vagy bennünk, az élő világ magvaiban vagy az összeomló világ rom-jaiban, mindennek istendicséretében vagy hív-ságában. Mert minden teremtmény csak arra való, hogy – akár mint lábaid zsámolya, akár mint színed előtt szertefoszló árnyék – Neked készítsen helyet, ó Minden, ó Egyetlen, ó Szeretet!”⁴

Fabio Ciardi és Gabriella Fallacara

Alapgondolatok

- ◆ Figyeljünk a Szentlélek szavára, hogy tudjuk, mikor kell megbocsátani, szolgálni, adni, szeretni.
- ◆ Ha a közöttünk lévő Feltámadottal élünk, felerősödik a Lélek hangja bennünk.
- ◆ Úgy szeretethetjük a Szentlelket, ha hallgatunk a hangjára.

Összefüggések

Az élet ígéje ebben a hónapban az igazságot állítja középpontba.

A köznapi gondolkodásban e kifejezés arra utal általában, hogy a kijelentés tartalma megegyezik-e a tényekkel. A valóság és a beszéd viszonyára vonatkozik.

A zsidó gondolkodásban ezzel szemben az igazság olyan tulajdonság, mely elmondható egy dologról, egy személyről, illetve kijelentésről, vagy éppen nem. Az igaz tehát sokkal többet jelent: megbízható, állhatatos, hűség. Ezt a hétköznapiokban olyan szókészletek fejezik ki legjobban, mint „egy igaz barát”, „igazat szól”. Az Ószövetség írásai tanúsítják, hogy az Igaz elsősorban Istentől ered: Izrael népe csak Őt tekinti hűnek, megbízhatónak, állhatatosnak.

Az Újszövetségben az igazság – főként János evangéliumában – Isten Igazságosságát jelenti, mely Jézusban mutatkozott meg. Szabadságot, fényt, életet, teljességet hozott az embereknek. A Lélekben Isten igazságossága minden időben és mindenki számára elérhető.

Liturgia

E hónap ígéje Szentháromság vasárnapjának evangéliu-mában található, június 3-án.

VÁLLALKOZÓK ÉS SPEKULÁNSOK



Luigino Bruni

Manapság a kapitalizmus dinamikájáról és változásairól hallva eszembe jutnak a spekulánsok és a vállalkozók, és az a különbség tétel, amit a múlt nagy közgazdászai vezettek be.

A vállalkozót – az amerikai *Veblen* vagy az olasz *Pantaleoni* meghatározása szerint – különleges logika mozgatja, ami kockázatvállalásra és innovációra ösztönzi, hogy megvalósítsa tervét. Sikere nem az elért profittal mérhető, hanem azaz, hogy mennyire tudta megközelíteni a maga tervét. A profit csak egy része a tervnek, nem az egyetlen, és nem is legfontosabb. Bizonyos esetekben egy vállalkozó szert tehetne nagyobb profitra, ha bérbe adná a helyiségeit vagy lemondana a cégéről: mégsem teszi, mert szívén viseli a terv előrehaladását, vagyis éli a „hivatá-

sát”. Vállalkozása tehát sohasem eszköz csupán, hanem bizonyos értelemben maga a cél is.

A spekuláns ezzel szemben a pénzt tekinti céljának, tevékenysége pedig csak eszköz. Ő az, aki az egészségügyből átvonul az oktatásba, az iparból a pénz világába, aki bezár, elad és újra megnyit, hiszen nem a terv érdekli, csak a pénz, végső soron pedig a hatalom.

Amíg a vállalkozó alakja hasonlatos a kézműveshez, akár a művészhez, hiszen sikeréhez kreativitásra és ügyességre van szükség, addig a spekuláns inkább a szerencsejátékoshoz hasonlít (melyet Dosztojevszkij oly remekül megrajzolt), hiszen tetteit kizárólag a kockázatátás vezérli, a „győzelem” vágya.

Manapság a vállalkozóknak a gazdaságban és a szociális te-

rületen betöltött szerepét mindenki elismeri, míg a spekulánsok tetteinek szociális hatását jogos kétségek kísérik. Az a benyomásom, hogy a spekulánsok térnyerése a vállalkozók rovására a mai kapitalizmusnak komoly betegsége. Ha a spekulánsok elszaporodnak, a piac egyszerű kaszinóvá válik, ahol meg lehet gazdagodni, el lehet szegényedni, ahol fogadni és játszani lehet, ahol az én nyereségem a te veszteséged egyben.

A globalizált gazdaságban több vállalkozóra lenne szükség és kevesebb spekulánusra, mert olyan projekteket kellene megvalósítani, ahol a gazdagságból többen részesednek, és ahol nem egymás ellenében nyerünk, hanem együtt növekedhetünk.

Fordította:
Sudár Balázs



MEGTANÍT IMÁDKOZNI

A családban elmondott ima különösen hatékony mindazoknál, akik között jelen van Jézus, mert a nevében jönnek össze.

Fontosnak találjuk, hogy gyermekeinkkel együtt imádkozzunk, akkor is, ha még kicsik. Mit gondolsz erről? – tette fel a kérdést egy fiatal házaspár.

Az imádság kifejezetten a családban születik. A család az imádságnak is az elsődleges helye. Az ember abból él egész életében, amit a családból hoz. Ha valaki itt nem tanul meg imádkozni, annak hiányát később csak nehézségek árán pótolhatja.

Ezért mondta II. János Pál, hogy az ember jövőjének evangelizálása nagy mértékben a családtól függ. Hogy a gyermekek megtanuljanak imádkozni, előbb Istennel kell megismertetni őket, Isten létét kell felfedezniük. A szülőknek rendkívüli lehetőségük van arra, hogy gyermekeik számára ezt a tudatot közvetítsék: tanúságot tehetnek Istenről.

Legyenek egy (a szeretetben és az igazságban) – mondja Jézus az evangéliumban –, hogy a világ higgyen. Ha a Krisztusban való egységünk, kölcsönös szeretetünk annyira megérinteti a gyakran hitetlen, a materializmusban, elvilágiasodásban és sok más bajban megcsontosodott felnőtteket, hogy elkezdenek hinni, akkor gyermekeink ártatlan kis világa még kevésbé marad érzéketlen

erre a tanúságtételre. Ezáltal kezdik megérteni, hogy létezik Valaki, aki mindenkit átölel szeretetével, és ösztönös bizalommal fognak ők is eszükkel és szívükkel Istenhez fordulni.

Szívesen emlékszem vissza VI. Pál szülőkhöz intézett fájdalmas felhívására: Anyák, megtanítjátok a keresztény imákat a gyermekeiteknek? (...) És ti, apák, legalább alkalomadtán tudtok imádkozni gyermekeitekkel és családotokkal? Példátok igazi tanítás lesz az életéről, különleges érdemeket szerző istentiszteleti cselekmény.

Így születik, így fejlődik, így válik csodálatos szokássá a családi ima, ez a sajátos és nagyon hatásos imaforma. Jézus megígéri, hogy akik a nevében egyesülve imádkoznak, azok között Ő maga lesz jelen: Ahol ketten vagy hárman együtt vannak az én nevemben, ott vagyok közöttük. Jézus ott van, hogy a családdal és a családban imádkozzon.

Ő meg is tanítja, hogyan kell imádkozni. Azt mondja: amikor imádkoztok, ne szaporítsátok a szót. Majd hozzáfűzi: szüntelenül imádkozzatok, sohase fáradjatok bele az imádkozásba.

Hogyan lehet megvalósítani, különösen a hétköznapi élet forgatagában, hogy minden imádsággá váljon?

Egészen biztosan nem azt kéri tőlünk, hogy szaporítsuk az imák sorát, azt viszont igen, hogy lelkünket és egész életünket Istenre irányítsuk. Úgy, hogy mindent szeretetből tesszünk, hogy Isten tervei megvalósuljanak a világgal. Így minden tettünk átalakul szent cselekménnyé. Mindennapjainkhoz ez az ima áll a legközelebb, míg fejlődésében szemlélve földünket és a világegyetemet, eszünkbe jut az ember kötelessége, hogy uralma alá hajtssa az egész földet.

A családnak ma meg kell tanulnia ezeket az új utakat, melyeket a Szentlélek mutat. Így Isten egyre inkább kézbe veszi, és ki tudja bontakoztatni terveit, például, hogy kinyíljon sok más család felé, hogy együtt alkossák Isten gyermekeinek széles családját. És tanúságot tegyen arról, hogyan kellene egy családdá válni az emberiségnek az egész világon.

Fordította: Tóth Judit



Chiara Lubich

GENOVAI ÚJÍTÁS

A munkahelyeken gyakran felülkerekedik a versengés és a konfliktus logikája. Hogyan lehet új módon, új ötletekkel a valódi fejlődést szolgálni? Roberto Zanovello több ezer embert segített munkahelyhez. Projektjét európai szintű támogatással valósították meg.



Roberto Zanovello tapasztalatát a szeptemberi Egyetemes Testvériség Hetén hallottuk.



A genovai kikötő négy főigazgatója közül én voltam az egyik. Észak-Olaszországban, a Földközi-tenger partján ez az egyik legfontosabb kikötő. Munkaköri átszervezés miatt azonban elvesztettem állásomat. Néhányan, akik éljük az egység lelkeségét, arra gondoltunk a kezdeti csalódás után, hogy városunk szolgálatába állunk, és egy emberközpontú társadalom építői leszünk. Működött Genovában egy gyár, mely nagyon ártalmas gázokat bocsátott ki, és ennek a súlyos szennyezésnek a hatása kézzel fogható volt a városnegyedben. Az utóbbi tíz évben 700-an haltak meg tüdőrákban. Ki kellett tehát dolgoznunk egy olyan tervet, ami a létesítmény bezárása mellett foglalkoztatást biztosít az ott dolgozó 600 gyári munkásnak.

Hollandiában nagy hatással volt rám, amikor lát-

tam, hogyan állítják össze a kínai porcelánbabákat. A babák porcelánteste Kínából érkezett, Indiából származó ruhával öltöztették fel, a szemeit pedig Olaszországban gyártották. Az összeszerelés után dobozokba csomagolva kerültek az üzletekbe. A genovai kikötő területe is alkalmasnak bizonyult egy olyan hely kialakítására, ahol a legkülönbélebb árucikkekől befejezett és csomagolt terméket állíthatunk elő.

Az ötlet azonnal felkeltette a városi intézmények érdeklődését, elkezdhattuk hát a kivitelezést.

A projekt 4 000 új állandó munkahelyet biztosított a megszűnő gyár 600 helyével szemben, emellett még 12 000 közvetett munkahelyet! Azonnal beleegyezett mindenki. A bezárandó gyár tulajdonosa is elismerte, hogy tervünk értelmes fejlesztésre irányul. Ennek ellenére nem hiányoztak a nehézségek, amire nem keresztény kollégáim is azt mondták: „Lehet, hogy meghal a terv, de annál szebben fog újjászületni”. Így is lett. 2005 decemberében a tulajdonos aláírta a megállapodást, hogy bezárja az üzemet, és a mi terveink

szerint alakítják át a telepet, ahol bőven jut majd munka a korábban ott dolgozó 600 embernek is.

Az Európai Unió nemrégiben felvette a Genova-Rotterdam közlekedési folyosót európai érdekeltégű projektjei közé. Az Európai Befektetési Bank bejelentette a terv azonnali finanszírozását. Az olasz kormány pedig javaslatot tett, hogy vegyünk majd részt a transz-európai kikötőrendszerek között létrejött együttműködési tervekben, melyek az egész Európai Unió javát szolgálják a kikötők közti megállapodásokkal. És itt még nincs vége! Korábban a rotterdami kikötő legyőzendő vetélytárs volt Genova számára, most azonban megállapodási tervet dolgoztak ki, melyben mindkét kikötő fontos szerepet játszik majd a Távol-Kelet és az Egyesült Államok közti összekötő folyosó kialakításában. Szó volt erről az elképzelésről a Kikötők Világkonferenciáján, Szöulban, és ott konkrétan arra is alkalmasnak találták, hogy világméretben javítsa a tengeri forgalmat.

Roberto Zanovello
Szerk.: Bartus Sándor

DERŰT ÉS BÉKÉT ÜZENNEK RAJZAI

Az Új Város olvasói jól ismerik GB és W rajzfiguráit. Mondanivalójukat szellemesen és tömören fogalmazza meg Walter Kostner, aki április végén járt hazánkban és válaszolt kérdéseinkre.

Képregényeidet a világ minden kontinensén olvassák, hiszen a Città Nuova testvérlapjain 22 nyelven jelennek meg, a Fülöp-szigetektől Kanadáig, Argentínától Dél-Afrikáig. Mit jelent ez neked? Mitől állják meg a helyüket minden kultúrában?

Igyekszem az *egység lelkiségéből* valamit mindig csepegtetni a rajzaimba. Biztosan ennek köszönhető, hogy a különféle kultúrák befogadják. A kezdet kezdetén maga Chiara mondta: „Sok jó születik majd ezekből a rajzokból, mert egyetemesek.” Brazíliában azt állították, hogy „GB pont olyan, mintha brazil lenne!” Egy japán rajzfilmes vállalkozó meg azt mondta: „Ezek a figurákon keresztül a régi japán hagyományokat látom megelevenedni!”

Hogyan kezdte rajzolni?

Már gyerekkoromban szerettem rajzolgatni, de nem gondolom, hogy adottságaim rendkívüliek lennének.

A képregények akkor születtek, amikor gyerekekkel kezdem foglalkozni. Leveleztünk, és azt találtam ki, hogy a kérdéseikre rajzfigurákkal, képes

történetekkel válaszolok, mert nem akartam rájuk erőltetni a gondolataimat. Egy csipetnyi humor feloldja a belső ellenséget, és ha mosolyogva érkezel, könnyebben ajtót nyitnak.

Elismert szakembere vagy nemcsak a művészetnek, hanem a nevelésnek is. A Fokoláre Mozgalomban sok-sok éve foglalkozol a serdülő korosztállyal, mely – tudjuk jól – a legnagyobb kihívás a pedagógusoknak. Tapasztalataidat is bizonyára fel tudod használni a történeteiden.

Mindegyik történetemet maga az élet szüli, nem íróasztal mellett találom ki. A serdülők és a kisebbek is állandóan ellátnak anyaggal, sosem ismétlik önmagukat, sosem bálnásak. Ha lehetőséget adunk, ha teret engedünk nekik, újabb és újabb ötletekkel, sosem gondolt megoldásokkal állnak elő.

Tudnunk kell, hogy a serdülőknek nagyon nehéz! Olyanok, mint a hontalan számkivetettek egy ismeretlen új országban, melynek nem beszélnek nyelvét, nem ismerik szoká-

sait. Bizonytalannak érzik magukat, mindent újra kell tanulniuk, vágyódva gondolnak a gyerekkori anyaországra, ahol otthon voltak, és ahova szeretnének néha visszatérni. Ugyanakkor vágynak rá, hogy az új országba befogadják őket, és ezért komoly erőfeszítésekre is képesek.

Mindent nagy intenzitással élnek át. Kiszínezik a napjaikat erős – időnként rikító – színekkel, máskor meg a szürke és fekete uralkodik bennük. Ebben a korban az élet „besűrűsödik”.

Rajzaidról tavaly jelent egy tanulmánykötet, melynek címe: Kapcsolatra nevelni. Mit jelent ez?



Erhardt Gergő



Bartus Sándor



B.S.



Sós Benedek

Mindannyiunk meggyőződése: a boldogságunk függ attól, hogyan sikerül együtt élni a többiekkel. Kapcsolatra nevelni: elsősorban azt értem ezen, hogy a gyermekeket minőségi kapcsolatra neveljük, már a legkisebbeket is. Megtenni az első lépést a másik felé, túllépni sértéseken, nehezteléseken, az ingyenesség elve szerint, a személyválogatás kerülésével, az ilyen és ehhez hasonló minőségi kapcsolatokat rajzolom már sokadszor.

GB gyermeki szemekkel csodálkozik a világra, míg a

nála nagyobbacska W kicsit a védőszárnyai alá veszi. Alapjában mégis egyenrangú a kapcsolatuk. Ezzel a különböző nemzedékek harmonikus viszonyát szeretnéd kifejezni?

Minden életkor olyan, mint egy kontinens, mint egy nép, a maga kultúrájával. Megvan a saját kultúrájuk a serdülőknek és a felnőtteknek, a kisgyermeknek és a középkorúaknak is. Ahogy próbáljuk meglátni és értékelni mindegyik kultúra gazdagságát, úgy minden korosztályét is értékelni kellene. Ezt jelenítem meg GB és W kapcsolatában: rácsodálkozik az egyik a másikra, mert egészen másképpen reagál a dolgokra, mint ő. A különbözőségekből időnként nézeteltérés támad, ám a művészet abban áll, hogy ezt a kölcsönös öröm forrásává változtassák. Néha ez a művészet szembetalálja magát a meg nem értés falai-val, olyan akadályokkal, melyeket csákánnyal nem lehet lebontani, de a szív szelídségével igen.

Mit üzensz a magyar olvasóknak?

Szeretném köszönteni őket, elsősorban az „idősebbeket”, akik sok-sok éven át a bizonytalanban tapogatózva megve-

tették egy erős fának – hogy a képes hasonlatnál maradjunk –, egy új emberiség életének a gyökereit ebben a szép országban.

Sokat utazol, bejártad az egész világot. Hogy látod, boldogabbak az emberek a gazdag országokban, vagy inkább ott, ahol anyagilag kevesebb jut nekik?

Nem számítva azt, ahol az igazságtalanság, a nyomor vagy a betegségek keresztjét hordozzák a népek, úgy, hogy nincs már erejük mosolyogni, több életörömmel találkoztam a szegény országokban.

Felteszem magamnak a kérdést, valahányszor visszafelé tartok a repülőn Európába, miért a gyermekek és fiatalok örömteli, élő arca jut eszembe, akikkel találkoztam? Az öröm forrását nem a bevásárlóközpontokban, nem a diszkókban, nem is a számítógépekben találjuk meg, hanem a szívünkben, és onnan tör fel, valahányszor a többieknek megnyitjuk. Fáradásaink és szenvedéseink is paradox módon az öröm forrásává válhatnak, és érlelhetik személyiségünket. A szegény országokban élő gyermekeket sokkal érettebbnek, sokkal felelősebbnek és gazdagabbnak találom emberileg. Ennek pedig van üzenete, amit meg is kell hallanunk. ■



Bertus Sándor (3)



Köthes W.

NEM SIKERÜL
SZABADULNOM AZ
ÁRNYÉKOMTÓL!

HA NEM LENNE
ÁRNYÉK, NAP SE
LENNE!



MIT
CSINÁLSZ
GB?

A NAPOT NEM
TUDOM ÁTÖLELNI...
HÁT AZ ÁRNYÉKOT
ÖLELEM ÁT!

ÉS MOST?

MOST
A NAP IS
ÁTÖLEL
ENGEM!

ÚJ HANGOK, SZÍNEK, ÚJ HORIZONTOK

A Fokoláre Mozgalom művész barátai a Róma melletti Castelgandolfóban idén áprilisban rendezték meg második nemzetközi kongresszusukat. Mintegy négyszázan gyűltek össze az öt kontinens különböző országaiból, fiatalok, középkorúak és idősebbek. Különböző kultúrákból, a művészet különböző területeiről, ám egyetlen közös vágygal, hogy tapasztalataikat megosztva, s az egység lelkiségéből merítve együtt keressék a választ a találkozó jelmondatában is megfogalmazott kérdésre: Mi a hivatásuk a XXI. században?



Rassay Virág

Kétségtelen, hogy napjainkban egyfajta kulturális éjszakát, krízist élünk. Az emberiség keresi önmagát a művészetben csakúgy, mint az élet megannyi más területén. Az elmúlt korok, századok formái, kifejezőmódjai többé nem elégítik ki, ugyanis nem talál választ aktuális igényeire, problémáira. A változás tehát szükségszerű. De vajon merre, hogyan, s hol keressük a sötétből kivezető utat?

A szerencsések egyikeként ebbe a két és fél napos „művészeti laboratóriumba” én is bekapcsolódtam, mint ötvös. Hallgatva az előadásokat, tapasztalatokat, számomra négy szóban összegződött a válasz: egység, egyetemesség, kapcsolat, dialógus.

Különösen *Alessandro Cappella* zongoraművész gondolatai érintettek mélyen, aki *Johann Sebastian Bach* példájából kiindulva a művészet ter-

mészetéről, az abban mélyen elrejtett törvényről beszélt:

„Vajon Bach zenéit egyedül komponálta? Bizonyosan úgy képzeljük, hogy a szerző sötét szobájában, a gyertyafénynél – senkitől sem háborgatva – asztala fölé görnyed. És ez így is van. Gondolatban azonban láthatatlanul ott áll Bach mellett az aktuális mű megrendelője, igényeivel, elvárásaival. Azután ne feledkezzünk el a hangszeréről sem, amelyre a darabot írta, a muzsikusról, akik majd eljátsszák, valamint mindazokról, akik egészen Bachig – például *Froberger*, *Buxtehude* – valami nagyot alkottak a zenében, s akik ott visszhangzottak lelkében. Azután eszünkbe juthatnak Bach műveinek címettjei, a publikum, valamint, de nem utolsósorban a nép kultúrája, a hagyományok, a városok hangjai, a termék akusztikája.

Nos, amikor Bach komponált, igazából hányan is voltak?

A szerző éppen azért, mert befogadja, s szívében össze-



CN(2)



ÚJTÁRSAINK

„A művészet azért van, hogy fel-emelje az ember lelkét.” K. Sz. Sztanyiszlavszkij

„Minél többet gondolkodom rajta, annál inkább az az érzésem, hogy nincs nagyobb művészet az emberek szereteténél.” V. Van Gogh

„Nem csupán szemlélni szeretnénk a szépséget, hanem valami mást, amit szavakba önteni alig lehet. Szeretnénk a szépséggel, melyet látunk, eggyé válni, beléhatolni, magunkba fogadni, megfürödni benne, hogy annak része lehessünk.” C. S. Lewis

„A szépség az igazság ragyogása.” Platón

„Vérző szívvel énekelek. De nézd a gyertyákat: miközben fényt árasztanak, felemészítik magukat. A művészet a szavakkal kifejezhetetlen közvetítője.” W. Goethe

„Úgy vélem, hivatásom abban áll, hogy filmjeimet nézve felfedezze magában az ember, hogy szeretni jó, hogy adja szeretetét, hogy megérezze a szépség hívását.” Tarkovszkij

„A szívedben legyen az örökkévaló, s ne a múlékony, a tovatűnő.” Dosztojevszkij

„Egy festmény a szemlélő tekintetén keresztül elevenedik meg. Vannak festők, akik a napot egy sárga foltta változtatják. Léteznek azonban mások, akik – hálá művésztüknek és intelligenciájuknak – képesek a sárga foltot napra változtatni.” Pablo Picasso

„Isten nemcsak Igazság és Jószág, hanem Szépség is. Kezdetől fogva éreztük a hívást, hogy életünkön, szavainkon, s a művészeteken keresztül is kiáltsuk ezt az igazságot.” Chiara Lubich

gyűjti környezetének különféle igényeit, olyan művet tud alkotni, mely magán hordozza az egyetemesség lenyomatát: amelyben mindenki valamiképp magára talál.

Megállapíthatjuk, hogy a zene – s a többi művészet ugyanígy – tulajdonképpen a kapcsolatok csodája. Hiszen ha *Mozart* nem találkozott volna *Anton Stadler* klarinétossal, akkor nem írta volna meg csodálatos klarinét koncertjét. *Ravel* nem alkotta volna meg balkézre írt zongoraversenyét, ha *Walter Wittgenstein*, aki a háborúban elvesztette jobb kezét, nem bízta volna meg. S egyáltalán, a Für Elise létezne Elise nélkül?”

Chiara Lubich tudatosítja bennünk, hogy az egység, mely a harmónia legmagasabb kifejeződése, a világ életének alapvető természete, így tehát a művészeté is.

Így ír egyik levelében: „A napokban (...) lelkem megsejtette, hogy az egység valami olyan dolog, ami fölötté áll mindenkinek: az egység a Mennyi békéje, az Öröm teljessége, a tökéletes Fény, mely bevilágítja a legsűrűbb sötétséget, a leglánglebb, a legtisztább Szeretet,

magá Jézus. Az Egység megfoghatatlan, láthatatlan, érintetetlen, teljesen lelki. Mégis valóságos, konkrét, ami boldoggá teszi a lelket és dalra fakasztja.”

Jean-Louis Barrault, francia színész és rendező szavai is ezt tükrözik: „Amikor ezer ember, ezer figyelő, ezer nyitott lélek megosztja velem a jelen pillanatot, amikor ezer szív egyazon ritmusban ver, és az én szívem is velük dobog, akkor egyszerűen eggyé váltunk.”

Megdöbbenő és magával ragadó volt a művészet perspektívájából hallani az egységről, mely közösségi lelkiségünk egyik sarkalatos pontja.

A hallottak teljesen új fénybe helyezték eddigi életemet, s főként alkotói munkámat, melyet a kapcsolatok, találkozások, valamint az újabb és újabb igények, megrendelések alakítanak, fejlesztenek. Rá kellett döbennem, hogy nincs nagyobb inspiráció annál, mint amikor az ember felfedez a Szentlélek munkáját, mely csendesen, szinte észrevétlenül, végtelenül diszkréten simul a hétköznapi egyformaságába. ■



Fent:
2007. április:
a csoporttalálkozó
pillanata

Előző oldalon:
2003. Mária
Kongresszus,
kamarazenekar

Naplemente
Fontemben.

AFRIKA SZÍVÉBEN (I.)

Kishonti Rolland több mint két éve él Kamerunban, a bangwa nép között, hogy az egység lelkeségéből születő közösségnek szentelje minden percét mint fokolarinó, és szaktudásával szolgálja a rászorulókat mint orvos. Az őserdő közepén megszületett település és kórház életéről utoljára a 2005. szeptemberi számunkban írtunk.



Göbel Ágoston

Mi indította el bened azt a változást, ami ilyen radikális döntéshez vezetett?

Tizenöt éves voltam, amikor egy fiatalokból álló csoport tagja lettem Kecskeméten. Itt hónapról hónapra megbeszéltük, átgondoltuk az evangélium egy mondatát, és közösbbe tettük, amit ebből sikerült konkrétan életre váltani, új életünk gyümölcseit. Áttörést jelentett megtapasztalni, hogy Jézus szavai a Szentírásban nem letűnt idők-

nek letűnt tanai, hanem ma is működnek, ma is igazak, és az én életemben is megvalósíthatók. Nagy örömet éreztem minden tapasztalat után, és hamarosan új kapcsolatomban született Istennel. Fokozatosan megerősödött bennem, hogy válasz szeretnék lenni arra a végtelen szeretetre, melyet Ő tanúsít irántam. Ez konkrét elhatározássá nőtte ki magát, Istent helyeztem életemben az első helyre, kizárólagos módon, és ennek egyik következménye, hogy most a fontemi fokolárban élek.



Ez az élet kiárad, természetéből fakadóan. Mondanál erről valamit?

Öt évvel ezelőtt az egyik faluból bekerült valaki kórházunkba, és hosszú időt kellett eltöltenie itt. Nagyon megfogta őt a harmónia, a béke, amivel találkozott. Kíváncsi volt, hogy mi lehet a mögött a szeretet mögött, amit a kórház dolgozóiban megtapasztalt. Egyik orvos megmutatta neki az élet igéjét, és mondta, hogy ezt olvassuk, elmélkedjük, ezt igyekezzünk életre váltani. Amikor meggyógyult, visszament a falujába, és beszélt az ottani pappal, aki már ismert minket. Elhatározták, hogy kérni fogják az élet igéjét, s megpróbálják megvalósítani hónapról hónapra. Így ment ez öt éven keresztül, míg a közösség lassacskán növekedett. Öt év után megfogalmazódott bennük: vágnak arra, hogy a Fokoláre Mozgalom jobban jelen legyen a faluban. Levelet írtak Chiara Lubichnak, és azt kérték, hogy néhányan a fontemiek közül

K. R. fotóalbumából (3)

járjanak hozzájuk, és beszéljenek erről a lelkeségről az igén túl is. Így történt, hogy 2005 novemberében erre a távoli helyre indult egy kis csapat, aminek én is tagja voltam. Huszonöt kilométer az esőerdőben, folyó -



könnyű átkelve, a tűző napon! Nyolc óras gyaloglás után érkeztünk meg. A falu legkisebbjei, a gyerekek előre rohantak az ösvényen, és hangos tapssal, énekszóval köszöntöttek minket. Ez az ének azt mondja, hogy „Áldott legyen az Úr neve, mert az élet igéje bejárja az egész világot! Áldott legyen Chiara neve, mert Jézus köztünk él!” Én akkor rettentő gyengén, leizzadva érkeztem meg, alig láttam a fáradtságtól. Viszont részem volt abban a megdöbbenő élményben, hogy Isten mindenkihez eljut! Mindenkihez el akar jutni, mindenkihez odahajol, még a legtávolabbihoz is; odaér az esőerdő legmélyére törődésével, szeretetével. Rendkívüli öröm töltött el, hogy ennek a szeretetnek az eszköze lehetek.

Hamarosan szerveztünk egy nagy találkozót. Több százan gyűltek össze a falubeliek,

Fent:
Éneklő iskolások

Balra:
közös ünnepség a betegekkel és a kórház dolgozóival.





K. R. fotóalbumából (2)

Kishonti Rolland a „Mária Afrika Egészsége” kórház műtőjében. Svájci munkatársa, Monika már húsz éve dolgozik Fontemben. Európából Olaszország, Franciaország, Németország, Svájc, Ausztria, Csehország és Magyarország képviselteti magát papok, orvosok, tanárok, mérnökök, ápolónők, és karbantartók személyében.

és jelen volt három nagy tekintélyű törzsfőnök is. Az összejövetel végén megkértük az egyiket, hogy dobjon a szeretet-dobókockával, ezzel is mintegy programot adva a következő találkozásunkig. A törzsfőnök azt dobta, hogy szeresd ellenségedet. Megtudtuk, hogy ez a három vezető nem volt épp jóban egymással, sőt dúlt köztük az ellenségeskedés. Ugyanakkor rögtön kinyíltak az újra, és megtették az első lépéseket egymás felé. Odáig „fajult” a dolog, hogy – közös elhatározás gyümölcseként – a következő találkozásukat mindig egy másik törzs falujában tarthattuk, ahol ezek a közösségek megvendégeltek minket és egymást. A viszálykodás rövid időn belül feloldódott, mert az emberek megértették, hogy ha szeretik egymást, akkor nagyon sok problémát meg tudnak oldani maguk között.

Fehér emberek és orvosok a feketék közt, nem rendkívüli jelenség ez?

Az elmúlt negyven év során, amióta jelen vagyunk Fontemben (négy földrész tizenkilenc országából), a bangwák már megszokták a fehér ember jelenlétét. Voltam azonban egy nagyon távoli faluban, ahol a kisgyerekek jó része életében először látott fehér embert. Emlék-

szem, hogy a szentmise alatt egyszer csak hirtelen rám nézett egy három év körüli kisfiú, s azon nyomban hangosan sírni kezdett, úgyhogy ki kellett menni vele a templomból. A bátrabbak azonban már messziről kiabálnak, hogy *white man* (fehér ember), majd igyekeznek közel jönni, s nagyon örülnek, ha meg is érinthetnek, akár kérdezhethetnek is. A kölcsönös kíváncsiság azután minden meglévő korlátot felülmúlóan fonódik végeláthatatlan beszélgetésekbe, s az egyetlen közös élményünk az marad, hogy a pillanatnyi bizonytalanságot mindig felülmúlja az öröm.

Hazajöttél az Egyetemes Testvériség Hetére tavaly szeptemberben. Milyen érzés volt? Változott-e itt valami?

Indulásomkor a doualai repülőtér úszott a szakadatlanul

ömlő trópusi esőben, a gépről patakokban folyt a víz, és a légkondicionáló nélküli váróteremben ülve olyan volt, mintha bekuporodnék egy forró teás termoszba, s csak azt várnám, hogy nyissa már ki valaki a tetejét. A Szahara fölött négy óra az út, mindenütt kopár sívó homok, s mindez akkora területen, hogy egész Európa elérne benne. A csillogó Földközi-tenger az első kétségtelen jel, hogy hamarosan megérkezem a „komoly” világba.

Csodálatos naplementében érkeztem Budapestre, a magyar szó pedig azonnal életre keltette bennem az ősi érzést, hogy magyarként csak Magyarországon lehetek itthon. Az itthon pedig annak a természetes harmóniának az érzése, ahol a körülményeket nem kell többé magyarázni, mert minden nyilvánvaló és magától értetődik.

Az ország talán némileg gazdagabb lett az elmúlt években, ennél azonban sokkal erősebb volt az a változás, amit saját magamban tapasztaltam. Afrika ugyanis betöri a fehér embert, és erővel ülteti el benne saját bölcsességét. Éreztem, hogy ez a sajátos afrikai tanítás, mely mindenekelőtt az életből fakad, lassanként átjárja gondolataimat, behatol kapcsolataimba is, és új tartást ad.

Afrika felfedeztette velem belső énem egyik Achilles-sarját, mely nem képes többé hideg kívülrállással, a sebezhetetlenség látszatát keltve szemlélni azokat a személyes tragédiákat, amelyekkel a betegség mellett, a rendelőben vagy az élet más területein találkozom. A beteg elvesztését, akiért küzdünk, az ezt követő csalódottságot, a belső hangulatok, motivációk és érzések hullámzását nem tudom többé a fehér kö-

peny mögé rejteni. Itteni életünk ugyanis a nagy fekete közösségen belül zajlik, ahol az általános szegénységben mindenki egymásra van utalva, és senkinek sem lehet egyszerre két vagy három különböző élete. Amikor egyszer csak nincs többé víz az otthonokban, mindannyian ugyanahhoz a folyóhoz megyünk, hogy teletöltsük kannáinkat: orvosok és nővérek, tanárok és tisztviselők, kétkezi munkások és diákok. S ott, a folyóparton, a lemenő nap vöröseben egyszerre mindannyian egyformák vagyunk, és minden lelepleződik. Együtt nevetünk a sors hozta találkozásainkon, s nem fontos többé, hogy ki kicsoda, mert előbb vagyunk barátok és sorstársak, mintsem hogy a titulusokat kiosztottuk volna egymásnak. Itt a sikeresség mértéke nem az, hogy ki milyen egzisztenciát tudott teremteni összegyűjtött

vagyonából, hanem, hogy mire volt képes annak hiányában! Menynyire tudott következetesen hú maradni hitében, becsületében és jellemében.

A feketék örök mosolyában, pergő ritmusaikban, táncaikban és eleven hagyományaikban ma is azt üzenik a világnak, hogy az ember közösségi lény, s az individuum nélkül halott. Talán ezért is mondják sokan, hogy ha a világnak valahol volna egy Szíve, az egész biztosan Afrikában dobogna ■.



Papp Csíbor

Balra:
2006 szeptemberében
a Budapest
Sportarénában két
fontemi személyiséggel.

Lent:
Fiatalok találkozója



NYÁR

A házasságkötés után is fontos, hogy a szerelem és a szeretet túljusson a nehézségeken. Mert ettől újul meg folytonosan, és nem lesz soha unalmas, inkább frissé, dinamikusává válik.



Valaki így szólt a feleségéhez: „Sokszor idegesítesz, néha alig bírom elviselni amit csinálsz, meg ahogy teszel valamit. Téged mégis szeretlek, fontos vagy számomra, és mindig tudok újra kezdeni veled.”

Feri alig múlt el 40 éves, tizenhárom éve él házasságban: „Vasárnap este annyira összeveszttem Adriennel a gyerekeken, hogy elrohantam otthonról, miután jól bevágtam az ajtót. Csak azt éreztem, hogy megbántottak, megsebeztek, és torkig vagyok mindennel. Hét közben alig látom a családot, megvan a maga programja mindenkinek, nekem pedig nincs mit tennem, alkalmazkodnom kell unos-untalan. Ami a leginkább fáj Adriennél, hogy maga mellé állítja a gyerekeket. Ezekkel a gondolatokkal róttam az utcákat, aztán belefáradva tíz óra körül hazamentem, s lefeküdtem anélkül, hogy egy szót is szóltam volna. Másnap reggel korán indultam, még mindenki aludt. Békétlen, ideges voltam, rendesen dolgozni se tudtam. Egy dolog járt a fejemben: nincs mit tenni, ez már mindig így lesz! Tombolt bennem a vihar, de a dörgések és villámlások közepette mégis megszólalt egy hang: csak az számít, hogy kezdjek újra mindent, és szeressek. Felhívtam Adriennel, bár abban a pillanatban nem nyugodtam még le egészen, mégis éreztem, hogy valami megváltozott: visszaköltözött belém a derű. Adrienn hangja vidám volt, és azzal kezdte, hogy ő is épp most akart hívni.”

XVI. Benedek pápa 2006-ban a Családok V. Világtalálkozóját Spanyolországban, Valenciában tartotta meg. Nem sokkal később az alábbiakat

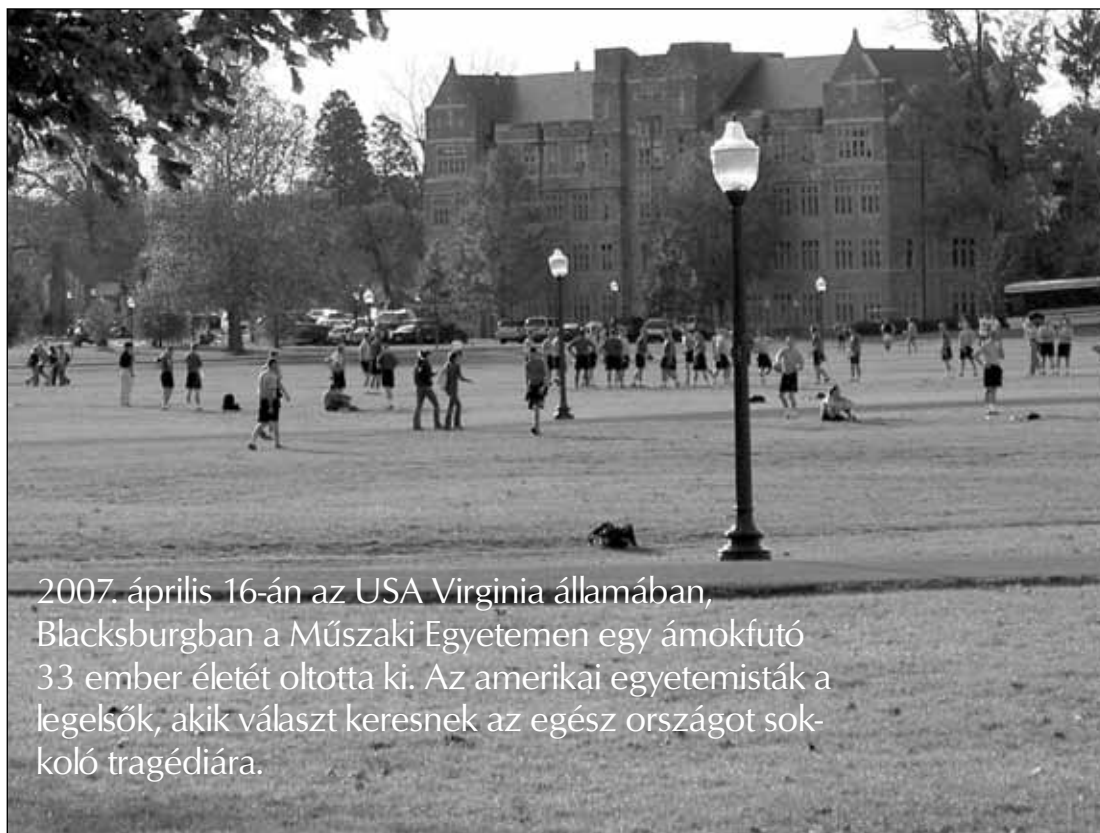
mondta, utalva az ott elhangzottakra: „Igen fontosak az elszenvedett válságokról szóló tanúságtételek is. Az egyik házaspár majdnem eljutott a válásig. Beszámoltak arról, hogy megtanulták a válság leküzdését, elfogadva a másik különbözőségéből adódó szenvedést, amitől egymást is újra el tudták fogadni. Amikor sikerült túljutniuk a válságon, és le tudtak tenni a válás gondolatáról, a szeretet teljesen új dimenziója kezdett kibontakozni, az élet új távlatai nyíltak meg. Ez pedig lehetetlen lett volna, ha a krízis okozta szenvedéseket nem képesek elviselni.”

Ma azért olyan fontos ez, mert a párok hamar a válság állapotába kerülnek, mihelyt emberi természetük különbözőségét érzékelik, és ráébrednek, hogy naponta így kell egymást elviselniük egy életen át. Ilyenkor inkább a válás mellett döntenek. Az ilyen tanúságtételekből értettük meg, hogy azoknak a pillanatoknak az elviselésében, amikor úgy tűnik, hogy nem bírjuk tovább, éppen a krízisekben nyílnak új távlatok, és feltárulkoznak a szeretet új szépségei.

A szépség, ha csupán harmónia, nem igazán szép. Hiányzik valami, nem teljes. Az igaz szépség megkívánja az elmentéket is. A sötét és a világos egymást kiegészítő természetét is. A szőlőnek sem elegendő csupán a napfény, kell az eső is, hogy megérjen, nemcsak a nappal kell, hanem az éjszaka is.”

Ha hiszünk a Szentatya szavainak, életünk állandó dinamikában telik, nem válhat unalmassá, és ez valamilyen szinten hatással lesz gyermekeinkre, rokonainkra és a társadalomra is.

Szerk.: Tóth Judit



Lianne Sandberg/Living City

2007. április 16-án az USA Virginia államában, Blacksburgban a Műszaki Egyetemen egy ámokfutó 33 ember életét oltotta ki. Az amerikai egyetemisták a legelső, akik választ keresnek az egész országot sokkoló tragédiára.

EMLÉKKÖVEK VIRGINIÁBAN

„A világ csak sír Cso cselekedete miatt. Mi sem tudjuk szavakkal kifejezni szomorúságunkat. Együtt gyászolunk a családokkal, az egész iskolával, Virginia állammal, az egész nemzettel. Együtt a világgal.”

Ezeket a szavakat Cso Szjung Hju húga írta maga és családja nevében. Bátyja oltotta ki harminchárom ember életét, legutolsónak a sajátját. Cselekedete az ameri-

kai történelem eddigi legvéresebb fegyveres mészárlása.

Bizonyára mindannyian ismerjük már a 23 éves Cso történetét, aki az egyetem negyedéves, angol szakos hallgatója volt, és a campus kollégiumában lakott. Tanárait és diáktársait megdöbbenették, hogy dolgozataiban rendszeresen erőszakról, haragról, bosszúvágyról és az üldöztetés érzéséről írt. Több

tanára szeretett volna segíteni rajta, de ezt a törvények nem tették lehetővé. Hivatalosan nem jelenthették fel a fiút, mivel nyilvánosan nem fenyegetett meg senkit. Diáktársai pedig hiába próbáltak közeledni hozzá. Cso később pszichiátriai kezelés alá került, de nem bizonyosodott be közvetlenül, hogy önmagára vagy másokra veszélyes lenne. Így engedték vissza az egyetemre.

Családja Dél-Koreából emigrált 1992-ben, amikor nyolcéves volt. Mint bevándorló, nagyon szeretett volna beilleszkedni – testvére elmondása szerint –, de furcsa kiejtését sajnos sokan kigúnyolták, és idegenszerű viselkedése miatt kerülték a társai.

A fájdalomnak és reményüknek hangot adó amerikai fiatalok:
Joyce Murray
Marc Daou
Christian Bacuyah
Amy Wallin
Pam Sohn

Az első válaszok

Mit lehet egyáltalán mondani ilyenkor?

A válaszáért társlapunk, a *Living City* az USA-ban élő genekhez fordult, akik tízen-huszoneves fiatalok és napról napra az egység lelkiességét élik. Reálisan látják az Egyesült Államok jelen állapotát, a jellemző politikai feszültségeket és a szociális széttöredezettséget. Az eset tovább növelte fájdalmukat.

– „Cso egyike volt azoknak, akik mint idegenek, sokat szenvednek a nagy többség támadásaitól.” Alapvető problémaként merült fel, hogy „meg lehet-e találni az egyensúlyt a közbiztonság és a személyes szabadság között? És hogyan?” Arról is beszéltek, ami szerintük elengedhetetlen ahhoz, hogy a jövőben ne történhesen ilyesmi:

– „Nekem nagy tanulság volt, s látom, hogy jobban kell szeretnem. Csak a jóért kell élnem, úgy, hogy túllépek saját érdekeimen.”

– „Nem kell azon aggodalmaskodnom, hogy mi minden történhet, ha én megteszem az első lépést a szeretetben. Mert mindig elsőként kell szeretni. Ha valaki furcsán viselkedik, azzal ezt üzeni:

Figyelemre, segítségre van szükségem! Tehát közelednem kell hozzá. Ez lehet néha nehéz, és félek is megtenni. De segít az, hogy sokan vagyunk a világon, akik így gondolkodunk.”

– „A sokféleség nem oszthat meg minket. Sőt! Egymást gazdagítjuk általa.”

– „Ha a Virginia Egyetem gyilkosának lett volna olyan barátja, akivel el tud beszélgetni, aki együtt van vele és szereti, akkor ez a tragédia be sem következne.”

– „Jézus van jelen mindenben: ha Csobólot meggyilkos lett, akkor is meg kell bocsátanunk neki, és tovább kell szeretni, feltétel nélkül.”

– „Amikor országunkban valamilyen tragédia történik, mindig előkerül, hogy változtassunk, sok beszélgetéssel, szakértők bevonásával, és más eszközökkel.

Persze, szükség van minderre, de igazán előbbre lépni még is csak a konkrét szeretettel tudunk, ez viszont a hétköznapi cselekedeteiben valósul meg.”

A rémület és értetlenség után megjelent az új gondolkodásmód is: gondoskodjunk mindenkiről, és imádkozzunk közösen. Az eset után Amerika-

szerte sok diákban felébredt a felelősségtudat, hogy reményt adjon társainak.

A harmincharmadik kő

Hihetetlen lelki felépülésről tettek tanúbizonyságot a diákok. A tragédia katonai kordonnal körülvett helyszínén emlékhelyet alakítottak ki harminchárom kőből, melyet elborítanak a virágsokrok, gyertyák és a megrendítő feliratok.

Senkit nem ért volna meglepetés, ha a gyilkos fiút, aki ennyi fájdalmat okozott, a keserűség szavaival illetik, és az emlékét megcsúfolták volna, de nem így történt. Ugyanannyi gyertyát gyújtottak az ő emlékkövén, és ugyanannyi



a virág, mint a többiekén, ugyanannyi a jóindulatú üzenet is. Látszik: a fiatalok felismerték, hogy Cso beteg volt.

Csak néhány példa: „Fáj, ha arra gondolkodok, hogy nem kaptál segítséget, pedig milyen kétségbeesetten kerested.” „Remélem, ha valaha találkozom hozzád hasonló emberrel, lesz bátorságom megszólítani, és jobbá tenni életét”.

Egy biztonságvédelmi felügyelő is meglátogatta az emlékhelyet, aki élete jórészét annak szentelte, hogy felderítse a bűnügyek okait és megelőzze azokat: „Ahogy ott álltam, úgy éreztem, a pályám során nem történt semmi, ami annyira jelentőségteljes, mint ez a harmincharmadik kő, amit a diákok maguk helyeztek el a Virginia Egyetemen.”

Két lövés dördült el 2007. április 16-án helyi idő szerint 7 óra körül az amerikai Virginia állam Blacksburg nevű városkájában, a Virginia Műszaki Egyetem kollégiumában. Mindegy két órával az első incidens után a Norris Hall elnevezésű épületben 30 diák és egyetemi oktató lelte halálát, 15-en pedig megsebesültek. Az átokfutó módszeres emberirtást folytatótt a tantermekben, majd a vérfürdő után maga ellen fordította a fegyvert.

A dél-koreai diák szobájában megtalálták feljegyzéseit, melyben sérelmeit sorolja fel. A több oldalas írás valamelyest magyarázatot ad tettére.

Az Egyesült Államokban évente több mint 30 ezren halnak meg lőfegyverektől, és több lőfegyver van magánkézben, mint bárhol máshol a világon.

Egy jobb világ felé

Országszerte megemlékezéseket tartottak az egyetemeken és középiskolákban, ahol ki-ki elgondolkozhatott, hogyan kezeli saját „egyéni tragédiáit” a mindennapokban.

Csak egy „nagyobb szeretet” adhatja vissza a reményt a csa-

ládtagoknak és barátoknak. Ha valamennyien odafigyelnénk azokra, akik körülöttünk élnek, nemcsak elejét vehetnénk egy ehhez hasonló másik esetnek, hanem segítenénk egy kicsit enyhíteni ennek a mészárlásnak a fájdalmait.

Ami történt, figyelmeztetés lehet mindannyiunknak, hogy senkit se közönsítsünk ki, hanem legyünk befogadóbbak. Fontos lehet legkisebb cselekedetünk is, mert megelőzhetjük a rossz szándékot, amit a szívekben felgyülemelő gyűlölet és harag táplál. A gyűlölet csak gyűlöletet szül. Ha szeretetet, egységet, megértést viszunk az emberek közé, a népeket és az egyéneket egy jobb világ felé segíthetjük.

„Ha valakinek nehézségei támadnak, próbálok segíteni – mondta az egyik fiatal. Ha valakit kicsúfolnak, megpróbálok összebarátkozni vele.” Az ehhez hasonló egyszerű szeretet-tettek talán apró gesztusnak tűnnek. Ám a végén mégis csak ezek változtathatják meg valakinek az életét – és nem tudni előre, hogy még hány emberét!

T. M. Hartmann és
Amy Uelmen írása alapján:
Horváth Viktória
és Bartus Sándor



A Virginia Egyetem diákjai együttérzésük jeleként emléköveket helyeztek el a tömeggyilkosság helyszínén. Egyet az elkövetőért is. A Virginia Műszaki Egyetemen 25 ezernél is több diák tanul, míg Blacksburg állandó lakóinak száma kb. 15 ezer. Az oktatási intézményben magyar diákok is tanulnak, közülük senkinek nem esett baja.

MINDIG UGYANAZT A MESÉT AKAR- JÁK

Két kislányom van, az öt éves Szonja és a három éves Sára.

Napközben nagyon élénkek, alaposan kimerítenek. Az esti mesét mégis rendkívül figyelmesen és nagy odaadással hallgatják. Mindig ugyanazt a történetet akarják hallani! Miért?

Egy édesanya

Nagy szerencséje van gyermekeinek, hogy olyan édesanyjuk van, aki elalvás előtt odaül az ágyuk mellé mesét olvasni. Rendkívül fontos pillanat ez, mert hatással van a gyermek megfelelő fejlődésére.

Mesék! Milyen fontos mesélni!

Mese sokféle létezik, és minden gyerek megtalálja közülük azt, amelyik a leginkább tetszik és a legnagyobb biztonságot adja neki.

A kiváló gyermekpszichológus, *Bruno Bettelheim* egyértelműen kimutatta, hogy a gyermekekre mennyire jó hatással van a felnőttek felolvasása.

Különösen az esti, elalvás előtt ismétlődő rituálé, a mesék sajátos ritmusa, a megszóktat hanghordozás, mindez jótékony és nevelő hatású.

Vannak gyermekek, akik nehezen alszanak el, és félnek egyedül maradni. Sokuknak az éjszaka tényleg megtelik rémképekkel és félelemmel... Mielőtt a félelemmel szembeülnének, ki lehet-e találni jobbat, minthogy odameneküljenek a mesék jól ismert szereplőihöz?

A meghitt, gyengédséggel teli mesélés hangulatában szü-

letnek azok az érzések a gyermekekben, amik az élet velejárói. Segítségükre lesznek, hogy megismerjék önmagukat, és nevet adjanak érzelmeiknek, érzéseiknek és félelmeiknek, hogy azok ne uralkodhassanak rajtuk.

Fontos még, hogy mindig van tanulsága a mesének. A felolvasott történetekben gyakran az élet tükröződik. Bennük a jó és a rossz között, a félelem és a valóság között folyó harc – legyen bár küzdelmes – soha nem annyira tragikus, hogy ez nyomasztóan hatna a gyerekekre. A hősök, a tündérek, a varázslók mindig legyőzik a rosszat. Ezzel reményt keltenek, és segítik a gyermekeket, hogy felfogják, mi az értelme az életnek.

Azt sem szabad elfelejtenünk, hogy a mesében található mély szimbólumok mennyire kimeríthetetlenek, és mindig visszavezetnek az élet nagy kalandjának örök témájához. Mert alapvető, örökérvényű szimbólumokról van szó, amiket sosem fogunk a maguk teljességében megérteni.

Nekünk, felnőtteknek a mese az idő jelentőségére hívja fel figyelmünket, a gyermekkorra és az ártatlanságra emlékeztet. Ezen kívül hasznos az az értékrend, ami a mesékben megtalálható, hogy a nevelés szempontjából legfontosabb alapelvek kialakulhassanak a gyermekekben. Ilyen például a hősök bátorsága, az édesanya gyengédsége, a biztonságot jelentő édesapa, és így tovább. Olyan nevelő, építő alapértékekről van szó, melyeket a világ nem szűnik meg tovább keresni még akkor is, amikor úgy tűnik, hogy teljesen kivesztek.

*Ezio Aceti írását
fordította Vizsolyi László*

gyermekeink világa



NYÁRI ÉTREND

A nyári évszak a legalkalmasabb, hogy megszabaduljunk felesleges kilóinktól. Az orvosok megragadhatják ezt az alkalmat, hogy ellássák az embereket a szükséges ismeretekkel, a fogyni vágyóknak pedig változtatniuk kellene az elhízáshoz vezető szokásaikon.

Több tényező összejárásából adódhat a súlycsökkenés. Első helyen lehetne említeni a nyári gyümölcsök, saláták gazdag kínálatát, másodikként a meleget, ami eleve csökkenti az étvágyat, végül pedig azt a vágyunkat, hogy elviselhető fizikai állapotba kerüljünk.

A kitűzött cél csak kiegyensúlyozott táplálkozással érhető el. A szervezetünket el kell látnunk valamennyi szükséges tápanyaggal: proteinekkel (hús, hal, tojás, sajt), egyszerű szénhidrátokkal (cukor), összetett szénhidrátokkal (kenyér, tészta, rizs), zsírokkal (olaj), vitaminokkal és ásványi sókkal (gyümölcs, zöldség). Ezeknek az élelmiszereknek a mennyiségéről ajánlatos konzultálni a háziorvossal, aki szükség esetén személyre szabott diétát ír elő.

A nyáron bőségesen rendelkezésre álló gyümölcsök és zöldségek tömegének negyven százaléka vitaminokban és ásványi anyagokban gazdag víz, így ezek segítenek a fokozott izzadás következtében fellépő folyadék- és káliumvesztés pótlásában. Fogyasszunk bőségesen ezekből, ha nehéz meginni naponta az orvosok által nyomtatékosan ajánlott két liter vizet anélkül, hogy megterhelnénk a gyomrunkat.

A zsiradékok közül részesítsük előnyben a nyers olíva olaj-



egészségünk

jat, ami A, D, E és K vitaminokban bővelkedik.

Fehérjét tartalmaznak a különböző húsok, a hal, a sajt, a tojás, a tej. Ezekben található az úgynevezett esszenciális aminosavak, amelyeket a szervezet az emésztés során nem képes előállítani. Továbbá kizárólag ezek az élelmek tartalmaznak a vörös vértetek termelése szempontjából alapvető fontosságú folsavat és B12 vitamint. Fehérjét tartalmaz még a gabonafélék és a hüvelyesek (bab, borsó, lencse, stb.) is. Ezek fehérjét előállító építőelemei (aminosavak) azonban biológiailag kevésbé értékesek. Ezzel magyarázható, miért vezet vérszegénységhez és egyéb – elégtelen táplálkozási szokásokra visszavezethető – hiánybetegségekhez a szigorú vegetárius étkezés. A megfelelő mértéktartással fogyasztott húsféleségek, a sült hal, a nyers vagy főtt sonka, a szalámi-félék élvezetes formá-

ban biztosítják a szervezet protein szükségletét. A nyáron nehezen emészthető ételek készítésével nem kell időt töltenünk a konyhában.

Vegyes saláták hússal, halal, dinnye sonkával, kenyér és egy pohárka, lehetőség szerint fehér bor, majd gyümölcs, alkalomadtán egy kis adag gyümölcsfagyalt: ilyen az egyszerű, könnyen emészthető, kiegyensúlyozott táplálkozás. Akinek pedig alacsony a vérnyomása, ajánljuk a sóban gazdag sonkát és szalámit.

Ez a rendkívül leegyszerűsített étkezési útmutató segíthet átvészelni a nyári kánikulát, és visszatérni az optimális testsúlyhoz. Ugyanakkor ajánlatos messze kerülni minden nagy hangon hirdetett fogyókúrát, amely nem annyira bennünket, mint inkább a pénztárcánkat teszi könnyebbé.

dr. Ferentzi Éva



USA ÉS AZ EMIGRÁNSOK

Az Egyesült Államokban minden második gyermek külföldi.

Talán kevesen tudják, hogy május elseje a világ legbefolyá-

sosabb országában nem a munka ünnepe, mint nálunk. Tavaly mintegy hatvan nagyvárosban rendeztek tömegmozdulásokat (képünkön Chicagóban), ahol több százezer ember, javarészt munkanélküli vonult az utcára. Bevándorlók,

akik minimális jogokat követeltek harsány hangon a hivatalos papírokkal nem rendelkező munkavállalóknak. Nagy jelentőségű esemény, tudva azt, hogy az USA-ban már 60 millió bevándorló él (a népesség 20 százaléka), és az öt év alatti gyermekek 45 százalékának bevándorlók a szülei.

Egykor a világ négy sarkából itt letelepedő emberek alkották meg az Egyesült Államokat, s leszármazottaiknak most szembe kell nézni a jelen valóságával: az illegális bevándorlók szünni nem akaró áradatával, mely különösen a középső és a nyugati államokban feltűnő. Ismétlődik az egyes európai országokban jelentkező ellentmondás: egyrészt a társadalom rosszul viseli ezt a még annyira békésnek tűnő beözönlést, másrészt a gazdaságnak abszolút szüksége van olyan munkásokra, akik készek áldozatot vállalni, és elvégzik kis pénzért a még gyakran lealacsonyító munkát is. ■

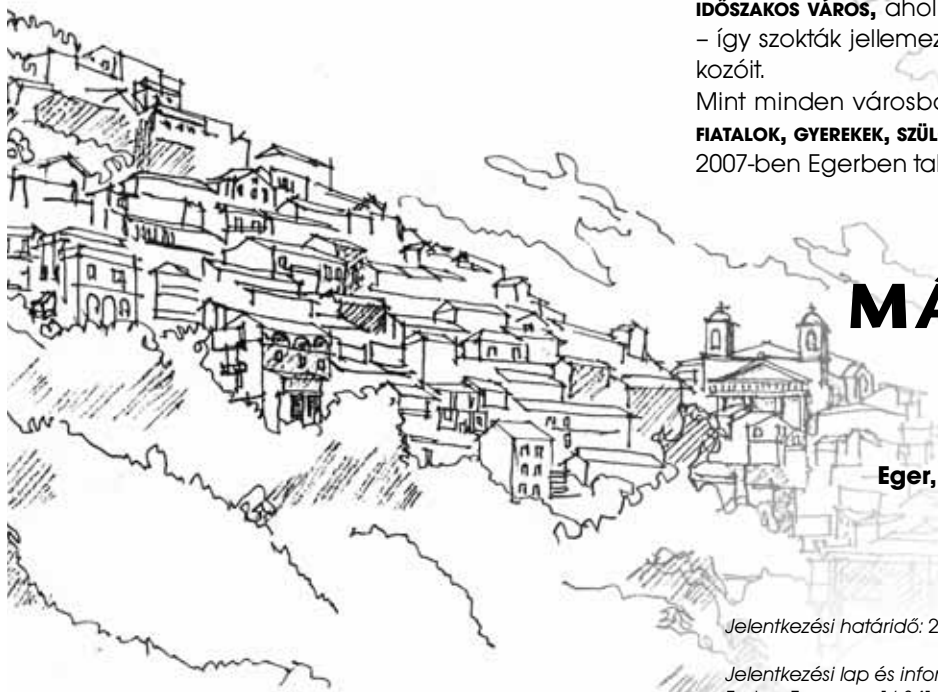
KIVÁLÓ MŰVÉSZ, KIVÁLÓ KARMESTER

Száz évvel ezelőtt, Budapesten látta meg a napvilágot Ferencsik János, zenekultúránk egyik legkimagaslóbb alakja, kétszeres Kossuth-díjas karmester, érdemes és kiváló művész. Gyermekként, tíz esztendősen kezdett zongorázni, majd hegedűn is tanult. Különleges fogékonyságot mutatott az összhangzattan rejtelméi iránt, pillanatig sem lehetett kérdéses, sikeres érettségije után, hol tanul tovább. Mindössze húsz évesen megkapta zeneszerzői és orgona szakos diplomáját a Nemzeti Zenedében. Még abban az évben a budapesti Operaház korrepitóra lett, 1930-ban mutatkozott be karmesterként, Rimszkij-Korszakov Seherezáde című balettjének premierjén. Pályafutása alatt több mint ezerszer dirigálta az Állami Hangversenyzenekart, a milánói Scalában ő vezényelte először sikerrel A csodálatos mandarint, a híres bayreuthi fesztiválon Toscanini asszisztense volt, 1945-ben a Rádiózenekar vezetője, 1952-től az Állami Hangversenyzenekar, 1957-től a budapesti Operaház főzeneigazgatója. Ettől az évtől kezdve mehetett ismét nyugatra, bejárta a világot, vezető együttesek élén lépett fel, illetve a Hangversenyzenekar turnéin dirigált. Hetvenhét éves korában hunyt el, 1984-ben.

Ferencsik János művészetét rendkívüli stílusbiztonság, a nemes előadói hagyományok továbbvitele jellemezte, elévülhetetlen érdemeket szerzett a magyar zene nemzetközi népszerűsítésével is. Születésének századik évfordulóján az Operaház aulájában emléktáblát avattak, kiállítás nyitottak meg a kiváló zenész tiszteletére. Mi magunk is bekapcsolódhatunk az emlékév eseményeibe, ha részt veszünk egy emlékkoncerten. Tartalmas, valódi felüdülésben lesz részünk.



Göbel Ágoston



IDŐSZAKOS VÁROS, ahol mindenki a **SZERETET MŰVÉSZETÉT** gyakorolja – így szokták jellemezni a Fokoláre Mozgalom MáriaPOLI találkozóit.

Mint minden városban, itt is bárki helyi lakos lehet: **FELNŐTTEK, FIATALOK, GYEREKEK, SZÜLŐK, EGYEDÜLÁLLÓK, PAPOK, SZERZETESÉK**. 2007-ben Egerben találkozunk.

MÁRIAPOLI 2007

július 11-15.

Eger, Eszterházy Károly Főiskola

Jelentkezési határidő: 2007. június 20.

Jelentkezési lap és információk:

Farkas Ferenc • 1/ 341-4465

Tari Sándor • 62/ 471-151

Barna Erzsébet • 1/ 279-0095

Reskovits Ágnes • 62/ 439-267

KERESZTREJTVÉNY

Beküldendő Margaret Abigal Walker teljes mondása: „függőleges 1. a hozzátartozó vízszintessel és vízszintes 1., ... és belülről nagygyá tesz.”

Vízszintes: 10. Fontos belső szervünk 11. Hirtelen elmozdít 13. Ribillió 14. ...Sámuel, harmadik magyar király 16. Epében is lehet 17. Végtelen Bence! 19. Férfi név 21. Liter 22. Szolmizációs hang 23. Budapest része 25. Kis úrlény 26. Tegez páratlanjai! 27. A házat borítja 29. A „sivatag hajója” 31. Időmérők 32. Valaki vagy valami előtti helyre 33. A szarvasmarha egyik gyomra 35. Apríjta 37. Ábrahám unokaöccse.

Függőleges: 2. Folyamat félbeszakító 3. Város ciszterci apátsággal 4. A legnagyobb papírméret 5. A győzelem jele 6. Esemény elmondói 7. Átmérő jele 8. Kiejtett betű 9. Főzelék növény 12. Srácoakat 15. Nyilvántartott tényt 18. Napszak 20. Végtelen meder! 24. Maga belüli! 28. Morze jele 30. A harcos páncélja 34. Majdnem Olja! 36. Számárhang 38. Kova egyenműi 40. Gramm 41. Tonna

Előző havi keresztrejtvényünk megfejtése:

„Aki megtanult szenvedni, Krisztus barátja lesz, és a Mennysorság örököse.”

1	2	3	4	5	6	7	8	9	
10							11		12
13				14		15		16	
17			18		19		20		21
22			23	24					
25			26			27		28	
29		30				31			
32				33			34		
35			36				37	38	
				39		40			



Nem vagyunk képesek mindent
megvalósítani életünkben, mégis
kötelességünk viszonzni
az ajándékot,
amiben részesültünk.
Nekünk kell végigszóni
a szálát, amit kaptunk,
s a mi felelősségünk,
hogy tovább is adjuk.

Klaus Hemmerle