



Életfa



**A PÉCSI SZÉKESEGYHÁZ
NAGYCSALÁDOS EGYESÜLETÉNEK HÍRLEVELE**

.....
ÉLETFA - 2012 január 27.

HÁZASSÁG VILÁGNAPJA 2012. FEBRUÁR 11.



**„NÉLKÜLED, MINT AZ OLLÓ EGY FELE
- VAN ÁRVÁBB ENNÉL?
SUTA A SORSOM: HOGY VÁGJAK VELE?
MIT KEZDENÉK, HA NEM SZERETNÉL?
CSAK PÁRBAN, MINT A LÁB,
ÚGY MEHETEK TOVÁBB! ...”
(ILLYÉS GYULA: NÉLKÜLED)**



KEDVES TAGTÁRSAK!

Mire olvassátok idei első Életfánkat, már jócskán bemerülünk az újesztendő hétköznapijaiba. Adventi gyertyagyújtáskor találkoztunk utoljára személyesen szélesebb körben, ahol közel háromszázan voltunk jelen gyermekeinkkel. Bábszínházat néztünk és játszottunk, ajándékot készítettünk gyermekeinkkel, ezzel próbáltunk a Karácsony ünnepére hangolódni.

Jó dolog visszagondolni az év végi időszakra, arra a nyüzsgésre, ami átjárta a szíveket, a lelkeket és behatolt az egyesület életébe. Ajándékokat kaptunk és adtunk, adományokat gyűjtöttünk és továbbítottunk családi és egyesületi szinten is. Kovásznára már ismerősként visszatérő névre is készítettetek meglepetést. Most is jelen voltunk a hajnali rorátékon, s kétszer is mi kengettünk kenyeret az utána következő agapéra. Megpróbáltuk újraéleszteni magunk között a szállást keres a Szent Család szokását. Remélem, most ismét többen bekapcsolódhattatok ebbe a kezdeményezésbe, éltetek ezzel a lehetőséggel, s kerestétek egymást. Akikhez Karácsonyra érkezett meg a kép, kérem, őrizték meg, s 2012. adventjén indítsák útjára ismét, keressék meg családjukkal a következő befogadót, hogy minél többen találkozzatok újra a következő karácsonyi előkészületben is! Nem maradt el most sem az óév-búcsúztató kirándulásunk, közös sétánk néhány felvételét a honlapunkon láthatjátok.

Január végére a Kisded születésnapja szívmengető érzése húlni látszik körülöttünk. A meteorológiai értelemben enyhe telünk ellenére, hazánkra nehezedő események miatt, dermedve

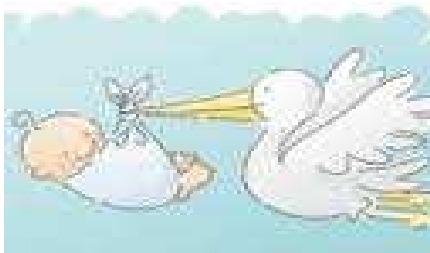
állunk, mert már a nyilvánosság előtt is különböző módszerekkel vívott küzdelmeinkről hallunk! Az elegendőnél is több indokunk van az egyesületi életünket ez újesztendőben erősíteni. Az egymásra figyelés elmélyítését legjobb, ha a családjukban kezdjük! Ha a házastársunkkal szeretetben megélt kapcsolat hordozza a család gondjait, akkor békéjét adja gyermekeinknek is, környezetünknek is. Egyesületünk idén már a kilencedik alkalommal fogja megrendezni február 11-én a **Házasság Világnapját**. Sok feladatunk van és lesz a szervezés és a lebonyolítás során. Számítok mindenkire, de nem csak a ránk háruló feladatok sokasága miatt, hanem éppen azért, mert ezt a rendezvényt ünnepi alkalomnak szánjuk. Kedves házaspárok! Éljetek a lehetőséggel, lépjetek ki a napi gondokból! Ünnepejünk együtt! Az előadónk (Dr. Barsi Balázs) megválasztásával is az volt a szándékom, hogy világítson rá a házastársi kapcsolat lényegére, fontosságára, értékére, mindannyiunk örömére.

/Sámson László/



ÖRÖMHÍREK

Örömmel értesítjük a tagságot, hogy Nagy Attila és Nagy Tímea gyermeke Rebeka 2011.11.17-én, Hosszú Csaba és Hosszúné Papp Éva gyermeke Anna, 2011.12.05-én, Csalló Attila és Bálint Anna kislánya, Dóra 2011. 08. 19-én, Csiki László és Csikiné Schnell Zsuzsanna kislánya, Flóra 2011. 09. 07-én,



Kovács László és Szitkay Éva kislánya, Bence 2011. 09. 19-én,

István Balázs és Uherkovics Orsolya kislánya, Margit 2011. 09. 13-án
Farkas Csanád és Farkasné Magusics Petra kislánya, Ákos 2011. 10. 15-én született.

Isten áldását kérjük minden családra!

MEGHÍVÓ
A PÉCSI SZÉKESEGYHÁZ NAGYCSALÁDOS EGYESÜLET
2012. ÉVI VEZETŐSÉGVÁLASZTÓ TAGGYŰLÉS

IDŐPONT:

2012. FEBRUÁR 16. 17:00

HELYSZÍN:

**PÉCS, NAGY LAJOS KIRÁLY ÚT 9. /FÖLDSZINT/
„A TAGGYŰLÉS AKKOR HATÁROZATKÉPES, HA AZON A TAGOK TÖBB
MINT A FELE RÉSZT VESZ.” (PSZNE ALAPSZABÁLY)**

A TAGGYŰLÉS NAPIRENDI PONTJAI:

- 1.) A LEVEZETŐ ELNÖK MEGVÁLASZTÁSA ÉS A JEGYZŐKÖNYV-VEZETŐ ÉS
HITELESÍTŐK FELKÉRÉSE**
- 2.) 2011. ÉVI BESZÁMOLÓ TAGGYŰLÉS ELÉ TERJESZTÉSE**
- 3.) 2011. ÉVI PÉNZÜGYI BESZÁMOLÓ TAGGYŰLÉS ELÉ TERJESZTÉSE**
- 4.) 2011. ÉVI KÖZHASZNÚSÁGI JELENTÉS TAGGYŰLÉS ELÉ
TERJESZTÉSE**
- 5.) AZ ELLENŐRZŐ BIZOTTSÁG JELENTÉSE**
- 6.) TISZTSÉGVÁLASZTÁS**
- 7.) A 2012. ÉVI TERVEK ÉS KÖLTSÉGVETÉS ISMERTETÉSE**
- 8.) EGYÉB ÜGYEK, HOZZÁSZÓLÁS**

**A TAGGYŰLÉS HATÁROZATKÉPTELENSÉGE ESETÉN A MEGISMÉTELTELT
TAGGYŰLÉS IDŐPONTJA:**

2011. MÁRCIUS 01. 19:30

HELYSZÍN:

PÉCS, SZENT ISTVÁN TÉR 23. ALATTI KOCSIS LÁSZLÓ TEREM

**A HATÁROZATKÉPTELENSÉG MIATT MEGISMÉTELTELT TAGGYŰLÉS -
VÁLTOZATLAN NAPIRENDI PONTOK MELLETT - A MEGJELENTEK
LÉTSZÁMÁRA TEKINTET NÉLKÜL HATÁROZATKÉPES.**

MINDENKIT SZERETETTEL VÁROK:

SÁMSON LÁSZLÓ

ELNÖK

PÉCSI SZÉKESEGYHÁZ NAGYCSALÁDOS EGYESÜLET

KELT: PÉCS, 2012. JANUÁR 23.

ÖNBIZALOM

„*Én már csak ilyen vagyok*” – Mit tehetünk a 7 – 14 évesek önbizalmáért?

Érdekes kettősséget tapasztalhatunk.

Alapvetően negatív légkörben élünk, s ez rendkívül káros az önbizalomra nézve. Mindenki mindenkit leszólhat, akár meg is alázhat – sőt szinte „menő”, ha ezt „jó keményen” meg is teszi. A quasi pozitív tehetségkutató műsorokban pl. százezrek csámcsoghatnak azon, hogy a zsűri milyen szenvtelenül söpri le a szép reményeket dédelgető versenyzőket a színpadról.

Sokat árt még az eredmény- és teljesítményközpontú közhangulat is, miszerint az érték elsősorban a siker és a teljesítmény. Nos, hogy egy 7-14 éves gyermek az elismerésre méltó sikerhez „szükséges” eredményt és teljesítményt mennyire képes produkálni – ez könnyen megjósolható. Ebben a környezetben az önbizalma is kb. ennek megfelelő, azaz szinte nulla.

Ugyanakkor, ha beütjük a Google-keresőbe az „önbizalom” hívószót, számtalan tipp, fortély, cikk, tanács, tréning kínálja magát, az önbizalom erősítő technikákkal tényleg Dunát lehet rekeszteni.

Eddig eljutván gondolataimban, fölmerül bennem a kérdés, vajon miért írunk erről egy újabb cikket? Mellékeljünk egy linkgyűjteményt, amit szintén senki nem fog használni, mert érezzük, hogy a szilárd, helyes önbizalmat úgysem lehet csak úgy fölhúzni, mint egy kabátot. Sejtjük, hogy valahol komoly csúsztatásnak kell lennie.

„A siker benned van!” Fejleszd önbizalmad és érd el, amiről álmodni sem mertél!” Rendezd magad az életed! Ennyi!”

Hogy is van ez? Ha ennyire kézenfekvő, akkor honnan a sok szorongó ember, aki értéktelennek érzi magát?

Az önbizalom az önértékelésből fakad, azt pedig sajátos módon nem az ésszerűen felsorolható

értékeink határozzák meg, hanem a velünk élő, számunkra fontos személyek! Ők alakítják a legjobban, amint tükröt tartva nekünk, az ő szemükből tekintünk magunkra. Ez a még ki nem fejlődött, éretlen személyiségre fokozottabban igaz.

Ezért az első, amit tehetünk, hogy olyan REÁLIS! tükröt tartunk elé, amelyben bizalomra méltó, értékes tulajdonságait fölfedezheti. Nagynak, egyedinek, szeretetreméltónak látjuk őt. Ez a szülő, a nevelő számára komoly munkát jelent, éppen azért, mert meg kell keresni a személyes értékeit, és ezeket jól érzékelhetően, az ő nyelvén tükrözni.

Mit jelent ez, hogy az ő nyelvén? Lássunk néhány egyszerű, ámde igen hatékony eszközt!

1. Őszinte érdeklődés: nem kutakodás, nem faggatás, hanem valóságos együttérzés, érdeklődés. És nem rögtön kritika, megjegyzés, helyreigazítás – de az arcunkon sem!

2. Ez a beszélgetések folyamán mutatkozhat meg leginkább. Időt kell szánnunk a laza, nem kifejezetten szervező-informáló beszélgetéseknek. Ennek először a légkörét teremtjük meg. Ha mi, szülők, nem szoktunk így egymással, barátainkkal, szüleinkkel, testvéreinkkel elbeszélgetni, furcsa lesz, ha egyszer csak csemeténkkel akarunk leülni beszélgetni. A beszélgetés légköre, kultúrája fontos! A jó beszélgetés mindig azt az üzenetet hordozza a másik ember felé, hogy értékesnek tartjuk őt, vannak jó gondolatai, érdemes vele időt tölteni.

3. Kifejezetten felemelő érzés, ha számba vesszük gyermekeinket a családi „közügyek” tanácsában is. Nyilván nem kérjük ki mindenről a véleményüket, de amiben már lehetséges, hallgassuk meg őket. Fontos, hogy ez se formális legyen, ötleteiket valóban mérlegeljük!

3. Felelősséget adni, nem csupán beszélni róla. Legyenek jól körülhatárolt területek, amelyeknek valóban ő a felelőse. Ebben nagyon különböznek a 7-8 évesek és a 13-14 éves kamaszok. Van, akinek nagy feladat egyedül elmenni a boltba, és van, aki saját pénzkeretből vásárolja már a tanszereit. Egyre nagyobb önállóság az irányadó és a tévedés lehetősége – természetesen mindig a következmények viselésével együtt. A túl sok utasítás rövid pórása helyett inkább „karámot” állítunk a cselekvések számára. (A házi feladat elkészítése mindig saját felelősségi kör!) Egyébként is jó alaptétel az, hogy ne adjunk túl sok tanácsot, főleg ne avatkozzunk bele gyors kész megoldásokkal, mert az azt sugallja, hogy nem vagy képes egyedül úrrá lenni a feladaton.



4. Irtsuk ki a hasonlítgatást! Testvérekkel, osztálytársakkal, hajdani önmagunkkal! Vegyük észre az ő egyéni erőfeszítéseit, fejlődését, azt értékeljük, ne az eredményt!

5. A játékban azt élük át, hogy „irányítom a sorsom”, csakúgy, mint minden alkotásban, ezért szintén nem mellékes, hogy az élete része-e a játék, a művészet, az alkotás, a saját hobbi, amiben teljes énjével vesz részt.

6. Tanulj tőle valamit! Lájkolást, zenét, fotózást, kosárra dobni, facebookon található érdekességeket, bármit! Ez főlemel, bizalmat, elismerést jelent.

7. Segíts neki, hogy gyakran fölülmúlja önmagát! Apró célokat kitűzve, újdonságokat kipróbálva, a komfortzónájából kilendítve próbálhassa ki erejét, ügyességét, kitartását, egyéni képességeit.

8. Jó fizikai kondíció! Elegendő mozgás, játék, alvás, pihenés!

Valóban hosszasan lehetne folytatni a sort, nem ördögösség az önbizalom felépítése. De mielőtt panaszkodunk, emlékezzünk arra, hogy az önbizalom „tükörből” épül, a tükör pedig mi vagyunk!

Dr. Pécsi Rita

SKÓCIAI SZENT MARGIT EMLÉKTÚRA A RÉKA VÁRBAN

November 19-én egy hűvös tél eleji napon a szokásos Skóciai Szent Margit emléktúrán vettünk részt, melynek különlegességét idén a királynő szentté avatásának 760. évfordulója adta. A túravezető dr. Novotny Ivántól sok érdekességet tanulhattunk Margitról, aki ezen a helyen, a Réka várban született 1045-ben. Édesanyja, Ágota Szent István király leánya (vagy unokája) volt. Édesapja angol származású - ma így mondanánk - politikai menekült volt, akinek trónviszály miatt kellett elmenekülnie Angliából és Magyarországon lelt menedéket. A családot évek múltán visszahívták Angliába trónörökösnek, de ott édesapja nemsokára meghalt. Ezután Margit édesanyjával Skóciába került, ahol III.Malcolm özvegy király szeretettel fogadta őket, s Margitot 1070-ben feleségül is vette. A királynő szép, fiatal intelligens nő volt, aki a királyi udvar életébe is beleszólhatott. A skót grófokat, nagyurakat pedig női furfangossággal tanította etiketre, hitre. Meg akarta szoktatni az urakat, hogy a királyi étkezések előtt és után imádkozzanak. Ezért hozatott Franciaországból valami nagyon finom bort, de azt csak az ima után szolgálták fel. A magyarok a



társaságban az utolsó pohár bort szent Jánosáldásnak hívják, a skótok Margitra emlékezve úgy nevezik, hogy a királyné pohara. Aki még többet szeretne tudni erről a magyar királynéről, s élvezni a Mecsek gyönyörű erdejét, jöjjön el jövőre novemberben velünk a túrára!

Sica

ADVENTI GYERTYAGYÚJTÁS

December 11-én a rózsaszínű gyertya, az öröm lángja gyulladt meg az adventi koszorún, s ez az öröm sugárzott a Pécsi Székesegyház Nagycsaládos Egyesület ünneplő közösségéből is. Jó dolog együtt készülni a Megváltó születésnapjára, egymásnak szeretettel ajándékokat készíteni. 3 órára több mint 350 gyerek és felnőtt lepte el az Iparkamara nagytermét, ahol betlehemes bábjáték, ünnepi gyertyagyújtás és „Szállást keres a Szentcsalád” bemutató volt a program. A gyerekek ajándékokat készítettek ezután, hogy meglephessék szeretteiket karácsonykor. Készültek szép mézes díszek, csillagok, képeslapok, hímezések, angyalkák, láncok és kitűzők és sok-sok apró meglepetés. Minden család ajándékot

kapott, hogy ezzel is emlékeztessük őket, a legnagyobb ajándékra, hogy Isten elküldte az ő egyszülött Fiát, hogy általa életünk legyen.





HAGYOMÁNYOS ÓÉVBÚCSÚZTATÓ KIRÁNDULÁSUNK DECEMBER 28-ÁN VOLT A KIS-RÉTEN

Szeretnék most egy olyan recepttel kedveskedni, ami igazi különlegesség - legalábbis nálunk. Kedvelem anyukám jól bevált süteményeit, de mindig izgalommal tölt el, ha új ízekkel találkozom. Ide tartoznak a keleti konyha ragadós édességei... Ezekből rendszerint nem eszünk meg egy egész tepsivel (saját családom persze kivétel), mivel nagyon édesek és nagyon laktatóak, többek véleménye szerint kevés is elég belőlük. Talán nem nagyon egészségesek, de egy-egy elcsábulásra mindenképpen alkalmasak. A férjem erős, keserű feketekávéval szereti, a többiek minden nélkül, én forró, friss mentával készült teával...

Ne ijedjünk meg a különleges hozzávalók láttán! Narancsvirágvizet és rózsavizet a legtöbb natúraboltban vehetünk, de itt Pécssett a Ferencesek utcájának végén a keleti ízeket és finomságokat kínáló üzletben mindig találkozom ezekkel. A narancsvirágvizet gyakran használom sütemények illatosítására, például olyankor, amikor a recept reszelt citromhéjat ír, de nincs otthon kezeletlen héjú citromom. Vigyázat, nagyon intenzív az íze, bánjuk vele csínján!

A következő recept egyszerű, elkészítése kezdőknek is ajánlott.



RECEPT

NAMMURA

Hozzávalók:

250 g búzadara
150 g cukor
6 g sütőpor
1 joghurt
vaj az edény kikenéséhez
egy tucat felezett, blansírozott mandula (vagy más csonthéjas)

a sziruphoz

150 g kristálycukor
1 ek. citromlé
1/2 dl narancsvirágvíz
1/2 dl rózsavíz
25 g vaj

A búzadarát, sütőport és cukrot összekeverjük. A joghurtot felengedjük 1 dl vízzel, és a búzadarás keverékhez öntjük. Simára kavargatjuk. 2 órára hűtőszekrénybe tesszük.

180°C-ra előmelegítjük a sütőt. Vastagon kivajazunk egy közepes méretű tepsit, beleöntjük a tésztát, kanállal elsimítjuk. Elrendezzük a tetején a felezett mandulákat (úgy, hogy szeleteléskor minden kocka tetejére jusson egy). 35 percre a sütőbe toljuk.

Míg a tészta sül, elkészítjük a szirupot. 1/2 dl vízzel felengedjük, majd felforraljuk a cukrot. hozzáadjuk a citromlevet, a narancsvirág- és rózsavizet, s beleolvastjuk a vajat. 10 percig főzzük, kissé besűrítve a szirupot. Még forrón a kisült tésztára öntjük. Felkockázzuk a nammurát, s hagyjuk a tepsiben hűlni tálalásig.

Jó étvágyat!

Kereszneyi Klára

TANÚÁGTÉTEL:

SZOMJAS VAGY?

Hitem azon alapul, hogy Isten beszél a szívemhez sokáig valami fontos dologról, jeleket ad, amivel megerősíti, amit mondott. Ilyenkor, amikor közel hajol hozzám minden olyan tiszta, világos, erős bennem. Már úgy érzem soha, semmi nem tud ebben többé elbizonytalanítani. Ilyenkor elérkezettnek látja az időt sok esetben, hogy próbára tegyen. Mintha azt mondaná: Most már nagyon szépen megy az elmélet, de lássuk, hogyan marad ez élő a valóságban. Számomra az a legkeményebb próba, amikor olyan helyzet elé állít, amiben nem azt látom a testi szememmel, amit Ő mondott nekem, sőt néha kifejezetten éppen az ellenkezőjét annak. Jézus ma is beszél a lelkünkhez képekben, így éreztem egyszer mit kér ilyenkor tőlem:

Előttem van egy üres vizespohár. Jézus azt mondja, emeljem fel és kezdjek inni belőle, mert tökéletesen oltani fogja a szomjamat. Látom a pohár ürességét, de Ő azt mondja, csak Neki higgyek és én is tudom, Jézus soha nem állít valótlanul. El kellene felejtenem azt, amit a testi szememmel érzékelek. Nagyon nehezemre esik, hiszen egész eddigi életemben csak úgy ittam, hogy láttam is valamit a pohárban. Hosszas tépelődés után - hogy fog ez nekem menni? Mi fogja oltani a szomjamat? Nem értettem félre, amit kér? - ha hittel kezdem inni a látszólag semmit tényleg érzem, hogy tökéletesen elmúlik a szomjamat, és amit iszok az gyönyörűsége finom, kristálytisztá. Tökéletesen az, amire a legnagyobb szükségem van, teljesen betölti, amire a lelkem már régóta vágyott. Viszont, ha hirtelen megint "bekapcsolnak" a testi szemeim és arra kezdek figyelni, hogy nincs is a pohárban semmi, elzárom magam a hitetlenségemmel Istentől és Ő képtelen lesz tovább oltani a szomjamat - nem azért, mert nem akarja, hanem azért, mert nem hiszek Neki. Ilyenkor teljes erejével rám

szakad a reménytelenség, a szomorúság. Hirtelen úgy látom magam, mintha az addigi, étellel teli, hús-vér testem színes, belül üreges üvegtesté válna, ami abban a pillanatban mindenütt berepedezik és sok-sok apró üvegszilánkként a földre hullik. Összetörök. Nincs erőm tovább hinni, sem "inni". Úgy érzem, mintha tele lennék sebekkel, mintha én találtam volna ki mindent, amit átéltem. Egyszeriben "látom", hogy nincs a pohárban semmi, akkor mi oltotta volna a szomjamat? A szemeim börtönbe zárnak, átélem a teljes tehetetlenséget, végtelenül üresnek érzem magam. Feladom.

Isten pedig mintha csak megvárta volna, hogy mindent kiejtsek a kezemből, elengedett a szakadék szélére, mert előre tudta, hogy onnan csak az Ő kezébe zuhanhatok darabokra hullva. Érzem, ahogy elkap. Teljesen egész vagyok újra. Olyan mintha egy sebekkel borított testen abban a pillanatban valami langyos, végtelenül lágy gyógyító viasz folyna végig. Azonnal begyógyul bennem minden sérülés, még azt is elfelejtem, hogy valaha fájt. Csodálkozom magamon hogyan kételkedhettem egyáltalán. Olyan világos minden, amit mondott. Pontosan tudom újra, hogy nem tőlem származik ez a hatalmas változás a lelkemben. Minden igaz volt, amit átéltem akkor, amikor a "semmit" ittam. Újra tudok hinni, fel tudok állni és erőt kaptam ahhoz, hogy egyre jobban megtanuljam, hogyan szabaduljak ki a testi szemeim börtönéből.

Balázs Klári



Ha szívesen megosztanátok másokkal is azokat a történeteiteket, amelyek igazolták számotokra az evangéliumi tanácsok realitását, csodálatos örömhírért, akkor kérünk benneteket, névvel vagy anélkül, írjátok le és továbbítsátok a vezetőségnek!

**TÁMOGATÁSOKAT KÖSZÖNETTEL FOGADUNK.
SZÁMLASZÁMUNK: SZIGETVÁRI TAKARÉKSZÖVETKEZET
50800111-11189404**



**EGYESÜLETÜNK, A PÉCSI SZÉKESEGYHÁZ NAGYCSALÁDOS
EGYESÜLET**

– ELNÖK: SÁMSON LÁSZLÓ –

**LÁTJA EL A NAGYCSALÁDOSOK ORSZÁGOS EGYESÜLETE AL-DUNA
RÉGIÓS IRODA TEENDŐIT IS.**

**RÉGIÓS TITKÁR: VÁRDAINÉ KISS KRISZTINA, TELEFON: 70/332-3514
EMAIL: VARDAIKR@G-MAIL.COM**

**HELYETTES: FARKASNÉ SZÉKELY KAMILLA, TELEFON: 70/635-1813
EMAIL: SZ.SICA@GMAIL.COM**

**EGYESÜLETÜNK IRODACÍME: 7622 PÉCS, NAGY LAJOS KIRÁLY ÚT 9.
FSZ.6., TELEFON: 72/520-568 TELEFAX: 72/520-569**

AZ IRODA ÜGYELETI RENDJE MEGTALÁLHATÓ A HONLAPUNKON!

**E-MAIL: NOEPECS@PPHF.HU
WWW.NOEPECS.HU**



**FONTOSNAK TARTOD
TEVÉKENYSÉGÜNKET?**

**TE IS SEGÍTHETSZ ADÓD 1%-ÁVAL!
BIZTASD ERRE BARÁTAIDAT
ÉS MUNKATÁRSAIDAT IS!**

18304608-1-02

PÉCSI SZÉKESEGYHÁZ NAGYCSALÁDOS EGYESÜLET