

Elmélkedés

Távlelkigyakorlat, 2022. július 1.

Ez a lelkigyakorlat rövid mérlegelést hozott ki belőlem a nyugdíjazás utáni évekről, valamint rövid visszapillantást egész megélt életemről.

1. Meg kellett tanulnom magammal megbeszélni a dolgokat (egyszemélyes színházban élek, magam lettem az előadó és a közönség is.)
2. Ráeszméltem, hogy két élet halad bennünk:
 - világbeli életünk és
 - Istenországa-beli életünk = Isten Országának építése.
3. Rádöbrentem, hogy elment úgy az élet, hogy nem is vettem észre a magam szerepeit (gyerek, testvér vagyok, diák; feleség, tanár, anya, anyós, szülők ápolója, nagymama, közösségi testvér, barát). Ezek a szerepek egymásra épültek, én pedig folyamatosan változtam.
4. A megtérésünk óta viszont van egy állandó szerepünk: hívőnek lenni, Istenhez húnyk lenni és az Ő országát építeni.
Gyakran elmondom magamnak is – és azoknak, akikkel találkozom (főleg ha panaszkodnak, elkeserednek) –, hogy Isten nélkül ezt a mai világot nem lehet jól végigcsinálni.
5. Átrohantam az élet állomásait.
6. Régen csak a nagy dolgokat láttam állomásként. Igyekeztem megoldani, túljutni, túlesni rajta. A megoldáshoz vezető apró utak lendületesen, fiatalosan sikerültek. Most néha az apró utak is nehezemre esnek (például időre elkészülni, felöltözni valami rendezvényre, boltba menni...).
7. Nem akarok megfelelni, csak Istennek. Nem a többi ember irányítja sorsomat, hanem Isten. Például bátran odaszóltam hétvégén, amikor a mise elmaradt, hogy „Istenünk azért van még.”
8. Nem volt még haszontalanság-érzésem, mert volt és van mivel eltöltenem a napom, hogy elégedett legyek, és Isten is elégedett legyen velem.
9. Isten mindig tud meglepetéseket tartogatni, teremteni, akár felrázni is: telefon-, videóhívás, felvételkészítés.
10. Régen én indítottam a rakétákat a családban (kicsik voltak a gyerekek). Most az ő életmegnyilvánulásai gyújtanak bennem szikrákat (takarékoskodni, esküvőre készülés, gyerekvívázás, lélekbén velük nyaralni, világhálón megtekinteni útjukat).
11. A kifelé élés befelé éléssé alakul át.
12. Tudok örülni az életemnek (a covid óta főleg). Az életem kegyelem, de feladat is.
13. A legváltóságosabb helyzetekben Isten mindig segített és mellém állt, ezért soha nem kételkedtem benne.
14. Felismertem: Tudatos mozgásban kell maradni nemcsak fizikai, hanem szellemi és lelki értelemben is. Szégyellném Isten előtt, ha ellaposodnék. Nem korlátozhatom magamat csak a nagymamaság szerepkörére. Nem állhatok meg a betegségeimnél, hogy sajnálgassanak az emberek, nyitottnak kell maradnom az emberek irányába.
15. Belső öröm tölt el, mert tudom: Isten él bennem. Az öröm azon múlik, ki él bennem. Nekem van Istenem, ezért látnak az emberek nyugodtnak, boldognak. Belső boldogságom van, ami abból ered: hogy tudom, Isten feltétel nélkül szeret és elfogad. Az Ő szeretete nem fogy el, számíthatok Rá. Ez könnyen összetéveszthető a vidámsággal, de a vidámság a külső körülményektől függ. Azon múlik, mi történik velünk, tehát véletlenszerű. De az öröm magasztosabb életérzés, döntés kérdése, jellemtől függ.
16. Múltamat, sikereimet és sikertelenségeimet megbecsülöm, és hálát adok mindezekért, mert személyiségfejlődésem állomásai, Isten végigkísérte figyelmével.

Hogy élem most az életemet?

0. Imádságosan. Reggeli imáim szabadok és kötöttek (családért, betegekért, külön kérésre), este rövid hála.
1. Apró utakat járok, kis napi teendőket végzek példaként tekintve Lisieux-i Szent Terézt, aki naponta „kis utat” tett meg.
2. Kis sikereket keresek (versgépelés, fényképezés, képtervezés, olvasgatás, ékszerkészítés, lelki tartalmak nézése, hallgatása; konyhai és házi munkák).
3. Ha unalmasnak találok az utcát, ahol kerékpárral járok, akkor úgy képzelem el, mintha Olaszországban járnék. Azt mondom magamnak: Most Olaszországban vagyok.
4. Csöndesedem. Belső, lelki békében igyekszem élni, többet szemlélődöm, csitul a lobogás.
5. Naponta fel kell tornáznom magam egy bizonyos szellemi-lelki szintre (régem megadatott egy olyan közeg, amelyben mozogtam: tanárok, tanulók, így egyszerű volt tartani a szintet). A rendszeres közösségbe járás is frissített.
6. Távolról, észrevétlenül tartom egyben a családot (szignállal, megírom néha: kivel mi történik). A gyerekeimet elrendeztem, hitbéli útmutatást adtam egyenként az életre – felnőtt korukban is. Az unokákkal szintén folyamatos a lelki példamutatás és tanácsadás.
7. Magamért áldozatot hozok (kezdek törődni magammal: például darálok magamnak diót, jobban ügyelek az egészséges táplálkozásra).
8. Egyszerűsítettem a főzést (néha kihagyom).
9. Aggódás helyett több ima és alkotás.
10. Mindenre van időm, kevesebbet rohanok, kevesebbet éjszakázom.
11. Kevesebbel is megelégszem (például: ritkábbak a találkozások a tanítványaimmal; de a találkozások ugyanúgy lázba hoznak, mert tart a szeretet-folyamat). A távolság miatt kicsit szegényednek a kapcsolatok.
12. Rendszeres anyagi támogatást nyújtunk rászorulóknak.
13. Kis dolgoknak is tudok örülni: virágok, állatkák és a környezet.
14. Van időm megállni: reggel, napközben, este. Magyarul: ritkán szorít az idő.
15. Tudok nemet mondani saját egészségem védelmében (például egyes, fölösleges tanodai elfoglaltságokat átengedtem másoknak).
16. Kezdek megszabadulni a fölösleges tárgytól, ruháktól.
17. Igyekszem új, olyan elfoglaltságot találni, amely felpezsdít (például kirándulás, kiállítás).
18. A kor szelleme szerint kipróbálom a gabona- és tejérzékenységnek megfelelő ételfajtákat is.

Összefoglalva: Egyszerűsíttem az életemet, a mindennapjaimat. Egyszerűbben, de tudatosabban élek. Töltögetem a zsákom, hogy ne maradjon üresen, amikor átlépek a földi világból az örökkévalóságba.

Bicske, 2022. július 1.

Mészárosné Lázi Zsuzsa, F1 közösség