



Kalotaszeg Reménye

„Várván a mi boldog reménységünket, a mi nagy Istenünk és üdvözítőnk, Jézus Krisztus dicsőségének megjelenését.” (Titusz 2:13)

15. szám, 2017. június

Keresztény szellemiségű havilap



Magyarkapus 1844-ben, az eredeti, 13. századi helyére épült református temploma

Egészségünk:

Ízületi betegségek

Lakosságunk körében igen gyakoriak az ízületi eredetű fájdalmak, valamint az ízületi megbetegedések. Az előrehaladott kor velejárója lett, hogy itt fáj, ott fáj, fáj a térd, fáj a derék. Jelen cikkünk azt szeretné tárgyalni, honnan erednek ezek a fájdalmak, miként lehet

rajtuk enyhíteni, és milyen esetekben fontos, hogy ne halogassuk az orvoshoz tett látogatást.

Az ízület felépítése

Amint eddig is megszoktuk, cikkünk tartalmaz néhány információt testünk felépítésével kapcsolatban. A következőkben felvázoljuk, hogyan néz ki egy ízület szervezetünkben.

(folytatás a 14. oldalon)





A magyarkapusi templom orgonája.
„Uram, szeretem a Te házában való
lakozást, és a Te dicsőségéd
hajlékának helyét.” (Zsoltár 26:8)

A bábonyi nyári munkatábor és mezőgazdasági iskola

Bánffyhunyadtól északra, 350 m tengerszint feletti magasságban, a Váralmástól nyugati irányba nyíló, erdővel koszorúzott völgyben fekszik Kalotaszegnek a kutatóktól legmostohábban kezelt faluja, Váralmás község legkisebb települése: Bábony.

Neve először 1291-96 táján fordul elő egy, a Bécsi Nemzeti Könyvtárban őrzött kódexben. Jelenlegi temploma 1935-ben épült, Kós Károly tervei alapján. 2012-ben már csak 48 fő lakta, amelyből 18 volt magyar nemzetiségű.

Itt alapították meg 1936-ban a kalotaszegi Református Egyházmegye Mezőgazdasági Majorját és Földművelési Iskoláját a Barabás

Azon év július 28-án, egy 15 napos, önkéntes nyári munkatábor keretében kezdte el a munkálatokat kb. 15-20 teológus- és orvostanhallgató, meg tanárjelölt egyetemista. Az ellátást az egyházmegye vállalta, a tábor gazdája pedig Kós Károly volt, aki a tervezett iskoláról többek között így ír:

„Azt a célt is magam elé tűztem, hogy lendítsek valamit a vidéken. A Bábonyban tervezett mezőgazdasági iskola és annak tangazdasága ezt a célt szolgálta volna. Itt szeretttük volna megtanítani a kalotaszegieket arra, hogy a sovány, gyenge, kevés földből többet lehet kihozni, mint amennyire apáik erejéből tellett. Csak a

Tartalom

Kalotaszeg Reménye

15. szám, 2017. június

A bábonyi nyári munkatábor és mezőgazdasági iskola	2
Figyelő	3
Egészségünk	14
Imasarak.....	19
A Biblia válaszol.....	20
A hónap receptje	23
Nyerő kérdés	24
Hirdetések.....	24



A bábonyi, 1935-ben épült református templom. Építész: Kós Károly

Miklós bábonyi földbirtokostól vásárolt kb. 40 holdas területen.¹

¹ Pontosabban: a Köles-alj és az Egres-pataka dűlőben 25 hold szántóról, 10 hold kaszálóról, és 7 hold legelőről volt szó.

gazdasági rész épült fel, s a gyümölcsöst állítottuk be, ez sikerült is, magára az iskolai rész építésére már nem került sor.”²

² A Kalotaszegi E.M.H. Jegyzőkönyvből idézve

A fiatalok, ha szükség volt, földet talicskáltak és utat építettek, egyesek pedig a fizikai munkán túlmenően néhány napig falukutató munkába is fogtak – rajzokat készítettek, népnyelvi és tárgyi néprajzi tanulmányokat végeztek, miközben az orvostanhallgatók a falu betegeit is ellátták.

„Mindenki kedvvel, pontosan végezte a kijelölt munkát.” – számolt be Szabó T. Attila táborvezető.

Ugyanakkor, a napi nyolc órai munka mellett jutott idő a pihenésre, szórakozásra, esti közös éneklésre és barátságos, megértő kapcsolatok kiépítésére.

A tábor végére a faluról, a lakások berendezéséről, és mindenféle egyébről 150 vázlatlap, és számos más feljegyzés, rajz és fénykép készült el, melyek hatással voltak az erdélyi falukutató irodalomra.

Ezen anyagok alapján már a következő évben, 1936-ban megjelent Kós Balázs: *Egy falu mezőgazdaságának rajza* című tanulmánya, mely betekintést nyújtott Bábony gazdasági életébe, életmódjába, és az ezzel kapcsolatos, megoldandó kérdésekbe.

E tábor hozzájárult a nehéz testi munkát végző falusi emberek megbecsüléséhez, és példát adott a „magába roskadt és tervtelen fiatal nemzedéknek.”

A birtokot ezt követően nyolc éven át művelték, egészen 1944 őszéig. Ekkor azonban a frontátvonulás ideje alatt a tanyát kirabolták, szétdúlták, az ajtókat, ablakokat letépték, a gazdasági felszereléseket pedig széthordták.

A rákövetkező évben az egyházmegye a helyi református

egyházközsége bízta a birtokot, melynek részesművelésére nyolc helyi gazda vállalkozott.³

A háború utáni évek politikai hangulata azonban lehetetlenné tette a folytatást: 1946-ban ismeretlen tettesek felgyújtották a tanyát, és majdnem minden leégett. Ezek után az akkori helyi vezetőség biztatására az egyházi birtokot felparcellázták és szétosztották a lakosok között – hogy nem sok időre rá a kommunista hatalomváltás és az erőszakos kollektivizálás mindent magába olvasszon.

Bíró Lajos,
matematikatanár,
Bánffyhungaryad

³ Név szerint: Kalló Majoros Márton, Török Márton, Mihók János, Daróczi György, Varga Árpád, Eszes István, Eszes János, Eszes Ferenc Dézsi.



Figyelő

Robotok – és ami mögöttük van

Nemrég felfigyeltem egy hírre az Interneten, mely szerint a Nagy-Britanniában dolgozó román mezőgazdasági munkásokat robotokkal¹ akarják helyettesíteni. Rögtön felöltött bennem a kérdés: miért éppen a románokat?

Eszembe jutott a néhány évvel ezelőtti, 2011-beli észak-németországi tartózkodásom, amikor is a munkaügyi hatóságok többször is kifejezték azt, hogy habár Románia és Bulgária már úniótagok, még-

¹ A *robot* szót először Karel Čapek cseh író (1890-1938) használja az 1921-ben bemutatott *R.U.R.* című színdarabjában a mesterségesen előállított emberekre, és azóta terjedt el a közhasználatban. A *robotá* szó csehül *szolgamunkát* (robotmunkát) jelent, míg oroszul a *rábótá* munkát.

is, az onnan érkező munkavállalók Németországban egy különle-

sebb státusszal rendelkeznek, azaz csak akkor vehetik fel őket, ha bizonyosodik, hogy nincs arra a munkahelyre más, előnyösebb helyzetű európai országból származó személy... Tehát: nemkívánatosak.

Nem mintha ma annyira szerencsésnek tartanám a lakosság



Mezőgazdasági robot, a német Bayer cég terméke

innen való elszívargását, de akkoriban az említett különleges státusz miattje felől érdeklődtem.



Számos rakétát kilövő robot-repülőgép

Hát, e két ország, és lakosságuk szintje még nem éppen megfelelő ahhoz, hogy sikeresen beépülhessenek a nyugati demokráciákba... hallottam valamely fél-hivatalos magyarázatot.

Hmm...de bezzeg az utóbbi időkből ENSZ segítséggel beáramoltatott, és e fejlett országban tárt karokkal fogadott muzulmán, ázsiai és afrikai százezrek civilizációs, erkölcsi és demokratikus nívója már teljesen megfelelő, messze meghaladva a miénket... de hát ez már a nagypolitika logikája, úgysem értheti meg az egyszerű kisember.

Pusztító robotok

Másik hír: az ENSZ aggodalmát fejezi ki a gyilkos robotok egyre nagyobb száma és elterjedése miatt a világ országaiban... Mint ha egy tudományos-fantasztikus filmbe csöppentem volna: hát ezek meg kicsodák?

A LAWs (*Lethal Autonomous Weapons*² – Halálos Autonóm Fegyverek) olyan, szárazföldön,

2 angolul

levegőben vagy vízben használható, számos detektorral és mesterséges intelligenciával felszerelt, fegyveres robotszerkezetek, amelyek által emberi jelenlét nélkül, távolról végrehajtható a pusztító csapás. Hasonlíthatnak tankhoz, repülőhöz, óriás bogárhoz, vagy bármi máshoz.

A mai hivatalos álláspont szerint, a jelenlegi, fegyverrel felszerelt robotok ember által táv-vezé-

nyeltek (azaz, valahol egy emberi döntéshozó is van a láncban), így hát nem képesek autonóm módon, „önként” az életek kioltására. Megnyugtató.

De azt már minden világosan gondolkodó, és a témával tisztában levő személy tudja, hogy ez nem sokáig lesz így. Már most léteznek olyan, ellenség felderítésére, aknák, pokolgépek detektálására, vagy akár védelmi célból megalkotott katonai robotok és elhárító rendszerek, amelyek teljesen önműködőek, és minden emberi parancs nélkül képesek végrehajtani azt a feladatot, amelyre beprogramozták őket. Mi állítja meg hát az önmaga pusztítására beállított ember faj tudósait, diktátorait és terroristáit hogy a támadó fegyvereket is teljes autonómiával ellátva, csak úgy beeresszék őket az ellenséges területre – hadd randalírozzanak ott kedvükre...?

Amint Robert Work, az Egyesült Államok védelmi titkára is kifejtette, „a Védelmi Ügyosztály (Defense Department) nem ruház

fel halálhozó döntési képességgel egy gépet”, de lehetséges az, hogy „autoritárius (diktatorikus) rendszerek” ezt megteszik...³

2015 júliusában Buenos Airesben⁴ a mesterséges intelligencia ezer szakértője aláírt egy nyílt figyelmeztető levelet, amelyben az autonóm fegyverek betiltását kérte. Napokon belül 2400-ra emelkedett az aláíró szakemberek száma.⁵

Nincs messze az a nap, amikor a tisztelt hadurak valahonnan a szobájukból, gombokat nyomogatva (vagy még azokat sem) vezénylik le a háború kellemetlen, de – számukra – oly szükséges munkáját. Hol vannak már azok a régi szép idők, amikor a királyoknak meg hadvezéreknek az „Utánam!” csatakiáltással, elsőnek és legelől kellett a csatába rohanniuk, ha győzni akartak?



Távírányítású, kisméretű robot-tank

³ “Pentagon Examining The Killer Robot Threat” – *Boston Globe*, March 2016, idézve a Wikipédián, a *Lethal autonomous weapon* szócikkben

⁴ *Joint Conference on Artificial Intelligence*, Buenos Aires, 2015 július 28

⁵ Lásd: www.stopkillerrobots.org, 2015 december

De most térjünk vissza a minket (még) közelebbről érintő dolgokhoz.

Újabb internetes hír: az Egyesült Államok, Kanada és Mexikó több munkahely-ölő-robotot vásárol, mint bármikor azelőtt. Sőt, ha a jelenlegi „trend” (irányzat) kitart (évi 16 százalékos emelkedéssel), akkor 2025-re, azaz nyolc év múlva már háromszor annyi ipari robot lesz világszerte.

Mert hát az *Adidas* sportszer cég is Atlantában új részleget nyit ebben az évben, de jórészt automatizálva lesz minden: csupán 160 *humán munkaerőre* lesz szükség (újabbán így nevezik a mindennapjaikért rettegő, és az ismeretlen erők által keltett gazdasági hullámban ide-oda hanyódo emberi lényeket). És így tovább.

Egy, az 1990-2007 közötti időszakot vizsgáló tanulmány szerint, minden bevezetett ipari robot hat emberi munkahelyet tett szükségtelenné.⁶ És ez csak az átlag. Az emberi munkát elvégző robotok egyre kisebbek és olcsóbbak, így hát a gyártulajdonos vidáman szélnek eresztheti immár szükségtelenné vált munkásait...

Jó, de hát mi lesz velük, és családjaikkal? Az már (szinte) senkit sem érdekel.

Blue collars – white collars

Kék gallérúak – fehér gallérúak: így nevezték a huszadik század amerikai ipari fellendülésének kék zubbonyt hordó munkástömegeit és fehér inget, nyakkendőt viselő, kisebb számú felsőbb képzettségű és vezető réteget.

Az elején még úgy-ahogy rendben voltak a dolgok: a farmjai körül különböző módszerekkel a nagyvárosokba kényszerített vidékieket,⁷ együtt a az „államokba”

⁶ www.recode.net, 2017 május 9

⁷ Mára – áldott emlékü John D. Rockefeller

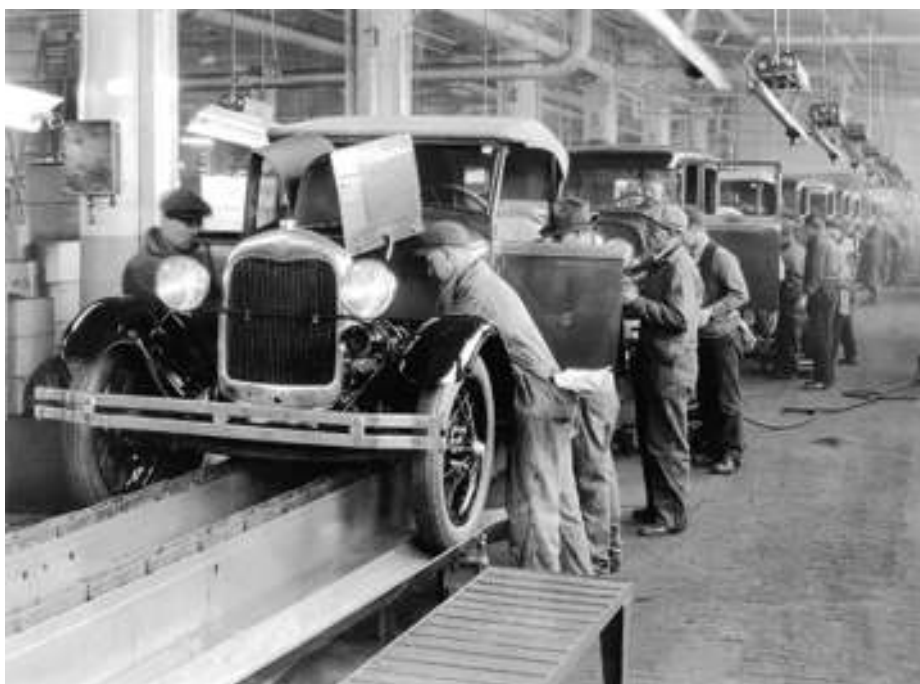


LS3-AlphaDog teherhordó robotok. Nagy zajt csapó, az amerikai katonákat segíteni hivatott jószágok. Mellesleg az ellenséges iszlám harcosok által használt ösvérek sokkal praktikusabb találmányok, de hát azokat már egy sokkal bölcsebb Valaki alkotta...

állandóan érkező bevándorlókkal évtizedeken át jórészt felszívta az ipar. De azután megérkezett a számítógép-korszak: ott, ahol a hetvenes-nyolcvanas években, tegyük fel egy helyi Ford autógyárban ötezer ember dolgozott, ma már teljesen

automatizált vonalak vannak, és már csak néhány tucat programozóra és karbantartóra van szükség.

Eszembe jut egy régi spanyol film egyik jelenete: a 20. század elején, a poros, kiszáradt spanyolhoni földeken rongyos, kétségbe-



Ford autógyár, 1927

ler példamutatása alapján (lásd lapunk 9. számának 3. oldalát) – az amerikai nagyfarmok, ravasz taktikákkal jórészt „bekapták” a kis- és közepes farmokat, és az agyongépesített, vegyszerezés-alapú amerikai mezőgazdaságban a munkavállalóknak csupán 2 százaléka dolgozik.

esett napszámosok hada vonul, egyenesen a földesúr kúriájára, ahol darabokra törik a frissen érkezett, új arató gépeket, melyek az ők munkájukat tették volna értelmetlenné.



Automatizált Ford-vonal napjainkban

Kevésbé láttam bele még akkor, gyermekként, e (film mögötti valóságban is ott rejlő) tragédiák mélyébe, hisz a huszadik század fiaiként mindannyiunkat arra tanították, hogy a technikai fejlődés az, amelyik végre megoldja az emberiség gondjait, és a tudományos kutatás révén egy új, boldog korszak következik.

Igaz lenne ez az állítás?

Maga a technika rossz? Vagy talán másról lenne itt szó?

Horthy döntése

Nagy Töhötöm Sándor, rendkívüli képességű, ötszörösen dok-

A megtéretlen, önző embert a technika fejlődése ugyanazon a megszokott pályáján mozgatja előre, még eredményesebbé téve pusztító, szennyező és kizsákmányoló tevékenységeit.

Ebből az állapotából az egyedüli kiutat csupán a Teremtőjéhez való visszatérés, és szívéből az önzést teljesen kiszorító, Isten Lelkének munkája révén megszülető, felebarátai iránti valódi szeretet jelenti.

torált, kitért jezsuita szerzetes *Jezsuiták és szabadkőművesek* című könyvét olvasva, emlékezetemben maradt egy érdekes állítás: a két világháború között a harma-



**Nagy Töhötöm (1908-1979)
1940-ben készült fotója**

dára csökkent Magyarországon rengeteg nincstelen napszámos élt (Oláh György⁸ akkori szociográfiája szerint Magyarország a három millió koldus országa volt), akiknek fő jövedelme a kézi aratásból származó gabona-rész volt. Ugyanakkor a nagybirtokokon, a bezárt csűrökben mind ott álltak a vadonatúj arató gépek, amelyeket Horthy Miklós kormányzó parancsából tilos volt használni, éppen azért, hogy éhen ne haljanak az

⁸ Oláh György (1902-1981), író, újságíró.

egész évi gabonájukat az aratás alkalmával beszerző szegények.

Minekünk e tájakon úgy tanították, hogy Horthy fasiszta, gonosz ember volt. Lehet, hogy ez nem volt éppen így? Másrészt a magyar katolikus egyháznak a '30-as évek elején 850.000 holdat kitevő birtoka volt, amelynek nagy részét Serédi Jusztinián hercegprímás felajánlotta a szegények közötti kiosztásra – ha az arisztokrácia és a nagybirtokosok is így tesznek. De erre – a szovjet megszállásig – nem került sor. (Forrás: *A magyarországi földreform* – Wikipédia)

Milyen könnyen megoldódhattott volna már akkor a nincstelenség helyzete...! Nos, ki a rossz, és ki a jó a történelem zűrzavaros játszmájában...?

Lesz egy nap, amikor ez kiderül, és lesz Valaki, Aki ezt megítéli.

Most pedig kanyarodjunk vissza Észak-Németországba!

A gépesítés ára

Ottlétemkor meglepődve vettem tudomásul, hogy a bármely nagyvárostól messze levő, elég gyenge minőségű, szürkés színű



**Horthy Miklós (1868-1957),
1920-1944 között Magyarország
kormányzója. Portugáliai
emigrációban halt meg**

szántóföld hektárja 30-40.000 euró körül mozog – míg itt nálunk, az Európában egyik legjobb minőségű, Bärägan-i szántóföldeket egyes üzérek 100-200 euróért vásárolják fel és adják tovább jó nyereséggel külföldi befektetőknek. Azon a vidéken, a volt kelet-német határhoz közel, a Rajna mellett egy szép vidéki ház, udvarostól már csak 15.000 euróba került, mivel a hozzá tartozó szántókat eladták. Ott, ahol 60-70 évvel ezelőtt még 30-40, 5-6 hektárt birtokoló család élt meg, ma már csak egy, 200 hektáros gazdaság van. És ez az egy gazda is éppen hogy fenn tud maradni:

– Legalább 200 hektárt kell birtokolnod – mondta munkaadóm – hogy annyi profitod legyen, hogy törleszteni tudjad a bankrészleteket...

Mivel a rendkívüli gépesítésnek nagy ám az ára: mindenki hatalmas gépekkel dolgozik, pl. amelyek a több hektár cukorrépát néhány óra alatt kiássák, és megtisztítva dobják be a rakodótérbe – és már vinni is lehet a feldolgozóba. Ugyanígy, gépek szedik ki a burgonyát, sárgarépat, gép vágja ki, tisztítja le és teszi a teherrészre az erdei fákat, nem beszélve a nagy teljesítményű, gyors kombájnokról, traktorokról.

De ezeket, úgy mint az egyre több hektár szántóföldet – mind bankkölcsönnel veszik meg. És ekképpen a gazdának sok mindene van, de semmi sem igazán az övé, hisz egy életre elven adósodva. És ha a család, fiától-lányostól reggeltől estig, sőt még kampány idején még éjjel is dolgozik, ezzel éppen hogy versenyben tud maradni, mivel a felvásárló árak kicsik, a karbantartás, üzemanyag, no meg a sok részlet pedig nagyfokú termelést igényel...



Német farm

Számítgatni kezdtem: ezen az erdős sávokkal tarkított tanyavidéken, nem is olyan régen, a modern gépesítés előtt szorgalmas munkával, lovakkal-ökrökkel negyven család élt meg, mindegyik a maga öt hektárját dolgozva, és istállótrágyát, kapát-kaszát használva, kizárólag *bio* minőségű gabonát, zöldséget, gyümölcsöt, húst és tejet termeltek, mégpedig bőven. Ma pedig, ugyanannyi munkával a negyven család helyén csak egy tud megélni, míg a többi 39, a rájuk kényszerített hajszában sorra kiesve, városra költözött.

Nem szólva a minőségről: a hagymának nem volt hagymaszaga, ha pedig a sárgarépat vagy a burgonyát főztem, a várt kellemes illat helyett szinte ki kellett mennem a konyhából. De ilyen a paradicsom, a paprika, a tojás és majdnem minden: furcsa, vegyszerezett, kellemetlen szagú termékek.

Most egy kérdés: hova vándorol az a nyereség, amelyet a 39 család földje képes volt azelőtt kihozni, ha a megmaradt egy gazda nem lett negyvenszer gazdagabb?



Kombájnos aratás, 1930-as évek, Anglia



Ki marad falun? Bukovinai néni

Válasz: főleg a kölcsönöket nyújtó bankokhoz és részben a gépeket forgalmazó és karbantartó cégekhez.

Nos itt az egérfogó: régebben a földesúr több falunyi jobbagyon uralkodott, és azok neki dolgoztak. Ma a pénzintézetek, és egynéhány gyáros kasszírozza be a hatalmas nyereségeket – azaz a rómaiaknál is ismert *felső tízezer*.

– De hát mi ezzel a baj? – kérdezhetné valaki.

– Hiszen gazdagok mindig voltak és lesznek. De amíg mindenki meg tud élni, akár városon, akár vidéken, azaz van mit ennie, és van lakása, autója, addig nem panaszkodhatunk.

Jól van. Akkor most tovább lépünk, és betekintünk a színpalak mögé, az oly sokak által elfeledett könyv, az Isten Igéje segítségével.

A Nagy Összeesküvés

Emlékszünk-e még Isten eredeti tervére?⁹ A Teremtő összeleinket nem egy beton-gettóba,

⁹ Lásd lapunk 9. számának 5. oldalát

hanem egy parkerdő-szerű kertbe helyezte, hogy műveljék (dolgozzák) és őrizzék (Sátán befolyásától) azt (1 Mózes 2:15).

Ma is az Isteni terv ugyanaz: az emberi lény számára ideális kör-



Cukorrépa betakarítás, Wyoming, Egyesült Államok

nyezetben, vagyis a Természetben való aktív, független élet, miközben életterünket, életünket és szívünket Isten segítségével megőrizzük minden Sátáni befolyástól.

Csakhogy ezt éppen ez utóbbi, gonosz hatalom nem akarja. Ő már a testvérét megölő, és szüleitől elmenekülő Kaint arra indította, hogy építse meg Földünk legelső városát, Hánókhót.¹⁰ Később, az özönvíz utáni nemzedékekben Nimród használta fel arra, hogy várost-város után építve, az embereket maga köré gyűjtse, irányítani és uralni próbálva őket Babelben, és az Eufrátesz menti Sinear földjének többi városában.¹¹

Ma a világ lakosságának nagyobbik része már városlakó. A városi élet kényelmesebbnek tűnik, azonban a mesterséges környezet elszakít a Teremtőtől,

¹⁰ Lásd 1 Mózes 4:17

¹¹ Lásd 1 Mózes 10:8-12

és bizonytalanságának. Jelenleg az ember bármikor elveszítheti munkahelyét, és sosem tudhatja, mit hoz a holnap. Ez az állapot pedig egy szüntelen, többé-kevésbé elfojtott, háttér-feszültséget eredményez.

Másrészt, a mai nemzedék gyermekeinek nagy része egy tömbházlakás elsötétített szobájában nő fel, testmozgás és napfény nélkül, heti számtalan órát töltve el a hipnotikus hatású képernyőre tapadva, mely megfertőzi lelkét, és egy tisztátalan álmovilágba ragadja el.

A római módszer

Cirkuszt és kenyeret a népnek! – hangoztatták az állandó háborúk és gazdasági válságok dúlta ókori Róma erkölcstelen vezetői, tudván, hogy amíg az embernek tele a hasa, és leköti a szórakozás, addig nem gondol a holnapra, és nem sokat törődik a „nagyok” játszmáival.

Ma ugyanaz történik. A majd minden házban szinte állandóan bekapcsolt képernyő révén a kábel tévé adásai a legszegényebb és legidősebb nénit is eléri, lekötve fiatal és időst a többnyire istentelen, bünt, érzékiséget és gonoszsgot ecsetelő programjaival. Ki gondol még arra, mi lesz holnap, és mi folyik a színpalak mögött?

Ami ránk vár

Sokan ma úgy gondolják, a számítógépeké a jövő. Abból lesz a megélhetésük, és annak különböző változatait – okos telefon, tableta, laptop – kell egész nap babrálni. Mások a kőolajban, és más energiahordozókban látják az elkövetkező idők kihívásait.

Kevesen gondolnak azonban arra, hogy számítógép, villanyáram, gép- és vegyipar nélkül év-



Számítógép kór-szak

ezredekén át nagyon jól megvoltunk. De élelem és víz nélkül már néhány napig is nehezen bíránk.

Ma, a végóráit élő, mesterségesen tönkretett, pusztuló Föld lakói számára a játszma ugyanarról szól: ki birtokolja majd az alapvető, az élet fenntartásához szükséges javakat: a vizet és az élelmet?

Ezt Isten is előre látta, ezért üzenté Ésjás által:

„Aki igazságban jár, és egyenesen beszél, (...) szemét befogja, hogy gonoszt ne lásson: az magas-

ságban lakozik, kőszálak csúcsa a bástyája, kenyerét megkapja, vize el nem fogy.” (Ésjás 33:15-16)

Igen, Isten a leghetlenebb helyzetben is gondoskodni fog a benne bízókról.

De Sátánnak is megvannak a maga tervei, és az emberiséget, minden egyént és minden családot teljesen függő helyzetbe akar hozni: elvágva gyökereiket, kitépve őket az Istentől művelésre rendelt termőföldből, a városok beton-dzsungelében a nagyáru-



Székelyföldi feketeteribizli ültetvény (Csíkszentmárton)



házak polcaihoz köti őket. De mi lesz, ha beáll egy gazdasági válság, egy nagy mértékű pénzleromlás, akár háborús helyzet vagy egyéb katasztrófa?

Egy olyan helyzet, amelyről Isten így szólt Dániel próféta által: „... mert nyomorúságos idő lesz, amilyen nem volt attól fogva, hogy nép kezdett lenni...” (Dániel 12:1) Vagy, a Jelenések könyvében: „Mivel megtartottad béketűrésre intő

embernek is pénzért kell megvásárolnia. Erről mondanák a régi öregek: Nahát, ilyet még nem tapasztaltam!

Az itteni, még dolgozni próbáló kistermelő eközben döbbenően szemléli, hogy a kereskedelem túlnyomó részét uraló nagyáruházak maffiája az ő termékeit – legyen az hús, tej, tojás, gabona, alma, burgonya vagy bármi más – nem veszi át, de az ezer kilométerekről

Készülődés a végső küzdelemre

Az élet fenntartásának egyedüli alapja mindig is a mezőgazdaság, a föld volt. Minden elnyomó hatalom – legyen az feudális hűbérúr, tatár, török vagy labanc, kommunisták vagy a jelen világ nyugati, háttérből működő monopóliumai – az Isten adta termőföldet próbálta elharácsolni a néplába alól, vagy a már megtermelt javakat elrabolni, kizsarolni, vagy gyengíteni, megsemmisíteni a termelőképességet, hogy tőlük függjünk.

A föld megművelésének parancsa már az Édenkerttől kezdve Istentől származik, Aki még az uralkodóktól is elvárta az e foglalkozás iránti szeretetet:

„Az ország haszna pedig mindenekfelett a földművelést kedvelő király.” (Prédikátor 5:9)

A számos egyetemet elvégző, vége-hossza nincs konferenciákon résztvevő közgazdászok és társadalomtudósok hamar felfedeznék az elszegényedés valódi ellenszerét, ha a Biblia lapjain kutatnák azt.

Isten kezdettől fogva nagy hangsúlyt fektetett arra, hogy az egész világ számára példaképül szolgáló, és Kánaánban letelepedő népének, Izraelnek minden egyes családja saját földterülettel rendelkezzen. Rendkívül pontos törvények szóltak arról, hogy a tizenkét törzsen belül is, a földterület más nemzetiségre nem szállhatott át. Ezért, ha lány örökölte a földet, csak saját törzsbelijéhez mehetett férjhez:

„És minden leányzó, aki örökséget kap Izrael fiainak törzsei közül, az ő atyja törzsbeli háznépéből valóhoz menjen feleségül, hogy Izrael fiai közül kiki megtartsa az ő



Magyarlétai régi ház

beszédemet, én is megtartalak a megpróbáltatás idején, amely az egész világra eljő, hogy megpróbálja a föld lakosait.” (Jelenések 3:10)

Milyen lesz akkor, amikor sem nyugdíj, sem fizetés nem lesz? Mit teszünk majd élelem, víz és áram nélkül fenn, valahol a nyolcadik emeleten?

És falun sem sokkal jobb a helyzet: a mai erdélyi falu állatok nélkül, elvadult szántóföldekkel, beomlott, elhanyagolt kutakkal ugyancsak függő helyzetbe került: kenyerét és szinte minden ételmét, vizét, tűzifáját a falusi

ideszállított török, lengyel, spanyol, kínai meg ki tudja még honnan való zöldség, gyümölcs, hús és tejtermék már ott terpeszkedik a polcokon, és mi, a tönkretettek és kijátszottak is azokat kényszerülünk megvenni – minden kiadott lejjel őket erősítve, és ugyanakkor magunk alatt vágva el a fát.¹²

Ezt nevezem ördögi észnek! De még nincs vége: a java most következik.

12 Még a kolozsvári nagy, központi piacra asztalaira is számos termék a dezmeri „nagybani” lerakatból érkezik, amely áruk egy része ugyancsak határon túli eredetű.

atyáinak örökségét. És ne szálljon az örökség egyik törzsről a másik törzsrre, hanem Izrael fiainak törzsei közül kiki ragaszkodik az ő örökségéhez." (4 Mózses 36:8-9)

Ha valamely okból valaki eladta a földbirtokát, ezt nem tehetette meg végérvényesen, hanem csak időszakosan. Miért? A minden ötvenedik évben megtartott ünnepi esztendőben, a kürtölés évében, az országban az utóbbi 49 évben eladott összes földterület visszaszállt eredeti birtokosára, vagy annak örökösére:

„És szenteljétek meg az ötvenedik esztendőt, és hirdessetek szabadságot a földön, annak minden lakójának: kürtölésnek esztendeje legyen ez néktek, és kapja vissza kiki az ő birtokát...” „A földet pedig senki el ne adja örökre, mert enyém a föld: csak jövevények és zsellérek vagytok ti nálam.” (3 Mózses 25:10,23)

Sátán, mint mindig, ellene szegül Isten akartának, és a családokat, ravasz ármánykodások útján, meg akarja fosztani az Isteni terv szerint megélhetésük alapját jelentő termőföldtől, azt sugallva, hogy annak megművelése kellemetlen, nem kifizetődő, sőt megalázó, idejétmúlt tevékenység. Teszi ezt, miközben hálóját, gonoszságának kiszolgálói révén, egyre szorosabbra fonja az Istentől rohamosan távolodó emberiség köré.

Azonban, a sötét erők minden sakkhúzása ellenére, Isten meg fogja tartani a hozzá hű gyermekeit, az utolsó nagy próbatétel idején, mely a Noé idejében bekövetkezett Özönvízhez hason-



Moshav típusú farm-közösség Izraelben, a Jezréel völgyében.
A moshav-okban mindenkinek saját földje van, de közös erővel dolgozzák meg és értékesítik azt, ami a saját fogyasztáson felül van.

lóan, villámgyorsan fog rátörni a csak saját erejében és bölcsességében bízó világra:

„Mert amikor ezt mondják, béke és biztonság, akkor hirtelen veszedelem jön rájok, mint a szülési fájdalom a terhes asszonyra, és semmiképpen meg nem menekednek.” (1 Thesszalónika 5:3)

Isten megengedi a próbákat, hogy az Őt szeretők hűsége világossá válhasson. Most pedig szárnyaljunk vissza a múltba egy néhány percre.



Tordaszentlászló egyik kertjének e gyönyörű rózsája Isten szeretetét hirdeti

Egy ősrégi lecke

Kétezerhatszáz évvel ezelőtt, Dániel próféta idejében Nabukodonozor új-babiloni király elrendelte, hogy a birodalom minden fontosabb tisztviselője, egy különleges, e célból meghirdetett ünnep alkalmával boruljon le a Dúra mezején felállított, hatalmas, aranyból készült bálványoszor előtt.¹³

Sátánnak mindig is nagyon fontos volt az igaz Istenimádat teljes kiirtása, ezért a büszke, pogány királyt arra indította, hogy rendkívüli büntetést helyezzen kilátásba a parancs megszegőinek: valamiféle nagyméretű, izzó kemencébe kellett bevetni őket.

Megszólt a számos hangszeren játszó zenekar, és mindenki engedelmesen leborult, kivéve három, az udvarnál szolgáló zsidó ifjút. Ők életük árán sem akarták áthágni a Tízparancsolat első két, az idegen istenek és a bálványoszobrok imádatát tiltó parancsát.

A kegyetlen király valószínűleg azelőtt kedvelte a különleges

¹³ Lásd Dániel könyvének 3. fejezetét



A három ifjú a tüzes kemencében

képességű ifjakat (héber nevükön Ananiást, Misáélt és Azariást), ezért még egy esélyt adott nekik. Amikor ezzel sem éltek, arca eltorzult a haragtól, és annyira felhevítette a kemencét, hogy a hőség megölte a három fiatal odacipelő és beledobó erős harcosokat.

Azonban Isten csodát tett, megőrizte őket, sőt lejött melléjük a tűzbe. Végül a király kihívta őket, és dicsőítette az igaz Istent, Akihez fogható nincs.

E hatalmas csodának tanúja volt a birodalom minden fontosabb embere, és minden idők Istenhívóinek rendkívüli bátorításul szolgált.

És most térjünk vissza: mi következik.

A játszma végső, igazi tétje

Sátánnak sem a jelleme, sem a taktikai nem változtak az idők folyamán.

Amint kezdetben is, nem bírva elviselni Ábel tiszta jellemét, Kaint az öccse elleni gyilkos vágyra ingerelte, úgy használta fel évszázadról-évszázadra a neki engedelmeskedőket – a gonoszságban veszteglő kicsiket és nagyokat

– az Isten gyermekeinek elpusztítására, amint ezt a római arénának, az Inkvizíció kinkamráinak és a kommunista lágereknek a mártírjai is tanúsítják.

Milyen ármánykodásai állnak még előttünk?

A Dúra-mezei próba nemso-kára újból lejátszódik, csak hogy globális méretekben. A *Jelenések könyvének* 13. fejezete két nagy politikai hatalomról beszél, melyeknek – ez utolsó időben – végre beteljesül minden idők diktátorainak vágyálma: az egész Földbolygó feletti uralom.

A prófécia ezeket a hatalmakat a „fenevad” (vadállat) szimbólummal jelöli, amely a Dániel könyvének magyarázata szerint királyokat, uralkodókat jelent (Dániel 7:17)

Az egyik, a később megszűnő hatalom ráveszi a föld lakó-

„Azt is teszi mindenkivel (...) hogy az ő jobb kezükre vagy homlokukra bélyeget tegyenek, és hogy senki se vehessen, se el ne adhasson semmit, hanem csak akin a fenevad bélyege van, vagy neve, vagy nevének száma. Itt van a bölcsesség. Akinek értelme van, számlálja meg a fenevad számát: mert emberi szám, és annak száma hatszázhatvanhat.” (16-18. versek)

E végső, nagy üldözésben Sátán minden fegyverét beveti: nem adhat és nem vehet (sem ételmezt, sem vizet, sem semmi mást) az, aki nem hódol be neki. Azokra, akik e nyomást kiállják, végül kimondatik a halálos ítélet.

Tehát...

Értjük-e már, miért kell mindenkit városokba kényszeríteni, és a föld és az élelem magánter-



Pátmosz szigete ma – ahol János apostol az első század végén megírta a Jelenések könyvét

sait arra, hogy csinálják meg az első fenevad képét, „aki fegyverrel megsebesítettetted vala, de megelevenedett.” (Jelenések 13:14)

Ezek után elhatározza, hogy „mindazok, akik nem imádják a fenevad képét, megölessenek.” (15. vers)

Ugyancsak e második fenevad-ról olvassuk:

melését megszüntetni? Miért van maholnap mindenkire a „kolozsvári”, fizetett víz bevezetve, mert hát azok a kutak, források amelyekből a falu népe évszázadokon át ivott, most hirtelen egészségtelenné, rosszá lettek nyilvánítva?

Isten bölcsességet szeretne nyújtani nekünk az utolsó idők átvészeléséhez Amennyiben rajtunk áll,

térjünk tehát vissza az eredeti, éde-
ni életformához. Mesterségünktől
függetlenül, legyen saját földünk
és vizünk, ha csak lehet, termeljük
meg ételünk legnagyobb részét,
süssük saját magunk a kenyerün-
ket. Ha van egy szabad hektárunk,
ültessük be fákkal, pl. akáccal. Ha-
mar megnő, és minden évben ele-
gendő tűzifát fog nyújtani.

Másrészről jó lenne, ha kidob-
nánk a tévét, és minimálisra csök-
kentenénk a számítógép haszná-
latát (habár már teljesen függővé
váltunk ezektől, de talán éppen
ezért is), és a felszabaduló időt
töltsük egymással. Éljük igazán,
szentül és szépen e világon, eluta-
sítva a bűnt, és keresve az Istennel
való állandó kapcsolatot.

*„Mert megjelent az Isten idve-
zítő kegyelme minden embernek,
amely arra tanít minket, hogy meg-
tagadván a hitetlenséget és a vi-
lági kívánságokat, mértékletesen,
igazán és szentül éljünk a jelenvaló
világon...” (Titusz 2:11-12)*

Sátán ezt mondta egyszer Jób-
ról: *„Bőrt bőrért: de mindent, amije
van, odaad az ember az életéért.”*
(Jób 2:4)

Az Úr megengedte, hogy Sátán
a végsőig megpróbálja Jóbot
– de Istennek ez a bűngyűlölő,
feddhetetlen szolgája mindvégig
hűséges maradt.

Álljon hát előttünk
a hit hőseinek példája.
Ne feledjük azt, hogy
Isten képére és hason-
latosságára lettünk
alkotva, és a menny
egész serege minket
figyel és mellettünk áll,
ha úgy döntünk, nem
leszünk Sátán és az ál-
tala befolyásolt körül-
mények bábjai.

Valóban, nekünk,
emberi lényeknek nem
kell a zsarolás, bűn és fé-



Ültetett akácerdő

lelem eszközei által az ördög által
manipulálható robotokká válnunk,
hanem Isten kegyelme révén az Ő
gyermekeivé, Krisztus hű tanúivá
kell lennünk ezen a világon:

*„Hanem vesztek erőt, mineku-
tána a Szent Lélek eljő reátok, és
lesztek nékem tanúim (...) a földnek
mind végső határáig.” (Apostolok
Cselekedetei 1:8)*

Igen, Ő képes megőrizni, és
meg is fogja őrizni a Föld törté-
nelmének e végső próbájában
mellette kitartókat.

Az Úr segítsen meg hogy mind-
annyian ezek között legyünk, és
elnyerjük az örök életet. Az Ő ke-
gyelméből, Ámen.

Talán elgondolkoztunk azon,
hogy ki lehet ez a két említett, ül-
dőző politikai hatalom? Mi lehet
az első fenevad képe, és mit jel-
lent annak imádata? És a fenevad
bélyege, meg annak a kézre vagy
homlokra való felvétele? És: mit
rejt a 666-os szám?

Az utolsó nagy csatára való felké-
szülésünkben ezen bibliai fogalmak
megértése rendkívül fontos, ezért
majd egy következő cikkünkben
próbálunk mindezekre fényt derí-
teni. De addig is, bízzuk magunkat
teljesen Őrá, Aki gondot visel.

*„Minden gondotokat Őreá ves-
sétek, mert néki gondja van reátok.”*
(1 Péter 5:7)

Jancsó Erik,
Szászfenes



Varottas a magyarkapusi templomban



Egészségünk:

Ízületi betegségek

(folytatás az 1. oldalról)

Két csont érintkezési felületét *ízületi felületnek* nevezzük. Testünkben az ízületi felületet mindig egy *porcréteg* borítja.

A porc rugalmas, és ellenálló. (Állagát könnyen felbecsülhetjük, ha fülkagylónkat megtapogatjuk, hiszen az is egy porcós része testünknek.)

A fent említett tulajdonságaik teszik lehetővé a porcok szerepét szervezetünkben: csökkentik a csontok közti súrlódást. Ugyanakkor, minden ízület része egy úgynevezett ízületi tok is, ami nem más, mint egy rostos hártya, mely az ízületet övezi.

Ezen tok és az ízületi felület között található az ízületi folyadék, amelynek kettős szerepe van. Egyrészt „megkeni” az érintkezésben levő porcokat, másrészt

maguk a porcokat alkotó sejtek is az ízületi folyadékból kapják a tápanyagokat. Az ízületben levő porcnak tudniillik *nincs saját vérrellátása*.

Az ízületek karbantartásához hozzátartozik a *testmozgás*, mely az ízületek megmozgatását is jelenti, ugyanis ilyenkor az ízületi folyadék hozzáfér az ízület teljes felületéhez. Ilyen módon átmossa és megkeni az ízület minél nagyobb részét, megakadályozva ezáltal annak megmerevedését.

Az ízületek betegségei: az artrózis (porckopás)

Ízületeinket többféle betegség érheti. Leggyakoribb, a főként idős korban fellépő *artrózis (porckopás)*, ami az ízületek degeneratív megbetegedése. Ez azt jelenti, hogy az esetek nagy többségében ezen betegség a korral jár együtt, a hosszú éveken át kifejtett megerőltetés, esetleges helytelen testtartás vagy túlsúly eredménye. (Bizonyos ízületekre a túlsúly is egyfajta megerőltetés, például csípő- vagy térdízületre nézve.)

Ez a megbetegedés tulajdonképpen egyfajta *kopása* az ízületeknek. A legtöbb esetben nem tudunk rámutatni konkrét okokra, amiért ez a betegség kialakul, máskor viszont egy bizonyos ízületi betegség, vagy sérülés vezet ugyancsak ezekhez a panaszokhoz.

Az ízületek túlzott és hosszú távú megerőltetése magának az ízületnek a kopásához, károsodásához vezet, ami további változásokat hoz magával. Az alatta levő csont is változásokat szenved, bizonyos helyeken megritkul, máshol kinövések jelennek meg (oszteofiták). Az ízületi tok is elváltozik, megvastagszik.

A betegség fázisai

A porckopásos ízületi fájdalmat a következő fázisok jellemzik:

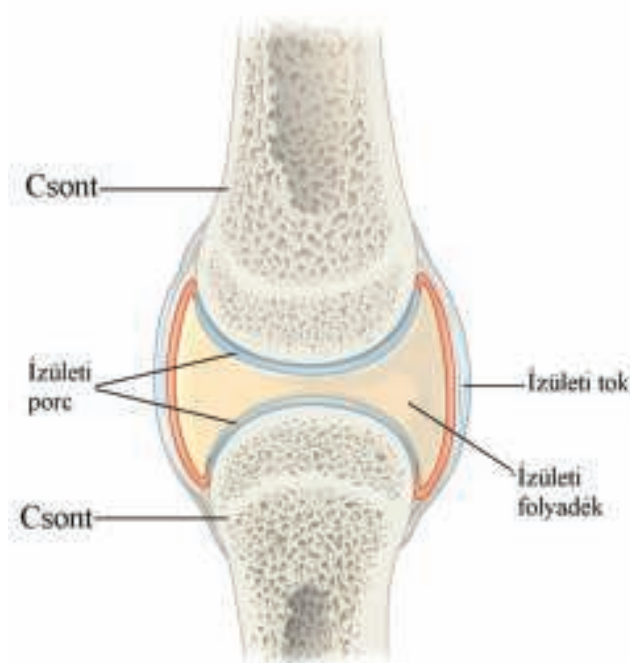
1). A megbetegedés kezdeti szakaszában indulási fájdalom jelentkezik, azaz, amikor a beteg az ízületét mozgatni kezdi, akkor fáj (például járás kezdetekor az első pár lépésnél). A folyamatos mozgás, helyváltoztatás közben a fájdalom erőssége csökken, végül meg is szűnhet, ilyenkor mondják, hogy „bejáródott az ízület”.

2). Később a fájdalom megterhelés, vagy mozgás közben jelentkezik, pihenéskor pedig megszűnik.

3). Súlyos esetekben a fájdalom állandósul.

Ezekről függetlenül jelentkezhet fájdalom a beteg ízületekben időjárás-változáskor is. A fájdalom legtöbbször az érintett ízület területén jelentkezik, de megtörténhet az is, hogy más területekre is kisugárzik a fájdalom (például csípőartrózis esetén comb-, vagy akár térdfájdalom).

Szeretném kihangsúlyozni azt a tényt, hogy az artrózis (porckopás) egy hosszútávon lezaj-



Egy ízület felépítése

ló betegség. Azok a csont- és porcbeli elváltozások, amelyek végbemennek, nem visszafordíthatóak. Ezért a porckopás kezelésének jelenleg nem a betegség megszüntetése a tétje, (kivéve a sebészeti beavatkozást), hanem a tünetek – főleg a fájdalom – enyhítése.

Az artrózis legtöbbször a térd- és csípőízületben jelenik meg, hiszen ezek bírják testünk súlyának nagy részét, ezek vannak kitéve a legnagyobb terhelésnek. Ugyanakkor porckopásos megbetegedése lehet a gerincoszlopnak is (*spondilózis*) és általában véve szervezetünk akármelyik ízületének.

Az ízületek karbantartása

Mint gyakorlati szabály: a fájdalom elkerülése végett az ízületeket karban kell tartanunk. Ez azt jelenti, hogy kímélnünk kell őket a túlzott megerőltetéstől (ilyenkor a fájdalom erősebb), viszont mégis fontos naponta megmozgatnunk őket.

Ajánlott olyan mozgásformák gyakorlása, amelyek kevésbé



Artrózisban szenvedő kezek

erőltetik meg az ízületeket: a szaladás, súlyozás helyett például a kerékpározás vagy az úszás ajánlott. Ez utóbbiakban a testmozgás egyenletesebb és az ízületek nem terhelődnek meg annyira.

Másrészt a napi séta, a minden testrészt megmozgató, hajlító-be melegítő torna, a könnyű vagy mérsékelt kerti munka ugyancsak kitűnő eszközök az ízületek karbantartására.

Ugyanakkor a csípő- és térdartrózisra nézve túlsúlyosság

esetén segít a fogyás. Ha csökken a testsúly, csökken az ízületekre kifejtett terhelés is, ez pedig jó hatással lesz a tünetekre.

A hátgerinc csigolyáinak kopását, és az ezeket védő porc károsodását elkerülendő, rendkívül fontos a mindenkori egyenes háttartás: ülés, munka, és járás közben is. A gerincoszlop (hátgerinc) bizonyos csigolyáira nehezedő túlterhelés kiküszöbölésére, a hastájéki elhízást is meg kell szüntetni, ha az fennáll.



A hajlító, könnyű tornagyakorlatok idős korban is rendkívül fontosak



A teljes őrlésű, korpás lisztből készült termékek kalciumban és magnéziumban gazdagok

A csontok és a porcok jó „építőanyag-ellátása” érdekében a kalciumban és magnéziumban gazdag étrend (teljes őrlésű lisztből készült kenyér és gabonatermékek, zöld leveles zöldségek, magvak, hüvelyesek, diófélék, stb.) itt is szükséges.

Ugyanakkor kerülni kell a kalcium-rabló (ürítő) termékeket: a sok fehér cukrot és a cukros, szénsavas üdítőket, a kávé és a koffeines italokat, az alkoholt és a dohányzást.

Ezek szükség esetén segíthetnek, ha azonban terjedelmesebb ideig megszakítás nélkül veszünk be belőlük, akkor számolhatunk mellékhatásaikkal (például a gyomorsavtúltengéssel, ami gyomorfekélyhez vezethet).

Hogy melyik gyógyszer a leghatékonyabb, az egyénenként változik. Ha valamelyik gyógyszer nem fejt ki eléggé hatását, próbáljunk ki egy másikat. A kondroitin-szulfátos gyógyszert csak akkor használjuk, hogyha úgy

érezzük, enyhítette fájdalmunkat. És ez jellemző a többi gyógyszerre is, mert mint már említettem, a gyógyszeres kezelésnek célja a fájdalom csökkentése, és nem a betegség visszafordítása. Ugyancsak segíthet a kapszaicin alapanyagú krém (ezt az anyagot a csípős paprikából vonják ki), ami csökkentheti a szűrő érzést, a hasogató fájdalmat.

Fizioterápia

A porckopás kezelésének egy másik része az úgynevezett fizioterápia. Ez egy gyűjtőfogalom: azokat a kezeléseket foglalja össze, amelyek segítségével a végtagok, ízületek állapotát lehet javítani. Ezekkel a kezelésekkal a *Rehabilitációs Medicina* foglalkozik.

Ide tartozik a gyógytorna, a gyógymasszázs, a víz alatti torna, balneoterápia (gyógyvizes kezelés). Hazánkban nem kevés gyógyfürdő van. Ezek közül a *kénes gyógyfürdők* ajánlottak. Ezek a következő településeken találhatóak: Herculane (Herku-

Gyógyszeres kezelés

Ami a gyógyszeres kezelést illeti, elérhetővé váltak a *kondroitin-szulfátot* tartalmazó gyógyszerek. Ez az anyag táplálja a porcokat, segítve azok regenerációját, illetve kedvező lehet a tünetekre nézve is. Ugyanakkor a fájdalom enyhítésére használhatóak az ismert (nem szteroidos) gyulladásgátló gyógyszerek, mint például az Ibuprofen, Diclofenac, Ketonal®, stb.



A kénes gyógyvíz jó hatással van az ízületekre

lesfürdő), Călimănești, Olănești, Pucioasa, Săcelu. Kalotaszeghez legközelebb a Bihar megyei Szarkó (Sarcău) sós és kénes, termásvízű fürdője esik. Ugyanide sorolandó az iszappakolás is, amely kezelés szintén több helyen is elérhető.

Ezen kezelések sokszor enyhítenek a fájdalmas tüneteken, ezért ajánlottak.

Sebészeti kezelés

Végül szót kell ejtenünk az artrózis sebészeti kezeléséről. Ezt a kezelést a súlyos és előrehaladott eseteknek tartják fent, hiszen nem jelent mást, mint a beteg részek eltávolítását, és egy fémből készült protézissel való helyettesítést. Van térd- és csípőprotézis, mindkettővel már számottevő mennyiségben dolgoznak hazánkban az ortopédiai sebészeteken.

Kijelenthetjük, hogy legalább is a nagyvárosi klinikákon a sebészek kellő tapasztalattal és gyakorlattal rendelkeznek ebben a tekintetben. Maga a műtéti beavatkozás nem életveszélyes, némelykor azonban előfordulhatnak szövődmények¹ (kompli-

1 SZÖVŐDMÉNY főnév (**orvostudomány**): Betegség, terhesség folyamán vagy közvetlenül műtét után



A reggeli, akár egy órán keresztül tartó ízületi fájdalom és dermedtség fiatal korban egy gyulladásos betegségnek a jele lehet

kációk). A fájdalom nem minden esetben szűnik meg teljesen, tapasztalhatunk utána járási problémákat (pl. ha a két láb nem egyformán hosszú), és ritkán megfertőződhet az operált hely is. Ezek lehetőségével minden műtétnél számolni kell, de ennek ellenére a sebészeti kezelés az

keletkezett és a betegség, terhesség lefolyására vagy a műtét utáni gyógyulásra károsan vagy zavarólag ható (más) betegség, illetve a szervezetnek valamely működési zavara. Pl. A vörhennyel járó szövődmények. A betegség szövődményeként vesegyulladás lépett fel. Influenzája szövődmény nélkül múlt el. (A Magyar Nyelv Értelmező Szótára. Elektronikus változat)

artrózis leghatékonyabb kezelésének számít.

Gyulladásos ízületi betegségek: az artritisek

Az artrózison kívül léteznek az ízületeknek gyulladásos megbetegedései is, mint pl. az *artritisek* (reumatoid poliarthritisz, spondilartritisek, pszoriázisos arthritisz, stb). Kevésbé gyakoriak, mint az artrózis, viszont rendszerint már fiatalabb korban jelentkeznek.

Ezen betegségek speciális kezelést igényelnek, amelyekkel az orvostudomány *reumatológia* elnevezésű területe foglalkozik. Ezen betegségek is hosszú kimenetelűek, előrehaladott állapotban pedig súlyosak. Fontos ezért, hogy kezelésük a betegség *minél korábbi* szakaszában kezdődjön el. Az artritisek tünetei némiképpen különböznek az artróziséstől, habár mindkettő esetében ízületi fájdalomról beszélünk.

Gyulladásos betegség esetében a fájdalom rendszerint élesebb, a gyulladás jelei is gyakran felfedezhetőek: az ízület megduzzad, pirossá válhat. A fájdalom éjjel is kitart, pihentetéskor is fellép.



Beteg csípő műtét előtt és után



Köszvényes lábfej

Reggelre is megmarad a szúrás, mi több, felkelés után is legalább egy órán át hasogatnak, dermedtek.

Mozgás hatására a fájdalom szűnik, viszont pihenés alkalmával kiújul. Ez a fájdalom kimondottan enyhül a fájdalomcsillapítók (pl. a fentebb említett gyulladásgátlók) hatására. Egyesre több ízület is érintve lehet, és nem ritkán egymástól távol levő ízületek ezek.

Ha ilyen tüneteket észlelünk, ráadásul fiatalabb korban, akkor nagy valószínűség szerint egy ízületi gyulladással járó betegséggel van dolgunk, ezért azonnal forduljunk orvoshoz.

A köszvény

Végül ejtsünk néhány szót a *köszvény* nevű betegségről is, amely aránylag szintén gyakori. Ez is ízületi gyulladással jár, legtöbbször egy ízületet érint, és leggyakrabban a lábon levő nagyujj tövéénél jelentkezik (más helyek: kéz ízületei, könyök). Erős fájdalommal jár, az érintett ízület erőteljesen kipirosodik, megdagad. A kórházban gyógyszerekkel sikeresen kezelik, bár hosszú távon az ezzel járó húgysavtúlnyomás káros lehet más szervekre is (mint például a vesére). Ugyanis, a köszvény akkor keletkezik, amikor a vérben levő húgysav szintje na-

gyon megnő. Ilyenkor a húgysav átszivárog az ízületi (kenő-) folyadékba, és egy bizonyos kémiai reakció révén kristály formájában lerakódik az ízületben. Ez a lerakódás vezet az ízület erőteljes gyulladáshoz.

A köszvény kialakulására létezik egy bizonyos hajlam. Ez azt jelenti, hogy egyes emberek szervezetében több húgysav termelődik. Újabban a köszvényt is a civilizációnk betegségei közé sorolják, az érelmeszesedés, magas vérnyomás, 2-es típusú cukorbetegség, magas koleszterinszint mellett. Aki hajlamos erre a betegségre, annak különösen vigyázni kell az étrendjére, hiszen ezen a szinten történik a betegség megelőzése.

A köszvény megelőzése, kezelése

A húgysav egy része a szervezetben a táplálkozás által bevitt

purin nevezetű kémiai anyagból termelődik.

Mely ételek tartalmaznak bőven purint? Húsételek (főleg a vadhús, vöröshús, máj és vese) valamint a halhús és a sör. Ezen orvosi adatok magyarázatot adnak arra, hogy miért tartották a köszvényt régen a *gazdagok betegségének*. Egy-egy nemes életének megszkott része volt a vadászat és a rengeteg hússal, ínycségekkel bővülő lakomák, együtt a tétlen étellel, mozgáshiánnyal.

Tehát megelőzősképpen, ne karoljuk fel ezen „nemesi” életformát: mozogjunk rendszeresen és táplálkozzunk mértékletesen, kerülve a húsételek túlzott fogyasztását.

Aki pedig már szenved e betegségtől, annak a gyógyszerek szedése mellett az orvos diétát fog felírni: ez azt jelenti, hogy a kezelés tartama alatt tilos a páciensnek sört – legyen az alkoholos vagy alkoholmentes –, alkoholos italokat és vörös húst fogyasztani. Az erőleves és a húsleves sem szerepelhet az étrendben.



A vörös hús és a sör köszvény esetén kerülendő



A zöldségfélék, tojás és tejtermék ugyanakkor megengedettek

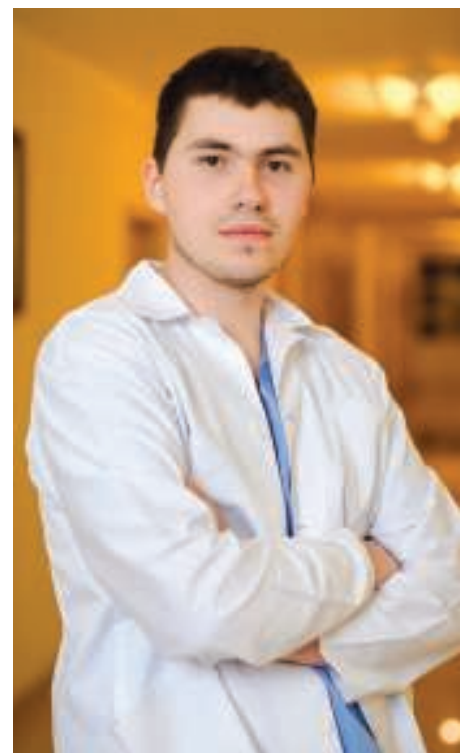
Másrészt nagyon ajánlott ez idő alatt a többi húsfélét és felvágottakat, szalonnát, zsírt, halat, belsőségeket, hüvelyeseket (szárazbab, borsó, lencse, szója), diót, mákot, földimogyorót is elkerülnie.

Ezek helyett a zöldségfélék (kivéve a sóskát és a spenótot, mivel ezek magasabb purintartalmúak), a gyümölcsök, barna- vagy fehér lisztből készült kenyér és tészta-nemű, burgonya, rizs, kukorica, gabonapehely- és müzli-félék, a sovány tej és túró, sajtfélék, kefir és tojás ajánlottak.

Ha nagyon kívánjuk a húst, egy keveset ehetünk (napi legtöbb 50-60 grammot), minél fehérebb félét és sovány részeket (pl. csirke mellehúsát), és lehetőleg előfőzve, majd a levét elöntve, s ezután elkészítve grillen, vagy másképpen. A csalántea jó purin-ürítő, ebből rendszeresen ihatunk.

Az orvos ugyanakkor bizonyos gyógyszerek szedését is tiltani fogja. Figyeljünk rá!

Végül pedig minden kedves olvasónak kívánok jó egészséget!



Rupárcsics Arnold,
ortopéd orvos-gyakornok

Néhány fogalom átisméltése, tisztázása:

Artrózis = porckopás, az ízület degeneratív, azaz hosszútávon lezajló, fokozatos károsodása, elváltozása

Artritisz = az ízület gyulladós megbetegedése

Spondilózis = a gerincoszlop (hátgerinc) artrózisa, azaz a csigolyák közti ízületek kopásos megbetegedése



Jma- sarok

„És monda az Úr Sátánnak: Észrevetted-e az én szolgálmat, Jóbot? Bizony, nincs hozzá hasonló a földön: feddhetetlen, igaz, istenfélő, és büngyűlölő.” (Jób 1:8)

- Imádkozzunk azért, hogy egész Kalotaszegen uralkodjon el az igaz, istenfélő lelkiület.
- Imádkozzunk, hogy a minket oly könnyen megkönyékező bűnt még csírájában felismerjük, Isten szemével lássuk meg, és így szívből meggyűljük.
- Imádkozzunk, hogy Isten kegyelme által kivessünk minden bűnt az életünkéből.



A Biblia válaszol

Bűn-e az, ha elhagyom a vallásom?

Válasz: Attól függ.

Sokszor hallhattuk e kijelentést: Amiben születtem, abban akarok meghalni.

De mit mond a Biblia, miben születtünk?

„Íme, én vétekben fogantattam, és bűnben melengetett engem az anyám.” (Zsoltár 51:7)

Itt nem arról van szó, hogy Dávid, a zsoltáriró, aki Isaj nyolcadik, legkisebb fia volt, parázna kapcsolatból született volna, hanem inkább arról, hogy az ember bűnös, gyarló szülőktől születik, már eleve a bűnre való hajlammal. Később, a lelki érés folyamán, az egyén rádöbben bűnösségére, megtér Istenhez, és a víztől és Lélektől való újjászületés révén

(János 3:5) egy új természet részesévé válik.

Pál erről így beszél:

„Tudván azt, hogy a mi ó emberek Ő vele megfeszítettett, hogy megerőtlenüljön a bűnnek teste, hogy ezután ne szolgáljunk a bűnnek.” (Róma 6:6)

„Ha ugyan Őt megértettétek és Ő benne megtanítottatok, úgy amint az igazság a Jézusban: hogy levetkezzétek ama régi élet szerint való ó embert, mely meg van romolva a családság kívánságai miatt (...) És felöltözzétek amaz új embert, mely Isten szerint teremtetett, igazságban és valóságos szentségben.” (Efézus 4: 21,22,24)

Ha valóban azt szeretnénk, hogy megtérés nélkül, a velünk született bűnös természetünkben érjen a halál, ezzel az örök pusztulást kívánnánk magunknak.

Amikor valamely felekezet tagját egy másik felekezetbe próbálják „átcsalogatni”, ezt is szokták neki mondani:

– Nem olvastad-e, hogy meg van írva: ne hagyjuk el a magunk gyülekezetét? És: ragaszkodjunk vallásunkhoz?

Tekintsük meg tehát a két, erre vonatkozó igehelyet.

„... tartsuk meg a reménységnek vallását tántoríthatatlanul, mert hű az, aki ígéretet tett. És ügyeljünk egymásra, a szeretetre és jó cselekedetekre való felbuzdulás végett, el nem hagyván a magunk gyülekezetét, amiképen szokásuk van némelyeknek, hanem intvén egymást, annyival inkább, mivel látjátok, hogy ama nap közelget.” (Zsidók 10:23-25)

Ma a kereszténység számos felekezetre van szétszakadva. Csak Magyarországon kb. 300, magát kereszténynek tartó vallási szervezet létezik. De az első században Krisztus követői még egy Egyházat alkottak.

Így hát a Zsidókhöz írt levél írója (valószínűleg Pál apostol)

az idézett részben nem egyik szektából a másikba való áttéréstől óvja olvasóit (amely szekták akkor még nem is léteztek), hanem egyszerűen arra, hogy el nem landadva a hitben, maradjanak meg a helyi gyülekezet buzgó, kitartó tagjaiként.

Ugyanezt a gondolatot találjuk az alábbi részben is:

„Lévén annakokáért nagy főpapunk, aki áthatolt az egeken, Jézus, az Istennek Fia, ragaszkodjunk vallásunkhoz. Mert nem oly főpapunk van, aki nem tudna meg-



A magyarkapusi templom 1755-ben készült utcai kiskapuja



Szucság 13. századi református temploma. A 18. században kijavították, újjáépítették, s ekkor nyerte el mai formáját.



A szucsági templom harangtornyának bejárati folyosója

indulni gyarlóságainkon, hanem aki megkísértetett mindenkben, hozzánk hasonlóan, kivéve a bűnt." (Zsidók 4:14-15)

A „ragaszkodjunk vallásunkhoz” szókapcsolatban a *vallás* szó itt nem vallásfelekezeti jelöl, hanem hitünk megvallására vonatkozik.

Például, az Új Protestáns Fordításban így olvassuk: „ragaszkodjunk hitvallásunkhoz”. A román TBS fordítás (2002) ezt ekképpen mondja el: „... să rămânem tari în mărturisirea noastră.”

Tehát, a Biblia azt kéri tőlünk, hogy továbbra is tegyünk vallást Jézusról, ragaszkodva Hozzá, hitünk Főpapjához.

Jó, ezt értem, mondhatná valaki, de ha én református, katolikus vagy bármilyen más vallásban születtem, abban kereszteltek,

neveltek, és szüleim, őseim is azok voltak, nem jelent-e Isten előtti bűnt és hűtlenséget az, ha ide-oda térek, mindenféle szektákba?

Én erre azt szoktam mondani, hogy először is, ha így lenne, akkor a magyar protestantizmusnak – tehát sem a lutheránus, sem a református, sem az unitárius egyháznak – nem lenne létjogosultsága, hiszen



I.(Szent) Istvánnak (969-1038), Géza nagyfejedelem fiának és a magyarok első királyának lovasszobra a budai várban.

Készítette Stróbl Alajos szobrászművész, 1906-ban.



Csodálatos Erdély: a Cserepes patak völgye a Dregán víztározó felett, ez év áprilisában

a 16. század derekáig mindannyiunk ősei, azaz mind a magyarok, mind a szászok római katolikusok voltak. De ugyanígy a magyar katolikus egyház sem létezhetne, mivel a magyarság a 10. századig, a kereszténységet felvevő Szent István királyig a pogány táltos-kultusz követője volt.

Szerencsére a Biblia itt is segítségünkre siet: még a népek Babelnél történt szétszóródása és a pogány vallások kialakulása előtt mindnyájunk ősatya, Noé, családjával együtt a Szentírás lapjain bemutatott igazi, Teremtő Isten imádója volt¹ – és ez az emberiség eredeti vallása.

Ugyanakkor ne feledjük: habár felekezetek sok, de Isten csak egy van:

„Egy az Úr, egy a hit, egy a kereszttség, egy az Isten és mindeneknek Atyja, aki mindeneknek felette van...” (Efézus 4:5-6)

¹ „Noé igaz, tökéletes férfiú vala a vele egykorúak között. Istennel jár vala Noé.” (1 Mózes 6:9) Lásd még: 8:20.

Biblia is egy van, mennyország is egy, ahol nem lesznek külön részlegek a különböző vallásfelekezetek számára.

Nekünk mindannyiunknak *Jézushoz* kell jönnünk, hisz Ő a mi megmentőnk és a mi egyedüli Megváltónk:

„Jöjjetek énhozzám mindnyájan, akik megfáradtatok és meg vagytok terhelve, és én megnyugvást adok nektek.” (Máté 11:28 – Új Prot. Ford.)

A vallásfelekezetek alapítói, vezetői vagy azok lelkipásztorai lehetnek nagyon őszinte, hívő emberek: de egyedül Jézus halt meg értünk a keresztfán. Ezért nekünk elsősorban Őrá, az Ő írott Szavára kell hallgatnunk:

„Ha engem szerettek, az én parancsolataimat megtartsátok.” (János 14:15)

„Szenteld meg őket a te igazságoddal: a te Igéd igazság.” (János 17:17)

Keresztényi kötelességünk tehát Isten Igéjét rendszeresen, imádkozó szívvel kutatni, és az ott fellelt igazságokat Isten ereje által betartani.

Másrészt Jézus terve az, hogy az Ő második visszajöveteléig a harmadik Isteni személy, a Szentlélek vigasztaljon, tanítson és vezessen minket:

„És én kérem az Atyát, és más vigasztalót ad néktek, hogy veletek maradjon mindörökké: az Igazságnak ama Lelkét (...) Ama vigasztaló pedig, a Szent Lélek, akit az én nevemben küld az Atya, az mindenre megtanít majd titeket.” (János 14:16,17,26)

Ha Istennek minden, a világ megannyi vallásfelekezetébe szétszórt gyermeke megengedné, hogy a Szentlélek teljes mértékben vezesse őt, akkor megszűnnének a nézetkülönbségek, és Krisztus testében, az Egyházban, teljes harmónia uralkodna.



A minden tavasszal kizöldellő Természet Isten megújuló kegyelmére emlékeztet: szamosmenti tavacska Szászfenes határában

Tehát: *bűn-e az, ha elhagyom a vallásomat?*

Ha az én vallásom Jézus és a Biblia vallása, akkor ragaszkodnom kell hozzá, akár életem árán is. Ugyanakkor nekem, mint Jézus hűséges tanítványának mindig figyelmem kell a Szentlélek hangjára, és engedelmeskednem az Ő vezetésének a Szentírás alapján, nem engedve meg azt, hogy bármi vagy bárki beálljon közém és az én Istenem közé.

Legyen hát a mi hitvallásunk az, amely a kis Sámuelé is volt:

„Szólj, mert hallja a te szolgád!” (1 Sámuel 3:10)
Az Ő kegyelméből, Ámen.

Jancsó Erik,
Szászfenes



A hónap receptje

Tehéntúrós gombóc

Fél kg tehéntúrót összekeverünk 1-2 nyers tojással, 1-2 kiskanál (kk) cukorral, és 1-1 csapott kk cukrozott, reszelt citrom- és narancshéjjal. 1-2 ek mazsolát is tehetünk belé. Ezután annyi grízet (búzadarát) ka-

varunk hozzá, amennyit felvesz, de úgy, hogy a massa ne legyen túl kemény. Kb. 10 percre állni hagyjuk, és eközben egy széles lábasban vizet forralunk. A masszából kis, diónyi gombócokat formázunk, egy széles tányérra helyezve őket, majd ezeket a fővő vízbe dobjuk. Ha a víz tetejére feljönnek, ez azt jelzi, hogy megfőttek. Sorban, szűrőkanállal egy lapos aljú mélyebb tálba halászkodunk ki őket, melybe előzőleg egy kissé megcukrozott kókuszreszeléket teszünk. A tálat óvatosan rázva a gombócokat teljesen a kókuszba

hempergetjük, majd egy szép tányérra elrendezzük. Eper-, ribizli-, vagy kajszibarack ízzel tálalhatjuk.

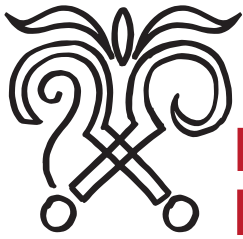
Tipp

A rost, vitamin és ásványi-anyag (kálcium, magnézium) bevitel növelése érdekében a gombóc masszájához 1-2 ek apróra szitált búzakorpát szoktam keverni.

Reszelt citrom- és narancshéj

A szép citromot csap alatt, meleg vízben megmossuk, szárazra töröljük, majd a héj sárga részét apróreszelőn egy porcelántányérra lereszeljük, ügyelve hogy a héj fehér része ne kerüljön bele. A reszeléket 3-4 kk cukorral összekeverve, kb. 15 percre állni hagyjuk, majd ha összeolvadt, egy kisméretű, tiszta befőttesüvegbe jól beletömjük, és légmentesen lezárjuk. Ugyanígy teszünk a szép narancs héjával is, melyet egy másik üvegbe teszünk. Bár mikor pótolhatjuk újabb citromok és narancsok héjával. E természetes és egészséges ízesítő a tehéntúrós ételekbe – vargabéles, gombóc –, tejbegrízbe, tejen főtt zabkásába, tejes-mézes banánturmixba, piros vagy fekete ribizlivelő-italba, és számos egyéb receptbe illik.





Nyerő kérdés

Figyeltünk-e a jelenlegi szám „Figyelő” rovatára?

- Ki az, akinek Isten a legnehezebb időkben is biztosítani fogja a kenyeret és a vizet, azaz a legszükségesebbeket? Az adott igeverseket a Bibliában kikeresve, soroljuk fel az ilyen személy összes, ott megemlített tulajdonságát!

A válaszokat a szerkesztőség elérhetőségeire várjuk. A helyes választ adók könyvjutalomban részesülnek.

A februári **Nyerő kérdés** válasza:

Folytassuk a Biblia egyik legszébb igeversét, és adjuk meg az igehelyet is!

„Mert úgy szerette Isten e világot... **hogyan az Ő egyszülött Fiát adta, hogy valaki hiszen Őbenne, el ne vesszen, hanem örök élete legyen.**” Az igehely: János 3:16

Az áprilisi **Nyerő kérdés** válasza:

Melyek a szeretet tulajdonságai a Korintusi első levélben található **Szeretet Himnuszában**?

A szeretet: hosszútűrő, kegyes, nem irigykedik, nem kérkedik, nem fuvalkodik fel, nem cselekszik éktenül, nem keresi a maga hasznát, nem gerjed haragra, nem rója fel a gonoszt, nem örül a hamisságnak, együtt örül az igazsággal, mindent elfedez, mindent hiszen, mindent remél, mindent eltűr, és soha el nem fogy. Az igehely: **1 Korintus 13:4-8**

Tehát: összesen 16 tulajdonság.

Köszönjük a választ beküldők fáradozását, és további eredményes bibliatanulmányozást kívánunk!

Kedves Olvasók!

Lapunk további előállítására érdekében bármikor elfogadunk tetszőlegesen összegű támogatást az Önök részéről, akár lapterjesztőink révén, akár az alábbi bankszámlán:

Asociația „Pro Scriptura”. Conturi Banca Transilvania:
RO 72 BTRL RON CRT 0383 906 901 (lejben),
RO 22 BTRL EUR CRT 0383 906 901 (euróban).

Postahivatalból történő átutalás esetén tudni kell a CIF hivatalos bejegyzési számot is: 371 750 79. A „Mențiuni” részbe be lehet írni: *Donație – Kalotaszeg Reménye.*

Ugyanakkor köszönjük az eddigi támogatásokat, és az Úr áldását kívánjuk minden olvasónk életére.

FIGYELEM!

Szeretettel várjuk hirdetéseiket a szerkesztőség elérhetőségein. A hirdetés ingyenes.



Zsobok: faragott kapukilincs

Kalotaszeg: Nádásmente: Bács, Szucság, Méra, Vista, Türe, Mákó, Bogártelke, Daróc, Inaktelke, Egeres-Gyártelep, Egeres-falu, Jegenye. **Peremvidék:** Kajántó és Györgyfalva. **Havasalja és környéke:** Szászfenes, Lóna, Magyarfenes, Tordaszentlászló, Léta, Gyalu, Magyarkapus, Kiskapus, Gyerővásárhely. **Felszeg:** Gyerőmonostor, Körösfő, Sárvásár, Nyárszó, Bánffyhungad, Damos, Jákótelke, Magyarvalkó, Kalotaszentkirály, Magyarókereke. **Alszeg (Almás völgye):** Ketesd, Bikal, Zsobok, Sztána, Farnas, Kispetri, Nagypetri, Váralmás, Bábony, Középlak, Zsombor.

Kalotaszeg Reménye

Szerkesztő: **Jancsó Erik**

Olvasószerkesztő és korrektor:

Cserei Hajnalka

E-mail:

kalotaszegremeny@gmail.com

Minden eddigi lapszám olvasható és letölthető a www.kalotaszegremeny.ro honlapról.

Tel: **0749 021 935**

Postacím: 400 107 Cluj-Napoca (Kolozsvár), str. Cuza Vodă (Postakert utca) nr. 12 (szám)

ISSN/ISSN-L: 2501-3041

Készült: a *Viața și Sănătatea* Kiadó nyomdájában (Cernica út 101, Pantelimon, Ilfov megye)

A *Kalotaszeg Reménye* egy magánkezdemenyezésű havilap, amelynek révén az élet különböző területeit szeretnénk megvilágítani a Szentírás által, ez utóbbi jobb megismerésével együtt, kiemelve egyúttal Kalotaszeg keresztényi és szellemi értékeit is (templomok, tájak, reprezentatív épületek, Istent dicsőítő irodalmi alkotások, stb). Ugyanakkor, mivel az *Igemagyarázatok a szerkesztő és a szerzők személyes meglátását tükrözik*, bizonyos tekintetben különbözhetnek egyik vagy másik történelmi Egyház vagy egyéb felekezetek álláspontjától.

Bármikor szeretettel várjuk visszajelzéseiket, megjegyzéseiket és kérdéseiket telefonhívás, SMS, e-mail avagy postai levél útján, a fenti címen. Levél esetén a borítékra kérjük írják rá:

Kalotaszeg Reménye

Ha másképpen nem jelöljük, akkor a Bibliai idézetek a *Károli Gáspár* fordításból valók.