

Ferenc pápa Twitter-üzenete július 21-én

Amikor a szülők és a gyermekek szeretetét az Úr szeretete élteti és teszi tisztává, akkor egészen termékenyvé válik és jó gyümölcsöket hoz a családban, s bőven azon túl is.

INFORMÁCIÓK A HÉTRE

Július 27, hétfő, Szent Charbell Makhlouf áldozópap, 9.15 óra: A Notre Dame rendért és iskolánkért

Július 28, kedd, 8.30 óra

Július 29, szerda, Szent Márta: nincs szentmise

Július 30, csütörtök, Aranyszavú Szent Péter püspök és egyháztanító, 8.30 óra: Hálából

Július 31, péntek, Loyolai Szent Ignác, 8.30 óra: + Szabó Erzsébet Melánia CND (+1999)

Augusztus 1, szombat, 18 óra: + László

Augusztus 2, Évközi 18. vasárnap, 10 óra: Élő családtagok

A héten újra iskolai táborunk lesz, ezért a hétköznapi szentmisék rendjében jelentős változás van. A részletek a Hírnökben találhatóak meg. A szentmisék nyilvánosak, mindenkit szeretettel várunk!

A Zalaegerszegi Esperesi Kerület megszervezi a jubiláns házaspárok találkozóját. Azokat a házaspárokat várjuk az ünnepségre, amelyek idén ke-
rek házassági évfordulót ünnepelnek.

Szeretettel ajánlunk a Testvérek figyelmébe magazinjainkat, valamint az Adoremus augusztusi számát. Mindezeket az újságos asztalról tudják megvásárolni.

MINDSZENTY JÓZSEF ÁLTALÁNOS ISKOLA, GIMNÁZIUM ÉS KOLLÉGIUM – ISKOLALELKÉSZSÉG; SZENT KERESZT TEMPLOMIGAZGATÓSÁG – 8900 Zalaegerszeg, Zárda utca 25. • Email: mindszenty@martinus.hu • Facebook: [Iskolalelkésztség, Zalaegerszeg](#) • Instagram: [mmt_official_christian](#)



Hírnök

2020. július 26.
Évközi 17. vasárnap

Mindszenty József Általános Iskola, Gimnázium és Kollégium – Iskolalelkésztség
Szent Kereszt Templomigazgatóság

A kényszeres pozitívítás hazugsága

Talán te is átélted már hívőként, hogy úgy érezted, meg kell felelni egy kimondatlan elvárásnak, hogy „rendben és jól legyél”, miközben benned inkább káosz és zavarodottság volt. De vajon Isten is elvárja, hogy mindig pozitívak legyünk – ha esik, ha fúj? Vagy megengedi, hogy teljesen őszinték legyünk vele, önmagunkkal, egymással?

Nemrég olvastam egy gondolatébresztő cikket a toxikus pozitívításról. Vagyis arról, amikor valaki nem néz szembe a nehézségekkel, nem éli meg a negatív érzéseit, inkább olyan mondatokkal dobálózik, mint „Nyugi, lehetne ennél sokkal rosszabb is!” vagy „Fel a fejjel, csak nézd a jó oldalát!”. Az ilyen mondatok – akár másnak mondjuk, akár magunknak – sokkal többet árthatnak, mint amennyit segítenek. És ha már szembenézés: keresztényként vajon hányszor esünk ebbe a csapdába?



„A túlaradó és ellentmondást nem tűrő pozitivitás nem könnyed életigenlés, inkább egy mesterséges szinten tartás, egy csakazértis boldogság – ami egyszerűen meghazudtolja az emberi természetünket. Nem hiába félünk, lesz elegünk, haragszunk és szomorkodunk – minden negatív érzésünk fontos információt hordoz magában, amelyekre ha figyelünk, közelebb kerülhetünk önmagunkhoz és vágyainkhoz. Nem attól leszünk erősek és elégedettek, ha folyton jó érzéseink vannak, hanem ha biztonsággal meg tudjuk élni és engedni magunknak a negatív hullámainkat is, és ezekkel együtt fogadjuk el önmagunkat. Éppen ezért irreális és mérgező elvárás az, hogy mindig a napos oldalon legyünk – ha esik, ha fúj” – írták a cikkben.

Hívóként nagyon sokszor átéltem, hogy kényszeresen pozitívak akarunk lenni. Ha jön egy rossz érzés vagy gondolat, akkor ahelyett, hogy megélnénk, szinte azonnal elutasítjuk. Meg akarunk felelni egy ideális képnek, olyannak, amilyen az egyház szerint a „jó keresztény”. És amikor ez mégsem teljesül, jön a színjáték – rosszabb esetben nemcsak a körülöttnk lévő hívóknak, hanem önmagunknak is.

Én is sokáig ilyen szűk keretek között éltem az életem, folyamatos megfelelésben és elfojtásokban.

Ha jó érzéseim voltak, mondjuk vidám voltam és elégedett, akkor nyugodt voltam, hogy „rendben vagyok”. De amint jött a félelem vagy a harag, esetleg egy durvább csalódás és az abból fakadó keserűség, azonnal úgy gondoltam, hogy „nem vagyok rendben”. Ez azt eredményezte, hogy egy idő után nemcsak nem adtam ki magamból a fájdalmat, hanem azt sem engedtem meg magamnak, hogy érezzem. Ez annál mérgezőbb, minél több évig élünk így, egyoldalúan.

Sajnos a keresztény alkalmakon, találkozókön nagyon sokszor – tisztelet az üdítő kivételnek – éltem át azt, hogy fel kell vennem egy álarcot, ha nem vagyok jól.

Hogy el kell játszanom, hogy minden rendben, a hitem mindenben átsegit és Isten jó – akkor is, ha ezt egyáltalán nem így gondoltam az adott időszakban. Ilyenkor marad az egyedül megküzdés, a magány és a folyamatosan ismétlődő kérdések, hogy „Mi a baj velem? Miért ilyen gyenge a hitem? Mit csinálok rosszul, hogy csak én vagyok ilyen nyomorult a keresztények között?”. Persze félreértés ne essék: vannak olyan helyzetek, amikor rengeteget ad, hogy keresztények között vagy. Megértenek és imádkoznak érted, tiszta szívből. De most nem erről beszélek, nem is egyes személyekről, inkább a keresztény kultúrának, légkörnek arról a részéről, amelyre talán ritkán reflektálunk.

Az általam említett cikkben remekül megfogalmazzák a jelenséget: „Mivel távol tartjuk magunkat valódi érzelmeinktől, ezért önmagunktól is

egyre inkább távolodhatunk – ezáltal nemcsak egy hamis érzelmi világot, hanem egy hamis énképet is próbálunk fenntartani. Lehet, hogy el tudjuk hitetni magunkkal és a külvilággal, hogy minden rendben, de legbelül egy nem szűnő ürességet élhetünk át.”

Egy keresztény pszichológus ismerősöm gyakran beszél az érzelmi egészségéről: ahogy a szóban is benne van, ez azt jelenti, hogy nemcsak az érzelmeinknek egy részét éljük meg, hanem az egész érzésvilágot, ahogy van: nemcsak a szépet, a jót, hanem a nehezet, a negatívát is. Így maradhatunk egészek, egészségesekek.

Ez az egészség a Biblia lapjain is látható, az Ó-és az Újszövetség is tele van olyan szereplőkkel, akik megélték a haragjukat, értetlenségüket, fájdalmukat is; gondoljunk csak Jóbra, Dávidra vagy Pálra. Isten nem kéri, hogy éljünk egy szivárványon és rózsaszín szemüveg legyen rajtunk reggeltől estig. Ő átvezet a viharokon és a végén lehet, hogy tényleg látunk szivárványt, amikor kisüt a nap, de bátran vállalhatjuk azt is, ha nehéz bízni benne és kitartani a hitben. „Ezeket azért mondom nektek, hogy békeségeitek legyen énbennem. A világon nyomorúságotok van, de bizzatok: én legyőztem a világot.” (Jn 16,33)

777blog.hu

Jubiláns házások találkozója

Egyházmegyénk minden évben közös ünnepre hívja az abban az évben kerek házassági évfordulót ünneplő házaspárokat. Az idei egyházmegyei rendezvény a veszélyhelyzet miatt elmaradt, de az elkövetkező időkben helyi szinten meg fogják tartani az ünnepséget.

A Zalaegerszegi Esperesi Kerület közös ünnepet tart valamikor a nyár végén, amelyre azokat a házaspárokat hívjuk, akik idén kerek évfordulót ünnepelnek (5, 10, 15, 20...). Az ünnepre természetesen családtagjaik is elkísérhetik őket.

A szentmisén minjden házaspár egy szép dokumentumot és áldást kap püspök atya aláírásával. Ennek előkészítéséhez kérjük, hogy aki szívesen részt venne az ünnepen jubilánsként, szíveskedjék a sekrestyében feliratkozni.

Az ünnepség dátumát és pontos részleteit a nyár során tudjuk majd közölni. Szeretettel várjuk a jubilánsok jelentkezését!