



ÉLŐ KÖVEK

A zsombói Kisboldogasszony Plébánia hírlevele – 2021. március 14.

MINDEN FÉLTVE ŐRZÖTT DOLOGNÁL JOBBAN ÓVD SZÍVEDET...

„A gyászfeldolgozás eszközével a kezekben nem fogsz annyira félni eljövendő veszteségeidről, tudni fogod, mit kell tenned, hogy meggyógyítsd összetört szíved, és ez lehetővé teszi, hogy minden kapcsolatodban száz százalékgig jelen tudj lenni, és merj olyan nagyon szeretni, amennyire csak lehet.” James - Friedman: Gyógyulás a gyászból

Ma – az ima világnapján – azokat szeretnénk megszólítani, akik egykor imádkoztak, de már nem imádkoznak többé, mert elvesztették a hitüket. Azokat is szeretnénk megszólítani, akiknek erős hitük van. Nem célunk, hogy bárkit is imára buzdítsunk, vagy éppen attól eltántorítsunk, mindössze a tapasztalatainkat szeretnénk megosztani veletek.



A szeretettüket tragikus körülmények között elvesztő, vagy a gyermekük elvesztését gyászolóknak sokszor meginog a hitük. De az is előfordul, hogy gyászolóként teljesen elveszítjük Istenbe vetett hitünket, vagy más spirituális meggyőződésünket. Olykor annyira fájdalmas az, ami történt, hogy minden megkérdőjeleződik, amiben addig hittünk, esetleg minden értelmetlennek tűnik. Érthetetlen lehet, hogy, ami történt, miért történhetett meg. Józan ésszel szinte felfoghatatlan a tragédia. Nem csak a szív, hanem egy egész világgép is összeomlik ilyenkor.

Az is lehet, hogy a harag bennünk egyre csak nő és esetleg átverve érezzük magunkat. Ilyenkor lehet, hogy csak olaj a tűzre, ha ezt halljuk „Ez Isten akarata volt.”, vagy „Semmi nem történik értelmetlenül.”, „Imádkozz és Isten megsegít!”, „Isten nem mér ránk többet, mint amennyit el tudunk viselni.”. Olaj a tűzre, mert lehet, hogy éppen Istenre haragszunk, mert nem hallgatta meg imáinkat. Haragszunk arra, aki azt mondta, hogy van Isten, vagy azt mondta, hogy higgyünk valamiben. Az is lehet, hogy bűntudatunk van, mert nem imádkoztunk jól, vagy nem hitünk eléggé. Ott vagyunk összetörve, és csak annyit érzünk, hogy lebénít a fájdalom.

Azt szoktuk mondani, hogy vallási, vagy más spirituális meggyőződéstől függetlenül szükségünk lehet segítségre a gyászban. Azért mondjuk ezt, mert a gyász érzelmi folya-

mat és gyakran lehetetlen uralkodni azon az érzelmi hullámvasúton, ami a gyász természetes velejárója. Ez hittől függetlenül történik velünk.

A gyász természetes és egészséges lefolyásához elengedhetetlen, hogy teljes képet kapjunk az elvesztett szeretetünkkel való kapcsolatáról. Fontos látnunk mindazt, ami jó volt és szép volt a kapcsolatban és azt is, amihez fájdalom, vagy más negatív érzés társul. Szükséges, hogy beteljesíthessük mindazt a szeretettünknek szóló, kimondatlan érzelmi kommunikációt, ami bennünk rekedt.

Egy veszteség mentén érzett fájdalom nagysága valójában sok veszteség összeadódásától is növekedhet. Ilyen az elvesztett hit is, amely veszteség az alap veszteség-élményre még ráakad. Fontos a lehetőség, hogy a hit veszteségét is feldolgozhatjuk, mert az is közismert, hogy a hit sokat segíthet az alap veszteség feldolgozásában.

A Gyászfeldolgozás Módszer® Támogató Program hatékonyan segít azoknak a gyászolóknak, akik elvesztették hitüket, de azoknak is, akiknek hitét nem érintette a veszteség. Zsombón három specialista foglalkozik gyászkíséréssel és veszteségfeldolgozással, akár online is: Gáborné Puskás Julianna, Kerekes Judit és Varga Krisztina. Forduljanak hozzájuk bizalommal, ajánlják őket ismerőseiknek, rokonaiknak! Törődjünk egymással, figyeljünk egymásra!

(Gyászfeldolgozás Módszer Magyar Központ)

RÖVID HÍREK

A járványhelyzet alakulását figyelembe véve a Szeged-Csanádi egyházmegye területére vonatkozóan 2021. március 8-án a következő rendelkezések lépnek hatályba:

1. Templomainkban a nyilvános szentmisék, liturgiák szünetelnek. A templomok legyenek nyitva egész nap, lehetőséget adva a híveknek a személyes imádságra. A szentségek kiszolgáltatása a korábban megküldött római rendelkezések alapján történhet.

2. Temetési gyászmiséket egy későbbi időpontra kell halasztani, amikor már lehetségessé válik az elvégzésük.

Temetések alkalmával csak a ravatalozón kívül lehet végezni a szertartást, figyelembe véve az egészségügyi előírásokat. A temetés végén hívjuk fel a jelenlévő gyászolókat, hogy tekintsenek el a személyes részvétnyilvánítástól. Jelen rendelkezések a visszavonásig maradnak érvényben.