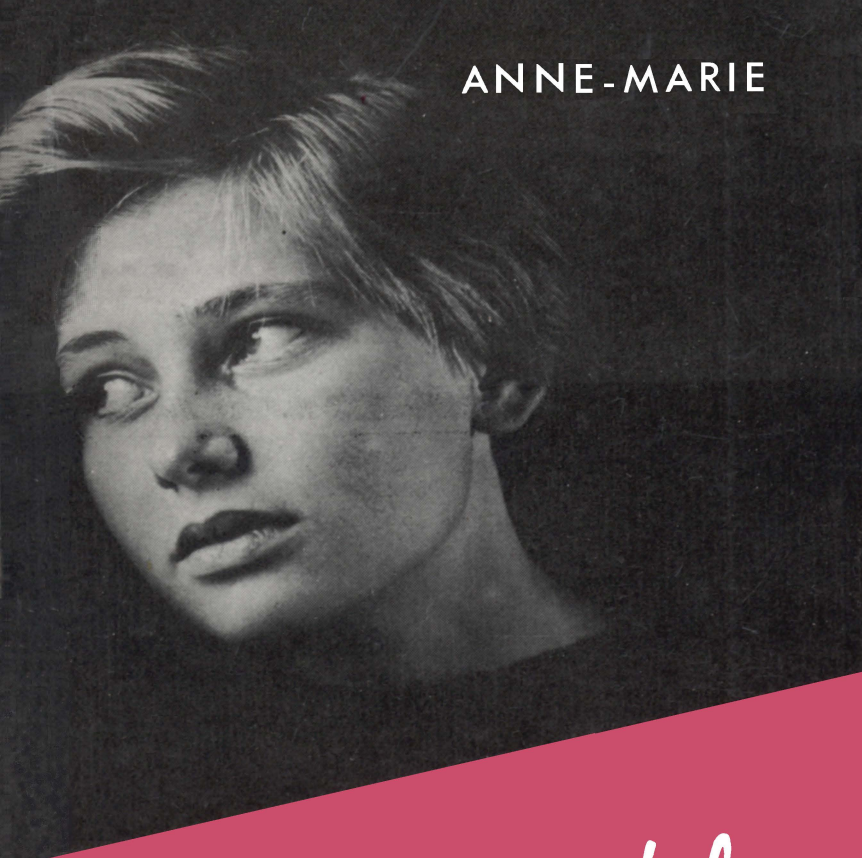


A black and white portrait of a young woman with short, light-colored hair, looking upwards and to the left. The background is dark. The image is partially obscured by a red diagonal band at the bottom.

ANNE-MARIE

Oskinte bekéd
leányokkal

ANNE-MARIE

ŐSZINTE BESZÉD
LEÁNYOKKAL



BÉCS, 1963

A francia eredeti címe és kiadója:

QUI ME REPONDRA ?

Editions Foyer Notre - Dame, Bruxelles

Magyarra fordította: T. M.

A képeket a francia eredeti mű kiadója bocsájtotta
nagylelkűen rendelkezésünkre.

Egyházi jóváhagyással

A magyar kiadás jogát fenntartjuk

Verlag OPUS MYSTICI CORPORIS, WIEN

KEDVES HÜGOM!

(Bevezetés helyett)

Nem vagy többé gyermek és útalod, ha még mindig úgy bánnak veled, mint egy gyermekkel. 13-14 éves vagy, talán több is, és egész sereg probléma merült fel előtted, amióta 12 esztendő elmúltál: a világ kitárul a szemed és különösen a szíved előtt.

Kétségkívül kérdezgeted magadtól: „Mi az életem célja? Miért vagyok a földön? Mi a hivatásom?” Alapvető kérdések ezek, foglalkoznod kell velük.

De az említett, és egész életünkre döntő jelentőségű kérdéseken kívül vannak egyéb, igen jelentős kérdések is, amelyekről jelenlétedben talán nem beszélnek, vagy amelyekre csak homályos feleleteket kapsz. Azokra a kérdésekre gondolok, amelyek az élet továbbadására vonatkoznak.

A mozi, a rádió, a könyvek, a folyóiratok, a hirdetések és sok más hírközlő eszköz népszerűsítették, helyesebben mondva: a sárba ráncigálták azokat a dolgokat, amelyek pedig inkább tiszteletünket érdemelnék meg. Szükséges, hogy e dolgokról Isten gondolatainak megfelelően tiszta és egészséges fogalmunk legyen, hogy megtaláljuk a helyes utat az életben és elforduljunk mindattól, ami rossz. Egy jól tájékozott leány kettővel fölér...

+

Nem ismerlek személyesen. Nem tudom, mit csinálsz, mit olvasol, milyen sajátos nehézségeid vannak. De azt tudom, hogy sok veled egykorú fiatal leány küszködik, egyénenként más árnyalatú, de mégis a tiedhez hasonló problémákkal. Szeretnék neked néhány útbaigazítást és tanácsot adni, amelyeknek hasznát veheted ifjú éveidben.

Az is meglehet, hogy semmi újat nem mondok neked, mert édesanyád vagy egyik tanárnőd feltárta előtted az életnek e problémáit és rámutatott, hogy mi csoda kincsek rejtőznek e szavak mögött mint például: szerelem, házasság, anyaság. Talán megismertettek azokkal az eltevélyedésekkel és veszedelmekkel is, amelyekkel egy fiatal leány találkozhatik. Ebben az esetben adj hálát Istennek, amiért olyasvalakit vezetett utadba, akinek tapasztalatai helyes irányba terelték sorsodat.

Ha nem kaptad meg a kívánt felvilágosítást, akkor gondolj arra, hogy nem egykönnyű szavakba önteni azt, amit el akartak mondani neked. Nekem, miközben ezt a könyvecskét írtam, volt alkalmam szülőkkel, nevelőkkel, papokkal és természetesen leányokkal is tanácskozni, sőt még fiúkkal is, akik lelkemre kötötték, hogy ezt is, meg azt is mondjam meg neked. Nekem tehát könnyebb világosan és szabatosan megfogalmazni mondanivalómat.

+

De számolnom kell azzal is, hogy talán nem elégszel meg az én szavaimmal sem. Bizonyára felmerültek oly kérdések is, vagy még ott rejtőznek szíved legmélyén, amelyekre én talán nem feleltem. Az emberi lélek olyan, mint egy mérhetetlen nagy park: néhány szép utat meg-

mutathatok neked, de nem hatolhatok be szíved és öntudatod sűrű bozótjába.

Ezért nagyon kérlek: ajándékozz meg valakit bizalmaddal, mondd el neki, hogy mit olvastál ebben a könyvben, mondd el, mi az, ami megvilágosodott előtted, de beszélj azokról a kérdésekről is, amelyek még foglalkoztatnak. Ne tűrd, hogy értelmedet kétségek homályosítsák el, se azt, hogy lelked nyugtalan legyen; jogod van a világossághoz és a békeességhez, mert a mi Urunk azért jött a földre, hogy igazságot és örömet hozzon nekünk.

Hogy kit ajándékozz meg bizalmaddal? Fiatal leánynak rendszerint édesanyja a bizalmasa és ez természetes is. De lehetséges, hogy, ha még annyira „jóban” is vagy édesanyjával, mégsem vagy vele olyan bizalmas viszonyban, hogy titkaidat leleplezd előtte. Talán édesapád iránt nagyobb a bizlalmad. Ha pedig szüleidhez nem fordulhatsz, talán van egy idősebb nővéred, egy tanárnőd, gyónatód, vagy más felnőtt, akinek hozzáértésében és tapasztalatában megbízol.

Egyébként miközben e lapokat írtam, nemcsak reád kellett gondolnom, hanem általában a fiatal leányokra. Egyesek a fővárosban laknak, mások vidéken, vagy falun; sokan családi körben élnek, amely megóvjá őket az utca veszedelmeitől, de sokan teljesen magukra vannak hagyatva. Vannak, akik az ifjúságnak megfelelő, egészséges légkörben nevelkednek, míg mások az utcán, a vonaton, a munkahelyen, sőt az iskolában is állandóan káros hatásoknak vannak kitéve.

Ha a kiváltságosak közé tartozol, gondold a kevésbé szerencsésekre: s akkor meg fogod érteni, hogy e lapokon

miért tanácsolom ezt, vagy azt és miért óvlak ettől vagy attól a veszedelemtől.

Tudom, hogy legfőbb vágyad – még akkor is, ha olykor helytelenül jársz el – hogy normális, egészséges leány légy. Ez a könyvecske épp e vágyad beteljesüléséhez akar hozzásegíteni. Amikor olvasni kezded, a Szűzanyának, az eszményi fiatal leánynak az oltalmába ajánlak; Ő nálamnál jobban megtanít arra, hogyan kell gondolkodnod, beszélned és cselekedned, hogy asszonyi életed teljes legyen és, hogy a mi Urunk, Jézus Krisztus valóban szeretetébe fogadjon.

A. M.



E könyvecskének címét, néhány fejezetcímét és nem egy gondolatát Pereira Atyának a fiuk száma, a készült hasonló művéből vettem át, megjelent ugyanennél a kiadónál: "Őszinte beszéd fiukkal".

TE ÉS ÉDESANYÁD

Tegyük fel, hogy a szomszéd házban gyermek születik. Ha kisöcséd megkérdezi tőled, honnan jött ez a kisbaba, ne azt feleld, hogy a gólya hozta! A kicsi pillanatnyilag talán hisz neked, de csakhamar kételkedni kezd.

Miért ne adnál neki olyan feleletet, amely nem teljes ugyan, de igaz: „A baba a jó Istentől jött!” Mondom, ez a válasz igaz, mert a lélek, amely az embert minden más élőlénytől megkülönbözteti, a Teremtőtől való. Kisöcsédnek talán még nem mondasz ennél többet, mert magyarázataidat éppoly kevésbé értené meg, mint egy mér-tani tétel levezetését.

Az élet csodája

De amint a gyermek nagyobbacska lesz, ez az egyszerű válasz már valószínűleg nem elegendő, és a gyermeknek joga van többet is tudni.

Nem vagy már abban a korban, amikor nem tudod, hogy az anyának szerepe van a gyermek születésében; női ösztönöd már sok mindent megsűgott. A fiúknál sokszor más a helyzet, mert a fiúk kevésbé fogékonyak, kevésbé finomak, mint a lányok és kevésbé érdeklik őket az élet problémái.

Az lenne a legeszményibb megoldás, ha gyermekeiknek az édesanyák mondanák meg az igazat, fiúknak és lányoknak egyaránt, legkisebb koruktól fogva, valahányszor kérdeznek valamit, természetesen mindig koruknak és értelmüknek megfelelően; de a mamák sokszor haboznak, mert nem találják a szavakat. Holott az egész olyan egy-

szerű! Lássuk például, hogy egy édesanya – és egyszer te is édesanya leszel – mit mondott a fiának:

Tudod, a jó Isten nem akarta azt, hogy egyedül teremtesz az embereket; felszólította teremtményeit, hogy segítsenek neki. Ezért minden élőlény bensejében olyan sejteket, olyan csírákat helyezett el, amelyekből másik élőlény keletkezhetik.

Tégy például egy almamagot a földbe: nemsokára gyöngeszár nő ki belőle. Ha gondját viseled, lassacskán fává növekszik s a fa gyümölcsöt terem, amelyben számos csíra búvik meg.

Még csodálatosabb, ha emberi lényről van szó. Isten az anyák testében finom szerveket helyezett el; ezek is az élet csíráit termelik és ezekből fejlődik ki a gyermek.

A kisgyermek nem imádkozza-e édesanyjával az Üdvözlégyben: "És áldott a Te méhednek gyümölcse, Jézus"? Imáinkban így naponta megemlékezünk arról, hogy Jézus az Ő szent édesanyja testének a gyümölcse. Szűz Mária méhében hordozta a gyermek Jézust, mielőtt a betlehemi istállóban a világra hozta.

Igy van ez veled is, mondta kisfiának az édesanya. Én is magamban hordoztalak téged, mielőtt a világra hoztalak.

Ez a nagyon egyszerű magyarázat rendszerint elegendő a 7-9 éves, vagy kisebb gyermeknek.

Isten akaratából tehát testedben olyan kényes szervek vannak, amelyekből élet fakadhat. Ezek a szervek először is két, petefészeknek nevezett mirigyből állanak; attól fogva, hogy a leány a 11., 12., vagy 13. életévét betöltötte, ezek a mirigyek körülbelül 28 naponként petének nevezett, parányi élő sejtet hoznak létre. A pete átcsúszik a méhnek nevezett üregbe és a méhfalhoz tapad.

Ha ez a petesejt megtermékenyül – hogy hogyan, arról majd később lesz szó – a gyermek teste formálódni kezd.

Ha a petesejt nem termékenyül meg, akkor elválik a méhfaltól és a hüvelynek nevezett vezetéken át eltávozik, némi vérrel és azoknak a nyálkahártyáknak a darabjaival együtt, amelyek a méhfalhoz erősítették.

Majdnem minden leánynál egy kis hártya – a szeméremhártya – zárja el félig a hüvely nyílását.

Ez a kiürülés tehát teljesen normális, havi tisztulás vagy menstruáció a neve. (A hónapot jelentő latin „mensis” szóból.) Rendszerint fokozott idegességgel, túlzott érzékenységgel jár, különösen a menstruációt megelőző napokban; olykor hosszabb-rövidebb ideig tartó gyengélkedéssel, sőt rosszulléttel is (fejfájás, emésztési zavarok, túlságos vérzés, láz.)

Ez tehát havonta minden édesanya és minden leány életében kissé nehéz korszak.

Emlékszel arra, mikor első alkalommal vesztítettél egy kevés vért? Mennyire megijedhettél, azt hitted beteg vagy. A valóság sokkal szebb volt: tested normálisan fejlődött és készülődött hivatására. Megszűntél gyermek lenni; új láthatár tárult ki előtted és szereped az életben tisztázódott. Nemcsak hogy nem a betegség jele volt a vérzés, hanem éppen ellenkezőleg, ezek a tünetek az egészséget jelentették. Boldog lehetsz, ha édesanyád vagy nagy testvéred akkor megnyugtatót, jótanácsal látott el és gyöngédséggel vett körül.

A legtöbb nőre tehát csodálatos feladat vár: az, hogy testének mélyén egy élőlényt hordozzon, életet adjon a teremtes csodájának, a gyermeknek. Hasonló lesz Máriához, minden anya példaképéhez. A férfiak azzal dicsekszenek,

hogy ők házakat építenek, villamos erőműveket szerkesztenek. Egy asszony többre képes: életet ad!

Ez előtt a csoda előtt, amelyet Isten az asszony által visz végbe, s amelyet a te édesanyád is véghez vitt, bámulattal és tisztelettel kell meghajolnunk, mert hiszen neki köszönhetjük életünket. Ha a tudósok egyszer eljutnak is odáig, hogy a legapróbb részletekig meg tudják állapítani, hogy hogyan fejlődik az anya testében a gyermek, akkor is csak azt fogják felfedezni, amit Isten már előttük és nélkülük is tudott, amikor megengedte az asszonynak, hogy egy emberi élet létrehozásán Vele együtt működjék.

Hogyan növekszik a gyermek ?

Mennyi ideig marad anyja testében a gyermek ? Nézzük ismét a gyermek Jézust. Március 25-én, Gyümölcslőtő Boldogasszony ünnepén az Egyház arra a pillanatra emlékezik, amelyben a Szentháromság második személye, Isten Igéje megtestesült. Isten testté vált, vagyis Mária testében egy élő sejttel egyesült. Kilenc hónappal később, december 25-én pedig Jézus születését ünnepeljük.

Mielőtt a világra jöttünk, mindnyájan körülbelül kilenc hónapig maradtunk édesanyánk testében. A parányi sejtből formálódni kezdett a testünk. Egy hónap múltán már néhány milliméternyi volt, két hónappal később már a végtagok és a fej formája is kezdtek kialakulni. Körülbelül öt hónap múlva érezte édesanyánk, hogy megmozdultunk testében; érezte, hogy nincs többé egyedül.

Emlékezzél csak arra a napra, amelyen a Szent Szűz meglátogatta rokonát, Erzsébetet. Mindketten gyermeket hordoztak testükben.

Ime, mit mond az Evangélium:

Erzsébet isteni sugallatra így kiáltott fel: „Áldottabb vagy te minden asszonynál és áldott a te méhednek gyümölcse! Hogyan lehet az, hogy Uram Anyja jön hozzám? Amint fölhangzott fülemben köszöntésed szava, örömtől repesett a magzat méhembem.” (Luk. 42.)

Ebből a gyermekből Keresztelő Szent János lett, az Üdvözítő előhírnöke. Isteni kegy következtében születése előtt repesett a magzat, mikor Jézus – Szűz Mária testében – közeledett hozzá.

Amikor egy édesanya gyermeket hord testében, azt mondjuk: áldott állapotban van. A gyermeket pedig addig, amíg az anyja testében van, magzatnak nevezik.

Ösztönöd most azt súgja, hogy tisztelettel és szeretettel vedd körül azt, aki gyermeket fog a világra hozni.

A fiúk ebben semmi rendkívülit nem látnak és sokszor durva tréfákat engednek meg maguknak, ha egy anyát látnak, akinek testét formátlanná tette a bensejében hordozott gyermek. Szerencsére vannak olyan fiúk is, akik a leendő anyákkal szemben udvariasak és előzékenyek, felajánlják nekik helyüket a villamoson vagy autóbuszon és segítenek nekik csomagot cipelni. Ha ilyen fiút látsz, biztos lehetsz felőle, hogy van szíve.

A szülés órája

A magzat most kilenc hónapos; elérkezett az ideje, hogy „a világra jöjjön”. Az anya számára ez a szülést jelel.

Még ma is szép számmal vannak olyan anyák, akik szívesebben maradnak ilyenkor otthon. Ha lehetséges, akkor ez a legeszményibb megoldás, mert a gyermek valóban családi körben születik és mindenki szeretettel veszi körül.

De a kicsi lakások, a hiányos egészségügyi berendezések, a nyugalom hiánya stb. miatt az anyák többsége szülőthonban, kórházban hozza világra gyermekét, mert ott szakképzett ápolónők viselik gondjukat. Ezeket az ápolónőket szülésznőknek, bábáknak hívják. Vannak szakképzett orvosok, szülészek vagy nőgyógyászok is, akik segítenek, ha a szülés nehezen megy.

A szülés pillanatában az anya testében átszakad a magzatot védő burok, mint ahogyan a tojás héja eltörik, ha a kis madár, vagy az aranyos kis csibe kibújik belőle. A kisgyermek ekkor a méhből a hüvelybe kerül s a hüvely kitágul és kinyílik, hogy a gyermek kiférjen rajta.

Ilyenkor a szomszédos szervek percenként összehúzódnak és kitágulnak; ennek következtében a szülés többé kevésbé fájdalmas. Az utóbbi időkben sok esetben sikerült a szülést könnyebbé tenni. A leendő anyák terhességük hónapjai alatt előkészítő kezelésben részesülnek; ez a kezelés többek között légzési gyakorlatokból és tornából áll. Ezek megerősítik és hajlékonnyá, rugalmassá teszik azokat az izmokat, amelyek a szülésnél fontos szerepet játszanak. Az így „előkészített” anyáknak nem kell úgy rettegniük a szüléstől, mint hajdan. Nyugalmuk, biztonsági érzetük sokat segít a szülés zavartalan levezetésében.

És ne feledjük: a házasság szentségi kegyelme is segíti és megerősíti a hívő anyát abban a nehéz órában, amelynek kárpótlása a mindent felülmúló anyai boldogság.

Azért mondom ezt el neked, mert vannak leányok, akik valóban félnek az anyaságtól; hallottak a kiállott szenvedésekről, holott ezeknek gyakran csak az alaptalan félelem volt az oka. Ám igaz, hogy az orvostudomány egykor

még nem ismerte azokat az eljárásokat, amelyek manapság megkönnyítik a szülést. Ma már ritkaságszámba megy, hogy egy édesanya belehal a szülésbe, és az újszülötteknél sem gyakori a haláleset.

Természetes, hogy a gyermek táplálék nélkül nem növekedhetett az anya testében; teste egy köldökzsinórnak nevezett vezeték által egyesült anyja testével és ezen át szívta magába az éltető nedvet. A szülés pillanatában persze el kell vágni ezt a zsinórt (ami semmiféle fájdalommal sem jár). Ezért van minden ember hasán a köldöknek nevezett forradás, amelyen a kisgyermekek olyan sokszor csodálkoznak. Ez a forradás minden emberi lényt arra emlékeztet, hogy valamikor szoros összeköttetésben volt anyja testével.

Milyen nagy az anyai szeretet?

Amint megszületett a gyermek, máris nagy szüksége van édesanyjára. Az anya hosszú hónapokon át éjjel-nappal őröködik fölötte. Gondoskodnia kell a gyermek táplálékáról, öltözkéről, sőt már a neveléséről is.

Hogyan is tudna például a gyermek segítség nélkül táplálkozni, és hogyan találhatná meg azt a táplálékot, amelyre szüksége van? Isten mindenről gondoskodott: adott az édesanyának két mirigyet: az emlőket. Ezekből, mint az élet forrásaiból szívja a gyermek az anya testében képződött tejet. Ez az ő legjobb tápláléka.

A robotos nagyvárosi élet következtében az anyák sokszor nincsenek olyan egészségi állapotban, hogy gyermekeiket szoptathatnák; ezért egy másik asszonyra, a dajkára kell bízniok, vagy mesterségesen kell táplálniok őket.

Persze a legeszményibb az, ha az anya maga szoptatja gyermekét.

Itt ismét az Evangélium egyik epizódja jut eszünkbe. Az Üdvözítő körül tolongó tömeg közepén egy asszony felkiáltott: „Boldog a méh, mely Téged hordozott és az emlő, amelyet szoptál.” Ő azonban hozzáfűzte: „Boldogabb, aki hallgatja és megőrzi Isten igéjét.” (Luk. 11, 27-28.)

Szűz Mária nem Isten akaratát teljesítette-e mindig, a legabrább részletekben is? Ezért valóban „áldott Ő minden asszony között.” Legyen Ő a példaképed. A továbbiakban pontosan meg fogom mutatni neked, hogy mi az Isten akarat a szerelemben, a házasságban, az anyaságban. Így hozzásegítelek ahhoz, hogy egészséges fiatal leány váljék belőled és Isten akaratát teljesítvén boldog légy.

Ezután az édesanya számára vagy az öröm napjai következnek, (például, ha leánya harmónikusan fejlődik, lassacskán értékes egyéniséggé, nemeslelkűvé válik) vagy a szomorúság napjai, (ha leánya beteg vagy lusta, vagy közömbös, vagy pazarló).

Hallatlan, hogy egy asszony minő áldozatokra képes! Úgy érzi, arra született, hogy adjon, mindig adjon, még önmagát is odaadja. Az önfeláldozásnak, a lemondásnak, a türelemnek, az önzetlenségnek, a megbocsátásnak csodálatos erőtartalékait fedezi föl lelkében.

Sajnos, sok veled egykerű leány eltékozolja tartalékait, mert önző, mert csak a szórakozás, a mulatság, a ruha, a szerelmeskedés érdekli. Mindez nem akadályozza őket abban, hogy álmodozzanak arról az odaadó életről, amelyet majd egykor saját családi tűzhelyük ölén élnek – de ez csak álom, és csak holnap... Nem, ezekből az önző fiatal leányokból sohasem lesznek igazi édesanyák.

Ne utánozd őket! Ellenkezőleg: fejleszd ki magadban női tulajdonságaidat azzal, hogy már most környezetednek szenteld életedet.

Először is segíts édesanyádnak. Ne tartozz azok közé a kiállhatatlan fiatal leányok közé, akik odahaza a világon semmit sem tesznek, hogy édesanyjuk munkáját megkönnyítsék. Ismerek olyanokat, akik képtelenek idejében fölkelni, saját holmijukat rendben tartani; órákat képesek eltölteni a fotelban lustálkodva; olvasnak vagy ábrándoznak, míg édesanyjuk a háztartással fáradozik. De a kritizálásban bezzeg ők az elsők!... Igazán sajnálom azt a fiatal embert, aki majd egy ilyen kis haszontalant vesz feleségül. Légy otthon édesanyád helyettese, második mama, „kis-mama”. Szüleid nagyon hálásak lesznek minden legcsekélyebb segítségért. Hiszen megkönnyítéd gondjaikat, amelyekről talán nem is tudsz.

Másodszor születni

Ez a cím különösen hangzik: másodszor születni. A-zonban gondold csak a Nikodémus nevű farizeusra, aki egy este fölkereste az Üdvözítőt: „Bizony, bizony mondom neked, mondta Jézus, ha valaki újra nem születik, nem látja meg Isten országát.” (Jn. 3,3.) Nikodémus szószerint vette ezeket a szavakat és csodálkozva kérdezte: „Hogyan születhetik valaki, mikor már öreg? Csak nem térhet vissza anyja méhébe, hogy újra szülessék?” (Jn. 3,4.) Krisztus így oktatta őt: „Bizony, bizony mondom neked: Aki nem születik vízből és (Szent) lélekből, nem mehet be Isten országába.” (Jn. 3,5.)

A mi Urunk a keresztségről beszélt, amely újjászületés. Isten lehetőséget ad arra, hogy ahhoz a természetes élethez, amelyet édesanyánktól nyertünk, egy másik életet

fűzzünk, egy természetfölötti életet, amely által az isteni életben is részesedünk.

Amikor megkeresztelték téged, Isten szeretetébe fogadott. Hála az Üdvözítőnek, megkaptad a megszentelő kegyelmet és az Egyház tagja lettél, vagyis beléptél Krisztus tanítványai közé.

Az Egyházat joggal nevezzük anyának; anyaszentegyháznak. A szentségeken keresztül az Egyház is életet ad nekünk; az Egyház is magában hordoz minket; az Egyház is eltörölhetetlen jellel jelöl meg bennünket, hogy Isten gyermekei és a keresztény közösség tagjai legyünk.

Amint földi édesanyánkat életünknel is erősebb szeretettel szeretjük, éppen úgy kell szeretnünk az Egyházat, anyánkat, hiszen az ő gyermekei is vagyunk.

Holnap

Egy napon kétségtelenül neked is az lesz a hivatásod, hogy édesanya légy; de ne feledd el, hogy az ember csak azt adhatja, amije van. Készülj fel tehát hivatásodra.

Isten, hogy segítségedre legyen, tíz szabályt állított eléd, tíz parancsolatot adott neked; ha ezeket megtartod, kiegyensúlyozott leszel; ám, ha nem tartod meg, nagyon mélyre süllyedhetsz.

A három első parancsolatot a következőkben lehet összefoglalni: „Szeresd Istent, tiszteld az Ő nevét és a Neki szentelt napot”. Ha Istent nem tiszteljük, akkor felebarátunkat és önmagunkat is nehéz tisztelnünk.

A következő parancsolatokban Isten megjelöli számodra az egyenes és biztos utat: a 4. parancsolatban azt kívánja tőled, hogy tiszteld szülőidet, akiktől életedet kaptad és akik Istent képviselik melletted; az 5. parancsolat szerint



tisztelned és szeretned kell embertársaidat; a 7. és 10. parancsolat arra tanít, hogy tartsd tiszteletben mások anyagi javait; végül a 8. parancsolat azt köti lelkedre, hogy tiszteld az igazságot, mert igazság nélkül lehetetlen valóban emberi körülmények között élni.

Hátra van még a 6. és 9. parancsolat. Ezekben Isten azt kívánja, hogy az igazi szerelemre és az élet továbbadására való tekintettel tiszteld testedet és tested erőit.

Láthatod: az egész keresztény vallás a szereteten és tiszteleten alapszik-

Ez a hozzád hasonló fiatal leány számára azt jelenti, hogy légy tiszta gondolataidban, szavaidban, cselekedeteidben, uralkodjál ösztöneiden, ne tórd, hogy azok úrrá legyenek fölötted. Erre még visszatérünk.

Ez azt is jelenti, hogy őrködnöd kell szíved fölött, ha hivatásodra fel akarsz készülni. Erre is visszatérünk.

Imádság édesanyádért

Ó, én Istenem, Te akartad, hogy édesanyám életet adjon nekem. Nélküle nem jöhettem volna a világra.

Ezentúl jobban ki akarom fejezni hálámat iránta és soha nem akarok elfeledkezni azokról a nélkülözésekről, amelyeket miattam vállalt.

Hosszú hónapokon át hordozott testében; éveken át őrködött testem és lelkem fölött; ma is szakadatlanul értem dolgozik.

Ő beszélt nekem először Rólad és ő tanított meg imádkozni. Ma főképpen őérette imádkozom.

Áldd meg édesanyámat és fizess vissza neki százszorosan mindazt a jót, amit a Te nevedben értem tett; mert én képtelen vagyok jóságát megköszönni és érdeme szerint visszafizetni.

Vigyázni fogok rá. Igérem Neked, hogy igyekszem őt boldogabbá tenni, nem akarom fáradozását követelődzésemmel és hanyagságommal még inkább megnehezíteni. Készségesebben fogom neki segítségemet felajánlani, tölem telhetően jól akarok tanulni és gyöngédséggel és szeretettel akarom körülvenni édesanyámat.

Ó milyen boldogság, Istenem, hogy leány vagyok és hogy a Te segítségeddel gyermekeket hozhatok a világra; gyermekeket, akik a Tiéid és az enyémei lesznek!

Igérem, hogy kifejlesztsem magamban az igazi női tulajdonságokat, hogy jobban teljesíthessem a feladatot, amelyet rám bízta!

Ha pedig nem alapítok családi tűzhelyet, hogy egészen Neked szentelhessem magamat, akkor is anya akarok lenni, bárhol is vagyok.

TE ÉS ÉDESAPÁD

Egészen az apja

Valószínűleg hallottad már ezt a megjegyzést, gyermekem. Talán a klinikán; öt vagy hat éves lehettél, édesanyád odabent feküdt, akkor született kisöcséd vagy kishúgod. Egy öreg néni látogatta meg édesanyádat, hogy gratuláljon neki és persze, hogy a kicsit lássa. És az öreg néni elragadtatva kiáltott fel: „Jaj, de édes! A szeme egészen az apjájé!...”

Te gyermeki csodálkozással kérdezted: „A szeme apukáé? Hát az hogy lehet?...” És kérdésedre kitérően felelték: „Majd máskor megmagyarázzuk...”

Az igazi felelet az, hogy a gyermek fogamzásához az apa éppen olyan szükséges, mint az anya; a gyermek a szülők kölcsönös szeretetének a gyümölcse.

Az apa szerepe a gyermek születésében éppen olyan nemes, éppen olyan tiszta, mint az anyáé; persze az ő szerepét is titokzatosság veszi körül, mert az élet továbbadása az emberiségnek Istenhez való viszonyát érinti.

A Szeplőtelen Szűz tisztában volt a férfinak a házasságban való szerepével és nem botránkozott meg rajta. Amikor az angyal jelentette neki, hogy az Úr Jézus édesanyja lesz, Mária egyszerűen ezt kérdezte: „Hogyan lehetséges ez, hiszen férfit nem ismerek?” (Lk. 1, 35.) Tudta tehát, hogy egy emberi lény születéséhez egy férfi közreműködésére is szükség van és a házasságnak ilyen szemléletétől nem riadt vissza. Csak azt nem tudta, hogy az ő kedvéért Isten kivételt fog tenni az egyetemes törvény alól, nem azért,

mert lebecsüli a törvényt, hanem azért, hogy Szűz Mária teljesen Fiáé és az emberiségé lehessen.

Az angyal valóban csakhamar megnyugtatta őt, mondván: „Ne félj Mária... Kegyelmet találtál Istennél. Méhedbe fogansz és fiat szülsz. Jézusnak fogod hívni.” (Lk. 1, 31, 32.) Más szóval: Isten csodálatos közbelépése által Mária teste megtermékenyült és a Messiás megfogant méhében.

Hogy gyermekek születhessenek az apa megtermékenyítí az anyát.

Az élet törvénye

Isten világtervében testünk minden sejtjének megvan a maga sajátos szerepe. Természetesen a legfontosabbak közé kell számítanunk azokat a sejteket, amelyek az új élet keltésében, egy új emberi lény születésében játszanak szerepet. Ezek a csírasejtek, mert az élet csíráját tartalmazzák.

Valójában – és ezzel kiegészítem azt, amit fentebb mondtam – minden élőlény, ha még olyan fejletlen is, kétféle csírasejt egyesüléséből keletkezik: a nőstény petesejtnek és a hím ondósejtnek, vagy ivarsejtnek egyesüléséből.

Ugyanez áll a növényekre nézve is. Megfigyelted például valaha egy mogyoróbokor virágait? Kétfélék: egyik felük a petesejtet tartalmazza, másik felük a virágport.

A szél és a rovarok, főképpen a méhek széthordozzák a virágport, s ha az a virágok petesejtjével egyesül, bekövetkezik a megtermékenyülés: új gyümölcs fejlődik.

A természet e csodálatos törvénye irányítja a gyermekek születését is. Kell, hogy két különlemű lény, az apa és az anya eleven sejtjei találkozzanak, csak így keletkezik az embrió az anya testében.

Azokat a szerveket, amelyek ezeket a sejteket létrehozzák, nemi szerveknek nevezzük (ezek a szervek a két nemnél nem egyformák).

Már jeleztem, hogy milyen bonyolultak és kényesek ezek a szervek a fiatal leány testében. A férfi nemiszervei nincsenek elrejtve a test belsejében, mint a tied, hanem kívül vannak. Ez már nem újság a számodra, ha van kisöcséd, akit mosdatsz. Ezeket a szerveket is Isten teremtette, tehát gyerekség lenne azt hinni róluk, hogy tisztátalanok. Helytelenül gondolkozik az az anya, és nem tudja, milyen kárt okoz fiacskájának, aki a nemiszerveket „illetlen testrészeknek” nevezi. Mintha Isten teremtett volna illetlen dolgokat!

A fiú külső nemi szervei: a hímvessző vagy hímtag, továbbá – szintén a test külső részén – a herezacskó, amelyben a két heremirigy van elhelyezve: ezek többnyire a 14. életév körül fejlődnek ki.

Ezek azok a mirigyek, amelyek az élet továbbadásához szükséges ondósejteket vagy csírasejteket termelik; ezek az ondóváladékban úszkálnak, amely szintén a hímvesszőn át távozik a szervezetből.

Isten munkatársai

Miután Isten így előkészítette őket, a férfi és az asszony új élet továbbadásán, nemzésén működhetnek közre.

Isten elgondolása szerint az igazi szerelem: önmagunk odaadása. A férj annyira szereti feleségét, hogy önmagából a legéleterősebbet, az élet továbbadásához legszükségesebbet adja neki. Az asszony annyira szereti férjét, hogy átadja neki testét: amikor ezt teszi, tiszta ma-



rad, mert Isten akarata szerint cselekszik. Teste befogadja hüvelyébe a hímveszőt s a heremirigyek termelte és eleven csírasejtekkel teli nedv szétárad a nő méhében.

A szűzhártya vagy a szeméremhártya – amelyről már szó esett – ilyenkor beszakad, ami rendszerint semmi fájdalmat nem okoz, vagy csak igen csekély fájdalommal jár, de ezt az asszony a szerelem hevében szívesen elviseli.

A leányok gyakran zavarba vannak, ha erről az egyesülésről beszélnek előttük. A szeméremérzés tartózkodóvá teszi őket.

De látod, az a legfontosabb, hogy Isten szándékait megismerd és derűs természetességgel elfogadd, és pedig teljes szíveddel, egész lelkeddel, hozzátehetem: egész testeddel, mert a házasság szent kötelékében ez a feladta az apának és az anyának. Csak így lehetsz harmónikus lelkű, kiegyensúlyozott fiatal leány és később tökéletes feleség és példás anya. Bíznod kell tehát az isteni bölcsességben.

Ha abban az időszakban, amikor a petesejt megtermékenyülhet – és ez az időszak minden hónapban csak néhány napig tart – a petesejt egy ondósejttel találkozik, a két élő sejt egyesül és az anya testében egy új emberi lény kezd fejlődni.

Rendesen csak egyetlen petesejt termékenyül meg, és ebből egyetlen gyermek születik. De az is lehet, hogy egy petesejt többfelé oszlik, vagy hogy két petesejt termékenyül meg. Ilyenkor két gyermek születik: ikrek születnek. Nagyon ritkán az is előfordul, hogy hármas ikrek születnek, még ritkábban négyes- vagy ötösikrek.

Ha a petesejt nem eleven, tehát nem termékenyül meg

az anya testében, akkor nem fejlődik ki gyermek. De a házastársak egyesülése akkor is szép és jó, istenáldotta cselekedet, mert szerelem, bizalom és tökéletes odaadás jele. Ez Isten szemeláttára történik, azzal a céllal, hogy a házastársak megosszák egymással a házasság örömeit-gondját.

Lehetséges, hogy a házastársak régóta szeretik egymást, de mégsem születik gyermekük, holott kívánnák, hogy szülessék; ennek az lehet az oka, hogy a férfi nemző szervei nem tartalmazznak eleven sejteket, vagy hogy a nő finom és bonyolult szervei nem termelnek élő csírákat. Az ilyen asszonyra azt mondjuk, hogy meddő és ez nagy bánat, mert minden igazi asszony anya szeretne lenni.

Gondolj csak a Szűzanya rokonára, Erzsébetre. Ő is meddő volt és nem volt már fiatal.

Az angyal így szólt Máriához: „A Szentlélek száll rád és a Magasságbeli ereje borít el. Ezért a születendő szent is Isten Fia lesz. Rokonod, Erzsébet is fiat fogant öregségében s már hatodik hónapjában van, bár magtalannak tartják az emberek. Istennél semmi sem lehetetlen.” (Lk. 1, 35.) És Mária egyedül jó szívére hallgatva elindult, hogy jelen legyen majd annak a születésénél, akiből Keresztelő Szent János lesz.

Lehetséges, hogy egy édesanyának csak egy vagy két gyermeke születik, pedig többet kíván; de olyanok is vannak, akik félnek az anyaságtól és a velejáró anyagi gondoktól, s azért nem akarnak gyermeket. A gyermek miatt le kellene mondaniok szórakozásaikról, utazásaikról stb. Főleges mondanom, hogy ez önzés.

A házastársak egyesülése szent, mert Isten rendelte;

Isten mondotta első teremtményeinek: Növekedjetek és szaporodjatok. A Szentírás is világosan beszél a nemeknek erről az egyesüléséről. Ezt olvassuk a bibliában: „És lesznek ketten egy testté.”

Hozzáteszem, hogy a házastársak egyesülése olyan magasztos és tiszta dolog, hogy a fogamzás percében maga Isten ad lelket a gyermeknek.

Természetes, hogy ez az egyesülés bűn olyanok között, akiket nem köt egymáshoz a házasság. De azért, ha az ilyen törvénytelen kapcsolatból gyermek származik, Isten annak is ad lelket és azt is éppúgy fogja szeretni, mint többi gyermekét.

A házasság szentsége

Ahogy a papot megszenteli az egyházi rend szentsége, hogy hivatásának az isteni élet továbbadását tekintse, úgy szüleidet is egymásnak szenteli a házasság szentsége, elsősorban azért, hogy az emberi élet továbbadói legyenek. A házasság szentségét szüleid szolgáltatták ki egymásnak az eskető pap: az Egyház tanúja és képviselője előtt.

Azt már tudod, hogy a szentségek különleges kegyelmekkel vérteznek fel az élet fontos feladataira; márpedig, ha van a szülők számára fontos feladat, akkor ez a gyermekek életre hívása. Az anya jól tudja, mennyi gondot és mennyi munkát jelent majd aszá számára a gyermek. Az apának pedig még többet kell dolgoznia, hogy gyermekeit felnevelje és a növekvő család anyagi igényeit kielégítse.

Ebből következik, hogy amikor szüleid egyesültek, hogy te megszülethessél, a megszentelő kegyelem még

jobban elárasztotta őket; az Ő akaratát teljesítvén, közelebb jutottak Istenhez is.

Látod, milyen távol vagyunk azoktól az ostoba fiataloktól, akik a nemek egyesülésében tisztán állati cselekményt látnak és trágár módon tréfálkoznak rajta.

De messze vagyunk azoktól a félénk leányoktól is, akik azt képzelik, hogy a házasság bizalmas közösségében az ember lealacsonyodik és elveszíti Isten kegyelmét!

Az apa felelőssége

Milyen boldogság az apa – a keresztény apa – számára, amikor első ízben tartja karjában gyermekét! Ő is elmondhatja, mint az édesanya: „Ez az én gyermekem! Nélkülem nem született volna!... Isten általam adott neki halhatatlan lelket... Ez a gyermek egykor színről színre fogja látni Istent... Krisztus az én gyermekemért is feláldozta magát és örök boldogságot szánt neki. Ó bár méltó lennék erre a szép hivatásra!”

Ugyanúgy mint az anya, az apa is felelősnek érzi magát az új kis lény életéért. Ők ketten adtak testi életet a gyermeknek; de közös feladatuk ezzel nem fejeződött be. Értelmi, erkölcsi, szellemi életet is kell adniok a gyermeknek; segíteniök kell, hogy növekedjék, fejlődjék, méltóképpen teljesítse hivatását. Hány apa vallotta be nekem, mennyire aggódik serdülő leányáért!

Ennek a könyvecskének azelején azt mondtam neked, hogy az apa is lehet nagy leányának bizalmasa. Sok veled egykorú leányt ismerek, aki örömmel tárná fel szívét édesapja előtt. De sok apa oly zárkózott vagy annyira elfoglalt, hogy gyermekei nem mernek közeledni hoz-

zá. Pedig ő is szeretné jelét adni szeretetének. szeretne tanácsot adni, tapasztalatairól beszélni; szeretné figyelmeztetni leányát, hogy óvja bizonyos veszedelmektől, de ő még leányánál is tartózkodóbb. Nem tudja, hogyan szóljon hozzá, hogyan nyerje meg bizalmát. Talán minden könnyebb lenne, ha leánya elmondaná neki, hogy olvasta ezt a könyvecskét és így már jobban érti mit várhat édesapjától. Így azután, ha nem is olyan könnyen és nem is olyan finom veleérzéssel mint a mama, de éppen olyan szeretettel az édesapa is válaszolhatna leánya kérdéseire.

Imdáság édesapáért

Miatyánk, ki vagy a mennyekben, Te azt a küldetést bíztad földi atyámra, hogy a Te teremő hatalmadban részesedjék.

Életemet éppen úgy köszönhetem neki, mint édesanyámnak, tehát neki is hálával tartozom.

Belátom, nem törődök eleget azokkal a gondokkal, amelyeket magára vállalt értem. Nagyon is könnyen be-lenyugszom, hogy amit tőle kapok, az kijár nekem.

Világosíts meg Istenem, hogy jobban megértsem, mivel tartozom édesapámnak.

Meg akarom neki mutatni hálámat szeretetemmel és szorgalmammal. Igyekszem őt bátorítani hivatásának betöltésében, mint ahogyan én is szeretném, ha ő is bátorítana engem a magam hivatása betöltésében.

ÉP TESTBEN ÉP LÉLEK

A test lelked eszköze: azért kaptad Istentől, hogy hivatásodat betöltsed. Két útja van ennek. Az egyikén járva az a hivatásod, hogy gondját viseld családi tűzhelyednek, segíts férjednek, sarkald hivatása betöltésében, keresd tettségét és majdan hozza világra, gondozd és neveld gyermekeidet. A másik út, hogy nem mégy férjhez, hanem vagy önálló hivatást töltesz be a társadalomban, vagy teljesen Istennek szenteled életedet. Elképzelheted, mennyi energiát kell tárolnia egy fiatal leánynak, hogy majdan megfelelhessen mind e követelményeknek.

Lassan testileg-lelkileg felkészülsz hivatásodra, de ez nem megy zökkenő nélkül. Nem mindig találsz meg könnyen az egyensúlyt azok között a hajlamok között, amelyek szívedet-lelkedet betöltik. Például:

Ma reggel áradozóan, szinte túlzottan jókedvű voltál; délután szomorú vagy, csüggedt, levert... Ma sírva fakadsz ha szüleid egyetlen szót szólnak, pedig tegnap még talán a válladat vonogattad... Olykor csupa erély vagy, csupa lendület, önmagaddal szemben szigorú; azután egyszerre csak nem érdekel semmi, puha vagy, tedd-ide, tedd-oda... Egyik héten rajongsz valamelyik barátnődért, a másik héten közömbös vagy vele szemben.

Szeretnéd, ha felnőtt számba vennének, holott toporzékolsz dühödben és igen gyakran nagyon is gyerekesen viselkedsz... Szeretnél jó kislány lenni, szolgálatkész, vidám, szeretetreméltó és egy semmisség felborítja szép elhatározásaidat...

Szeretnél a múltadtól megszabadulni, elmenekülni még a családi körből is, jó messzire menni, új összeköttetése-

ket, főképpen tapasztalatokat szerezni, új életet kezdeni, hogy mindenki csodáljon... De közben érzed, hogy mennyire segítségre szorulsz és esténként azt kívánod, hogy édesanyád megértéssel szóljon hozzád, elcsitítsa aggodalmait...

Talán ezek a szavak jönnek ajkaidra: „Engem nem ért meg senki... Engem nem szeretnek... Engem mindenki elhagy... Nekem soha nem sikerül semmi... Lelkem egyensúlyát veszítette... Legjobb lenne meghalni...

Nyugodj meg: ismernek téged, megértenek és jobban szeretnek, mint gondolod. De néha túlságosan magadba vonulsz, elzárkózol!...

Néhány útbaigazítást adok neked, néhány tanácsot, hogy tested harmónikus fejlődését biztosítsad.

Amikor azonban ezeket a sorokat olvasod, jusson eszedbe, amit kezdetben mondtam: sok fiatal leányhozszólok itt és mindegyiknek más a problémája. Néhány tanácsnak te talán nem veheted hasznát, de légy meggyőződve, hogy sok társad nagyon is hasznát veheti.

Egészséges test

Ügyelj tested egészségére. Az egészség már maga is szépség, az egészség viszont nagyrészt az ápolásától függ.

Szeresd a vizet. A víz tisztán tartja testedet, hajadat, fogadat, üdévé teszi arcodat, egészségessé a bőrodat, hajlékonyá izmaidat; véred gyorsabban kering, idegeid megnyugszanak és lélegzésed szabályosabb, mélyebb lesz. Szükségtelen a hajadat, az arcodat, a testedet mindenféle agyonreklámozott szerrel kenetned, ettől nem leszel egészségesebb, sőt!

Fölösleges mondanom, hogy a menstruáció idején fokozottabban kell ügyelned tested tisztaságára. Gondos és alapos mosakodással kell eltávolítanod minden szennyet. Édesanyád majd megmondja, hogyan járj el.

Sok leány egyáltalán nem érzi rosszul magát ilyenkor; mások azonban rosszul érzik magukat, fáradtak, ingerlékenyek. Ha te is ez utóbbiak közé tartozol, vigyázz, ne túlozz; ne vágj mártír arcot, ne felejtse el, hogy természetes folyamatról van szó. Ne utánozd azokat a leányokat, akik ilyenkor kiállhatatlanok, folyton jajgatnak, zokognak, önző gyermek módjára viselkednek.

A menstruáció ideje alatt kerül a túlságos fáradtságot, a hosszú gyalogutakat, a nehéz sportot, a tehercipelést. Az úszás sem ajánlatos, mert a leszakadt nyálkahártyák sérült helye könnyen fertőződik.

Rendes munkádat azonban elvégezheted, légy szorgalmas, de ilyenkor ne végezz tornagyakorlatokat, kivéve, ha az orvos tanácsolja. Kellemetlen közérzetet rejtse mosoly mögé.

Ha fájdalmaid nagyon is erősek és ha a vérzés szokatlanul bőséges, vagy ha a menstruáció nem szabályos időközökben ismétlődik, illetve ha túlságosan hosszú ideig tart, akkor minden álszemérmet félretéve fordulj orvoshoz. Aki egészséges akar lenni, annak adott esetben szót kell fogadnia az orvosnak. Az orvos majd segít rajtad.

De azért a testápolást se vidd túlzásba! Ismerek leányokat, akik annyira félnek a bacillusoktól, hogy a nap minden órájában kezét mosnak. A túlzás sehol sincs helyén. Fölösleges órákhosszat ülni a fürdőben – otthon, a strandon –, ez elpuhultság jele és árt az egészségnek.

Táplálkozz egészségesen; ne egyél sok húst, de annál több főzelékfélét és gyümölcsöt. Fogadj szót édesanyádnak, ő tudja, hogy milyen táplálékra van szükséged. Mindig ugyanabban az órában egyél és rágd meg jól az ételt.

Ne tartozz azok közé sem, akik alig nyúlnak az ételhez, alig néznek rá... féltik a vonalaikat! Mintha a fiúk súly szerint ítélnék meg a lányokat! A fiúk jobban szeretik a virulóan egészséges fiatal leányokat, mint azokat a gyöngé virágszálakat, „akiket egy fuvallat is elgörbít”.

Vannak leányok, akiknek főfoglalkozásuk: nem meghízni, mindenáron karcsúnak maradni! A mérleg irányítja életüket, öntudatukat, jövőjüket. Elfelejtik, hogy egy szép napon anyák lesznek és akkor erős csontokra, erős idegekre lesz szükségük, erőtartalékokra, hogy az életet továbbadhassák.

Egyébként éppen azok, akik a tápláló ételt visszautasítják, a nyalánkságokat rendszerint nem vetik meg.

A nagyon erős kávé, az alkohol és a cigaretta serdülő korban sokszor méreg. Ne hidd, hogy csak ilyesmivel teheted magad rokonszenvéssé a társaságban; a jólnevelt, becsületes fiúk – persze nem a másfajták! – többre becsülik azokat a leányokat, akik tudnak magukon uralkodni, és akik mosolyogva utasítják vissza azt, ami egy fiatal leány egészségének ártalmas.

Ami az alvást illeti, vérmérsékletednek megfelelően rendszeresen legalább kilenc órát kell aludnod naponta, hogy szervezeted teljesen kipihenje magát és tovább fejlődhessék; köztünk szólva, az alvás a legjobb és a legolcsóbb szépítőszer. De azért az alvást sem kell túlzásba vinni.



Nem mindegy, hogy melyik órában fekszel le: az éjfél előtti órák a legértékesebbek. Kelj föl mindennap ugyanabban az órában és ezen ne változtass egykönnyen. Nem baj, ha olykor későbbben fekszel le, csak ez ne váljék szokásoddá.

Ne járj azokra a zajos estélyekre, amelyeken az idegeket túlfeszíti a tánc, az ital, az érzelmi, sőt érzéki izgalmak, mint ahogy ezt mind nagyvárosi, mind vidéki mulatságokon gyakran látja az ember.

A te korodban az ember nagyon is bízik az idegeiben és talán azt hiszed, hogy könnyen bírod az éjszakázást, de a szervezeted lassan megsínyli.

Bizonyára te is ismeresz olyan karikás szemű, sápadt, bágyadt leányokat, akik miután az éjszaka egy részét mulatozással töltötték, egész nap alig vonszolják magukat, foitelben lustálkodnak s egy semmiség is kihozza őket a sodrúkból. Ásítóznak a fáradtságtól, kénytelenek az egész délutánt átaludni, hogy egy kicsit erőre kapjanak. A komoly fiúknak nem tetszenek az ilyen zilált, összetört leányok.

Szeresd a levegőt. Szobád legyen jól szellőzőtt; ha a hőmérséklet engedi, még éjszakára is tartsd nyitva az ablakot. Az iskolai szünetben szívvel-lélekkel végy részt a többiek játékában, ne csak immel-ámmal, a felügyelőnő noszogatására. Reggelenként iskolába menet legalább az út egy részét gyalog tedd meg; néhány száz méter távolsáigért ne ülj mindjárt villamosra, vagy éppen autóba.

Ne viselj szűk ruhát, hogy a levegő átjárhassa testedet. Ne majmold azokat a leányokat, akik, ha hideg van is, inkább könnyű ruhában dideregnek, csakhogy a divatot kövessék. Lehet valaki vonzó és csinos akkor is, ha ruhá-

ja nem hagyja fedetlenül testének nagyobb részét. Attól még elegáns lehetsz, ha elegendő meleg holmival véded testedet. Hány fiatal leány lett gyöngé, ingerlékeny, fegyelmezetlen azért, mert a divat rabszolgája volt!

Végül gyakorold azokat a sportokat, amelyek a szervezetet egyensúlyban tartják, elsősorban a gyaloglást. Minden reggel végezz tornagyakorlatokat; kerüld a megerőltető játékokat, ne vidd túlzásba a teniszezést és az úszást. A te szervezeted bonyolultabb és törékenyebb, mint a fiúké; ostobaság lenne, ha utánozni akarnád őket, vagy éppen helyettesíteni próbálnád őket. Ne mondd azt, amit néhány fiatal leány szeret hangoztatni: „Dühös vagyok, hogy nem születtem fiúnak!” Mondd inkább: „Boldog vagyok, hogy leánynak születtem és fegyelmezni tudom magamat, hogy jövőmő hivatásomra felkészüljek.”

Tiszta lélek

Ha a tisztaságról beszélnek neked, mindarra gondolkodnak, ami közelebbről, vagy távolabbról Isten által adott asszonyi hivatásodat érinti. Arról van tehát szó, hogy gondolatban, szóban, olvasmányban és cselekedetben óvjad mindazt, ami a házassélettal, a gyermek fogamzásával, az anyasággal összefügg. Tiszta az a fiatal leány, aki megőrzi érintetlenségét addig a napig, amikor feleség és anya lesz belőle.

Ez az erény együttjár a tartózkodással és szemérmességgel, amely az egészséges fiatal leánynál ösztönös. Lásuk, hogyan gondolkozzék egy fiatal leány a tisztaságról:

Amikor arra gondol, hogy hogyan születik, hogyan fogamzik a gyermek, s arra a szerepre, amelyet Isten a

házasságban a férjre és a feleségre kiszabott, ebben semmi rosszat nem lát, mert mindez a Teremtő mélységesen bölcs terve szerint történik. Ha valami kérdés, valami probléma vetődik fel lelkében, természetesnek találja, hogy édesanyjához, édesapjához, vagy más tapasztalt, komoly felnőttökhöz fordul és tőlük megkapja a szükséges felvilágosítást; nem rágódik, nem nyugtalankodik szükségtelenül egymagában a problémákon; tudja, hogy joga van az igazsághoz és a lelki békességhez.

Ha a mesebeli királyfiról álmodik, aki majd eljön érte, ha azokra a tulajdonságokra gondol, amelyeket a választottjában meg szeretne találni... és azután nem leli fel benne ezeket a tulajdonságokat, ezt is természetesnek találja és emiatt nem fog kevesebbet dolgozni, nem megy el az étvágya, és éjszakánként nem forgolódik álmatlanul az ágyában.

Nem adja át magát zavaró ábrándozásoknak, nem éli át gondolatban szerelmese becéző ölelését, nem érzeleg, nem csigázza fel testét. Ilyen kísértéseknek erélyesen ellenszegül. Természetes, hogy úgy ismeri az életet, amilyennek Isten megteremtette: tudja, hogy egy napon majd teljes bizalommal, tisztán kell átengednie magát annak, akit leendő gyermekei apjául választott, de ösztönösen érzí, hogy a házasság előtt a tisztátalanság bűnébe esik, ha ezeket az intim pillanatokat gondolatban és vágyakozásban átéli.

Sajnos sok fiatal leány adja át magát napközben, vagy elalvás előtt ezeknek a tisztátalan képzelgéseknek. És még azt merik mondani: „Igazán nem tudom, mivel vádolhatnám magam a gyónásban, hiszen semmi rosszat nem



követtem el!"... Ideje lenne, hogy lelkiismeretük végre felébredjen!

Egészséges lelkű fiatal leány elolvas bizonyos könyveket, megnéz filmeket, meghallgat rádió-előadásokat, televíziós adást is végignéz, ha arról van szó, hogy minnél többet tudjon meg asszonyi hivatásáról: ezt egészségesnek és normálisnak találja. De arra nézve, hogy mit olvasson, milyen filmet nézzen meg, milyen rádió-adást hallgasson, sokkal inkább szüleitől, tanáriától, gyóntatójától kér tanácsot, mint társaitól.

Erélyesen visszautasítja mindazt, ami káros szenvedélyt ébreszthet benne, így bizonyos szerelmi regények olvasását, bizonyos rádió-előadásokat, pornografikus képek megtekintését, vagy olyan filmeket, ahol a nő romlott-lelkű férfiak játékszere. A tisztalelkű fiatal leány sokkal jobban tiszteli Istent, önmagát, jövőő gyermekeit, sem-hogy olyan leány legyen belőle, aki mohón keresi a tisztátalan izgalmakat mindenütt, ahol csak megtalálhatja.

Persze azért nem ijedezik, ha valamilyen könyvben érzéki leírást talál, ha merész filmjelenetet lát, vagy ha a rádióban sikamlós dalt hall, de undorral fordul el minden-től, ami lealacsonyítja a nőt. Nem adja pénzét azoknak a gazembereknek, akik könyvek, képek, mozi, rádió, televízió útján megrontják az ifjúságot, hogy ezen meg-gazdagodjanak.

Felesleges mondanom, hogy mint kiegyensúlyozott fiatal leány, Gerús józansággal beszélj ezekről a dolgokról, ha a társalgás folyamán szó esik róla. Te nem vagy naív, ostoba liba, mert ismered az asszony szépséges szerepét itt a földön. A többiek – fiúk és leányok – ismerik érzéseidet

és tudják, hogy visszautasítóan viselkednél, ha jelenlétedben valaki ízléstelen tréfát engedne meg magának.

Ismétlem, ne sértődj meg mindjárt egy zavarbaejtő célzásra, hiszen tudod, mit kell gondolnod erről a témáról, és másoknak nem egykönnyen fog sikerülni véleményedet megváltoztatni.

Ha a társalgás hangja már-már kezd elfajulni, igyekezd a beszélgetést más tárgyra terelni, vagy mutasd ki nyíltan nemtetszésedet.

És ha tájékozatlannak is érzed magad egy-egy felvetett témánál, vagy ha nem tudod, hogy hogyan illene viselkedned, mindenképpen őrizd meg derűs nyugalmadat és később kérj felvilágosítást attól a felnőttől, akit bizalmasodul választottál.

Tested bizonyos intim részeinek érintésénél mindég helyesen és józanul viselkedjél. Ne add át magad a tisztálkodás közben néha előforduló bizonytalan benyomásoknak, de helytelenül értelmezett szemérmesség lenne, ha semmi tudomást sem vennél róluk. (Fiatal lányoknál az ilyen magatartás nagyon gyakori.) De mivel az anyaság szervei éppoly érzékenyek, mint a látás, vagy hallás szervei, tartózkodjál attól, hogy feleslegesen érintsd őket. Ha bizonytalan vagy, fordulj tapasztalt felnőttökhöz.

Ime, így értelmezi egy harmónikus lelkű fiatal leány a tisztaságot, így engedelmeskedik Isten hatodik parancsolatának, amely testünk tisztaságára és az igazi szerelem értelmére figyelmeztet.

Légy ilyen tiszta, és egészséges fiatal leány, aki Isten művét tiszteli önmagában, hogy hivatását minél jobban teljesíthesse.

Ha lelked nyugalma felborult

De talán azok közül való vagy, akiknek lelkébe befészkelődött a rossz: tisztátalan álmok gyötörnek, ártalmas könyveket olvasol, kétértelmű beszélgetéseket folytatasz, rossz szokásaid vannak? Most, hogy már jobban érted Isten tervét, megbántad, hogy így cselekedtél, és szenvedsz. Úgy szeretnéd lelked egyensúlyát megtalálni! Ó, mondod, ha előbb olvastam volna ezt a könyvecskét, ha egy évvel, csak három hónappal előbb olvastam volna, minden másképp lenne!... Nagyon kérek, ne csüggedj; oly sokan visszatértek már a jó útra, akik korábban tévedtek és hibát követtek el... Ami elmúlt, elmúlt; most fordítsd tekintetedet a jövő felé.

Mindenekelőtt mosd tisztára lelkedet és őszinte gyónás által békülj ki Istennel. Hangsúlyozom, hogy őszinte gyónás által, mert a gyónásban a leányok sokkal kevésbé őszinték, mint a fiúk.

Gondolj arra, hogy őszintén gyónni annyit jelent, mint a jó Istennek megmutatni, hogy meg akarsz javulni; ezt a gyóntató is tudja és mindig rokonszenvet érez az iránt, aki gyónás közben súlyos bűnökkel vádolja ugyan magát, de őszinte bánatot árul el.

Ne hidd azt, hogy a pap csodálkozik bűneiden: nagyon jól tudja ő, mekkora nehézségekkel találkozik egy fiatal leány és hogy mennyire tud szenvedni. Visszaadja neked Isten kegyelmét és hasznos tanácsokkal lát el, hogy egészséges fiatal leány lehess.

Nem győzőm ismételni: legyen valakid, akit bizalmaddal megajándékozol.

Ez a valaki lehet gyóntatód is, aki visszatérített az egye-

nes útra és akihez, mint erkölcsi tanácsadóhoz rendszeresen visszatérhetsz; de lehet bizalmasod egyik tanárnőd munkavezető, – sőt egykorú, okos és derék barátod is.

Légy hű az imádsághoz és a szentáldozáshoz: ha állandó kapcsolatban maradsz Istennel, visszanyered lelked egyensúlyát; mert Isten erőt fog adni, ha Ő „az első, akinek szolgálsz”, – mint Jeanne d'Arc mondotta.

Közeledj a Szűzanyához, minden fiatal leány példaképéhez; Ő élete folyamán testét-lelkét Istennek áldozta annak a hivatásnak betöltésében, amelyet Isten neki szánt. Kövesd példáját.

Ez a néhány tanács, amit e könyvecskében olvastál – s amit tán mások személyedre és körülményeidre alkalmaznak és kiegészítenek – hozzásegít, hogy ismét kiegyensúlyozott, derűs és nemeslelkű fiatal leány légy.

A szépség keresése

A teremtés szebbnél-szebb alkotásokkal ajándékozta meg a világot és ezek között előkelő helyet foglal el a női test. Érthető, hogy a művészek mindent elkövetnek – sajnos, nem valamennyien nemes cél érdekében – hogy a női test vonalainak szépségét a vásznon, vagy márványban megörökítsék.

Hiba lenne, amit le kell küzdened magadban, ha ezeket a műtárgyakat erkölctelennek tekintenéd. Egy virág, egy szép táj megpillantása, gondolatainkat Istenhez emeli; ugyanígy egy festmény, egy szobor, amely a női test báját, harmóniáját juttatja kifejezésre, szintén Istenhez emelheti azokat a becsületes lelkeket, akik a teremtményekben magát a Teremtőt fedezik fel.

A nő örül annak, ha szép. Vele született szépérzékénél fogva ösztönösen törekszik arra, hogy szép legyen, anélkül, hogy ennek mindig tudatában lenne – mert szeretni a figyelmet magára vonni. Ha a férfi nem találná vonzónak a nőt, akkor teljesen belemerülne hivatásába, a világegyetem kincseit aknázná ki inkább és nem vállalná a tűzhelyalapítás és fajfenntartás gondját. Ezért ültette Isten a férfi lelkébe azt az ösztönt, amely fogékonytá teszi a női bájjal szemben.

Természetes tehát, hogy a nő is érvényesülni akar és te is azért nézegeted magad a tükörben, azért vigyázol a hajad vágására, azért válogatod meg a ruháidat, azért ügyelsz mozdulataid harmóniájára, mert tetszeni akarsz.

Megfigyelhetted, hogy a fiúknak nincsenek ilyesféle gondjaik. A fiúk mamája sokszor haragszik, mert a fiúk nem akarnak borbélyhoz menni, nem akarnak nyakkendő-t viselni, nem akarják a cipőjüket kifényesíteni.

Tehát te szép akarsz lenni. Ne titkold, Isten is ezt akarja. De milyen eszközökkel?

Először is megnyugtatlak, ha azt hinnéd, hogy rajtad semmi, de semmi szép nincsen: nagyon-nagyon ritka az olyan fiatal leány, akiben semmi báj sincs és aki valóban csúnya. Különbözik is egészséges lelkű fiúk kevésbé igényesek a leányokkal szemben, mint gondolnád. Ők feleségről álmodoznak, nem sztárról; olyan leánnyal szeretnének találkozni, aki társuk lesz, aki megérti, munkájukban bátorítja őket, vezeti háztartásukat, neveli gyermekeiket stb. Semmi kedvük egy költekező asszony divatszámleát fizetni. Persze fontosságot tulajdonítanak a szépségnek is, mindennekfölött a belső szépség érdekli őket, az a szépség, a-

mely az arcot valóban formálja: a jóság, a megértés, az odaadás.

Ne ess tehát kétségbe, ha valami szépséghibád van, még akkor se, ha nem rejtett ez a szépséghiba, hanem látható. Ismerek leányokat, akik azon sopánkodnak, hogy túlnagy a fülük, vagy túlkecskes az orruk; hogy vastag a derekuk, vagy durvaszalú a hajuk, vagy hogy balszemük alatt szemölcs nőtt.

Hogy szép lehess, szeress mindent, ami szép; szeresd a szép könyvet, a szép filmet, a szép színdarabot!

Teremts szépséget magad körül; legyen szép, tehát rendez a szobád, tartsd rendben a szekrényeidet és a fiókjaidat. Ha még tanulsz, viselj gondot a füzeteidre, legyen rendez az írásod, vigyázz a helyesírással, mert a hibás írás sokszor a belső rendetlenség tükröze. Amennyire lehet, szépítsd az otthont, az osztályt, a műhelyt, munkahelyedet, plébániatemplomodat. „Tündérújjaid” ügyeskedjenek mindenütt, ahol csak lehet, hogy szépséget teremts magad körül.

Csinosítsd magadat is. Újra mondom: a nőnek üdének, és vonzónak kell lennie, de hozzáteszem: mértéktartással. Az igazán jóra való fiúk éppen ezt a mértéktartást keresik a leányokban.

Megtörténik persze, hogy látszólag előnyben részesítenek egy másik leányt, aki feltűnő, sőt kihívó ruhát visel. Ez csak látszat, valójában egy szerényebb leány jobban tetszik nekik. Kétségtelen, hogy akad néhány ilyen külsőséges, múló vonzalom, de valamire való fiúk nem bízzák szívüket és életüket felületes leányra.

Ne tévesszenek meg a kozmetikai és divatcikkrek reklámai. Elképesztő, mi minden kellene a női szépséghez, ha a reklámoknak igazuk volna. Szerencsére az igazi szépség nem kerül annyi pénzbe és fáradságba.

Hány házasság borult már fel az asszony költekezése miatt, mert esztelenül követte a divator!

Hány fiatal leány viselkedik kiállhatatlanul odahaza, mert szülei nem vették meg neki azt a sált, amelyet irigyelt barátnője olyan könnyen megkapott? Szerénység legyen a jelszó!

Ne dobj el semmit, amit egy kis ötletességgel, egy kis ügyességgel és ízléssel még föl lehetne frissíteni.

Ne öltözködj át napjában többször is, csak azért, hogy barátnőid irigyeljenek, még kevésbé azért, hogy elkápráztasd a fiúkat, akik pedig észre sem veszik, hogy milyen ruha van rajtad.

Ne nézegesd magad szakadatlanul a tükörben, ne fésülködj tízszer is egy nap, ne babráld állandóan azt a rakoncátlan hajtincset. Nevetséges a hajadat vagy a körmeidet festened, a szemöldöködöt kitépned, az arcodat krémekkel kenetned, az ajkadat pirosítanod. Hagyd ezt a hervadt, öreg nőknek. Az embernek néha kedve támad egy táblát vinni néhány fiatal leány előtt, ezzel a felírással: „Vigyázat, mázolvá!” A jóra való fiúk nem szeretik az ilyet; ők jobban szeretik a természetest, mint a mesterkeltet, és elfordulnak azoktól a leányoktól, akik elrejtik előlük igazi arcukat. Irtóznak az egyéniséget nélkülöző leányoktól is, akik annyira hasonlítanak egymáshoz, mint ha valamennyien testvérek lennének, vagy mintha sorozatban gyártanák őket.

Üdeséged, arcod tisztasága mindenekelőtt a belső

szépséget tükrözze, a lélek tisztaságát, a tiszta lelkiismeretet. Ha nem így van, úgysem mégy sokra, mert a romlott gyümölcs kívül sem marad sokáig szép.

Imádság, hogy tisztalelkű leány lehess

Istenem, most már jobban megértem a hivatást, amelyet nekem szántál.

Tőled kaptam lelkeimet, minden lehetőségével együtt és testemet azokkal a kincsekkel, amelyek segítenek majd továbbadni az életet.

A Te kegyelmeddel – amelyet soha sem vonsz meg tőlem – kiegyensúlyozott és tiszta fiatal leány akarok lenni; távol áll tőlem, hogy eltékozzoljam értékeimet, mert méltó akarok maradni a feladatra, amelyet reám bízál.

Nem fogok ábrándozni; kerülni fogom azokat az olvasmányokat és beszélgetéseket, amelyek lerombolnák női méltóságomat.

Tisztelni fogom testemet, mely máris jövődő férjemé és jövődő gyermekeimé. Még inkább tiszteltem testemet, ha úgy rendeled, hogy egészen Neked szenteljem magamat.

Ha azt akarod, hogy szép legyek, mindenekfölött lelkem szépségén fogok őrködni, hogy kegyelmedben maradhassak. Vigyázni fogok testem szépségére is, de kívánságaimban és kiadásaimban szerény leszek.

Istenem, felajánlom Neked testemet és lelkeimet; segíts nekem, hogy a Szűzanyához, minden fiatal leány eszményképéhez váljak hasonlóvá.

KITÁRUL A SZÍV

Mivel Isten a családot a társadalom éltető sejtjének szánta, természetes, hogy minden emberi lény szívébe vonzalmat ültetett a másik nem iránt. Ez a vonzalom mindenképpen beletartozik az isteni Gondviselés tervébe – és e vonzalom a szerelem. A szerelemben férfi és nő önmagukat ajándékozzák egymásnak, segítők és munkatársak közös céljuk érdekében: elsősorban a jövőendő nemzedék életrehívása és felnevelése érdekében.

De te már elég nagy vagy ahhoz, hogy lássad: a szerelmet nemcsak ennek a szent célnak szolgálatába állítják. A moziplakátok, a filmek, a képes folyóiratok, a regények, a dalok, a rádió sokszor gúnyt űznek a szerelemből, lealacsonyítják és valódi értékétől megrabolják a szerelmet.

Lassanként felfedezel egy világot, amely játszik az emberi szívvel, letér az egyenes útról és lábbal tiporja a szép érzéseket. Tele van a világ könnyűvérukkal, akik semmi előtt sem torpannak meg; önbecsülés, szemérem-érzés, házasság, hűség, anyaság nem fontos nekik.

Fontos, hogy helyes gondolkodású és erős akaratú légy, mert csak így tudod, Isten kegyelmével, megóvni legnagyobb kincsedet, a szívedet.

Felébred szívedben a szerelem

Igen, felébred benned a szerelem, – a szerelem, mely rokonszenvből, megértésből, odaadásból, s abból a vágyból tevődik össze, hogy másokat boldoggá tegyünk, s ez az érzés először a gyermek felé irányul.

Már egészen kicsi korodban gyöngéden szeretted bábit; azután, mikor nagyobb lettél, anyai érzelmekkel vonzódtál kisöcsédhez, vagy kishúgodhoz, és szívesen segítettél édesanyádnak a kicsik gondozásában. Családi özszejövetelek alkalmával most is ösztönösen a legkisebbekhez vonzódol és mialatt a felnőttek egymással beszélgetnek, te ezer módot találsz ki a kicsinyek mulattatására.

Ha kisgyermekes édesanyát látsz, anyai ösztönöd fel támad, és arról a napról álmodozol, amikor majd te is károdba szoríthatod gyermekedet. Ekkor már a szerelem ébredzik benned. De mivel Isten terve szerint két különböző nemű embernek kell az új élet fakasztásához egymással egyesülnie, természetes, hogy a gyermekhez való vonzódásodat csakhamar követi a fiúk iránt való vonzalom is.

Persze volt idő, mikor mindegy volt neked, hogy kisfiúkkal vagy kislányokkal játszol-e. Aztán, mikor nagyobbcska lettél, elkerülted a fiúkat, mert úgy találtad, hogy erőszakosak, gorombák, elviselhetetlenek; nem tetszett a beszédmodoruk, a viselkedésük, a hengegésük, nem tetszett az, hogy csak a durva játékokat kedvelik, és szívesebben időztél leányok társaságában.

Talán még ma is ott tartasz, hogy a fiúkat vásott kölyköknek nézed és félsz tőlük. Azonban minden leány észrevétlenül fejlődik; egyszer csak úgy érzed, hogy gyöngé vagy és jó lenne egy erős valakit találni, aki neked és leendő gyermekeidnek gyöngeségtekben támaszotok lehet. Rájössz, hogy a férfi miattad van a világon és valami új érzés ébredzik benned: a vonzalom a férfi iránt. Ez az érzés természetes és egészséges; Isten mozgatja meg a leány szívét, amikor ez az érzés felébred benne.

De nézzük közelebbről, hogyan kell ennek az érzésnek az olyan leány szívében kifejlődnie, aki jó, egészséges akar maradni és nyitott szemmel jár a világban.

Szóljunk előbb egy-két szót a múltó szerelem fellángolásáról, a rajongásról – egy-egy osztálytárs, játszótárs, néha egy tanár vagy tanárnő, egy színész vagy színésznő, sőt egy divatos jazz-muzsikus iránt!

Ha így lángolsz valakiért, a felnőttek nevetnek rajtad, te pedig idegeskedsz és sírsz dühödben vagy elkeseredésben. Pedig hát valld be, hogy néha bizony komikusak ezek a rajongások, mindenesetre gyökeresen különböznek az igazi barátságtól, vagy egy felnőtt iránt érzett igazi vonзалomtól.

Persze nagyon fáj, ha a másik nem tudja, vagy nem akarja érzelmeidet viszonzni. Ha meg fellángolásodat ő is „lánggal” viszonzozza, akkor lesz csak igazi tűzvész belőle! Mindent eléget: a szülők tanácsait, a leányokkal való barátságot, még a munkát is. Semmi egyéb nem létezik számotokra csak az a fontos, hogy ti ketten megmaradjatok egymásnak.

Az önzés súlyos hiba; de van kettesben való önzés is, ilyen a rajongás is.

Mi megy végbe ilyenkor a leányok szívében? Egyszerűen ez: a szerelem ébredt fel bennük, de még nem találta meg igazi tárgyát, a leendő vőlegényt, férjet. Jobb hiányában egyelőre másért lelkesedik. Az ilyen kisiklás elég gyakori és sokszor féltékenykedéssel, búskomorsággal és rossz testi közérzettel jár, tétlenkedésre vezet és végeredményben árt a fiúkhöz való vonzódás természetes kifejlődésének. Vigyázz, nehogy ilyen föllángolás kerítessen hatalmába, uralkodj szíveden.

Egy adott pillanatban tehát, 15 éves korodban, talán előbb, talán később – aszerint, hogy vannak-e fivéride vagy nincsenek, hogy vidéken élsz-e vagy városban, hogy családi légköröd kellemes-e vagy sem – rokonszenvesnek kezded találni a fiúkat.

Gyakran beszélgettek a fiúkról magatok közt, szeretitek ha jelen vannak, de rémüldöztök is tőlük... egy kicsit talán számításból. Érdeklődéssel figyeltek őket, szeretnétek behatolni ennek az „erős nem”-nek titkaiba, pedig az „erős nem” néha olyan gyenge!

Mert a fiú rejtély a leány szemében és viszont. Mit gondol ő? Mit akar? Úgy szeret ő is, mint a leány?

Ismétlem: ez az ösztönös rokonszenv, ez a vonzalom egészséges, normális, természetes. És azok a felnőttek, akik ezen csodálkoznak, megütköznek, felháborodnak, akik haragszanak, ha a fiatalok szerelemről beszélnek, nem fogták fel teljes nagyságában Isten tervét.

Nem volt tisztában feladatával az a tanárnő, akihez egy 17 éves leány így szólt: „Tessék nekünk a szerelemről beszélni!” és aki erre úgy megijedt, mint a tyúk, amely kacsákat költött ki, és így felelt: „Mit beszéltek? Remélem, hogy ezt nem gondoljátok komolyan?” Én az ő helyében így feleltem volna: „Rendben van. Ez azt bizonyítja, hogy normálisan fejlődtek, tehát beszélni fogunk a szerelemről, de az igazi szerelemről.”

Kétségtelen, hogy negyven évvel ezelőtt a leányok másképpen éltek, mint manapság; nem fordultak meg másutt, mint otthon és az intézetben. Ma a leányok is benne élnek az élet forgatagában; a könyvek, az újságok, a képes folyóiratok, a mozi, az utazás, a hirdetések sokkal

előbb kinyitják a szemüket... és a szívüket. Hogy ösztöneiket helyes irányba tereljek, önfegyelem szükséges.

Mert minden ösztönt irányítani kell: a nagy együttesbe beleilleszteni és csak a megfelelő alkalommal működésbe hozni. Egy 13-14 éves leánynál egészséges jelenség a fiúk iránt mutatkozó általános érdeklődés, de nagyonyis korai dolog és még nem igazi szerelem, ha ebben a korban az érdeklődés már egy bizonyos fiúra irányul.

Nem rólad meg, ha nálad is ez a helyzet; mert ennek gyakran az az oka, hogy a leányt nem világosították fel idejében. De ha gondolkozol a dolgon, egy véleményen leszel velem. Még nem érzed magad eléggé érettnek – és a fiú sem érezheti magát annak, – hogy véglegesen döntsetek sorsotok felől; és még nem tudod határozottan, hogy mit várjon a nő a férfitől ahhoz, hogy tartós, egészséges és sugárzó családi tűzhelyt alapíthassanak.

Ezzel nem akarom azt mondani, hogy nem tüntetheted ki érzelmeiddel már ma is ezt vagy azt a fiút; hiszen eléggé természetes, hogy több fiú között akad egy, aki rokonszenvesebb, igen gyakran valami külsőséges okból, de néha azért, mert rendkívüli erkölcsi tulajdonságokat sejtess benne. Ami azonban a döntő választást, a „szerelmi valamást” illeti (amely sokszor azért sürgős, nehogy egy társnőd elkaparintsa „Őt” az orrod előtt), ez már veszélyes vállalkozás. A szerelem sokkal komolyabb és sokkal bonyolultabb valami, semhogy ilyen egyszerűen el lehessen intézni.

Egyéniséged még nem formálódott ki teljesen; sem azé a fiué, akibe szerelmes vagy. Lehet, hogy azt hiszitek, hogy egymásnak vagytok teremtve, de még mindkettőtök-

nek fejlődni kell, és ha ma összeházasodtok, talán két év múlva, vagy öt év múlva elváltok, vagy esetleg konokul együtt maradtok, de boldogtalanok lesztek. Annyi szerencsétlen házasság van a világon!

Mit gondolnak a fiúk a szerelemről?

Igen, mit gondolnak ők a szerelemről? Akarod, hogy megmondjam, mi a különbség a jóra való, derék fiúk és a ... többiek között?

A derék fiúk, az igazán „rendesek”, amint te mondod, maguk is szükségét érzik – későbbben ugyan, mint a lányok – hogy egy szerető szívet találjanak, élettársat, aki bátorítja, csiszolgatja őket s aki gyermekeiknek anyja lesz. De a fiúk tudják, hogy még nem eléggé érettek a családalapításra, s az ő elsőszámú problémájuk nem a szerelem, hanem az, hogy tanulmányaikat elvégezzék és valamilyen hivatásra felkészüljenek. Ezzel szemben, valljuk be, a lányok elsőszámú problémája a szerelem. A lányok sokkal előbb készek, mint a fiúk; várniuk kell s ez az ő belső drámájuk...

A rendes fiúk, ha vonzódnak is a lányokhoz, a választást és a családalapítást későbbre halasztják.

Vannak persze olyanok is, akik nem tudnak ellentállni szívük vonzalmának és főképpen a lány merészen kihívó és sürgető közeledésének; de ha „bekapják a horgot”, munkájuk ezt rendszerint erősen megsínyli.

Egyébként a fiúk nehezebben tudnak tisztán maradni, mint a lányok. Testük nagyon egyszerű oknál fogva, érzékenyebb; nemi szerveik, az érzékiség központjai, testükön kívül vannak elhelyezve; az érzések így egy helyre összpontosulnak és sokkal szenvedélyesebbek.

Ráadásul a férfi teste állandóan termeli az életet adó csfírákat, míg a nő teste havonta csak egy csfírárt termel. A férfinak tehát sokkal jobban kell magán uralkodnia.

Míg a leányt nem érdeklik a férfitest intimitásai, a fiúkat könnyen megzavarja mindaz, ami a női test anyaiszerépére emlékeztet.

Nagyon gyakran előfordul, hogy jóra való leányok túlságos izgalmat idéznek elő jószándékú fiúknál is – néha anélkül, hogy ők maguk tudnának róla – ha például ruhájuk felhívja a figyelmet testük intim részeire. Így pl. ha ruhájuk erősen kivágott, szorosan testhez simuló, vagy új-jatlan; ha a karkivágás nagyon is mély, ha ülés vagy kérekpározás közben térdük fedetlen, ha fürdőruhájuk túlságosan merész.

Légy csinos, anélkül, hogy kihívó lennél!

A „rendes” fiúkon kívül vannak olyanok is, akiktől óvakodnod kell. Ezek azok a fiatal, vagy felnőtt férfiak, akik képtelenek ösztöneiken uralkodni. Piszkos a fantáziájuk, s a tudatlan fiatal leányokat igyekeznek magukkal rántani a szennybe.

Ezeknél minden elferdült: testük – ha szép is – és a szívük. Képtelenek tisztelettel tekinteni mindarra, ami a szerelemmel függ össze, csak a test érdekli őket; semmibe se veszik a leány szívét, lelkét, szellemét.

Akár fiatalok, akár idősebbek, ezek „futnak a lányok után”, nem azért, hogy szeressék, hanem, hogy önzően játékszernek használják fel őket. Ők azok, akik a flörtnek nevezett undorító játékot űzik. Ez abból áll, hogy tisztán szórakozás céljából behálózna egy fiatal leányt, ölelgetik, elkápráztatják és lassan, türelmesen, mindenféle ra-

vaszszággal ostromolják természetes női szeméremérzetét. S aztán ha kielégültek, elhagyják zsákmányukat és másik után néznek, nem törődve azzal, hogy milyen mély sebet ejtettek áldozatukon. Hány veled egykorú fiatal leány, tanuló és munkásleány adja oda magát az ilyen játékra! Aztán keservesen megbánja. Tartsd nyitva a szemed és viselkedj okosan!

Ha az utcán, vagy máshol idegen férfi megszólít, szó nélkül, nyugodtan folytasd utadat. Bókra se hederíts!

Ha följánlja, hogy elkísér, bármilyen ürügyet talál is ki, ne hallgass rá; ha utánad megy, próbálj szabadulni tőle, vagy csatlakozz másokhoz.

Ha valakinek a szándékaival nem vagy tisztában, akár ismerős az illető, akár ismeretlen, fordulj édesanyádhoz, édesapádhoz, egy tanárnődhöz, vagy lelkiatyádhoz.

Egy ismeretlen férfi azzal az ürüggyel, hogy fáradt, arra kéri Brigittát, hogy vigyen el egy levelet és egy csomagot egy magányosan álló házba. Brigitta rá sem hederít és elmondja apjának az esetet. Másnap a rendőrség körözi azt a férfit, kiderülnek valódi szándékai és letartóztatják, mert beteges hajlamú, és fiatal leányok az áldozatai.

Emlékeztesselek Goretti Szent Máriára, arra a kisleányra, akin egy régi játszótársa erőszakot akart elkövetni? Mária ellenállt s az a gyilkos agyonverte. Abból, hogy a pápa szentté avatta Goretti Máriát, az következik, hogy a Szentatyja is tudja, milyen veszedelmek fenyegetik a fiatal leányokat manapság és ezért eszményképül állította eléjük ezt a hős serdülő leánykát.

Oktalan leányok

Sajnos, vannak a leányok között olyanok, akik nem fogják fel, micsoda kincsekkel áldotta meg őket a Teremtő és akik sohasem is próbáltak gondolatvilágukban rendet teremteni. Ezek a leányok ostobák.

Először is kísértésbe ejti őket az a szerelem, amelyről a regényekben olvasnak és amelyet a mozikban látnak.

Élvezik a szerelmes regényeket és filmeket, amelyek olyan gyakran eltorzítják a valóságot; szenvedéllyel lapozgatják a képes folyóiratokat, holott ezekben a nő nem egyéb, mint játékszer, amellyel a férfiak szórakoznak. Ez nekem nem árt, mondják. De vajon igazuk van-e?

Rosszul nevelt és szabados viselkedésű leányokkal barátkoznak, olyanokkal, akik egyébről sem beszélnek, mint a szerelemtől és a fiúkról.

Azután játszanak a tűzzel és nem tudják, hogy a kaland hová vezet.

Egy ilyen oktalan leány beleszeret egy fiúba, aki alapjában tisztátalan lelkű, rest kalandor, de a haja szép, a tekintete sóvárgó, a hangja behízelgő, a válla széles, pénze bőven van, sőt esetleg autója is...

Hogy megtartsa a leányt, a „szerelmes” fiatalember hálót sző körülötte, mint a pók zsákmánya körül, titkos találkozókra hívja, ajándékokkal árasztja el, moziba viszi, itatja, megcsillogtatja előtte a jövőt, ígéretet ígéretre halmoz.

És az oktalan leány, aki hisz a férfi szerelmében, de aki nem ismeri, hanem talán csak sejti a férfi valódi szándékait, mindent elfogad és egyre inkább átengedi magát.

Míg a házasságban megengedettek azok a gesztusok, ame-

lyek a szerelem természetes kifejezői, ebben a flörtben azonban ezek a gesztusok csak az önző gyönyört szolgálják. Ismerek oktan és meggondolatlan leányokat, akik eltűrik olyan fiúk csókjait, akiket alig ismernek, mert hát ez a filmen is így szokás. És azután jön a nagy csalódás! Azok a leányok, akikről beszélek, azt képzelik, hogy némely epekedő magatartás, csábító mozdulat – egészen úgy, mint a filmekben – meghódítja a gavallért. S a játék folytatódik, nem úgy, mint az igazi szerelemben, hanem a legsekélyebb kettős önzésben.

„Hiszen én nem akarok semmi rosszat! – mondja a leány. Mi rossz van abban, ha az ember egyetmást megenged egy fiúnak, aki annyira szereti? Csak eddig, vagy csak addig megy, mindig azért, mert a fiatalember nekiszegzi a mérgezett nyilat: „Ha nem engedsz, ez annak a jele, hogy nem szeretsz!” És akkor, nehogy elveszítse őt, a leány mindent feláldoz. Ó milyen keserves ébredés következik ezután!

Látod, mily messzire jutottunk az igazi szerelemtől! Talán félsz is bizonyos találkozások veszedelmeitől. De ne aggódj fölöslegesen, csak légy résen. Mondtam már neked: egy tájékozott leány két másikkal fölér. Odahaza, a családban elég gyakran megtiltják neked ezt vagy azt: ne érintkezzél ezzel a fiúval, ne menj el este egyedül hazulról, ne járj autózni azzal a fiúval. Szüleid jobban ismerik az életet, mint te; ismerik a fenyegető veszedelmeket; ők tisztán látnak és csak javadat akarják. Légy bizalommal hozzájuk!

Ha te is kaland áldozata lettél, nem tanácsolhatok mást, mint azt, hogy igyekezz a lejtőről visszakapaszkodni. Biztosítalak, hogy ez nem lehetetlen, és még nem késő. Me-

gint csak azt mondom, hogy egy őszinte gyónás a legjobb kiindulópontja annak az életnek, amely mindent rendbehoz. Tárd föl a szíved valaki előtt, hogy erő és világosság árásszon el.

Hogyan kell bánni a fiúkkal

Az itt következő tanácsoknak előbb-utóbb hasznát veszed. Segítségükkel felvilágosíthatod néhány társadat, aki bizalommal fordul hozzád; jobban megérted őket és segítesz nekik visszatalálni a helyes útra, ha – mint mondják – „rossz útra tévedtek”.

Először is a kínálkozó alkalmakat (családi összejövetelek, ifjúsági találkozók, sport, társas kirándulások) használd fel arra, hogy jobban megismerd a fiúkat. Biztosítalak, hogy nem könnyű őket kiismerni; pszichológiájuk egészen más, mint a tiéd.

Ne elégedj meg a látszattal, igyekezz a lelküket megismerni. Ne kábítsanak el a részletek, mindaz ami mellékes: a fiú hangja, vidámsága, testi ereje, hajának színe, autója, pénze, egyetemi sikerei, vagy sportteljesítményei.

Egy leány beleszeret A-ba, mert az erős akaratú, konok, sőt erőszakos. „Jellemes”, mondja róla a leány – holott sajnos, e fiú csak önző, nem tűr ellentmondást és erre a leány a házasságban a maga kárán eszmél rá.

Egy másik leány belebolondul B-be, aki nemesi származású, de érzelmeiben és cselekedeteiben kevésbé nemes. A leány csökönyösen kitart mellette, feleségül megy hozzá és egy év múlva elválnak.

Egy harmadik szintén nem enged: feleségül megy C-hez, aki gyűlöli a gyermeklarmát. A fiú egészen olyan, mint



az apja, aki feleségével úgy bánik, mint egy rossz céllal. A házasságban ez az asszony is szolgálója lesz férjének, s ráadásul nincs gyermeke, mert a férje nem akarja, hogy legyen.

Másrészt nem szabad mindjárt kedvezőtlenül megítélni a fiút csupán azért, mert a nyakkendőjét nem jól választotta meg, vagy mert a kabátja nem áll kifogástalanul. Tégy fel olyan „ártatlan” kérdéseket, amelyeknek segítségével megismerheted a fiú erkölcsi értékét, vallási meggyőződését, határozottságát (amely nincs mindig összhangban félénkségével), munkaszeretetét, édesanyjával, hugával és más gyermekekkel való bánásmódját stb.

Légy egyszerű, egyenes, mosolygós és tartózkodó a fiúkkal szemben! A fiúknak szükségük van arra testi, lelki és erkölcsi egyensúlyuk érdekében, hogy a családi vagy más társas összejöveteleken, a tenispályán vagy a strandon olyan leányokkal kerüljenek össze, akik nem gondolnak rögtön szerelemre, hanem akik örömet, derűt, békességet terjesztenek maguk körül. Ne törődj azokkal a csacsni társaiddal, akik azt mondják, hogy „gyáva vagy!” – Nem ők irányítják az életedet.

Viselkedj úgy, hogy tiszteljenek és ha szükséges, követeld is meg a tiszteletet.

Előfordulhat, hogy egy derék fiút is elfog jelenlétében a hév és szenvedélyében rögtön szerelmet vall neked. Még ha nehezedre is esik, viselkedj nyugodtan és felelj neki valahogy így: „Engedd meg, hogy nemet mondjak. Még nem akarom lekötni magam.” Légy erélyes, ha szíved szabadságát kell megőrizned. Ez néha nehéz, ha olyan fiúval vagy szemben, aki neked is tetszik. Egyéb-

ként pillanatnyi érzés hatása alatt nem lehet józanul dönteni.

Vigyázz szívedre!

Sok fiatal leány betegesen fél attól, hogy vénlány marad, azért akar minél előbb férjhez menni. Társaik is biztatják őket, ragadják meg az alkalmat, elégedjenek meg az elsővel, aki jelentkezik. Ne félj attól, hogy nem mégy férjhez!

Mondtam már neked, 14,16,18 éves korában sem a leány, sem a fiú egyénisége nem fejlődött még ki teljesen. Az ízlések egy év alatt nagyon is megváltozhatnak. Számáljuk csak össze néhány szerelmes természetű leány szerelmeit. Hány volt, és mindegyikről azt hitte, hogy ez a legszebb és az igazi!

Kerüld hát az időelőtti vallomást, az időszerűtlen bizalmaskodást. Ha úgy érzed, hogy egy gyerekkori pajtásoddal szemben a barátság meleg rokonszenvvé és szerelemmé változott, ne szólj semmit, csendben készülj fel, hogy méltó légy a szerelemre. Hány szép szerelem ért meg a hallgatás éve alatt!

Ne képzeld mindjárt, hogy egy fiú, aki udvarias, szolgálatkész, kedves veled szemben, szerelmes! Gyakran hallottam fiúktól, mennyire megrökönyödtek, ha egy fiatal leány szerelmi vallomást látott abban, ami a fiú részéről nem volt egyéb, mint jólneveltség, tapintat, vagy esetleg öröm, hogy a leány társaságában lehet.

+

A legjobb előkészület

Igazán fel akarsz készülni a szerelemre? Akkor tedd egységesebbé az életedet.

Élj Istennel egyesülten!

Az imádság Isten tekintete elé állít, rendet teremt kavargó érzelmeidben, és lassankint helyreállítja lelked egyensúlyát.

A gyónás, amely arra kötelez, hogy lelkiismeretesen megvizsgáld gondolataidat, szavaidat, cselekedeteidet, az áldozás, amely az Úr Jézussal egyesít, a Szűz Mária anyai szívéhez forduló áhitat, egyszóval egész keresztény életed csodálatosan előkészít anyai hívásodra.

Teremts egységet onmagadban!

Fejleszd testedet, érzelmeidet, értelmedet, szívedet, lelkiismeretedet, akaratodat; de mindennek legyen meg az őt megillető rangja, mint ahogyan egy székesegyházban is minden oszlop a helyén van, míg az egész templomnak az a rendeltetése, hogy az oltáron Krisztus felajánlja magát Atyjának. Minden, ami benned van, legyen összhangban Istennel, Aki kegyelmével megajándékozott.

Ne légy soha tétlen; foglalkozz tanulmányaiddal, vagy hivatásos munkáddal; fejleszd ismereteidet minden vonalon, végezz önzetlenül társadalmi munkát, gyakorold az irgalmasság cselekedeteit. Egy jól beosztott munkás élet a legjobb védekezés a romboló ábrándozás és érzelműség ellen.



Élj közösségben felebarátaiddal!

Mától kezdve légy segítségükre: kamatoztasd javukra mindazokat az értékes női tulajdonságokat, amelyekkel Isten felruházott.

Felebarátaid mindenekelőtt a szüleid és testvéreid. Ahelyett, hogy kiállhatatlan, önző, követelő lennél odahaza, réme a családnak, légy olyanvalaki, akire mindig számíthatnak.

Felebarátaid iskola- vagy munkatársaid is: szükségük van a te jó példadra és biztatásodra.

Felebarátaid azok is, akikkel naponta találkozol útközben és akiknek egy mosollyal, egy jó szóval, csekély szolgálattal egy kis örömet szerezhetsz.

Felebarátod mindenember, az egész emberiség, amelyet annyi szenvedés gyötör. Szeretned kell az embereket, és pedig teljes szívedből kell szeretned őket!

Ez a legjobb előkészület a későbbi, igazi szerelemre. Az ember máról holnapra nem tud nagylelkű lenni, ha addig sohasem volt az.

Árassz örömet, egészséget, tisztaságot magad körül, anélkül, hogy számítgatnád: kinek volt haszna belőle. Isten mindent lát és örül annak, hogy egy derék fiatal leány segít az ő művét terjeszteni.

Menj hát utadra, és a Boldogságos Szűz tanítson meg arra, hogy nagyvonalúan láss, józanul ítélj és szeress.

+

Fiúk imája (Guy de Larigaudie)

Istenem, add, hogy húgaink, a leányok külseje harmónikus legyen, hogy mosolyogjanak és ízlésesen öltözködjének.

Add, hogy egészségesek és tisztalelkűek legyenek.

Add, hogy a mi kemény életünkben ők jelentsék a tisztaságot és a bájt.

Add, hogy velünk szemben egyszerűek, anyaiak legyenek, minden hátsó gondolat és kacérság nélkül valók.

Ne engedd, hogy valami rossz férkőzzék közénk. Ne a bűnök forrása legyünk egymás számára, hanem segítsük egymást a jóban való előrehaladásban.

TARTALOM

Bevezetés helyett	3
Te és Édesanyád	
Az élet csodája.	7
Hogyan növekszik a gyermek?	10
A szülés órája	11
Milyen nagy az anyai szeretet?	13
Másodszor születni	15
Holnap	16
Te és Édesapád	
Egészen az apja	20
Az élet törvénye	21
Isten munkatársai	22
A házasság szentsége	26
Az apa felelőssége	27
Ép testben ép lélek	
Egészséges test	29
Tiszta lélek	35
Ha lelked nyugalma felborult	40
A szépség keresése	41
Kitárul a szív	
Felébred szívedben a szerelem.	46
Mit gondolnak a fiúk a szerelemről?	51
Oktalan leányok	54
Hogyan kell bánni a fiúkkal?	56
A legjobb előkészület.	60

HIBAIGAZÍTÁS

- A 24. lapon a 8. sorban: zavarban (nem zavarba)
a 29. lapon (egyek példányokon) hiányzik ez a sor a második bekezdés elejéről: "Lassan testileg-lelkileg felkészülsz hivatásodra, de"
Az 58. és 59. lap egyes példányokon fel van cserélve

IRODALMI TÁJÉKOZTATÓ

E füzet franciául vagy németül tudó olvasóinak későbbi olvasásra ajánljuk:

Quoist, Michel: Donner ou le journal d'Anne-Marie
(Les Éditions Ouvrières, Paris)
Liebe aber will mehr, Tagebuch eines
jungen Mädchens.
(Verlag Styria, Köln-Graz-Wien)

E könyv, egy fiatal leány - Anne-Marie - naplója,
akit sokat foglalkoztatnak a füzetünkben tárgyalt
problémák.

Quoist, Michel: Réussir (Les Éditions Ouvrières, Paris)
Zwischen Mensch und Gott
(Verlag Styria, Köln-Graz-Wien)

A nagy lélektani tudással rendelkező író e könyvben a mai ifjúságnak azt mutatja meg, hogy miként lehet jó keresztény és egyúttal kiegyensúlyozott, sikerült ember.

Összinté beszéd leányokkal

Verlag Opus Mystici Corporis bei Österr. Seelsorge-Institut, Wien
I, Stephansplatz 3/III. – Druck: Gloria-Kulturverein, Wien IV,
Rainergasse 6/2. – Verlags-Nr. 109.

