

Erős vagyok – ERŐSSÉG

„A nehéz, olykor kilátástalannak tűnő helyzetekben a bátor ember ellenáll az ártó hatásoknak, elviseli a nehézségeket, és arra törekszik, hogy pozitív hozzáállásával legyőzze az akadályokat és nagy tetteket hajtson végre.” (David Isaacs: Character Building)



Az erősség olyan jellembeli készség, amely segít megfelelően értelmezni és helyesen használni az adottságainkat, anyagi és szellemi javainkat, illetve segít **megfelelő módon és irányba terelni vágyainkat, hajlamainkat.**

Meglehet, hogy az erősségre, állhatatosságra nevelés kisgyermekkorban nem a legfontosabb szülői célkitűzés – bár a lelki erősség a négy sarkalatos emberi erény egyike, – a későbbiekben elengedhetetlennek mutatkozik az ember igazi szabadságának kivívása szempontjából.

A szabadság hamis értelmezése ugyanis, hogy kényünk-kedvünk szerint birtokolhatunk, viselkedhetünk, önkényesen formálva ezek normáit. Valójában a mértéktelen szerzési vágy teszi az embert valódi rabszolgává, a birtokolt anyagi javaktól remélt boldogság igencsak múlékony. Amikor képesek vagyunk **az igaz és a jó mellett dönteni**, dacolva saját gyarló hajlamainkkal, leküzdvé az elének tornyosuló akadályokat, legyőzve önmagunkat fizikai és szellemi síkon egyaránt, megtapasztaljuk **az igazi emberi szabadságot.**

Az erősségnek van passzív értelmezése (amikor elviselünk számunkra kellemetlen dolgokat, helyzeteket) és aktív dimenziója (amikor valami nagy dolog megvalósítására vállalkozunk). „A tréfák és szellemes megjegyzések, melyeket elhallgattál, pedig már a nyelveden voltak, szeretetteljes mosolyod azok számára, akik terhedre vannak, szótlanul eltűrt igazságtalan vádak, a mindennapi törekvés, hogy túltedd magad a veled együtt élők bosszantó viselkedésén... Íme az igazi belső önmegtágadás, ha mindezt állhatatosan gyakorolod!” (St. Josemaría)

Lehetőségek az erősség gyakorlására a családban

Az erősséget, ahogy minden más erényt, szinte kizárólag saját példánkkal, küzdelmeinkkel, hitelességünkkel tudjuk tanítani és vonzóvá tenni családtagjaink számára.

Ahogy bennünket, felnőtteket, ugyanúgy gyerekeinket is folyamatosan érik a kívánságok azonnali teljesítésére, a dolgok mihamarabbi birtoklására sarkalló impulzusok. A különböző **anyagi függőségeinktől, parttalan időtöltéseink terhétől** úgy tudunk megszabadulni, ha törekszünk a helyes önismeretre, amellyel felismerjük, hogy milyen mértékben vezérelnek bennünket döntéseinkben a pillanatnyi szeszély, a kényelem, a hiúság, mértéktelenség.

Vajon merünk-e a **gyermekeinkkel szemben** életkoruknak megfelelően **követelményeket, elvárásokat támasztani**, ezzel is csiszolva, formálva a jellemüket. Vagy önmagunkkal szembeni erőtlenségünkben a családi egységet inkább szentimentális alapokra helyezzük, minimalizálva a konfliktusokat, s a „békeség kedvéért” akár az erkölcsi értékek melletti elköteleződésünkből is engedünk?

Ilyen elvárások lehetnek a saját – pl. iskolai – köteleességek teljesítésén túl az apró szívességek családtagokkal szemben, bizonyos otthoni feladatok elvégzése, amelyek a család javát szolgálják.

A gyerekek nehezen viselik a kellemetlenségeket, illetve a kényelmetlenségeket. Számukra a világ legtermészetesebb dolga lehuppanni a legkényelmesebb székre, másokat hibáztatni, ha valami nem sikerül, folyamatosan panaszkodni akár az időjárásra, a programok változására, a fájdalomcsillapítóra, amely nem hat pár másodpercen belül.

A burokban nevelt, minden nehézségtől és akadálytól megóvott gyerekből nagy eséllyel nevelünk önző és kiszámíthatatlan személyt, aki képtelen lesz nemes célokért áldozatot vállalni, mások iránt elköteleződni, szeretni.

Az erősség egyik megnyilvánulása, hogy **nem panaszkodunk**, ha valami másként alakul, mint ahogy azt elterveztük, ideértve a belső elégedetlenkedés elleni küzdelmet is.

Kiváló példával szolgálunk gyermekeinknek, ha **átgondoltan gazdálkodunk az időnkkel**, nem panaszkodunk annak hiányára, annak ellenére, hogy az egyik legszűkösebb erőforrásunk. **Az erősség a reggeli felkeléssel kezdődik.**

„Hősies pillanat: itt a felkelés ideje. Habozás nélkül, természetfeletti elhatározással ugorj ki az ágyból. Önmegtágadás ez, amely akaratodat erősíti anélkül, hogy testedet gyengítené.”
(St. Josemaría)

Vajon akkor is pontosan nekifogunk a feladatainknak, ha senki sem lát bennünket, külső kontroll nélkül is tudjuk, mikor kell egy-egy munkát vagy szabadidős tevékenységet abbahagyni vagy félbeszakítani? Ilyen értelemben az **esti lefekvés idejének a betartása** kiváló lehetőség az erősség gyakorlására mindannyiunk számára.

Mindig tartsuk szem előtt a példamutatás fontosságát! Nehéz a gyermekeket az elektronikus kütyük mértéktartó használatára ösztönözni, ha mi magunk is folyamatosan a monitort figyeljük vagy a telefonunkat bővöljük.

Az erősség gyakorlásának további meghatározó területe **az étkezés**. Jó, ha van meghatározott helye és ideje, nem ugrunk be az első útba eső pékségbe, hanem a tervezett helyen és időben eszünk. Fontos, hogy a gyerekek megszokják, hogy az ételre **nem panaszkodunk**, megkóstoljuk, amit elénk tesznek, **nem válogatunk, nem kritizálunk**.

A családban a helyes viselkedési normák kialakítása és fenntartása azt szolgálja, hogy szeretetteljes önmérsékletet tanúsítsunk egymással szemben: tartsuk féken az indulatokat, a kíváncsiságot, a türelmetlenséget, legyen megfelelő és szeretetteljes a beszédmodorunk és a szóhasználatunk.

Az erősség és a bátorság gyakran kéz a kézben kell, hogy járjon – pl. amikor a gyerekeknek meg kell tanulniuk NEM-et mondani helytelen vagy haszontalan dolgokra. A gyerekek önállósodásával egyre nagyobb szerepet kap az életükben az a fajta erősség, amely tartást ad nekik, hogy képesek legyenek akár árral szemben is úszni ideáljaik, morális meggyőződésük mentén.