



Utat találni a másik lelkéhez...

Lassan hat éve már, hogy lehetőséget kaptam, mint a Mécses Szeretetszolgálat fogvatartottakkal levelezője, hogy a büntetésvégrehajtási intézményekbe személyes kapcsolattartás és csoportfoglalkozás okán beléphesek. Sokféle elképzelés, érzés élt bennem és elképzelni sem tudtam, mit fogok én ott mondani, hogyan fogok természetes módon jelen lenni, viselkedni, beszélgetni a csoportfoglalkozásokon. Az azóta eltelt időben nagyon sok tartalmas alkalmon vehettem részt és elkezdtem megismerni a levelezőtársamon kívül a többi fogvatartottat is, a hátuk mögött hagyott életükkel, küzdelmeikkel és a jövőt kirajzoló álmaikat, lehetőségeiket. Ahány ember, annyi történet.

Szinte minden alkalommal a hazafelé úton már az autóban és aztán még napokig gondolatban egyenként visszaidéztem a történeteket, szavakat, élményeket, rendeztem lelkemben a találkozás programja által felszínre hozott ismereteket. Sokat adott nekem az, hogy a szolgálatunk általános történései mellett számomra egyre markánsabban kirajzolódtak egy-egy emberi lélek. A beszélgetések egyre őszintébbek és tartalmasabbak lettek, a sorsok, az elrontott életek egyre mélyebb képet adtak az álarcok mögötti ember valódi arcának megismeréséhez, és a búcsúzások egyre gyakrabban szomorítottak el, befejezetlennek éreztem az integetéssel lezárt időt.

Jó volt arra a felismerésre jutni, nem egy bakancslistás kaland számomra a börtönlátogatás, hanem útkeresés a fogvatartott lelkéhez, és a majd megtalált úton megtörténhet, hogy a felé nyújtott kezét segítő jobbnak érezve eljut a testi-lelki szabaduláshoz.

És persze nem idilli a teljes történet, gyakran robban be a képbe a kegyetlen valóság, aminek vége a csalódás, DE csak annyira, mint minden emberi kapcsolatban az ég alatt. Illúziót ugyan rombol, ám nem tántorít el, mert nem kaland. Ez belső indíttatás és engem ugyanúgy formál. Illúzió, hogy valamit hozzá kell tenni a világhoz, hogy szebb lehessen?

Nem közegem a lélektelenül rohanók, a szerencsét mindig megragadók, a levelezőszolgálatot, börtönlátogatást csúfolók.

Megkeresni, megmenteni, ami elveszett? Maga normális? - kérdezte tőlem valaki. Az idő meg az Élet Ura majd eldönti.

Mindig is erősen foglalkoztatott a bűn és bűnhődés kérdése, és elsősorban a saját bűneim tekintetében. Keresztény vagyok. Tudom, hogy mi Isten igazsága a bűnt illetően.

„Mert úgy szerette Isten a világot, hogy egyszülött Fiát adta, hogy aki hisz őbenne, el ne vesszen, hanem örök élete legyen. ... a világosság eljött a világba, de az emberek jobban szerették a sötétséget, mint a világosságot, mert a cselekedeteik gonoszak.” (János 3:16,19)

„Ha megvalljuk bűneinket, hű és igaz ő: megbocsátja bűneinket, és megtisztít minket minden gonoszástól.” (1János 1:9)

Nincs különbség, nincsenek eltérő szabályok annak alapján, hogy te benn vagy, én kinn vagyok. A közös nevező (az a közös alap, amelyre támaszkodva lehet építeni a további cselekvéseket) a kegyelem, ami nélkül mindnyájan egyformán szűkölködünk és ami egyedül képes mindnyájunkat diszkrimináció nélkül „kezelní”, elfogadni és támogatni.

Én ebben a felismerésben találtam meg az utat a másik ember lelkéhez. Mind a börtönben, mind a szépnek vágyott kinti világban.

Menta Éva

Augusztusi imaszándékunk:

Uram, Te látod a jó szándékot szívem mélyén, ám mégis a rosszat teszem sokszor. Szabadíts meg ebből a rabságból! Hadd lépjek ki belőle kezedet fogva a fényre!

Adj szívembe bátorságot, hogy szembenézzek a bennem lévő sötétséggel, segíts őszintének maradni, és mindent a Te színed elé vinni az imában! Vedd el a félelem lelkét és erősíts meg, adj bátorságot, és mikor barátságod biztonságával ajándékozol meg, szívem örül a Te kegyelmednek.



Mit jelent számodra férfinak lenni Isten szerint?

A férfi identitása Istenben akkor érthető meg igazán, ha látjuk, honnan indult, mi tört meg benne, és hogyan állítja helyre Isten. A férfi nem véletlenül lett férfivá teremtve. Isten szándéka szerint a férfi olyan ember, aki kapcsolatban él az Atyával, felelősséget vállal, véd, gondoskodik és szeretetből vezet. Ez az identitás azonban a bűn, a sérülések, a rossz minták és az elutasítás miatt gyakran összetörik.

1. Mit jelent számodra férfinak lenni Isten szerint?

1Mózes 1:26–27

„És mondta Isten: Teremtsünk embert a mi képünkre és hasonlatosságunkra...”

Megteremtette tehát Isten az embert a maga képére, Isten képére teremtette, férfivá és nővé teremtette őket.”

Tanítás:

Isten tudatos döntéssel teremtette a férfit. Nem véletlen, nem hiba, nem mellékes szerep. A férfi Isten kép-mását hordozza, ezért már önmagában értékes. Nem a teljesítmény, nem az erő, nem a siker határozza meg, hanem az, hogy Isten így alkotta meg. A világ sokszor torz férfiképet mutat, de Isten szerint a férfi kapcsolatra, felelősségre és szeretetre lett teremtve.

Kérdés:

Mit tanultál eddig arról, mit jelent férfinak lenni, és miben különbözik ez attól, amit Isten mond?

2. Milyen apai minta formált leginkább?

Zsoltárok 27:10

„Mert ha apám és anyám elhagynának is, az ÚR magához fogad engem.”

Tanítás:

Az apai kapcsolat nagyon mélyen befolyásolja a férfi identitását. Ha az apa jelen volt, az biztonságot adott. Ha hiányzott, gyenge volt vagy bántott, az sebeket hagyott. Isten viszont nem hagyja, hogy ezek a hiányok határozzanak meg bennünket. Ő Atyaként közel jön, és be akarja tölteni azt, amit ember nem tudott megadni.

Kérdés:

Hogyan hatott rád az apád jelenléte vagy hiánya férfiként?

3. Milyen hazugságot hittél el magadról férfiként?

János 8:32

„És megismeritek az igazságot, és az igazság szabaddá tesz benneteket.”

Tanítás:

A sebek gyakran hazugságokat ültetnek el bennünk: „nem vagyok elég jó”, „gyenge vagyok”, „nem lehet rám számítani”. Ezek nem Isten hangjai. Jézus azt mondja, az igazság hoz szabadságot. Amikor felismerjük, mit hittünk el magunkról, és Isten igazságát kezdjük el hinni, ott indul el a belső gyógyulás.

Kérdés:

Van-e olyan gondolat magadról, ami gyakran visszatér benned?

4. Hol próbálsz bizonyítani ahelyett, hogy elfogadnád Isten szeretetét?

Efézus 2:8–9

„Mert kegyelemből van üdvösségetek hit által, és ez nem tőletek van: Isten ajándéka ez; nem cselekedetekből, hogy senki se dicsekedjék.”

Tanítás:

Sok férfi bizonyítani akar: munkában, családban, szolgálatban. Isten viszont nem teljesítmény alapján szeret. Az elfogadás nem jutalom, hanem ajándék. Amikor ezt elhisszük, megszűnik a kényszer, és felszabadul a szívünk. Nem azért élünk helyesen, hogy szeressen, hanem azért, mert már szeret.

Kérdés:

Mely területen érzed leginkább a bizonyítás nyomását?

5. Jézus mely tulajdonsága hiányzik leginkább az életedből?

Máté 11:29

„Vegyétek magatokra az én igámat, és tanuljátok meg tőlem, hogy szelíd és alázatos szívű vagyok, és nyugalmat találtok lelketeknek.”

Tanítás:

Jézus megmutatja, milyen az egészséges férfi. Nem gyenge, mégis szelíd. Nem uralkodik, mégis vezet. Nem menekül a felelősség elől, de nem erőszakkal él. Jézus nem nyomást ad, hanem nyugalmat. Ő olyan férfivá formál, aki belül erős és kívül szeretetteljes.

Kérdés:

Miben szeretnél Jézushoz hasonlóbbá válni férfiként?

**6. Milyen felelősséget akar most Isten visszaadni neked?**

1Korinthus 16:13–14

„Vigyázzatok, álljatok meg a hitben, legyetek férfiasak, legyetek erősek! Minden dolgotok szeretetben menjen végbe.”

Tanítás:

A felelősség nem büntetés, hanem bizalom. Isten azért bíz ránk dolgokat, mert számít ránk. Sok férfi a múlt sebei miatt visszahúzódik, de Isten bátorít, hogy hitben álljunk meg. Nem egyedül kell erősnek lenni, hanem vele együtt.

Kérdés:

Van-e olyan terület, ahol Isten most arra hív, hogy lépj előre?

ZÁRÓ IGE

Filippi 1:6

„Éppen ezért meg vagyok győződve arról, hogy aki elkezdte bennetek a jó munkát, el is végzi Krisztus Jézus napjára.”

Kiss Sándor Zakeus

Testi-lelki megtisztulás

Ötven éves papi működésem alatt sok sikert értem el. Büszke voltam az eredményeimre. Akár a Győr Szent Imre templomi öt évre, akár a mosoni 7 évre, akár a kárpátaljai öt év misszióra gondolok. A 7 éves börtönszolgálat is sok örömet jelentett.

Elbízta magam.

Amikor utána falura kerültem, megnyugodtam, úgy éreztem, hogy ez utolsó állomáshelyem. Talán még nyugdíj után is maradhatok ott. Könnyebben vettem a készületet misére, hittanra. Lazult az imaéletem is. Több időt fordítottam a TV-re és számítógépre. Reggelente az első dolgom az volt, hogy megnézzem, mi érkezett. Este pedig azzal aludtam el, hogy még ránéztem a képernyőre. Szinte minden megkeresésre reagáltam. Tetszett a hiúságomnak, hogy értékelnek, dicsérnek. Alapvetően az volt, hogy aki ír, annak válaszolok. Amilyen mélységben érkezik a levél, olyan mélységben írok vissza. Aztán egyre személyesebb levelezések alakultak ki. Képeket küldtünk egymásnak. Egy alkalommal egy bizalmas korhatáros videó véletlenül kikerült az oldalamra. Hamarosan jött a visszajelzés több ismerőstől, hogy mi ez, de letörölni nem tudtam. Ez a szomorú esemény megváltoztatta az életemet!

Egy hét múlva hivatott a püspököm és közölte, hogy nem folytathatom a lelkipásztori munkámat. Nyugdíjba helyezett. Egy héten belül el kellett hagynom a plébániát. Összegyűltünk pap barátaimmal. Azt mondták, hogy sajnálják ami történt, de nem fordítanak hátat. Viszont teljes megtérést várnak el tőlem. Egyikük jelezte, van egy hely, ahol szenvedélybetegeket gyógyítanak. Hat hónap egy terápia. Ez nagyon hosszúnak tűnt előttem. Másnap mégis jeleztem püspökömnek, hogy részt veszek a terápian, aki beleegyezett. Internet függőséggel kezelték. Le kellett adnom a telefont. Egyedül voltam egy szobában, amiért hálás voltam. Volt időm elgondolkodni hibáimon, bűneimen. Hogy sülyedtem ide? Azóta is sajnálom, hogy csalódást okoztam annyi embernek.

Teljes gözzel bekapcsolódtam a terápiaiba. Sokat olvastam lelki könyveket, melyekről visszajelzést kellett írni. Két lelkigyakorlaton vettem részt, az egyik a szemlélődésről, a másik a meditációról szólt. Sokat tanultam belőlük. Minden héten volt csendes Szentségimádás a kápolnában, ami nem volt kötelező, ám mindig voltak ott páran. Nekem nagyon sokat jelentett. Hetente négyszer vettünk részt csoportfoglalkozáson, ez lényeges eleme volt a terápianak. Sok filmet néztünk meg, melyeket átbeszéltünk utána. Szobám virágos kertre nézett. Ki tudtam ülni, olvasni, elmélkedni. A virágok öntözését rám bízta, amit örömmel teljesítettem. A legnagyobb örömöm az volt, hogy misézhettem és gyónathattam.

A hat hónap alatt testi, lelki, szellemi és erkölcsi megújulásra jutottam. Felismertem, az első feladat, hogy erősítenem kell az Istenkapcsolatomat, második, hogy javítsam a kapcsolatot vérszerinti rokonnaimmal, akikkel ritkán találkoztam. A harmadik, hogy őszinte legyek. Negyedik, meg kell szüntetnem a facebook, az Instagram és a Messenger csatornát. Ezek vittek kísértésbe!

Megtanultam elengedni kívánságaimat. Már jobban tudok ráhagyatkozni Istenre. Életritmusom lelassult. Nem izgulok, nem kapkodok, nem reagálok le mindent. Zavar a hangos beszéd, a kiabálás, a veszekedés. Hazatérve egy kis faluba költöztem. Püspök úr a helyi plébános oltalmába ajánlott, így a hozzá tartozó falvakban misézek. Illetve ahova hívnak helyettesíteni, szívesen megyek. A rokonnakat már végig látogattam, látom, mennyire elfoglaltak. Ahol tudok, segítek.

A telefonhasználat lecsökkent. Nincs is mindig nálam. Aki keres és fontos, azt visszahívom. A levelezés is csökkent. A telefonos lelkisegély szolgálatot végzem, a börtöncursillós titkárság munkájába bekapcsolódom. Van egy kis kertünk, ott is tevékenykedek. A hat hónapos terápia révén sok lemondás volt életemben: nem volt személyes kapcsolatom senkivel. TV-t nem néztem, csak a kötelező filmeket. Segített ez az időszak a belső megtisztulásban.

Az őszinte szembenézés magammal és az életgyónás elvégzése révén éreztem, hogy testben és lélekben megújulok. Rájöttem, nem kell nyüzsgönni. A kevesebb az több az életemben. Van időm mindenre. Nincs még befejezve a megtérésem! Vigyázni kell a gondolataimra, a szavaimra. Sok szabadidőm van. A nyugdíjas élet feladatait jól be kell osztanom. A hozzám fordulókat nagyobb figyelemmel fogadom. Jézus szemével akarom őket nézni, türelemmel, szeretettel vagyok irányukba.

Köszönöm Jézusnak, hogy megbocsájtott, köszönöm püspök úrnak, hogy új lehetőséget adott. Köszönöm plébánosomnak, hogy szeretettel fogadott és lelkipásztori feladatot ad.

Lajos atya



Kitartás

Vannak az életben olyan dolgok, amik igazán fontosak számunkra: ez lehet a munkánk, hobbink, hivatásunk, családunk, barátaink, egy közösség, ami „épít” minket, ahol igazán kiteljesedhetünk. Természetesen ezeket a kincseket nem adják ingyen, mindenért „küzdünk” kell, de kitartónak kell lenni, ragaszkodni mindenhez, ami az életben boldoggá tesz.

Mivel a szabadságomat elvesztettem hosszú időre, és egy ingerszegény környezetben élem a napjaimat, ahol sokszor találkozunk negatív dolgokkal, kell a kitartás.

Sokszor az ember önbecsülése is sérül, minden szempontból, azonban a család, barátok segítsége átsegít a nehezebb időszakokon. Együtt „küzdünk” a sikeres reintegrációért, sokszor merítünk egymásból erőt és motiváljuk egymást.

A nehézségek alázatra tanítanak minket, igazán értékessé válnak a sokszor ejtett könnyecseppek. Többször kaptam visszajelzésként, hogy milyen jól bírom a bezártságot, az ítéletemet (30 év), ami azért nem mindig van így, csak ezt nem mutatom. Azok az elítéltek, akikkel éppen megismerkedünk, csak a külsőt látják, ami azt sugallja - minden rendben -, de a felszín alatt hordozom a sebeimet, sérüléseket, ami ugyan gyógyulgat, csak lassan.

Cipelünk olyan múltat magunkkal, aminek terhe fájdalmas, ezeket tanulnunk kell elengedni, ami számomra azért nagy kihívás. Van még a büntetésből, gyakorlom a kitartást, amíg szólnak, hogy próbáld újra az életet, SZABAD vagy.

Aki nehezebben viseli a hosszú ítéletet, az nyugodtan kérjen segítséget, tanácsot azoktól, akik nagyobb ítéletet ülnek, és szimpatizál velük, mert a már hosszú időt töltő elítélteknek van rutinjuk, hogyan lehet túl lenni egy-egy hullámvölgyön, nehezebb időszakon. Sok dolog van, ami régen (pár éve)



még működött, mára már nem működik, és ezek segítették a börtönártalmakat csökkenteni.

Küzdünk, hogy a reintegráció valóban működjön, a fontos dolgok kerüljenek előtérbe, mint a család, barátok, sikeres beilleszkedés. Munkálkodni kell, hogy a társadalom elfogadóbb legyen, esetleg segítő kezet nyújtson, esélyt adjon egy börtönviselt embernek.

Egy frissen szabadult ember tele van félelemmel, ezt nyugodtan merem mondani, mert számtalan emberrel beszéltem, és a félelem, bizonytalanság jellemezte őket, még akkor is, ha volt segítségük.

A jövőt illetően bizakodunk a változásban, egy pozitív irányba való változásban.

Sok erőt, kitartást kívánok nektek!

Szövevséges

Csak a szeretet

Az emberi megismerés az érzékelésen és az értelem tevékenységén alapul. Amikor azonban a megismerés egy személyre irányul, kevésnek bizonyul az ész és az érzékelés, valami többre is szükség van ahhoz, hogy a személyt mint személyt, és ne csak mint tárgyat ismerjük meg. A kortársak, például a názáretiek úgy vélték, ismerik Jézust: eredetét, családját, életének folyását. Ez az ismeret azonban nem vitte őket közelebb hozzá, hanem éppen ellenkezőleg: megakadályozta, hogy higgyenek benne. A különféle tudományok, az orvostudomány, a pszichológia, az antropológia vagy a szociológia mind-mind az emberrel foglalkozik, de egyik sem az önálló, a megismételhetetlen és végtelen értékű személyt látja benne.

Csak a szeretet, a megelőlegezett bizalom képes arra, hogy a személyek között a teljes megismerésre elvezessen. Ez néha nem is tűnik olyan nehéznek, ha csak úgy általában gondolkodunk az emberről, aki tőlünk több ezer kilométer távolságra van, és a mindennapokban semmi dolgunk vele. Azonban mindjárt más a helyzet, ha közvetlen környezetünkben nézünk körül. Éppen azokkal, akik a legközelebb állnak hozzánk, vagyunk a leginkább szeretetlenek, mintha az ismeret és a szeretet fordított arányban állna egymással. Ez minősíti az idegenek iránt tanúsított szeretetünket is, és megmutatja, hogy nem Isten szeretetével szeretünk, hanem csak saját szűkös szívünkkel.

Barsi atya (gondolatait ezen bibliai hely ihlette: Jn 7,1-2.10.25-30)

Hazatérésem története

A szülői ház fojtogató levegője és a családtagok közelsége egyre jobban rányomta bélyegét a hangukatomra. Főként apámé, a neki való megfelelési kényszer egyre nagyobb terhet jelentett számomra, valamint a képmutató bátyám magatartása is tovább fokozta az amúgy is kilátástalannak tűnő helyzetemet. Ez a sors vár rám is? Tényleg így kell leélnem az egész életemet? Ezek a kérdések napról napra egyre erőteljesebben kavargtak bennem.

A szülői háztól hosszabb-rövidebb időre való eltávolodás hozott némi megnyugvást háborgó lelkemnek. A távolság növekedésével ez a nyugalom fokozatosan alakult át egyfajta szabadságérzetté, melynek rögtön vége szakadt a családtagok megjelenésével. Így tudatosan kezdtem eltávolodni tőlük. Ezért fogalmazódott meg bennem az a gondolat, hogy saját lábamra állva elhagyom a családi házat és önállósítom magam.

Elég érettnek éreztem magam ahhoz, hogy én hozzam meg a saját életemre vonatkozó döntéseket: képes vagyok rá, azt csinálom amit én akarok. Elegem volt a fojtogató családi légkörből. Felnőttem és így már elég erős, bátor és értelmes voltam ahhoz, hogy a saját lábamra álljak. Én éreztem, tudtam, hogy mi a jó nekem. Önállóságra vágytam, külső kényszer nélkül akartam dönteni, nem úgy, mint a képmutató bátyám, akinek nem volt elég bátorsága kiállni önmagáért. Én megteszem - gondoltam. Tudtam, hogy a szabadság felelősséggel is jár, erkölcsi és gazdasági szempontból egyaránt. Erre is képesnek éreztem magam, és ha végre a kezemben lesz a nekem járó örökség, be is fogom bizonyítani. Hamarosan eljön az én időm, így gondolkodtam.

Elhatározásom után többször is magamon éreztem apám szomorú és részvétteljes tekintetét, ilyenkor mindig elfogott a félelem, hogy mindent tud, de gyorsan elhessegettem a baljós gondolatomat. Honnan is tudhatná, hiszen senkinek nem beszéltem terveimről. Végül összeszedtem minden bátorságomat, és odaálltam apám elé, kikértem az örökség rám eső részét. Csak azt kértem, ami törvény szerint is járt nekem, ami az enyém. Igaz, lehet, hogy csak a halála után, de csak idő kérdése, miért is kellene tétlenül elfecsérelnem fiatalságomat azzal, hogy otthon ülök és várok? Döntöttem: most akarok menni. És ha valóban szeret, akkor megért engem és el is enged, ilyen gondolatok kavargtak bennem. El is engedett. Így a magam ura lettem. A szigorú és bíráló apai tekintettől távolodva arányosan fokozódott a szabadságérzetem. Ezért a szülői háztól messzi vidékre költöztem el. Jól döntöttem, és tovább erősítette az önbizalmam, hogy újdonsült barátainak a száma jelentősen megnövekedett. Végre szabadon, saját akaratom szerint élhettem.

Lehet, hogy nem tartottam be minden erkölcsi törvényt, mégis boldogabb voltam, mint bármikor eddigi életem során. Barátokat, nőket és a patakokban folyó bor árát is elbírta az örökség. Igaz, a fényűző életmód egyre drágább lett a környéket sújtó aszály és más természeti károk miatt. A vagyonom csökkenésével arányosan fogytak a barátok is, némelyik talán nem is üres zsebbel távozott.

Az örökségnek vége lett. Elfogyott és így nem volt más lehetőségem, munkát kellett keresnem. Ezt azonban a nehéz gazdasági helyzet mellett a környéken elterjedt rossz hírem is megnehezítette.

Teljesen magamra maradtam. Éhesen, fáradtan és rongyosra szakadozott ruhámba burkolódzva koldultam az út szélén. Szánalomból fogadtak fel disznópásztornak, de az egyre kilátástalanabbá vált helyzetemet jól megmutatta, hogy még ezeknek az utálatos állatoknak szánt moslékból sem jutott annyi a számomra, hogy napról napra megtöltsen vele a hasam.

Éreztem, már nem bírom sokáig, de a felkelő nap sugarának melegítő hatására egy halovány emlék képe derengett fel bennem. Ez a halovány fény egyre erősödve reménnyé formálódott a lelkem mélyén: Ó, én nyomorult ember, kicsoda szabadít meg



engem e halálnak testéből? - kiáltottam fel. A lelkem mélyén megjelenő remény egyre határozottabb formát öltött és ebből az ismerős formából a rám várakozó atyám alakja bontakozott ki. Atyámé, akinek házában a béresek ma is bővelkednek. Atyámé, akinek jóságához és szeretetéhez már nem fér kétség. És bár tisztában voltam bűneim súlyával, mégis a hazatérés mellett döntöttem. További gondolkodás nélkül elindultam úgy, ahogy voltam: rongyosan, éhesen és fáradtan, bűneim fizikai és lelki következményeitől megterhelve, vánszorogva. Mégis minden egyes lépés, mely közelebb vitt Atyám házához, növelte az elhatározásomat és a visszatérő erőmet. Egyre erőteljesebben éreztem szeretetét, azt a szeretetet, amely átjárta testem minden porcikáját és mágnesként vonzott a szülői házhoz.

Ahhoz a házhoz, amely még olyan távol van most tőlem, hogy nem is látom, azonban Atyám már ott áll egy közeli dombtetőn és engem vár. Fogalmam sincs, hogy honnan tud érkezésemről, mégis érzem, miattam van ott.

Engem vár. Tekintetünk összekapcsolódik: fenyegetés, szemrehányás vagy neheztelés nyomát sem érzékelem, csak a feltő szeretet és a visszatérésem öröme sugárzik belőle. Érzéseit nem is titkolhatja, ahogy köntösét kissé megemelve boldogan, szinte gyermeki örömmel rohan hozzám. Szorosan és hosszan magához ölelve tart karjaiban. A hazafelé vezető egész úton gyakorolt vallomásom és bocsánatkérő mondataim feléig sem jutok el. El-elcsukló szavaimat félbeszakítva saját köntösével takarja el nyomorultságomat úgy, hogy azt senki se lássa. Úgy, hogy senki ne lássa bűneim következményét, és további meg nem érdemelt ajándékai: a gyűrű és a saru egyértelműen megmutatják akarátát.

Így az általam remélt szolgakénti visszatérésem helyett teljes jogú örökösének ismer el. A meg nem érdemelt ajándéka hatására testem és lelkem minden terhétől megszabadulva átérzem Atyám közelségének jelentőségét. Nélküle senki és semmi vagyok, és az út hátralévő részét vállára támaszkodva és erős karja által támogatva már könnyedén teszem meg.



Ez a feltétel nélküli szeretetből fakadó cselekedete végleg felnyitja szemem. Megérttem, hogy szeretete a lényéből fakadóan teljes mértékben független cselekedeteimtől, úgy fogad el, ahogy vagyok. Jelleméből fakadóan tiszteletben tartja döntéseimet és nem erőszakolja rám magát. Ha egyedül kívánok élni, szomorúan, de elenged, mert lehetőséget ad a választásra.

A korábban félreértelmezett szabadságérzetemmel ellentétben most már tudom, hogy bár mindent szabad nekem, de nem minden használ. Vagyis a szabadság nem jelent korlátok- és szabálynélküliséget, viszont felelősséggel jár. Atyám jellemét megismerve válhatok igazán szabaddá, szabaddá arra, hogy ne tekintsem zsákmánynak a saját szabadságomat. Képes legyek lemondani róla, hogy mások javára cselekedjek. Ne ürügyként használjam fel cselekedeteimben, hanem visszaélés nélkül tegyem azt, ami helyes.

Bátyám nincs jelen a hazatérésem öröméből fakadó ünnepségen. Talán így akarja kifejezni nemtetszését fogadtatásommal kapcsolatban. Ám Atyánk szeretete még az önként vállalt sötétségben is képes elérni őt. Reményem szerint hozzánk hasonlóan ő is visszatálal hozzánk, mindannyiunk boldogságára.

A tékozló fiú nevében lejegyezte: Misi

Sudoku

		1		8	4		5	
	6		5	3		4	7	9
3						1		
	4		8		3	9		
6	8				9	2	4	1
5			4	2			3	
	2	6	3	7			9	4
9	3			4	5	7	1	2
	7			9		3	8	

Gondolataink harca

„*Boldog az az ember, aki nem cselekedetei és szavai, hanem már gondolatai felett is örködni tud.*” (Pálos gondolatok)

Az előző Szent Jobb Lator újságot olvasva sok minden kavargott bennem, viszont amit a mai napig szinte szó szerint vissza tudok idézni, az a fenti pálos idézet. Hogy miért? Mert napi szinten harcolok a gondolataimban és a gondolataimmal. Lehet, hogy sokan nem tulajdonítanak ennek nagy jelentőséget, azonban amíg a patakot a patakmederben lehet tartani, addig nincs nagy gond, de ha kilép a medréből, akkor igen.

Egy nagyon pici faluban élünk, ahol a patak olyan szelíden, szépen csordogál már évtizedek, talán évszázadok óta. Jó megállni a partján, nézni benne a növényeket vagy esetleg a kisebb állatokat. Azonban majd 20 éve olyan dolog történt, amire az akkori öregek sem emlékeztek sosem: ez a kis patak egy nyári heves esőzés kapcsán nemcsak, hogy kilépett a medréből, de olyan ereje volt, hogy szó szerint elvitt több hidat is, ami keresztül vezetett rajta. Most, amikor megállok a partján, és erre visszaemlékezem, és hát esetleg elmondom ezt olyanoknak, akik akkor még nem éltek, akkor kételkedve néznek rám, ők ezt nem akarják elhinni. Manapság szinte a kiszáradás szélén van ez a patakocska, a légynek sem tudna ártani.

Igen, ez valóban így van, de pontosan így vagyunk a gondolatainkkal is. Amíg tudunk rajtuk uralkodni, mederben tartani, addig nem okoznak problémát, ellenben mihelyst teret adunk főleg a rossz gondolatoknak, akkor azok pusztítani is tudnak.

Hadd hozzak most egy olyan példát, ami nem mással, mint velem történt meg. Nem évtizedekkel ezelőtt, hanem pár hete.

Behívót kaptam koromnál fogva a két évenkénti emlőszűrésre. Természetes volt, hogy elmegyek, amit meg is tettem. Viszont amikor jöttem hazafelé, megfordult a fejemben, mi van, ha van valami rossz a testemben. De aztán elkergettem a gondolatot, és nem is foglalkoztam vele egészen a következő reggelig, amikor a szokásos reggeli csendességemet tartottam az Úrral, és ez az ige volt az áhítat alapigéje: „*Kelj fel, egyél, mert erőd felett való út áll előtted.*” (1 Királyok 19,7) Ekkor viszont már a gondolataim egészét ezek a gondolatok tették ki: mi van, ha tényleg van valami rossz a testemben? Mi van, ha találnak valamit? Mi van, ha Isten fel akar készíteni arra, hogy beteg leszek, mégis bízzak benne, Ő velem van... És még folytatódott a lelki és gondolati vívódásaim.

Igen, most már tudom, hogy teret adtam a sátánnak gondolati szinten, és onnantól kezdve nem az Úr hangjára, hanem a kísértőre figyeltem. És igaza lett a gonosz hangnak. Három nap múlva felhívtak,

hogy találtak valami eltérést és le akarják ellenőrizni. Ekkor teljesen összetörtem, és már a lehető legsötétebb jövőt láttam magam előtt. Többen biztattak, hogy hány ember volt már így, minden jó lesz, de ezt a lelki harcot nekem kellett megharcolni előbb a sátánnal. Igen, a sátánnal, mert megparancsoltam neki, hogy semmi köze nincs az életemhez, és takarodjon ki a gondolataimból és a testemből is. Ezután térdre esve az Úr előtt kértem, bocsásson meg, hogy ennyire befolyásolható voltam, és erősítem meg és oltalmazzon meg.

Ekkor ugrott be, hogy a rossz hír reggelén ezt az ígét kaptam tőle: „*Vénségeitekig ugyanaz maradok, ősz korotokig én hordozlak! Én alkottalak, én viszelek, én hordozlak, én mentelek meg.*” (Ézsaiás 46,4) Ő fog megmenteni - ez kattogott a fejemben abban a következő négy napban, amíg sor nem került az ellenőrző vizsgálatra, és biztos voltam benne, hogy nem fognak semmit sem találni.



De találtak! Sőt, még szövettant is kellett belőle venni, és az orvos azt mondta, hogy keressek onkológust, mert szükségem lesz rá. Ekkor még inkább összetörtem, és csak szelíden, nem vádaskodva megkérdeztem az Urat: Hogy akarsz megmenteni, ha már erre készített fel az orvos? Nehéz volt a mélységeimben - ami hála az Úrnak csak pár óráig tartott - meghallani az Úr szelíd hangját. Azt olvashatjuk a Józsué könyvében (3,15), hogy az aratás idején körülbelül másfél kilométerre kiterjedt szélességű Jordán előtt állt a zsidó nép, és a frigyládát vivő papok elől menve vezették a népet. Nem aratási időben ez körülbelül 25-35 méter szokott lenni. De Isten ebben is meg akarta mutatni, hogy a nagy dolgokban is Úr tud lenni, nem csak a kicsikben. Amikor pedig a papok beléptek a Jordánba, megállt a víz folyása és mindenki száraz lábbal kelt át.

Ebből a történetből értettem meg, Isten bele kell hogy engedjen bennünket a nehéz helyzetekbe, próbákba, mert ott meg tudja mutatni csodatevő hatalmát. Ezzel a lelki békességgel vártam a szövettan eredményét, ami teljesen jó lett és nincs bennem semmi kóros. Áldom az Urat, hogy Ő még ma is a csodák Istene és megbocsátja még azt is, hogy ha megtévesztenek a rossz gondolatok.

T.Viki

Egy szabadulás előtti idő története

A rajzot egy reménybeli szabadulás alapján készítette az AI (mesterséges intelligencia), és kívánjuk, hogy aki szabadul, találjon munkát és ne térjen ide vissza soha.



Kitaszítva

A rács mögött megtanulod, mi az idő,
kint meg azt, hogy senki se vár, csak az ítélő.
Papíron szabad vagy, valójában bélyeg,
a múltad bilincs, amit a társadalom tép fel.

„Reintegráció” – szép szó a plakáton,
de a kapu bezárul minden munkaálláson.
Erkölcsei bizonyítvány, tiszta lap kéne,
de a rendszer maga írta rá a fekete tintát véredbe.

Elvetted az éveim, elvetted a nevem,
most visszadobsz az utcára: „Olld meg, testvérem!”
Ne lopj, ne csalj, legyél példás polgár,
de munkát nem adsz, csak hideg vállrándítást, ennyi az egész már!

A bűn nem mentség – ezt én is tudom,
de a megbocsátás nálatok csak szólam a pulpituson.
Második esély? Csak szlogen, üres mese,
a valóságban a múltad mindig elővesz.

A bank nem ad hitelt, a cég nem ad állást,
a szomszéd suttog, mintha fertőzés lennél, nem ember, hanem átok.
És mikor visszacsúszik? „Na látod, ilyenek!”
Pedig ti toltátok vissza, nem a vére, hanem a rendszeretek.

A börtön nem javít, csak konzervál,
a kinti világ meg ellök, mikor talpra állnál.
Nem kérünk szánalmat, nem kérünk könnyeket,
csak esélyt, hogy ne ugyanoda essen a következő lépésünk, ahová ti löktetek.

Mert aki egyszer bent volt, az nálatok mindig bent marad,
hiába veri az ajtót, hiába tanul, hiába változna meg önmaga.
Ez nem igazság, ez lassú kivégzés,
civil ruhás ítélet, néma társadalmi verés.

És majd csodálkoztok, ha újra robban a kör,
ha a kitaszított visszaharap, mert mást nem tűr.
Pedig a kérdés egyszerű, mint egy nyitott tenyér:
büntetni tudtok – de embernek látni mikor kezdenétek végre el?

Kiss Sándor Zakeus



Önzés – önzetlenség

Első hallásra számomra ez az ellentétes fogalom-pár valamiért nem tűnt igazán szimpatikusnak. Aztán másodszorra sem, olyan megfoghatatlan, megfogalmazhatatlan. Pedig vastagon bennünk van mindkét emberi tulajdonság, cselekvés is, és ez természetes is, hiszen emberek vagyunk.

Nekem talán az a legzavaróbb, hogy e két szó közt nagyon nagy a távolság, nincs annyi árnyalat, nincs igazán „arany középút”, olyan igazi fekete-fehér, igen-nem választás. Amit nem nagyon szeretek, és ezzel talán nem is vagyok egyedül.

Némi gondolkodás után arra is rájöttem, hogy hiába tartozik a negatív oldalhoz az önzés, időnként a jót is szolgálhatja, és szükségyszerű is.

Erre egyszerű példa mondjuk a foci. Ahol az egyik lényeg, ami szép és jó, hogy a labda egymás közti passzolgatásával közelébe jussunk az ellenfél kapujának. Ez az összjáték önzetlen, mert egy másik társunkat hozzuk helyzetbe és adjuk meg neki a lehetőséget a gólszerzésre. Természetesen a meccs fő lényege a gól, ám nagymértékben a mérkőzés savát-borsát az egyéni labdavezetés, a látványos cselsorozat adja meg. Ami igazából önzés, de ha a végén gól születik, vagy gólt érő passzban végződik, akkor a cél szentesíti az önzést.



Egyszerűbb és személyesebb példa, amikor néha - néha megjegyzik: „Csúnya szőrös vagy, mert nem borotválkozol. Önző vagy, hogy nem mentesz meg minket a látványosságotól.” Igazából magamban mélyen elismerem, hogy önző és lusta vagyok, mert nem szeretek borotválkozni. Am az „önzetlenségem” a felszínre tör, és így nyilatkozik meg: „Lehet, hogy a látványom, arcszörzetem számotokra rémisztő, ám valójában a ti érdekekben és esztétikai szempontok alapján vagyok önző, és kerülöm a borotvát, mert ha használnám, akkor a ronda felszín alól előkerülne a borzalmasabb valóság. Így inkább önzetlennek mondanám magam, mert eltakarom a valós látványt előletem.”

Az életem legkomolyabb, menthetetlen önzése az volt, amikor az egyéni problémáimat ráterheltem az áldozataimra, és ez az életükbe került. De igazából ez már nem önzés, ez már bűn. Talán morbidnak látszik, de az önzésem/bűnöm következményeként önzetlen is lettem, mert ahogy a bírónő mondta: életfogytiglan kizártam magamat a társadalomból. Nem fertőzöm tovább az egészséges közösséget, persze azért némi gyógyulást remélek.

Francesco Petrarca: 104. szonett után
– szabadon

Pásztor József:

Reneszánsz a XXI. században

Békét nem lelek, és harcban sem állok,
Félek, remélek, jég vagyok, s megégek.
Égbe szállok és mélyre zuhanok.
Semmi se kell, s ölelném a világot.

Öröm nem nyitja cellám, s rám se zárja,
nem köt, de meg sem oldja kötelékem.
Amikor nem öl meg s nem lazítja fékem
Szabaddá sem tesz, és nem is hagy élnem.

Szem nélkül látok, nyelv nélkül kiáltok.
Pusztulni vágyom és segítségre várok.
Magamat gyűlölöm, másért meg vágyok.

Sírva nevetek, bánatból élek.
Élet s halál nekem egyre megy.
Ide jutottam, drága lettem ... érted.

Pásztor József

Építő levelezés

Ezt a kedves levelező partnerem írta kérdésemre, melyben kérdeztem tőle: Mit gondol a levelezésről egy elítélttel?

A megosztását engedélyezte számomra hogy megjelenjen a Szent Jobb Latorban.

„Számomra a levelezés olyan, mintha elutaztam volna egy másik országba/világba.

Szerintem azok az emberek, akik sokat látnak/láttak - nem a nyaralások alkalmával - más emberek sorsán keresztül, azoknak valahogy másképp kezd el működni a lelkük. Észlelnék, észrevesznek olyan értékeket és csodákat, amik rejtve vannak a „bámészkodók” előtt. Ezek által olyan ajándékokat élhetnek meg, amik nem kerülnek pénzbe, mégis felbecsülhetetlen értékűek. Képesse válni arra, hogy láss a dolgok mögé, hogy ne ítélj és ítélkezz semmilyen helyzetben, hogy türelmesen ki tud várni, hogy a másokban meglásd az értékességet, ezek nagyon felemelő pillanatok tudnak lenni.

Ezek nagyon csendben, halkan, észrevétlenül történnek, és sokat kell értük tenni, fejlődni önmagunkban. Ha egyszer elkezdesz másként nézni a világra, az emberekre, akkor az már nagy dolog, és az nem vész el. Akkor a következő embert, a világ történéseit, az önmagaddal kapcsolatos dolgokat is másként fogod látni. A Mécses szolgálatnak ez olyan „virága”, aminek a nyílását csak az láthatja meg, aki egészen bele tud ebbe feledkezni. Egy egyedi csodálatos virág.

Én ennek egy kis szeletét láthatom általad, és sokan vagytok és vagyunk mi is a saját élettörténeteikkel, akik/amik egy egész csodás rétet alkotnak. Isten láthatja ezt a színpompás rétet, és majd egyszer megmutatja nekünk is.”



Számomra nagyon megható, ahogy megfogalmazta levelezőtársam a választát, ezért szerettem volna megjelentetni, megosztani veletek.

Nagyon hálás vagyok a Mécsesnek, és a levelezőpartneremnek, hogy ilyen emberi sorokat olvashatok. Nem sokan vagyunk elítéltek, akik ilyen szerencsésnek, áldottnak érezhetjük magunkat általatok.

Szövevény



Búzasi
Gyula
festménye

Tudjátok, milyen az a böjt, amelyet én kedvelek? (Iz 58,6)

A böjt a megtisztulás időszaka. A léböjtkúra meg hasonló a szervezet megtisztítását célozzák meg, a Nagyböjt a lélekét. A lakóhely rendbetétele meg az élet megtisztítását. Azt mondják, tartsd meg a rendet és a rend megtart. Számomra ez sziszifuszi munka, én vagy élek vagy rendet tartok, nekem a kettő kizárja egymást. Mondhatni: A zseni átlát a káoszon. A napirend sem megy, pedig hányszor nekiveselkedtem már. Viszont vannak fix pontok az életemben. Ha kedd, akkor Belgium – ez is eléggé fixnek tűnik, bár ez csak egy film címe, amit néhány évtizede láttam. Turisták elkavarodnak a csoporttól, és egyetlen tény segíti őket: kedden Belgiumban lesz a csoport, ott megtalálják őket. Ha kedd, akkor Belgium. Visszatérve a személyes fix pontokra: rutin, néha unalmas. De amikor minden összedőlni látszik, megtart. Ilyen pont számomra a Szentírás olvasása. A vég nélküli családfák az örületbe kergetnek, gyakran előfordul, hogy más se érint meg, mégis, ahogy átfolyik a tudatomon, az megtisztít.

Egy idős tanító arra kérte a kisfiút, hogy menjen el a folyóhoz egy régi, szénától koszos szénáskosárral, és hozzon abban vizet. A fiú hiába merített újra és újra a kosárral, mire visszaért a mesterhez, a víz mindig kifolyt a réseken. A sokadik próbálkozás után a fiú csalódottan és lihegve szólt, hogy a kosár használhatatlan. Ekkor a mester rámutatott a kosárra: bár a víz elfolyt, a kosár belülről teljesen tisztává és újjá varázsolódott a folyamatos átmosástól.

A rituális és nem rituális tisztaság hozzátartozik az egészséges élethez. De nem csak az a rossz, ha valaki elhanyagolja magát, hanem a tisztaságmánia is. A Sorstalanságban a felnőtt Citrom Bandi úgy próbálja túlélésre nevelni a főhős gyerek Köves Gyurit, hogy a lelkére köti, hogy minden nap mosakodjon. A tisztaság életben tart, a lágerben nem is kell több.

A lelki megtisztulás legalább olyan fontos, mint a fizikai. Lehet azt mondani, könnyű a katolikusoknak, csak elmennek gyónni, oszt kész. Hosszú az út a bűntől a gyóntatószékig. Felismerni, hibáztam, hogy mit, és egy másik embernek elmondani nagy kihívás. Én régebben utáltam gyónni, utáltam, hogy a pap tud rólam dolgokat. Ma már tudom, hogy a legtöbb esetben az ő memóriája addig tart, amíg ki nem lépek a fülkéből. Tényleg csak eszköz, közvetítő. Első gyónásom után, kb. 9 éves lehettem, mintha nagy kő gördült volna le a szívemről. Az akkori súlyos bűnöket felváltották azok, amikre ugyanúgy megkapom Isten bocsánatát, nagyobb kihívás, hogy a sajátomat is megkapjam. Nem meg nem történtté

teszem gondolatban, ahogy sokaktól hallom, akik nem tudják/akarják feldolgozni a múltat, inkább olyan, mintha életem könyvében egyet lapoztam volna. Az előzőek ott vannak, csak most már tiszta az oldal. A megbocsátás útja c. filmben egy teljesen hétköznapi, kissé félénk srác száguldozva balesetet okoz, amiben meghal egy anyuka és kislánya. Hosszú harag és pereskedés után a férj és apa ezzel a magát gyilkosnak tekintő fiúval együtt középiskolákban tart előadást a száguldozás veszélyeiről. Nem lehet semmissé tenni két ember halálát és a tönkrement családokat, ellenben ha csak egyet is meg tudnak akadályozni a leendő tragédiákból, volt értelme megküzdeni a szörnyűségekkel.

Még egy irodalmi alakot szeretnék idehozni, bár többet is lehetne: azét, aki nem képes elviselni borzalmas tettei következményeit. Vállalni, amit megérdemel, és ezzel élni tovább. Balladák, regények hősei örülnek meg egy vagy egy halom gyilkosság után. Edward király zenét követel, hogy ne hallja a lelkiismeretét felerősítő 500 dalnokot, mivel megteheti, és cseppet sem sajnáljuk. Ágnes asszony már a ronggyá ment lepedőben még mindig felismerni véli az őt vádoló vérfoltot, őt szánjuk a bírósággal együtt.

Van, amit évekig hordozunk-hordozok, mire el tudom fogadni, hogy az életem része. Ezek az évtizedek Istennek csak egy pillanat, Neki öröm az, ha soványan, koszosan, sérülten, de egyszer hazatérünk.

Egy férfi hirtelen haragjában megölte a feleségét. Bár nem derült ki a tette, lelkiismerete nem hagyta nyugodni.

Segítséget és vigasztalást keresve egy rabbihoz fordult. „Rabbi segítsen! Gyilkoltam.” A rabbi ijedten összerendezte, majd keményen rászólt az emberre: „Súlyos a te bűnöd, megtorlásra vár, bosszúért kiált. Nem tudok segíteni, hiszen írva van: szemet szemért, fogat fogért.” Az ember vigasztalanul menekült tovább.

Egy, az ezoterikus tanokba beavatott guruhoz fordult segítségért: „Nagy mester, én gyilkoltam. Segítsen!” A nagy guru kelletlenül szakítja meg a meditációját, hogy kenetesen elmondja a bölcs igét: „Gyermezem, az élet csak látszat. Ne nyugtalankodj. Elmélkedj, és ismerd meg magad.” Az ember vigasztalanul megy tovább a maga útján.

Végül egy gyóntatószék előtt találja magát. Fény szűrődik ki. Nyugtalanágában bemegy és letérdel. Félve suttogja: „Atyám, kérem, segítsen. Gyilkoltam.” Egy pillanatig halálos csend telepedik a gyóntatószékre, majd a gyóntató atya szelíd, jóságos hangja hallatszik: „Hányszor, fiam?”

Réka

Érzékek

Láttam már rútat
és fenséges gyönyörűt
Láttam már tükörsimát
és szabályosan gömbölyűt
Raktam össze bonyolultat
és félttem az egyszerűt
Láttam durván megmunkáltat
és lecsiszolt mesterműt

Láttam hidat, íveset
és összeomló üvegszerűt
Láttam már eredetit
és megtévesztően élethűt
Hallottam zúgó nagyharangot
és picinyke csengettyűt
Könnyektől maszatos arcokat
és féktelen, zajos derűt

Láttam üres széksorokat
és tapsoló nagyérdeműt
Reparált zongoraszéket
és nyakban törött hegedűt
Hallottam vidáman éneklőket
és berzenkedő botfűlűt
Láttam szárnyaló szellemet
és fantáziátlan öntörvényűt

Kóstoltam már édeset
és epésen keserűt
Hallottam igaz szavakat
és hazug kígyónyelvűt
Sólyomként szálló verebet
és széttépett keselyűt
Láttam már okosat
aki adta a feleszűt

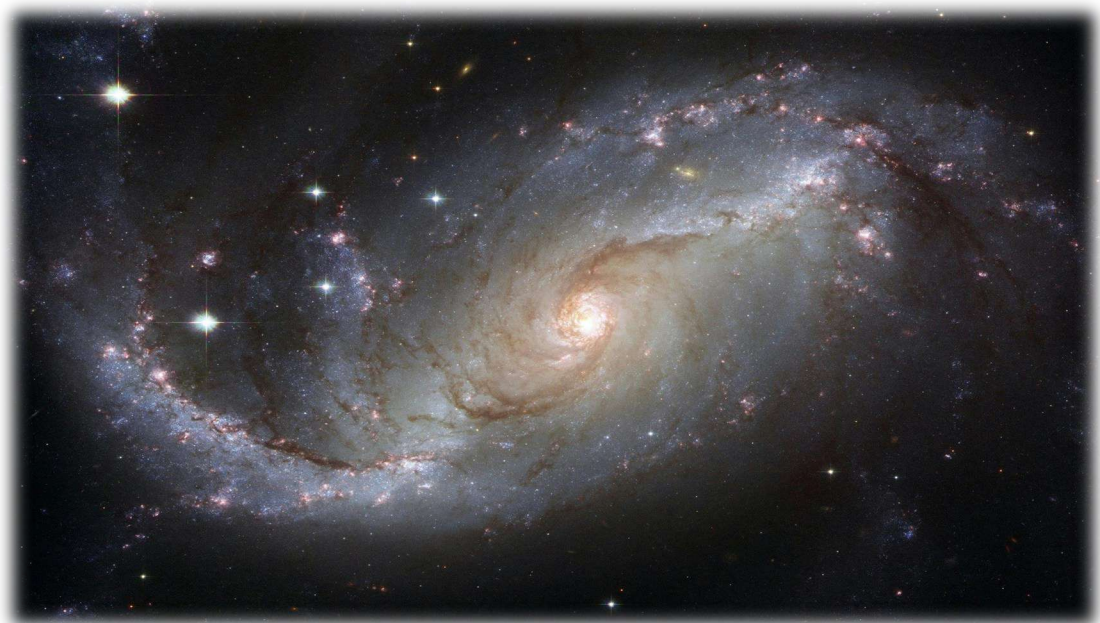
Láttam már magasztosat
és tamáskodó kishitűt
Kandalló előtt didergőket
és olyat kit a hite fűt
Hétrét görnyedt lakájokat
és zseniális félkegyelműt
Láttam díszes koronát
és egyszerű tövisűt

Láttam flegmán kérkedőket
és arcba dobott kesztyűt
Csütörtököt mondó fegyvereket
és puffogató hatlövetűt
Szerényen visszafogottat
és pökhendien nagyképűt
Rettenthetetlen hősököt
és utolsó, gyáva nyúlszívűt

Láttam már varázslatot
és bábuba szűrott tűt
Zátonyra futott életet
és példamutatóan nagyszerűt
Láttam tiszta fehérnépet
és beégetett skarlátbetűt
Láttam fennkölt szerelmet
és megtaposott jeggyűrűt

álltam szédítő mélység peremén
magasba törő bércek tetején
láttam lepusztult otthonokat
vihar tépte vitorlákat
vaksötétben világítótornyot
kecsesen ringó lámpa lángot
éreztem csontig hatoló hideget
és érzéketlen, fagyott szíveket

Lenhardt Mihály



Amikor ez a cikk megjelenik, bizonyára még tombolni fog a nyár, talán még erőszakosabban, mint most, miközben épp írok, és ütemesen zúgnak a klímák mindenütt. Még késő este is, amikor végre kimerészkedek egy séta erejéig, hogy a bozótosban megcsodáljam a szentjánosbogarak táncát. Közben eszembe jut egy harminc évvel ezelőtti nyár, amikor Észak-Olaszországban nyaraltam egy ismerőssömnél, és esti sétánk során - egy park mellett elhaladva - ezeivel világítottak ezek a pompás kis rovarok, mire társam elragadtatással kiáltott fel: *Quante lucciole!*” (vagyis: „Mennyi szentjánosbogár!” Lai-kusok is felismerhetik a szóban a „luce” = fény szót). Akkor és ott egy életre megjegyeztem ezt a szép olasz szót. Azóta sajnós évről-évre kevesebb akad eme kedves kis júniusi vendégből, bizonyára a klímaváltozás és a beépített területek folyamatos növekedése miatt.

Szóval igyekszünk elviselni a hőséget, ki klímával, ki vízparton, ki otthoni medencével, hideg sörrel stb. Nekem egyik se jön be annyira, mint egy régimódi könyvtár hűvöse. Akad egyáltalán még ilyen? Emlékeimben feltétlenül. Becsukom a szememet, és látom magamat kisiskolásként nyaranta városi könyvtárunk gyerekrészlegén, a sorok között böngészve. Jutka nénit, a könyvtárost is látom, ahogy kedvesen mosolyog, tanácsot ad, viccelődik. Nem, nem voltam kivétel, a barátaim és osztálytársaim többsége is járt könyvtárba, jóllehet nem elit iskolába jártam. Akkoriban még lakóhely szerint osztották el a gyerekeket a sulik között, nem pedig a szülők finnyassága, „kivagyisága” szerint, így egy osztályba járt a vajúr és az egyetemi rektor gyereke. Nagyon helyesen! Jómagam faltam a könyveket, mégse lettem „szobagyerek”, hisz még a könyvek-nél is több időt töltöttem a barátokkal, utcabeli gyerekekkel kint, szabadon, kulccsal a nyakamban. Szüleim dolgoztak, délutánonként meg a szőlőt művelték, hogy legyen egy kis plusz bevétel a taníttatásunkra, meg mondjuk színes tévére. Ha futkározás közben elvágta valami a lábamat vagy méhbe léptem, ellátott a szomszéd néni. Még palacsintát is kaptam vigasztalásul.

Később, középiskolás koromban már a felnőtt könyvtárba járhattam, de akkoriban már sokkal kevesebb időm volt olvasni, és küzdöttem a kötelező olvasmányokkal. Egyetlenegy nem volt közöttük, ami a négy év alatt megszólított volna, hisz nem is értettem őket annyi idősen. (Jó 20 év elteltével a többségüket már igen.) Aztán jött a főváros és a főiskolai évek. Ott is épp egy könyvtár volt a kedvenc „menedékem”, ami egy csodaszép, patinás épületben volt a Duna partján. Izgalmas hely volt, sok külföldi diákkal, lehetett ismerkedni, beszélgetni. Ott kaptam életem legviccesebb szerelmes leve-

lét - fura magyarsággal - egy külföldi diáktól, aki-ről azóta sem tudom, hogy ki, mert az aláírás csak ennyi volt: „megbolongult Samer”. Úgy megjedtem a levéltől, hogy egy ideig nem mentem oda, hátha erőszakosan akar udvarolni ez a - neve alapján arabnak tűnő - fickó. Ki tudja, miről maradtam le? Egy arab sejkről tán?



Még az unalmas főiskolai előadásokról is az iskolai könyvtárba menekültem, és hogy hasznosan teljen az idő, olasztudásomat csiszoltam. S ha már olasz, megemlíteném a legendás Olasz Kultúrin-tézet könyvtárát is, ahova be-benéztem egy-egy filmvetítésre vagy társalgási tanfolyamra. És milyen az élet, ott is akadt egy udvarlójelölt, történetesen az egyik tanár személyében, de hát csak nem fogok egy nő emberrel szóba állni? Meg is haragudtam rá, hogyan is képzelem ... Mindez persze az internet előtti világban volt. Elképzelni nem tudtam, hogy eljön az idő, amikor internetes könyvtárakban böngészünk, és még a helyi könyvtárból is úgy fogunk kölcsönözni, hogy itthon kiválasztjuk, egy kattintással felretetjük a könyvet, és amikor épp arrafelé akad dolgunk, a recepció át vesszük. Az elektronikus könyvekről nem is beszélve ... Álmodni se mertem volna, hogy szerelmeslevél helyett jobbra meg balra húzogatjuk egymás profilját a társskereső applikációkon. Nos, ami engem illet, ezeket szívesen meghagyom másoknak. (Az vicces, hogy a volt olasztanárom 30 év után megtalált a közösségi médiában, de még mindig nem voltam nyitott szorosabb lelki közösségre.) Engem továbbra is az olvasás segít abban, hogy eligazodjak ebben a fura, bizonytalan, felgyorsult, like-ok dominálta, magamutogató, teljesítménykényszeres világban. Nemrég épp egy könyvben olvastam: „A könyvek olyanok, mint a tükör: mindenki azt látja bennük, amit a lelkében hordoz.”

Szeretettel: Kati

A gyónás - mint útítársam

A lelki megtisztulás egyik eszköze a gyónás.

Személyes négy szemközti gyónás a római katolikus testvérek hagyományában létezik, közösségi gyónás pedig a protestáns testvéreknél. Nekem a négy szemközti gyónásról van tapasztalatom.

Gyermekként az első gyónásaim papírformaszerűek voltak. Egy listából kigyűjtöttem, mely rosszaiságok elkövetése volt igaz rám az elmúlt időszakból, papírfecni leírtam. Felolvastam a lelki atyának, ő meghallgatott, mondott rá valamit, és a megújulás ígéretével elküldött. A bűnbánatnak igen kezdetleges csírája volt bennem, és nem a bűnbocsánattól éreztem megkönnyebbülést, hanem attól, hogy túl vagyok az egész „procedúrán”. Gyerekkorban ehhez az egészhez kell egy igen engedelmes, nyitott gyermekszív, ami a szülei időnkénti figyelemzetetésére igent mond a gyónásra. Az én szemszögemből legalábbis mindez így zajlott. Magamtól eszem ágában nem lett volna gyónni járni.



Aztán serdülőként elkaptam a lényegét, a szív értelmével jártam letenni a rám nehezedő terheket; olyan terheket, amelyeket teljesen a magaménak vallottam, és bántották is a lelkiismeretemet, de akkor új nehézség keletkezett. Zavart, hogy a gyóntató nem ismer engem és félreért, zavart, ha ismert a gyóntató, és mégis félreértett, zavart, hogy ha nem szerettem volna mindent kiadni magamról a bűneim kapcsán, hogyan találjam meg azt a határvonalat, aminél megállok. Nem a vétek elhallgatásáról volt szó, hanem a körülmények fedezéséről. Kényes az intimszférám, ám tiszta és őszinte akartam lenni mindig. Ezt a kettőt kellett összehangolni.

Fiatal felnőtt koromban csiszolódott és fejlődött ez valamennyit, és lett tapasztalatom a bizalmi gyónásról - amikor a gyóntató atyával kedves ismeretség és rokonszenv kötött össze. Ekkortól éreztem először a lelki megtisztulás fellélegzős örömét.

A házasságkötésemkor nagyon súlyos krízisbe kerültem. Ekkor megszűnt az életemben a gyónás. Elszakadtam az egyháztól, pontosabban az egyház

szakadt el tőlünk - még korábban, a vőlegényemtől és tőlem, amikor semmiféle segítséget nem tudott nyújtani a jegyességünkben felmerült problémára. Ennek kifutása volt az összeomlás, a házasságunk szakadék szélére kerülése. Nem gyóntam két évig, mert képtelenség lett volna. Kiestem az életem irányításából, elvesztettem azt a lelki egészséget, ami a gyónáshoz szükséges.

Aztán lassan elkezdtek belapátolni a föld alá azt a rengeteg nem értést és fájdalmat, amin átmentünk két év alatt. Ekkortól megint jártam gyónni, mert visszanyertem olyan mértékig a lelki tartásomat, hogy képessé váltam újból az egészséges lelkiismeretvizsgálatra, és igényem is volt rá. Ekkorra már a lelki életem teljesen magáénak tudta az időszakos megtisztulás természetes ritmusát, megszoktam másfél évtized alatt; kifejezetten szép spirituális élményt adott a gyónás.

Aztán a börtönlevelezésem és börtönkapcsolatom során a gyónás a mentális túlélésem egyetlen eszközévé vált az örület elől. Akkoriban ismertem meg a lelkiismeretfurdalásnak azt a változatát, ami pánikot idéz elő. Akkor azért mentem (rohantam) el gyónni, hogy ne a pszichiátrián vagy egyéb kórházi ellátásban kössék ki. És működött. Nem azért, mert Isten szerint jó lett volna, amit csinálok, hanem azért, mert szeretett engem és tudta, miért csinálok. Tudta, hogy rendbe fogok jönni, tudta, hogy eljön a pillanat, amikor többet nem fogok vétkezni. A gyónás életben tartott.

Ezek azért elég torz önvallomások voltak a részemről. Vagy hiányosak, elhallgatással teliek, vagy pedig a sérültségem torzító szemüvegén átszűrt beismerések. De mivel több nem tellett tőlem, ez volt a maximum, amit tudtam nyújtani, Isten mégis beszámította.

Aztán sok vihar és alvilágthatár-súrolás után új életet kaptam és kezdtem. A gyónás pedig a megtisztulás legnyomatékosabb eszközévé vált az életemben, ami nélkül nem tudtam volna újra felépíteni a nulláról önmagammat. A gyónás élet-halál tényleges - de már pánikmentes - kérdése lett.

Aztán a gyónás összegző funkciót kapott az életgyónásban, ami során az egész életemet adtam át Jézusnak, immár madártávlatból szemlélve a teljes életem eseménysorozatát.

Most, néhány év múlva a gyónás egyetlen egy gyóntatóhoz kötődő, csendes, bizalmas zárandoklás az életemben, ami során adódik alkalom fejlődni, adódik alkalom egy helyben toporogni és látszólag nem haladni sehova.

A gyónás révén tanult leghasznosabb gyakorlatom lett a *jóvátétel*. Így vagy úgy, mindegy, ha csak jelképesen is lehet: de jóvátenni!

Zsóka

It Ends, with Us – Véget ér, velünk

Gyöngédebb lenne e dallam,
mint a szelíd gondolat.
Míg halkan szólnék most hozzád,
féltőn s lágyan szívem alatt.

Megpróbálva, s elmondani mindazt,
mennyire is tisztellek téged.
S miképp lennél számomra példakép
közel hat hónap után nékem.

Mert bizony akkor s ott
azon szent pillanat hevében.
Hol elkezdődött minden
ama hűvös s téli decemberi éjjelen.

Hol reád nem számítva
váratlanul toppantál s érkezted.
Mint hullócsillag, nem titkolva
ragyogástól fényesen.



Midőn nem csupán megleptél,
míg fényt hoztál e kietlen világba.
Zöldellő szívemnek a romjait,
mit mára felemeltél e barátságban.

Míg nagyobb s szebbet általad
múló életemben nélküled nem láttam.
Vajon milyen érzés is lehet számodra
ismeretlenül támaszt nyújtani másnak?

Önfeláldozásod önként adva,
ám mégis önfeledten tartva.
Meghallgatni mindez gondom,
s annak fájdalma felett.

Míg viszonzásul számodra
szívemből fakadóan szavakba önteni.
A hálám irántad
úgy vélem máig nem lehet.

Hisz huszonhét esztendőm lenne,
mi mára eltelt felettem.
S a huszonhetedik esztendőm az,
miben általad igaz baráttra leltem.

Mindazon mércékért, mit irántam
a szíved mélyén rejtész.
Úgy vélem, ezer köszönöm is kevés volna,
hogy tudd, mennyire tisztellek

Károlyi Mózes

Rejtvény

D	S	Z	E	R	E	T	E	M	K	H
S	Z	Z	Á	B	M	O	R	E	I	Ú
T	E	B	I	O	A	A	T	S	H	N
Í	R	Z	D	K	K	E	V	A	U	M
R	E	U	S	A	R	A	L	Á	N	T
O	T	E	R	E	G	Á	G	H	Y	A
T	E	O	Z	Y	L	Ó	J	N	G	G
Á	K	S	O	L	T	K	É	A	É	A
B	T	K	Y	G	O	F	O	N	L	A

A halál csak egy kapu

Légy velem, Istenem! Nagyon sötét az éj.
Hideg az éjszaka, s erőm csak egyre **fogy**,
szikrája is **kihuny**. Nagyon hosszú az éj.
Maradj itt, Istenem, és **bátorítsd** szívem.

Szeretek játszani, **szeretek** küzdeni,
gyűlölöm a homályt, a **fényt szeretem** én!
A családomat és enyéimet szeretem,
s nem **vagyok gyáva sem**, én élni **akarok**:
Bár **jól tudom**, csak egy kapu **lesz a halál**.

KERESD MEG A VERSBEN KIEMELT

SZAVAKAT A BETŰHALMAZBAN (VÍZSZINTESEN, FÜGGŐLEGESEN VAGY ÁT-
LÓSAN), ÉS HÚZD KI! A MEGMARADT BETŰKBŐL ÖSSZEOLVASVA MEGTUDOD,
HOGY KINEK AZ IMÁJA EZ A VERS. A 'szeretek' szó duplán szerepel a táblában.

Mindennapi önzetlenség

Az önzetlenség kifejezésről azonnal az édesanyám jut az eszembe, aki hihetetlenül önzetlen volt a szememben. Ott kezdem, amikortól én megtapasztaltam az önzetlenségét. Gyerekkoromban amellet, hogy munkába járt, és szép rendet tartott otthon, szinte naponta főzött a családjának, ha csak nem volt előző napi maradék, hogy minden nap együnk meleg ételt. Persze ez nem tűnik nagy önzetlenségnek, mert sokan megteszik, ám szerintem igenis önzetlenség, mivel a saját pihenő idejét áldozta fel a családjáért. Sőt, még a nyaralásaink idején is főzött ránk, ha volt rá lehetőség, bár ez részben a szűkösebb anyagi helyzetünk miatt alakult így.

Aztán amikor megbetegedett az édesanyja, a nagymamám, akkor éveken át rendszeresen látogatta és ellátta őt, amikor pedig mozgásképtelen lett, akkor az otthonunkba hozta és ott gondozta. Sajnos időközben az édesapám is súlyos beteg lett, ő is ápolásra szorult, és emiatt olyan időszakot is megéltünk, amikor otthon az egyik szobában az édesanyja feküdt, a másikban a férje. Később a megbetegedett egyedülálló öccsét is odaadással ápolta.



Amikor kicsik voltak a gyerekeim, akkor tapasztaltam meg igazán édesanyám felénk irányuló önzetlenségét. Abban az időben már nem dolgozott, de nem is volt jó egészségben, mégis naponta átgyalogolt hozzánk, ami majdnem félórás útnak számított csak odafelé. Főzött nekünk és vigyázott a gyerekekre, ha kellett játszott velük, ha meg arra volt szükség, akkor a leckéjüket is átnézte. Maradék idejében a húgom családjának is hasonlóan besegített. Persze ez sem tűnik nagy önzetlenségnek, mert végül is a lányai családjaiért tette. Mai szóhasználatmal „unokázott”, ami könnyed és örömteli elfoglaltságnak tűnhet, viszont nem mindig az, aki már csinálta, az tudja. Mivel édesanyám a saját idejét és erejét áldozta ránk, ezért én nagyon önzetlen dolog-

nak tartom ezeket, ami igazán nagy segítséget jelentett nekünk a mindennapokban. Bármit tett értünk, azt mindig nagy szeretettel tette, és nem emlékszem, hogy valaha is panaszkodott volna, amiért nem jutott elég ideje másra.

Ahogy idősödött, többféle betegség is megtámadta, ami nehezítette a járását, mégis szinte naponta útra kelt, hogy nekünk segítsen. Aztán eljött az az idő, amikor már nem tudott átgyalogolni hozzánk, viszont továbbra is felajánlotta a segítségét a főzésben, csak oda kellett vinnem az alapanyagokat. A mozgása romlásával kerekesszékre kényszerült, azonban még úgy is főzött ránk. Hihetetlen volt ahogy a konyhában mindent úgy elrendezett, hogy a keze ügyében legyen, ami kell. De neki is szüksége volt erre a tevékenységre, mert azzal hasznosnak érezte magát, és valóban nagyon hasznos is volt.

Végül az édesanyám ágyhoz kötötté vált, és évekig nagy fájdalmakkal élt otthon. Akkor őt a szomszédságában lakó húgom ápolta, amibe napi szinten valamennyire én is besegítettem, így viszonzva az ő sok-sok segítségét.

Azt hiszem, ez az önzetlen életmód régebben teljesen természetes volt, sőt elvárás is a nőktől, mert szinte minden anyuka és nagymama így, a családjának élve élte le az életét. Sajnos ma már nem így van. Ma már a sokféle időtöltési és szórakozási lehetőség mellett nehezen vállalunk ilyen önzetlen kisebb-nagyobb feladatokat. Nehezen áldozzuk az időnket és erőnket mások segítésére, még ha a családtagjainkról van is szó.

Mai, egyre kényelmesebb világunkban már a házasság és főként a gyermekvállalás is bizonyos fokú önzetlenségnek számít, mert azzal sok mindenről le kell mondanunk, elsősorban arról, hogy ne csak magunknak éljünk.

Azt hiszem, az önzetlenségért cserébe örömet és lelki békét kaphatunk, és hasznosnak érezhetjük magunkat. Az önzetlenséghez „*Szeresd felebarátodat, mint saját magadat*” (Mt 22,39) lelkület szükséges, és feltétel nélküli szeretet, és nem a saját érdekek szem előtt tartása, hanem a mások javának keresése. Az önzetlenségben mennyi Atyánk és Jézus adott nekünk példát, az Atya, mert szeretett Fiát elküldte hozzánk, és Jézus, aki a szenvedéseket és a kereszthalált felvállalva az életét adta értünk, hogy el ne vesszünk, hanem a Mennybe juthassunk. Igaz, áldozataikhoz képest semmiségek a mi apró önzetlen cselekedeteink.

Az önzetlenség gyakorlásának nem szabnak hátrált az életkörülményeink, hiszen bárhol, még a börtönben is lehet jót tenni másokért. Próbáljuk ki!

Szeretettel: Edit



A fájdalmas élet

Mikor megszülettem, mit sem tudtam, mit hoz az élet.
Önfeledten örültem gyerekként, boldog volt az élet.
Hamar rá kellett jönnöm, nekem mást szánt az élet.

Nevelőotthonok, drog és más szerek, ebbe beleesett
körülöttem minden gyerek, mikor azt hitted, minden kerek,
már lecsúsztál és nem találtad a helyed.

Loptál, csaltál, raboltál, hogy meglegyen a szered.
Egy nap azon keltél, hogy körülötted senki sem
szeret. És a rendőrség keres.

A fiatalokorúba rabláncra kötve robogott a rabó,
mit sem sejtve újabb szintre léptél, csak lefele.
Az hó. Beindult a túlélési ösztön, zsarolás,
bűnvádik, nemi erőszak - ha hagyod magad,
beköszönt egy új korszak.

De felemelt fővel eljött a várva várt nap, a Szabadság
napja, és nem gondolva arra, hogy rosszabb lesz,
mint volt valaha. Család nélkül állsz a börtön
ajtaja előtt, fűt a bosszú és hajt az ego.
Priusszal a hátad mögött becsukódik egy ajtó.

Kezdődik egy új fejezet, éjszakába menekülök
és pénzt keresek, mert az élet csúf és én
nem kesergek, felállok onnét, ahol elestem,
mert már felnőttem, és már nem az a gyerek
vagyok, akit egykor bevitt a Rabó.

Striciség, bandaháború, nyolckerület, cigánygettó,
ez az új élet kín, rajta van a börtönbélyeg.
Hatalom, pénz, fegyverzet, éjszakába pörgő fenegyerek.
Hittem, hogy ez így kerek.

De megtalált újra az élet, sorsa büntetlenül
nem marad, és börtön lett a bűn zsoldja.
Elkezdődött a fájdalmas élet újra meg újra.
Az Életfogytig tartó Szabadságvesztés lett
a múlt záró kulcsa.

Gál Richárd A.

Ki az?

Ki az, ki képes és oly beszédes?
S e vers végére is hitelképes.
Keresletként állt a sorba.
Utolsóként, de mégse unja.

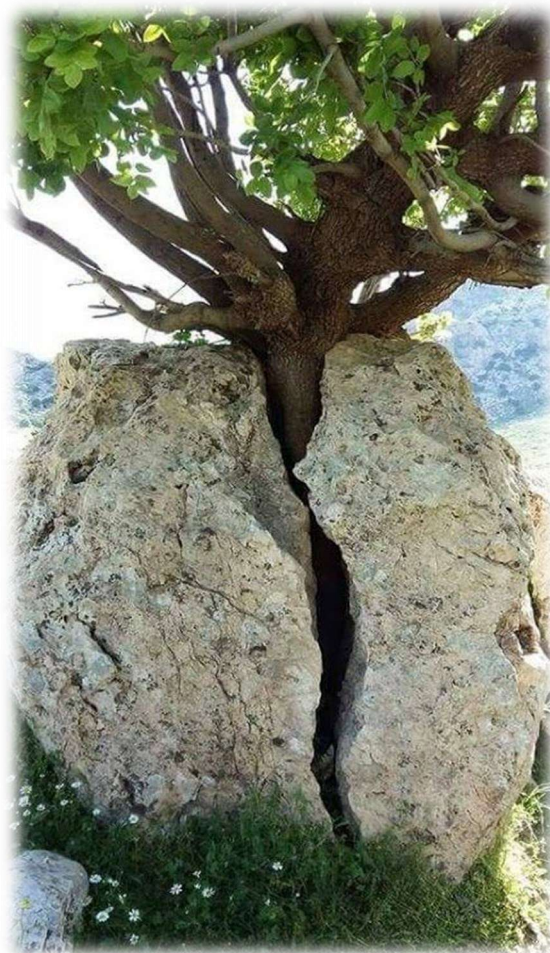
Ki az, ki kész és körben álló?
Sokunk között is jó magánzó.
Figyel, és széllel szemben érkezett.
Nem véti el a lépést sem veled.

Ki az, ki kopog, de nem jöhet be?
Mert valamiért nem engeded be.
Sok időt várt a te ajtód előtt.
Ne várasd tovább, menj elé előbb.

Kié a kép, amit látsz az érmén?
Képes felével forog a szélén.
Írás van tán a másik oldalán.
Sorsod eldőlt, mert sorsot dobtál.

Ki az, ki keres, és tán talál még?
Kék színben is megnyugvást még.
Az élet lehetősége teljes.
Használj ki mindent, az Úr kegyelmes.

Kapczár Gábor



Rendhagyó körlevél

"Élete kezdetén édesanyja hozta el Önt a karjában ide a templomba.

Amikor házasságot kötött, felesége vezette az oltárhoz.

Amikor meghal, a barátai hozzák el majd.

- Nincs kedve megpróbálni egyszer a saját lábán eljönni?"



**Az emberek
ítélkeznek,
de a szúnyog úgy
szeret, ahogy vagy!**

Kellő pillanatban

Három skót ül a templomban. A sekrestyés egyre közelebb jön perselyével...

Már csak öt méter... három... egy - ebben a pillanatban az egyik skót elájul, a másik kettő meg kiviszi.

Az orvoslás története:

Kr. e. 2000: Itt van, edd meg ezt a gyökeret!

Kr. u. 1000: A gyökér pogány dolog, mondj egy imát!

Kr. u. 1850: Az ima babona, idd meg ezt a lötytyöt!

Kr. u. 1940: Az a lötyty nem jó, nyeld le ezt a pirulát!

Kr. u. 1985: A pirula hatástalan, használj antibiotikumot!

Kr. u. 2026: Az antibiotikum mesterséges, itt van, edd meg ezt a gyökeret!

Lehetséges?

Megkérdezte az utcán egy barátom, hogy vagyok. Mire kétségbeestem, lehetséges hogy nem lát, és azt hiszi, nem vagyok?

Humor

Egy átlagos nyugdíjas házaspár egy napja

Egyszer a feleségemmel bementünk a városba és bementünk egy kis üzletbe.

Öt percet se voltunk bent, és kijövet ekkor láttuk ám, hogy egy közterület fenntartó írja vadul a büntető cédulát. Már éppen rakta volna a kis kék zacskóba, amikor odaértünk, és megszólítottam:

- Ne szórakozz már, te idióta, mi lenne, ha egyszer tekintettel lennél egy idős állampolgárra is.

De csak szerelte be az ablaktörő alá az üzenetét. Akkor le rohadt fasisztáztam, mire lila lett a feje, és írt még egy feljelentést, hogy a gumik is kopottak. Még le is fényképezte őket.

Erre szarjankónak neveztem. A feje még lilább lett, a másik üzenetet is bele erőltette az ablaktörő alá, és elkezdett írni egy harmadikat, a fene tudja miről.

Ekkor gazember spiclinek neveztem. És ez így ment vagy 20 percig. A közterületi feje egyre lilult, a kék borítékok egyre szaporodtak.

Mindez egyáltalán nem zavart engem és a feleségemet. Mi ugyanis busszal jöttünk be a városba.

Minden napra kitalálunk valami izgi kis kalandot, hogy ne teljenek annyira unalmasan a napjaink.

Nagyon fontos ez a mi korunkban.



Lefogytam

Képzeld annyira lefogytam, hogy hiába van a fürdőszobában tükör, nem láttam magamat. Amikor törülköztem, akkor vettem csak észre, hogy a törülköző valamiben megakad, na az lehettem én.

Jobb rákérdezni

- Emlékszik, hogy mikor vizsgálta meg a holttestet?

- A boncolás körülbelül este 8:30-kor kezdődött.

- És Kovács úr halott volt ebben az időpontban?

- Nem, ott ült az asztalon, és csodálkozott, hogy miért boncolom.

Elvégre!

A sekrestyés bemegy a paphoz.

- Amennyi fizetésem itt van - panaszolja -, azzal bizony nem sokat ugrálhatok.

- Nem is kell ugrálnod, fiam - véli a pap. - Elvégre nem kengurunak alkalmaztalak.

ELADÓ HÁROM TÉRFIGYELŐ KAMERA



IMPRESSZUM

Kiadja a Mécses Szeretetszolgálat Magyar Börtönpasztorációs Társaság
Felelős kiadó: Mécses elnöke

1325 Budapest, Pf. 391.

mecsesbp@gmail.com

mecses.vaciegyszegye.hu

ISSN 3058-1168 (Nyomtatott)

ISSN 3058-1850 (Online)

Újságunk készítésében fogvatartottak, szabadultak, civil missziósok, papok és lelkészek egyaránt közreműködtek. A fogvatartotti írásokat minden esetben a BVOP kommunikációs főosztály sajtóengedélyével tesszük közzé.