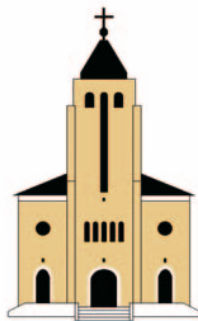


# MUSTÁRMAG

Budapest-Pestszentlőrinc-Szemeretelepi Szent István Király Plébánia



ALAPÍTVÁ: 1992 • 2018/1. SZÁM • FEBRUÁR 25.

## NAGYBÖJTI MEGÚJULÁS

A nagyböjti időszak, amit kegyelmi időnek is hívunk, az imádság elmélyülésének az ideje: Krisztushoz fűződő kapcsolatunk intenzívebbé válik, egyre közelebb szeretnénk kerülni hozzá. Nekünk, szemeretelepi híveknek arra szolgál ez az időszak, hogy a Szentlélek ösztönzésére Jézus Krisztus által egyre élőbbé váljon a Mennyei Atyához fűződő lelki kapcsolatunk. Ebben az időszakban megemlékezünk Jézus szenvedéséről, haláláról és feltámadásáról, és mindez lelki életünk megújulásához vezet.

Jézus három lépést javasol lelkiéletünk megújítására, valamint arra, hogy megfelelő módon részesülhessünk húsvét misztériumában. Ezek az utak: a személyes imádság, a böjt és a jótékonykodás. Ha megfelelő módon imádkozunk, böjtölünk és adakozunk, elnyerjük méltó jutalmunkat Istentől, aki arról is tud, ami a rejtekben történik. De ha mindezeket a lelki gyakorlatokat mások elismeréséért végezzük, akkor csak az emberektől nyerjük el jutalmunkat, nem pedig Istentől.

Mi az az igazi jutalom, amire Jézus a tanítványainak utal? Ez a Mennyei Atyával való egység. Csakis benne találhatjuk meg az élet teljességét, az örömet és az igazságot. Szent Ágoston mondja: „Amikor egygé válok veled, akkor megszűnik minden szomorúság és megpróbáltatás, teljesen eltelek veled, és életem teljessé válik.” Isten minden nap meg akar újítani minket: szerető és együttérző szívvel szán nekünk. Forduljunk tehát igaz bűnbánattal és őszinte igyekezettel, az Úrhoz, aki irgalmas és kegyelmes, késlekedő a haraggal, de kifogyhatatlan a szeretetben. Erre hív minket Isten ebben a nagyböjti időszakban.

Szent Pál ugyancsak biztat bennünket, amikor azt mondja: most van a megfelelő idő, most van a megváltásunk ideje. Használjuk ki tehát nagyböjt szent időszakát olyan jócselekedetekre, amelyekben kedvét leli a Mennyei Atya. Újítsuk meg életünket, és támogassuk egymást életünk megújításában.

M. R. A.

## A BŰNBÁNAT SZENTSÉGE

A feltámadt Krisztus megjelent tanítványainak és ezt mondta: „*Vegyétek a Szentlelket! Akinek megbocsátjátok bűneit, az bocsánatot nyer, s akinek megtartjátok, az bűnben marad.*” (Jn 20, 22-23) Ezzel a bűnbánat és a kiengesztelődés szentsége megkezdte működését az katolikus egyházban. Jézus hatalmat adott az egyháznak, hogy követőinek megbocsássa bűneit, ha azok őszintén és komolyan megbánják azokat. A katolikus egyház parancsaiban szigorúan előírja a híveknek, hogy **legalább évente egyszer** járuljanak szentgyónáshoz.

Ezt a szentséget különböző neveken ismerjük, hívják a *megtérés szentségének*, ugyanis ez jelenti az első lépést az Atya felé való odafordulásban, akitől a bűn szakított el. A *bűnbánat szentségének* is hívják, ugyanis ez szenteli meg a bűnös keresztények személyes és egyházi értelemben vett lépését a megtérés, a bűnbánat és az elégtétel felé. A *gyónás szentsége* nevet is viseli, ugyanis a bűnök egy pap előtt történő feltárása és megvallása ennek a szentségnek lényeges elemét képezi. Egészen mély értelemben is „vallomás” – elismerés és dicsőítés – ez, Isten szentségének és a bűnös emberrel szembeni irgalmának a megvallása. A *bűnbocsánat szentségének* is hívják, mert a pap szentségi feloldozása által Isten „megbocsátást és békét” adományoz a bűnösnek. A *kiengesztelődés szentségének* is nevezik, mert a bűnös általa elnyeri Isten megengesztelő szeretetét. „Engesztelődjete ki Istennel.” Aki Isten irgalmas szeretetéből él, képes válaszolni Isten felhívására: „Menj, és engesztelődj ki először embertársaddal!”

A gyónás során elismerjük azokat a bűnöket, amelyekkel tudatosan szembeszegültünk Istennel, embertársainkkal vagy önmagunkkal. Mindenképp tisztázni szeretnék néhány dolgot: vannak hibáink, amelyeket nem szándékosan és tudatosan követünk el. Például: ha valaki evés közben jön rá, hogy elfelejtett étkezés előtt imádkozni, akkor ez bűn vagy hiba? Ez hiba, hiszen **elfeledkezett** az imáról. **Nem szándékosan** követte el azt. A hibát ki lehet küszöbölni akkor, ha a jövőben komolyan odafigyelünk rá. Ugyanakkor, ha ez az ember nem akar evés előtt imádkozni, és tudatosan kerüli az imát, akkor bűnt követ el. Tudva és akarva követi el a bűnt. Jó az, ha ilyenkor elhatározza, hogy többé nem követi el ugyanezt a bűnt, de a már elkövetettekért kérnie kell Isten bocsánatát. Az ember jóváteheti a hibáit, de nem így a bűneit. A bűnöket bűnbánó szívvel be kell ismerni, fel kell tárnunk a pap előtt. A pap ugyanis az egyetlen, aki a feloldozás hatalmával Isten bocsánatát közvetíti a bűnösnek. A feloldozott embernek törekednie kell arra, hogy a megbocsátott bűnt ne kövesse el többé.

A gyónás célja, hogy előidézze a belső megtérést, illetve az Istennel való kiengesztelődést, akivel a bűn elkövetésével tudatosan szakítottuk meg a kapcsolatot. Aki gyónni megy, annak az Istennel való kiengesztelődés érzésével, belső békével és örömmel, valamint Isten irgalma és jósága iránti hálával kell távoznia.

A Katolikus Egyház Katekizmusa ezt tanítja nekünk: „*Miként már a Prófétáknál is, Jézusnál a meghívás a megtérésre és a bűnbá-*

## MÁRCIUS

Március hagyományos magyar neve *Böjtmás hava*. A hónap jeles szentje **Szent Kunigunda** császárné. Luxemburgban született 980 körül, grófi nemzetségből származott. Mélyen vallásos volt, életét Krisztus szolgálatában, szerzetesként képzelte el. Szülei akaratának engedelmeskedve lett Henrik, bajor herceg felesége, a későbbi II. Henrik császáré, akinek húga, Gizella Szent István királyunk felesége lett. Henrik hitveseként előbb német királyné, majd német-római császárné lett.



Kunigunda fáradhatatlanul kísérte férjét a nagy birodalomban tett útjain. Okos és bölcs tanácsadója volt férjének, néha még a birodalom kormányzásában is segítséget nyújtott. A világi dolgokban történő segítségen túl támogatta férjét az életszentség felé vezető úton is. A XII. századi legenda szerint a császári pár József-házasságban élt. A középkor mély vallásosságában ez nem volt ritka, de uralkodók részéről nagyon is szokatlan, mert a trón öröklését biztosítani kellett. A császári ►

*natra elsősorban nem a külső cselekedetekre irányul, a „zsákra és hamura”, böjtölésre és önmegtágadásokra, hanem a szív megtérésére, a belső bűnbánatra. Enélkül a bűnbánat cselekedetei terméketlenek és hazugok; ezzel szemben a belső megtérés e lelkiület látható jelekkel való kifejezésére sarkall gesztusokban és bűnbánati gyakorlatokban.”* (a Katalikus Egyház Katekizmusa, 1430)

Nos, kedves Testvérek, a nagyböjti idő kiváló lehetőség az Istennel való kiengesztelődésre azáltal, hogy lelki tükör által tekintünk magunkra; annak az ideje, amikor Isten erejével újra irányba helyezzük az életünket; annak az ideje, hogy újra megtapasztaljuk Isten mindannyiunkra áradó

szeretetét, annak ellenére, hogy mi bűnököt követünk el ellene; annak az ideje, hogy osztozzunk Jézus szenvedésében, halálában és feltámadásában úgy, hogy felvesszük a fájdalom, a meg nem értettség, a kritikuság, a hibák, a veszteségek mindennapi keresztyét. Annak is az ideje, hogy megbocsássunk azoknak, akik vétettek ellenünk, és kiengesztelődjünk velük.

Mindenekelőtt a Szentlélek ösztönzi a szükségét szenvedő embert arra, hogy gyónni menjen. Ha valaki gyónni megy, akkor az azt is jelenti, hogy a Szentlélek az életszentség felé vezeti őt. Élünk tehát ezzel a bűnbánat szentségével, és élvezzük az Úr békéjét és örömét.

M. R. A.

▶ pár Gondviselésbe vett mély hitét mutatja ez a döntés.

Kunigunda férje halála után belépett az általa alapított kaufungeni kolostorba. Az új kolostortemplom szentelési miséjén letette császári öltözékét, s a püspök kezéből vezeklőruhát és fátylat vett magára. E naptól egyszerű nővérként élt, s teljesen átadta magát Istennek. Szegénységbe és lemondásban teltek napjai a kolostor rejtekében. A világ nagyjai elfelejtették, de a nővértár-

sai és a kolostor környékén élő hívők megtapasztalhattak sugárzó szeretetét. Halálát érezvén megtiltotta, hogy császári méltóságához illően temessék el. Egyszerű szerzetesként akart Krisztus előtt megjelenni. Kérésére Bambergben temették el férje, Henrik császár mellé. Ince pápa 1200-ban avatta szentté, miután a nép már hosszú ideje tisztelte.

*Forrásmű:* Szentek élete, SZIT, Budapest 2009. N. K. E.

## VISSZATEKINTŐ

# ÖKUMENIKUS IMAHÉT

Az ökumenikus imahetet 1986 óta imanyolcaddal ünnepli a keresztény világ. Mindig nagy várakozással készülünk erre a hétre. Karácsony elmúltával már lehet készülni az évközi időszaknak ennek a kiemelkedő eseményére, amikor is más felekezetekhez tartozó keresztény testvéreinkkel, közösségekkel találkozhatunk.

Évről évre más-más keresztény közösség alkotja meg ennek az egyetemes imahétnek az irányadó témáját és jelmondatát. Idén a nagy nehézségekkel küzdő, a kizsákmányolás, virágzó prostitúció és nagy szegénység között élő karibi keresztények vállalták ezt a feladatot. Az idei év jelmondata: „*Uram, jobbod ereje kitűnik erejével!*”

Először a szomszédos református templomban találkoztunk. Itt *Lejtényi Emánuel* atya, a főplébánia káplánja hirdetett igét. Az irgalmas szamaritánus történetéről beszélt, megközelítése új szempontokkal gazdagította az ismert példabeszédet. *Kiss László* helyi lelkész pedig arról elmélkedett, hogy „ki is a mi felebarátunk”. Arra buzdított,

hogy tegyük félre az előítéleteket, vegyük észre, hogy a szenvedőkben saját nyomorúságunkat látjuk, és soha ne feledjük, hogy csak Krisztus az, aki meg tud gyógyítani.

Kedden a Kossuth téren folyó tereprendezési, parképítési munkák miatt idén a Sztehlo Gábor Gimnáziumban találkoztunk, ahol az imádságot *Huszta Csaba* baptista lelkész vezette. Hangsúlyozta, hogy egyetlen „főnök” van, az Úr. Arra intett, hogy vegyük észre mennyi minden tud beszennyezni minket, vigyázzunk, hogy semminek rabjaivá ne váljunk. Ugyanitt *Papp József*, az Agape Gyülekezet pásztorja testünkről mint a Szentlélek templomáról beszélt. Arra intett, hogy fogadjuk el nemünket, hiszen az Úr férfinak és nőnek teremtette az embert, vigyázzunk hát nőiségünkre és férfiasságunkra! Richard Rohr gondolatai alapján fogalmazta meg, hogy a férfiak legyenek királyok, harcosok, próféták, szerelmesek, míg a nők Barbara Moser nyomán váljanak a férfi dicsőségére, legyenek a szépség és a tisztaság hordozói.

Szerdán a baptista imaházban vártak minket. Itt *Barkó Tamás* református presbiter szavaira figyelhettünk. Legyen reményességünk a gyógyulásra, hitünk teremjen gyümölcsöket. Mondjunk nemet a testi-lelki erőszakra, legyen hívó közösség a család! *Györi Gábor* evangélikus lelkész is arról beszélt, hogy mi hozza a gyógyulást. Minden békétlenség lelki betegséget hordoz. Legyen Jézus a mi békességünk, mi pedig váljunk követeivé. Imádkozzunk belső békességért.

Sok év után először a főplébánia is bekapcsolódott az imahét programjában, így csütörtökön oda mentünk. Itt *Kiss László* református lelkész osztotta meg velünk gondolatait, melynek középpontjában a Lukács-evangéliumban szereplő vak koldus állt. Isten irgalmáról és az idő szorításáról beszélt. Ma semmire sincs időnk, vissza kell találnunk Isten tempójához, el kell engednünk a felpörgetett életempót, csak így tudunk az Isten által számunkra készített rendben élni. Isten azt várja egyházától, hogy vegye észre a kétségbeesettek hangját, szeresse Jézushoz az embereket, legyen hiteles, hogy meg tudja szólítani az embereket, „oda tudja imádkozni” őket Jézushoz.

Az idei esztendő záró alkalma a Szent László Plébánián, a Havanna lakótelepen volt. Házigazdánk, *Gábor Elemér* plébános atya mások elismeréséről beszélt, ismerjük el felebarátaink kiválóságait, és ne a hibáikkal foglalkozzunk. *Kiss László* lelkész hangsúlyozta, hogy Isten uralmát kell megvalósítanunk, küzdenünk kell a kizsákmányolás ellen. Kérjük nap mint nap Isten erejét és bölcsességét! *Györi Gábor* arra emlékeztetett, hogy közel Isten ősi terve megvalósul, szeretet közel van hozzánk. Legyünk vonzóak a körülöttünk lévők számára, hiszen Krisztus velünk van. Hála legyen ezért a hétért, de nem szünhetünk meg törekedni az egységre. Fon-

tos, hogy az egység ne csupán vágy legyen. Ezekon az alkalmakon közös imáink, a Hírszekegy és a Miatyánk minden nap felhangzottak. Jól esett közösen énekelni, egy-egy alkalom után beszélgetni, ismerősként köszönteni egymást. Remélem, hogy jövőre még több emberhez eljut a hívó szó, és még többen részt veszünk ezen a kivételes imahétben.

Sz. K. és N. GY.

## ANYAKÖNYVI ADATOK

### KERESZTELŐ

☞ **Bencze Ádám**

születési év: 2017

kereszteelés ideje: 2018. január 6.

### TEMETÉSEK

† **Helyes István**

születési év: 1937

temetés ideje: 2017. december 28.

† **Tomasovszky Pálné (Juhász Gizella)**

születési év: 1925

temetés ideje: 2018. január 5.

† **Kuti Istvánné (Horváth Mária)**

születési év: 1931

temetés ideje: 2018. január 5.

† **Frank Jánosné (Vitályos Anna)**

születési év: 1925

temetés ideje: 2018. január 5.

† **Kovács Mihályné (Csiszár Mária)**

születési év: 1942

temetés ideje: 2018. január 23.

† **Kelemen Gyula**

születési év: 1946

temetés ideje: 2018. január 26.

† **Erdélyi Imréné (Szegi Julianna)**

születési év: 1930

temetés ideje: 2018. február 14.

† **Romhányi Jánosné (Pintér Mária)**

születési év: 1928

temetés ideje: 2018. február 16.

## SZÜLETÉS NAP

80 éves lesz a templomunk. Szeretnénk ezt az évet ennek a szép jubileumnak szentelni: összegyűjtjük a fellelhető dokumentumokat, beszélgetni szeretnénk a közösség azon tagjaival, akiknek a legkorábbi időkből is vannak még emlékei, de azokkal is, akiket bizonyos időszakokhoz fűznek szoros szálak. Ezeket a beszélgetéseket a Mustármagban, illetve – sikeres pályázat esetén – önálló kiadványban is meg szeretnénk jelentetni.

Közös ünneplésünk legfontosabb időszaka Szent István Király ünnepéhez kapcsolódik, hiszen 80 évvel ezelőtt augusztus 20-án szentelték templomunkat, ekkor mutattak be itt először szentmisét. A közös ünneplést augusztus 19-én, az ünnep vigíliáján püspöki szentmisével kezdjük, másnapra pedig családi programokkal, a 80-as számhoz kötődő futással, István királyról szóló „színházi” előadással készülünk. Kérjük a kedves testvéreket, hogy vegyenek részt kreatívan az ünneplés módjának kialakításában, várjuk az ötleteket és a felajánlásokat.

Nagyon kérjük, hogy a nyári programok tervezésénél vegyék figyelembe ezt a kerek évfordulót, fogadják el Mahi atya és a képviselő-testület meghívását, hogy valóban közösségünk hálaadásává válhasson ez a jeles ünnep.

## FELIDÉZŐ

*Mostanában az augusztusi búcsú része, hogy a kertben elfogyasztunk egy tál bográcsban készült ételt. Ez 2008 óta van így, épp a templom 70. évfordulója óta. Azelőtt a szokás az volt, hogy a plébános meghívta a dél-pesti régió paptestvéreit és a képviselő-testületet, hogy fehér asztal mellett együtt ünnepeljenek. 2007-ben volt tehát ilyen összejövetel utoljára augusztus 20-án. Ráadásul ekkor sokan is voltunk, hisz az ünnepi misén volt az új képviselő-testület esküje, és nemcsak az új, de a régi tagok is hivatalosak voltak erre az ebédre.*

*Hirtelen megfiatalodott minden. Fiatal volt a plébános és a képviselő-testület átlagéletkora is. Talán ez indította Sanyi bácsit<sup>1</sup>, meg talán az, hogy a levegőben volt, hogy jövőre kerek évszámhoz érkezik a templom fennállása, hogy felállt és mesélni kezdett a templom előtti életről. Már mint arról, hogyan voltak s hol voltak a szentmisék akkor, mikor még a templom nem is épült fel. Mindenkinek természetes volt, hogy mióta eszmél, azóta ebbe a templomba jár misére, tehát mindenkinek új volt az az információ, hogy a Bajcsy Utcai Iskolában voltak a misék azelőtt, s ott volt az a haranglábon álló harang, ami imára hívta a híveket.*

*Ez indította a képviselő-testületet arra, hogy a 70. évet egy templomtörténeti, illetve helyi hitéleti kiállítással tegye emlékeztetéssé. Természetes volt, hogy ezt a munkát Sanyi bácsi kifaggatásával kell kezdeni. A következő interjú 2007. szeptember 20-án készült.*

<sup>1</sup>Soós Sándor – a szemeretelepi plébánia képviselő-testületének évtizedekig volt világi elnöke, gyerekkorától haláláig a templom hűséges híve volt

■ **Sanyi bácsi:** 1938-ban augusztus 20-án szentelte fel Werczkei pápai prelátus, trónálló, főpap a templomunkat. Abban a pillanatban szaléziaknak „adta” a templomot. *Gábor József* szalézi atyát bízta meg a templom működtetésével. Ő az, akinek képe Pál atya<sup>2</sup> idejében a folyosón belépve az ajtón baloldalt függött. A szaléziak '38-ban Rákospalotán működtek. Ott volt a központjuk és a nyomdájuk, ott volt a teljes eljáróság.

•••

Én '38-ban kezdtem iskolába járni, nyolcéves koromban, mert novemberi vagyok. Elsőáldozás után a szívgárdista csoportba jártunk, amit Molcsán Irénke néni hozott létre és vezetett. Nekünk készült a Szív újság, ez egy ifjúsági lap. Amikor szívgárdistaként fogadalmat tettünk, akkor kaptuk ezt a kis képet. *(Kihajtható jelzőt mutat, melyben ez a felirat: „Emlékül Soós Sándornak Püspök atyánk kívánságára eljártam a rendkívüli hitoktatásra a Szemeretelepen 1944 május – június hónapban.)* Ebben különféle imádságok vannak. Szívgárdistaként keményen dolgoztunk és vállaltuk a plusz hitoktatást, plusz elmélkedést. Aki elvégezte ezt, kapott emlékül egy kis keresztet. *(Egy latin nyelvű könyvecskét mutat.)* Ez a kiskönyv a ministránsok feladatát írja le. Gyerekkoromban latinul miséztek. Azért mutatom, mert azelőtt lépcsőimával kezdte a pap a szentmisét.

•••

1944 őszén minket innen kitelepítettek, akkor az egész Szemeretelep ki volt telepítve a repülőtér bombázása miatt. 1945. január 9-én szabadult Lőrinc. Akkor visszajöttünk. Budapest február 13-án szabadult fel, ezután jöttek vissza a

szaléziak is, de akkor már Pásztor atya lett a pap. Nem tudom, hogy Gábor atya meddig volt itt. *(Egy emléklapot mutat.)* Ez '47-ben készült. (Mária) Kongreganisták lettünk. Mi fiúk novemberben Szent Imre napkor tettünk fogadalmat Szollár atya vezetésével. Nagyon sok pap volt itt akkor Szemerén. *(Újabb emléklapot mutat ami Sövény Margit részére szól. Aláírások: Pásztor János, Brunner Erzsébet és Nagy Amália.)* Ugyanezt a lányok '48-ban kapták. Valószínűleg december 8-án, Szűz Mária ünnepén tettek kongreganista foga-



Soós Sándor

dalmat. A lányokét Pásztor írta alá, mert ő volt a kongreganista vezetőjük, a fiúknak meg Szollár. Magyarics Laci, Jáger Pista a titkár és Szollár a prézer. A prézer hitoktató, kongreganista vezető latinul. Amikor megalakult a kongregáció, akkor voltak kilencedek. Kis kilenced, nagy kilenced. Ez nemcsak nekik, hanem minden hívőnek volt. A kis kilenced minden pénteken. A nagy kilenced minden hó első péntekére ▶

<sup>2</sup>Frank Pál atya – a rendszerváltás után 16 évig volt a templom plébánosa

▶ szólt. Ma is jó lenne valami hasonló, például egy cserkész testületet összehozni Balázs vezetésével. Akkor a cserkészeknek lehetne vállalni a kis kilencedet vagy a nagy kilencedet. Kilenc nap minden napra más és más imádság van. *(Egy kis képet mutat, melyen egyenruhások vonulnak körmenetben.)* Az úrnapi körmenetek minden évben más-más útvonalon haladtak. Egyszer volt egy nagy körmenet, ami elindult a Zilah utca, Ungvár utca útvonalon, átment a Kertvárosba, a Hargita térre, majd a Nagyenyed utca, Horthy Miklós, ma Bajcsy utca útvonalon a református templomnál értünk vissza.

...

1948-ban mentünk volna papnak. Találtam képet magunkról. Rajta Simon János, én, meg egy ministráns, aki jött volna velünk. De '48-ban a rendeket feloszlatták. A nyergesújfalui iskolát elvették, mert ott indult a papi hivatás első lépése. Ott lettünk



volna egy évet aspiránsok, aztán vittük volna tovább a szalézi életet. Bár a szaléziak megszűntek, Pásztor János 1950-ig itt volt. Ki volt utána, nem tudom. Azt tudom, hogy *Sándor atya*<sup>3</sup> volt és a Szépréthy Ottó.

...

Mennyi ideig volt itt Sándor atya? Elég sokáig, Nem egyedül volt Sándor atya, mert egy ideig Szépréthy Ottó mellett volt. Mivel Sándor atya korábban a váci börtönben volt, nem lehetett plébános csak káplán. Amikor aztán Szépréthy Ottó elment, Sándor atyát nevezte ki a püspök plébánosnak. Utána a doktor Pajkó volt rövid ideig, nem egészen két évet. Majd Madari, aki a plébániát építette. Madari után jött '88-ban Pál atya. Na az ő idejéből is mutatok képeket néhány nevezetes eseményről. Pál atya szeptember 11-i beiktatása. Én köszöntöttem Marosi Izidor püspököt. A szalézi munkatársaknak minden évben három alkalommal volt lelkigyakorlata. A Segítő Szűzanya ünnepe alkalmából májusban 24-e körül 3-4 napos lelkigyakorlat volt, amelyet különböző atyák vezettek. A lelkigyakorlat körmenettel zárult a templom körül. Volt, hogy a tartományfőnök mondta a misét, s volt, mikor a Pásztor atya. Ezekre a munkatársi értekezletekre Pál atya mindig különös gonddal díszítette fel az oltárt. Ez olyan nagy volumenű esemény volt, hogy a kispesti Hegedűs László esperes is meg volt hívva. Három évig voltak ezek a Segítő Szűz ünnepek.

...

Sanyi bácsi még nagyon sok fotót mutatott. Biztosak voltunk abban, hogy ezeket a képeket meg kell mutatni a híveknek is.

N. E.

<sup>3</sup>Sándor Frigyes atya – a szemeretelepi templom szeretett papja, a mai 50-60 évesek gyerekkori hitoktatója



## TÍZ ÖTLET A LEMONDÁSOKHOZ

Nagyböjt első középiskolás hittanóráján a böjtről és a lemondásról beszélgettünk. Ennek kapcsán született meg az ötlet, hogy állítsunk össze egy kis listát arról, hogy mi mindenről lehet lemondani azért, hogy felkészüljünk húsvét ünnepének befogadására.

1. Lemondok arról, hogy mindig mindent tudni akarjak a családtagjaimról.
2. Nem ragaszkodom mindenáron az igazamhoz.
3. Csak végszükség ☺ esetén megyek le a büfébe, a megspórolt pénzt jótékony célokra is használom.
4. Lemondok az idő pazarlásáról (tévézés, internet, pletykálgatás... stb.), helyette

hasznosan töltöm az időt (sport, jótékonykodás, személyes kapcsolatok ápolása... stb.)

5. Lemondok a nassolásról.
6. Lemondok a túlóráról, több időt töltök szeretteimmel.
7. Lemondok mások kritizálásáról, igyekszem észrevenni mindenkiben és mindenben a jót.
8. Lemondok az állandó panaszkodásról, a pesszimizmusról, helyette minden este összegyűjtöm az aznapi jó dolgokat.
9. Lemondok mindarról, ami függésben tart (cigaretta, sorozatok, alkohol, kávé, buli... stb.).
10. Lemondok a haragtartásról, megpróbálok együttérző és megértő lenni. N. Gy.

## VERSSAROK

*Szeretettel küldöm Aranyosi Ervin sorait. Amikor ezzel indítom a reggelt, minden egy kicsit könnyebben indul. Szeretem ezeket a gondolatokat és szívből ajánlom másoknak is.*

Sz. K.

### Aranyosi Ervin: Adj hálát reggel...

Adj hálát reggel az ébredő világnak,  
– örökre kaptál egy újabb szép napot.  
Engedd az érzést áradni szívedben,  
szerezd hogy itt vagy, e föld az otthonod.

Hallgasd a dalt, mely apró madaraknak  
hálával teli, reggeli éneke.

Engedd a nap tiszta fényét szobádba,  
s ne kérdezd: ember élhet-e nélküle?

Öltözz fel szépen, ünnepi ruhába,  
a mosoly arcodon, ékszered legyen.  
Tükrödön csillog szemed ragyogása,  
hagyd, hogy a látvány boldoggá tegyen!

S ha tetszik mindez, mosolyogj magadra,  
s érezd a lelked, magasabbra emel.  
Tartsd ezt a mosolyt meg egy egész napra,  
mert aki rád néz ennyit megérdemel.

Hagyd hogy a mosoly átterjedjen másra,  
– jó érzésed csak fokozódni fog –  
a szeretet ilyen, apró kis sugára  
teheti szebbé a hétköznapot.

## HOGYAN VÁLTAM FUTÓVÁ?

*avagy lélektani határokat áttörni csak Istennel lehet...*



Amikor felkérést kaptam, hogy írjak egy rövid cikket a futásról, s hogy én miért is futok, bevallom, erősen meglepődtem. Azon cikázott az agyam, hogy ezt hogyan oldhatom meg a Mustármagban. Aztán rájöttem, hogy ez egy fejlődéstörténet.

Kisgyerekként szerettem futni. Aztán iskolába kerültem, ahol megutáltatták velem a futást. Nagyon. Kis elsős voltam, amikor emlékeim szerint a testnevelés óra nem állt másból, mint futásból és bordásfalon-lógásból (ez utóbbtól azóta is kiver a frász). Innentől kezdve ahol csak lehetett, elblicceltem a futást. Lecsaltam az iskolakört. Teremfutásnál direkt rosszul kötöttem be a cipőmet, hogy legyen indokom kiállni. Az elkerülhetetlen futások közben szúrt az oldalam, nem kaptam levegőt. Így minden

olyan sportot kerültem, ahol futni kellett: helyette röplabdáztam, jazz-balettoztam, ír-steppeltem. Főiskola mellett próbáltam újra futni. Hamar feladtam. Aztán anya lettem, majd betöltöttem a harmincat. Ekkor kezdtek el riogatni az orvosok: a rossz genetikai örökség – apukámnak, nagybátyámnak is három infarktusa volt – nálam magas pulzusszámmal mutatkozott, szív-erősítésként futást javasoltak. Én futni, na még mit nem?

Aztán újabb néhány év eltelt, s egy rutinvizsgálaton kiderült, hogy enyhén magas a vérnyomásom. Megijedni nem ijedtem meg, de nem értettem. Nekem szív- és érrendszeri problémám lenne? Na, ekkor húztam újra sportcipőt.

Először csak egy „ovi-kört” futottam, mindössze 15 perc volt, de majd' belehaltam. Két év kinszenvedés után eljutottam fél óráig és 5 kilométerig. És ekkor történt valami. Öt kilométer felett elkezdtem élvezni. Csodálatos nyugalom szállt meg, a gondolataim elrendeződtek, szinte eufóriát éreztem. Mosolyogva futottam. Ha ma öt kilométer sikerült, akkor legközelebb a hat is menni fog. Ha most sikerült a hat, akkor próbáljuk meg a hetet. Minden egyes szintlépésnél úgy éreztem, hogy igen, képes vagyok rá. Büszke lettem magamra. Mert hiszek magamban. Mert Isten ahhoz is hitet adott, hogy elhiggyem, képes vagyok áttörni a testem vélt fizikai korlátait. Amikor futás közben majd összeesem, mindig elmondok egy Miatyánkot, és tovább bírom.

# VERSSAROK

## Áprily Lajos: Téli reggel

Ködben ember haladt.  
Páncélos hó harsant a súly alatt.

Szakadt a fátyol: hegytetőre ért.  
Nap villogtatta bükkcserjén a dért.  
Gallyak hóbarlangjába cinke szállt,  
fény szédítette s egy napos titok,  
s dermedt rügy-csipkerózsikák között  
dalolt:  
– Nyitni fog - nyitni fog – nyitni fog!...

Feje felett  
azúr-kék szajkó-toll csillant a fán  
s hókristályos lett kalap és kabát:  
a rikoltozva rebbenő madár  
leverte rá a cifra bükk havát.

S amerre járt:  
hegyek ontották rá a napsugárt  
s hó-szikra kápráztatta – milliárd!...

Köd várta lent.  
A ködbe visszament  
s házába tért derült aszkétaként.

Két szemben a csodálkozás kigyúlt:  
– Sötét ember, honnan hozol ma fényt?

*Nagyon szeretem Áprily Lajos tájleíró verseit. Sorait olvasva Erdély szemet és lelket gyönyörködtető tájaira képzelhetjük magunkat. Halljuk a madarak visszhangzó dalait, érezzük a hideg érintését, látjuk a „milliárd” hókristály szikrázó fényét. És ha nem lenne elég az, hogy megjelennek előttünk a hófödte csúcsok, a sötét rengetegeg, a csillámló hópelyhek, még a saját bölcsességét is megosztja velünk a költő: a minket körülölelő természet ugyan nem képes megoldani az elénk gördülő problémákat, de képes feltölteni bennünket, pillanatnyi derűt, „fényt” hozni az életünkbe, s ezzel erőt ad a ránk váró feladatokhoz.*  
V. Zs.

Kialakult az a szokásom, hogy a futások vége felé mindig megkerülöm a templomot, mintegy megköszönve, hogy ma is kaptam Tőle erőt.

Tavaly nyáron elmerészkedtem az első versenyemre, még csak váltóban. Fantasztikus érzés részt venni futóversenyen, olyan élményt ad, amely tovább motivál. Ezen a versenyen láttam, hogy többek valamilyen alapítvány vagy civilszervezet ügyéért futnak. Összekötni a szenvedélyt azzal, hogy segíthessek másokon? A következő versenyen már egyéniben, s én is adománygyűjtőként futottam.

Két éve még az öt kilométer volt az álomhatár, nemrég megvolt a félmaraton is, de

egy-egy szakaszokban nagyon kellett a Mi-  
atyánk. Van hova fejlődni.

Plébániánkon nem én vagyok az egyetlen, aki rendszeresen rója a kilométereket. A futók megtalálják egymást. Tavasszal azt tervezzük, hogy templomunk 80 éves évfordulója alkalmából 80 kilométert teljesítsen váltóban. Ehhez bárki csatlakozhat majd: sétálva, rollerral, babakocsival, futócipőben aszfalton és erdőben. Részletek hamarosan.

Addig is fussatok, mozogjatok, hisz' Isten azért adott nekünk lábakat – s milyen fantasztikus a láb anatómiai felépítése! –, hogy használjuk, s hogy ma még elképzelhetetlen teljesítményt hozunk ki magunkból!

K. M. K.



▲ 2016 karácsonya előtt mutatták be a pécsi székesegyházban *Ágoston-Papp Mónika* keramikuművész nagyméretű betlehemi kompozícióját



2016. december 27-én életének 89., áldozópapságának 60. évében elhunyt *Frank Pál* szalézi szerzetes áldozópap. Pál atya 16 éven át volt szemeretelepi plébános

2017. május 7-én volt ► plébániánkon az elsődolgozás: nyolc gyermek vehette magához először Krisztus testét



„Megbérnálni ... azt is jelenti, hogy kinyitjátok az életeteket fölfelé, tudtok az élet néha elképesztő rohanásában megállni.” *Székely János* püspök atya kilenc fiatalot bérnált május 28-án templomunkban ▼



2017-ben is Krisztus, ► a mindenség Királya ünnepén tették le ünnepélyes fogadalmukat a Rózsafüzér Társulat tagjai, akik vállalják, hogy egy éven keresztül naponta elimádkoznak egy tized rózsafüzért, felajánlva azt a közösség és saját, egyéni szándékaikra

▶  
 Erdő Péter bíboros, prímás,  
 esztergom-budapesti érsek  
 2017. augusztus 1-jei  
 hatállyal – felmentve  
 Kulcsár Sándor atyát  
 kormányzói tisztségéből  
 – Mahimai Raj Anthony  
 atyát nevezte ki  
 a Budapest-Pestszentlőrinc-  
 Szemeretelepi Szent  
 István Király Plébánia  
 kormányzójává



▲ Szeptember 10-én a Veni Sancte szentmisét követően családi napot tartottunk a templomkertben, melyen a közös ebédet szellemi és fizikai feladatok előzték meg



▲ Szeptember 24-én vendégünk volt Indiából Mahi atya püspöke, Basil Bhuria, titkárával, Tamás atyával



▲ A plébániai közösség minden korosztálya szép számmal megjelent december 21-én a Don Bosco Közösségi Házban tartott karácsonyi köszöntésen

## SZÍNHÁZ ÉS KONCERT

### SHAKESPEARE ÉS A MODERNKORI LOVAGOK

*A Lóvátett lovagok a Pesti Színházban*

Melegen ajánlom kicsiknek és nagyoknak a Rudolf Péter által a Pesti Színházban megrendezett színdarab megtekintését.



A komédia Navarra királyáról és három hű lovagjáról, illetve a francia király lányáról és három udvarhölgyéről szól. A négy deli lovag megfogadja, hogy életüket három éven keresztül a tanulásnak szentelik, és minden földi élvezetet mellőznek, ám természetesen aznap érkezik a városba a gyönyörű francia királynő és kísérete. „Minden út Rómába vezet!” – mondja a mondás, de én inkább így mondanám „Minden út a szerelemhez vezet”. Esküszegéseken, félreértéseken keresztül, a rímek és Cupido



segítségével természetesen mindenki megtalálja a maga útját. A Lóvátett lovagok Shakespeare egyik legjátékosabb komédiája, nekem igazán tetszett, sokszor nevettetett meg. Mindez persze a több mint 246 szóviccen is alapulhat? Különösen tetszett a modern feldolgozás, és a vígjáték mai beszedstílusban, ám az eredeti műben fontos mozzanatokot megtartva előadott formája.

V. N.

### ANNO SACRI

*Mátyás templom, 2018. március 17.*

A Magyar Rádió Zenei Együttese az idei évadban különleges programmal kedveskednek a komolyzene-kedvelőknek. Az *Anno Sacri* néven induló koncertsorozat az egyházi év karácsonytól pünkösdig tartó eseményeit veszi alapul hat koncerten keresztül, felcsendítve olyan dallamokat, melyek az éppen adott dátumhoz legközelebbi ünnep bibliai idézeteit dolgozzák fel. A sorozat következő, harmadik része március 17-én 20 órakor lesz hallható a Mátyás templomban, ahol Bach kantátái mellett Schütz egyik azonos részletet idéző műve is elhangzik. A koncerten a kerületi zeneiskolások által jól ismert karmester, *Szabó Sipos Máté* vezényel. További információkat az érdeklődők a [www.mrze.hu](http://www.mrze.hu) oldalon találhatnak. – Ha valaki ingyenes program iránt érdeklődne, másnap, március 18-án a Vasárnapi Orgonaesték sorozat részeként *Hock Bertalan* orgonaművész tart koncertet 19:30 órától ugyanitt a Mátyás templomban.

B. E.

## BÖJTMÁS

Márciust böjtmás havának is hívják, mert ez a böjti időszak második hónapja. A hamvazószerdától húsvétvasárnapig terjedő időszak a testi-lelki megtisztulás ideje. Kezdetben keresztelőre való felkészülési idő volt, ugyanis az ősegyházban évente kétszer kereszteltek, húsvétkor és pünkösdkor. Később a csecsemőkeresztelések elterjedése után vált a nagyböjt a bűnbánattartás és böjtölés idejévé. A magyar kereszténység első századaiban csak kenyeret, sót, vizet, halat és száraz növényi eledeleket fogyaszthattak ebben az időszakban. A XX. század elejétől már csak a hamvazószerdát, a nagyböjti pénteket és nagyszombat deléig tartó időt tekintették szigorú böjtnek. Az egyszeri étkezés helyére az egyszeri jóllakás lépett. A nagyböjt első napját Székelyföldön tréfásan fogóblító szerda néven illették. A tisztaszerda elnevezés utal a hamvazás szokására. Minden egyes hétnek külön neve is volt, ami olykor az elvégzendő munkára utalt.

1. hét • húshagyóhét, csonkahét, semmihét
2. hét • guzsahét (szövés, fonás)
3. hét • fehérhét (meszelés, nagytakarítás)
4. hét • süket hét (zajtilalom)
5. hét • feketehét (ennek a szombatján terítették le fekete lepellel Jézus alakját)
6. hét - virághét (virágmagok ültetése)

Ha valaki sütőhetet iktatna be, annak egy kedves kollegámtól tanult igen finom sós fánk receptjét jegyeztem le.

### TÚRÓSFÁNK

*Hozzávalók:* 500 ml tej, 50 g vaj (nem margarín), 10 g só, 200 g liszt, 200 g félszíros te-

héntúró, 4 db egész tojás (M-L), reszelt sajt.  
*Elkészítés:* a túrót szitán áttörjük, hogy ne legyen darabos. A lisztet átszitáljuk. A sütőt 190 °C-ra előmelegítjük. A tepsire sütőpapírt teszünk. Nagyobb gyorsforralóba a tejet, a vajat és a sót kimérjük, felforraljuk. Amikor forr, egyszerre beleöntjük a lisztet, majd takarékon folyamatosan, alaposan keverjük (ún. reszelés). Addig folytatjuk, amíg az egész jól át nem forrósodik, és el nem válik az edény falától (max. 1-2 perc). A tűzről levéve, egyből belekeverjük a túrót. Alaposan el kell keverni! (Innentől fakanál helyett robotgépet is lehet használni, da-



gasztókarral.) Ezután egyenként belekeverjük a tojásokat. Egynemű, sűrű, ragacos masszát kell kapni. Nem kell megvárni, amíg kihűl, azonnal kicsillag-csöves, vásson (!) nyomózsákba tesszük, és kisebb halmokat nyomunk a tepsire. Sütés közben kicsit kiömbölyödnek, de nem sokat nő a térfogatuk. Ha nincs nyomózsákunk, vizes kanállal is lehet formázni. Csipetnyi reszelt sajtot rakunk a fánkok tetejére, és a tepsit lespricceljük kevés vízzel, majd megsütjük. *Sütés:* 190 °C-on, légkeveréssel addig, amíg el nem kezd barnulni. Utána lejjebb tekerjük 170 °C-ra, és sötét aranybarnára sütjük. Összesen kb. 20-25 perc. Belül lágy, krémes, sajtra emlékeztető ízű, kívül finoman sült süteményt kapunk. Kihűlve kínáljuk!

K. L. M.

# HIRDETÉSEINK

## LITURGIKUS ESEMÉNYEK

- **március 2. péntek:** a hónap elsőpéntekje;
- **március 3. szombat:** elsőszombat, 17:15 órakor rózsafüzér, majd 18 órakor szentmise a Rózsafüzér társulat élő és elhunyt tagjaiért;
- **március 12. hétfő:** 24 órás szentségimádás;
- **március 14. szerda:** a 18 órai szentmise Dobis Ervin atyáért halálának 8. évfordulóján;
- **március 25. vasárnap:** a 9:30 órai szentmisén az e hónapban temetett elhunytakért imádkozunk;
- **március 25. vasárnap:** virágvasárnap, a 9:30 órai szentmise elején ünnepélyes barkaszentelés, a misén templomunk énekkara éneklí a Passiót;
- **március 29. csütörtök:** Nagycsütörtök, 18 órakor ünnepi szentmise, utána virrasztás 23 óráig;
- **március 30. péntek:** Nagypéntek, 15 órakor keresztút majd 18 órától nagypénteki szertartás, utána virrasztás 22 óráig;
- **március 31. szombat:** Nagyszombat, 8 órától 16 óráig a szent sír őrzése, majd 20 órától húsvét vigíliai szertartás;

## HIRDETÉSEK

- **Nagyböjt péntekjein** 17:15 órától keresztúti ájtatosságot tartunk plébániánk különböző csoportjainak részvételével, mely után 18 órától szentmise lesz.
- **március 2-3-4. péntek-vasárnap:** a 18 órai szentmiséken háromalkalmas **nagyböjti lelki-gyakorlat** lesz templomunkban. A szentbeszédet *Hutóczky Béla* szigetszentmiklósi plébános atya mondja.

## KÖZÖSSÉGI ESEMÉNYEK

- **február 27. kedd:** 20 órakor Asszonykőr a plébánián;
- **március 2. péntek:** 20 órakor Irodalmi kör a plébánián;
- **március 20. kedd:** 20 órakor Férfikör a plébánián.

## TAVASZI KIRÁNDULÁSOK

- **március 16. péntek:** kerékpáros túra a Duna-kanyarba (részletek később);

■ **május 1-jei hétvége:** Zempléni-vártúra (ha sikerül szállást szerezni nagyobb csapat részére);

■ **Négy évszak túrák:** tavalyi tapasztalataink alapján egy egész évet átfogó kirándulás-sorozatot tervezünk, melynek keretén belül a résztvevő családokkal mind a négy évszakban bejáránk ugyanazt az útvonalat. Kiváló alkalom lenne ez mindenkinek, hogy saját maga tapasztalhatta meg, mennyire mást érzékel a körülöttünk lévő világból az év különböző időszakaitban. A túra útvonalán minden alkalommal a Pilisszentlászló-Prédikálószerék-Vadálló-kövek oda/vissza útvonal lenne (részletek később).

## CSALÁDI NAGYTÁBOR

■ **augusztus 1-5. szerda-vasárnap:** idén ismét megrendezésre kerül a plébániai családi nagytábor. A helyszín Kaposvár közelében, Bárdudvarnokon található, ahol a Kaposvári Egyházmegye gondozásában működő *Porta Pacis* lelkigyakorlatos házat foglaltuk le. Szeretettel várjuk a régi résztvevőket, és hívünk minden olyan családot is, amely még nem vett részt a családi táborozáson. A létszám tervezetősége miatt azt kérjük, hogy a részvételi szándékot családonként 10 000 Ft előleg befizetése mellett minél előbb jelezzék Schütt Zolinak a sekrestyében a szentmiséket követően vagy hivatali időben.

## MUSTÁRMAG

a Szent István Király Plébánia lapja,  
alapítva 1992-ben, újraindítva 2007 decemberében

*Megjelenik évente hatszor*

*Szerkesztőség:*

Mahimai Raj Anthony (M. R. A.), Hajdu Noémi (H. N.), Knábné Lakatos Mariann (K. L. M.), Maros Pál (M. P.), Mayer Gabriella (M. G.), Nemcsics Gyöngyi (N. Gy.), Némethné Kiss Erika (N. K. E.)

*Jelen lapszámunknál munkatársunk volt még:*

Békefi Edina (B. E.), Kada Molnár Krisztina (K. M. K.) Nemcsics Endre (N. E.), Szegedi Katalin (Sz. K.), Viola Nóra (K. H. Cs.), Viola Zsolt (V. Zs.)

*Fotók:*

Köröshegyi Csaba, Kraus Harry Csanád, Sárkány György, Viola Zsolt

*A plébánia, illetve a szerkesztőség elérhetőségei:*

Cím: 1185 Budapest, Tátrafüred tér 15. • Telefon: 292-1407

e-mail: szemere.mustarmag@gmail.com

www.szemere-plebania.hu