

Beszámoló

CSALÁDON BELÜLI ERŐSZAK-ÁLL A BÁL! 2019. február 22.14.30óra

Beszámoló

Családon belüli erőszak

2019. február 22.

Korunkban az erőszak és ártalmas viselkedés nem csak háborúk formájában tapasztalható, hanem környezetünkkel, a természettel szemben, és az emberek mindennapi életében is érzékelhető. Az erőszakmentesség nem csak tetteink, hanem szavaink szintjén is meg kell, hogy jelenjen. Az erőszakmentesség valójában azt jelenti, hogy nem okozunk semmilyen aggodalmat a másik élőlénynek! Az igazi erőszakmentesség nem más, mint mentesség az irigységtől.

„Az érzelmi erőszak sokféle lehet:

csúfolás, bullying, dühkitörések, megszegyenítés, lekicsinylő, pikírt megjegyzések az áldozat külsejére vagy teljesítményére vonatkozóan, parancsolgatás, fenyegetés. Ha ezeket valaki rendszeresen megkapja otthon, az iskolában vagy bármilyen közegben, az negatív hatással lesz az énképére, a kapcsolatteremtő képességeire, nehezebben kér segítséget vagy bíz meg másokban, és – mint ezt rengeteg pszichológiai és pszichiátriai tanulmány is kimutatta – az érzelmi erőszak könnyen vezethet depresszióhoz, poszttraumás stressz-szindrómához vagy más mentális problémákhoz.” Eörsi Sarolta: Még ma is küzdenek vele ... 2017. június 13.

Tantestületünk fontosnak tartja beszélgetni tanulóinkkal az erőszakról, a családon belüli erőszakról, azok veszélyeiről és az erőszakmentes életéről. Az erőszakmentes életre elsősorban nem ismeretterjesztéssel akarunk nevelni, hanem a szeretetteljes életet szeretnénk megismertetni, elfogadtatni és célként kitűzni gyerekeink elé. Meggyőződésünk: Ha sikerül megteremteniük maguk körül a boldog életet, akkor az erőszak minden formáját elítélik és távol fogják magukat tartani attól. Ez a gondolat vezérelt bennünket a programsorozat összeállításakor.

Egy hónapon át sokféle foglalkozást tartottunk az erőszakmentesség jegyében. Példaképnek állítottuk a diákok elé Mahátma Gandhit, aki az erőszak ellen harcolt.

„A szeretet lángjaiban a legkeményebb vasnak is meg kell olvadnia.” –vallotta.

Mahátma kifejezés jelentése nagy lélek. *Mahátma Gandhinak*, e nagy léleknek is köszönhetően az erőszakmentesség filozófiája ma már széles körben ismert.

**„Zöld Hódmezővásárhely – környezettudatos közterület megújítás
Hódmezővásárhelyen”**

” Az erőszakmentesség fegyverével harcolt a békéért” – Malay Mishra, India nagykövete.

A gyerekek a hetek során megtekintették a Gandhi című filmet az erkölcsstan órákon, betekintést nyerve az indiaiak életébe, történelmébe is. A látottakat feldolgozták, megbeszélték és feljegyzéseket készítettek. Rajz órán a mandalával ismerkedtek a diákok, színezték, közben meditációs zenét hallgattak. Nagy örömről számolt, hogy az általunk megvásárolt különböző alapanyagok segítségével változatos technikával készíthették a műveket, melyek az újonnan kialakított, nagyméretű, Szeretettfalnak elnevezett kiállító paravánokra kerültek fel.

Történelem órákon is ismerkedtek a tanulók Mahatma Gandhi életével és munkásságával. A diákok előzetes feladata volt Gandhi gondolataival ismerkedni, idézeteit összegyűjteni. Idézetgyűjtő versenyt hirdettünk az erőszakmentesség jegyében. Sok szeretettel kapcsolatos idézet került fel a „szeretettfalra”. A kiválogatott színes mandalákat, az idézeteket, a gyerekek gondolatait tartalmazó feljegyzéseket is elhelyeztük a kiállításon.

Rajzórán barátságsszemüvegeket készítettek kis művészeink, amelyek szintén az erőszakmentesség jegyében rózsaszínű kartonból flitterekkel és tollakkal lettek díszítve.

A rendezvény napja jó hangulatú fánk sütéssel kezdődött, ahol gyerekek, anyukák és nagymamák együtt készítették a finom falatokat. Elődeink hagyatéka alapján régi receptek kerültek elő. Ezek felhasználásával több mint kétszáz gyerek és szüleik megvendégelésére készültünk. A fánk sütés meghitt hangulatú volt, sőt recepteket is cseréltek egymással a résztvevők. A legjobb recepteket sokszorosítottuk és közzétettük.

Az erőszakmentes rendezvény további részében vetélkedőn adhattak számot a diákok arról, hogy mit tanultak e témáról. Minden osztály 5 fős csapattal képviselte magát. Egy tudáspróba Gandhi életének legfontosabb eseményeit ölelte fel. Majd egy keresztrejtvény megoldásán törekedtek a versenyzők a fejükre. Ezt követően indiai ruhát kellett egy-egy diáknak ölteni, akik Gandhi tanítványai lettek. Majd Mahatma Gandhi szeretetről szóló idézeteinek szavait megfelelő sorrendbe kellett tenni és felolvasni a közönségnek. Ezek után vidám percekkel folytatódott a vetélkedő.

A szeretet rendje is megjelent a farsangon. Minden osztályból az összes fiú fehér ruhába öltözött, amelyet előzőleg dekoráltak kedves szavakkal, szép színekkel, jelképekkel. A szobafestők által használt fehér védőruha így kapott új jelentést. Előszeretettel használták a textilfilceket, a festékszóró sprayket, textílfestékeket. Voltak, akik kesztyűt és hozzá tartozó lábbelit is igényeltek a jelmezhez. Ezt zokniból és harisnyából lehetett elkészíteni a már megismert technikákkal.

Előkerültek a barátságsszemüvegek is, amelyek igazi látványosságot teremtettek.

A Szeretet rendjének minden csapata bemutatkozott a közönségnek a vetélkedő után, és átvehették jutalmukat, ami egy-egy torta volt. A

legjobb művészek ráadásként édességet kaptak.



**„Zöld Hódmezővásárhely – környezettudatos közterület megújítás
Hódmezővásárhelyen”**





**„Zöld Hódmezővásárhely – környezettudatos közterület megújítás
Hódmezővásárhelyen”**



**„Zöld Hódmezővásárhely – környezettudatos közterület megújítás
Hódmezővásárhelyen”**

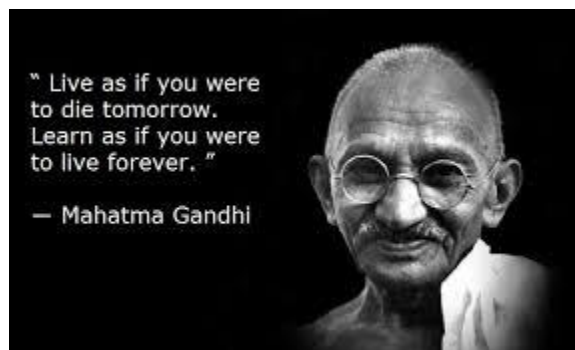


**„Zöld Hódmezővásárhely – környezettudatos közterület megújítás
Hódmezővásárhelyen”**



**„Zöld Hódmezővásárhely – környezettudatos közterület megújítás
Hódmezővásárhelyen”**

IDÉZETEK MAHATMA GANDHITÓL



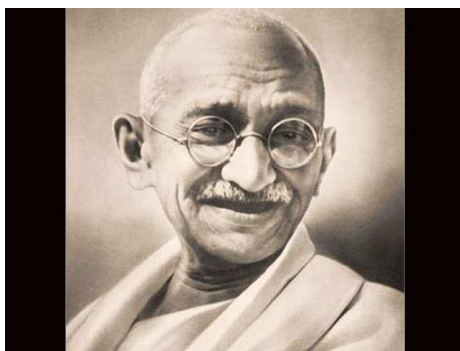
- Istennek nincs vallása.
- Az erő nem testi képességből fakad. Forrása a rendíthetetlen akarat.
- Jobb az erőszak, ha szívünkben indulat van, mint az a szelídség, ami csak a tehetetlenséget álcázza.
- A tett, s nem a tett következménye számít. Mindig helyesen kell cselekedned. Talán nem tőled függ, s talán nem is a te idődben lesz a tettek következménye, de ez nem jelenti azt, hogy nem kell helyesen cselekedned. Sosem tudhatod, hogy a tetteidnek mi lesz az eredménye. De ha nem teszel semmit, nem lesz eredmény sem.
- Az összes aranyunk és ékszerünk sem képes csillapítani az éhségünket és oltani a szomjunkat.
- A mozgalom, amelyet vezetnem adatott, isteni természetű. Ami jó benne, minden isteni, ami rossz benne, mind nekem tulajdonítható.
- Önmagunk megtalálásának a legjobb módja, ha elveszünk mások szolgálatában.
- Csak akkor beszélj, ha a csendnél értelmesebbet tudsz mondani.
- Nekünk kell a változássá lennünk, amit a világban látni akarunk.
- Képzeld magad elé egy magányos bölcset, amint egy sötét úton sétál végig pirkadat előtt, és a kezében tartott lámpással utat mutat embertársainak! Az efféle bölcsek, a világosság hordozói csak azt az utat mutathatják meg neked, amelyet hajlandó vagy követni. Ha letérnek az útról, követők is irányt tévesztenek. Ha te lennél ez a bölcse, vajon képes lennél-e példádval utat mutatni az embereknek?
- A gyenge nem tud megbocsátani. A megbocsátás az erősek tulajdonsága.
- Boldogság az, ha amit gondolsz, amit mondasz, és amit teszel, összhangban vannak egymással.
- A vallások különböző utak, amelyek ugyanoda vezetnek. Mit számít, hogy külön úton járunk, ha a célunk közös?
- Nem vehetik el az önbecsülésünket, ha mi nem adjuk oda.
- Bármit teszel, jelentéktelen lesz, de nagyon fontos, hogy megtedd.
- A világ erőforrásai elegendőek ahhoz, hogy kielégítsék mindenki szükségleteit, de nem elegendőek ahhoz, hogy kielégítsék mindenki mohóságát.

- Úgy tűnik, sokkal nehezebb legyőzni a láthatatlan szenvedélyeket, mint fegyverrel meghódítani a látható világot.
- A gyáva ember képtelen a szeretet kimutatására, az a bátrak kiváltsága.
- Fájdalmasan tudatában vagyok tökéletlenségeimnek, s ebben a megismerésben rejlik minden erőm.
- A szeretet és az igazság olyan szoros egységet alkot, hogy gyakorlatilag nem is lehet őket szétválasztani. Olyanok, mint ugyanannak az éremnek két oldala.
- Sosem tudhatod, milyen eredményei lesznek a cselekedeteidnek, de ha nem cselekszel, eredményük sem lesz.
- Használd az igazságot az üllődnek, az erőszakmentességet a kalapácsodnak, és utasítsd el mindent, ami nem állja ki az igazság üllőjének és az erőszakmentesség kalapácsának próbáját.
- Aki szemtől szemben kívánja látni az Igazság egyetemes és mindent átható Szellemét, annak meg kell tanulnia, hogy a leghitványabb teremtményt is ugyanúgy szeresse, mint önmagát. Aki erre törekszik, annak az élet egyetlen területéről sem szabad kivonulnia. Így sodorhatott engem is az Igazság rajongó szeretete a politika mezejére, és habozás nélkül, noha a legmélyebb alázattal állíthatom, hogy aki szerint a vallásnak semmi köze a politikához, az nem tudja, mi a vallás.
- Úgy tarthatunk meg valamit, ahogyan megszereztük.
- Az emberiséget a szeretet törvénye uralja. Ha az erőszak, azaz a gyűlölet uralkodna, már rég kihaltunk volna. És mégis a tragédiája a dolognak, hogy az úgynevezett civilizált emberek és nemzetek úgy viselkednek, mintha a társadalom alapja az erőszak lenne.
- Nem szeretném előre látni a jövőt. Csupán a jelennel törődök. Isten nem adott hatalmat a következő pillanat felett.
- Ellenzem az erőszakot, mert ha úgy tűnik is, hogy hasznos, a haszon csak átmeneti, de a szörnyűség, amit okoz, maradandó.
- Nem szabad elfelejtenünk, hogy a történelem során mindig is voltak olyan zsarnokok és gyilkosok, akik egy ideig legyőzhetetlennek tűntek, de végül mindig elbuktak. Mindig.
- Az emberi hang sosem ér olyan messzire, mint a lelkiismeret.
- Él úgy, mintha ma lenne az utolsó napod. Tanulj úgy, mintha örökké élnél.
- A szerelem a világ leghatalmasabb ereje, amely a leginkább emberi.
- Szabadságot szenvedés nélkül nem lehet kivívni.
- Jó, ha az embert emlékeztetik rá, hogy a legerősebb is elgyöngülhet, és a legbölcsebb is tévedhet.
- Kétféle hatalom létezik. Az egyik a büntetéstől való félelemmel éri el a célját, a másik szeretetteljes cselekedetekkel. Az szereteten alapuló hatalom százszeres hatékonyabb és maradandóbb, mint az, amelyik a büntetéstől való félelemből ered.
- A jól elvégzett munka egyetlen jutalma, hogy elvégezhetjük.
- Az erőszaknélküliség a tökély egyik állapota. Jelenti a célt, amely felé az emberiség természetből fogva, ha talán öntudatlanul is, halad.
- Hitünknek valljuk, hogy a megtorlás a lét törvénye. Holott létünk törvénye: önmagunk legyőzése.
- Mindaddig, míg nem érzünk rokonszenvet és szeretetet minden élőlénytársunk iránt, nem mondhatjuk, hogy megértettük az erkölcs törvényét.

- A különbség a között, amit megteszünk és amire képesek lennénk, megváltoztathatná a világot.
- A szemet szemért elv csak oda vezet, hogy az egész világ megvakul.
- Minden ország kultúrája lengje körül a házamat. De egyik se szakítson el szülőföldem talajától.
- Minél nagyobb a haladás, annál nagyobb mértékben ismerjük meg fogyatékoságunkat. Az elégtétel a törekvésben rejlik, nem az elérésben.
- Ha igazad van, megengedheted magadnak, hogy megőrizd a nyugalmad. Ha nincs igazad, nem engedheted meg, hogy elveszítsd.
- A szeretet lángjaiban a legkeményebb vasnak is meg kell olvadnia.

A Gandhi projekt alapjai...

MAHATMA GANDHI



Hetvenegy éve, 1948. január 30-án gyilkolta meg egy fanatikus hindu merénylő **Mahatma Gandhit**, az indiai történelem egyik legnagyobb hatású személyiségét. A hírt barátja és harcostársa, a független India első miniszterelnöke, **Dzsaváharlál Nehru** e szavakkal jelentette be:

Kihunyott életünk fénye, sötétség van mindenhol, s én nem tudom, mit és hogyan mondjak nektek. Nemzetünk atyja, Bapu nincs többé.

Mohandász Karamcsand Gandhi 1869. október 2-án született a nyugat-indiai Porbandarban, apja az ottani hercegség főminisztere volt. Hindu neveltetésben részesült, és hatott rá az

erőszakmentességet, toleranciát hirdető dzsainizmus is. Alig 13 évesen megházasították, a hatvankét évig tartó frigyből öt fiú született.

Szülei 1888-ban Londonba küldték jogot tanulni, itt anyjának tett ígérete szerint hű maradt vallása előírásaihoz, az angol szokásokban való megmártóztatása kimerült pár kísérletben, például táncórán való részvételben. 1891-ben tért haza, de az ügyvédi praxisra nem érezte magát alkalmasnak, megviselte a tanúk kikérdezése, ezért kérvények írásával kereste kenyerét.

1893-ban Dél-Afrikába költözött, az ott élő nagyszámú indiai bevándorlót, olykor őt magát is ért atrocitások, megaláztatások nyomán a faji megkülönböztetés ellen kezdett küzdeni. Amikor 1906-ban a brit hatóságok egy megalázó rendeletet adtak ki, a Gandhi vezette indiaiak a megtorlást is vállalva tiltakoztak – sikerrel, az erőszakmentes ellenállás, a szatjágraha eredményeként a rendeletet 1914-ben visszavonták.

Gandhi 1915-ben tért haza. A politikai életbe 1919-ben kapcsolódott be, amikor a brit hadsereg Amritszárban fegyvertelen tüntetők közé löve több száz embert mészárolt le.

1920-ban a függetlenségi mozgalom és a **Kongresszus Párt** vezetője lett, és fegyvertelen harcot, együtt nem működést hirdetett a gyarmatosítókkal szemben. Hívei polgári engedetlenségbe kezdtek, bojkottálták a brit intézményeket és árukat. 1922-ben hat év börtönre ítélték, két évet töltött rács mögött. Ezalatt pártjában szembekerültek a hinduk és muzulmánok, utóbbiak később kiváltak és saját szervezeteket alakítottak.

Gandhi 1930-ban a sóadó ellen tiltakozva nagy tömeg kíséretében 400 kilométert gyalogolt a tengerhez, hogy híveivel sót nyerjen a vízből. A mozgalom nyomán 60 ezer ember került börtönbe, de a sólepárlást 1931-re engedélyezték. Több alkalommal folytatott éhségsztrájkot, például az erőszak és az érinthetetlenek diszkriminációja ellen, s célját végül mindig elérte.

Pártjával is vitákba keveredett, 1934-ben le is mondott tisztségeiről, mert szerinte vezetőtársai az erőszakmentességet csak eszköznek tartották. Azzal sem értett egyet, hogy a párt a második világháború idején az autonómia reményében támogatta a briteket.

1939 júliusában, amikorra már a náci csapatok bevonultak Ausztriába és elfoglalták a Szudétavidéket is, „Kedves Barátom” megszólítással [levelet írt Hitlernek](#). Ebből idézünk:

Világosan látszik, ma ön az egyetlen személy, aki megelőzheti a háborút, ami az emberiséget vadságba züllesztene. Tényleg megéri ezt az árat egy cél, tűnjön az bármennyire is értékesnek? Hallgatna egy olyan ember szavára, aki határozottan tartózkodott a háborús eszközöktől, nem számottevő siker nélkül? Bárhogy is legyen, számítok bocsánatára, amennyiben hibáztam azzal, hogy írtam önnek.

Üzenete természetesen nem talált meghallgatásra, de legalább megpróbálta.

A háború után nem tudta megakadályozni, hogy az 1947-ben kivonuló britek a birodalmuk egykori ékköve helyén a hindu-muszlim ellentétre játszva gyarmatukat két részre, a hindu Indiára és a muzulmán Pakisztánra osszák fel. A két közösség között véres zavargások robbantak ki, 15 millió ember kényszerült otthona elhagyására. Az egység elvesztését

tragédiaként megélő agg politikus a függetlenség kikiáltásakor nem volt hajlandó nyilatkozni, csak annyit mondott: kiszáradtam.

Gyalog járta a falvakat, a menekültek segítésére, a sebek gyógyítására törekedett, ezért mindkét fél részrehajlással vádolta. Mivel a szó nem használt, 79 évesen ismét börtbe kezdett, s ennek hatására a zavargások megszűntek.

Gandhi életét egy hindu fanatikus, **Nathuram Godse** golyója oltotta ki 1948. január 30-án, amikor éppen imádságra tartott. Gandhi hamvait hindu szokás szerint több urnába osztották szét, a hamvasztás helyszínén álló síremlékén állítólagos utolsó szavai: Hey Ram, vagyis az Ó, istenem olvashatók. Gandhi már életében kiérdemelte a Mahátma, vagyis a Nagy Lélek nevet, melyet a világhírű író, Tagore adott neki.

Családja kérésére halála hatvanadik évfordulóján hindu szokásoknak megfelelően a hamvakat a tenger fölött szórták szét. Mahátma ma is India legjobban tisztelt fia, aki bírálhatatlannak számít, emlékhelyét zarándokok tömege keresi fel. Életéről Richard Attenborough rendezett filmet.