

# Tartalom

<i>Bevezetés</i>	ix
1. Megfigyelés	1
2. Mérlegelés	23
3. Szenvedély	39
4. Ima	53
<b>Közzjáték: A fal építése</b>	81
5. Türelem	89
6. Felkészülés	107
7. Cél	131
8. Tervezés	143
<b>Közzjáték: A kapuk kinyitása</b>	173
9. Problémamegoldás	209
10. Kitartás	227
<i>Köszönetnyilvánítás</i>	237
<i>A szerzőről</i>	241



# Bevezetés

*Anyá.* Létezett valaha még egy olyan foglalkozás, ami ennyi mindent magába foglal, ennyi kérdést ébreszt, és ennyi kétséget támaszt a nők elméjében?

Mi is tulajdonképpen az anya munkaköri leírása? Hogyan különbözhet ennyire házanként és kultúránként ez a feladatkör? Ki csinálja *jól*? *Egy* jó módszer van-e, vagy *több*, gyermeked személyiségétől, korától vagy környezetétől függően? Mi van akkor, ha több, különböző személyiségű gyermeked van? Bár egy fedél alatt élnek, mégis mindegyikőjüket másképp kellene nevelned? Lehetséges ez egyáltalán?

Én ötgyermekes anyuka vagyok. Vannak lányaim és fiaim, vér szerintiek és fogadottak, erős akaratúak és együttműködők, kreatívak és analitikusak, befelé fordulóak és extrovertáltak. Egy anya életében a gyermekek és a helyzetek kombinációja végtelen. A te gyermeked lehet szöges ellentéte az unokahúgodnak vagy a barátod fiának, és ezért másfajta szülői nevelési készségek szükségesek hozzá. A sok módszer és tanács között

honnan tudhatod, hogy jól nevelsz-e? Hogyan lehetsz biztos benne, hogy a legjobb anya vagy, aki csak lehetsz a gyermekeid számára?

A kérdés, ami leggyakrabban kísért, hogy jól csinálom-e. A nevelési képességeimmel kapcsolatos kétségeim gyermekeim fejlődésének minden egyes szintjén különböző formákban törtek fel. Ezek a kétségek ijesztőek. Könnyen elbátortalanítanak, megfélemlítenek és elborítanak. És a kérdések! Ilyenek, mint:

- Mennyi ideig kellene hagynom sírni, mielőtt bemelegyek, és ölbe veszem, ma este már ötödszörre?
- Mikor kellene iskolába íratnom – és *melyik* iskolába?
- Hogyan formálhatom a jellemét?
- Milyen következményei legyenek a hazugságnak, visszabeszélésnek vagy engedetlenségnek?
- Mekkora hangsúlyt kell a tanulmányokra, sportokra, tevékenységekre és a társasági életre fektetni?
- Tényleg szükségük van minderre ahhoz, hogy bekerülhessenek a felsőoktatásba?
- *Tényleg* én vagyok az egyetlen anya, aki nem engedi meg a gyerekeinek, hogy nézzen X műsort, hallgassa Y előadót, és megkapja Z-t?
- Elég szigorú vagyok? Túl kemény lennék?
- Elengedjem oda? Biztonságban lesz?
- Valami nem stimmel velem? Vagy ez normális?
- A többi anya is aggódik emiatt? Vagy csak én vagyok ilyen? Kit kérdezhetnék meg? Kiben bízhatok?
- Jól csinálom?

Miért nincs egy Google-térkép az anyáknak, vagy egy praktikus iPhone alkalmazás? Hát nem lenne nagyszerű, ha a gyer-

mekeid különféle változóit és jellemzőit betáplálhatnád, megnyomnál egy gombot, és kinyomtathatnád a tökéletes nevelési tervet? Nagyon sok nagyszerű könyvet és tanulmányt olvastam a gyermeknevelésről, és rengeteg dolgot tanultam belőlük. De a legtöbb konkrétumokról ír, mint például a fegyelmezés, a taníttatás, vagy a totyogósok, vagy éppen a tinédzserek. Egyik sem adta meg a mindenre kiterjedő látást, amire vágytam, sem a mindent körülölelő tervet, amire szükségem volt.

Aztán egy nap megtaláltam egy szokatlan helyen, egy szokatlan forrásból. Tudom, hogy örülségnek hangzik, de a nevelésre vonatkozó látásomat és nevelési tervemet az ószövetségi Nehémiás könyvében találtam meg.

## NEHÉMIÁS: EGY VALÓSZÍNŰTLEN VEZETŐ

Hadd mutassam be őt!

Nehémiás csodálatos ember volt, aki kb. 2500 évvel ezelőtt élt. Igen, a világ egy kicsit megváltozott azóta, de hadd mondjak valamit: Nehémiás szenvedélyes odaadással szerette azokat, akiket szeretett, csakúgy, mint mi, anyák, a gyermekeinket.

Nehémiás egy változásokkal és bizonytalansággal teli időszakban született. Kr.e. 586-ban Babilónia királya rabságba hurcolta Nehémiás népét, Izraelt. A babiloni hadsereg kifosztotta, lerombolta és felgyújtotta Jeruzsálem városát, ezzel Salamon templomát és a város védelmét szolgáló falat is. Azokat az izraelitákat, akik túléltek a támadást, rabszolgákká tették, és 1300 km-t kellett gyalogolniuk Babilóniáig.

Negyvenhét évvel később a perzsa birodalom királya megtámadta és meghódította Babilóniát, és arra biztatta Izrael népét, hogy térjenek vissza Jeruzsálembe, ők pedig így is tettek.

Miután újra letelepedtek, azon dolgoztak, hogy helyreállítsák, amit a babiloniak leromboltak.

Sok évnyi kemény munka után a szegény izraelitáknak sikerült helyreállítani a templomot, de csak ennyire jutottak. A város és az azt körülvevő fal még mindig nem volt rendben, és úgy teltek az évek, hogy a templom és az emberek is kiszolgáltatott állapotban és veszélyben voltak. Izrael népének egy vezetőre volt szüksége, hogy újjáépítsék a falat, hogy az védelmet és jövőt biztosítson nekik.

Nehémiás volt a válasz.

Az volt a küldetése, hogy felépítse a falat népe városa körül, a biztonságuk és a védelmük érdekében. Ez egy látszólag leküzdhetetlen feladat volt, teljesen esélytelen bárki számára. A legtöbb anya valószínűleg ugyanezt gondolja – *a nevelés alapvetően minden nőnek lehetetlen feladat*. De Nehémiás nem aggódott a lehetetlen helyzetek miatt, és nekünk sem kellene. Az ő látása túlmutatott az akadályokon. Arra szólt az elhívása, hogy felépítse a falat, hogy megvédje a népét, és biztonságos jövőt biztosítson nekik. Hasonlóan, a szembejövő kihívásoktól függetlenül nekünk is meg kell védenünk a gyermekeinket, és biztonságos jövőt kell biztosítanunk a számukra.

Nehémiásban minden megvolt, amire egy anyának a jó neveléshez szüksége van a mai világban, és mintát mutatott nekünk, amit követhetünk. Ez a minta tíz pontban írható le. Ezeket a következő fejezetekben fogjuk megvizsgálni:

1. Megfigyelés
2. Mérlegelés
3. Szenvedély
4. Ima
5. Türelem

6. Felkészülés
7. Cél
8. Terv
9. Problémamegoldás
10. Kitartás

Ha ezt a tíz pontot fejleszted magadban, és megtanulod, hogyan kapcsolódnak össze, az segíteni fog elérni a célotdat, hogy a lehető legjobb anya legyél.

Nehémiás életében láthatjuk ezeket kibontakozni. Tudta, mire szól az elhívása. *Megfigyelte* a helyzetet, *mérlegelt* minden feladatot, *szenvedélyesen* kereste a megoldásokat, *imádkozott* útmutatásért, *türelmesen* várt a lehetőségekre, tervszerűen *felkészült* a cselekvésre, nem adta fel a *célját*, kidolgozott egy *tervet*, és mindvégig *kitartott* a problémák ellenére.

Nem mindig úgy alakultak a dolgok, ahogy Nehémiás szeretne volna, de attól függetlenül, hogy mi történt, mindig jól teljesített. A dolgok kimenetelét nem tudta irányítani, de a saját teljesítményét igen. És amikor már mindennel kész volt, visszanezve azt tudta mondani: „Megtettem azt, amire az elhívásom szólt, és jól csináltam.”

Ez minden, amit anyaként tehetünk. Tehát, hol is kezdjük?

Nehémiás szerette a népét, és tudta, hogy szükségük van egy falra, amely megvédi őket, és jövőt, reményt biztosít a számukra. Mi nem szó szerinti falakat fogunk építeni, mint Nehémiás, de követhetjük az ő éleslátását. A gyermekeinknek is szükségük van falakra. Ezért ad nekik Isten anyákat.

## A FAL ÉPÍTÉSE

Ahogy Nehémiás megmutatja nekünk, a falnak, amit a gyermekeid számára építesz, két funkciója van – a védelem és a

gondoskodás. A fal megvédi a gyermekedet attól, hogy ki legyen szolgáltatva a külvilág okozta károknak. A falakon lévő kapuk lehetőséget adnak arra, hogy gyermekeid hozzájussanak az oktatáshoz és képzéshez, amire szükségük van ahhoz, hogy nélküled is bölcsen elboldoguljanak a világban. Te jelented a falat és a kapukat, a védelmet a *világtól*, és az életre nevelést ebben a *világban* – és mire befejezed ezt a könyvet, meglesz a terved, hogyan nevelj bölcs gyermekeket, akik ígéretes jövő előtt álló független felnőttekké válnak.

## Védelem

A következő fejezetekben megtanuljuk Nehémiástól, hogyan állítsuk helyre saját elképzelésünket a gyermeknevelésről – és végül magunkat is, mint eredményes anyákat. Nehémiás téglákat és habarcsot használt, nekünk is erre van szükségünk. A tíz pont jelenti azokat a „téglákat”, amikkel felépítjük a nevelésünket. Ahhoz, hogy ezeket a téglákat rögzítsük, és a falat erőssé és hatékonyá tegyük, habarcsra van szükség. A habarcs a *jellemünk*, olyan jellemvonásokból felépítve, amiket az anyáknak személyesen kell kialakítaniuk ahhoz, hogy hatékonyan a helyükre rögzítsék a téglákat. Ezek olyan tulajdonságokat foglalnak magukba, mint a szeretet, az alázat, a tisztánlátás, az eltökéltség és az önuralom. Amikor ezek a téglák a helyükre kerülnek, mindannyian a gondoskodó védelem szilárd falává válunk a gyermekeink számára, jellemes anyákká, akik ügyesen védik gyermekeiket. De miután a védelmet jól végiggondoltuk, a gondoskodásra kell összpontosítanunk.

## Gondoskodás

Nehémiás falán tíz kapu volt, a miénken is ennyi lesz (ezekről később fogunk beszélni). A fal kapui a lehetőségeket jelölik



a gyermeked számára, hogy elhagyhassa az általad nyújtott védelmet – a falat –, és felfedezze a világot. Sok ilyen kapu általános kiváltság, mint például a mobiltelefon vagy az autóhasználat. Néhányra a kultúránkba való beavatásként tekintünk, a gyermek életkorának megfelelően. De a kor nem garantálja a bölcsességet, és néha az anyának be kell zárnia egy túl korán megnyitott kaput. Ebben a könyvben tárgyalni fogjuk, hogyan biztosíthat egy anya biztonságos jövőt a gyermekének azzal, hogy megtanítja ezeknek a kiváltságoknak vagy kapuknak a használatára. Azt is meg fogjuk vizsgálni, hogyan nyitható ki és zárható be a kapukat bölcsességgel, hogy a gyermeked megtanulja, hogyan boldoguljon okosan a világban, a jövője kockáztatása nélkül. Ahhoz, hogy ez így legyen, az anyának őriznie kell a kapukat.

A fal első funkcióját könnyű megérteni. Születéskor a gyermekedet a karodba tették, és te ártatlan, védtelen csecsemődet óvó öleléssel vetted körül. Ráérezted a babád minden szükségére. Próbáltad megfejtetni minden sírása okát.

De a babák nőnek. A fizikai szükségleteken felül a gyermekeknek érzelmi és intellektuális szükségük is lesznek. Megtanulnak járni, megtanulják, mi teszi őket boldoggá, megtanulnak beszélni. Még mindig közel tartod magadhoz őket, még mindig te vagy a fal. Elkapod őket, mikor elesnek, megneveteted őket, mikor sírnak, és türelmesen bátorítod őket az úton.

És tovább növekednek. Fizikálisan egyre kevésbé van rád szükségük, de értelmi és érzelmi szempontból egyre jobban. Szellemi szempontból is. Bár lehet, hogy ők ezt nem ismerik fel.

Egyre többször engeded ki őket a látókörödből. Érzelmi leg elkezdik a barátokban és az otthonon kívüli szórakozásban megtalálni a boldogságot. Az iskola nyújtja az intellektuális megelégedést. Te is bekapcsolódsz ott, ahol szükség van rá –

egészséges ételek, orvosi vizsgálatok, szülinapi partik, közös játék más gyerekekkel, segítség a tanulásban, iskolai feladatok, gyülekezet, vasárnapi iskola – de ahogy a gyermeked nő, úgy tűnik, egyre kevésbé szorul rád, és már nem a fal szerepére összpontosítasz.

A habarcs meggyengül. A téglák meglazulnak. A fal omladozni kezd. A kapuk meg nyitva maradnak.

A gyerekeid nagyoknak és függetleneknek tűnnek, pedig nem azok. Milyen bölcsessége lehet egy tíz, tizenkét vagy akár tizenhat éves gyermeknek? Még mindig annyira fiatal, és annyira magabiztosan buta. Lehet, hogy fizikailag már kevésbé igényel téged, de nagyobb szüksége van arra, hogy gondoskodj az érzelmi, értelmi és szellemi egészségéről, mint valaha.

---

## Vallomás

---

Nem hittem volna, hogy a gyerekeimnek, ahogy nőnek, egyre nagyobb szükségük lesz rám.

Van egy hétfős, közeli barátokból álló csoportunk. „Tengerparti Menedék Lányok”-nak hívjuk magunkat, mert az összesen húsz gyermekünkkel minden nyáron együtt mentünk a tengerpartra. Az én gyermekeim voltak a legfiatalabbak, és éveken át, ahogy a szülinapi partikon rendszeresen találkoztunk, szívtam magamba a tapasztaltabb anyukáktól a bölcsességet, mikor az idősebb gyerekeikről beszéltek. A beszélgetés gyakran a gyerekek tevékenységeihez, időbeosztásához, terveihez vezetett, és ahhoz, mennyire, de mennyire lefoglalja őket, hogy mindent kézben tartsanak. Tisztán emlékszem, hogy a beszélgetéseikre reagálva jó pár alkalommal azt gondoltam, *hogyan lehetnek ennyire elfoglaltak? A gyermekeik 8-tól 3-ig*

*iskolában vannak – ez nyolc szabad órát jelent napon-  
ta! Az én gyermekeim egész nap otthon vannak, és ha  
elmegeyek otthonról, állandóan nézmem kell az órát,  
mert a bébiszittert fizetnem kell, és a kicsihez is haza  
kell rohannom, megetetni!*

Valami okból kifolyólag az volt a benyomásom, hogy a gyermekeimnek nagyobb szükségük van rám, míg kicsik, de tévedtem. A barátaim nagyon jó, gyakorlatias anyukák voltak. A nagyobb gyermekeimnek épp akkora – ha nem nagyobb – szükségük volt rám, mint kétévesen. Az az igazság, hogy az évekkel nemcsak a gyermekek, hanem a tennivalók is nőnek. A gyermekek személyiségének sokrétűsége és dimenziói rohamosan növekszenek az évekkel. Újra mondom, nem vagyok szakértő, de nekem úgy tűnik, ahogy lassul a fizikai növekedésük, úgy válnak egyre sokrétűbbé. Amikor a lányaim növekedése lelassult úgy tizenkét évesen, azt vettem észre, hogy egyre nagyobb kihívást jelent számomra az érzelmi és szociális érzékenységük fejlődése. A fiaimmal ez egy pár évvel később történt, tizennégy éves koruk körül kellett a következő szintre lépnem.

A mai világ teli van változásokkal és bizonytalansággal, éppúgy, mint Nehémiás idejében – és valószínűleg így volt ez az egész történelem folyamán. Mindegy, melyik korszakról van szó, a gyermekneveléshez mindig bátor úttörők állhatatosságára volt szükség. És ez ma is így van. Tehát bármilyen terepen is vezet keresztül a gyermeked, készen kell állnod a navigálásra.

Úgy érzed, mintha a gyermekeidet máris rabságba hurcolták volna? Vagy csak hanyagul éled az életed anélkül, hogy fi-

gyelnéd, merre haladnak a gyermekeid? Félsz attól, hogy hibát követsz el? El vagy csüggedve, mert úgy érzed, máris túl sokat követtél el? Hogyan lehetünk biztosak benne, hogy jó irányba navigáljuk a gyermekeinket?

Olyan sok a kérdés! Higgy nekem, én is feltettem mindet. Meríts ebből vigasztalást: nincs semmi új a nap alatt. Ne hagyj magad abba a csapdába esni, hogy egyedül érzed magad a küzdelmeidben! És ne add fel, azt gondolva, hogy gyermeket nevelni ma még nehezebb, mint valaha! Változik, és kihívást jelent, de ilyen az élet.

Bárhol találod magad és a családot, ha szenvedélyes anya vagy, nem csak a falnak kell lenned, a fal építőjének is! A gyermeked számára te vagy Nehémiás. Nehémiás szenvedélyesen sírt a népéért. Te ugyanezzel a szenvedéllyel fogsz sírni a gyermekedre leselkedő veszélyek miatt. Nehémiást a szenvedélye arra vezette, hogy kitaláljon és véghezvigyen egy tervet, hogy jobban meg tudja védeni a népét. Neked is időbe kerül, hogy kitalálj egy tervet a gyermekeid védelmére, és a róluk való gondoskodásra. Csak te tudod ezt megtenni. Ez a te elhívásod, mint ahogy Nehémiásnak az volt. Te vagy az a személy! És tégláról téglára meg tudod csinálni!

Úgyhogy el is kezdjük az elsővel a tíz pont közül, az első téglánkkal: a *megfigyeléssel*.