Elballagunk, tovább lépünk…

Akárhonnan búcsúzol…

Bármerre is mész…

Az életszentség útja előtted kanyarog…

Lépj rá most! Ketyeg az óra!

CINKE

„Ti pedig választott nép, királyi papság, szent nemzet, megváltott nép vagytok…” (1Péter 2, 9a)

A pécsi Ciszterci Nevelési Központ diáklapja ◆ 2014/2015. 2. szám ◆ 2015 Május

Megszentelt élet, megszentelt intézmény...
Imádkozzunk lelki vezetőinkért!

Tartalomjegyzék

Előszó a szerkesztőtől • **Gondolatébresztő** Gál Károly atyától a megszentelt élet évében 2
Rólunk van szó: Évek óta a pályán: jubiláló kollégáink, új feladatkörben régiek és újak 3
A zaklatás pszichológiája dióhéjban, Dr. Lénárd Kata előadása 10
Kinek van igaza? Pál Feri atya előadása párkapcsolati konfliktusaink feloldásáról 12
Történetek, gondolatok a házasságról, családról 14
Előtérben a háttérmunka: Bajban a család? Segíthetünk! – Családsegítői, gyermek- és ifjúságvédelmi munka az iskolában, Vágner Ágnes írása 15
16-os karika! Mire éhezők viadala? 16
Gondolatok a szeretetközösség megtartó erejéről Nagy Péter bácsitól 17
Húsvéti lelki börze: várja fiataljainkat a KATIFI és az Antióchia közösség 19
Zöld rovat: Ügyesek, ÖKOsak voltunk! Zöld gondolatok Szabó Rita szerkesztésében. 20
Egészség rovat: testi, lelki, szellemi egészségünkért: A mozgás öröm! Tested ajándék! 23
Táplálkozz, öltözködj okosan! Becsüld mások munkáját! Már hajnaltól gyúrják… – friss pékáru a büfében 25
Könyv- és filmajánló. Suli pódium: márc. 15. színjátszás és kórusmunka felsőben 27
Jó a hallásod? – Zeneiskolánk mindennapjai: Zene által gyógyulni, megszentelődni, ... 30
Jó közösséggé formálódni, adni és kapni 32
Velünk történt: PiCiNKe oldalak – Mesél az ovi: Szentnek, ovisnak, apának lenni, tartalmas előadáson részt venni, alkotni, nyaralni jó! 33
Mozgalmas élet az iskolában: Derkovits Emese néninek kislánya született! 35
Buli a suli! Peonza banzájra fel! • Hurrá labor! 35
Kol(l)ibri – Élet a kollégiumban: beszámolók, gondolatok, kiállítások, rendezvények, eredmények, saját alkotások a koli lakóitól és munkatársaitól 37
Hit=Élet: Közös ünneplés a Belvárosi templomban 46
Beszélgetés Farkas Béla atyával 48
Lelki vezetőink faliújságunkon is helyet kaptak! 51
Úton Isten felé motorral vagy másképp 53
Margit-nap margójára: egy délelőtt a ciszter nővérekkel, este pedig bál 53
Különös találkozás 53
Pio atya itt, Pio atya ott! Érdekes utazás 54
Miért érdemes gyónni? – Morvay Pio atyával beszélgettünk 55
Miért könnyezik Mária?– Pécsett járt a máriapócsi kegykép 56
Szárnypróbálgatók: Gyermekeink versei, költészet és anyák napjáról megemlékezve 58
Viccelsz velem?! Csemetéink vidám elszólásai az oviból és a zenesuliból 59
Rejtvény oldal: Fejtörő az óvó néniktől és a Vágyi családtól 60
Hírek-programok: Fontos információk intézményünk életéről Horváth Ildikótól 62
Akiknek hálásak vagyunk: Mindenkinek köszönjük a segítséget! 63
Útravaló: Késmárki Tiborné Ági néni tanév végi gondolatai 64

Előszó gyanánt…

Szenteljük meg a pillanatot!

Ezer szín, egyetlen kép…

Az élet értelmét egy pohár vízben, egy sóhajtásban, nevetésben.

Gyermekarcú nappalokban, magányos, zord télben.

Az élet értelmét egy ölelésben, könnyek között, megrendülten, szavak mögött rejtőzködve.

Az élet értelmét egy szóban, dalban, hangban, vágyban, örömben és haragban.

Mondd, hol találom végét a dalnak? Hullámzó úton, csendes magányban.

Társsal vagy társtalan *„mindig a sárga úton, a sárga téglán…”* De ha a színek egybefolynak, nincs értelme az árnyalatnak, nincs célja az ecsetnek, bármilyen csodásan festhetnek…

A szerk.

Gondolatébresztő

Károly atya üzenete a megszentelt élet évében

Vannak jelentéktelennek látszó dolgok, melyekről alig veszünk tudomást. A levegőről, mit belélegzünk, a napfényről, az esőről. Hozzátartoznak világunkhoz, megszoktuk őket, ügyet sem vetünk rájuk. Ilyen a harmat is. Észrevétlen, semminek látszó. Sőt, aki nem kel korán, nem is láthatja.

A harmat leheletfinom jószág. Ám felüdül tőle a tikkadt föld, virulnak tőle a virágok, növények. Sokszor Isten kegyelme, szeretetének ajándéka is, mint harmat lep be minket. Észre sem vesszük. Olyan jelentéktelennek látszó pillanatok ezek. Egy pár perc csendben vagy forgatagban. Mégis felüdít, felfrissít. Megújít! Örömre hangol. Nem kell, hogy szerezteted, mit kedves barátod, szerelmed, családod iránt érzel, világgá kiáltsd! Elég, ha fülébe súgod annak, kit szeretsz! Elég, ha tekinteteddel cirógatod. Elég, ha mosolyoddal simogatod! A harmat, mely lelkedet felüdíti, nem más, mint Isten füledbe súgott szava: *„Nézd, a tenyeremre rajzoltalak; falaid szemem előtt vannak szüntelen. Sietve jönnek, akik fölépítenek, s akik leromboltak és kifosztottak, azok elmennek.”* (Iz 49,16-17)

Észreveszed-e Isten ilyen jelenlétét is? Adj hálát a Teremtő gyengéd, nem tolakodó szeretetéért! (Oz 14,6)

Mennyi mindenünk van! S naponta kapunk valamit! Nem kell aggódnunk, hogy elfogy valami. Isten eltölt minket javaival. Testileg, lelkileg. Most csak a lelkieket: a szomjúság a tudásra, ismeretre, az éhség a tudás morzsáira. Isten megadja ehhez a lehetőséget. De ad mellé szomjat az igazságra is.

Ha fogytán vagy jó kedvnek, reménynek, erősségnek és békének, Isten betölti hiányodat és megszünteti szükségedet. Mindez jó, de…

…van-e szomjúság benned Isten iránt?

„Kitárom feléd a kezem, lelkem utánad szomjazik, mint a kiaszott föld.” (Zsolt 143,6)

„Isten, én Istenem, téged kereslek, utánad szomjazik a lelkem! Érted sóvárog a testem, mint a száraz, tikkadt, kiaszott föld.” (Zsolt 63,2)

„Ahogy a szarvasünő a forrás vizére kívánkozik, úgy vágyakozik a lelkem utánad, Uram. Lelkem szomjazik az Isten után, az élő Isten után. Mikor mehetek már, hogy lássam Isten arcát?” (Zsolt 42,2-3)

Megszentelt élet. Mi is az? Egyedül az Isten a szent. S ez azt jelenti, hogy Ő az egyedüli teljesség, tökéletesség, minden élet forrása. Háromszorszent. Szent Isten, szent Erős, szent Halhatatlan! S a Teremtő saját szent jelenvalóságába szólít minket. Szentségébe von. A szentségek által is, s minden alkalommal, amikor megnyílunk felé. Már a teremtésben belénk oltotta a tökéletességet, ám az ember elveszítette tiszta látását, a bűn miatt csorbult élete. A Teremtő mégis a teljességre hívott meg mindannyiunkat. Velünk járja az utat: nyitogatja szemeinket és szívünket. A megszentelt élet nem más, mint amikor elfogadom Istent zarándoktársamnak, s egyre inkább hallgatok útmutatásaira. Ám vigyázzunk! Isten nem szafari parkban vezet, ahol meghatározott útvonalon csak nézgelődni szabad. Nem vadőr, aki a tilos dolgokra hívja fel figyelmünket. Vezetésének lényege nem a tiltásban áll. Igaz ugyan az, hogy figyelmeztet, merre ne menjünk. S ha megfogadjuk, sok zűrtől és tehertől mentes lesz az életünk. Ám vezetése, útmutatása leginkább azt jelenti, hogy a leggyönyörűbb úton vezet, felhívja figyelmünket apró, rejtett szépségekre, feltár előttünk sohasem látható dolgokat, megajándékoz az együttlét csodálatos örömével, s azzal is, hogy egymás vezetőivé avat minket. Alkotó társakká.

Szerzetesként, lelkipásztorként, házastársakként, édesapaként és édesanyaként Isten csodálatos jelei vagyunk egymás számára. Emlékeztető és meghívó jelek: Isten a teljességre hívott meg, amit naponként kisebb-nagyobb örömök darabkáiként épít fel bennünk. „Az Úr az én **pásztorom, nem szenvedek hiányt,** zöldellő réteken legeltet. A nyugalom vizéhez terel, **és felüdíti lelkemet. Az igaz ú**ton vezérel, nevéhez híven. Ha sötét völgyben járok is, nem félek a bajtól, hisz te velem vagy. Botod, pásztorbotod biztonságot ad.” (Zsolt 23,1-4)

Gál Károly atya

Rólunk van szó

Régóta a pályán, avagy

Isten éltesse még nagyon sokáig jubiláló kollégáinkat!

Újságunk terjedelmi határai miatt sajnos nem mutathatjuk be egyetlen számban valamennyi ünnepeltet. De talán jobb is, ha mindig van kit ünnepelnünk…

Köszönjük kitartó munkájukat!

Gömöri Miklósné Ulka néni a kollégiumból…

Ulka néni, kollégiumunk nevelőnője idén tölti itt a 30. évét. E jeles alkalomból az a megtiszteltetés ért, hogy én készíthettem vele interjút.

Mint tudjuk, Ön Lengyelországból érkezett ide. Na de miért pont Magyarország?!

1982. augusztus 18-án házasságot kötöttem a férjemmel, Miklóssal. Ő Pécsett élt, így kerültem én is ide. Németországban voltam diákmunkán, hogy nyelvet tudjak tanulni. A férjem is ott dolgozott, egyből egymásba szerettünk.

Könnyen tanulta a magyar nyelvet? Van kedvenc magyar szava?

Nagyon nehezen, de tulajdonképpen én még most is tanulom. A nyelvtan a legnehezebb belőle. Haladnom kell a korral, és a lányoktól több szleng szót is tanulok. Ami először megtetszett, az a ***tolvaj, elfelejtettem, meglepetés*** *szavak. És ami különleges, az* ***„édesanya”****. Ilyen szó nincs más nyelvben. Gyönyörű!*

Ha újrakezdhetné, akkor is ezt a hivatást választaná?

Abszolút! Nekem ez adott volt, és imádom csinálni. Semmi pénzért nem változtatnék rajta.

Mi az, ami a legjobban hiányzik Lengyelországból?

A kenyér. Igazi kovászos rozskenyeret lehet otthon kapni. Magyarországon is már sok helyen, de abszolút nem olyan.

Köztudott, hogy Ulka néni imád főzni. A koliban főzőszakkört is vezet, na de mi a helyzet otthon? Szokott még lengyel ételeket főzni vagy teljesen áttért magyarra?

A férjemmel rengeteget szoktunk utazni. Ez az egyik hobbink. Amikor külföldre utazunk, mindig hozok haza egy receptet az adott ország specialitásai közül, és megfőzöm magunknak. Szívesen kipróbálunk minden új dolgot. Nehéz volt rászokni a magyar konyhára, mert mindenhez pirospaprikát használnak. Nálunk otthon a kolbász is fehér, egyedül a különleges pacallevesbe tettünk pirospaprikát. És a főzelék! A lengyelek mindent krumplival esznek. Itt egyszer anyósom főzött nekem tökfőzeléket, csak néztem, hogy mi az. Nálunk ilyen nem volt soha.

Térjünk át kicsit a kollégiumra! Mennyiben hasonlítanak a mostani lányok a régiekhez?

Semmiben. Összehasonlítani sem lehet őket, teljesen más generáció.

És a volt csoportjaiból járnak még vissza Önhöz?

Nagyon sokan! Én már többszörös „nagymama” vagyok. Küldenek fényképeket, leveleket. Sőt, már elértünk oda is, hogy beköltözéskor jönnek a volt csoportomban lévő diákok, akik már anyukák lettek, és hozzák a gyereküket.. Nagyon telik az idő!

Van valamilyen taktikája a nevelésben?

Nekem inkább adottságom van. Tudok simogatni, de őszintén kifejteni a véleményemet, akkor is, ha az esetleg abban a pillanatban nem esik jól az embernek. Aztán elmegy, elgondolkodik azon, amit mondtam, és a helyes útra tér. Ilyen szempontból nagy tapasztalat áll már mögöttem.

Mi a kedvenc elfoglaltsága a szabadidejében?

Szeretek főzni, idézeteket gyűjteni, kötni, utazgatni a férjemmel és olvasni. Otthon, még Lengyelországban, olvastam lengyel fordításban Szabó Magdának a Régimódi történet című könyvét. Borzalmas volt, szenvedtem vele. Aztán a kezembe kaptam Magyarországon, eredeti nyelven. Teljesen más volt! Azóta ronggyá olvastam, ez az egyik kedvenc könyvem! Mindenkinek azt ajánlom, hogy eredeti nyelven olvassa a könyveket.

Említette, hogy szeretnek utazni a férjével. Merre szoktak járni, és hova szeretnének még eljutni?

Nagyon sok helyen voltunk már. Görögország, Marokkó, Tunézia, Egyiptom és még sorolhatnám.. Ez a mi hobbink, imádunk utazni. Most ősszel a Földközi-tengerre megyünk egy hajóútra. Nagyon várom már!

Még további 30 év itt? ☺

Adja Isten! ☺

Készítette:Kovács Kira (Szent Veronika csoport)

Az iskolából Vágner Ági nénivel beszélgettünk…

Milyen elhatározás vezérelt, amikor ezt a szép hivatást választottad?

Vélhetően már akkor ezt választottam, amikor kis elsősként iskolába léptem. Azt hiszem, mindig is erre a pályára készültem. Szerettem iskolába járni (még most is!), hiszen ott voltak a barátaim, jó volt egy közösséghez tartozni, ráadásul mindig történt valami, amiért érdemes volt másnap is bemenni a suliba. Az évek folyamán persze változott, hogy éppen milyen tantárgyat akartam tanítani, de a testnevelés mindig vezető helyen állt a listán. Elsősorban azért, mert a sporton – csapatsportokon – keresztül tapasztaltam meg, hogy mennyire fontos a felelősségvállalás, az egymásra figyelés, a küzdés a közös célért, milyen érzés a közös siker, illetve kudarc megélése. Végül tanító néni lettem, nem „tesitanár”, de ezt soha nem bántam meg!

Mi a legfontosabb a hivatásodban?

A nevelést mindig is a tanítás elé helyezem egy picivel.(Szerintem nincs az a megtanulandó tananyag, amit ne lehetne pótolni.☺) A legfontosabb talán egy olyan elfogadó, jó kis csapat kialakítása, akiknek számít az a közösség, ahol majd nyolc évet eltöltenek. Mindig jó olyan helyen lenni, ahol azt érezzük, hogy a hibáinkkal együtt szeretnek. Ezért a nevelés – értékközvetítés – tanítás hármas egységére (a szív, a jellem és az elme edzésére) törekszem. Mivel életünket kisebb-nagyobb közösségekben éljük le, ezért lényegesnek tartom az együttműködést, az egymás segítését, melyből egy közösség építkezhet. Persze mindez szeretet nélkül nem működik. Azt hiszem, ez a legfontosabb. Bízom abban, hogy tanítványaim a felnőtt életben majd megállják helyüket, tudnak dönteni jó és rossz között, és tisztában lesznek döntéseik következményeivel.

Korábban hol tanítottál?

A Meszesi Általános Iskola –ma a Csokonai Ált. Isk.-volt az első munkahelyem, onnan jöttem át 2001-ben a Szent Margitba. Hálával gondolok vissza pályakezdő éveimre, volt kollégáimra. Úgy érzem, sok lehetőséget, ismeretet kaptam előző iskolámban, emellett segítő, együttgondolkodó kollégákat és baráti kapcsolatokat köszönhetek még a meszesi éveknek. Ha nem ismerem meg annak idején Joli néni Mater Assumptát, és nem tölt el lelkesedéssel az, hogy egy induló katolikus iskola részese lehetek, akkor még mindig meszesi tanító néni lennék.

Kérlek, idézz fel egy számodra különösen fontos, emlékezetes eseményt ezekből az évekből!

Az első osztályom jut az eszembe, akiket négy évig tanítottam, rajtuk próbálgattam frissen szerzett pedagógiai módszereimet! Velük éltem

át azt az élményt először, hogy megtanítottam írni-olvasni harmincegynéhány kis palántát, akikkel a ceruzafogás nehézségeitől eljutottunk az önállóan megírt, ötletes fogalmazásokig. Ők voltak az első vándortáborosaim, sokat kirándultunk, túráztunk, sőt, még iskolabüfét is üzemeltettünk a gyerekekkel! Hihetetlen, hogy ezek a kis gyerekek ma már 35 éves anyukák, apukák!

Sok jó és rossz is történik velünk az évek során. Mi a legnehezebb számodra? Oszd ezt meg velünk, ha van ilyen!

Szerencsésnek mondhatom magam, mert a rossz dolgokat hamar elfelejtem, illetve igyekszem a jó oldalát nézni az éppen aktuális nehézségnek. A legnehezebb számomra azt hiszem az, ha látom, hogy valakit bántanak vagy kiközösítenek. Ezeket a helyzeteket sokkal nehezebb megoldani, mint például a szorzótáblát megtanítani.

Miért jó „szentmargitosnak" lenni?

Ahogy a folyosón is láthatjuk: „Uram, jó nekünk itt lenni " – jó érzés ezzel a tudattal belépni a kapun minden reggel, és megtapasztalni azt, hogy mindannyian teszünk is ezért. Örülök, hogy ehhez a tantestülethez tartozom, jó együtt dolgozni a sok kreatív, jófej kollégával.

Mint fiatal „öreg" tanító, milyen útravalót tennél a kisdiákjaid és szüleik batyujába?

Gyerekbatyu: 1-1 fénykép a szülőkről, tesókról, családról; 4 nagy tábla szeretetcsoki (hogy másoknak is jusson); 1 zacskó odafigyelés; 2-3 szem kíváncsiság okossággal fűszerezve; egy karóra, amely nem időt, hanem becsületességet és őszinteséget mér; néhány humormorzsa. Végül egy mobiltelefon – melyben a Jóisten száma is el van mentve –, amivel bármikor köszönetet lehet mondani. Szülőbatyu: Azt a nagy adag felelősséget raknám a batyuba, amely segít eldönteni, hogy éppen mit kell a gyermekük batyujába tenni. Mellé pedig hitet a mindennapokhoz.

Amikor nem iskolázol, a szabadidődben mivel foglalkozol? Van-e valamilyen hobbid?

Mivel a csapatsportokra már nincs lehetőségem, így már csak az úszás maradt, ami egyrészt legjobb a betegségek megelőzésére, másrészt nagyon pihentet és kikapcsol a napi stresszből. A szabadidőm egy részét családommal és barátaimmal töltöm, szeretünk túrázni, kerékpározni. Szívesen olvasok, a jó könyveket nehezen tudom letenni. A zene is közel áll hozzám, de sajnos csak hallgatója, nem művelője vagyok.

Ha tehetném, és varázsütésre valóra válthatnám a kívánságaidat, mik lennének azok?

Örülnék, ha a tanulók között tapasztalt „mindenáron győzni akarást" átváltoztatnád együttműködésre. Varázsolhatnál még a mai internetközpontú világban felnövő gyerekeknek több késztetést (és lehetőséget) arra, hogy a számítógép és tévézés helyett inkább a szabad levegőn való játszást válasszák. Én pedig – ha már ebben az internetközpontú világban élünk – nagyon örülnék egy interaktív táblának a termembe. ☺

Meglepetés!

A legszebb elismerést tanítványainktól kaphatjuk.

G. Rebi: Ági nénit azért szeretem, mert mindig kedves, és sokat játszunk az órákon.

B. Zsombolya: Mindig vicces, és szeret kirándulni.

H. Levi: A környezetórát szeretem vele, jó vele imádkozni, labdajátékon focizni és barátkozni. Köszönöm neki, hogy meg szokott hallgatni!

F. Tomi: Köszönöm Ági néninek, hogy nagyon jól tanít.

S. Kinga: Szeretem az óráit, mert jó a csoportmunka.

H. Kincső: Sokszor elvitt minket kirándulni, a tavalyi, mecseki volt a legjobb.

I. Janka: Jó feladatokat ad, és elvitt minket korcsolyázni. Ő a legjobb tanár.

K. Dorka: Azért a legkedvesebb tanító néni, mert voltunk fagyizni, és itt aludtunk az iskolában. Őt mindenki nagyon szereti az iskolában.

F. Rebi: Ő a legjobb, nagyon aranyos és nagyon jó, hogy elvisz minket majd falat mászni.

F. Gergő: Azt szeretem, hogy nem szigorú. A legjobb élményem a hopplás kirándulás Orfűn.

Vágner Ági nénit Illésné Erzsike néni kérdezte

Dergez Zoli bácsi a zeneiskolából, avagy

Zene – Oltár – Zeng

Tanári pályájának 25. évfordulója alkalmából beszélgettem Dergez Zoltán tanár úrral. Kántorként már régről ismerem, három éve pedig zongoratanárom a zeneiskolában.

Katyi Zsombor: Mire emlékszik, mikor játszott először zongorán?

Dergez Zoltán: *14 éves koromban az orgonával együtt kezdtem tanulni a zongorát. Előtte ugyanis klasszikus gitárt tanultam. Orgonatanulmányaim megkezdésekor azzal a követelménnyel szembesültem, hogy ehhez bizony elengedhetetlen a zongoratanulás. Így hát egyszerre tanultam mindkettőt.*

K. Zs.: Már ekkor eldöntötte, hogy később zenével szeretne foglalkozni? Hogyan indult a tanári pályája?

D. Z.: *Nem, csak negyedikes gimnazistaként döntöttem a zenei pálya mellett. Korábban hangmérnöki pályára készültem, de tanáraim példája és zeneelméleti érdeklődésem a zenetanári pálya felé vezettek. Először szolfézs- zeneelmélet szakon végeztem a főiskolán. Zongora és orgona diplomámat már munka mellett szereztem meg. Sásdon kezdtem tanítani, ott is maradtam 22 évig. Innen Tényi tanár úr szakmai javaslatára kaptam meghívást és foglaltam el az Ő korábbi pozícióját.*

K. Zs.: Ha jól tudom, Önt is tanította Tényi Zoltán tanár úr, iskolánk volt zongoratanára. Felelevenítene nekünk egy közös emléket?

D. Z.: *A főiskolán zongorát tanított nekem Tényi tanár úr, aki szigorú, de rendkívül humánus tanárnak bizonyult. Egy alkalommal, éjszakai utazás után reggel 7 órakor értem haza. A 8 órakor kezdődő zongoraórámat azonban semmiképp sem akartam elmulasztani, így fáradtan és álmosan, de megjelentem a tanteremben. Tényi tanár úr 10 percnyi zongorajátékom után megkérdezte: „Zoltán, nem akar hazamenni aludni egyet?" Javaslatát örömmel elfogadtam.*

K. Zs.: Orgonán is hallhatjuk játszani a Tanár urat. Bizonyára – és ezt saját tapasztalatom is mondja – nagy kihívás volt kezdetben a több manuál és a pedál művészi kezelése. Mi ragadta meg a hangszerek királynőjében?

D. Z.: *Elsősorban a nemes hangzás és a harmóniák. Az esztergomi ferences gimnáziumba jártam, ott kizárólag orgonás szentmise volt, ugyanis Barsi Balázs atya nem engedélyezte az akkor is divatos, gitáros könnyűzenét a templomban. Az orgonakíséretek és a gregorián zene tiszta forrásából táplálkozó liturgia méltósága mélyen megérintett. Ez az élmény azóta is meghatározza egyházzenei törekvéseimet.*

K. Zs.: Kik a kedvenc szerzői, melyik korstílusból játszik a legszívesebben? Esetleg komponál zeneműveket?

D. Z.: *Minden korstílusból szívesen játszom, de talán a barokk, a francia romantika és a XX. századi orgonamuzsika világa áll hozzám legközelebb. Mindegyik korszak liturgikus zenéjében nagy szerepe van az orgonának. A liturgikus improvizáció erősen foglalkoztat, művelem is, és néhány énekkíséretet papírra is vetettem. Kisebb növendékek kérésére szívesen írok egyszerűsített kíséreteket otthoni használatra, általában a karácsonyi ünnepkörhöz kapcsolódóan.*

K. Zs.: Mivel tölti legszívesebben a szabadidejét?

D. Z.: *Úgy alakítom a napjaimat, hogy legalább két óra jusson gyakorlásra. Emellett nagyon szeretek olvasni, nemcsak zenei tárgyú könyveket, hanem szépirodalmat és teológiai-filozófiai műveket is.*

K. Zs.: A zongoratanításon és a kántorizáláson kívül zenél máshol is?

D. Z.: *Igyekszem évente néhány orgonakoncertet adni, egyéni szervezéssel és különböző felkéréseknek is eleget téve. Filharmóniai felkéréseket is kapok, részint önálló koncertre, részint a pécsi Lyceum templom zenekari művekben való közreműködésre. A Lyceum templom kórusában is énekelek, részt veszek a liturgikus szolgálatban. Emellett gyakran helyettesítem a pécsi székesegyház orgonistáját. A vasárnapi tizenegy órai latin nyelvű szentmise orgonás feladatainak ellátása különleges zenei élmény számomra. A Bartók Béla Férfikarnak is tagja vagyok, és alkalmanként zongorakíséretüket is vállalom. Már nagyon sok helyre eljutottunk, Amerikától Kínáig.*

K. Zs.: Hogy sikerült a kínai utazásuk? Milyennek találja az ázsiai országot?

D. Z.: *A 2014-es nyári kínai utunk különösen jól sikerült. A pekingi kórusverseny komoly megmérettetés volt, ahol kategóriában első, összesítésben a második díjat sikerült elhoznunk. A legnagyobb élményt az ősi Kína műemlékei jelentették (Tiltott Város, kínai nagy fal stb.), valamint a sanghaji kirándulás. Meglepő volt az a hatalmas embertömeg, amelyben mozogtunk. A kínai gasztronómiai kultúra, amely meglehetősen távol áll az európai ízléstől, sokak nemtetszését váltotta ki. Minden egzotikumával együtt ez az utazás felejthetetlen élmény volt.*

K. Zs.: Mit tanácsol azoknak az ifjú zenészeknek, akik zenei pályára készülnek?

D. Z.: *A zenetanulás és tanítás nagy jellemformáló erővel bír. Ugyanolyan fegyelemre nevel, mint a sport. A zene szeretete mellett folyamatos gyakorlásra és állandó önképzésre biztatok minden zenei pályára törekvőt. Aki magát tudja tanítani, az mást is tud majd tanítani. Magunkat ugyanis a legnehezebb kordában tartani. A zenetanítás legfontosabb feladata, hogy zeneszerető és zenéértő embereket neveljünk, akik tanult emberként kultúremberek is egyben.*

K. Zs.: A címben szereplő három szóval megerősíteném a Tanár úr pályaválasztásának helyességét. Igaz, hogy 14 éves korában kezdett el orgonálni, de talán ez sokkal előbb el volt tervezve, hiszen a nevéből ilyen – az életében fontos – szavakat tudtam kirakni:

Zene – Oltár – Zeng

Köszönöm a beszélgetést!

Dergez Zoli bácsival tanítványa,
Katyi Zsombor beszélgetett.

Új feladatkörben régiek és újak…

Feladataikhoz sok erőt, kitartást kívánunk!

Nati néni a portán…

Csizmadia Lajosné Nati néni ez évtől kezdve a portán teljesít szolgálatot. Ötödikeseink bekukkantottak hozzá.

Hogy érzi magát Nati néni a portán?

Nagyon jó hangulatú, nyugodt munkakör.

Hallottuk, hogy van egy aranyos kis unokája. Mesélne róla?

Igen, Zorának hívják, kétéves. Szüleivel Tatabányán laknak. Amikor a szülinapját ünnepeltük, franciadrazsés tortát sütöttünk, de anyukája azt mondta, hogy Zora ne egyen drazsét, mert félrenyelheti. Zora zokogva a következőt mondta: Én is kérek borsót!!!

Van valamilyen hobbija Nati néninek?

Szeretek rajzolni, festeni. Porcelánt és üveget is festettem már, de a tanító néniknek is szívesen segítek képességeimhez mérten. Nektek, gyerekeknek is szívesen segítek, ha van rá igényetek.

Mivel foglalkozott korábban?

Dajka voltam a szomszéd óvodában, onnan jöttem át, amikor elindult az iskola. Már a kezdetektől fogva itt vagyok.

Van, ami nem változott azóta sem?

Az öröm és a kedvesség, amit még a legcsibészebb gyerekek is szereznek, ezzel bearanyozva mindennapjaimat. Szeretetük megfizethetetlen.

Milyen kéréssel fordulna Nati néni az iskolánkba járó gyermekekhez? Mire figyelhetnének jobban?

A rendre és a tisztaságra. Legyünk környezettudatosak!

Nati nénivel Farkas Fanni, Makai Milena
és Nyulasi Csenge beszélgetett.

Berei Attila bácsi szintén portásaink nélkülözhetetlen csapatát erősíti…

Hol dolgozott korábban?

Biztonsági őr voltam egy kollégiumban.

Mit szeret csinálni szabadidejében?

Szeretek kirándulni a családommal.

Hogy érzi magát az iskolánkban?

Nagyon jól, köszönöm.

Szereti a gyerekeket? Vannak gyerekei?

Igen szeretem, nekem is van három gyermekem.

Hol született Attila bácsi?

A régi NDK területén, Karl-Marx-Stadtban születtem.

Mik a legkedvesebb emlékei gyerekkorából?

Legkedvesebb emlékem, amikor sokszor utaztunk szüleimmel Németországba, és volt, amikor repülővel mentünk.

Hova járt iskolába?

Az 500-as Ipari Szakmunkásképzőbe jártam.

Mi nehéz a portaszolgálatban?

Nincs benne semmi nehéz.

Mire lenne jó, ha ügyelnének a gyerekek?

Figyeljenek egymásra és tiszteljék a felnőtteket.

Attila bácsit ötödikesünk, Makai Mili kérdezte.

Isten Tiringer Edit néni előtt bezárt egy ablakot, és kinyitott számára egy ajtót …

„Milyen szépen ki van takarítva a szertárban!" – hallom a tanáriban, és igencsak jólesik a fülemnek, mert ismerem már a tettest ☺. A mosdóba érve Edit nénibe botlom, aki éppen takarít. Beszélgetni kezdünk. Korábban az oviban dolgozott dadusként, de ettől a félévtől kezdve iskolánk tisztaságáért fáradozik. Gyakran összefuthatunk vele az ebédlő folyosóján. Meséli, hogy nagyon szeretett a kicsik között dolgozni, élvezte csicsergő, vidám társaságukat, de mivel hallása az elmúlt időszakban jelentősen romlott, nem merte tovább vállalni a picikért való komoly felelősséget. Az iskolában örömmel konstatálja, hogy többen az diákok közül ráköszönnek a folyosón, szeretett dadus nénijüket ismerve fel személyében. Rácsodálkozik, hogy felcseperedtek egykori kis gondozottjai. Szabadkozva kéri elnézésünket, ha netán olykor-olykor nem hallja meg köszönésünket. Nem jól hall, ezért arra kér bennünket, hogy lehetőleg szembe fordulva beszéljünk vele. Bele sem gondolunk, természetesnek vesszük, hogy jól hallunk. Pedig ajándék. Edit néni nyafogás nélküli, kitartó munkája erőt adhat számunkra. Mindennek ellenére, nagyon szívesen fogadja, ha valaki csak egyszerűen beszélgetni szeretne vele egyet. **Fogadjuk Őt is nagy szeretettel!**

Megjegyzés: *Ha már a csendnél tartunk…* ***IGAZÁN LEHETNÉNK AZ EBÉDLŐBEN IS CSENDESEBBEK!*** *Gyakran olyan hangosak vagyunk, hogy az ebédlőbe lépő gyanútlan személynek valósággal torkán akad a szó! Guszti bácsit kivéve, aki hatékonyan int csendre…☺ Hiszen magyar ember evés közben nem beszél! És egy jó CNK-s sem!* ☺

A szerk.

Témába vágó előadásokon jártunk…

Hogy meghalljuk, és jól értsük egymást

A szülő aggódva mondja: *„Hallgat… Látszik rajta, hogy valami bántja…"*

NEM TABU!
Középpontban az iskolai zaklatás (bullying jelenség)

Egyre több internetes kisfilm lát napvilágot a gyermekek közötti terrorizálás, megfélemlítés témakörében, igyekezve minél szélesebb körben megálljt parancsolni az egyre jobban elharapódzó bullying jelenségnek *(ld. www.bullying.org)*.

A gyermekek közötti megfélemlítés pszichológiájáról Dr. Lénárd Kata, a PTE Bölcsészettudományi Karának munkatársa, a Pszichológia Intézet egyetemi adjunktusa beszélt az érdeklődőknek. Előadását a Pécsi Tudományegyetem által szervezett Nyitott Egyetem előadássorozat keretében hallgathattuk meg áprilisban, melyen a Ciszterci Nevelési Központ több munkatársa is részt vett. ***Voltunk már hasonló helyzetben? Éreztük már magunkat kiközösítve?***

• Egy *(előadásban levetített)* történet…

Jól tanuló fiút kicikiznek, mert jelentkezett az órán. Problémájáról csak egy magáról készített felvételen képes beszélni, másoknak képtelen. Először poénra veszi társai heccelődését, de aztán barátnője is szakít vele. Vesztesnek, értéktelennek bélyegzik. Szaporodnak a negatív tartalmú, anonim sms-ek, facebook bejegyzések (cyber-bullying). A zaklatás a tanítási időn túl, a virtuális térben is folytatódik. Hasztalan kutat az üzenetek szerzői után. Telefonnal készített, elcsúfított fénykép kerül fel róla az internetre. Tehetetlenül mered önmaga összefirkált karikatúrájára. Amikor édesanyja benéz az ajtón, azonnal más oldalra kattint, vagy tankönyvének tanulmányozásába kezd. Rendszeresen pittyegő telefonüzeneteiből árad a gyűlölködés. Mindenki elfordul tőle. Az iskolabuszon hangosan röhögnek rajta. Üres tekintettel bámul kifelé az autóbusz ablakán. Szünetben az iskolalépcsőn egyedül ücsörög. Egy tanárnő mellé ülve, hogyléte felől érdeklődik. Ő bólint, hogy minden rendben. Pedig dehogy!!!! Helyzete akkor vesz 180 fokos fordulatot, amikor édesanyja megtalálja a magáról készített felvételt, amelyben elmeséli zaklatásának történetét. Az anya egyenesen az igazgatóhoz megy… A következő filmkocka már azt mutatja, ahogyan az osztály kooperatív tanítási órán vesz részt, ahol az asztalok körül csoportban folyik a munka. A zaklató lánycsapat egyik tagja kipillantva az ablakon észreveszi, ahogyan egy rendőrautó áll meg az iskola előtt. Egyenruhás rendőr közeledik az épület felé… Az utolsó jelenetben már barátjával beszélgetve, mosolyogva szökdel lefelé a lépcsőn történetünk főszereplője, aki környezetétől időben kapott segítséget. Valaki figyelt rá, vette a vészjelzéseket, és a kellő pillanatban, megfelelő módszert választva, volt bátorsága lépni… Talán nem túlzás, ha azt mondjuk, hogy közbelépése életmentő volt.

• A zaklatás pszichológiájáról dióhéjban

Az iskolai zaklatásnak legalább három fontos szereplője van: az agresszor, az áldozat és az a személy, aki tehetne valamit, de a felelősség súlyát hárítva mégsem lép. Ha mégis közbeavatkozik, segítsége, amellyel az áldozat mellé áll, sorsfordító lehet. A szerepek azonban felcserélődhetnek. **Gyakran az agresszor maga is áldozat. Sok esetben őt magát is zaklatták, terrorizálták. Másra irányuló agresszív viselkedése szelepként funkcionál, hogy képes legyen elviselni az elviselhetetlent.**

• Honnan, kitől tanulják ezeket a magatartás- és kommunikációs mintákat gyermekeink?

Bármennyire fáj az igazság, nagyon gyakran tőlünk, felnőttektől lesik el.

A zaklatás szereplői mind egy tágabb környezet részesei. Az iskolai bántalmazás bizonyos mértékben a felnőtt világ működésének leképeződése, sérült működésének fájdalmas tünete. Társadalmunkban nagyon gyakran az agresszív emberek a legsikeresebbek. Gyermekeink is ismerik ezt a fajta törtető, mindenkin keresztülgázoló destruktív értékrendet. Az agresszió pedig elfogadható viselkedésnormaként becsorog gyermekeink világába. A mi agreszszionk „szelepelődik" bennük akkor, amikor adott helyzetben maguk is agresszorrá válnak. Az áldozat pedig sok esetben képtelen megvédeni magát. A saját stressz élményeink, szorongásaink, amit magunkkal viszünk otthonunkba, munkahelyünkre, a felszín alatt hatnak gyermekeinkre. Rengeteg helyzetben mi már csak a jéghegy csúcsát látjuk, magát a konkrét bántalmazást. Ha az egész rendszerben van a hiba, sok esetben hiába emeljük ki a megóvni próbált közösségből az agresszort. Lehet, hogy a konfliktus átmenetileg elcsendesedik, idővel új gyermek veszi át a közösségből kiemelt gyermek agresszor szerepét. Ezért fontos érteni, átlátni az egész rendszer működését, és nem csupán a konkrét konfliktushelyzetre összpontosítani. A személyek közötti zaklatás az egész közösség ügye, ezért a gyerekek számára is meg kell tanítanunk, hogyan tudják konfliktusaikat konstruktív módon kezelni, feloldani, belehelyezkedve mások érzelmi állapotába, helyzetébe. A kooperatív tanítási módszerek, a csoportmunka keretében végzett tanulási folyamat pontosan ezt a készséget igyekszik erősíteni a

tanulókban. A gyermekek maguk is tehetnek az agresszió ellen, ha képesek átérezni az áldozat szerepében szenvedő társuk érzéseit. Ha ezt elsajátítják, az az egész iskolai közösségre kihat, jó társas, empatikus légkört teremtve.

Hová fordulhatunk? Íme néhány témába vágó elérhetőség és weboldal címe:

- ***UNICEF Magyar Bizottság:*** *http://www.unicef.hu/helpapp*
- ***KIVA project:*** *http://www.kivaprogram.hu*
- ***KÉK VONAL: Érted tesszük, mert a jövő te vagy! Lelki segély-vonal: 116-111, e-mail:*** *info@kek-vonal.hu,* ***web: http://www. kek-vonal.hu***

Kedves Diákunk!

Problémával küzdesz? Barátod keveredett bajba? Csúfolástól, kiközösítéstől szenvedsz? Szólni nem árulkodás, és nem is a gyengeség jele. Ellenkezőleg! Bátor ember az, aki tud szólni, aki képes tenni valamit önmagáért és másokért. Bajban segítséget keresni nem szégyen, hanem a lelki érettség jele. Ha a suliban tudsz valakiről, aki bajban van, fordulj bizalommal az igazgató nénihez, osztályfőnöködhöz, tanáraidhoz, Károly atyához, Alíz doktornőhöz, Marianna védőnőhöz. Problémádat bizalmasan kezeljük. Szívesen segítünk. Nem szeretnénk, ha intézményi családunkban egyedül éreznéd magad problémáddal. Van megoldás!

Őszinte szeretettel: a CNK felnőtt közössége

Kinek van igaza?

A megszentelt élet évében fontos, hogy kapcsolatainkat is igyekezzünk megszentelni. **Különösen igaz ez azokra, akik házasságban, családban élnek, vagy arra készülnek.**

Pál Feri atya Pécsett járt… nem kis örömünkre…

Párkapcsolati konfliktusok, avagy értékkülönbözőségeink „möge"

Átlagos hétfő délután… Zötykölődünk a tömött buszon. A sofőr tartja magát a megállapodáshoz: felszállás az első ajtón, leszállás a hátsó ajtókon, amik így késleltetve nyílnak. Egy középkorú nő nehezen viseli, s türelmetlenségében megnyomja a vészjelzőt. Siet. A sofőr az utastérbe lépve érdeklődik, ki van rosszul. Senki. Csupán valaki nem értett egyet a késleltetett ajtónyitással… Értelmetlen töszörgés! – a hölgy szempontjából, aki talán fáradt és legszívesebben már otthon lenne. A sofőrt pedig köti a menetidő és az előírt szabályok szigorú rendje…Most akkor… ***Kinek van igaza?***

Végre tovább indul az autóbusz, a nő lentről bosszúsan gesztikulál, a sofőr összeráncolt homlokkal, testével a kormányra nehezedve dörmög maga elé. Végre valahára begördül buszunk az orvosi egyetem előtti buszmegállóba. Kollégám, hóna alatt két kempingszékkel rohan felém, mihelyt zöld utat ad számára a rendőrlámpa… Mosolyogva int. Az aulában már nagy a nyüzsgés. Előttem egy ember lépdel, hóna alatt polifoam matraccal. Nem először jön, s emlékszik rá, hogy már az első két előadáson is hamar elkeltek az ülőhelyek. Nyüzsgő tömeg, benépesült nézőtér fogad, a színpadon a Pécsi Egyházmegye logója magasodik a háttérben. Az ajtóban mosolyogva fogadnak a szervezők. Rengeteg ember összezsúfolva… Mégsem idegeskedik senki. Valaki már egy órája megérkezett, hogy az első sorokban kapjon helyet. Más az utolsó percben esik be, mögötte szorosan kifulladt rokona liheg: „*Látod?! Én megmondtam, hogy jobb lett volna korábban jönni!*" Nyugodt somolygás kíséretében hangzik a válasz: „*Ugyan! Csak unatkoztunk volna.*" A kérdés most is ugyanaz: ***Kinek van igaza?***

Elkezdődik az előadás. Pál Feri atya mosolyogva köszönti még az erkély korlátjánál tá-

maszkodókat is. Szüntelen mozgásban van, igyekezve mindünkkel kontaktusba kerülni. Két fotelt tologat, rendez, pakol, párkapcsolati dilemmáinkat szemléltetve. Egyszerű szavai, mindennapjainkban megélt társas kapcsolataink mögöttes tartalmára irányítják figyelmünket. Életszerű, számunkra túlságosan is ismerős példáinak köszönhetően eloszlik a lila köd, lekerül szemünkről a rózsaszín szemüveg. Már csak a dolgok „MÖGE" érdekel bennünket, nem pedig az értelmetlen szópárbajok kétségbeesett igazságkeresése…. A *kinek van igaza* kérdés észrevétlen szertefoszlik.

Kint a meteorológia előrejelzése igaznak bizonyul, valóban esni kezd az eső… Bent az aulában, mint a gomba alatt a mesében, egyetlen nagy, családi „esernyő" alatt szoroskodunk, hiszen mindaz, amiről Pál Feri atya beszél, közelről érint. Szavai és a dolgok MÖGE közösséggé formál bennünket. Mind értjük, éljük, amiről beszél… Kint szakad, bent záporoznak az életből vett példák:

A várandós feleség már a nyolcadik hónapban van, amikor édesapját elveszíti. Gyászol. Szomorúsága elviselhetetlen. Szakadatlan sír. A férj idegesen szemére veti, hogy állandóan zokog, ahelyett, hogy születendő kisbabájuk érkezésének örülne. Az asszony édesapját gyászolja, ami abszolút érthető. A férj falja a szakirodalmat, s tudja, hogy már az anyaméhben komoly kémiai változásokat idézhet elő a magzatban az édesanya érzelmi állapota. Aggasztja felesége lehangoltsága, ami hatással van születendő gyermekére. Megható ez a fajta érzékenység…

Már megint szembejön a kérdés: ***Kinek van igaza?***

Pál Feri atya a két fotel közé lépve (lélekben talán az egymásnak feszülő, egyaránt gazdag, mély érzelemvilágról tanúskodó házasfelek hátát simogatva) elmondja, hogy számos kapcsolatunkat pont ez az értelmetlen kérdés mérgezi meg, nem egyszer elviselhetetlen helyzeteket, végül pedig válást idézve elő. Ez a kérdés egyértelműen zsákutcába vezet, hiszen vitáink során valójában nem az értékes harcol az értéktelennel, hanem két különböző értékvilág találkozik egymással.

Mi az, amit Pál Feri atya nagyon tud? Mi az, amiért előadásról előadásra hívők és útkeresők egyaránt részesei akarnak lenni mindannak, amit szavaival, aktív jelenlétével közvetít? Talán pont az, hogy ő képes a két fotel közé állni. **Képes átérezni mindkét fotelben ülő, mély érzésű, végtelenül értékes ember, házastárs, párkapcsolatban élő ember világát. Képes megérteni mindannyiunk nézőpontját, és tudja, hogy kérdéseinkre a válasz nem az igazságért folytatott harcainkban rejtőzik, hanem a mindezek mögött meghúzódó családi örökségünkben, fájó sebeinkben, sokszínű érzelemvilágunkban. Nem más ez, mint a dolgok „MÖGE".**

Ha képesek vagyunk párkapcsolati párbajaink során felidézni magunkban a két fotel között álló, támlájukra szeretetteljes szókimondással támaszkodó Pál Feri atya arcát, talán észrevétlen képessé válunk időnként a magunk helyén ülve megérteni annak a személynek a világát, aki a mellettünk lévő széken vagy kihajtogatott polifoamján kucorogva szorgosan jegyzetel, s az előadás végén többszörösen áthúzza az életében már számtalanszor megfogalmazott, állandó konfliktusokat generáló kérdést arról, hogy *kinek is van igaza.*

Nem más ez, mint a dolgok „möge" – ahogyan azt Pál Feri atya nevezte.

Egy néző gondolatai

A piros esernyő

Az alábbi történetet egy szentmise prédikációjában, Pavlekovics Ferenc atyától hallottam.

Hol volt, hol nem volt, élt egyszer egy fiú és egy lány, akik megismerkedésük után hamarosan egymásba szerettek. Az első randevú, az első csók s felejthetetlen sétáik elmaradhatatlan tartozéka volt egy piros esernyő, amit mindig magukkal vittek, ha beborult felettük az ég. A piros esernyő megvédte őket a heves záporoktól, s egymásba kapaszkodva boldogan sutyorogtak alatta mindaddig, míg a kövér

esőcseppek kopogása lassan el nem csendesedett körülöttük.

Teltek-múltak az évek. A fiatalok összeházasodtak, házat vettek, fészket raktak. A piros esernyő az egyik szekrény aljába került, az idő múltával egészen meg is feledkeztek róla.

Gyermekeik születésével egyre-másra jöttek a gondok, nehézségek. A mindennapi megélhetés küzdelmei s családi életük problémái sötét fellegként tornyosultak fejük fölött. Megsokasodtak a viták, a hangos veszekedések, az egymás orra előtt becsapott ajtók…

Egy borús napon aztán arra az elhatározásra jutottak, hogy ennek így semmi értelme, elválnak. Dühös csalódottsággal lázas pakolásba kezdtek. Egyre több csomag sorakozott az előszobában. Az asszony, amikor már a sokadik bőröndöt igyekezett telerakni közös életük megannyi rég elfeledett tartozékával, kinyitotta az öreg szekrény ajtaját. A szekrény alján kotorászva keze megakadt egy hosszúkás tárgyon. Gyanútlanul megmarkolta, kihúzta, s ekkor látta csak, hogy nem más az, mint az öreg, kopott piros esernyő, ami alatt annak idején anynyi vihart kibírtak együtt. Az asszony könnyes szemmel fogta a piros esernyőt, s átment vele a szomszédos szobába, ahol férje pakolt, éppen egy jól megrakott bőrönd mellett térdepelve. Halkan belépett a szobába, s az esernyőt kinyitva csendben férje mellé térdelt. Mikor a férfi felnézett a pakolásból, tekintete megakadt az öreg esernyőn, amely ugyanúgy, mint akkor régen, most is védelmezőn borult föléjük. És ugyanúgy, mint akkor régen, most is megóvta őket ebben a szeretetüket, hűségüket próbára tevő legvadabb viharban is.

Egyikük sem bírt megszólalni. Elborították őket az emlékek, egy rég elfeledett szeretet emlékfoszlányai. Csendben megölelték egymást, önmagukban pedig elhatározták, hogy bár fogalmuk sincs arról, miként, de valahogy megpróbálják ezt a vihart is egymásba jól belekapaszkodva, az öreg piros esernyőt erősen markolva… EGYÜTT TÚLÉLNI.

Olykor csemeténk tesz helyre bennünket…

Igaz történet az elsőáldozás évében

Férjemmel, egy házasságban nem szokatlan módon, valamin összevesztünk. Pontosabban én veszekedtem Vele. Megoldandó a helyzetet, a férjem elmenekült előlem, de én nem hagytam annyiban a dolgot, követtem, és csak mondtam, mint egy felhúzott gépezet. Mondta már, hogy rendben, Ő a hibás stb. Végső kétségbeesésemben, meg nem értettségemben (bár ennek valódiságában már magam is kezdtem kételkedni) bevonultam a hálószobába.

Ekkor a fiam és az apja között a következő beszélgetés zajlott le:

– Apa, Te sokat jársz templomba, ugye ?

– Igen.

– És sokat is imádkozol, ugye?

– Igen, de miért fontos ez? Mit akarsz most ezzel kisfiam?

– Hát akkor azt is tudod, hogy mit mondott Jézus?!

– Melyik mondatára gondolsz?

– Arra, amikor azt mondja, hogy ha megdobnak kővel, dobd vissza kenyérrel! Hát akkor szerintem most menj, és vigasztald meg anyát!

Egy szülő a CNK-ból

Szeretetben élni

A keresztény ember számára a szeretet több mint valamiféle érzelmi állapot, a szeretet maga a legnagyobb erény és a legfőbb parancsolat. Szeresd az Istent és szeresd a felebarátodat! A szeretet élő és tevékeny, melyet a legalapvetőbb szeretetközösségben, a családban minden nap különböző módon és mértékkel élünk meg.

A szeretetről könnyű beszélni, elmélkedni, de jól és helyesen tenni már nem is olyan egyszerű. Hányszor mondjuk el egy nap, hogy: „szeretlek drágám", „szeretlek anya", „szeretlek tesóm", de mégis milyen kis apróságokon tudunk összeveszni, haragudni vagy neheztelni a másikra. És a hibát is mindig könnyebb a másikban megtalálni, mint magunkban.

A család az a hely, ahol az ember megtanulhat helyesen szeretni, sőt rá van szorulva a szeretetre. Hogyan szeressük egymást? Úgy, ahogy Jézus és az apostolok tanítanak minket. Minden ott kezdődik, hogy én – az imádságaimban és lelki életemben- kialakítsam a jó viszonyt Istennel, és el tudjam magamat fogadni, szeretni. Ezt a szeretetet tudom megosztani másokkal. De ez a szeretet ne folyjék szét, hanem először a családtagjaim számára legyen gyümölcsöző, majd ezután tudom tovább növelni és megosztani másokkal. A ma embere sokszor esik abba a csapdába, hogy mindig és mindenkinek meg akar felelni, ami nem vezet sehová. A házasság alapja, hogy számomra a másik lesz a legfontosabb és számára pedig én. Amennyiben ez rendben van és működik, akkor tudom tágítani a kört, és mind nagyobb közösségekben megélni a szeretetet. Nemrég egy összejövetelen megkérdezték, kinek mi volt a legnagyobb ajándék az életében. Sokféle válasz volt, egy gyermek, egy jó állás, egy ház vásárlása stb. Mi a párommal egymást neveztük meg. És ez így is van. Sok megpróbáltatáson, vitán, kibékülésen vagyunk túl, de az egymás szeretete sohasem volt kérdéses köztünk. Ez a feltétel nélküli szeretet az, mely lassan húsz éve összetart minket. Nem könnyű megélni, megtenni, amit a Szentírás tanít, hiszen nehéz a „ha" nélküli elfogadás. Hiszen hányszor szabunk feltételeket a másiknak, azzal a felkiáltással, hogy szeretlek, ha: lefogysz, nem horkolsz, csinosabb leszel, finomabbat főzöl, többet leszel itthon, többet keresel stb.! És hányszor kérjük számon a másikat vélt vagy valós hibáiért, igazunk biztos tudatában! Szerencsére a szeretet nem olyan, amilyenek mi vagyunk, hanem amilyenekké kell válnunk. Ezt foglalja össze Szent Pál a Szeretethimnuszában, ez az a pár mondat, melyet minden nap el kellene olvasnunk, s törekednünk az abban megfogalmazottak megvalósítására. És minél jobban sikerül, annál jobb emberek, házastársak, családanyák/apák, keresztények tudunk lenni.

Izsák Kálmán Gyula, családapa a CNK-ból

Előtérben a háttérmunka…

Bajban a család? Segíthetünk!

Családsegítő munka iskolánkban és iskolán kívül

Zűr hátán zűr

Kedves Olvasó!

Ez itt nem Christine Nöstlinger regényének ismertetője, hanem egy kis gyakorlati segítség ahhoz, amikor úgy érezzük, hogy összekuszálódott az életünk, kapcsolataink nem működnek igazán jól. Lehet, hogy konkrétan tudjuk a problémánk okát, de az is lehet, hogy csak érzéseink vannak a problémákról, konkrétumok nélkül.

Mit tehetünk ilyenkor? Kihez, hová fordulhatunk? Várhatunk-e segítséget?

Iskolán belüli segítség gyerekeknek, szülőknek

Bátran fordulhatsz osztályfőnöködhöz, hittanárodhoz, Alíz doktornőhöz, védőnőhöz, gyermekvédelemhez!

Iskolán kívüli segítség

A lakhely szerint illetékes családsegítő szolgálatok:

- **Esztergár Lajos Családsegítő Szolgálat és Gyermekjóléti Központ**
  Székhelye, címe: 7632 Pécs, Anikó u 5.
  Levelezési cím: 7616 Pécs, pf.: 32. Tel:/Fax: 72/441-677, 72/444-877

A családsegítő szolgálat célja a működési területén élő szociális és mentálhigiénés problémák miatt veszélyeztetett, illetve krízishelyzetbe került személyek, családok életvezetési képességének megőrzése, az ilyen helyzethez vezető okok meg-

előzése, valamint a krízishelyzet megszüntetésének elősegítése.

Részegységek:

Kertvárosi Egység
7632 Pécs, Anikó u. 5.
Tel.: 72/441-677, 444-877
esztergar.kertvaros@gmail.com

Belvárosi Egység
7621 Pécs, Megye u. 22.
Tel.: 72/216-307, 532-657
esztergar.belvaros@gmail.com

Meszesi Egység
7629 Pécs, Hársfa u. 154.
Tel.: 72/239-298
esztergar.meszes@gmail.com

Uránvárosi Egység
7633 Pécs, Dombay u. 3.
Tel.: 72/259-760, 259-759
esztergar.uranvaros@gmail.com

Területi irodák:
7833 Görcsöny, Hársfa u. 31.
7677 Orfű, Széchenyi tér 1.
7673 Kővágószőlős, Újtelep 7.

- **A Pécsi Ifjúsági Lelkisegély Szolgálat**
  Hetente négyszer, minden hétfőn, kedden, szerdán és pénteken 18.00-20.30 között ingyen hívható zöld számuk a **06-80-505-002** számon.

- **Megújulás Családterápiás Intézet** Pécs, Anna u. 20. **Tel: 72 / 517- 075** (fax is egyben), *mcsti@enternet.hu*

Vágner Ági néni

Jó tartozni valahová! Nem csak bajban…

Gondolatok a szeretetközösség megtartó erejéről

Figyelem! 16-os karika!

Mire is éhezők viadala?

Manapság a mozikban játszott ***Éhezők viadalának*** népszerűsége terjed futótűzként. Valaki egyenesen rajong érte, más viszolyogva fordítja el tekintetét. A 16-os karikával ellátott történet mindenesetre újra próbára teszi emberségünket. Miután magam is elolvastam a könyvet, mindennapjaink szeretetért folytatott harcai jutottak eszembe, és a környezetünkben élő gyerekek, akik közül sokan, reménytelenül éheznek… Ez a regény pedig egyenesen eteti, táplálja, élteti őket… Olyasmire bukkannak benne, amire óriási szükségük volna, de mi felnőttek valamiért képtelenek vagyunk megadni számukra. Nevelőként sokszor magunk is tehetetlennek, kiszolgáltatottnak érezzük magunkat. Időről időre a mi bőségszarunk is kiürül… Ezt útkereső gyermekeink is megérthetik. Egy nap talán valamennyien győztesként távozhatunk az „arénából", ahol mindennapos harcainkat vívjuk a szeretetért…

Kedves éhező fiataljaink!

Szeretnénk megérteni világotokat, még akkor is, ha olykor dühös arccal feszülünk egymásnak. Elhihetitek, túl vagyunk már jó pár viadalon… Az ember sokszor kegyetlen, embertelen dolgokra képes az életben maradásért. Az említett könyv szereplői a viadal végén maguk is megcsömörlenek az értelmetlen, ártatlan áldozatokat követelő harctól. Beleláradnak. Hazavágynak. Visszatekintve elborzadnak mindattól, ami a szemük elé tárul… Ott dübörög lelkükben a kérdés: hogyan válhat egy értékes, szeretetre méltó ember egyik pillanatról a másikra szörnyeteggé?! A válasz egyszerűbb, mint gondolnánk: úgy, hogy éhes…

A szeretetlenség szeretetlenséget szül. Az embert szörnyeteggé teszi. Eltorzult, mutáns, emberi alaptermészetünkkel összeférhetetlen állapot ez, amit gyűlölködéseinkkel mi magunk hozunk létre… A haragtól eltorzul arcunk. Még

felismerhetőek vagyunk ugyan, de már indulataink uralnak bennünket, akár az Éhezők viadalában szereplő szörnyetegeket, akik egykor érző szívű fiatalként éltek a különböző körzetekben. A szeretet hiánya azonban pokollá változtatta körülöttük és bennük a csodát, melyet mindvégig önmagukban hordoztak.

Eltilthatunk ugyan benneteket az efféle olvasmány- és mozi élményektől, hiszen létezik büntetés, szobafogság, gyerekzár, internetes szűrő… Kezünkben a fegyver, lelkünkben meg tehetetlen káosz. Legbelsőbb vágyaitokra, lelketekre, értelmetekre hasztalan igyekszünk kitenni a 16-os karikát… Lehetetlen. Az csak veletek együtt, a ti belátásotokkal együtt sikerülhetne. Filmvászon helyet sajnos gyakran személyes életetekben peregnek az események. Az Éhezők viadalának szereplői szemetek láttára elevenednek meg otthon, a suli folyosóján, a tanteremben, az utcán… Nincs szükség arénára. Sokszor ti magatok kapjátok a főszerepet… Tulajdonképpen nincs másról szó, mint békére, szeretetre, kiengesztelődésre, örök életre vágyó éhezők, szomjazók elkeseredett harcáról. ***Szeretnénk úgy szeretni benneteket, hogy valóban jóllakjatok, és ne gyűlölködéssel, hanem Isten, egymás és önmagatok iránti szeretettel teljetek el. Nem vagytok egyedül. A CNK EGY NAGY CSALÁD, amelynek tagjai gyakran ugyanarra vágynak, mint Ti…***

Vegyük észre, ha mellettünk éhezik valaki, és igyekezzünk azt adni számára, amire igazán szüksége van! Üljünk egy asztalhoz a Szeretettel! ***A gyűlölködés nem csak 16 éven felülieknek, hanem egyetlen korosztálynak sem való.*** *Számtalan békés út, lehetőség áll rendelkezésünkre ahhoz, hogy szeretetéhségünket csillapítsuk. És nincs izgalmasabb kaland az életben, mint ezekre a valódi önmagunkhoz elvezető utakra rátalálni… Éltessen bennünket ez a remény!*

Marcsi néni

Éhes vagy? Kattints rájuk!!!

Ballagás előtt állsz? Félsz, hogy kikerülve a jól megszokott suliból megszakadnak korábbi kapcsolataid? Nincs miért aggódnod!

LELKI BÖRZE

Húsvéti lelki napunk közösségi hozadéka…

Közösség és Egyház

Miközben a hétköznapi dolgokban nagyon logikusan gondolkodunk és cselekszünk, az Isten dolgaiban sokszor mintha túlságosan naivak lennénk.

Vegyünk egy példát! Egy autó nagyon sok alkatrészből áll – kerekek, lemezek, féltengelyek, fogaskerekek, csapágyak, ékszíjak, tömítések, gyűrűk, öntvények, vezetékek, stb. –, amiket nagyon sok fajta anyagból – acél, alumínium, réz, gumi, szivacs, textil, műanyag, üveg stb. – készítenek el. Ha ezeket külön-külön szemügyre vesszük, akkor megállapíthatjuk, hogy önmagában egyik sem képes helyet változtatni, haladni, sebességet elérni, esetleg bármit vagy bárkit elszállítani. Ugyanakkor a megfelelően összeillesztett, helyükre rakott alkatrészek együttesen már képesek erre, vagyis olyan új minőséget tudnak megjeleníteni, amire egyesével egyikük sem képes.

Ugyanígy egy megfelelően kialakított műanyag kiegészítve némi fával, ólommal, vassal, vászonnal és kötelekkel képes a szél energiáját felhasználva a vízen úszni úgy, hogy embereket és terhet szállítson egyik kikötőből a másikba.

Senki nem gondolja komolyan, hogy egy ilyen rendszer létre tud jönni önmagától. Az alkatrészeket nagyon pontosan kell kialakítani, hogy egy nagyobb rendszer részeként a rájuk szabott feladatot végrehajthassák. Egyértelmű, hogy mindezt előre, gondosan meg kell tervezni. Az ehhez szükséges anyagokat össze kell gyűjteni, aztán szép sorban formára kell alakítani – önteni, hengerelni, maratni, faragni, gyalulni, esztergálni, csiszolni, polírozni, szőni vagy fonni –, majd a helyükre kell rögzíteni: hegeszteni, fúrni, csavarozni, szegecselni, ragasztani, varrni, esetleg préselni, hogy feladatukat a lehető legpontosabban végrehajthassák. Minden műveletben a legkisebb egyenetlenség, illesztési pontatlanság az autó működését teszi lehetetlenné, a legki-

sebb szivárgás pedig a vitorlás hajó süllyedését okozhatja.

De nem csak az anyagi dolgok, különböző eszközök működnek így, hanem az emberek által létrehozott struktúrák, szervezetek is. Egy vállalkozás lehet ugyan egyszemélyes, mégsem áll meg önmagában. Szükség van beszállítókra, terjesztőkre, értékesítőkre (adott esetben internetfejlesztőkre, hálózat-karbantartóra és szolgáltatóra, energiarendszerre stb), valamint gazdasági, üzleti tanácsadókra és nem utolsósorban fogyasztókra, vásárlókra. Minden így működik, legyen az vállalat, szolgáltató, kórház vagy iskola.

Ahogy az emberek által tervezett és épített rendszerekben, úgy a természetben is minden részletnek különleges jelentősége van. Egyetlen darabkája sem független a többitől, egyik sem felesleges. Edward N. Lorenz matematikus és elméleti meteorológus 1979. december 29-én egy tudományos előadásában fogalmazta meg az ún. „pillangó hatás" elméletét, amikor feltette az azóta híressé vált kérdését: „Képes-e egy brazíliai pillangó szárnycsapása Texasban tornádót kiváltani?" A szerző – megfigyeléseire és számításaira hivatkozva – előadásának végén erre a kérdésre igenlő választ adott, vagyis a legkisebb részletnek is komoly hatása van egy nagyobb rendszer egészére.

Sokszor mégis kérdőre vonjuk ezt az alapigazságot. Például akkor, amikor azt gondoljuk, hogy túl kicsik és túlságosan jelentéktelenek vagyunk, hogy a világ folyására hatást gyakoroljunk. „Sajnos én nem tehetek semmit", mondjuk gyakran, amikor azt látjuk, hogy rossz irányba tartanak fontos folyamatok, amiket – talán – csak valami elképesztő erővel lehetne helyes irányba fordítani. S mivel tornádót nem tudunk kavarni, ezért nem teszünk egyetlen apró szárnycsapást sem, inkább csüggedten üldögélünk tovább, s mivel valóban nem történik változás, még igazolva is látjuk korábbi feltevésünket.

Jézus nem lógó orrú, erőtlen követőket keresett, hanem olyanokat, akik bátran szembe mernek nézni a feladatokkal akkor is, ha rögtön nem is látják az eredményt. Olyanokat, akik hisznek a szavában, ígéreteiben és bíznak benne. Azt kérte, hogy az a kevés ember, aki megmarad mellette, induljon el bátran, és kezdje hirdetni, hogy az anyagi világon túl van egy másik, ahol nincsen könny, fájdalom, és ahova mindnyájan meghívottak vagyunk. Az apostolok számára mindez húsvét után vált valósággá, amikor személyesen is megtapasztalták a Mester feltámadását.

Az útnak indulás azonban még így sem volt könnyű. Szükségük volt a Vigasztaló és Megerősítő Lélekre, hogy aztán életüket is feláldozva tanúságot tegyenek minden népnek és nemzetnek.

Jézus ezt a küldetést nem egy emberre bízta, hanem Egyházat alapított. Egy olyan közösséget, ahol mindenki hozzátesz egy kicsit – erejéhez mérten és ajándékainak megfelelően – a közös ügyhöz, hogy megmaradjon a hit, a remény, a szeretet, és még legyenek emberek, akik várják Krisztus második eljövetelét. Ehhez egyedül kevesek vagyunk, mert könnyen elfáradunk, elkedvetlenedünk. Azért van szükségünk egymásra, hogy legyen, aki a csüggedőt megvigasztalja, az erőtlent megerősíti, az éhezőnek enni ad, a beteget megápolja, és aki hirdeti az Evangéliumot, hogy másokban is remény ébredjen. Mindez egy embernek túlságosan sok lenne. Ezért Isten a feladatokat szétosztotta az „alkatrészeknek". Ha – őszintén – magunkba nézünk, akkor láthatjuk is, hogy ennyi dologra valóban képtelenek lennénk. De ha mindannyian csak annyit megteszünk, ami tőlünk telik, és azt Krisztus elképzelése szerint, akkor a sok kis „szárnycsapás" összeadódik, és a kegyelem olyan dolgokra teszi képessé a közösségeket, az Egyházat, amit képzelni se mernénk.

Pál apostol ezt az efezusi híveknek így írta le: „Annak pedig, aki a bennünk működő erővel mindent megtehet azon felül is, amit mi kérünk vagy megértünk, legyen dicsőség az Egyházban és Jézus Krisztusban minden nemzedéken át, örökkön-örökké!" (Ef. 3. 20–21)

Közösségekre azért van szükségünk, hogy olyan kegyelmeket is megtapasztalhassunk, amit egyesével nem kaphatunk meg. Ilyen pl. egy közös dicsőítés vagy másokért végzett szolgálat. Tudjuk jól, hogy egy zenekar mennyivel jobban szól, mint egy szólista, és hogy pl. 500 rászoruló embernek ételt osztani sem tudna egyetlen ember, bármilyen lelkes keresztény is.

Pál az 1. Korintusi levélben az Egyházat az emberi testhez hasonlítja:

„A test ugyan egy, de sok tagja van, a testnek ez a sok tagja azonban mégis egy test. Így Krisztus is. Mi ugyanis mindnyájan egy Lélekben egy testté lettünk a keresztséggel: akár zsidók, akár pogányok, akár rabszolgák, akár szabadok. Mindannyiunkat egy Lélek itatott át. Mert a test nem egyetlen tagból áll, hanem sokból. Ha a láb azt mondaná is: «Nem vagyok kéz, tehát nem tartozom a testhez», azért a testhez tartozik. Ha pedig a fül azt mondaná: «Nem vagyok szem, tehát nem tartozom a testhez», azért a testhez tartozik. Ha a test csupa szem volna, hol maradna a hallás? Ha meg csupa hallás, hol volna a szaglás? Isten határozta meg minden egyes tag feladatát a testben, tetszése szerint. Ha valamennyi egy tag volna, hol volna a test? Így azonban sok a tag, de a test csak egy. A szem nem mondhatja a kéznek: «Nincs rád szükségem», vagy a fej a lábnak: «Nincs rád szükségem.» … Ha szenved az egyik tag, valamennyi együtt szenved vele, s ha tiszteletben van része az egyik tagnak, mindegyik örül vele. Ti Krisztusnak teste vagytok, s egyenként tagjai."

Pál apostol nagyon találóan írja le, hogy a különbségeink ellenére is összetartozunk, és ha nem is értjük mindig egymás szándékait, nem csúfolhatjuk és bánthatjuk egymást.

Isten a világot nagyon sokszínűre alkotta. S bár mindegyikünk csupán egyetlen – bár nagyon fontos – szín ebben a tarkaságban, így tesszük teljessé a képet.

Nagy Péter bá'

☺ ***Szeretettel várják fiataljainkat! Lelki(ség) börze…*** ☺

Vár a Pécsi KATIFI

„Nem jó az embernek egyedül lenni?!…Próbáld meg velünk!" – Számos érdekes programra várják a fiatalokat: bulik, zenés estek, szüreti bál, gitáros mise, imaestek, kirándulások, bográcsozás, gitártábor, sportrendezvények, focikupa, éjszakai gyalogtúra, ifjúsági találkozók, zarándoklatok… és még sok színes lelki és szabadidős program várja azokat, akik ellátogatnak hozzájuk.

Itt érdeklődhetsz!

Nagy Norbert egyetemi lelkész, ifjúsági referens:
Tel.: 30/500-6537,
e-mail: *norbert.nagy1975@gmail.com*

PécsiKatifi Iroda: katifi.hu
facebook.com/pecsikatifi
Tel.: 30/860-3353

„Fiatalok szolgálata fiataloknak" **– Hová fordulhatsz, ha az ANTIÓCHIA KÖZÖSSÉG érdekel?**

☺ **Néri Szent Fülöp Antióchia – Pécs, Székesegyházi Plébánia, törzshely: Szent Mór Iskolaközpont**
kapcsolat: Orosz Árpád és Orosz Árpádné háttérszülők, tel.: 30/972-4168, e-mail: *oroszarpad1955@gmail.com*

☺ **Don Bosco Antióchia – Pécs, Kertvárosi Plébánia, törzshely: Szent Erzsébet utcai közösségi ház**
kapcsolat: Pavlekovics Ferenc atya, Zsován Béla és Zsovánné Lak Ágnes háttérszülők, tel.: 30/477-0676, E-mail: *zsovanagi@freemail.hu*
honlap: *www.antiochia.hu*

„Zöld" rovat

Ép természetben ép test, ép testben ép lélek...

„...Hogy bolygónk a bőség, a boldogság és az összhang erős otthona legyen"
(Szent-Györgyi Albert)

Intézményünk újrahasznosít:

Intézményünk tanulói minden évben részt vállalnak a környezetvédelemben. Teszik ezt azzal, hogy nem szemetelnek, figyelnek környezetükre, és részt vesznek az intézmény által szervezett hulladékgyűjtéseken.

Az intézményben zajló újrahasznosításba Tóthné Häring Mónika, Ulrichné Ország Mária és Sándorné Varga Éva kolléganők által pillanthatunk be.

☺ Kupakgyűjtés:

Iskolánkban több éve gyűjtjük a műanyag kupakokat. A műanyag előállításakor és megsemmisítésekor mérgező égéstermékek kerülnek a levegőbe. Így amikor a műanyagfeldolgozóüzemek a hulladék műanyagot újrahasznosítják, a környezet védelméhez járulnak hozzá. Azzal, hogy mi összeszedjük és leadjuk a kupakokat, ehhez a hasznos folyamathoz csatlakozunk. Az ebből a tevékenységből befolyt összegből általában az osztályok vehetnek maguknak labdát vagy az általuk gyűjtött mennyiség függvényében más játékokat.

☺ Papírgyűjtés:

Az intézmény évente kétszer szervez papírgyűjtést, melynek szervezője Ulrichné Ország Marika tanárnő. Büszkén jelenthetjük ki, hogy a pécsi iskolák közül csupán kevesen maradtak, akik ilyen lelkesen vennének részt a papírhulladék újrahasznosításában!

Azonban egyedül lebonyolítani egy ilyen gyűjtést nem egyszerű. A tanárnő segítségére a speciális számítástechnika tagozatra járó gyerek vannak, akik a Marika néni irányítása alatt elkészített kiértékelő táblázatot kezelik.

A gyűjtésből befolyt összeget a diákönkormányzat használhatja fel különböző programok szervezésére, megvalósítására.

☺ A legkisebb is számít

A húsvéti kézműves napon kidobásra ítélt újságok keltek új életre kollégistáink kezei között. Gondos munkájuk eredményeképpen takaros kis kosárkákkal örvendeztethették meg szobatársaikat, családjaikat.

Tehát mielőtt bármit kidobnál, gondold át, egy kis kreativitással lehet, hogy még felhasználhatod!

☺ Kollégiumi „TeSzedd!" akció

Tavasszal a kollégista lányok műanyag kesztyűt és szemeteszsákot ragadtak, hogy az egész intézményt megtisztítsák a csúf szeméttől!

Végigjárták az udvar minden szegletét, a sportpályát és környékét, az óvoda zugait. Lehajoltak, és zsákba gyűjtöttek minden szemetet.

A jó közérzetünk feltétele a tiszta környezet, tehát NE SZEMETELJ! Ha te mégis ezt TESZED: TE SZEDD!

☺ „Zöldülünk"

A virág napsugár a szobában! – tartja a mondás. Számos növény él velünk együtt az osztálytermekben és folyosókon. Jelenlétükkel beköltözik a természet hozzánk. Megérdemlik, hogy figyelmesen ápoljuk, kíméljük őket! Mit tehetsz értük? Ne feledd el, hogy ablak közelében, a radiátortól távol szeretnek élni, és figyelj rá, hogy ne száradjanak ki!

Bizonyára észrevettétek azokat a szép színes virágokat, amiket a kollégista lányok ültettek

az udvaron mindnyájunk örömére. Gyenge kis szirmaiktól az udvar otthonosabbá válik. Óvjátok, vigyázzátok őket, hogy a növények is jól érezzék magukat köztünk!

☺ Fuss az egészségért!

A víz világnapja alkalmából Szilágyi Csilla szervezésében idén megrendezésre került a *Fuss az egészségért*! elnevezésű program, melyen a vállalkozó kedvűek egy közös futáson vehettek rész a Szent István téren. A cél nem a versengés volt, hanem egy kis idő eltöltése közösen, jó hangulatban, felhívva a figyelmet annak fontosságára, hogy vigyáznunk kell vizeink tisztaságára.

Emellett az intézményben több helyen a gyerekek játékos feladatokon vehettek részt, számos érdekes információval bővíthették tudásukat.

☺ Békamentés

Köszönet a diákoknak és szüleiknek és a tanároknak az idei lelkes békamentésért!

☺ Ügyesek, ÖKOsak voltunk! Természetes ízek, avagy házi készítésű ÖKO pályázat 2.a módra

Hozzávalók: Egy csapat lelkes gyermek (mi a 2.a osztályt választottuk ☺), egy kiváló művészeti projekt-vezető anyuka (Székely Eszti szuper menedzser!), ötletek, gyűjtögető anyukák, erős kezű apukák, egy remek fotós nagypapa (Weiling Gábor bácsinak mindig nagyon örülünk, ha köztünk van) és két hét rajz-, technika-, valamint összes szabadidős órája.

Elkészítés: Kezdd a munkát két maréknyi ötlettel, egy kávényi idővel, és dolgozd ki az alapgondolatot a művészi vezetővel! Vidd a gyerekek elé, tedd bele a *„Juj, de jó!"*, *„Szuper!"*, *„Ez az!"* kis érzéseket, és lássatok munkához! Lassan, alaposan gyúrd össze a hozzávalókat, engedd, hogy minden gyerekkéz vágjon, ragasszon, tekerjen, simítson, fessen, tehát ALKOSSON! Ha mindent jól csináltatok, két hét után a fotót feltöltheted, a rovatokat kitöltheted.

Így elkészült pályázatunkkal a környezetvédelem lehetőségeit egy fa oldalán, négy területen mutattuk be. Mit tehetünk a víz, a levegő, az élővilág megóvásáért az otthonunkban, a településeken, a természetben és a tudatos vásárláskor? A háztartási hulladékokat változatos technikákkal igyekeztünk feldolgozni. **Ezúton is köszönjük mindenkinek, aki ránk szavazott!** Örömmel tudatjuk mindenkivel, hogy pályázatunk nyert! ☺

Jeanette néni, Rita néni és a 2. a osztály

„Szerintem bámulatos, hogy ezek a másodikos gyerekek mire képesek. Nagyon ügyesek voltak, és nagyon szép, kreatív munkát végeztek. A másodikosok szerintem mindenképpen megérdemelték a díjazást..."

Szabó Gergő 7. b

☺ Miért kell vigyázni a vizeinkre?

A víz világnapját Orbánné Zs. Anci *A varázslatos víz* című kiállításával ünnepeltük kollégiumunk klubjában.

„Vándor, ki szomjadat oltod forrásom vizével.
Vigyázz reám!
Én hűsítem orcádat forró nyári napsütésben,
és frissítem fáradt testedet vándorútjaid után.
Csobogásom nyugtatja zaklatott lelkedet."

Lehoczky János: A vizek fohásza

Vendégkönyvünkből idézünk:

„A víz maga a csoda, aki így tudja megfesteni, az is maga a csoda! Köszönjük a csodás élményt!"

Szombathék

„Nagyon jó, hogy a kollégium ilyen szép képeket mutat a közönségnek!"

Csikós János és Nelli

„Minden meghal a természetben, de a művészetben soha! Gratulálok Ancika a csodáidhoz!"

Ágoston Zsuzsa

„Köszönöm ezt a szép művészi élményt: Anci képeit és Beni verseit is!"

Murányi

„Szívből gratulálok a kiállításhoz! Remek kezdeményezés és lehetőség alkotó és nézők számára."

Székely Zsuzsa

Végül, de nem utolsósorban…

Miért kell vigyázni vizeinkre, és miért nem szabad szemetelni?

Mert az: *„környezi a szennyezést!"* – vallja másodikosunk, Imre Kolos ☺

Kicsinyeink szerint…

„A szennyezett víz az rossz, nem lehet benne fürödni, és elszennyezi a Balatont." (Gyimesi Miklós 2.c)

„Azért, mert akkor a halacskák nem fognak élni." (Hegyi Miklós 1.b)

„Hogy a vizek egészségesek legyenek." (Nyári Koppány 2.c)

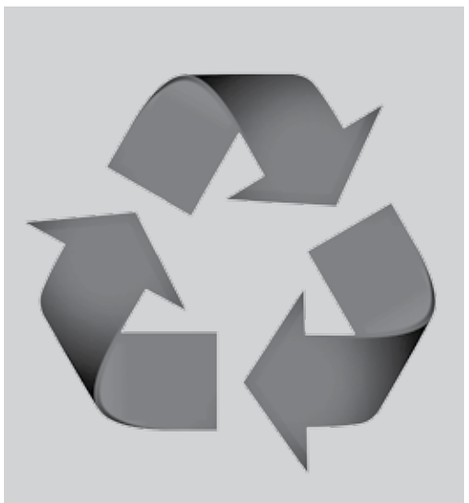
„Mert más országokban nagyon kevés a víz." (Barna Kornél 2.b)

„Ha az például egy mérgező anyag, az erdőben megehetik az állatok és meghalnak." (Ferenczi Péter 2.a)

„Azért nem szabad szemetelni, mert ha például eldobunk egy banánhéjat, más elesik rajta." (Deckner Nátán 2.b)

„Mert az tönkreteszi a környezetünket, és a bolygónkat elszennyezi." (Burka Gergő 2.a)

A Zöld rovatot Szabó Rita néni szerkesztette



Egészségünkre!

Testi, lelki egészségünkért

◆ Sportolj, mozogj, legyél sokat friss levegőn!

Lassan itt a nyár, a pihenés, ideje. Örültök, hogy életeteket nem szorítja tankönyvi keretek közé a ki- és becsengetés fenyegető réme. Nagyot nyújtózkodtok, s laza mozdulattal a szoba legtávolibb sarkába hajítjátok a sulitáskát. Rácuppantok a közösségi oldalakra, szinte beleolvadtok a virtuális térbe. A háttérben kedvenc zenétek dübörög. Felhúzott lábakkal ütitek a taktust. *„Lazulunk!"* – mondjátok ti. *„Lustultok!!!"* – morogják szüleitek… Mert hát kikapcsolódni ugyebár nem csak így lehet.

Kockulással töltött időtöket Eszter néni térképezte fel. A számok nem ellenetek, hanem sokkal inkább ÉRTETEK beszélnek! Hatodikosunk őszinte vallomása elgondolkodtató:

„Én azért szeretek a gépnél ülni, mert amikor ott vagyok, akkor nincsenek szabályok, szabadon, gond nélkül szörfözhetek, játszhatok. Miközben gépezek, jót érzek és kika*pcsolom az agyam. Amikor abba kell hagynom, valahogyan húzom az időt."*

◆ Egy kis statisztika….

Jön a nyár, lehet strandolni, biciklizni, esténként szalonnát sütni, a csillagokat bámulva beszélgetni, és Te csak a telefonodat akarod nyomni??!!

Felsős diákjaink körében készítettünk egy kis felmérést arról, hogy milyen számítógépes-okostelefonos szokásaik vannak. Ha Te is, kedves Olvasó, átlagos felsős diákunknak számítasz, akkor a felmérés alapján nagyjából **1,5 órát** nyomkodod a gépedet vagy a telefonodat egy iskolás hétköznapon. Ha fiú vagy, akkor hétvégén **4,5 óránál** is többet! (Csak zárójelben kérdezem: Tanulásra mennyi időt szánsz?) Remélem, nem tartozol abba az 5%-ba, aki idegenekkel is szokott ismerkedni, chatelni! Talán Téged is meglep, hogy a fiúk 32%-a, a lányok 5%-a olyankor is játszik/kommunikál a gépen, amikor a szülei ennek az ellenkezőjéről vannak meggyőződve! Értem, hogy a Minecraft meg a stratégiai, logikai játékok, na és persze a facebookon való nézelődés jó szórakozásnak bizonyulnak, de mi lesz így az ***igazi életeddel***??!! Fagyizni, fára mászni, grillezni, úszni, napozni, olvasni, kártyázni, társasozni sokkal jobb **igazából**, mint **virtuálisan**!

Tegyél egy próbát! Tedd félre a gépet, és éld az életed! Kellemes *kikapcsolódást!*

Eszter néni

Tudtad?! Tanáraink közül is sokan szívesen mozognak…

☺ Teri néni edzőterembe jár, Vönöczky Ági néni szívesen síel, kosarazik, biciklizik.

☺ Ágota néni élete elképzelhetetlen a tenisz nélkül.

☺ Szűcs Anita néni tornászik otthon és szívesen népi táncol.

☺ Kata néni az úszás szerelmese, Anetta néni pedig a házuk körüli erdőben túrázik szívesen.

☺ Zsuzsi néni gerinctornára jár. Adri néni napi 6-12 km-t gyalogol.

☺ Csilla néni szívesen biciklizik, és gyakran érkezik gyalog a suliba, Kertvárosból.

☺ Inez néni rendszeresen kocog, Zsani néni és Soltész Kati néni tornára jár.

☺ Petra néni szereti a pilates tornát, Guszti bácsi pedig a nagy sétákat kedveli.

☺ Gabi néni és Timi néni ősszel gond nélkül futott velünk a Fuss a rákgyógyításért! rendezvényen.

☺ Kriszti néni szívesen kirándul, Kun Eszter néni pedig szereti a teljesítménytúrákat.

☺ Késmárki Ági néni a kézilabdát kedveli.

☺ Mónika néni és Eszter néni a kertészkedéssel tartja magát kondiban.

☺ Zoli bácsi tornász énje nem titok előttünk, és ő is sokszor jön gyalogosan a suliba.

És még sorolhatnánk…

☺ **Mozogni jó!**

Márta néni: *„Rendszeresen úszok és tornászok. Az ülőmunka nagyon megterheli a gerincemet, ezért is nélkülözhetetlen számomra a mozgás, hiszen az alakformálás mellett helyes tartásra is ösztönöz. Ha eljön a nyár, rengeteg időt töltök Orfűn. Ilyenkor akár napjában kétszer is átúszom keresztben a tavat. Sokszor csak háton fekve, az égbolton kúszó felhőket figyelve ringatózom a víz tetején, és élvezem a napsütést, a madarak énekét vagy éppen a csendet.*

☺ Életforma…Fuss!

Általános iskolában sokat kellett futnunk… – sportosztályba jártam. Nem tudtam, és nem is igazán szerettem. Középiskolában nehezen ment, egyre inkább hiányosságomnak éreztem, ami gyengébbé tesz. Ekkor határoztam el, hogy kipróbálom, mi lenne, ha edzenék kicsit a Cooper-tesztre… Eljártam futkosni egy keveset, és örömmel vettem észre, hogy pár heti munka már némi javulást hozott. Innentől kezdve konokul hittem, hogy a legtöbb dolog az életben attól függően sikerül vagy sem, hogy mennyi figyelmet, energiát fordítunk rá. És később igazolta elméletemet az élet!

A sport számomra örömforrás. Egy olyan fajta öröm forrása, amelyet gyakran csak később élhetsz meg. De garantáltan elnyered a jutalmad, ha kitűzöl egy célt. Van, hogy a futásban csak kikapcsolok, lazítok, és élvezem a teremtett világ szépségeit. Isten gyönyörű erdőket, harmatos mezőket, a képzeletet megmozgató felhőket, illatos virágokat, hűs hegyi forrásokat teremtett körénk.

Mi ezt nem tudjuk…

Csak akkor nyílnak ki az érzékszerveink, ha megállunk egy picit (abbahagyjuk mindennapi, jobbára haszontalan tevékenységeinket: kapkodás, önsajnálat, kifogáskeresés… stb.), veszünk egy mély levegőt, és elindulunk, de úgy, ahogy a Jóisten megteremtett. A gondjaink, kifogásaink, butaságaink nélkül. Ekkor megnyílik a szemünk a tavaszi ég végtelen kékjére, az orrunk nem csak kapkodja a levegőt, hanem boldogan válogat a mezei virágok illatai között, bőrünk megérzi a napsugarak érintését, és egyszerre tiszta lesz előttünk: Isten szeret! Tamás apostol nem hitt, amíg nem látta, tapasztalta Krisztust. Nem várható el Tőled sem, hogy bizonyíték nélkül megértsd, miről is van szó. De ha felnyílik végre a szemed, és meglátod azt, Aki körülvesz, nem lesz több kérdés… megérted és kész.

De hogy jutsz el idáig? Kínkeserves, verejtékes küzdelemmel, melynek a gondolatától is összeszorul a gyomrod… NEM!

Első lépés: Ülj le, gondold végig, mire vagy képes – futás, túrázás, bringázás… stb. tekintetében – és tedd a lécet kicsit lejjebb! Érd el azt, hogy ne fáradj el! Ha kell, csak pár percig mozogj, de ne essen rosszul! – Első lépés kipipálva, megvan a jó élmény, ma én győztem!

Második lépés: Dönts! Határozd el magad, hogy hétről hétre ismételni fogod a mozgást! Ne a végét határozd meg, hogy meddig, hanem csak annyit, hogy csinálod és kész. A „nincs időm" nem létezik! Minden nap 24 órából áll… csak nem akarsz ennél is többet edzeni egyszerre…?!

Harmadik lépés: Kitartó elhatározás. Elkezdeni és befejezni (abbahagyni) mindenki képes egy dolgot. Te csináld! Ne csak elkezdd! Kezdd el, és csináld úgy, mintha lélegeznél… életed végéig. Kinek jut eszébe előbb abbahagyni a légzést, mint az élet utolsó pillanata… de a légzés miatt nem is agyalsz sokat, hiszen az életed természetes része… Legyen a mozgás is az! Ne feledd: „Ahol akarat van, ott út is van…"

Negyedik lépés: Merd emelni a szintet! Amikor beérik a kitartó munka gyümölcse, azt veszed észre, hogy túl könnyűek lesznek a korábbi feladatok, távok. Ekkor ideje kicsit emelni a lécet. Arra figyelj, nehogy túl nagyot lépj, csak óvatosan nehezítsd a dolgod!

Ötödik lépés: Keresd az örömöt, a szép élményeket! Örülj a munka gyümölcsének, ne váljon üres megszokássá. Add meg a tiszteletet nap mint nap a mozgásnak azzal, hogy tiszta fejjel, tudatosan állsz neki! Légy tisztában vele, hogy pihenni, és nem dolgozni indulsz. Ne vedd félvállról attól, hogy könnyedén teljesíteni tudod a távot, hiszen pont ez a lényeg: ne egy újabb kemény feladat álljon előtted nap mint nap (van abból épp elég az életben), hanem egy könnyed élmény.

Hol tartok én most? Életformává vált számomra a sport. 1-2 km kínkeserves lefutásától eljutottam 30-40 km könnyed lefutásáig. Néhány perc kerékpározástól, mely után zsibbatagon remegtek a térdeim, 6-8 órás 180-220km jóleső megtételéig… Megerősödtem, kitartóbb lettem… Ami még fontosabb viszont, hogy a mozgás a jellemet is formálja. Megismered az alázat, a siker, a türelem, a kitartás, az öröm, a kudarc, a boldogság és a magabiztosság érzéseit, közvetlen közelről. Megtanulod a hétköznapok terheit letenni, mint egykor az imádkozni érkező vándor az áldozati ajándékot tette az oltárra. Megtanulsz tiszta fejjel és szívvel járni a világban. Ez pedig feltétlenül szükséges ahhoz, hogy a teremtett világ csodáit ne csak egy koszos, megszürkült üvegdobozból szemléld, hanem a bőrödön érezd, a füleddel halld, a szemeddel lásd, és higgy…

Molnár Gyula bá'

U.I. **Sosem késő elkezdeni!** Április 22-én nagy örömben volt részünk, amikor intézményünkből tizenhatan együtt futhattunk a Nagy Lajos Gimnázium tanulóival. Az áprilisban Dallasból Pécsre látogató idős, sportos szerzetes atya biztatására, rövid néptáncos bemelegítést követően 2, 5 kilométert kocogtunk Pécs belvárosában. Marton Bernát atya mozgás iránti szeretetével is az Evangélium örömhírét szeretné maratoni „futótűzként" terjeszteni a világban. 55 éves korában kezdett el futni. Hány évesek is vagyunk? Sosem késő!

Minden sport kitartásra nevel! nem csak alakodat, lelkedet is formálja!

Testi-lelki spinningre fel! ☺

Nem mindegy, mit eszel! Táplálkozz okosan!

• Egészségnapunk margójára…

Januárban az Egészségnap keretén belül a 7. és 8. osztályos lányok hallgathatták meg Sziszi néni előadását ***Szépség és egészség, avagy ép testben ép lélek, vagy ép testben épp, hogy élek?!*** címmel.

A tanárnő beszélt az egyre gyakoribb betegségekről, amik leginkább a fiatal lányokat érintik manapság. Megemlítettük ezek közül az anorexiát, ami kóros soványságot, és a bulimiát, ami farkaséhséget jelent. Megtanultuk, hogy ezek a betegségek lelki eredetűek, és ezeket a sebeket nem lehet étellel vagy annak megvonásával begyógyítani.

Sziszi néni figyelmeztetett, hogy a rendszeresség, a napi öt étkezés, a folyadék és a mértékletesség rendkívül fontos mindenkinek. Fel lehet írni, hogy egy nap mit ettünk és mennyit. Feljegyezhetjük, hogy mennyit mozogtunk és azt, hogy a napi feladatainkkal naprakészek vagyunk-e.

Köntös Réka, 8. oszt.

• Jó tanácsok fürdőruhaszezonra…

Közeleg a nyár. Sokan feltehetően aggódtok, mi lesz, ha fürdőruhát kell húzni. Leginkább talán kamaszaink sóhajtoznak…

Tudjuk, hogy sokszor nehéz megbarátkoznotok megváltozott testarányaitokkal, amik ennek az életkornak a sajátosságai. Sokan túlsúlyosnak érzitek magatokat, holott a megváltozott testalkat a női formák kialakulásának természetes velejárója. Mások ezzel ellentétben túl soványnak tartják magukat. Így se jó, úgy se jó. Bármelyik csoportba is tartoztok, Marianna néni, intézményünk védőnője hozzátok is szeretne most szólni az egészséges táplálkozás és életmód kapcsán.

Ahogyan táplálkoztok, óriási mértékben befolyásolja felnőttkori egészségi állapototokat. Hiszen most van kialakulóban izomza-

totok, csont-, ideg-, és hormonális rendszeretek. Egészségetek megőrzéséhez napi szinten legalább negyven féle tápanyagot kellene fogyasztanotok, ami egyoldalú diétával nem valósítható meg. Fontos, hogy egy-egy felkapott divathullám miatt ne kezdjetek esztelen, átgondolatlan koplalásba! Egyik manapság népszerű diéta sem felel meg az egészséges fogyókúra alapvető szabályainak. A minőségi éhezés, amikor nem megfelelő minőségű táplálékot visztek szervezetetekbe (pl. ha kizárólag szénhidrátot vagy fehérjét fogyasztotok, mellőzve étrendetekből a vitamint, zöldséget, ásványi anyagokat) komoly betegségek kialakulásához (pl. cukorbetegség) és elhízáshoz vezethet.

Nem egészséges a hirtelen fogyás, ami az egész szervezetet megterheli. A bőrön is meglátszik, amin striák (csíkok) keletkezhetnek. Koncentráló képességetek, teljesítményetek is gyengülhet.

Sokkal hatékonyabb, ha fogyókúra helyett inkább vegyesen táplálkoztok. Mit is akar ez jelenteni? Megfelelő fehérje-, kalciumforrás biztosítását, tejtermékek, sovány hús, diófélék, zöldségek, gyümölcsök, teljes kiőrlésű pékáruk fogyasztását. Jó mellőzni a tésztaféléket, nassolnivalókat, édességeket, és elhagyni étrendünkből a fehér cukrot. Mivel a mesterséges édesítőszerek egészségtelenek, a fehér cukrot természetes édesítőszerekkel próbáljátok meg helyettesíteni (nyírfacukor, stevia, kevés méz)!

Elengedhetetlen a nyugodt étkezés, a napi egyszeri meleg étel fogyasztása, és az is lényeges, hogy reggeli nélkül senki ne induljon el iskolába!

Minimum 2-2,5l vizet el kell fogyasztania még a fogyókúrázóknak is, sportolóknak még többet. Figyeljetek rá, hogy a folyadék elsősorban víz legyen, ne pedig cukros üdítőital. Végeztek egy felmérést, ahol az egyik kontrol csoport tagjai kevés folyadékot, a másik csoportban résztvevők pedig elegendő vizet ittak. Egyértelműen jobban teljesítettek azok, akik megfelelő mennyiségű folyadékot vettek magukhoz.

Egészséges életmódot folytatni, fogyókúrázni mozgás nélkül lehetetlenség. A tévé, számítógép előtt megnő a nassolási vágy. Ha már mindenáron le akartok dobni néhány kilót, táplálkozzatok egészségesen, és mozogjatok minél többet! Igyekezzetek megtalálni a számotokra és testalkatok számára is legmegfelelőbb mozgásformát, amit örömmel, nem pedig kínlódva végeztek. Este hat után már ne egyetek! A változatos táplálkozás, az elegendő testmozgás ugyanúgy fontos a vékony testalkatú emberek számára is.

Ha nagy öröm, siker ér benneteket, ne édességgel jutalmazzátok magatokat! Ha stresszeltek, aggódtok, lehangoltak vagytok, akkor se a hűtőt nyitogassátok! Jön a nyár, fussatok, ússzatok, biciklizzetek, kiránduljatok, beszélgessetek nagyokat kint a szabadban, jó levegőn! Ha pedig testi-lelki egészségetekkel kapcsolatban valamiben bizonytalanok vagytok, sose szégyelljetek tanácsot kérni hozzáértő, megbízható személyektől. Intézményünkben Alíz doktornőt és engem is bátran kereshettek. Forduljatok hozzánk bizalommal!

És végül…

Vigyázzatok, hogy külső-belső elégedetlenkedéseteknek ne legyenek felnőtt életetekre is kiható, maradandó, káros következményei.

Magyar Marianna, intézményünk védőnője

• Ruha mizéria… Jó tanács ötödikes leányainktól

Az emberek általában szeretnek meleg nyári napokon kivágottabb ruhákban járni. De vigyázz, mert Isten a testünket nem azért teremtette, hogy másoknak mutogassuk! A kivágottabb ruhák nélkül is lehetsz szép, csinos és divatos. Öltözködj korodnak megfelelően!

Laufer Noémi, Németh Odett

• Forró napokon gyümölcstea…

Hamarosan jönnek a forró napok, amikor jólesik majd egy pohár frissítő ital. Ráadásul **nagyon fontos is, hogy elegendő, jó minőségű folyadékot fogyasszunk.** Nagyon jó ilyenkor a citromfű, a borsmenta, a kettő keveréke, az erdei málna, az erdei szeder, a kettő keveréke, a bodza- és a csipkebogyótea. Elkészítésük egyszerű: 1 liter forró vizet ráöntünk kb. 1 evőkanál teára, s 5-10 percig állni hagyjuk, majd leszűrjük. Kivétel a csipkebogyó, amit hideg vízben kell áztatni 3-4 órán át, majd leszűrni, és hidegen inni. Ezek a teák ízesítés nélkül is finomak, de ha valaki az édesebb ízt kedveli, tehet bele mézet. Cukrot semmi esetre sem!

Ezeket a teákat lehet kapni a gyógynövényboltokban és a bioboltokban is. Itt készen is lehet vásárolni Gyuri bácsi féle Nyári teát, ami nagyon finom.

Ajánlom még a citromos vizet, amit úgy készítünk, hogy 1 liter vízbe belecsavarjuk 1 egész citrom levét. Lehet ebbe tenni 1 citromfű- vagy borsmentaágat.

Természetesen a teák mellett a tiszta víz: forrás- és ásványvíz fogyasztása is elengedhetetlen a nagy melegben.

Vönöczky Ági néni

Tiszteld az ételt!

Testünk, lelkünk, szellemünk táplálékai…

• Friss pékáru a suli büfében…Kemény munka a langymeleg pogácsa mögött…

Reggel 5:30-kor kezdem a munkát. Azért, hogy 7-re, a büfé nyitására friss pékáru fogadja a vásárlókat. Általában 2 kg pogácsát, 1-1 kg kakaós és fahéjas csigát, 1-1 kg pizzás és tejfölös csigát készítek.

Miután kivittem ezeket a termékeket a büfébe nyitásra, nekiállok (újból) kézzel dagasztani többféle tésztát (ezek a termékek házi termékek, mert mindent kézzel készítek, mint otthon), az igényeknek, kívánságoknak próbálok megfelelni. Naponta 10-13 kg lisztet, plusz 2 kg szórólisztet használok fel. Amikor nem sütök a büfébe, akkor a konyhában segítek be. A legnagyobb segítségem a szakácsnő, Valika, ő mindenben nagyon sokat segít. A tulajdonos is, Heizler Péter, mindent megtesz, hogy nekem könnyebb legyen, mert biztosítja, hogy a pékáruba minőségi alapanyag kerüljön, és ez nagyon fontos, sokat számít az ízek miatt. Gizike mindenre odafigyel, és ha bajban vagyok, ő ott terem és megoldja, hogy zökkenőmentesen menjen a sütés!

A munka vége mindig változó, amíg nem végzek, ott maradok, hogy másnap szintén megfeleljek.

Én szerencsés ember vagyok, mert a munkám a hobbim is egyben. Nehéz, de örömmel tölt el, amikor a gyerekek mondják, hogy a Nagymama sütijére emlékezteti az én sütim, ilyenkor minden fáradságot elfelejtek.

Veszeliné Győr Györgyi Julianna

Jóleső mozgás, finom étel, hűsítő ital,

érdekes könyv és egy klassz film…

„A számítógép és a tévé sok áramot fogyaszt. A könyv azonban abszolút környezetbarát.”

Tóth Márton 5. b

◆ Könyvajánló a nyárra

Gimesi Dóra- Jeli Viktória- Tasnádi István- Vészits Andrea: ***Időfutár***

Az Időfutár alapszála a mai világban fut, és egy körző megtalálása okozza a bonyodalmat, de a történet Hanna fantasztikus időutazása által visszanyúlik egészen a 18. századig. Miközben egy fantasztikus könyvet olvasunk, akaratlanul is törit tanulunk. Én például innen jegyeztem meg a bányavárosok egyikét, Selmecbányát, ugyanis a történet során igen jelentős események kapcsolódnak ehhez a helyhez. Ajánlom mindenkinek!

Sebők Aida 6.b

Hegedűs Géza: *Az írnok és a fáraó*

A regény története Kr.e. a 4. évezredben az ókori Egyiptomban játszódik. Ajánlom a könyvet azoknak, akik szeretik a kalandregényeket és a történelmet, mert nagyon sokat megtudhatunk belőle az ókori egyiptomi emberek hétköznapjairól. Idézet a regényből: *„Mindenki megváltozhat. Mindenki jó útra térhet, ha szeme kinyílik a fényességre, és szívében megszereti a világosságot.*

Csonka Zétény 6.b

Könyvek könyve! Olvassuk nyáron is a Szentírást!

„A Biblia olvasása nyugalmat ad és növeli a hitedet."

Varga Jani 3. a

Ajándék, hogy tanulhatsz!

Sokatmondó, mozis filmajánló Anetta nénitől

Utam az iskolába

Márciusban több tanárotokkal együtt moziban voltam, és egy dokumentumfilmet láttunk, melynek az volt a címe, hogy *Utam az iskolába*. A film olyan távoli országok négy kisdiákjáról szólt, akik fényévekre laknak egymástól – Marokkóban, Argentínában, Kenyában és Indiában – , mégis van bennük egy közös dolog: nap mint nap hatalmas távolságot, sokszor 10-20 kilométert (!) tesznek meg azért, hogy eljussanak az iskolájukba. Van, aki gyalog, más lóháton, és van, aki testvérei segítségével kerekesszékben, 2-3 óra alatt jut el az iskolába. Útjukat nehezítik a körülmények: magas hegyeken, sziklás vidékeken, szélben – porban kell azt megtenniük. Gyakran igazi kalanddá válik a több órás út: elefántcsorda vagy egy csapat zsiráf elől kell menekülniük, ami ráadásul egyáltalán nem veszélytelen.

Még valami van, ami közös bennük: már az út során jelesre vizsgáznak bátorságból, segítőkészségből és testvéri szeretetből, hiszen nem egyedül kell megküzdeniük a nehézségekkel. Céljuk pedig nem más, mint hogy tanulhassanak, ezért képesek ekkora áldozatot vállalni minden egyes nap.

Te örültél-e valaha annak, hogy iskolába járhatsz és van lehetőséged arra, hogy tanulj? Vagy ez már olyan természetes? Reggel a buszon szoktál-e zsörtölődni azon, hogy már megint tömve van a 2-es, és most sem tudsz leülni?

A film számomra is elgondolkodtató volt: én 15 percet autózom reggel, hogy beérjek a suliba. Neked mennyi idő az út az iskolába?

Anetta néni

„Csapó egy, forgatás indul!"

A főbb szerepekben: az 5. a osztály emlékezetes márciusi műsora, valamint a színjátszás és a kórusmunka öröme…

Fő- vagy mellékszerep? Mindig örömmel fogad a suli pódium, a színjátszó szakkör és a felsős kórus! ☺

• Néhány sor felejthetetlen március 15 - i ünnepi műsorunk margójára…

Szent II. János Pál pápa szerint a háború mindig az emberiség kudarca. Sokan úgy gondolják, egy háborúnak soha, senki nem lehet győztese, mert az mindig öldökléssel és szenvedéssel jár. Ennek ellenére sokat tanulhatunk 1848 nemzedékétől:

Az igazságért bátran harcolj! A gyengéket és elesetteket védelmezd meg! Az elnyomás ellen emeld fel a szavad! Hazádhoz légy hűséges!

Mónika néni

U.I. Ezúton is köszönjük Mónika néni és az 5. a osztály tanulóinak színvonalas műsorát!

• Színjátszó szakkör

„Színház az egész világ" – mondja Shakespeare, és mi, színjátszósok is ezt valljuk. A színjátszó foglalkozások a játék jegyében telnek: drámajátékokat, improvizációs gyakorlatokat, közösségi játékokat játszunk, amelyek nem csak arra szolgánk, hogy jól érezzük magunkat és rengeteget nevessünk, hanem elősegítik azt is, hogy a színpadi játékunk egyre kifejezőbb legyen. Minden évben bemutatunk egy színdarabot is, az idén Mátyás királyról szóló történetekkel szeretnénk megörvendeztetni a közönséget. Reméljük, hogy nézőink élvezni fogják majd az előadást!

Néhány egyéni vélemény, hogy ki miért szeret ide járni:

„Én azért szeretem a színjátszót, mert sokat játszunk, és nagyon jó kis darabokat adunk elő." (Bertalan Laura 5.b)

„Itt a képzeletünk addig száll, ameddig csak akarjuk."

Dul Dorina 5.b

„Azért szeretek ide járni, mert színdarabokat tanulunk, és szoktunk élő tablókat is csinálni." (Szélig Péter 5.a)

„Én nagyon szeretek színészkedni, és itt lehetőségem van rá." (Bizau Tímea 5.b)

Nagy Kata néni

• Felsős kórus

„Öröm a földön nemesebb
nem is tudom, mi más lehet,
mint amit az ének szerez,
az ékesség, a zengzetes."

Iskolánknak két kórusa is van. Most **a felsős Szent Gergely kórus**ról olvashattok.

A jelenlegi énekkar tavaly szeptemberben szerveződött újra. 30 énekesünk fele zeneiskolás, fele „szerelemből" jár. Vagyis mindenki szeret énekelni, aki csatlakozik hozzánk.

Mindig úgy tekintek mindenféle kis társaságra, akik a „kezem alá" kerülnek, mint egy kis közösségre. Kircsi László tanár úr, aki a kamarazene-tanárom volt 25 éve, azt mondta, hogy egy vonósnégyes csak akkor szól jól, ha úgy ismerjük egymást, mint a tenyerünket. Ezért legyünk együtt, kiránduljunk, beszélgessünk, amennyit csak tudunk! Ezt vallom én is, ezért szervezek egy őszi és egy tavaszi kórustábort. Itt legalább annyit játszunk, mint amennyit énekelünk.

Emellett sok-sok szereplésünk közül a nevesebbek után egy lazább, átbeszélős, játszós próbát szoktam tartani. Igazán nem panaszkod-

hatunk arra, hogy nem kíváncsiak ránk, mert egy tanév alatt rengetegszer megmutathatjuk magunkat. Az iskolai ünnepségek, hangversenyek, rendezvények, a havi iskolai misék állandó résztvevői vagyunk. Emellett alkalmi meghívásoknak is eleget teszünk (pl. a máriapócsi kegykép előtti éneklés).

Ez a sok (átlagban kéthetenkénti) szereplés megkívánja tőlünk az állandó készenlétet és színvonalat is, amit nem könnyű tartani. Hiszen heti kétszer 45 percben találkozunk. Sikerünk titka az lehet, hogy egy jó kis közösség vagyunk.

Szeretettel várunk Téged is, ha felsős vagy, szeretsz énekelni, és szívesen jönnél közénk!

Porvayné Buzás Inez néni

♪ Énekelni sosem ciki! ♫

♪ Kórusban énekelni újratöltődés!

„A zene lelki táplálék…" – mondta Kodály Zoltán. Kórusban énekelni újratöltődés! Legyen bármilyen nehézség, fáradtság, a jobb agyfélteke olyan érzelmi hálót rezget éneklés közben, amitől hegyeket megmozgató erőre kap mindenki. Az egymásra figyelés, mint az érzelmi intelligencia egyik készsége, remekül fejleszthető fiúknál, lányoknál egyaránt a kóruséneklésnél. Bizonyított tény, hogy ettől még okosabbak is leszünk. Ugye hallottál már olyat, aki fejhallgatóval énekelt, miközben zenét hallgatott?! Ez a „hang" a kóruséneklésnél kizárt, hiszen ott a kooperatív együttműködés, az egy húron pendülés magasiskolája zajlik. Az a harmónia, a közös lélegzetvétel, amikor a kórus együtt szól, olyan nagy rendet rak benned, hogy az átélt élményt újra várod! Gyerekkorom óta énekelek kórusban. A székesegyházban a húsvéti misén megszólaló Halleluja olyan áradó öröm, amit szóval nem lehet elmondani, leírni. Aki még nem énekelt együtt másokkal, az próbálja ki, mert igazi erőt ad és önbizalmat! Énekszóval hálát adni életünk dolgaiért, dupla imádságnak számít! És énekelni mindenki tud, csak el kell kezdeni, mert: *„A zene az kell, mert körülölel, és nem veszünk majd el."*

Helsták Edit néni

Mesél a zenesuli…

A zene: öröm, bánat, gyógyír, de rombolhat is!

Könnyebben tanulunk meg az anyanyelvünkön, ha énekelünk, vagy ha pl. angol és német órán énekeljük a sajátos népdalokat.

Az imákat is gyorsabban, könnyebben tanítják meg a gyermekeknek, ha éneklik, különösen fontosak a népdalok és a népénekek (egyszerű, mégis pompás dallamok, a szöveg pedig már az őseink üzenete)!

Hát még, ha hangszeren tanulhatunk, ha ebben támogatnak a szüleink és lehetőséget kapunk arra, hogy „belekóstoljunk" vagy „kiforrott" muzsikussá érjünk évek – évtizedek alatt!

Sokat kell **dolgozni** ezért. Rengeteg öröm, fáradság, gyötrődés, de **csoda** is!

Ha azt tapasztaljuk, hogy már nemcsak saját magunknak okoz felhőtlen örömöt, hanem a

hallgatóság: tanárunk, ismerős és ismeretlen is így érez!

Az ember **isten** sugallata által tud olyan zenét alkotni – szerezni, komponálni, ami a lelkünket is gyógyítja!

Vigyázzunk arra, hogy a gépi, hangos, mármár elviselhetetlen decibel ne tegyen minket beteggé!

Próbáljuk ki a **csendet!** Tele van az is muzsikával, hiszen a belső hallásunk azonnal működésbe lép, s talán szebben is szól, mint az a hangzavar, amely sokszor összeroppant, beteggé tesz! Óvjuk magunkat ettől!

Énekeljünk hangosan vagy halkan, esetleg hangtalanul! Játsszunk hangszeren, szerezzünk örömet magunknak, másoknak és ISTEN dicsőségére!

Csajághy Györgyné Julika néni

Egy szólam a megszentelt élet évének szimfóniájából

Sok alkalommal foglalkozunk idén a megszentelt élet évével. Én is elkezdtem töprengeni, hogy vajon zenészként hogyan lehet Isten szépségét, jóságát megmutatni, hogyan lehet Hozzá szólni a zene nyelvén. Nagyon sokféle stílusú, műfajú zene létezik. Van-e olyan, ami különösen is Isten zenei nyelve? Vajon Ő milyen zenével szereti, ha szólunk Hozzá? Létezik-e ilyen szempontból „megszentelt" zene?

Vajon csak az a zene tekinthető annak, amit a szerzetesközösségek énekelnek a gregorián zsolozsmában? Esetleg az, ami a templomokban szentmise alkalmával elhangozhat (gregorián ének, orgonával kísért népénekek, taizéi énekek, orgonamuzsika)? Ezek a dalok, zenék szépek, Istenhez emelik a lelket. De vajon van-e még más zene, ami által Istennel találkozhatunk?

Sok templomnak van énekkara. Különféle stílusú, legnagyobbrészt komolyzenei kórusművekkel szolgálnak a miséken. Magam is részese voltam ilyennek sok éven át. Középiskolai, egyetemi kórusokban is sok egyházi művet énekelhettem. A zenei műveltségem gyarapodásán kívül hitemben, valamint közösségi élményekben is gazdagabbá tett ez az időszak.

Voltak és vannak ma is zeneszerzők, akik hitükből fakadóan vagy akár együttesek megrendelésére sok egyházi énekes és hangszeres zenét írtak, sőt bibliai témájú színpadi műveket, operákat is. Nagyszerű zenei kincsek ezek.

Tudunk néhány zeneszerzőről, akik a megszentelt élet valamely formáját választották: Antonio Vivaldi pap volt, Liszt Ferenc idősebb korában felvett kisebb papi tisztségeket, „Liszt abbé"-nak is szólították. Ebből az időből több szép egyházi műve származik. Johann Sebastian Bach családos ember volt, de élete során sok évet töltött egyházi szolgálattal, remekműveket alkotva. Gondoljunk csak a Máté- és a János-passióra, a h-moll misére, orgonaműveire, egyházi kantátáira.

És nézzünk saját magunkra is, akik szívesen énekelünk gitárkíséretes ifjúsági lelki énekeket, játszunk (mint például az iskola zenekara) spirituálé-feldolgozásokat, szolgálunk az iskolai misén a kórusban, vagy akár egy hangszeres szólamot játszva.

Tágan értelmezve – úgy gondolom – minden zene, ami Istenről vagy Istennek szól: imádság. Legyen az gregorián dallam, reneszánsz motetta, Mozart c-moll miséje, Verdi Requiemje, egy néger spirituálé, egy vallásos szövegű népdal vagy egy könnyűzenei dicsőítő ének. Isten mindezeket az „imanyelveket" érti, és örömmel fogad minket, bármelyikkel szólunk Hozzá.

Ezt a gazdagságot látva sokak bánkódnak, hogy a templomokban szertartások kereté-

ben nem minden műfajú egyházi zenét lehet énekelni, játszani. Pedig milyen jó, hogy így van… Így nem csak a templomban imádkozunk! ☺

Szabó Anikó néni

Kamarazene gyerekszemmel

A február végén megrendezett kamarazene hangverseny után kérdeztem meg néhány zeneiskolást, hogy miért szeretnek társaikkal együtt zenélni.

♪ „*Egy szólam önmagában könnyű, az összhangzás viszont magas szintű.*" **(Merkl Gergely)**

♫ „*Ha sokszor próbálunk együtt, sokkal jobban összebarátkozunk, és jobban figyelünk egymásra.*" **(Kovács Máté 3.b)**

♪ „*Szebb a dal, ha van hozzá kíséret.*" **(Egressy Bernadett 2.c)**

♫ „*Egy szólódarabban több dologra kell egymagamnak figyelni. Kamarában a nehézségeken is többen osztozunk.*" **(Tóth Tamás)**

♪ „*Ha elrontom a dallamot, a másik vissza tud segíteni.*" **(Horváth Bendegúz 6.b)**

Gyűjtötte: Szabó Anikó

A Nagy Lajos Gimnázium Orff zenekara idén ünnepelte fennállásának 50. évfordulóját

Iskolánk zenekara abban a megtiszteltetésben részesült, hogy felkérést kaptunk az egyik műsorszám közös eljátszására. Kis csapatunk nagy lelkesedéssel készült erre az izgalmas feladatra. A Jégvarázs című mese egyik közkedvelt dalát kellett megtanulnunk. Hosszas gyakorlás után következtek a közös próbák. A próbák jó hangulatban teltek, összecsiszoltuk tudásunkat a gimisekével, és sok új embert ismertünk meg. Április 10-én eljött a várva várt esemény. Csák Lili tanárnő vezényletével színpadra álltunk, és nagy sikert aratva előadtuk a „Legyen hó"-t. A Jubileumi koncert színes programmal szolgált. Hallhattunk Bachtól, Orffon át, Simon and Garfunkel művet is. Nagyon szép este volt. Ivasivka Mátyást, a zenekar megalapítóját is hallhattuk, ahogy visszatekint az elmúlt 50 évre, sajnos csak felvételről. Ezúton is kívánunk neki jobbulást! Csák tanárnővel megbeszéltük, hogy a közös zenélésre jövőre újra sort kerítünk. Nagyon büszkék vagyunk zenekaros növendékeinkre! Csak így tovább…

Zsuzsa néni, Teri néni

U.I. Kedves Zenekarosok!

Örömmel tudatom Veletek, hogy zeneiskolánk 1.200.000 Ft -ot nyert a nyári zenekari táborhoz a tehetséggondozási pályázaton. Így hát június 15. és 21. között várunk bennetek sok szeretettel a táborba!

Szeretettel: a zeneiskola tanárai

Ha van kedvetek, színezzétek ki Vogronics Ákos rajzát!

Velünk történt

Felejthetetlen fejezetek intézményünk mindennapjaiból

PiCiNKe oldalak

Mesél az ovi…

Gondolatok a megszentelt élet évében – *Ki a szent ovis szemmel?*

„Szent az, aki kedves, aki nagyon jó és sokat imádkozik. Aki mindig szót fogad. Aki mindig szeret. Aki segít másoknak. Aki a sírókat megvigasztalja. Szentek vagyunk, ha elesik valaki, azt felsegítjük. Szentek vagyunk, ha amikor kettő van nekünk valamiből, az egyiket odaadjuk valakinek. Szentek vagyunk, ha barátunk tesz valami rosszat, és akkor is szeretjük." ☺

Az ovis véleményeket Csendes Rita néni gyűjtötte össze.

☺ Szentnek lenni jó! Ovisnak meg pláne! ☺

Óvodás lehettem egy napra

Március 19-én, Szent József napján különleges nyílt napot szerveztünk a „csoportunkba járó" apukák számára Ezen a napon bejöhettek hozzánk a csoportszobába és bekapcsolódhattak az adott óvodai tevékenységbe. Az apukák 7 órától kezdve folyamatosan érkeztek. Voltak, akik asztali építőkkel ügyeskedtek. Másokat társasozni, kártyázni hívtak a gyerekek. Az egyik apuka mesét olvasott a kislányának – ezzel magukhoz vonzottak még néhány érdeklődőt. Mindnyájan áhítattal figyelték a mesélő apát. Az egész szobát betöltötte a szeretetteljes, alkotó-tevékenykedő légkör. Volt olyan is, aki még öltönyét sem féltve térdelt a szőnyegen, mivel kislánya autópálya építésre kérte. A szabad játék alatt a felnőtt-gyerek tevékenység mellett megjelent az apa-apa játékpáros is. Leültek egy-egy kisszékre a gombfoci asztalhoz, így magasságukkal „beépültek" a gyerekek közé. A gólokat lányaik jegyezték a mágnes táblán. Valamivel 9 óra előtt elkezdtünk rendet rakni. Nagy körbe raktuk a székeket, középre asztalt vittünk, melyre lila terítő és gyertya került. Először arról beszéltünk, hogy milyen jó volt együtt játszani az apukákkal. Így jutottunk el Szent József alakjához, akinek aznap volt az ünnepnapja. Felelevenítettük, mit is tudunk róla. Ő nem lázadt Isten ellen akkor sem, amikor háromszor kellett újrakezdeni az otthonteremtést: Betlehemben, Egyiptomban, és Názáretbe visszatérve a lepusztult, több éve otthagyott „ régi" házban. József elégedett volt küzdelmes helyzetével, nem kívánt Istentől csodát körülményei jobbítására. Inkább minden erejével és tudásával dolgozott családjáért és rendületlen hittel bízott Istenben. Komolyan vette apai szerepét: a kornak megfelelően saját mesterségére tanította Jézust. Istennek való engedelmességéért József szent lett, az édesapák védőszentje.

Ezután a gyerekekkel hálát adtunk Istennek az apukákért. Imádság után megköszöntük a körünkben ülő apukáknak az együttjátszást. Örömünk jeléül a gyerekek nyakunkba akasztották a *„Kiváló apa és példamutató játszótárs"* feliratú, névre szóló kitüntetést.

Összegezve elmondhatjuk, hogy vidám, élményteli nap volt mindannyiunk számára. Ezt bizonyítják a gyerekek e napról készült rajzai, valamint az apukák lelkes visszajelzései: *„Jó volt óvodásnak lenni!”*

Részlet Tóthné Guzsvány Ágnes – a Szívecske csoport óvónőjének beszámolójából

Gondolatok Uzsalyné Dr. Pécsi Rita *Szemünk fénye* c. előadásáról

Személy szerint rég hallgattam ilyen érdekes és hasznos előadást. Bevallom, sokkal több értékes információhoz, módszerhez, magyarázathoz jutottam, mint amire számítottam az előadás előtt. Több könyvet is elolvastam már az óvodás gyerekek fejlődéséről, mely során a felnőtt számára sokszor megterhelő folyamatok zajlanak (egymás után újra és újra ismételt cselekvések, a rengeteg kérdés stb.), de eddig nem találkoztam ilyen jól felépített előadással, ahol pontosan bemutatta az előadó, mi miért van (kezdve a fiziológiai alapoktól), és ami a legfontosabb, hogy rengeteg hasznos, gyakorlati tippet kaptam, hogy lehet a „nehéz” szituációkat kezelni.

Jó volt látni, hallani azt, hogy a gyerekeknek ebben a korban normális tartozéka a hiszti, a felnőtt kéréseinek alacsony hatásfokú teljesítése és … sorolhatnám oldalakon keresztül. Ugyanakkor rávilágított arra is, hogy a sokszor kemény gyerekszülő csata kimenetele nagyon fontos a gyerek fejlődésében, a korlátok, veszélyek megismerésében, és ehhez rengeteg gyakorlati tanácsot kaptam, melyek közül többet azóta is sikeresen alkalmazok. Hihetetlen, hogy mennyi ötletet, módszert, kutatási eredményt átadott nekünk az előadó. Köszönöm, hogy részt vehettem ezen a nagyon hasznos tréningen, az eddigi legjobb „használati utasítást” kaptam a gyerekekhez.

Hunyadi Bálint (Halacska csoport)

Tippek, ötletek a nyári szünetre

Nemsokára itt a szünidő, a gyerekek hosszabb időt töltenek otthon a családdal, így lehetőség nyílik sok közös tevékenykedésre, kirándulásra. Ezekhez próbáltunk segítségül néhány olcsó, könnyen kivitelezhető ötletet, tippet összegyűjteni:

– Nyáron, ha együtt kirándul a család, gyűjtsetek össze mindenféle kincseket (kavics, toboz, makk, levelek, virágok stb.), melyekből a közösen eltöltött idő alkalmával készíthettek pl. állatokat, kavicsokat dekorálhattok, és abból később társasjátékot készíthettek.

– Kirándulások alkalmával vigyetek magatokkal újságpapírt, madzagot, melyekből készíthettek botok segítségével pl. papírsárkányt, patakhoz érve kishajókat hajtogathattok stb.

– Otthon fellelhető tárgyak (régi gombok, parafadugó, műanyagpalackok, dobozok stb.) jó alapanyagok a közös játékokhoz:

• *Gombokból képkészítés, gombfoci* • *dióhéjból állatok, parafadugóból hajó, társasjátékhoz bábu* • *üres palackos üvegből kuglibábuk* • *gyufás skatulyából kincsesláda, puzzle* • *papírdobozokból garázs, babaház, terepasztal* • *újságpapírból memóriakártyák* • *Készítsetek képeslapokat a barátoknak, csal*ádtagoknak! • *Ha kertes házban lakunk: akadálypályát tervezhetünk* • *pokrócokból sátrat, búvóhelyet építhetünk* • *kincsvadászat udvaron, lakásban térképkészítéssel* • *aszfalton krétával kerékpárpálya rajzolása, közlekedési szabályokkal*

Gyűjtötte: Vali néni IV. csoport

Fejezetek iskolánk mozgalmas életéből

Bővült családunk! ☺

Isten teremtő szeretetének hála 2015. húsvét hétfőn megszületett 5. gyermekünk, Horváth Emma Csilla 3220 grammal, 52 cm-rel.

Mindketten nagyon jól vagyunk.

„A gyermek az öröm, a gyermek reménység.
Gyenge testében van valami világi,
ártatlan lelkében valami égi,
egész kedves valója olyan nekünk,
mint a tavaszi vetés:
ígéret és gyönyörűség.”
(Gárdonyi Géza)

Szeretettel: Derkovits Emese néni

Isten éltesse az ötszörös édesanyát és a pici Emmát! ☺

Peonza banzájra fel!

Alsós peonzabajnokságot rendezett Vida Peti a zsibongóban

A játék eredete: A peonza Mexikóból származik. Két alaptrükk van:
Bumeráng, amikor a kezünkön pörög a peonza, mert visszarántjuk.
Hétalvó, amikor a földön vagy valahol máshol pörög. Ezekből kiindulva lehet még több mutatványt elvégezni.

Honnan jött a peonzabajnokság ötlete?
Az alsós peonzabajnokságot a játék szeretete miatt szerveztem. Rengeteg tehetséges játékost láttam, és gondoltam, összemérem az erejüket két számban. Még egyszer minden résztvevőnek gratulálok!

Vida Péter 4.b

Szeretsz kísérletezni?

Hurrá labor!

Teret adunk tudományos kíváncsiságunknak

Aki kutatni akar, annak először kérdéseket kell feltennie. Nem számít, hogy komoly felnőtt-e a kutató vagy egy kíváncsi gyerek. Hiszen szeretnénk jobban megismerni a körülöttünk lévő környezetet, tárgyakat, jelenségeket. Az emberiség már évezredek óta felteszi azokat a legfontosabb kérdéseket, amelyek ma is minden gondolkodó gyereket érdekelnek. Például azt, „Mivel táplálkoznak a növények?, Miből van a ceruzabél?, Miért kel fel a nap? Üres-e az üres üveg? Valóban nincs cukor a light colában?…” A gondolkodó felnőttnek és az elvégzett munkájuknak köszönhetően sok -sok válaszunk van ezekre a kérdésekre, tudományok és tudományágak mint a fizika, földrajz, csillagászat, biológia, kémia… indultak fejlődésnek.

A téli szünet óta mi is bekapcsolódhattunk a kutatásba, a Ciszterci Rend Nagy Lajos Gim-

náziumának új, korszerű és biztonságos, kifejezetten gyerekek kísérletezésének teret adó laboratóriumában. Kémia-, fizika- és biológia tanításunk színesebbé tétele valósulhatott meg így. A tapasztaláson, gyakorlati vizsgálatokon alapuló tanulás és tanítás érdekesebb, figyelemfelkeltőbb, és remélhetőleg kedvet csinál a gyerekeknek ezeknek a szép, de nagyon sok alázatos munkát, és energiát igénylő tudományoknak a tanulásához.

Minden óra egy külön élmény, új eszközökkel, anyagokkal és tevékenységgel ismerkedhetnek meg a gyerekek. A kötelező köpenybe bújva, és a biztonsági szemüvegek mögül csupa kíváncsi, tettre kész gyerek figyeli az utasításokat. Pillanatnak tűnik csupán a 45 perc. Nagyon gyorsan tanulnak és szívesen végzik a gyakorlatokat. A lehetőségeink szinte korlátlanok, mind a felszereltséget, mind a segítséget illetően. Szeretnénk köszönetet mondani a Ciszterci Rend Nagy Lajos Gimnáziumának a lehetőségért, a kollégáknak a továbbképzésért, támogatásért és bátorításért. Külön köszönet Bányai Ferinek, aki előkészíti számunkra a labort, az eszközöket hihetetlen precizitással, és szelíd mosollyal figyeli ottani ténykedéseinket.

Fáy Timi néni

„Áááá! Ez forró!"

Igen, már ki is találtuk, miről van szó. Labor. Méghozzá a legprofibbak egyike, sőt talán egyenesen a laborok királya. Számunkra legalábbis biztosan. Egy ideje a Ciszterci Rend Nagy Lajos Gimnáziumában tartjuk minden második kémia- és biológiaóránkat. Ez egy remek lehetőség arra, hogy jobban megkedveljük ezeket a tantárgyakat, főleg a kémiát. Biztonságosan kísérletezhetünk akár veszélyes anyagokkal is, de ha valami esetleg rosszul sül el, ott van a „zuhany", amit ki is próbálhatunk.

A laborban minden szükséges eszköz megtalálható, kiválóan felszerelt az egész. Kötelező viselet a szemüveg és a köpeny, úgyhogy rengeteg új „Orvosok lettünk!" feliratú selfie is található a telefonjainkon.

Nagyon hálás vagyok az iskolánk vezetőségének és a Nagy Lajosnak ezért a nem mindennapi dologért! Bátran állíthatom, hogy mostanra már azok is megszerették a kémiát, akik eddig kevésbé rajongtak érte. Köszönöm!

Tóth Bianka (8.b)

Kol(l)ibri

Fejezetek leánykollégiumunk lakóinak életéből

Kollégistáink gondolatai a pillanat megszenteléséről

„Természetesen, mint mindenhol, itt is megvannak a rituáléink. Azokat a pillanatokat, amikor együtt vagyunk és közös dolgokat, programokat szervezünk, megszenteltnek tekintem. Olyankor egymásra szánjuk az időnket, egymásnak szenteljük a pillanatot."

1. csoport K.K.

„Számomra ez két dolgot is jelent. Egyrészt megszentelem, fontosnak tartom, örömet szerez, ha a családommal tölthetek egy kis időt a hétvégén. Ha beszélgetünk, nevetünk, játszunk, az mindig egy feltöltődést ad, amivel újra el lehet tölteni egy hetet a kollégiumban a szülők és az otthonom nélkül. Másrészt keresztény jelentése van. Megszentelem a pillanatot, amit Jézussal, az ő házában töltök. Én elmegyek hozzá, és ő viszonzásul beköltözik a lelkembe."

1. csoport K.R.

„Valami csodásat még szebbé tenni."

1. csoport R.A.

„Számomra egy pillanat megszentelése azt jelenti, hogy egy adott pillanatban csak egy dologra koncentrálok, csak egy dologgal foglalkozom. Úgy gondolom, hogy elég gyakran előfordul velünk, hogy „megszenteljük a pillanatot". Pl. ha családunkkal vagy szerelmünkkel töltjük az időt, semmi más nem érdekel olyankor, csak ők."

1. csoport P. T Kollégium

„Számomra ez a mondat annyit jelent, hogy minden pillanatot élvezni és értékelni kell. Sosem tudhatjuk, hogy melyik lesz az a bizonyos utolsó perc, ezért mindet meg kell becsülnünk. Az élet adta legkisebb dolognak is örülni lehet és kell. A pillanat hatalmas egység, sorsokat, gondolatokat és embereket változtat meg. Én élvezem az életem összes pillanatát, és szeretném, hogyha mások, csak egy kicsit is próbálnának úgy viszonyulni az élethez, úgy felfogni és ez alapján értékelni."

(1. csoport P. B Kollégium)

„Néha-néha kell egy kis festés ahhoz, hogy az ember jól érezze magát…" – Ulka néni mesél

Idén januárban elment az eszünk…(most már tudjuk, hogy mire vállalkoztunk…) A tél közepén kell nekiállni lakást festeni…Úgy gondoltunk, „csak egy kicsit"…tisztasági festés lesz: konyha, előszoba, fürdőszoba… Szellőztetni nem lehet úgy, mint nyáron, a felfordulás hatalmas! Semmit nem lehet megtalálni, minden után nyomozni kell. Kerülgetjük a festőszerszámokat, vödröket, létrát, egyebeket. Ez mind 50 négyzetméteren, mint a mókusketrecben. A két szoba raktárként funkcionált… A bepakolás aránylag gyorsan ment, de a visszapakolás …semmi nem találja a helyét, mi hol volt…

Na de egyszer minden véget ér… csak az a bökkenő, hogy még két szoba és a balkon hátravan… Lehetséges, hogy jövő januárban folytatjuk?! Vagy elmegyünk inkább orvoshoz?!

FESTÉS volt nálunk… most már szép a lakás (egy része legalábbis). Még jó, hogy nem palotában lakunk…

Festés művészi fokon…

A művészet, az alkotás gyógyító ereje

Művészetterápiáról dióhéjban

Az alkotás az első eszköz, amellyel a gyermek kommunikál, mesél és „leírja" az őt foglalkoztató dolgokat, érzéseket, vágyakat. A rajz, mint önkifejezés, a gyermek belső világának feltérképezését szolgáló kiváltságos eszköz is. A művészeti aktivitásokon keresztül növeli saját fantáziáját, kreativitását, kifejezőkészségét. Az értékelés célja nem a szépség vagy a valósághűség, hanem az alkotás gyermeki része, annak intellektuális, szociális, esztétikai és kreatív összetevői. A rajz és művészettörténet tantárgyak oktatása rendkívül fontos a gyermek esztétikai fejlődése, jellemformálódása és általános műveltsége szempontjából. A lehetőségekhez képest igyekszünk haladni a feladatokkal, hogy ne a feladatmegoldás feszültsége, hanem az alkotás öröme kerüljön a folyamat középpontjába.

Szakköreimet a Ciszterci Nevelés Központ lánykollégistáinak tartom. A 12- 18 éves korosztály tagjai jól működő csoportokat alkottak az évek során. A közös munka rendkívül hamar közel hozza egymáshoz a gyerekeket, akik oldottan, egymást segítve oldják meg a különböző feladatokat. Barátságok szövődnek, ezáltal javul a közösségi szellem is. Rendszeresen találkoztam olyan gyerekekkel, akik magányosak, elveszettek voltak az otthonról való elszakadás, a szülőktől, családtól való távollét miatt. Alkotás közben gyakran hangot kaptak az érzések, és a lassan kialakuló párbeszédben kiviláglik, hogy senki nincs egyedül problémáival, számos társa küzd hasonló érzéssel, és lehet, érdemes róla beszélni, máris könnyebbé válik a teher. A mai középiskolások, főleg egy erősebb iskolában, hatalmas megterhelésnek vannak kitéve. Testileg, lelkileg fáradtan, szorongásokkal telve térnek vissza a kollégiumba, ahol ismét a tanulás várja őket. Elmondásuk szerint az alkotás felfrissíti őket, és arra az időre elfelejtik gondjaikat, bajaikat. A szakkörön született alkotások pedig kiállításra kerülnek, így az egész kollégium megcsodálhatja a különböző technikával készült, sokszor nagyon magas színvonalú alkotásokat. Ez magabiztosság- és önbizalomnövelő módon tud hatni a csoport tagjaira.

A gyerekek szavai:

„Én azért szeretek rajzolni, mert olyan érzelmeket tudok lapra fektetni, amelyeket nem lehet kimondani. Ráadásul a kreativitásomnak semmi sem szabhat határt."

„Szeretek rajzolni, mert akkor szárnyalhat a fantáziám, ha például (csak) szomorú vagyok, akkor a rajzban kiadhatom, hogy mit érzek."

Vargyas Ildikó, művész és tanár

Színházi élményem

***Évek vándora* – avagy az időről és az elmúlásról gyerekeknek**

Egyszer volt, hol nem volt, élt egyszer egy Matyi nevű fiú. Számára a legfontosabb hű kutyája, Kóbor volt. Egy nap azonban minden megváltozott: Kóbort elütötte egy autó. Matyit ezután már nem érdekelte sem a matek, sem más; csak az, hogy viszontláthassa barátját. Még édesanyja sem tudott mosolyt varázsolni az arcára. Egyszer azonban úgy döntött… Itt meg kell, hogy álljak, mert Matyi helytelenül döntött. Visszament a múltba, hogy újra láthassa kutyáját. Matyit semmi más nem érdekelte, csak a múlt. Pont úgy, mint bármelyikünket. Nap mint nap csak a múlton töprengünk. Azon rágódunk, hogy mit rontottunk el, hogy mit vagy kit vesztettünk el. Nehéz lehet elveszíteni valaki fontosat az életünkből. Nehéz lehet nélküle élni tovább, hisz előző nap még beszélt hozzám, még megnevettetett, vagy csak rám nézett a hű szemeivel. De az a megoldás, hogy folyamatosan ezen rágódunk? Nem! Bármennyire is fáj, tovább kell lépni. Bármennyire is hiányzik, kicsit magunkkal is kell foglalkoznunk, na meg persze a körülöttünk lévőkkel. Mert lehet, mire felébredünk, már késő lesz. Az idő nem végtelen és nem is játék. És épp ezért nem tudtam a legelején a mondatom befejezni. Azért, mert Matyival ez megtörtént. Tizenkét év után „fölébredt", és minden megváltozott. Magába nyelte a múltja (szó szerint), és ennyi idő kellett, hogy rájöjjön arra: a jelenben is vannak, akik szeretik. A jelenben, ami már a jövője lett. Tizenkét év. Kimondani is szörnyű. S közben azok az emberek, akik velünk vannak, vajon megvárnak-e? Vajon nem lesz-e kevés az idő, amit velük tölthetünk? Matyi esete végül szerencsés. Hisz kap egy új kutyát, és marad elég ideje is, hogy rendbe hozza az életét. De vajon nem bántotta-e a tizenkét év elvesztése? Vajon nem hiányzott-e a gyerekkorának többi darabja? Vajon megtanulta-e a leckét? Rengeteg kérdéssel és kockázattal jár ez az egész. Inkább tanuljunk Matyi botlásából, és ne keseredjünk el! Mindig van a jelenben, aki szeret. Csak észre kell vennünk, csak meg kell látnunk őt, és aztán már soha többé nem leszünk egyedül.

Soós Anna (Szent Bernát csoport)

A mese szereplőjének lenni

Vajon milyen lehet szerepelni egy mesében? Része lenni egy történetnek, amelyet jóval ezelőtt írtak meg? Bár maga az élet is egy mese, aminek mindenki szereplője, de mégis más akkor, ha ez a mese kifejezetten egy színházi előadás. A lajosista évfolyam-és a kollégiumban csoporttársam, Soós Anna részese ennek a mesének. Ugyanis 2014 őszén szerepet kapott a Pécsi Nemzeti Színház Pán Péter című darabjában, ahol a mindenki által ismert Wendynek a lányát, Jane-t alakítja. Az elmúlt nap erről beszélgettem vele.

Erős Eszter: Hogyan kerültél be a színházba? Mi alapján választottak ki a szerepre?

Soós Anna: *Ez egy elég hosszú történet, de néhány szóban megpróbálom összefoglalni. Augusztusban kezdődött az egész, amikor bejöttem Pécsre bérletet venni. Ilyenkor lehet találkozni a színészekkel, aláírást kérni tőlük. Minden a terv szerint ment: megvettem a bérletet, kaptam aláírásokat, már indultam volna haza, de ekkor történt valami, amire nem számítottam. A művészbejárónál állt a színház igazgatója, Rázga Miklós, és a darab rendezője, Méhes László, akik megállítottak, hogy beszélni szeretnének velem. Szeretnének meghallgatni a Pán Péter egyik szerepére. Ez nagyon meglepett, és hihetetlen örömmel töltött el. Még korábbról, egy szavalóversenyről ismert az igazgató, és így ajánlott a rendezőnek. Végül nem hallgattak meg, hanem szeptember 31-én nekem ítélték a szerepet.*

E.E.: Milyennek érezted az első próbákat?

S.A.: *Nagyon jók voltak. A szerepem a darab végén van, ezért viszonylag későn kerültem sorra. Az első próba előtt jobban izgultam, mint bármikor, pedig egyáltalán nem szoktam. Viszont ilyet még soha nem csináltam. Az első próba volt a legfurcsább, mert olyan idegennek éreztem az egészet, de mégis vágytam arra, hogy megismerhessem ezt a környezetet, a részese le-*

gyek ennek az egésznek. Ahogy haladtunk előre, egyre jobban, otthonosabban éreztem magam, és Méhes László segítő és dicsérő szavai is nagyon jólestek.

E.E.: Milyen volt a premier? Hogy érezted magad?

S.A.: *A premier egy csoda volt! Az előadásokon nem szoktam izgulni, de a premier az mégis más. Akkor mindenki izgul egy kicsit, hiszen akkor adja elő először. Azonban az első színpadi próbán sokkal jobban izgultam, mint a premieren, mert előtte csak egyszer álltam azon a színpadon (a János Vitéz szavalóversenyen), és így egy kicsit más volt, mint az előző próbákon. Azt sem tudtam, hol kell bemenni a színpadra, melyik oldalon, melyik ajtón a sok közül. Ekkor jött Pán Péter (Mikola Gergő), aki készségesen segített. A premier estéjén a takarásban állva még nagyon izgultam, de ahogy kiléptem a színpadra, ez teljesen megszűnt. Akkor átléptem egy küszöböt, és most nem csak arra a bizonyos ajtóküszöbre gondolok, hanem egy belső korlátra, egy képzeletbelire is. Azóta már egyáltalán nem izgulok.*

E.E.: A darabban több ismert pécsi színésszel is játszol együtt. Arra lennék még kíváncsi, hogy milyenek ők, hogyan jössz ki velük?

S.A.: *Nagyon aranyosak, segítőkészek, és jó velük beszélgetni. Próbáltam köztük megtalálni a saját társaságomat, ami kicsit nehezen ment. Egyrészt a gyerekek még kicsik hozzám képest, a többiek pedig már felnőttek, de előbb-utóbb sikerült. Hiszen a felnőttekben is még él a gyermeki lélek, és bennem is már elkezdett kialakulni valami felnőttes.*

E.E.: Milyen gyakran van előadás?

S.A.: *Eleinte, a premier után rengeteg volt, havi 10-13, de most már sajnos egyre kevesebb.*

E.E.: Ha jól tudom, színésznőnek készülsz. Hogyan jött ez az ötlet?

S.A.: *Már óvodás koromban mondtam verseket, és nagyon szerettem szerepelni. Harmadikos voltam, amikor a nagymamám elvitt az Operettszínházba, ahol az Elizabeth című darabot néztük meg. Eleve nagy rajongója voltam Sissynek, és ekkor valahogy magával ragadott a színház. Egy olyan leírhatatlan dolgot éreztem, ami talán csak keveseknek adatik meg. Ahogy megszólalt a zene, és kiléptek a színészek és a táncosok a színpadra, a szám is tátva maradt. Akkor, ott eldöntöttem, hogy én is ezt akarom csinálni. Igen! Színművésznő szeretnék lenni! Én is ilyen vagy bármilyen más érzelmeket akarok kiváltani gyerekekből, felnőttekből, idősekből; egyszóval minden emberből. Valamit adni szeretnék a világnak. Olyan dolgokat megmutatni, amikről nem merünk beszélni. Problémákat, amik megoldásától félünk. S persze csak a Pán Péter során jöttem rá az egész lényegére. De ez maradjon rejtély.* ;)

E.E.: Köszönöm szépen a beszélgetést! ☺

Erős Eszter

Egy út részeseivé válni… El Camino de Santiago

Februárban intézményünk ifjúsági galériájában Horváthné Csepeli Ilona kollégium vezetője a Fészek klub előadássorozata keretében tartott beszámolót El Camino-s útjáról.

Eleinte valószínűleg mindenki bizalmatlanul ment le a klubba, attól tartva, hogy unatkozni fog a zarándokútról készült beszámolón. Ám már az elején érezni lehetett a változást a közös éneklésnek köszönhetően. Részletes, érdekfeszítő előadást hallhattunk Ili nénitől, a kollégium igazgatónőjétől, amit képekkel is illusztrált. Akinek ez sem elégítette ki a kíváncsiságát, az kézzel fogható bizonyítékokat is szemügyre vehetett. Például az utat jelző kagylót, térképet, zarándoklatról szóló könyveket, bizonyítványt a több száz km-es út megtételéről.

Biztos vagyok benne, hogy sokunknak meghozta a kedvét Ili néni beszámolója egy „kiadós sétához".

Pozonec Mária Dorothea (Szent Bernát csoport)

Utóirat: **Levél a kedves előadóhoz…**

Ilus!

Köszönöm, hogy csoportommal részt vehettem a FRANCIA ÚT-ról tartott, személyes örömöt, értéket átadó, inspiráló élménybeszámolódon! A „találkozás pontja" feledhetetlenül megmarad bennünk.

„… Aki zarándokol, úton van. Aki zarándokol, jó úton van."

Remélem, mi is elindulunk ezen az úton!

Szent Bernát csoport és Vali

Így írunk mi…

Némethi Orsolya

A találkozás

– Édesem, hoznál nekem a boltból egy liter tejet meg 10 tojást? – Anyu kiabált a konyhából.

A szobámban éppen a körmömet festettem, miközben a face-en beszélgettem, és épp a legújabb sláger szólt a Youtube-on. Szinte természetes egy 15 éves lánytól ez a reakció:

– De Anyaaa – jó hosszan elhúztam a végét. – Muszáj? Épp szárad a lakkom!

– Kislányom, legyen vacsora vagy ne?

– Jó, anya, megyek már! Csak 5 perc!

– Siess, lassan bezár a bolt!

– Oké!

Gyorsan mindenkinek írtam egy rövid pillt, a kezeimet pedig össze-vissza ráztam, fújtam, így ösztönözve a lakkot száradásra. Belenéztem a tükörbe, megállapítottam, hogy kócos vagyok. Fölkaptam egy hajgumit, majd felkötöttem magas lófarokba az egyenesre vasalt világosbarna hajam. A ruhám megfelelő volt, szerencsére nem öltöztem át suli után. Elvettem Anyutól a pénzt, majd felhúztam a tornacipőm. Pulcsit nem vettem fel, mivel június elején már meleg van.

– Nemsokára jövök! Sietek! – kiáltottam még vissza az ajtóból.

Kitártam magam előtt az ajtót. Hirtelen megcsapott a nyár illata! Mosoly szökött az arcomra, ez az illat az egyik kedvencem. Vidáman indultam el a bolt felé, szinte ugráltam. Felfoghatatlan, mit tud csinálni az emberrel csupán a tudat, hogy nyár van és mindjárt szabadság, a suli vége! Ezt a másfél hetet röhögve végigcsinálom!

Odafelé találkoztam több ismerőssel, mind ugyanazzal a vigyorral az arcán köszönt. Mindenki érzi, amit én.

– Jó napot! – köszöntem hangosan, ahogy beértem a boltba.

Falusi kis bolt, az eladó ismer mindenkit és tud mindent. Most is egy asszonnyal pletykált a pultnál. Elvettem egy kosarat, majd bepakoltam a tejet meg a tojást.

Egye fene, most az egyszer! – gondoltam, és mellé raktam egy dobozos kólát.

Kivételes alkalom, de most jó a kedvem. A bizonyítványom is elég jó lesz, szóval megérdemlem. Fizettem a kasszánál, majd siettem is ki a langyos levegőre.

Teljesen elkábított! Születésem óta itt lakom, úgyhogy csukott szemmel is hazatalálnék.

Gyaloglás közben nagyot kortyoltam a kólámból. Ahogy lehajtottam a fejem, hogy újra előre nézzek, hirtelen megtorpantam.

– Mi a franc? – ennyi volt az első reakcióm.

– Neked is szia! – válaszolt a srác.

Ott állt előttem teljes életnagyságban. Már talán 2 éve nem láttam, de a szívem mélyén tud-

tam, hogy soha nem felejtem el. Az első nagy szerelem megmarad az ember életében, még akkor is, ha nem épp kellemes volt.

Egy pillanatig nem vettem levegőt, majd zihálni kezdtem. Alig tudtam elhinni, hogy itt van! Levert a víz, visszatértek a lepkék a gyomromba, akiket már csak az emlékeimből ismertem. Azóta senki nem érintett meg annyira, mint ő. A mosolya a régi, de rengeteget változott. Férfiasabb lett. Nem is csoda, hisz 3 hónap múlva tölti a 18-at! Talán még kondizni is jár. A borosta az arcán kicsit öregítette. Azt se tudtam, mit is válaszoljak. Jobb kezével a tarkóját simogatta, miközben elpirult.

– Öhm… Visszaköltöztünk a nyárra. Nem így akartam beléd botlani.

Belenézett egyenesen a szemembe. A lelkemet kitárnám előtte, ha ezt szeretné! Bármit megtennék érte, csak szeressen! A kék szeme szabályosan kiégette a szemem! A nyári nap már lemenőben volt a háta mögött, ezzel isteni kontrasztot adva az önmagában is emberfelettien tökéletes látványnak. A szívem összeszorult. A hab a tortán a csajozós félmosolya volt, amit éppen ebben a pillanatban villantott rám!

És így történt, hogy beleszerettem… Megint.

Kovács Kira

Idő

Festeni akartam egy képet
Palettámon minden szín sötét lett.

Építettem volna házat
De alapjából hiányzott az alázat.

Alkottam egy szobrot
Saját súlyától görnyedt és leomlott.

Vártam és vártam, hogy majd eljön a nyár
Kopogtat, köszön, velem vacsorál
De nem jön, és nem jön, még várat magára
És minden múló percnek mindig nagyobb az ára.

Levél ballagóinktól

Mélyen tisztelt Igazgatónő, Nevelőtanárok, Osztályfőnökök és Diáktársaim!

Egy éve ugyanitt, ugyanígy álltam remegő kezekkel, remegő hanggal, s megpróbáltam minél érthetőbben és minél szebben felolvasni a szöveget, ami a lapomon állt. Csak egy dolog változott azóta: most nem én vagyok az, aki búcsúztat, hanem az, aki búcsúzik.

2009, illetve 2011 szeptemberében érkeztünk ide. Még tisztán emlékszem arra a napra. Belépve a nagy barna kapun, keresgéltem a nevemet és szobaszámomat a faliújságon. Emlékszem, milyen ruhában voltak a szobatársaim! Az ikrek már az első napon hangosan veszekedtek a csomagolópapír miatt, amivel a fiókot akarták befedni. Akkor még nem sejtettem, hogy 4 évig ezt fogom hallgatni… Valamint arra is emlékszem, amikor nevelőink olvasták a nevemet, azt hitték, fiú vagyok, és itt valami félreértés történt. Persze, mikor megláttak, már megtudták, hogy ki e különleges név tulajdonosa. Bár félelemmel voltunk tele, szerintem izgatottan vártuk ezt a 4, illetve 6 évet, ami ránk várt. Bizonyára sok rossz, de annál is több jó emlékkel gazdagodtunk. Boldogan emlékezünk vissza, milyen volt a szecskaavató, ahol Pálmával nagy lelkesedéssel próbáltuk elénekelni a Vad angyal főcímdalát. Látva a mostani kilencedikeseket eszembe jut, hogy anno mi is ugyanilyen őrültek voltunk, sikítoztunk, önfeledten nevetgéltünk. Ellopkodtuk a másik törölközőjét, míg az fürdött, bekentük éjszaka egymást fogkrémmel, párnacsatáztunk, éjszakákat beszélgettünk végig, bujdosva az esti nevelők elől. Mosolyogva gondolunk majd vissza a csoportfoglalkozásokra, amikre senki nem akart lemenni, az Őszi Kollégiumi Napokra, ahol mindannyian a kajakóstolóra iratkoztunk fel – tipikus kollégisták! –, a nagytakarításokra, amiken a 210/A szoba mindig a legjobb jegyeket kapta! Hiányozni fog a „Jani fiók", ami nagylelkűen befogadta három éven keresztül a kulcsainkat. Sok izgalmas programon vehettünk részt. Rendszeresen elmehettünk színházba, megmutathattuk

tehetségünket a „Ki mit tud?"-on, ahová volt, aki csak azért ment el, hogy láthassa a jóképű zsűritagot, a Flashmobról nem is beszélve.

Persze sokszor nem volt könnyű az itteni élet, néha alig bírtuk elviselni a szobatársainkat, idegesen ordítozunk a konnektorhiány vagy az esti lejelentkezés miatt. Vagy mikor este tizkor lekapcsolják a villanyt, s mindenki sikoltozik. Felejthetetlen a zuhanyrózsa, amiből a víz mindenhová ment, csak pont oda nem, ahová kellett volna, és persze nem szabad kihagyni a reggelente felszivárgó kajaszagot sem.

De mindezek mellett is rettentően fog hiányozni mindannyiunknak ez a sárga épület, s nem is maga az épület, hanem inkább az, amit e négy év után jelent nekünk: barátokat, otthont, családot.

Köszönettel tartozunk az igazgatónőnek, nevelőinknek, de legfőképp csoportvezetőinknek, akik ilyen sokáig elviseltek, segítettek és szerettek minket. Remélem, hogy szép emléket hagyunk magunk után!

S most még vár ránk gimnazista éveink legnehezebb pillanata, amin már mindannyian túl akarunk esni. Sok sikert kívánok mindenkinek az érettségihez és azokhoz a küzdelmekhez, amik az életben várnak ránk!

Enkhbat Bulgantamir (Szent Johanna csoport)

Kollégiumunk eredményei

Tanulásban eredményes…

A 2014/2015-ös tanév I. félévének tanulmányi eredményei:

A kollégium tanulmányi átlaga: 4.18
A magatartás átlag: 4.56
A szorgalom átlag: 4.27
Diákjainak 32%-a 4.51 feletti átlaggal végzett és 6%-a volt kitűnő.

Kitűnő tanulóink:

Radnóti Réka – *Szent Borbála csoport*
Soós Anna – *Szent Bernát csoport*
Lukács Panna – *Lisieux-i Kis Szent Teréz csoport*
Layton Sandra Dean, Ravasz Dorina, Vucseta Luca – *Szent Veronika csoport*
Enkhbat Bulgantamir, Farkas Veronika, Gál Dorottya, Sipos Andrea – *Szent Johanna csoport*

Felvettük a versenyt…

• ***Apáczai úszókupa I. hely***
A csapat tagjai: **Árva Réka, Pallai Flóra, Uhrin Krisztina**

• ***Apáczai városi röplabda III. hely***
A csapat tagjai: **Bereczk Barbara, Galambos Zoé, Grassy Dóra, Kis-Pál Nikolett, Mach Cseperke, Uhrin Krisztina, Szabó Zsófia**
A legjobb mezőnyjátékos **Grassy Dóra** lett!

• ***ANK megyei kollégiumok közötti helytörténeti vetélkedő*** I. hely
A csapat tagjai: **Erős Eszter, Soós Anna, Számel Kata**

• ***Wass Albert szavalóverseny*** II. hely
Soós Anna

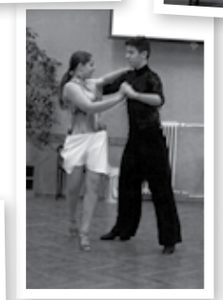
• ***Helyesírási verseny*** (Hajnóczy Kollégium) III. hely
Plehel Nóra

• ***XXI. országos József Attila mese-, vers- és novellaíró pályázat*** Szombathely –
Foster Dóra Liza novella kategória III. díj

• ***Hajnóczy kosárlabda kupa*** I. hely
Csapattagok: **Balog Bettina, Kékkői Zsófia, Kiss Szonja, Korcsmáros Lili, Nagy Míra, Radnóti Réka, Szilvácsku Zsófia**

• ***Bibliaismereti vetélkedő*** I. hely
(*Szent Borbála csoport:* **Balog Bettina, Pistár Berta, Vincze Rebeka**), II. hely (*Szent Bernát csoport:* **Béda Panna, Daradics Boglárka, Jaksics Réka**) és III. hely (*Lisieux-i Kis Szent Teréz csoport:* **Jékel Bernadett, Kurucz Liza Cseperke, Szabó Zsófia**)

Büszkék vagyunk rájuk!



Hit = Élet

Együtt ünnepeltünk…

75 évvel ezelőtt szentelték fel a Belvárosi templom északnyugati, íves részét

A megosztott öröm kettős öröm… Együtt ünnepeltünk

A belvárosi plébánia két nagyszerű papja, Kele Pál és Farkas Béla atya elhatározták, hogy városi ünneppé teszik a 75 évvel ezelőtt történteket. A közös ünneplésre meghívtak minden hívőt, különösen a Belvárosi templomhoz kötődő embereket.

Kinőttük a házat…Növekvő közösség

„Mikor egy közösség templomot épít, a jelen és a jövő számára alkotja meg Isten házát, a Szentlélek sugallatára." Így van ez akkor is, amikor bővítésre van szükség, mert a közösség „kinőtte" a régit, s így szüksége volt egy nagyobbra. Dr. Kelemen Andor apátplébános egyike volt azoknak, akik szükségét érezték a templombővítésnek.

A bővítés tervének voltak ellenzői is, de a támogatók többségbe kerültek. Támogatta a bővítést Virág Ferenc megyéspüspök, az akkori új polgármester, a szociális érzékenységéről ismert dr. Esztergár Lajos mint kegyúr, valamint a zirci főapát Endrédy Vendel, aki szintén fontosnak tartotta, és anyagilag is támogatta az építkezést. Az épület átalakítására több terv is született, melyek közül Körmendy Nándor (1894-1969) építészmérnök munkáját fogadták el. Körmendy számos egyházi épületet tervezett már Magyarországon, többek között Győrött, Komáromban, Sopronban, Csornán, míg Budapesten iskolát és kórházat is. Az építész joggal nevezhető az 1920-as, 30-as, 40-es évek egyik legnevesebb magyar mérnökének. Kevesen tudják, hogy Pécsett a Kereskedelmi Iskola is az ő tervei alapján épült.

Hogy is kezdődött?

A Belvárosi templom, azaz a dzsámi átépítésének, kibővítésének munkálatai az 1939. évben kezdődtek. A kivitelezés folyamán elbontottak egyes török időből megmaradt darabokat, a szerkezet egy részét, a barokk korban épült nagy oldalkápolnát és a harangtornyot. A kivitelezés során szóba került a minaret visszaépítése, esetleg kettő emelése is, de erre végül nem került sor, viszont kibontottak néhány korábban elfalazott törökkori ablakot és a mihrábfülkét is. Így Magyarországon (sőt Nyugat–Európában is) először mutattak be egy olyan XVI. századi iszlám imaházat, amely ma katolikus célt szolgál.

Körmendy az épülethez altemplomot is tervezett, ahol kripták létesítésével lehetőség nyílt temetkezésre. A kor kihívásának megfelelően az alkotó ezen alsó szintet úgy építette meg, hogy szükség esetén az óvóhely szerepét is betölthesse. Szerencsére a helyiséget sosem kellett alkalmazni erre a célra. Az építkezés során – nem meglepő módon – sírokat találtak, mely újabb bizonyíték arra, hogy Pécs mai belvárosának északi területe egy hatalmas ókori nekropoliszt rejt, mely a Járásbíróság épületétől végig a Széchenyi téren át, a Janus és Apáca utcákon keresztül a székesegyház nyugati oldaláig húzódik.

A templom kriptájába a III. századtól fogva temetkeznek, s teszik ezt még a mai napig is.

Az építkezést természetesen több neves személy is megtekintette, akiknek tetszését elnyerte az új, íves szerkezet és a török épületrész összeépítése. Így ellátogatott a városba gróf Teleki Pál miniszterelnök és Habsburg József királyi

főherceg a feleségével, valamint gróf Zichy Gyula kalocsai érsek, Pécs egykori püspöke, aki annyi jót tett a városnak.

Röviden a régmúltról

A templom története a XII/XIII. század fordulóján kezdődik. Ekkorra készült el ugyanis a mai imaház elődje, egy egyenes szentélyzáródású, keletelt, román stílusú templom, mely a XIV. század végén, a XV. század elején nagy gótikus toldást kapott. A templomot Szent Bertalan tiszteletére szentelték, akinek modern szobra ma a harang mellett található.

A török 1543 nyarán foglalta el Pécset, és a szép európai gótikus-reneszánsz város gazdag keleti kereskedővárossá alakult át. Gázi Kászim pasa dzsámit építtetett. Leromboltatta a koraközépkori templom falait, s a köveit felhasználva létrehozták a dzsámit, amely 1686 őszéig mint iszlám imaház működött. A Szent Liga seregei Bádeni Lajos őrgróf és Pálffy János gróf vezetésével felszabadították városunkat a törököket kiűzve, és Pécs újra püspöki város lett!

Oktató-nevelő munka, lelki élet…

Az 1687-es évtől az újjászentelt templom a jezsuiták temploma lett, akik oktató-nevelő munkával foglalkoztak a mai Nagy Lajos Gimnázium helyén épült iskolában. A jezsuita atyák a XVII/XVIII. században barokk stílusban átalakították az épületet, mely az iskola fontos lelki központja, és a város polgári negyedének főtemploma volt. A templom iszlám imaház jellegét már a XVII. században megszüntették a minaret lebontásával, a mihrábfülke elfalazásával és szamárhátíves ablakok átalakításával. A templomban képeket, szobrokat is elhelyeztek, nagy oldalkápolna is épült, majd egy harangtoronnyal is gazdagodott Isten háza.

Megkezdődik a tanítás a mai Nagy Lajos Gimnáziumban

Mária Terézia jóvoltából 1780 óta Pécs szabad királyi város. Így a templom kegyúri feladata, a műszaki állapot megőrzése, a karbantartás a mindenkori városvezetés, a polgármester feladata lett. Az 1813/14-es tanévtől kezdték meg a tanítást a mai Nagy Lajos Gimnáziumban a ciszterci szerzetesek, így a templomot is ők használták, amely 1829-ben plébániai templom lett.

Kinőttük a Belvárosi templomot is…

A XX. század elején Pécs már 50 000 fős, és 1939-re már 70 000 a lakosság száma. Centrumában lakók kinőtték a belvárosi templomot. Tehát meg kellett nagyobbítani, bővíteni kellett. Makay polgármester és a városvezetés néhány tagja kezdetben a nagy összegekre hivatkozva nem támogatták az átépítést. Azonban a pécsi püspökség, a zirci ciszterci apátság és több magánszemély anyagi támogatása lehetővé tette a templom átalakítását.

1940 februárjára még nem készült el teljesen, de szeptember 8-án, Kisboldogasszony napján Virág püspök által, a jezsuiták, a ciszterciek és hatalmas tömeg részvételével történt Isten házának felszentelése. Az ünnepség kezdetén, mint a templom kegyura, Dr. Esztergár Lajos, az új polgármester köszöntötte a püspököt, majd lovag Vasváry Ferenc dr. pécsi egyetemi tanár, a Belvárosi Plébánia képviselőtestületének világi elnöke tartott emlékezetes beszédet.

A templom képeit Gebauer Ernő pécsi festőművész készítette, akinek festményei több más középületben megtekinthetőek. Jó példa a gimnázium I. emeleti freskója. 1942-ben volt a 44 regiszteres versenyorgona szentelése, amely a híres pécsi Angster orgonagyárban készült. Végül még egy érdekesség: az altemplomban nyugszik Kelemen apátplébános, Körmendy építész, Esztergár polgármester, Vasváry professzor, akik oly sokat tettek az új templomért!

Részlet Czeininger Tamás előadásából

Isten éltesse és tartsa meg közöttünk a erőben, egészségben még nagyon-nagyon sokáig Béla atyát!

„Dicsőítsétek meg és hordozzátok Istent testetekben”

(1 Kor 6,20)

Farkas Béla atya tavaly ünnepelte papságának 50. évfordulóját, ami önmagában is szép szám. Ez alkalomból életéről, hivatásának történetéről beszélgetett vele Kun Eszter, intézményünk könyvtárosa. Béla atya évek óta nélkülözhetetlen része a Ciszterci Nevelési Központ életének. Ezúton is köszönjük gyermekeinkért végzett áldozatos szolgálatát!

Hogyan indult el Béla atya a papi pályán? Mikor érezte az elhívást?

Ebben nagyon nagy szerepe van a családnak, bár azt mondja az Úristen, hogy kövekből is tud hivatásokat támasztani, tehát olyan helyről is elhív embereket, ahol egyáltalán nem jellemző a támogató légkör. Hálás vagyok a Jóistennek, hogy olyan családba születtem, ahol nem csak a vallásosság élt, hanem voltak egyházi személyek is a rokonságban.

Amikor a szerzetesrendeket feloszlatták, titokban szerzetesek jöttek hozzánk családáldásra. Szentképet hoztak, lakásunkat pedig Jézus Szíve tiszteletére ajánlották fel. Jártam ministrálni is. Kiskoromban nem volt számomra egyértelmű, hogy mire hív a Jóisten. Gimnazista koromban kezdtem el erről gondolkodni. Általános iskola után a Nagy Lajosba kerültem. Pécsett is létezett a regnumhoz hasonló földalatti cserkészet, és voltak lelkiségünkhöz kapcsolódó jelmondataink. Állandó kapcsolatban álltunk atyákkal. Középiskolás koromban a székesegyházban asszisztáltam. Nem voltak már Pécsett kispapok, és a vasárnapi miséken szükség volt fiatalokra, akik segédkeztek.

Lassan megérlelődött bennem hivatásom. Nagyon szerettem csellózni, és ha nem papnak hív a Jóisten, akkor valószínűleg erre a pályára mentem volna. Persze diákkoromban én is voltam szerelmes, de az más volt, mint ma, egy tiszta diákszerelem. 18 éves koromban jelentkeztem a szemináriumba, ami azt jelentette, hogy Győrbe kellett utazni. A vasúton Budapesttől Győr felé katonák járták a kocsikat, hátha valaki disszidálni akar. A fiatalabbakat megszólították, elkérték igazolványukat, kérdezősködtek. Út közben nagy meglepetésben volt részem, felszállt egy másik kispap társam is a vonatra. Mayer Mihály püspök atya volt az, és így együtt utaztunk.

Felszentelését követően melyik volt a legkedvesebb időszaka, emléke?

Nagyon szerettem hitoktatni. Édesanyám tanító volt, és a testvéreim közül is mindegyik tanítónő vagy tanár lett. Én is éreztem magamban a tanítói vénát, szerettem volna gyerekekkel foglalkozni. Ezzel kapcsolatosan egyik kedves emlékem, amikor második helyemen, Ozorán voltam káplán, és elsőáldozásra készítettem fel gyerekeket. Egy alkalommal látom, hogy feszengnek a fiúk a templomban, meg kint is, amikor összeálltunk a próbára. Kérdezem, hogy mi van, hallgatnak, mosolyognak. Aztán egyikük kibökte, hogy egy társuknál macska van a zakójában, és azzal jött az elsőáldozási próbára.

Nyolc éve voltam már pap, amikor visszakerültem Pécsre káplánként, a Szent Ágoston Plébániára. Itt is a hitoktatás volt fő feladatom. Elkezdtem az ifjúsággal foglalkozni, ami tilos volt akkoriban. Magam is fiatal voltam, meg hát ugye hozzájuk is jött az Úrjézus, nem csak az általános iskolásokhoz… Tíz éves pécsi káplánság után elkerültem Komlóra, majd Szekszárdra, Siklósra, végül Pécsre, a Belvárosi Plébániára.

Diákként én is ebbe a templomba jártam. Talán hihetetlen, de a Belvárosi templom ekkor annyira tele volt középiskolás, egyetemista fiatalokkal, hogy az ajtókon is lógtak. Nem csak a padok voltak tele, hanem az állóhelyek is hamar elkeltek. A mise után a Széchenyi teret elárasztották a fiatalok. Erre az időszakra esett az 1956-os forradalom. Mise után már ott álltak a tankok, lezárták a Széchenyi teret. Emlékszem, hogy esett a hó azon a novemberi napon. A bátyám osztálytársai is eljöttek. Egyikük vette a bátorságot, és az egyik tankra rádobott egy hógolyót. Nagyon megijedtem, hogy a katona, aki ott ült a tank tetején, rögtön lőni fog, de nem tette. Egy orosz 18-20 év körüli kiskatona, aki egy tank mellett állt, magyar szót használt. Kiderült, hogy kárpátaljai fiú. Mesélte, hogy ők azt hitték, hogy a Szuezi-csatornához mennek. Akkoriban még nem tudtam, hogy pap leszek, még csak másodikos voltam.

Ennyi élmény után gondolom érdekes volt visszajönni ide plébánosként.

Furcsa volt. Egész mást találtam itt amikor visszajöttem, mint amit korábban megéltem. Nem volt nagy tömeg. Régen nem csak ifjúsági misén volt tele ez a templom, hanem itt szolgált Hegyi László atya, akinek szentmiséjén szintén megtöltötték a hívek a templomot. Divatos volt a mondás akkoriban Pécsett: *„Megyek a Hegyi beszédre”*. 2008-ban, amikor idekerültem, már nem ez jelentette a hitéleti központot. A belvárosban sok templom van: irgalmasok, ferencesek, székesegyház, Ágoston tér, Lyceum. Nagyon közel vannak egymáshoz, és manapság már nincs annyi vallásos ember, hogy teljesen megtöltsék ezeket a templomokat. Így természetes, hogy nincsenek tele valamennyi szentmisén. Azzal is szembesülnöm kellett, hogy a plébániánk élete nem olyan, mint amit én más plébániákon tapasztaltam. Nincs az a fajta közösségi élet. Örülök, hogy most a Szent Margit diákjai idejárnak, és legalább ezen az egy misén szép számmal vannak gyerekek, szülők, és olyan élet van, mint amilyent egy plébániai közösségben kellene látni.

Mikor került kapcsolatba intézményünkkel?

Személyes kapcsolat révén kerültem a Szent Margitba, mert itt tanított az egyik bérmalányom, Lónárdt Edit. Hitoktatóként rábízták a gyónás megszervezését. Vagy tíz atyát hívott, hogy minden osztálynak legyen külön gyóntatója, és nekem is szólt. Korábban fél 9-kor kezdődött az osztálymise, melyet az új részben, a szembeoltárnál tartottam. Közel voltunk egymáshoz, amit nagyon szerettem, mert tudtunk kommunikálni a gyerekekkel. Aztán össze kellett illeszteni a felnőtt misével, délelőtt tíz órára került, és fel kellett menni a felső oltárhoz. Onnan beszélni egészen más. Viszont hagyomány maradt, hogy olvasnak, perselyeznek, ministrálnak a gyerekek. Örülök, ha fél tízre jönnek, és tudunk velük próbálni. Bármilyen gyakorlott is valaki, a fenti oltárnál és a szószékről egészen más szolgálni. Szeretek velük foglalkozni, mert így van kapcsolat. Szentmise után aláíratják velem misenaplójukat, és tudok velük egy-két szót váltani.

Hogyan élte meg az elmúlt időszak felújítási munkálatait?

Izgalmas volt, sok nehézség támadt. Fél évig zárva kellett tartani a templomot, semmilyen szertartást nem tudtunk végezni. Ezt az időszakot a margitos diákok is kiböjtölték.

Felül megszépült a templom, de ugyanúgy néz ki, mint korábban. Az altemplomban azonban nyitottak egy új, körüljárható részt. Lehet látni a régi köveket, falakat, a dzsámi alapterülete körül végig lehet menni. Van ott egy osszárium, csontház, ahová a templom körüli korábbi temető sírjaiban talált csontokat gyűjtötték össze. Nagyobb, tisztább, világosabb lett, így örömmel megyek le mindig az altemplomba, ami tulajdonképpen temető. Remélem, hogy az ide látogató turisták érzik majd, hogy templomban vannak, és ébred bennük áhítat.

Ami idézőjelbe téve különösen „nagy élményt jelentett”, az az esemény volt, amikor a mennyezet leszakadt. Erre nem számítottunk. Még szerencse, hogy a felújítás alatt történt, hiszen leszakadhatott volna akár most is. És ha valakinek a fejére esik, abba jobb nem is belegondolni…

Mit jelent a templom 75. évfordulója Béla atya számára?

Amikor idekerültem, néztem, hogy mikor van évforduló. Már a 70 éves évfordulót is itt ér-

tem meg, de azt egyáltalán nem ünnepeltük. A mostanira már lélekben készültem. Szerencsésen alakult, hogy pont a 75. évfordulóra épült meg a templom, és meg lehetett áldani. Szép volt, eljött püspök atya, és sok Szent Margit-os tanár és diák vett részt az ünnepi szentmisén. Azért itt is volt egy emlékezetes sztori. Szerettem volna, ha a püspöki misén nem kisgyerekek olvasnának. Tudva levő, hogy valamelyikük föl se éri az állványt. Kértem a hitoktatókat, hogy olyan nagyobb gyereket jelöljenek ki, aki szépen olvas. Hát meg kell hagyni, hogy olyat jelöltek ki… Nagyon szépen olvasott. Csak én voltam megijedve, mert nem ismertem őt. Kérdeztem, hogy olvasott-e már itt a templomban. Ő azt felelte, hogy még nem… Furcsállottam, hogy pont őt jelölték ki, de gondoltam, hát ők biztosan tudják. Felmentünk együtt a szószékre, hogy elpróbáljuk az olvasást. Ilyenkor szokták hozni a papírjaikat, hiszen otthon kinyomtatják, gyakorolják a szöveget. Kérdeztem tőle, van-e papírja. Nem volt. Megkérdeztem, elolvasta-e otthon a szöveget. A válasz megint nemleges volt. Aztán mégis nagyon szépen olvasott… Igazából csak én ijedtem meg…

A vasárnapi szentmisét követően a Nagy Lajos Gimnáziumban folytatódott a 75. évforduló megünneplése. Czeininger Tamás tanár úr a templom építésének történetéről és az akkori viszonyokról tartott előadást. Egy szép zeneszámot követően agapét tartottunk. Örültem, hogy méltó módon tudtunk ünnepelni. A valójában három napból álló ünnepség keretében szombaton lelki napot tartottunk plébániánkon. A vasárnapi szentmisét követő hétfőn pedig itt ünnepeltük a megszentelt élet napját. Szerzetesek érkeztek, megújították fogadalmukat, volt gyertyaszentelés és körmenet is. Igazán szépen, a 75. évfordulóhoz méltóan ünnepeltünk együtt.

A 2015-ös évre Ferenc pápa meghirdette a megszentelt élet évét. Ennek kapcsán mit üzen Béla atya a fiataloknak?

Jó, hogy vannak közöttünk olyanok, akik a Jóisten ügyének szolgálatára adták életüket. Lehet, hogy fiataljaink közül egyeseket ma is erre az életformára hív Isten (akár lányt, akár fiút), másokat pedig házasságra. Ez a kettő azonban, a szerzetesség (papság) és a házasság, egymásra épül. Egymásra szorulunk. Az, hogy számomra a papság nem volt teljesen idegen, annak is köszönhettem, hogy láttam magam körül szerzetest, papot, és természetes volt, hogy ők érintkeztek velünk. Örülhetnek a margitosok, hogy nekik is olyan iskolájuk van, ahol ez természetes – látnak papot, szerzetest, ugyanakkor a családi életet is megismerhetik. Hiszen a családosokat is a megszentelt életre hívja a Jóisten, csak másként, mint a szerzeteseket.

Mit tanácsolna azok számára, akik félnek a szentgyónástól? Milyen a másik székben ülni?

Én nagyon örülök, hogy a Ciszterci Nevelési Központban, a Szent Margit Iskolában úgy van, hogy általában egy-egy osztályt kezd gyóntatni egy atya, és azt felső tagozatban is végigviheti. Így láthatjuk, hogyan növekszik a gyerekekben a hit, miként élik meg vallásosságukat, és hogyan válnak lassan felnőttekké. Ebben az időszakban az is előfordul, hogy valaki nem akar gyónni, vagy nem engem választ. Örülök azonban annak, ha az illető ilyenkor is eljön egy beszélgetésre, megmarad vele a személyes kapcsolat, és látom, hogy mi van vele. Azt gondolom, hogy a gyónástól nem kell félni. Inkább örüljünk, hogy gyónhatunk, és van lehetőségünk arra, hogy megtisztuljunk. Annak is örülhetünk, hogy benső dolgainkról tudunk kivel beszélgetni. Az is cél, hogy kialakuljon egy fajta lelki vezetés.

Az aranymisémre választott idézettel búcsúzok, mely pontosan egy napra, egy időbe esett az újmiséммel, melyet szintén a pálosoknál tartottam.

„Uram, színed előtt jár az irgalom és a hűség."

(Zsolt 88,15)

Béla atya és szerzeteseink

Az egyik vasárnap esti szentmisén néztem Béla atya szolid, szelíd és alázatos szolgálatát. Elgondolkodtam azon az életen, melyre 50 évvel ezelőtt odaszánta magát. Tiszteletet, csodálatot és lelkiismeret-furdalást éreztem egyszerre. Tiszteletet és csodálatot a mindig alázatos, szerény jelenléte és szolgálata felé, melyet újra és újra megtapasztalunk egy-egy szentmisén vagy az iskolában végzett lelkipásztori munkája során. Mindig csodálom higgadt, békés természetét.

Lelkiismeret-furdalásom lett, mert úgy érzem, hogy nem imádkozunk eleget papjainkért, az ő életükért. Pedig egy-egy fohászt, imádságot mindig elmondhatnánk értük is családjaink mellett. Szolgálatuk nélkül nem részesülhetnénk a szentségekben, a szentmisékben.

E gondolat mentén jutott az eszembe, hogy így a megszentelt élet évében imádkozunk-e eleget a szerzetesekért, kik szintén körülöttünk szolgálnak, fenntartó rendünk tagjaiért, elöljárójáért, hogy a hivatásban, melyre igent mondtak, teljesedjen ki az életük, találják meg szolgálatukat és tudjanak nap mint nap hűek maradni benne. Szép, tiszteletreméltó és valóban megszentelt élet az övék, de biztos vagyok benne, hogy ehhez szükségük van a hívek imádságára, odafigyelésére és szeretetére.

Ezért arra a gondolatra jutottam (hiszem, hogy Isten sugallatára), hogy mi tanárok imádkozhatnánk minden nap egy-egy ciszterci szerzetesért, nálunk szolgáló atyáért. És ahogy ez egy jó közösségben lenni szokott, a jó gondolat jó talajra hullott, és máris további gondolatokat fakasztott. Így szélesedett ki arra az összefogásra, hogy minden osztály, óvodai csoport, kollégiumi csoport imádkozzon egy-egy szerzetesért, de nemcsak a férfiakért, hanem a női ciszter ág tagjaiért is. A nővérek olyan lelkesek voltak az ötletért, hogy rendjükben minden szerzetesnő is vállalta, hogy imádkozik azért az osztályért, csoportért, amelyik érte imádkozik. Kölcsönös szeretetkapcsolat kialakulásának lettünk szemlélői. Dicsőség Istennek!

Így kerültek a szerzetesek fényképei nemcsak az iskolai nagy faliújságra, hanem óvodás csoportszobák, osztálytermek faliújságaira is, emlékeztetve, hogy van feladatunk.

Béla atya eddig nem tudott arról, hogy szelíd szolgálata hogyan indította el az imádság hullámait.

Egy misén szemlélődő lélek

Fohász.

Szeplőtelen Szűz, az igaz Isten Anyja és az Egyház anyja,
nézd, milyen nagy a te aratásod;
járj közben az Úrnál, hogy Isten népe a szentségre éhezzék.
Adj nekünk bőségesen papi és szerzetesi hivatásokat,
akik erősek a hitben, és szorgosan osztogatják Isten szent titkait. Ébressz készséget
a fiatal nemzedékben Isten nagyszerű szolgálatára.
Ámen.
(II. János Pál pápa imája)

Intézményünk védőszentjére, Árpád-házi Szent Margitra emlékeztünk

Tartalmas lelki nappal és felejthetetlen bállal ünnepeltünk… Ciszter atyák és szerzetesnővérek is érkeztek hozzánk. Hivatásuk történetéről és mindennapjaikról meséltek hetedikeseinknek. Este pedig a sokszínű műsorszámok után vidáman roptuk a táncot…

Ciszterci nővérek élete Érden a Regina Mundi Apátságban

A szerzetesrendeket két nagy csoportba oszthatjuk:

1. Vannak, akik az emberek között, őket szolgálva, segítve szeretik Istent. Ilyenek a betegápoló, tanító, plébániákon dolgozó, szegényeket segítő szerzetesrendek, mint például a ferencesek, irgalmasok, piaristák vagy szociális testvérek.

2. Vannak, akik a világot elhagyva Istennek adják minden szeretetüket. Ez nem azt jelenti, hogy az embereket nem szeretik, hanem azt, hogy Istenen keresz-

tül szeretik. Ilyenek például a kármeliták, klarisszák, trappisták vagy a ciszterci nővérek.

A ciszterciek Szent Benedek Regulája szerint élnek. Ez a Regula szabályokat tartalmaz, amelyek meghatározzák életünket. Beszél arról, hogy hogyan épüljön fel egy közösség, hogy mit tehetünk annak érdekében, hogy jók legyünk, hogy mi az igazi engedelmesség és alázat, mi a szegénység, miért kell csendben lenni, hogyan imádkozzunk, hogyan végezzük a munkánkat, milyen legyen a napirend.

A legfontosabb, amit kér tőlünk Szent Benedek, hogy *nagyon szeressük Istent*. Sajnos sok ember van, aki nem is ismeri, aki elfordul Tőle, aki nem szereti, aki sok bűnt követ el és nagyon megszomorítja. Minket, amikor megszólított Isten, hogy szerzetesek legyünk, arra hívott, hogy egyedül csak Őt szeressük, és azok helyett is, akik elutasítják és megvetik Őt, akik annyi fájdalmat okoznak Neki. Ezért úgy van elrendezve az életünk, hogy az egész napos csöndben, minden pillanatban Vele lehessünk, Vele beszélgessünk és Őt szerethessük. Így napközben is arra törekszünk, hogy ne egymással, hanem Vele beszélgessünk, ezért munka közben is csendben vagyunk. Ilyenkor lehet rózsafüzért imádkozni vagy bármilyen imádságot, saját szavainkkal kedveskedni Istennek, megbeszélni vele, hogy mi történt velem, megkérdezni Tőle, hogy mit tenne a helyemben…

De ezen kívül **van a cisztercieknek egy sajátos imádsága is**, amire a Szűz Anya adott nekünk példát. Róla azt írja a Szentírás, hogy amikor a pásztorok és a bölcsek hódoltak a Gyermek Jézus előtt, ő nem értette szavaikat, de *szívében forgatva* azokat újra és újra visszagondolt rájuk. Ez a szívünkben forgatás, ez a mi sajátos imádságunk: **a „ruminálás**". Ez egy latin szó, ami magyarul kérődzést jelent. Ez egy kicsit viccesen hangzik, hogy hogy jön ez most ide, de lelki értelemben nagyon fontos dolgot jelent. Mert mit is csinál például a tehén, amikor kérődzik? Amit egyszer lenyelt, azt a gyomra még nem tudja egészen megemészteni, ezért egy idő múlva visszaöklendezi a szájába, ott újból jól megrágja, és aztán újra lenyeli. Tehát egy falatot, amit lenyelt, többször meg kell rágnia, hogy minél jobban meg tudja emészteni, és így a szervezete fel tudja azt használni. Tulajdonképpen lelki értelemben is ugyanerről van szó, amikor ruminálunk. Ahogy a testünket tápláljuk, a lelkünket is ugyanúgy táplálni kell. A testünket étellel, a lelkünket pedig lelki táplálékkal: lelki könyvekkel, szentek életével, szép és értékes gondolatokkal, mert az is elsorvadhat, ha nem kap lelki ételt. Éppen ezért, amikor reggelente apátnőnk tanít minket, akkor abból mindig kiválasztunk magunknak egy nagyon rövid kis gondolatot, egy mondatot vagy akár csak egy szót, és azzal ruminálunk napközben. Ez mit jelent? A csendben visszagondolunk erre az egy szóra, és azt ismételgetjük magunkban. Aztán, mint a kérődző állatok, újra ezzel az egy kis gondolattal foglalkozunk, s ezáltal Isten jelenlétébe helyezzük magunkat, és szép lassan beleimádkozzuk a lelkünkbe, bogozgatjuk és próbáljuk megérteni. Aztán ahogy az idő múlik, talán a következő nap vagy héten, de lehet, hogy évek múltán is elővesszük ezt a gondolatot és forgatjuk a lelkünkben, az fokozatosan olyanná alakít minket is, a gondolatainkat, cselekedeteinket, szavainkat és egész életünket. Így amilyen gondolatokkal és értékekkel tápláljuk lelkünket, mi is olyanná válunk.

Ez a *szüntelen istenszeretet* a mi egész életünknek az alapja, a többi mind erre épül, ebből fakad, és ez az Istennek való teljes önátadásunk az, ami az egész világot is élteti. Az iránta való szeretetünket Isten átalakítja kegyelemmé, és szétosztja az egész világnak oda, ahova Ő tudja, hogy a legnagyobb szükség van rá. Ezért szükséges, hogy minél jobban és minél többen szeressük Őt!

Ágnes és Ancilla nővér mesélt…

„Egy egész CNK család él veled! Ha nem vagy itt zötyög a gépezet…"

Iskolai büfésünk, Bándi Ági véleménye a Szent Margit-bálról

Ez év januárjában nagy megtiszteltetésben volt részem, meghívást kaptam az iskolai Margit-bálra a Nagy Lajos Gimnáziumba. Lázasan készülődtem, hiszen nagyon szeretek zenés rendezvényekre járni, és az utóbbi időben nem volt rá lehetőségem. A bál a gyerekek műsorával kezdődött, majd a tanári kar lépett a színre, akik megénekelték az iskola életét vidám, verses formában. Meglepetésemre rólam is szólt, ez nagyon jólesett. Majd kezdetét vette a kötetlen beszélgetés és a hajnalig tartó tánc, ahol együtt roptuk szülők, tanárok. Sok új ismerősre tettem szert, és korábbi kapcsolataim elmélyítésére is lehetőségem nyílt.

Köszönöm a szép, vidám estét! Nagyon jól éreztem magam!

Séta hitünk élményparkjában

Emlékezetes találkozások, nagy utazások

• Egy éve már…

Eljöttök megnézni a lakásomat? – kérdezte apósom egy régi barátja. Persze – mondtuk, hiszen titkon már rég vártunk erre a meghívásra. A látogatás napján szakadt az eső, mégis a családból vagy tizenöten toporogtunk a belváros szívében álló ház előtt. Hiába, mindenki szeret bekukkantani a másik ember életébe… Nem sokat kellett várnunk, megjelent a régi barát, akinek társaságában mindig valami bámulatos nyugalom szállja meg az embert. Körbevezetett minket a lakáson, egyik szoba követette a másikat, mi pedig csak ámultunk és bámultunk. Az a hatalmas festmény engem ábrázol, igen – mondta –, nem túl előnyös, de hálából kaptam egy édesapától, hát kiraktam. A citromfa? Az igazi, de a termés rajta mind műanyag, csak a hangulat kedvéért raktam rá. Ezt a faliórát egy elődöm vette még a múlt század első évtizedében, sokan megcsodálták már azóta. Ez a pohárkészlet egy egész szekrényt elfoglal, 100 éves, de nyugodtan megfoghatjátok – biztatott minket, és nekünk remegett a lábunk. Sajnálom, hogy a belső kertbe most nem tudunk kimenni – mondta –, pedig vannak ám kacsáim, libáim és még egy igazi szamaram is! Mi így is nagyon elégedettek voltunk a tárlatvezetéssel, és mosoly ült a szívünkön, amikor házigazdánk sietve búcsúzott, mert a verőcei idősek otthonának megszentelésére volt hivatalos. Persze, hiszen ő a váci püspök…

Eszter néni

• „Én vagyok a Zöld béka"

Felsőseinkkel a Pálos kiállításon jártunk…

„A pálosok körében kaptam ezt a nevet, s barátaik, a MotorkerékPálosok is így hívnak. Rendesen Kawasaki Ninja a nevem. 900 köbcentis, 140 lóerős, 98-as évjáratú motor vagyok, lassan nagykorú tehát. 2009-ben egy görög katolikus atyától kerültem a Magyar Pálos Rend tulajdonába. Ő is sokat ment velem, de azóta évi 20 000 km-t tesznek belém a pálosok. Zarándoklatokon veszek részt többnyire, de szállítottam már tortát és virágot is. Sőt, volt egy sajátos időmérő edzésem is, amikor menteni kellett a helyzetet, hogy egy kulcs időben megérkezzen a rendeltetési helyére.

Számos alkalommal vettem részt a Pálosok nyomában című zarándoklatsorozat útjain. Kanyarogtam a Balaton-felvidéken és a Felvidék hegyei között. Jártam Szlovéniában, Délvidéken, Szerbiában és sokat-sokat Erdélyben, még a Transfogarason is! Legutóbbi szálláshelyem is Erdélyben volt. Az új kolostornál, Hargitafürdőn. De legjobban a pálosszentkúti motoros találkozót szeretem, ahol évről évre többen vagyunk.

Hányszor lepődtem meg ezeken az utakon, hogy mennyi pálos templom és kolostorrom s egyéb velük kapcsolatos hely látható a történelmi Magyarországon!

Öt alkalommal voltam Częstochowában is, Jasna Górán, a Fényes hegyen. Jaj, ott nagyon szeretek lenni! S mennyien vagyunk! Amikor felmutatják a szentmisén az átváltoztatott ostyát, felbúgunk vagy húszezren: együtt dicsérjük az Urat. Egy ízben még a Częstochowába tartó vonatos zarándoklathoz is csatlakoztam. És még

mennyi út! El ne feledjem a többi Mária-kegyhelyet Mátraverebély-szentkúttól Međugorjéig! Utoljára épp ott voltam.

Eddig egyébként több mint 147 000 km-t tettem meg balesetmentesen. A legtöbb, amit egy nap alatt gurultam, 1200 km volt. Erre azért büszke vagyok! Szerintem különben nem eszem sokat, nagyjából 5 literrel megyek 100 km-en.

A telet általában szervizben töltöm. Az olajcserét és a fékbetétem cseréjét a pálosok végzik rajtam, de télre mindig szervizbe adnak. Ez rendes tőlük. Most itt állok mint kiállítási tárgy októbertől február elejéig. Megtisztelő. De azért várom a tavaszt."

(Idézet a Pálos kiállítás anyagából)

• Egy CNK-s motoros tyúk élményei

Igen, a motorosok így hívják a vezető mögött ülő, motorozni szerető hölgyeket. Én 1990-ben lettem motoros tyúk, amikor megismertem férjemet, Bodogán Lacit. Ő akkor már motorozott, a cikkében említett Jawa 350-esével. Amikor először ültem mögé, rögtön tetszett a dolog. Azelőtt sosem ültem motoron, mégsem féltem egy cseppet sem! Azzal járt udvarolni hozzám. Hű, de sokszor toltuk, mert nem akart indulni…☺ Esküvőnkig tartott ki a járgány, utána nem indult be többet. Hosszú évekig nem motoroztam aztán, mert születtek a gyerekek, s amíg kicsik voltak, nem volt aki vigyázzon rájuk, míg mindketten motoron ülünk. 2013 nyarán volt egy „bemelegítő" motorozásunk, amin sikeresen levizsgáztam, mert szakadó esőben, néhol hóban tartottam ki 5 napon át. Az eddigi legnagyobb élményem a tavalyi **Nagy Motoros Zarándoklat** volt, amiről majd újságunk legközelebbi számában mesélek.

Bodogán Lászlóné Erzsike néni a titkárságról

Pio atya itt, Pio atya ott…

• Látogatás Pio atyánál

Reali Prisca 1.a és Reali Bonifacio 4.a osztályos diákok vagyunk. 2014 szeptemberétől vagyunk a Szent Margit Általános Iskola magántanulói. Azért vagyunk magántanulók, mert édesapánk olasz, édesanyánk magyar. Ezért nekünk kicsit nehezebb a dolgunk, mivel két helyre járunk iskolába. Az viszont jó dolog, hogy két hazánk van, s mindkét ország kultúráját, tájait, nevezetességeit, szokásait, ételeit megismerhetjük.

Ez év februárjában eljöttek hozzánk szüleink barátai Magyarországról, hogy együtt elmenjünk San Giovanni Rotondóba Pio atya sírjához. 2015. február 20-án korán reggel elindultunk Castel Gandolfóból, ez vatikáni terület, a pápa nyári rezidenciája. Itt dolgozik édesapám, és mi is itt lakunk. Nagyon hosszú, fárasztó út várt ránk. Már esteledett, amikor megérkeztünk. Másnap reggel kipihenten elindultunk kis zarándokutunkra. Feltűnt, hogy milyen friss a levegő, szinte harapni lehetett. Megtudtuk, hogy Pio atya betegségének is jót tett ez a klíma. Ahogy sétáltunk fel a hegyre, észrevettünk egy hatalmas, gyönyörű épületet.

Ez volt a kórház, melyet Ő alapított. Ahogy haladtunk feljebb, előttünk állt a régi bazilika. Itt található Pio atya egész alakos szobra, melynek keze és térde már fényes a zarándokok érintésétől. Vele szemben áll Szűz Mária szobra, itt gyertyát gyújtottunk és imádkoztunk. A bazilika bejáratától balra nyílt egy kicsi ajtó, mely a régi templomba vezetett, ahol Pio atya misézett és gyóntatott. Sokszor úgy, hogy a gyónónak meg se kellett szólalnia, Ő már mindent tudott… Ezután az új bazilika felé vettük az irányt. Átmentünk egy hatalmas téren, ahol több száz éves olajfák álltak. Most jött a meglepetés! Beléptünk az új bazilikába. Hatalmas és gyönyörű volt. 6500 ember fér be. A világhírű genovai építész, Renzo Piano tervezte 2004-ben. Elérkeztünk utunk legszebb részéhez, egy széles, hosszú, mozaikokkal kirakott folyosón elindultunk az altemplom felé. Káprázott a szemünk az arany- és ezüstkövek csillogásától!

A mozaikok között felfedeztük Mindszenty József bíboros és Pio atya találkozását bilokációban. (Ez azt jelenti, hogy egyszerre tudott két helyen is lenni.). A folyosó végén márvány asztalkákon arany színű tollakkal lehetett írni Pio atyának. Mi is írtunk neki…

Innen balra fordulva megérkeztünk a sírhoz. Üvegfal mögött feküdt, és olyan volt, mint egy viaszszobor. Rengeteg zarándok állta körül… Mindenki imádkozott, mi is…

Két napot töltöttünk ebben a kis városban, soha nem fogjuk elfelejteni!

Azt szeretnénk, hogy mindenki eljuthasson ide.

Reali Bonifacio és családja

• Morvay Pio atya intézményünkbe látogatott

Húsvéti lelki napunkon alsósaink számára szentségimádást, felsőseinknek pedig keresztúti imádságot tartott. Tóth Gergő, nyolcadikos tanulónk és édesapja a szentgyónásról beszélgetett vele.

Miért félünk a szentgyónástól?

Beszélgetőtársam Morvay Imre Pio atya, a Betegápoló Irgalmas Rend pécsi rendházfőnöke, akit a gyónásról, annak fontosságáról kérdeztem.

Miért fontos számunkra a gyónás?

A gyónás Isten ajándéka. Isten nagyon jól ismeri az emberi természetet. Tudja, hogy bűnt követ el, és tudja azt is, hogy ezektől a bűnöktől meg akar szabadulni. Az is meg akar szabadulni bűneitől, aki tagadja azt, hiszen neki is bűntudata van. Fontos ajándéknak adta azért, hogy használjuk, hiszen Neki is fontos, hogy az embert megszabadítsa bűneitől. Nekünk is fontos, mert csak így tudunk bensőséges, jó kapcsolatban lenni Vele a földi életben, és ennek alapján tiszta lélekkel tudunk távozni abban a reményben, hogy halálunk után fogad minket és megítél. Irgalmasan ítél meg, mert szentgyónásainkban kifejeztük bűnbocsánatunkat.

Miért nem elegendő magunkban megbánni a bűnöket?

A megbánásnak önmagában is fontos szerepe van, de csak abban az esetben elegendő, ha nincs lehetőség a gyónásra. Azért szükséges bűneinket gyónásban megbánni, mert Jézus emelte szentségi rangra: a papságot rendelte közvetítő szerepre. Nem elegendő tehát önmagamban bocsánatot kérni. Ha a pap a szentség szerint eljár, vagyis feloldoz, akkor Istentől kaptunk bocsánatot bűneinkre. Ezért fejeződik be a gyónás a következő szavakkal: Isten megbocsájtotta bűneidet, menj békével.

Miért érezhető szégyennek a gyónás, főleg a fiatalok körében?

Tapasztalataim szerint nem az életkor határozza meg a gyónáshoz való kedvet. Aki nem rendszeresen, vagy egyáltalán nem járul a szentséghez, annak okozhat kellemetlen érzést. Aki viszont rendszeresen végez szentgyónást, az megtapasztalta Isten közelségét, az Ő szerető ölelését. Ahhoz hasonlítható ez az érzés, mint a kemény, fárasztó munka utáni fürdés.

Miért jó ismerős, illetve ismeretlen pap előtt gyónni?

Ennek eldöntése a személytől függ: van, aki ismerősnek, van, aki ismeretlennek tudja jobban elmondani. Azt azonban tudatosítanunk kell magunkban, hogy vannak bűneink. Az én bűnöm nem különbözik a más bűnétől. Annak azonban természetesnek kellene lenni, hogy ezeket a bűnöket úgy kell letenni, ahogy a piszkos munka után lefürdünk. Ahogy a testünket ápoljuk, úgy kell a

lelkünket is tisztán tartani. A gyakorlott gyónók szívesen gyónnak ismerős atyánál, hiszen sok információval rendelkeznek személyükről. A gyóntatást végzők célirányosan tudnak kérdéseket feltenni, mivel bizonyos problémákat már korábban tisztáztak. Bizonyos esetekben négyszemközti beszélgetésként zajlik a gyónás, ahol a felek néven szólíthatják egymást személyes ismerősként.

Miért fontos számunkra, hogy a gyónás – más egyházakkal ellentétben – szentség?

A gyónást Jézus adta szentségnek. Ezt ajándéknak kell tekintenünk. Mint ajándékot berakhatjuk a szekrénybe és gyönyörködhetünk benne, de dönthetünk úgy, hogy használjuk is. Katolikus keresztényként előírás, hogy évente legalább egy alkalommal járuljunk szentgyónáshoz. Előírás továbbá, hogy súlyos bűn nélkül járuljunk szentáldozáshoz. Ennek megfelelően, aki szereti megélni a hitét, az nem csak évente, hanem jóval gyakrabban – akár hetente – él a gyónás lehetőségével. Nyilván, ha valaki bepiszkolja a kezét, nem egy év után mossa meg. A gyónás mellett beszélhetünk még a lelki beszélgetésről, ami az életvitelhez nyújt segítséget.

Nem szabad elfelejtenünk a karbantartás fontosságát. Ahogy az autónkat, műszaki tárgyainkat rendszeresen karbantartjuk, ugyanúgy folyamatosan gondoznunk kell lelki életünket is.

Miért nem elegendő a szentmise elején elmondott bűnbánati ima?

Ahogy a nevében is szerepel: bűnbánat, tehát nem gyónás. Az utóbbi szentség, melyben a titoktartási kötelezettség mellett elmondja a papnak a bűneit, melyre meg is kapja a választ a feloldozásban. A bűnbánati imában az apróbb hiányosságainkat tudjuk letenni. Legjobb lenne a templomba jövet – vagy még korábban megkezdve – átgondolni bűneinket, mert anélkül az csak egy bánatima-nyilván ez is több, mint a semmi. Hétköznapi nyelven úgy tudnám ezt megfogalmazni, hogy a templomba érve leverem a kabátomról a havat ezekkel a szavakkal: itt vagyok Uram.

Mikor van Önöknél gyónási lehetőség?

Szerencsére templomunkban két pap teljesít szolgálatot, így biztosra vehető, hogy szentmisék előtt és alatt a híveknek van lehetőségük gyónásra. Ezen időpontokon kívül természetesen tudunk külön időpontokat biztosítani abban az esetben, amikor iskolák, osztályok keresnek meg bennünket.

Köszönöm a beszélgetést!

Pécsett járt a máriapócsi kegykép

Miért sír Mária?

Elgondolkodtató a kérdés, főleg ha arra a Mária-kegyképre gondolunk, amely 3-szor is könnyezett az elmúlt 300 év alatt. Ismered a történetét?

Íme rövid történeti áttekintése.

A pócsi kegyképet 1676-ban Csigri László máriapócsi bíró készítette fogadalomból és hálából, a török rabságból történt szabadulásának emlékére. A képet Papp Dániel helybéli görög katolikus lelkész öccse, Papp István festette temperával, jávorfára.(mérete 50×70 cm). A bíró a 6 forint árát nem tudta kifizetni a képért, így egy tehetősebb polgár vásárolta meg.

1696. nov. 4-én könnyezett először a kép, amely két hétig szünet nélkül tartott egészen december nyolcadikáig. A könnyezés utolsó napján olyan hideg volt, hogy a templomban megfagyott a bor és a víz, de Mária könnyei ekkor is bőségesen hullottak. Abban az időben nem volt internet, telefon, mégis a könnyező Mária-ikonnak nagyon gyorsan terjedt a híre, amely a bécsi udvarba is eljutott. I. Lipót osztrák császár és magyar király a felesége, Eleonóra kérésére elrendelte a kép Bécsbe szállítását.

Gondolhatjátok, hogy milyen felháborodást keltett a magyar emberekben, főleg a pócsiakban ez a rendelet. A kép elvitelét megakadályozni nem tudták. Az eredeti pócsi ikon így a mai napig is, a bécsi Stephansdom déli oldalhajójában található.

A pócsi fatemplomban a Mária-ikon helye évekig üresen állt. Később számos másolat készült. Egy ilyen másolat került az eredeti kép helyére Máriapócson is. Sem az eredeti kép, sem a róla készült másolatok a továbbiakban nem könnyeztek, kivéve azt, amelyiket Pócsra vittek.

A második könnyezés **1715. augusztus 1-jén** történt, és 3 napig tartott. A harmadik pedig **1905. december 3-án** kezdődött, és 18 napig tartott. A könnyeket felfogó selyemkendőt kicsiny foglalatban a templom falára függesztették, ma is ott található a kegykép alatt. Ebből is érzékelhetjük, hogy Mária nem a képhez, hanem a helyhez kötődik, mintegy üzenetet közvetítve.

Az eredeti kép elvitelét sérelmezte II. Rákóczi Ferenc is, és ő is kutatta, vajon mi a könnyezés üzenete. Így fogalmazta meg gondolatait 1696. december 3-án az egri püspöknek írt levelében:

„…bizonyára az én bűneim is sok másokéval oka a Szűz Mária könnyezésének."

„…talán a jövendő bajok elkövetkeztét siratja a Kép Pócson. Esdenünk kell az isteni Kegyesség az veszedelmek eltávolításáért és az irgalom elnyeréséért."

Az évszázadok során, a máriapócsi Szűzanya közbenjárására, számos csodás testi és lelki gyógyulás történt. A zarándokok lelkülete ma sem változott: vigaszt, reményt, segítséget kérők, akiket a hála vagy a szükség hoz az Istenszülő oltalmához.

Ha ma könnyezne az ikon, vajon mi hogyan tudnánk a címben megfogalmazott kérdésre válaszolni: ***Miért sír Mária?***

Vargáné Simon Krisztina

Kép keretbe foglalva…

Mária velünk sír örömünkben, bánatunkban, reményünkben, összetörtségünkben. Osztozik emberségünkben, kudarcainkban és sikereinkben egyaránt. Keresztutunkon elkísér bennünket, egészen halálunk órájáig mellettünk halad. Szelíd tisztaságával bűneinkre figyelmeztet. Olyan anya, akire mind vágyunk, még akkor is, ha életünk, múltunk, családfánk sokszor ezer sebből vérzik. Csendes jelenlétével gyógyít. Egyszerűsége, engedelmessége koldus voltunkra figyelmeztet, arra, hogy mindaz, amink van, a kegyelem műve. Bárhol tartunk is, Mária megérti. Nem kívülállóként szemléli életünket, hanem velünk közösségben éli mindennapjainkat. Ha sírunk, velünk sír. Ha rossz úton járunk, tisztaságunkat siratja. Ha jól döntünk, az üres „sír" felett hullajt örömkönnyeket. És hogy miért könnyezett egykoron az Istenszülőt ábrázoló máriapócsi kegykép? Találgatás helyett inkább nézzünk önmagunkba. Milyen úton járunk? Szükségünk van gyógyulásra? A könnyezések oka válaszainkban rejtőzik… Meghalljuk a csodás könnyezések valódi üzenetét vagy csupán az emberi értelemmel felfoghatatlan szenzációt hajkurásszuk, lesve Máriát, hátha újra könnyezik? Eszünkbe jut olykor megkérdezni Őt: Mondd, Mária? Ma örömet vagy fájdalmat okoztam neked azzal, ahogyan éltem? Ha szavakkal nem is, hát a könnyeiden keresztül válaszolj, üzenj nekem!

Hódolat a kegykép előtt egy programszervezőnk szemével

Egy nyírségi kisfaluban, Bökönyben nőttem fel, Máriapócstól 35 km-re. Szüleim, főleg anyukám nagy Mária-tisztelő. Gyerekként évente többször is elzarándokoltunk Pócsra, szinte belenőttem a pócsi búcsúk imádságos lelkületébe. Ma is hallom a proseciók népénekeit, és persze látom az árusok és körhintások vidám forgatagát. Fiatalként, amikor már szervezhettek ilyet, ifjúsági búcsúra, találkozóra jártunk oda 5-600 fiatallal együtt. Mária kedvelt helyén tanultuk hitünket, kerestük gyökereinket, imádkoztuk ki nagy döntéseinket, vittük Mária elé kéréseinket, nehézségeinket. Amióta Pécsett élek, ritkán jutok el, évente egyszer talán.

Amikor megtudtam, hogy a pócsi Mária-kép körútra indul, és eljön Pécsre … nehezen tudtam elképzelni, milyen lesz a viszontlátás… Hisz neki Pócson van a „helye", vajon „mit keres majd itt"? Azért nagyon örültem, és nagyon nagy lelkesedéssel szerveztük a látogatást. Épp csak 21 órát volt Pécsett a kép, szerettük volna, ha sokan megismerik, és a találkozás sok kegyelem forrása lesz.

Érkezésekor nem fértem be a templomunkba… annyian voltunk. Csak messziről köszöntöttem, és a szememmel kísértem meghatottan. Prosecióban kísértük át a székesegyházba. Akkor már nem tágítottam a

közeléből. Ahogy vitték a férfiak a vállukon, imbolygó képe a köztünk lépdelő, minket soha el nem hagyó Máriát juttatta eszembe, akihez bármikor odafordulhatok. A székesegyházban királynői fogadtatásban részesült, a dallamok, a sok hívő, csupa tisztelet és hódolat, szeretet, ami körbevette.

Amennyit csak tudtam, ott voltam a közelében. Néztem az egyszerű arcot, bús, mégis gyöngéd tekintetét. Láttam az emberek arcát is, akik jöttek hozzá: gyerekek, ifjak, öregek, betegek, fáradtak, sírók és szemlélődők. Mennyi kérést, hálát hoztak eléje, azt csak ő tudhatja… Amikor elvitték, egy ének sorával imádkoztam: **„Terjeszd ki felettünk szent kezedet, áldd meg, aki téged híven szeret!"**

(*prosecio = ünnepélyes menet egyik helyről a másikba. Ugyanaz, mint a körmenet, csak itt általában templom körül történik.)

Bodogán Erzsike néni

„Tanár néni! Én sírtam a kegykép előtt. – meséli hatodikosunk…

Sírni nem szégyen…

Szárnypróbálgatók

Tollforgató fiataljaink írásai

Mohar Hanna 4.b

Egyszer sírok,
Egyszer nevetek.
Harmadszorra pedig: szeretek!
A fellegekben járok, a családomat látom.
Örömömben táncolnék, és közben sírnék.

Odaadom kicsi szívem,
Tedd a tied mellé,
Hadd tegye az életedet
Boldogabbá, szebbé!

Gógl Johanna, hatodik osztályos tanuló verse, akit iskolai szavalóversenyünkön ezért az alkotásáért arany fokozatú különdíjas oklevéllel jutalmazott a zsűri.

Ezzel a verssel szeretnénk most köszönteni az édesanyákat és nagymamákat, anyák napja alkalmából!

Ha boldog lehetnék…

Ha boldog lehetnék, virágot ültetnék.
Nem is akármilyen virágot,
Olyan virágot, ami nem ismerne határt a világon.

Ha boldog lehetnék, a kertben játszanék.
Hintáznék a fákon, ugrálnék az ágon,
Nem ismernék határt az egész világon.

Ha boldog lehetnék, egy kicsit aludnék.
Benne puha ágyikómban szuszognék.
Várnám anya pusziját, keltsen fel bátran!
Hadd legyen boldog napja az egész világnak.

Viccelsz velem?

Csemetéink vidám elszólásai…

Ovis gyerekszáj

☺ Vonatozás közben H. Levente lelkesen magyarázza: *„Ez a villanyos mozdony, ez meg a gőzönyös mozdony!"*

☺ Elza ébredés után megszólal: *„Óvó néni! Amíg ti itt beszélgettetek, addig én itt csuklottam így, hogy: csukk, csukk, csukk!"*

☺ H. Levente március 15-e után vonatozott és közben énekelte: *„Vasút Lajos azt üzente….!"*

☺ Testünk témakörnél beszélgettünk az emberi növekedésről, szóba került, hogy születéskor a kisbaba kikerül az édesanyja pocakjából, és elvágja a doktor bácsi „AZ ÉLETZSINÓRT!"

Verbai Emese

Zenész gyerekszáj

☺ Új darabot tanulunk.
Tanár: *Milyen hanggal kezdődik a darab?*
Gyerek: *…hát a kezdőhanggal!!!*

☺ Pontozott negyedhang a kottában:
„Olyan hangot nem tudok, aminek pötty van a végén!"

Eredményesek voltunk

Eredményesek voltunk…

Matek, magyar, szépírás, szavalás, sport, hittan, zene, rajz, számítástechnika…

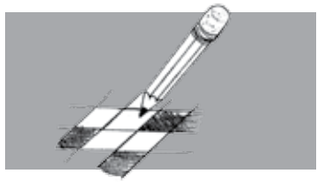
Iskolai, városi, megyei, országos…

Ebben a félévben is sok szép eredmény született iskolánkban. Hosszú lenne mindent felsorolni. Senkit nem szeretnénk kihagyni a sorból. **Szívből gratulálunk diákjainknak és felkészítő tanáraiknak!** Sikereinkről weboldalunkon részletesen tájékozódhatnak olvasóink.

BÜSZKÉK VAGYUNK RÁJUK!
(www.cnkpecs.hu)

Rejtvényoldal

Törd a fejed!



Rejtvény óvónőinktől ☺

Ezt a növényt lengették az emberek Jézus jeruzsálemi bevonulásakor. _____ (9 betű)

Jeles napok más szóval. _____(7)

Milyen csoportos óvodások mennek iskolába? _____(4)

Hány lába van a madárnak? _____(5)

Hány fa kisház van összesen az ovi udvarán? ____(2)

Istennek szentelték életüket. Kik ők? _____(7)

Hogyan köszönünk, amikor egy szerzetessel találkozunk? _____(12)

Ha összeolvasod a válaszok kezdőbetűit, egy ünnep nevét kapod.

Megfejtés:_____

Sok sikert kívánunk:

Mónika néni, Eszter néni

Fejtörő a Vágyi családtól ☺

Feladat:

Töltsd ki a rejtvényábrát az alább megadott szavakkal! A felhasznált szavakat húzd át az alábbi felsorolásban, és ha jól oldottad meg a rejtvényt, akkor a végén 6 szó felhasználatlan marad. Ezekből egy mondatot állíthatsz össze, amely neked szól!
A hosszú magánhangzókat (i,í – o,ó – ö,ő – ü,ű) beíráskor nem kell megkülönböztetni; a két szóból álló kifejezéseket üres négyzet nélkül kell beírni az ábrába (pl. A NÉMA – ANÉMA).
Javaslat: Először próbáld meg a leghosszabb szó helyét megkeresni, onnét már könnyebben megy a megoldás.

Tizenkét betűsek: TISZTSÉGEKEN

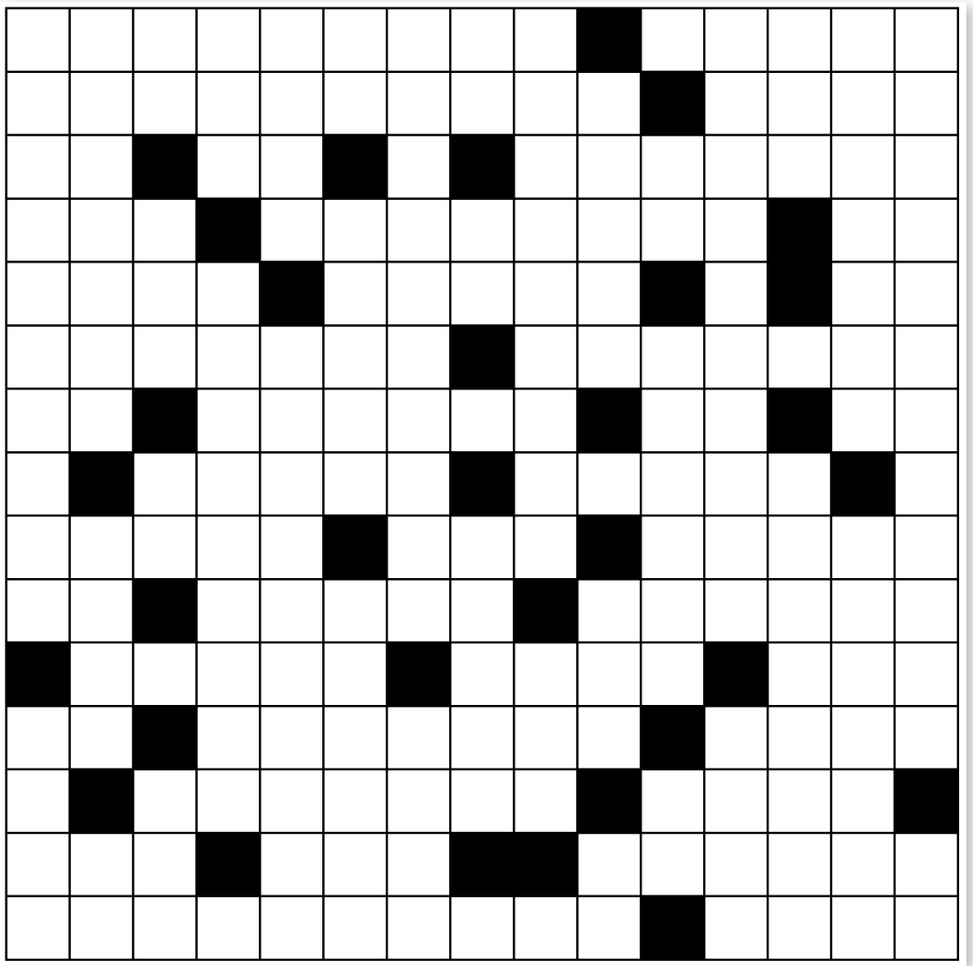
Tízbetűsek: CSODÁLATOS, IKONOSZTÁZ, SZELEBURDI, TEVAN ANDOR, ŰRTARTALOM, ZENEISKOLA

Kilencbetűsek: ELISMÉTEL, RENOVÁLÁS, SZENTMISE

Nyolcbetűsek: ÉLETEMMEL, ISTENNEK, PANASZOD, TIZEDELŐ

Hétbetűsek: ÁNZIKSZ, BÉGETÉS, ÉLELMES, ESDEKEL, ETÁZSER, ISKOLÁS, REMETÉK, ZENEGÉP

Hatbetűsek: CSODÁS, EMELÉS, INZERT, NEMZET, RÉSZEK, SZELÉN



Ötbetűsek: A NÉMA, ÁNIZS, ASZAL, DRÁVA, ECSET, EVETT, GOLAN, LOIRE, NORMA, ROVAT, TERVE, ZSIKE

Négybetűsek: ÉDEN, EGER, ÉGET, IGÁS, IKRA, NEDŰ, RIGÓ, SÜTI, TIPP, TŐKE, ÜGET

Hárombetűsek: AZL, DEG, DÚS, EST, GSL, EME, LED, NEO, ORR, RÁZ, SÜL, VAN

Kétbetűsek: AR, AZ, EN, EN, II, MA, MS, NE, NÓ, OP, RÁ, RE, SO, ST, UP, ŰZ, ZZ

Lapozz egyet a megfejtéshez!

Hírek, programok

INTÉZMÉNY

- május 17. – Elsőáldozás

ÓVODA

- július 20. és augusztus 24. között óvodánk zárva tart

ISKOLA

- május 18/19 – hetedikes, nyolcadikos vizsgák
- május 27. – kompetenciamérés (matematika, szövegértés) 6. és 8. évf.
- június 8/9 – nyolcadikos mestermunkák
- június 11. – idegen nyelvi mérés 6. és 8. évfolyam
- június 12. – nyolcadikosaink ballagása
- június 16. – évzáró (Te Deum) és fogadás
- június 17. – beiratkozás
- május 21. – osztálykirándulás

ZENEISKOLA

- május18. – szolfézs alapvizsga
- május 28/29 és június 1 – szolfézs évfolyam zárók
- június 2 – 5 – év végi vizsgák
- június első hetében alap - és záróvizsgák

Intézményünk nyári szünetben szerdánként, 9-12 óra között tart ügyeletet.

Programjainkkal kapcsolatban a változtatás jogát fenntartjuk.

Híreinkről weboldalunkon tájékozódhatnak.

(www.cnkpecs.hu)

A 61. oldal rejtvényének megfejtése!

S	Z	E	N	T	M	I	S	E	■	E	C	S	E	T
Z	E	N	E	I	S	K	O	L	A	■	S	Ü	T	I
E	N	■	O	P	■	O	■	I	S	K	O	L	Á	S
L	E	N	■	P	A	N	A	S	Z	O	D	■	Z	Z
E	G	E	R	■	N	O	R	M	A	■	Á	■	S	T
B	É	G	E	T	É	S	■	É	L	E	L	M	E	S
U	P	■	N	E	M	Z	E	T	■	M	A	■	R	É
R	■	R	O	V	A	T	■	E	V	E	T	T	■	G
D	R	Á	V	A	■	Á	Z	L	■	L	O	I	R	E
I	I	■	Á	N	I	Z	S	■	R	É	S	Z	E	K
■	G	O	L	A	N	■	I	G	Á	S	■	E	M	E
N	Ó	■	Á	N	Z	I	K	S	Z	■	É	D	E	N
E	■	E	S	D	E	K	E	L	■	Ü	G	E	T	■
D	Ú	S	■	O	R	R	■	■	S	Z	E	L	É	N
Ű	R	T	A	R	T	A	L	O	M	■	T	Ő	K	E

Akiknek köszönettel tartozunk…

„Hálát adok az Úrnak teljes szívemből, elbeszélem minden csodatettedet"

(Zsolt 9,2)

Elsőként az Úrnak mondunk köszönetet, mert életben megtartott bennünket, és megadta a „mindennapi kenyerünket" is. Fontosnak tartjuk, hogy egy-egy mondat erejéig megemlítsük azokat is, akik intézményünket támogatják lelkileg és/vagy tevőlegesen.

Köszönet illeti:

- Dékány Sixtus apát urat, amiért fenntart minket és gondoskodik rólunk. A megszentelt életek évében különösen szeretnénk őt és az összes ciszterci atyát és nővért imáinkban hordozni.
- Bernát atyát és Péter atyát, hogy egész évben gyóntattak, miséztek és lelkünk üdvösségén fáradoztak.
- Farkas Béla atyát, hogy mindig számíthatunk papi készenlétére,
- a gyóntató atyák fáradságát,
- Karesz atyát, hogy folyamatosan jelen van és minden kérdésre készségesen válaszol.
- Azokat a kollegákat, akik az idei „maratoni influenza" idején, nem kímélve magukat, helyettesítettek. Igazgatóhelyetteseket, akik a helyettesítések dzsungelében átlátták és működtették a rendszert. Sőt! Nulla szabad emberből is tudtak helyettesítést varázsolni.
- Az SZM szülőket a Margit-bál megszervezéséért, folyamatos támogatásukért.
- A Szent Benedek Szeretetszolgálat nálunk szolgáló diákjait a segítségükért.
- A Nőegyletet a nagyvonalú támogatásukért.
- Alíz doktornő és Marianna védőnő gondoskodó jelenlétét közöttünk.
- Zöld-Híd Alapítványt a lehetőségekért és élményekért.
- A leendő elsősök és óvodások szüleit, akik ránk bízták legféltettebb kincsüket, gyermeküket.
- Minden szülőt, nagyszülőt, CNK-s nagycsaládba tartozót, akik segítik az itt folyó munkát imádsággal, idejükkel, tudásukkal, adománnyal, papírgyűjtéssel, 1 %-kal.
- Minden dolgozót, aki lelkiismeretesen végzi nap mint nap munkáját, és a hétköznapok rutinjában becsülettel helytáll.

Bodogán Lászlóné

Útravaló

Kedves Családok!

Öröm volt részesülni ebben a tanévben is egy jó közösség hétköznapjaiban, a feladatok között meglátott kegyelmekben, az összefogásban, a nehéz helyzetben lévők felé nyújtott lelki és anyagi segítségben, a gyerekek örömében és sikereiben, a problémák leküzdésében.

Legyen az idei nyárra útravalónk, hogy ne feledkezzünk meg lélekben hordozni egymást, és imádkozni a körülöttünk szolgáló atyákért, szerzeteseinkért! Lássuk meg nyáron is a segítségadás lehetőségeit, ápoljuk szeretetkapcsolatainkat, melyre talán a tanév során kevesebb időnk, energiánk volt. „Élezzük meg a fűrészt", vagyis pihenjünk, töltekezzünk lelki, testi, szellemi és kapcsolati szinten egyaránt, ahogy S. Covey az *Életrevaló – 7 szokás program*ban erre a tanév során felhívta a figyelmünket!

Jó pihenést, töltekezést és az Úr áldását kívánom minden családnak!

Várunk mindenkit szeretettel szeptemberben a tanévnyitón!

Késmárki Tiborné, intézményünk vezetője

A Ciszterci Nevelési Központ elérhetőségei:

Címünk: 7621 Pécs, Apáca u. 23.
Tel.: 72/511-243, 72/525-516, 30/830-3158, 30/830-3159
Telefax: 72/315-786
E-mail: *ciszterci.nk@gmail.com*
Honlapunk címe: www. cnkpecs.hu

Újságunk adatai:
CiNKe
A Ciszterci Nevelési Központ intézményeinek közös kiadványa
Megjelenik egy tanévben kétszer
Felelős kiadó:
Késmárki Tiborné igazgató
Szerkesztők:
Óvoda: Bágyi Eszter, Lovászné Bernáth Szilvia
Iskola: Molnárné Boda Mária, Viszlai-Nagy Eszter
(iskolai fényképek: Széll Marcell)
Zeneiskola: Szabó Anikó
Zöld rovat: Szabó Rita
Kollégium: Huszics Tamara, Tölcsér Valéria
Nyomdai előkészítés: Tóth Gábor
Nyomta: Molnár Nyomda és Kiadó Kft.
Felelős vezető: Molnár Csaba