

VESZTESÉG ÉS GYÁSZFELDOLGOZÁS

Az élet során, bár az örömet és a boldogságot keressük, elkerülhetetlenül érnek minket veszteségek. Az öröm és a szomorúság vagy fájdalom egyaránt benne van az érzelmi „készletünkben”, egymáshoz viszonyítva nyernek értelmet. Mégis sokan szeretnék elkerülni a veszteséggel járó rossz érzéseket, és környezetünk is erre buzdít minket: „Ne gondold rá!”, „Felejtsd el!”, „Ne foglalkozz vele!”, „Ne sírj!”, javasolják ilyen helyzetekben.

Pedig a veszteség feldolgozása során a fájdalmat nem lehet megúszni, de nem mindegy hogyan küzdünk meg vele. Az elnyomott, vagy elfojtott rossz érzések, ugyanis előbb utóbb „visszajárnak”, lelki és testi tüneteket okozhatnak és olyankor már az sem egyértelmű, mi volt a kiváltó ok.

Most induló önreflexió csoportunk nemcsak abban segít, hogy feldolgozzuk veszteségeinket, de abban is, hogy szembenézzünk azzal, milyen megküzdéseket dolgoztunk ki magunk számára és ezek mennyire voltak hatékonyak.

A módszer, amit alkalmazunk, a **pszichoedukáció**, amely segíti, hogy képet alakítsunk ki magunkban arról, mi zajlik bennünk, hogyan működünk, és hogyan tudunk továbblépni.

A csoport 8 alkalomból áll. (A csoport további időpontjait, az első alkalommal fogjuk megbeszélni.)

Az első alkalom: 2016. október. 24-én (h) 17ó -tól kezdődik.

Helyszín: Katolikus Karitás - Caritas Hungarica Központi Irodája, Budapest XI. kerület Bartók Béla út 30. IV. emelet

Csoportvezetők: Márton Andrea, szociológus, csoportterapeuta, szakvizsgázott szociális munkás és Dr. Váry Annamária, pszichoterapeuta, tanácsadó szakpszichológus

A programot az Emberi Erőforrások Minisztériuma és a Katolikus Karitás között létrejött **5249-2/2016 Szocszolg.** azonosítószámú támogatási szerződés projektje támogatja, ezért **részvételi díj nincs, de regisztrálni szükséges.** Várjuk az érdeklődők jelentkezését! Jelentkezni lehet telefonon 06(1)4664455, mobilon 06(30)5536375, e-mail: caritas.revbp@mail.datanet.hu

ÉRDEKES VOLT

A Keresztény Értelmiségiek Szövetsége Józsefvárosi Csoportja októberi összejövetelén Dr. Horváth Attila jogtörténész, egyetemi docens, az ELTE, PPKÉ és NKE tanára tartott előadást Az 1956-os forradalom eseményei a VIII. kerületben címmel.

Az előadás előtt Horváth Attila, aki már többször és többféle témával járt nálunk, elmesélte, hogy a XVI. kerületben, ahová néhány éve költöztek, lokálpatrióták, az önkormányzat és külföldön élő magyarok segítségével Mindszenty szobrot állítottak a Templom téren, megvették Tóth Ilonka árpádföldi szülőházát, ahol az 1956-os forradalom és szabadságharc utáni koncepciók per következtében ártatlanul kivégzett fiatal orvostanhallgató a gyerekkorát töltötte. A házat 1956-os emlékhellyé alakítják.

Az 1956-os forradalomra térve Horváth Attila elmondta, hogy a legtöbb harc helyszíne, a legnagyobb ellenállás a forradalom során a VIII. kerületben volt. A legtöbb áldozat és elítélt áldozat is kerületünkben került ki. Az első fegyveres összecsapás a Magyar Rádiónál történt, ahová a forradalmárok követeléseik bemondataira vonultak. A kivezényelt magyar katonák, majd a rendőrség is átállt a forradalmárok oldalára. A kommunista vezetők azt hitték, hogy az emberek nem fognak memni kimenni az utcára, de tévedtek. Diákok és munkások foglalták el a stratégiaileg fontos pontokat, ilyen volt a Corvin-köz, és tudták felvenni a harcot a szovjet tankokkal.

A szovjet csapatok november 4-ei második támadása során már olyan haderővel érkeztek, ami a II. világháborúban Berlin ostrománál felvonult haderőhöz hasonlítható. Gyalogságot és a legmodernebb haderőt vezényelték a magyar forradalom leverésére

A Kormány – az 1956-os forradalom és szabadságharc 60. évfordulójáról történő méltó megemlékezés érdekében – a 2016. évet az 1956-os forradalom és szabadságharc emlékévé nyilvánította és létrehozta az 1956-os Emlékbizottságot, amelynek egyebek között feladata javaslatot tenni a 60. évfordulóval kapcsolatos megemlékezések, rendezvények,

ismeretterjesztő programok szervezésére, emléktáblák és emlékhelyek létrehozására, emlékművek állítására.

Vermes Ágota

A PÁPA ÜZENETE A MISSZIÓS VILÁGNAPRA**A missziós Egyház az irgalmasság tanúja**

Kedves Testvérek!

Az Irgalmasság rendkívüli Szentéve, amit Egyházunk most él át, sajátos megvilágításba helyezi a 2016. évi Missziós Világnapot is: arra hív bennünket, hogy az *ad gentes* missziókra úgy tekintünk, mint az irgalmasság hatalmas művére lelki és anyagi értelemben egyaránt. Valóban: ezen a Missziós Világnapon mind arra kapunk felszólítást, hogy induljunk el, „lépjünk ki”, mint missziót végző tanítványok, és mindnyájan állítsuk e küldetés szolgálatába tehetségünket, kreativitásunkat, bölcsességünket és tapasztalatunkat, hogy eljuttassuk Isten gyengédségének és együttérzésének üzenetét az emberiség egész családjá számára. Missziós küldetése értelmében az Egyház gondját viseli azoknak, akik nem ismerik az Evangéliumot, mivel azt szeretné, hogy mindenki üdvözljön és eljusson az Úr szeretetének megtapasztalására. Az Egyháznak „az a küldetése, hogy hirdesse Isten irgalmát, az Evangélium dobogó szívét” (*Misericordiae Vultus* bulla, 12), és szóljon róla a Föld minden részén, amíg el nem ér minden nőt, férfit, időst, fiatalot és gyermeket.

Az irgalom bensőséges örömet szerez az Atya szívének, amint minden emberi teremtménnyel találkozik; Ő kezdettől fogva szeretettel fordul a legesendőbbek felé is, mivel az Ő nagysága és hatalma éppen abban a képességében mutatkozik meg, hogy azonosulni tud a kicsinyekkel, az elhagyottakkal és az elnyomottakkal (vö. MTörv 4,31; Zsolt 86,15; 103, 8; 111,4). Ő a jóságos, figyelmes és hűséges Isten, odaáll amellé, aki szükségét szenved, s ezáltal mindenkihez közel áll, főként a szegényekhez; olyan gyengédséggel vesz részt az emberi valóságban, ahogyan az édesapa és az édesanya gyermeke életében (vö. Jer 31,20). A Bibliában használatos kifejezés az anyaméhre utalva szól az irgalmasságról, vagyis felidézi az édesanya szeretetét gyermekei iránt, akiket örökké szeretni fog, bármilyen körülmények között és bármi is történjék, hiszen méhének gyümölcsei. Ez annak a szeretetnek is lényegi vonása, amelyet Isten táplál minden gyermeke iránt, különösképpen annak a népnek a tagjai iránt, amelyet létrehozott és amelyet gondozni és nevelni akar. Esendőségük és hűtlenségük láttán szíve megindul és megremeg az együttérzésben (vö Oz 11,8). Ő mégis mindenki irányában irgalmas, szeretete minden nép felé fordul és gyengédsége kiterjed minden teremtményre (vö. Zsolt 145, 8-9).

Az irgalom legmagasztosabb és legteljesebb megnyilvánulása a megtestesült Ige. Ő mutatja fel az irgalmomban gazdag Atya arcát, „az irgalomról nemcsak beszél, nemcsak példabeszédekkel és hasonlatokkal magyarázza, hanem személyében magára öltve megtestesíti” (II. János Pál, *Dives in misericordia*, 6). Ha befogadjuk és követjük Jézust az Evangélium és a szentségek által, a Szentlélek műve révén mi is olyan irgalmasok lehetünk, mint mennyei Atyánk, megtanulhatunk úgy szeretni, ahogyan Ő szeret minket és odaadhatjuk életünket ingyenes ajándékként, mint az ő jóságának jelét (vö. *Misericordiae Vultus* bulla, 3). Az Egyház az emberiség körében az első közösség, amely Krisztus irgalmasságából él: mindenkor érzi, hogy Ő vigyáz rá és kiválasztja irgalmas szeretetével és ebből a szeretetből meríti küldetésének jellegét, ebből él és ezt mutatja meg a népeknek a mások kultúráját és vallási meggyőződését tiszteletben tartó párbeszédben.

Erről az irgalmas szeretetről tesz tanúságot számos, mindenféle korú és állapotú férfi és nő, éppúgy, mint az Egyház tapasztalatának első időszakában. Isten anyai szeretetének

ékező jel, hogy jelentős és egyre növekvő a női jelenlét a missziók világában a férfiaké mellett. A nők, világiak és szerzetesek egyaránt, s napjainkban nem kevés család is, különféle formában végzik missziós hivatásukat: az Evangélium közvetlen hirdetésétől a karitatív szolgálatig. A misszionáriusok evangelizációs és szentségi tevékenysége mellett a nők és a családok gyakran alkalmasabbak rá, hogy megértsék az emberek problémáit, képesek ezekkel megfelelő és újszerű módon foglalkozni. Gondoskodnak az életről, és figyelmük elsősorban az egyes személyek és nem a struktúrák felé fordul, s minden emberi és lelki erőforrást mozgósítanak, hogy építsék a harmóniát, a kapcsolatokat, a békét, a szolidaritást, a párbeszédet, az együttműködést és a testvériséget, mind az emberek között, mind tágabb értelemben, a társadalmi és kulturális élet színterein és főként a szegényekkel való törődésben.

Számos helyen az evangelizáció a nevelési tevékenységgel veszi kezdetét, amelyre a missziós művek munkát és időt szánnak, éppen úgy, mint az Evangéliumból ismert irgalmas szőlőműves (vö. Lk 13, 7-9; Jn 15,1), és türelemmel várják a gyümölcsöket az évekig tartó lassú fejlődés eredményeként. Így lesznek olyan személyek, akik képesek evangelizálni és az Evangéliumot eljuttatni oda is, ahol az ember nem gondolná, hogy ez megvalósítható. Az Egyház azok számára is lehet „édesanya”, akik a jövőben jutnak el a krisztushitre. Azt kívánom ezért, hogy Isten szent népe végezze az irgalom édesanyjai szolgálatát, amely nagy segítséget jelent az Úrral való találkozásra és az iránta való szeretet átérzésére azon népek számára is, akik még nem ismerik Őt. A hit ugyanis Isten ajándéka és nem a prozelitizmus gyümölcse, ám azoknak a hitéből és szeretetéből fakad, akik az Evangéliumot hirdetvén Krisztusról tesznek tanúságot. Amikor a világ útjait járják, Jézus tanítványainak az a feladata, hogy méricskélés nélkül szeressenek, vagyis mindenkivel szemben az Úr mértékével mértjenek. Hirdessük tehát a legszebb és legnagyobb adományt, amit ránk hagyott: az ő életét és szeretetét.

Minden népnek és minden kultúrának joga van rá, hogy eljusson hozzá az üdvösség üzenete, amely Isten ajándéka minden ember számára. Ez annál is inkább fontos, ha tekintetbe vesszük, mennyi igazságtalanság, háború, humanitárius válság vár ma megoldásra. A misszionáriusok tapasztalatból tudják, hogy a megbocsátás és az irgalmasság Evangéliuma örömet, kiengesztelődést, igazságosságot és békét hozhat. Az evangéliumi küldetés – „Menjetez tehát, tegyétek tanítványommá mind a népeket! Kereszteljétek meg őket az Atya és a Fiú és a Szentlélek nevére, tanítsátok meg őket mindannak a megtartására, amit parancsoltam nektek” (Mt 28, 19-20) – még nem teljesült be, sőt, felszólítás mindnyájunk számára a jelen helyzetben és az aktuális kihívások előtt, hogy átérezzük a hívást a missziós „kilépésre”, amint erre utaltam az *Evangélii gaudium* kezdetű apostoli buzdításomban: „Minden keresztény ember és minden közösség maga fogja felismerni, hogy melyik az az út, amelyet az Úr kér tőle. Ám valamennyien egyaránt arra kapunk indítást, hogy fogadjuk el ezt a hívást: lépünk ki a saját kényelmünkből, legyen bennünk bátorság eljutni az összes perifériára, ahol szükség van az evangélium világosságára” (20).

Éppen a mostani Szentévre esik a Missziós Világnap alapításának 90. évfordulója, amelyet a Hitterjesztési Pápai Mű kezdeményezésére XI. Piusz pápa hagyott jóvá 1926-ban. Időszerű tehát utalnom elődeim bölcs útmutatásaira, akik elrendelték, hogy ehhez a Pápai Műhöz juttassák el mindazokat az adományokat, amelyeket a világ minden részén az egyházmegyék, plébániák, vallási közösségek, egyházi társulatok és mozgalmak összegyűjtenek, hogy segítsék a segítséget szenvedő keresztény közösségeket és támogassák az

evangélium hirdetését a világ végső határáig. Ma se vonjuk ki magunkat az Egyház missziós szeretetközösségének e gesztusa alól, ne zárjuk be szívünket saját aggodalmainkba, hanem tárjuk szélesre azt, fogadjuk be az egész emberiséget.

Szűz Mária, a megváltott emberiség magasztos ikonja, az egyház missziós példaképe, tanítsa meg minden férfinak, nőnek és családnak, hogy hozzák létre és őrizzék meg mindenütt a Feltámadt Úr élő és titokzatos jelenlétét, aki megújítja, és örömteli irgalmassággal tölti el a személyek, kultúrák és népek közötti kapcsolatokat.

FERENC