

Egy beszélgetés a lelkigyakorlatról...



1. a) Mire jó egy mai fiatalnak, felnőttnek egy általános kínált lelkigyakorlat? Konkrétan miben tud segíteni? Van hatása? Tartós tud lenni a hatása? (hiszen visszaáll a rohanásba, és vége a csendnek...)

Mindenkinek van órája, de senkinek sincs ideje – mondja egyik amerikai gondolkodó. Emberi kapcsolatainkban olykor szükséges, hogy hosszabban, intenzívebben időt szánjunk egymásra, pl. a szabadság, egy utazás, egy hétvége. Vagy szakmánkban is többször előfordul, hogy egy-egy továbbképzőre van szükségünk. Ugyanígy van ez az Istennel való kapcsolatunkban, az imaéletünkben is. A lelkigyakorlatok ilyen időszakok. Amikor lelkigyakorlatot végez valaki, visszahúzódik a hétköznapjaiból, félrevonul a feladataitól, félre tesz minden elfoglaltságot, és a csendben az Isten-keresést és életének rendezését helyezi a középpontba. Időt szán Istenre és önmagára. Egy ilyen ún. pusztai időben az ember a lényegesre figyel, és ezzel együtt megteremti a lehetőséget arra, hogy valóban meghallja Isten hangját, jobban, mint amikor a hétköznapok tevékenységei között él. Mi általában csak rövid, szentignáci értelemben szinte lelkigyakorlatnak sem mondható időszakokat ajánlunk fel (csütörtök estétől vasárnap délig), mert az emberek többsége nincs a csendhez szokva, nem tud mit kezdeni a csenddel. Ilyenkor belekóstolnak a csendbe és a csendben halkán szívükhöz szóló Isten közelségébe. A lelkigyakorlatok hatása nem mérhető. De viszont többen vannak, akik újra és újra vállalkoznak egy-egy ilyen pusztai kalandra a jó Istennel és vannak, akik elszánják magukat egy hosszabb lelkigyakorlatra is. Vannak olyanok, akik egy-egy ilyen lelkigyakorlat után döntést hoznak életük valamely területén és ezt a hétköznapjaikban gyakorlatba ültetik. Mások ráéreznek a lelkikíséret szükségességére és rendszeresen (kb. hat hetente) visszajárnak lelki beszélgetésre, együtt keresve Isten akaratát az életükben. Tapasztalatom azt mutatja, hogy inkább a fiatalok körében van érdeklődés a lelkigyakorlat iránt. Többségük döntés előtt áll, akár szakmai, akár életdöntés előtt. Nem igaz, az, hogy a fiatalok felelőtlenek, meggondolatlanok. Akikkel én találkozom, és főleg a lelkigyakorlatok során, azoknál azt látom, hogy igenis, nagyon tudatosan készülnek az életre, és azért jönnek, hogy a csendben „jól döntsenek”.

b) Miért szentignáci? Ez mitől más, mint a megszokott "lelki gyakorlatok" (ahol ugye konferenciabeszéd van és aztán kicsit csendben gondolkoznak rajta)?

Szentignáci, mert közösségünk lelkisége Loyolai szent Ignác lelkisége szerint él. Mi, segítőnővérek a szentignáci lelkiség szerint élünk, ezt ismerjük a leginkább. Én személy szerint tizennyolc éves korom óta ebben nőtem fel. Nem is vettem részt soha másfajta lelkigyakorlaton. És mivel a régi mondás szerint a szív bőségéből beszél a száj, hát mi is, segítőnővérek azt szeretnénk tovább adni, amit kaptunk, és ami úgy érezzük, hogy bennünket közelebb vitt Istenhez. A szentignáci lelkigyakorlatok elsődleges jellemzője, hogy személyesen kísért. Tehát a lelkigyakorlatozó nem egy közös előadás, elmélkedés anyagával

foglalkozik, hanem a saját életét hozza és teszi elmélkedése tárgyává. Ebből kiindulva keresi Isten akaratát az életében egy kísérő segítségével. Szent Ignác azt mondja, a lelkigyakorlat kísérőnek adott útmutatásaiban, hogy a kísérő legyen visszafogott, mert „megfelelőbb és sokkal jobb, ha maga a Teremtő és Úr közli magát a szolgálatára kész lélekkel, átölelve és szeretetére és dicsőítésére vonva őt, és arra az útra vezetve, amelyen ezentúl jobban szolgálhat neki”. A szentignáci lelkigyakorlatok teljes ideje alatt szilencium van, magyarul csend van, nem beszél senki senkivel csak a kísérővel a megbeszélte időpontban. A csend nem cél, hanem eszköz arra, hogy a lelkigyakorlatozó a lelkigyakorlat teljes ideje alatt megmaradjon Isten jelenlétében, és annál, ami számára az imagyakorlat ideje alatt fontossá vált. Napi négy imagyakorlatot ajánlott végezni. Ebben segít a kezdőknek a kísérő, később már mindenkinek kialakul a saját módszere. Így a lelkigyakorlat alatt a lelkigyakorlatozó megtanulja, hogyan tud a hétköznapokban is elmélkedni, hogyan tudja Istent mindenben keresni és megtalálni. A lelkigyakorlat egy lelkigyakorlatos házban igazából csak ugródeszka. Segíteni akar, hogy a hétköznapokban szüntelen Isten jelenlétében éljünk. A szentignáci lelkiség nem választja szét a szentet és a profánt. Jellemzője a „szemlélődés a cselekvésben” (contemplativus in actionem). Tehát nincs olyan, hogy elmegyek három, öt, nyolc napra lelkigyakorlatra és akkor vége, kezdődnek a szürke hétköznapok. A lelkigyakorlatban a hétköznapjaimat hozom be és imádkozom vele, majd a hétköznapokban megpróbálok teljesen Isten jelenlétében élni.

c) Milyen történeteid, látványos vagy hatásos változások, életforma javítások történtek a lelkigyakorlataitok visszatérő résztvevőivel?

Ami nagyon sokszor előfordul, hogy ha valaki részt vett egy lelkigyakorlaton, és visszajön, hoz magával még valakit. Mi mindig meghirdetjük újságban, rádióban az ajánlatainkat, de a résztvevők többsége a személyes tapasztalataikat továbbadó meghirdetések alapján jönnek. Páli fordulókkal még nem találkoztam, amióta lelkigyakorlatokat kísérek. Viszont akik elmélyülnek a szentignáci lelkiségben és életüket eszerint alakítják, mindannyian tudatos felnőtt keresztényekké váltak és szerepet vállalnak otthon a plébániájukon, vagy más egyházmegyes programokon. Életdöntéseiket tudatosan hozzák meg, mert fontossá vált számukra a megkülönböztetés. Mindez számomra csodálatos „eredmény”, „hatás” – ha ezeket a szavakat használjuk. Újabb népi bölcsességünk jut eszembe: lassú víz partot mos. Nos, ilyen a szentignáci lelkigyakorlatok igazi hatása. Az emberben felkelti a vágyat, hogy Isten akarata szerint rendezze be az életét, e szerint hozza meg élete kisebb és nagyobb döntéseit. Az Isten akarata pedig nem más, mint ahogyan szent Ireneusz fogalmaz, az élő ember. Isten nem kényszerít rá senkire semmit. Ő az élet Istene, Ő az életet akarja. Ebben szeretnénk segíteni az embereknek, amikor lelkigyakorlatra hívjuk őket. Amikor azt látom, hogy sebek gyógyulnak be, falak omlanak le az emberek életében, akkor tudom, hogy Isten átölelte a szeretetével azt, aki Hozzá fordult és akkor tudom, hogy megérte időt szánni, jelen lenni. Ugyanis gyakran mondják, hogy miért nem fogadunk be több embert, mint öt-hat, vagy esetleg tíz személyt. Hogy „ennyicske” emberrel töltjük az időnket. Ha valahol, akkor a lelkigyakorlatokban igazán fontos, az, hogy ne a mennyiségre, hanem a minőségre figyeljünk.

2. Domokoson most mivel foglalkoznak a segítő nővérek? Milyen csoportok vannak? Gyászcsoporthoz: miért, mióta, hányan, és milyen hatása van?

Domokoson jelenleg a közösségben hárman vagyunk. Számunkra fontos, hogy egyensúlyban legyenek a programjaink a faluban élő emberek és az egyházmegye felé. Amikor a segítőnővérek a Gyulafehérvári Egyházmegyében letelepedni akartak, Bálint Lajos érsek úr fogadta őket és ajánlotta nekik Csíkszentdomokost, emlékezve Márton Áron püspök úr

álmára, hogy majd szülőfalujában egy szerzetes közösség honosodjon meg, és főként lányokkal, nőkkel foglalkozzanak. Ez számunkra ma is nagyon fontos. Segítünk a faluban a kamilliánus gyermekcsoport vezetésében, az ifjúsági csoport találkozóit támogatjuk, feleségeknek, édesanyáknak szervezünk rendszeres találkozót, családok közössége van a faluban, a plébánián besegítünk a vasárnapi igeliturga végzésében. Egyházmegye szinten főként lelkigyakoraltokat hirdetünk meg, de vannak tematikus hétvégék is édesanyáknak, elváltak-újraházasodottaknak, önismereti hétvégék, mint pl. bibliodráma, enneagramm, gyászolók számára is hirdetünk meg évente egy hétvégét. Ezekre a programokra is mindig hívjuk a domokosiakat is. Így született meg a faluban egy önsegítő csoport gyászolók számára. Egy ilyen hétvége után kérték azok, akik a faluból jöttek, hogy ha lehet, találkozzunk időnként. Előbb csak négyen voltak, de hívtak másokat is, és most már 15 személy jár rendszeresen ebbe a csoportba. Nagyon fontosnak tartjuk ezt a csoportot, mert egy-egy veszteség után a temetés lejártával egyedül maradnak az özvegyek, a gyermekvesztő házaspár. Találkozóinkon fontos, hogy mindenki elmondhassa hogyan éli meg a veszteséget, szabad egymás előtt sírni, gyengének lenni. Nagyon sok népi szokás, hiedelem van, és egymást segítik abban, hogy mire érdemes figyelni, és mi az, ami csak megrekeszti őket a gyászban. Imában, beszélgetésekben próbálják egymást megerősíteni keresztény hitünkben, hogy a halál nem választ el egymástól és hogy igenis, van örök élet. A veszteség okozta fájdalmat nem veheti el senki, és mindenkinek a maga fájdalma a legnehezebb. De amikor ezeket egymással megosztjuk, gyakran mondják, ők maguk, hogy talán nekem nem is olyan nehéz, mint neki. És próbálják egymás kezét megfogni. Gyászolót csak gyászoló tud igazán megvigasztalni. Szerintem nagyon fontos lenne, hogy az egyházmegyénkben nagyobb hangsúlyt fektessünk gyászoló testvéreink lelkigondozására. Tapasztalatom azt mutatja, hogy nem is annyira szaktudásra, mint csendes jelenlétre van szükség.

Kérdezett: Bodó Márta

Válaszolt: Darvas Piroska sa

(A beszélgetés a „Vasárnap újság” egyik számában jelent meg)