



Kalotaszeg Reménye

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

36. szám, 2019. április

Keresztény szellemiségű havilap

Egészségünk:

A pajzsmirigy gyakoribb betegségei és kezelésük

Mi a pajzsmirigy?

A pajzsmirigy az emberi szervezet legnagyobb hormontermelésre specializálódott szerve. A nyak elülső felében, felületesen található a gégétől kicsit lejjebb, normálisan nem látható csak tapintható. Hormonjai a tiroxin (T4) és trijód-tironin (T3), melyek közül az előbbi mintegy raktárként szolgál a belőle képződő, biológiailag sokkal erősebb hatású T3 hormonnak.

Ezek a hormonok a vérben keringenek, és az egyes szervekbe eljutva sejtszinten fejtik ki a hatásukat: alapvetően szabályozzák a sejtek anyagcseréjét, másképpen megfogalmazva azok munkavégzési fokát.

(folytatás a 2. oldalon)



A bánffyhungaryi római katolikus templom. Épült: 1848-ban.
Az itteni római katolikus közösség napjainkban
kb. 100 személyből áll.





Egészségünk:

A pajzsmirigy gyakoribb betegségei és kezelésük

(folytatás a 1. oldalról)

Elmondható, hogy a test szinte minden sejtfeleségére aktiváló hatással bírnak: meghatározzák az éberségi szintet, koncentrációs képességeket és más idegi funkciókat, a szív-és légzőműködést, a hőérzetet, a zsírraktárak és izmok állapotát és nem utolsósorban a bőr, haj, körmök épségét.

Emellett, a terhességben a fejlődő magzat idegrendszerének kialakulásában van szerepe, de egyes megfigyelések szerint a csontozat megfelelő fejlődéséhez is szükséges. Születés után is folytatódik a T3-függő fejlődés, pontosan emiatt szűrjük a csecsemőket életük első néhány napjában, hogy szükség esetén pótolni lehessen a hiányzó hormont.

A hipotireózis

A pajzsmirigy-alulműködés vagy **hipotireózis** a legelterjedtebb e szerv betegségei közül. A betegség megoszlása földrajzi területenként eltérő lehet, a talaj és az élelmiszerek jódtartalmának változása miatt – amint azt a későbbiekben látni fogjuk.

Tünetei a következők lehetnek: fáradékonyság, aluszékonyság, koncentrálókéesség csökkené-

se, rekedtség, izomgyengeség, hidegtűrés csökkenése, kisebb étvágy ellenére hízás, székrekedés, puffadt, vizenyős arc és lábak, nemi vágy csökkenése, menstruációs zavarok, termékenység csökkenése, töredező, száraz haj, hajhullás. A pajzsmirigy megduzzadhat, láthatóvá válhat, néha göbök (dudorok a szervben) keletkeznek benne, ez a golyva vagy strúma.

Veleszületett formája viszonylag gyakori, 4000 újszülöttről átlagosan 1 csecsemő hipotireózisban szenved, a hormonpótlást minél hamarabb meg kell kezdeni. Ha ez nem történik meg, a gyermek mentális és fiziká-

Tartalom

Kalotaszeg Reménye

36. szám, 2019. április

Egészségünk.....	1
A testi-lelki egészség és gyógyulás nyolc alapelve (6. rész).....	6
Igemorzsák.....	10
Prédikáció.....	14
Rejtvény.....	20
A kereszténység története (6. rész).....	21
Pontosítás.....	30
Hirdetések.....	32

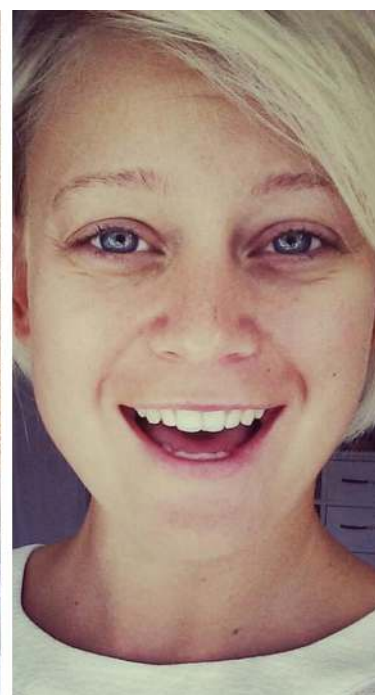
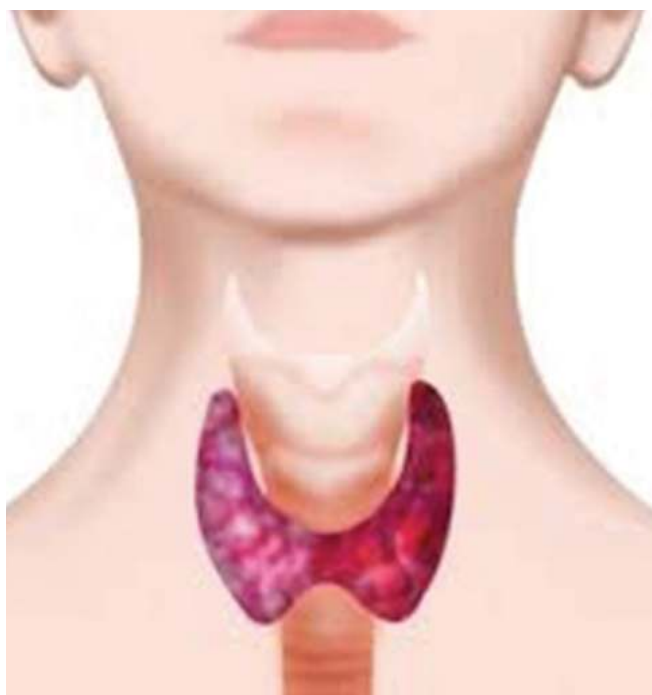


Kedves Olvasók!

Immár több mint három éve annak, hogy 2016 márciusában beindult a *Kalotaszeg Reménye* című lap. Köszönettel tartozunk elsősorban Istennek az Ő állandó segítségéért, másodsorban pedig olvasóinknak és támogatóinknak a bizalomért, a ráfordított időért és anyagi áldozatokért.

Szeretettel meghívjuk Önöket, tartsanak továbbra velünk a következőkben is, várva és készülve annak eljövetelére, Aki mind Kalotaszeg, mind az egész világ valódi reménye.

„Ezt mondja, aki mindezekről bizonyosságot tesz: Bizony, hamar eljövök. Ámen, bizony jövel Uram Jézus!” (Jelenések 22:20)



lis fejlődése súlyosan elmarad a kortársaihoz képest, alacsony-növés, kilógó nyelv, értelmi fogyatékoság a jellemzője az így kialakult kreténizmusnak, amit visszafordítani nem lehet. Szerzett alulműködés alakulhat ki érdekes módon **túlzott jódfogyasztásnál** is, nem csak a **hiányos jódbevitelnél**.

Azt figyelték meg például a japánoknál, hogy náluk magasabb a szerzett pajzsmirigy-alulműködésben szenvedők aránya, mint más népeknél. A tengeri halak magas jódtartalma szolgálhat magyarázatul erre a megfigyelésre.

Az immunrendszer zavarával hozható összefüggésbe a **Hashimoto tireoiditisz** ami a szerv hosszan tartó gyulladásos állapotával és következményes pusztulásával jár. Kiváltó okait nem tudják pontosan, de jellemző a genetikai hajlam és a női dominancia: 20 betegből 19 a nő, és csak 1 férfi.

A Hashimoto és a többi tireoiditiszek érdekessége, hogy

a betegség első szakaszában a pajzsmirigy sérülése miatt a tartalék hormon felszabadul a szervből és ez hipertireózisos tüneteket produkál (hőhullámok, alvászavar-álmatlanság, nyugtalanság, szapora pulzus, hasmenés, lásd később). Ennek lecsengése után jelennek meg a klasszikus alulműködéses tünetek. Sajnos egyelőre nem ismert a folyamat visszafordítása, a kezelés élethossziglani hormonpótlással történik.

Ritkán, egyes **fertőzések** is kialakíthatják a pajzsmirigygyulladását. Sokszor felső légúti hurut előzi meg a bakteriális vagy vírusos eredetű pajzsmirigy-gyulladást, de pl. az egyidejűleg HIV-fertőzöttekben (immunrendszerük nagyon legyengült) leírtak gombák, paraziták által okozott gyulladást, mirigyszövet-pusztulást.

A fertőzéses eredetű gyulladásnál magas láz, nyaktáji fájdalom jelentkezik, ami állba, fülbe sugárzik, a pajzsmirigy duzzadt, tapintásra érzékeny.

Ezt magunk is meg tudjuk vizsgálni a pajzsmirigy tapintásával, nyomást gyakorolva. Feltétlenül orvosi vizsgálatra van szükség, hogy célzott kezeléssel mihamarabbi gyógyulást érhessünk el és elkerüljük a tályog kialakulását vagy a fertőzés továbbterjedését.

Ha az immunrendszerben öröklötten valamilyen szabályozási abnormalitás van, az a terhességgel felerősödhet, és az esetlegesen eddig meg nem jelent zavar megjelenik. Azoknak a kismamáknak, akiknél előjön ez a fajta **alulműködés**, számolniuk kell annak az esélyével, hogy 25-50%-ban állandósul majd az állapot. Őket is hormonpótlással tudjuk kezelni.

A hipotireózist nagyon fontos rendszeresen és gyógyszeresen kezelni, mert súlyos következményei lesznek a betegség elhanyagolásának. A mentális leépülés és a jellegzetes hipotireózisos tünetek mellett **krízis-állapot**, kóma is kialakulhat.



Hipertireózis

A *pajzsmirigy-túlműködés* vagy **hipertireózis** során túlzott mennyiségű hormon termelődik vagy szabadul fel a mirigyből. A túlsúlyba kerülő pajzsmirigyhormon-hatás tünetei a következők lehetnek: hangulatváltozás (idegesség, ingerlékenység), alvászavarok, szívritmuszavar, szapora pulzus, magas vérnyomás (kifejezetten csak a szisztolés érték magas), kézremegés, törzsközei izmok gyengesége (fésülködés, lépcsőzés nehéz), izzadákonyság, hasmenés, fokozott étvágy ellenére **fogyás**, gyenge immunrendszer, menstruációs zavarok, lábszárok ödémája, egy idő után a szemek kidülle-

dése, látászavarok – kettőslátás jelentkezhet.

A pajzsmirigy megduzzad, láthatóvá válik, kialakulhat benne göb, ezt is golyvának vagy strúmának mondjuk. Tehát csak és kizárólag a mirigy méretéből nem következtethetünk annak működésére.

A leggyakoribb túlműködéses betegségforma a **Graves-Base-dow** kór, a népesség sorában kb. 1-2% az előfordulása, és több nőt érint mint férfit. Oka feltehetőleg ennek is immunrendszeri regulációs zavar. Megfigyeltek öröklött hajlamot is, egyes kutatók pedig fertőzést feltételeznek, mint a betegséget beindító tényező.

Emellett a túlzott mértékű stressz is a lehetséges kiváltó okok között szerepel, de ehhez hozzá kell fűznünk azt is, hogy a negatív (pozitív irányba nem fordítható) stressz minden betegségre fogékonnyá tesz, valószínűleg az immunrendszerben okozott károsodás, blokkoló hatás miatt. Néhány esetben a **túlzott** jódbevitel (gyógyszerek: amiodaron szívritmusszabályozó, túl sok jódozott só használata, egyes orvosi vizsgálatokhoz használt kontrasztanyag) is okozhatja. Ha a kiváltó okot (gyógyszer, só) megszüntetjük, általában magától gyógyul a túlműködés.

A hosszabb ideig fennálló kezeletlen hipertireózis nagyon megterheli a szívet és az ereket, fokozott izgalmi tónus fenntartásával kimeríti az idegrendszert, az izmokat és energiataralékokat.

A Graves-Basedow kór esetén nem tapasztalható egyér-

telmű göb a pajzsmirigyben, hanem a szerv egésze duzzad meg. A többi túlműködéses betegségformában azonban sokszor tapinthatunk **göböket**, egyet vagy többet, a fent leírt egyéb tünetek mellett. A göböket érdemes tovább vizsgálni a rosszindulatúság kizárásának céljából.

Kezelésük történhet gyógyszeresen (béta-receptor blokkoló, tiouracil), diétásan (jódfogyasztás csökkentése, kevesebb tej és tejtermék, valamint édesség fogyasztása), sebésziileg (eltávolítják a pajzsmirigyet, teljesen vagy részben), radiojód-kezeléssel (radioaktív izotópot adnak a betegnek, az anyag túlnyomórészt a túlműködéses pajzsmirigy-területen dúsul fel, ezt elpusztítja).

A kezeletlen hipertireózisban súlyos esetben **toxikus krízis** jön létre, amelyet 120-180/perces pulzus (normál 60-80/perc), aritmia, magas láz, bő izzadás, remegés, hányás/hasmenés, idegrendszeri zavartság, kóma jellemez.

A pajzsmirigy rákja

Ha a pajzsmirigyben göböt veszünk észre, netalán a göb porckemény, nem mozgatható és nem fáj, fel kell merülnön a **rosszindulatú daganat gyanú-**



ja. Emellett sokszor rekedtség figyelhető meg, túl-vagy alulműködéses tünetek is lehetnek, néha körömtünetek hívhatják fel a figyelmet a rákra.

Ultrahang-és izotópvizsgálat fényt derít arra, hogy mi van a göb(ök)ben: lehet benne folyadék (ez általában nem problematikus, és ha túl nagy, leszívják); tömör sejtmassza, ami termelhet T3/T4-et, és ez nem csak a hormon-túltermelés miatt jelent bajt, hanem a sejtek között lehetnek rosszindulatú daganatsejtek is. Ezt a feltevést tüvel történő mintavétellel és a minta vizsgálatával lehet megerősíteni vagy elvetni.

Többféle daganattípus alakulhat ki a pajzsmirigyben. Általában a panasz-és tünetmentesség jellemzi őket, de mint minden daganat, ezek is terjedhetnek más szervekbe, távoli áttéteket adhatnak csontokba, májba, más szervekbe. A pajzsmirigy rosszindulatú daganatai nem gyakoriak, az összes rosszindulatú daganatok 1-2%-át teszik ki.

Gyakoribbak fiatal korban, férfiakban, korábbi fej-nyak besugárzás esetén, Graves-Basedow kórban, és ha a családban előfordult már pajzsmirigy-és egyéb hormonszervi (mellékvese, mellékpajzsmirigy, hasnyálmirigy...) betegség. Kezelésük a folyamat előrehaladottságától függ, kezdetben sebészileg eltávolíthatók, esetleg radiojód-kezeléssel gyógyíthatók, távoli áttétek esetén a kemoterápia is szóba jön.

Amint láttuk, pajzsmirigy megfelelő működéséhez elen-



gedhetetlen, hogy naponta elegendő mennyiségű **jódot** is fogyasszunk. Jód szükséges a T3 és T4 képzéséhez, és ha ez nem áll rendelkezésre, kevesebb működőképes hormon keletkezik, hipotireózis következhet be.

A már meglevő tartalékok nagyjából 3-4 hónapig elegendőek akkor, ha semmiféle jódot nem viszünk be a szervezetbe. Ebből kifolyólag viszonylag hosszú időnek kell eltelnie, hogy észrevehető alulműködés alakuljon ki.

A világ népességének kb ¼-e jódhiányos területen él, ezek közül legfontosabbak a magas hegységek, a tengerektől, óceánoktól távol levő területek: Délkelet Ázsia, Dél-Amerika, Közép-Afrika. Európa lakosságának kb. fele nem visz be elegendő jódot naponta. Románia

még megfelelő jódelátottságúnak mondható, de Magyarországon már láthatóan rosszabb a helyzet.

Hogyan lehetne biztosítani a napi szükséges jódbevitelt? Az ajánlott napi mennyiség 0,15 mg, ezt terhességben és szoptatáskor emelni ajánlott, 0,25 mg-ig. A tengeri só, jódzott só, tengeri halak, és a (jódban gazdag földterületekről származó) ivóvíz és búza biztosítja a bevittet. Érdekes arra is figyelni, főleg ha bizonyítottan *jódhiányunk* van, hogy bizonyos ételeket kerüljünk: a keresztesvirágúak – kelkáposzta, kelbimbó, brokkoli, retek akadályozzák a jód felszívódását a bélből.

Mint ahogy mindenre, a jódbevitelre is igaz, hogy nem jó túlzásba vinni. Napi 2 mg jódnál többet ne vigyünk be, mert az

felborítja a pajzsmirigy egyensúlyát, és mind hiper-, mind hipotireózist okozhat!

Ugyanakkor, a jódot mellett szükség van szelénre, cinkre, vasra és rézre, ahhoz, hogy a pajzsmirigy meg tudja termelni hormonjait. Érdeemes ezeket is figyelni és szükség esetén pótolni.

A felsorolt nyomelemek nagy mennyiségben megtalálhatók az olajos magvakban, hüvelyesekben, színes gyümöl-

csökben és zöldségekben, húsban és tojásban.

Túlzásoktól mentes, kiegyensúlyozott életet és jó egészséget kívánunk kedves olvasóinknak!

Kádár Orsolya,
orvostanhallgató,
budapesti Semmelweis Egyetem



A testi-lelki egészség és gyógyulás nyolc alapelve (6. rész)

Pihenés-csend-elmélyedés

A csend megállás, figyelem, elmélyedés, érzékenység. Dolgaink felgyülemlett hordalékát csak lassan és csendben tudjuk feldolgozni, elrendezni, helyreigazítani, eltávolítani. Ha így befelé fordulunk, kifelé is tisztábban látunk. Az állandó beszéd és zajinger áradatában, a kimerítő események hangzuhatótagában „fecseg a felszín, hallgat a mély”. Befelé kell tekintenünk, hogy haladjunk, ne csak menjünk, hogy lássunk is, ne csak nézzünk. Hogy ne azok közé tartozzunk, akiknek szemük vannak, de nem látnak, füleik vannak, de nem hallanak.

Ritmus – nyugalom

A nyugalom, a pihenés különösen fontos része az életritmusnak. Amilyen fontos a tevékenység az egészség szempontjából, ugyanúgy a nyugalom, a betel-

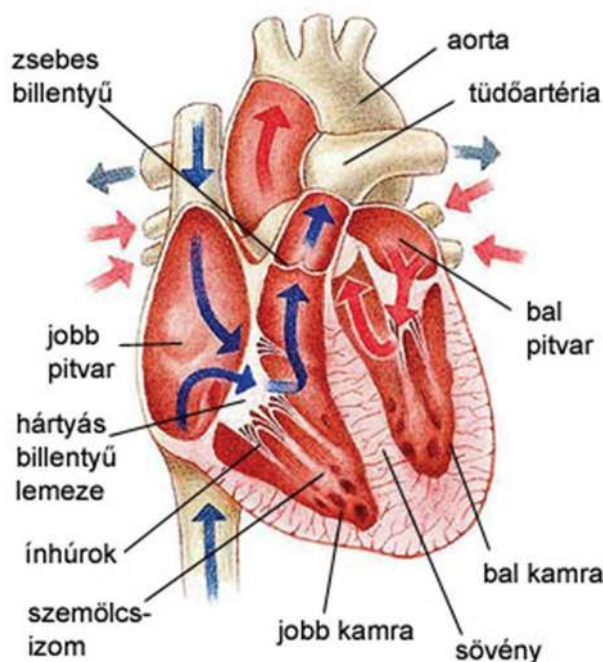
jesezés, a feltöltekezés időszaka.

Nyugalomnak azt az időperiódust nevezzük, amikor elvesztett energiánkat pótoljuk. Isten úgy alkotta meg testünket, hogy megfelelő nyugalmi periódusok nélkül ne tudjon működni. Viru-

lóságunk érdekében meg kell őriznünk a tevékenység és az ellazulás közötti egyensúlyt. Csak így áll helyre, így újul meg testünk és lelkünk egyaránt.

A szív a nyugalom és a tevékenység közötti egyensúly egyik legjobb példája. Teljes egészében izomszövet alkotja. Valójában a test legerősebb és legéletképebb izma. Ez az izomtömlő – amely minden egyes másodpercben kb. egyet ütve fokozatosan átpumpálja a vért a testünkön – egy 24 órából álló nap alatt óriási munkát végez.

Egy átlagos napon kb. százezer-szer húzódik össze, és több mint 8.000 liter vért szivattyúz keresztül magán. Normális feltételek között soha egyetlen ütemet sem hagy ki. Egy ilyen súlyos munkával megterhelt izom időszakonként nyugalmat igényel. Meg is kapja. Máskülönben nem



Az emberi szív átlagosan 2,5 milliárdszor dobban és ernyed is el az élet során

működhetne 70-80 évig, vagy még tovább.

A szív minden egyes összehúzódása után (szisztolé) rövid nyugalmi periódus következik. Az egészséges szív kb. a másodperc egyharmad részében húzódik össze, a fennmaradó kétharmad részben pihen. Nyugalmi periódusa alatt oxigént és táplálékot vesz fel. Ez képesíti arra, hogy csúcshatékonyan dolgozzon tovább.

A test többi szervének is megvan a maga munka- és pihenési ciklusa. A vese szűrői például váltott műszakban dolgoznak. A ciklus egyharmada működésben, egyharmada nyugalomban, egyharmada pedig a működésre való felkészülés állapotában van.

Az emésztési folyamathoz bizonyos enzimek termelődnek, először a nyálmirigyekben, majd a gyomorban, végül pedig a vékonybélben. Ezek az enzimek és más emésztést serkentők, amikor étel fogyasztunk, kiürülnek, és kb. három és fél órát vesz igénybe, amíg a szervezet ezeket pótolja.

Ez a jó oka annak, miért nem tanácsos enni az étkezések közötti időben. Még az étkezések közötti rágógumizás is kiürít valamennyit ezekből az emésztőnedvekből. Testünk minden egyes sejtje ezt a pihenés és munka ciklust követi. Minden sejt előállít valamit, minden sejtnek van valami funkciója, amit el kell végeznie.

A hasnyálmirigy elkeskenyedő részében lévő sejtek termelik az inzulint. A májsejtek albumint, globulint és koleszterint állítanak elő. Az élő szervezet sejtjeiben a kémiai folyama-

tokat elősegítő fehérjéket enzimeknek vagy fermentumoknak nevezik. (Nem tévesztendő össze az emésztőnedvekkel)

Az enzimek nyugalmi periódusok során termelődnek. A nem megfelelő pihenés következménye, hogy a sejt munkája kimerül. Egész testünk minden részletében ritmikusan működik. Miként a táncos, aki a zene ütemére lépked, a ritmus belső rendjét követi.

Ha életszokásaink nem ille- nek bele ebbe a ritmusba, kibillenünk az egészség ritmusából,

Tudjuk, hogy alvásra szükségünk van. Bár igen sok kutatást végeztek az alvás mibenlétének kiderítésére, senkinek sincs tökéletes válasza, miért is van szükségünk alvásra. Az utóbbi évtizedek alatt tízezerrel jóval több tudományos cikket adtak ki az alvásról, hogy megkíséreljék feltárni számos titkát. Az alvás alapvetően mégis titok maradt.

Mi a különbség az alvás és az ébrenlét között? Elég egyszerű kérdésnek tűnik. Amikor ébren vagyunk, tudjuk, hogy mi folyik körülöttünk. Látunk, érzünk,



Az egészséges, mély alvás révén egész szervezetünk regenerálódik

vagyis egyszerűen szólva megbetegszünk... Mindannyiunknak szüksége van alvásra, ez az egészségünk szempontjából igen fontos. Életünk egyharmadát átalusszuk!

Mi az alvás?

Az egyik meghatározás ki- mondja: „Élettanilag az agy csökkent működése folytán lefo- kozott öntudatú időszak, amely- ből az ember megfelelő ingerek- kel felébreszthető”. Ha már nem lehet felébreszteni, akkor kómá- ba esett vagy meghalt.

hallunk, és gondolatokkal, meg- nyilatkozásokkal válaszolunk. Amikor alszunk, érzékeink egy időre ugyancsak alvó állapotba kerülnek. Működnek ugyan, de jelzéseik többsége nem jut el az agyvelőhöz.

Ha mélyen alszunk, semmit sem tudunk arról, ami a környe- zetünkben történik. Az emlékezet legalábbis nem tárolja. Az alvás azonban igen összetett jelen- ség, és magán az agyvelőn belü- li akciók sokaságát jelenti, vala- mint bizonyos környezeti ténye- zők befolyásolják, irányítják...



A természet csendje megnyugtatja elménket, idegrendszerünket

Amit megtehetünk

Az álmatlanság enyhe, alkalmoszerű eseteiben a következő javallatok bizonyultak hasznosnak, ezeket érdemes kipróbálni:

– Tervezzük meg szokásos napi programunkat! Minden reggel ugyanabban az időben keljünk fel az ágyból. Minden este azonos időben menjünk aludni, akár álmosnak érezzük magunkat, akár nem, akár azonnal elalszunk, akár nem.

– Alakítsuk ki állandó étkezési programunkat is! Együnk könnyű vacsorát, lehetőleg legkésőbb a lefekvés előtt *négy* órával. Ne igyunk az étellel együtt folyadékot, és a csípős fűszert tartalmazó ételek fogyasztását is kerüljük. Semmit ne együnk az esti étkezések után, különösen ne lefekvés előtt.

– Kerüljük a koffeintartalmú italok fogyasztását (kávé, tea, kólafélék, csokoládé stb.)!

– Kerüljük az alkoholtartalmú italokat is! Ne fogyasszuk se „hálósapkaként” (a lefekvés előtti „itóka” köznyelvi elnevezése), se „szemnyitogatóként”. Ne felejtsük el, hogy az alkohol elnyomja, zavarja az oly lényeges REM¹-alvást!

– Alakítsunk ki rendszeres testgyakorló programot! Ez különösen akkor fontos, ha valaki ülő fog

1 REM – Rapid Eye Movement: gyors szemmozgás (angolul). Alvásunk e szakaszaiban ha valaki felemeli szemhéjunkat, azt látja, hogy a szemgolyónk gyorsan mozog. Az éj során, 7-8 órányi alvás keretében 4-5 alvásciklust élünk át, melyek mindegyike 4 szakaszból áll. Az első 3 Non-REM, azaz nem gyors szemmozgású stádium, míg a negyedik a REM-stádium. A 3. szakasz a legmélyebb alvásé, míg a REM-szakasz alatt vannak a legélénkebb álmaink (a szerkesztő megjegyzése).

lalkozást végez, illetve amikor mentális vagy emocionális fáradtságról van szó. Hasznos lehet egy félórányi séta vacsora után. Lehet, hogy a jó éjszakai alvás érdekében csak erre van szükségünk! Ha testgyakorlást végzünk étkezés után, csak legalább egy óra elteltével kezdjük el!

– Alkalmazzunk enyhe meleget testünkre – igen hasznos orvosság álmatlanság esetén. Készítsünk magunknak egy meleg, alkohol- és koffeinmentes italt, vagy pedig vegyünk egy langyos zuhanyt, esetleg fürdőt! A 38°C sugármasszázs (zuhany) is ideális.

– Próbáljunk olyan helyen aludni, ahol csend van, csökkentsük környezetünkben a zajártalmat! Néhány ember a forgalmas vasútvonal vagy zajos gyár közelében is mélyen alszik, de legtöbbünk nem tudja kirekeszteni a körülöttünk lévő



A jó alvás, és a nyugodt idegrendszer érdekében kerülni kell az alkohol és koffein használatát.

zajt. Próbáljunk fülvédőt vagy fül dugót használni! Hatékony dugók készíthetők egy darab gyapjúból vazelinrel bekenve. Ne nyomjuk a dugókat túl mélyre!

– Gondoskodjunk arról, hogy hálószobánkat jól kiszellőztessük alvás előtt! Kerüljük a huzatot, de legalább közvetett módon szellőztessünk, úgy, hogy a szom

szédos szobában kinyitjuk az ablakot.²

– Próbáljunk lassan számolni! Nem szükséges képzeletben bárányokat számolni, lehet csak a másodperceket, és lehet, hogy ennek hatására egy-két percen belül elalszunk.

– Ne aggódjunk, ha egy ideig még ébren maradunk! Gyakoroljuk a lazító gyakorlatokat! Amennyiben 6–7 órát csendesen pihenünk, akkor is elegendő helyreállító pihenéshez jutunk, ha ennek nem is vagyunk tudatában. Az alvással foglalkozó tanulmányok egyik visszatérő megállapítása, hogy az emberek többet alszanak, mint amennyiről tudnak.

– Próbáljuk meg a napot „alacsony fordulatszámon” befejezni! Kerüljük el a nap vége felé a túlságosan nagy testi és lelki erőfeszítéseket! Kerüljük az izgató tévéprogramokat vagy mozifilmeket lefekvés előtt. Ne vitatkozzunk másokkal! Próbáljunk megbékélni családtagjainkkal! Aligha háborítja valami is jobban az alvást, mint a bűntudat vagy a szeretteinkkel való ellenségeskedés érzése! (Vernon W. Foster: *Új kezdet*, i. m., 38–58. o.)

Csend, elmélyedés

A titokra mindig csend borul: az ige titkára, a szépség rejtélyeire, az Isten jelenlétére. Ő a halk szavakat szereti, és válaszaiban

² A legjobb lenne többé-kevésbé nyitott ablakkal aludni. Ugyanakkor, ha érzékenyek vagyunk a hálósobánk nyitott ablakán át beáramló levegőre, akkor legalább közvetett módon, lehetőleg állandóan biztosítsuk a friss levegő beáramlását, akár a nyitott ajtón át is úgy, hogy a szomszédos helyiségben nyitva hagyjuk az ablakot (a szerk. megj.).

is a csend palástját ölti magára, mert „*rejtekezni szeret*” (Ésaiás 45:15).

„*Csendesedjetek, és ismerjétek el, hogy én vagyok az Isten!*” (Zsoltár 46:11) A természetben is megnyugvásra találunk: „*Állj meg, és gondold meg az Istennek csodáit!*” – tanácsolja az Írás (Jób 37,13).



Szakítsunk időt rendszeresen Istenre és az Ő Igéjére, megtanulva minden gondunkat Őélé letenni.

A megállás és meggondolás a feltétele a csodálkozásnak és a természet világában vagy a lelki törvények birodalmában ránk váró felfedezéseknek. A csend az alakulás, az érlelődés ideje. Mielőtt szavaink és tetteink „kint” megvalósulnának, „bent” csendben már megérlelődtek, végbementek.

A zenének, a hangsúlyos szónak, az értékek befogadásának is a csend ad illő háttérrel. A csöndben kinyílnak érzékeink, meglátjuk azt is, ami a zajtorlaszok, túlmozgások, idegfeszültségek miatt máskor észrevehetetlen.

A megértés és a megtérés a csend kapuján át vezet. Az igazán jelentős események, a lélek

döntései és elhatározásai csendben történnek, csakúgy, mint az Istennek való átadás és igéjének megragadása.

Azért vonult vissza Jézus éjszakánként a csend magányába, hogy szorosabb kapcsolatba kerüljön Atyjával. Tanítványa- it is hívta: *Gyertek velem puszta [csendes] helyekre, és pihen-*

jetek meg egy kevésbé.” (Márk 6:31) A Megváltó gyakran ment felüldülni is csendes tájékokra (Lukács 9:10).

A természet csendje az éjszaka, a lélek csendje az ima: összeköttetés és összeszedettség, kapcsolat az Örökkévalóval, amikor ízesül a szőlőtő és a szőlőveszsző. Ő akkor jöhet közel, amikor lenyugszunk, amikor betakar a csend, és már csak apró neszek motoszkálnak.

„*Hallgasson [legyen csendben] minden test az Úr előtt!*” – írja Zakariás könyve –, hogy észrevehessük szelíd hangját, halk kopogását (Zakariás 2:13). Ha az ajtónk kitarul, Ő ott áll belépésre készen!



Töltsünk időt minél gyakrabban szeretteinkkel a Természetben

„Ha valaki meghallja az én szómat, és megnyitja az ajtót, bemegyek ahhoz, és vele vacsorálok, s ő énvelem.” (Jelenések 3:20)

A csendben kerülhetünk vele a legszorosabb közösségbe. Amikor Ő beszél, és mi hallgatunk, amikor kérdéseink végül elhalnak...

Teremtőnk csendes, de állandó résztvevője életünknek. Sokszor nem a nagy csodákban, hanem éppen a szívünkben, életünk csendes ütemében fedezhetjük Őt fel.

Jelenlétét, halk szavát zajban, rohanásban, szélviharban, zaklatott dolgainkban aligha vehet-

jük észre. Meg kell állni, elcsendesedni és egyedül Őreá figyelni.

A legfeszültebb napok után áll be leginkább a csend – az ősi rend, a teremtés utáni csend, a nyugalomnap csendje. Isten a *Tízparancsolatban* erkölcsi törvényként fektette le a hatnapi munka mellett a hetedik napi pihenőt. Ennek a napnak a hétköznapi gondoktól mentes nyugalma biztosítja a csendet és az elmélyedést, az emlékezést és az előretekinést:

„Hat napon át munkálkodjál és végezd minden dolgodat, de a hetedik nap, az Úrnak, a te Istenednek szombatja: sem-

mi dolgot ne tégy azon... mert hat napon teremtette az Úr az eget és a földet, a tengert, és mindent, ami azokban van, a hetedik napon pedig megnyugodott. Azért megáldotta az Úr a szombat napját, és megszentelte azt.” (2 Mózes 20:8–11)

A szombat „megszentelése” azt jelenti, hogy szentté tenni, azaz elkülöníteni a hétköznapiaktól az Úr számára, ünneppé avatni e napot. Időnk egyheted részét kéri magának Isten, egy teljes, 24 órát magába foglaló napot, amely péntek naplementétől másnap naplementéig tart (3 Mózes 23:32).

Este pihenéssel kezdődik, hogy friss és felfogóképes legyen az ember a következő, ünnepi nap folyamán Isten Igéjének és áldásainak befogadására.

Szabó Attila,
biológus, lelkész,
Balatonfüred



Igemorzsa

Az összekarcolt autó

„Ez az én parancsolatom, hogy szeressétek egymást, amiképpen én szeretlek titeket.” (János 15:12)

Egyszer egy ember az új, értékes autóját takarította-ellenőrizte. Az autó mellett guggolt hat éves kislánya, és kis kavicsok-

kal játszott. Egyszer csak az édesapja a kislány oldalára kerülve, rémülten látta, hogy a gyermek egy éles kővel összekarcolta az autó oldalát. Az amúgy is gondjaiba merült, stresszelt férfi rettenetes dühre fakadt. Rákibált a mosolygó kisgyerekekre:

– Hogy tudtál ilyet tenni? Nem szégyelled magad?

A gyermek ijedten pillantott fel apjára, aki ekkor már csuklójánál fogva megragadta, felrángigálta, és az éppen a kezében levő franciakuplccsal többször erőteljesen rásújtott gyermeke kis kezére. A nagy fájdalom miatti keserves sírás és kiabálás hatására végül lecsillapodott, és felocsúdva bámulta a gyermek összetört, véres kézfejét.

Hirtelen felkapta, a házba szaladt vele, de hát a megdöbbenet édesanya sem tudott vele mit kezdeni. Gyorsan az autóba szálltak, és a kórházba hajtottak. Az orvosok azonnal kezelésbe vették, ám a sebek annyira súlyosak voltak, hogy számos próbálkozást követően végül is amputálni kellett az ujjait.

A műtétet követően napokig ültek ágya mellett a kórházban, míg a kisfiú lassan magához tért. Ránézett bekötözött kezére, és megkérdezte:

– Apu, mikor fognak újból kinőni az ujjaim?

Az édesapa nem tudta visszafojtani zokogását, és nem lévén mit válaszolnia, csupán átölelte a kisfiát. Majd lebotorkált a kórház elé, a parkolóba. Csak nézte az autót, amely miatt ez a baj rászakadt, s megpillantotta a hátsó kerék melletti karcolóásokat. Közelebb ment, és a gyermeke kezdetleges, elsős írásával két szót vett észre a fényezett festéken:

– APU... SZERETLEK...

Kétségbeesett sírással rogyott le ekkor a földre, az ellene tanúskodó írás mellé...

Kedves Olvasók!

A tárgyak azért vannak, hogy használjuk, az emberek pedig



Ki, vagy mi értékesebb számunkra?

azért, hogy szeressük őket. A probléma világunkban az, hogy az embereket használjuk, a tárgyakat pedig szeretjük. Valóban, az előbbieket is értékelni, ám szeretteinket *szeretni* kell. De ha mi a javainkat imádjuk, és akiket szeretnünk kellene,

sokszor semmibe sem vesszük, hogyan tudjuk visszatükrözni Isten jellemét?

Hány szülő engedett már hirtelen dühkitöréseinek, gyermekeivel szemben...! Sajnos ezt én is átéltem már, mindkét oldalról. Mit lát, vagy látott bennünk



„Szeretem apukámat” – ez a kislány is megtette...



**Mentőcsapat szent bernáthe gyi kutyákkal a Svájci Alpokban
(kb. 1955-ben)**



Szent bernáthe gyi kutya – a hűség és a segítségnyújtás jelképe

gyermekünk akkor, amikor még kis, rügyező, formálható jelleme volt?

Szívünk mélyén a szeretet Istenének imádói vagyunk, avagy önző, magunkat és javainkat bálványozó Mammon-imádók?

A mentőkutya

„És ő megsebesítettett bűneinkért, megrontatott a mi vétkeinkért, békességünk büntetése rajta van, és az ő sebeivel gyógyulánk meg.” (Ésajás 53:5)

Egy régebben hallott történet: fent, az Alpok hágóin gyakran életveszélyes volt az utazás a számos lavina, meg a nagy hó és hideg miatt. Ezért már évszáz-

adok óta mentőállomások és a nagy termetű, szent bernáthe gyi kutyák állnak a bajba jutottak rendelkezésére.

Egy nap, egy magányos utazó viharos időben gyalogolt át az egyik hágón, amikor is hógörgeteg lepte meg, eltemetve őt. Az egyik mentőkutya arra járva, keresésbe fogott, és éles szimatával megérezte a hó alatti embert. Azonnal kaparni kezdett, majd úgy, ahogy betanították, fogaival megragadva, próbálta a hó alól kihúzni.

A félig megfagyott ember kissé magához tért, és a lihegő, erőlködő kutyáról azt hitte, valamilyen rátámadó vadállat – medve vagy

farkas – lehet. Előhúzta kését, utolsó erejével az állatba döfte, majd újból elvesztette eszméletét.

A mentőkutya azonban nem tágitott: sebesülten ám, de az embert végül is a menedékkunyhóig vonszolta, majd a küszöb előtt elnyúlva, kimúlt.

Az utazó azonban – éppen az, aki a megmentője halálát okozta – megmenekült.

Mi is így tettünk: Jézus eljött e Földbolygóra, hogy megmentsen minket az örök pusztulástól. De mi ellene fordultunk és fordulunk, úgy gondolva, hogy veszíteni valónk lenne miatta.

De milyen esztelen gondolat ez! Habár a mi bűneink nehezettek rá, és repesztették meg szívét majd kétezer évvel ezelőtt, Ő sebein és szenvedésén túltekintve, továbbra is a mi megmentésünkre törekszik.

Nem születik-e meg az Iránta való hála és szeretet érzése szívünkben?

És egy utolsó történet:

A kiskanál

„... mindent kárba veszni hagytam, és szemétnek ítélek...” (Filippi 3:8)

Egy lelkész gyülekezete egyik, eléggé jómódú családjához lett meghívva. A házaszszyon persze kitett magáért: a legszebb abrosz, a legszebb étkészlet került az asztalra, majd finom fogások következtek.

A házaspár nagyon szívélyes volt, és kellemesen, mindenféléről elbeszélgettek, csak hogy a tiszteltes urat valami mégis elszomorította: Istenre, meg az Ő Igéjére valahogy nem lehetett rátérni...

Végül, távozás előtt megkérdezte:

– Imádkozhatok-nánk-e a családjáért?

– Jaj persze, hogyne – válaszolták.

– Azelőtt el szeretnék olvasni egy néhány Igeverset. Idead-nák-e a Bibliát?

Azonnal hozták a nagy, család-i Bibliát.

A tiszteletes úr megnyitotta, és felolvasott belőle egy néhány verset. Majd így szólt:

– Olvassák majd el Önök is újból ezt a részt. Úgy érzem, mindannyiunknak szól.

– Persze, mi is elolvassuk – ígérte a házaspár.

Ezután a lelkész imádkozott az egész családjáért, majd eltávo-zott.

Miután elment, az asszony leszedte az asztalt. Csakhogy, amikor a desszert mellé adott, díszes kiskanalakatszedte össze, az egyik hiányzott: éppen az,



amelyiknek a lelkész tányérja mellett kellett volna lennie!

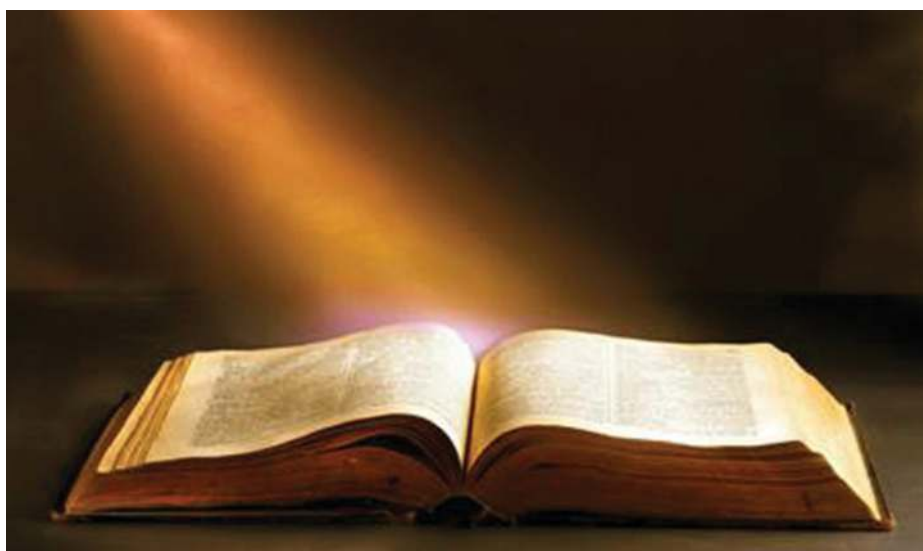
Kereste az asztal alatt, a szőnyegen, a többi edény között, de semmi kétség: a kiskanálnak nyoma veszett!

Végül már nem bírta tovább, és a férjéhez fordult:

– Drágám, valami nincs rendben. Lehetséges-e az, hogy a tiszteletes úr elvitte az egyik kiskanalunkat?

– Jaj, hogy mondhatasz ilyet? Hogy gondolod azt, hogy ő ilyet tenne?!

De az asszony tovább emész-tődött, és nem tudta túltenni



magát a dolgon: nahát, ez is kiderült – a lelkészünk tolvaj!

Sajnálta nagyon az ezáltal hiányossá vált értékes étkészle-tet is, és a következő hetekben, hónapokban magában dülva-fúlva, megbotránkozva telt élete. Persze templomba sem igen volt már kedve elmenni – hogyan hall gassa az ilyen embert?

Eltelt egy év, és a tisztele-tes úr újból családi látogatásra jelentkezett. Már a nappaliban ültek, és szó-szót követett, amikor végül az asszony megkérdezte a lelkészt:

– Tiszteletes úr, mondja meg őszintén: elvitte-e a múltkor a kiskanalunkat?

A lelkész a nő szemébe nézett:

– Nem vittem el...

Az asszony összeszorított a ajkait a csalódás és a harag miatt. Ekkor a lelkész a férjhez fordult:

– Kedves atyámfia, idehoz-ná-e a múltkori Bibliát?

A férfi odahozta, és a lel-kész megnyitotta a nagymé-re-tű könyvet az azelőtt egy évvel felolvasott textusnál. Ekkor ők meglepődve láthatták: ott lapult benne a díszes kiskanál...!

*

Egy evangéliumi témá-jú könyvben egy képet láttam, melyen valaki a lába előtti trá-gyára, szemére meg pozdorjá-ra szegezve tekintetét, egy vas-villával turkál benne napestig, és nem veszi észre azt, hogy mögötte egy angyal koronát tart a feje fölé.

E veszélyben lehetünk mi is. Ami múlandó, és a jövőn-dő mennyei kincsekhez képest semmit sem ér, az kitölti életün-ket. Ugyanakkor az Isten Igéje, az örök javak, és a királyi korona amelyet az Úr készített számunk-ra - nem érdekelnek minket...

Az Úr segítsen meg, hogy Pállal együtt mi is elmondhas-suk:

„De amelyek nékem egykor nyereségek valának, azokat a Krisztusért kárnak ítéltém. Sőt, annakfelette most is kárnak íté-lek mindent az én Uram, Jézus Krisztus ismeretének gazdag-sága miatt: akiért mindent kár-ba veszni hagytam, és szemétnek ítélek, hogy a Krisztust megnyer-jem.” (Filippi 3:7-8)

Jancsó Erik,
Szászfenes

Prédikáció

Mi a prédikáció?

Vagy, és elsősorban: ki prédikálhat?

A tízéves gyerek is megmondja: hát az amolyan pap-féle, vagy papi ember. Vasárnap, a szószékről. Jó. Ezzel a témát

Csakhoggy...

Íme hogyan beszél a Szentírás minden egyes Krisztusban hívőről:

„Ti pedig választott nemzet, királyi papság, szent nemzet, megtartásra való nép vagy-



Teraszos rizsföldek a Fülöp-szigetek hegyvidékén

le is lehetne zárni, azzal együtt, hogy mi is ez, hisz a homiletika,¹ vagyis a prédikáció tudománya, a teológiai egyetemeken tanrendjébe tartozik - mi köze hát a mindennapi embernek mindehhez?

¹ Homiletika: az egyházi beszéd, főleg a prédikáció tudománya. E megnevezés a *homiletikos* – társas hajamú, barátságos, udvarias – görög melléknévből származik. Ez a maga során a *homilein* – valakivel beszélgetni, társalogni – görög ige származéka, az pedig eredetileg a *homilosz* – embercsoport, összegyűlt emberek, gyülekezet – görög főnévből ered (forrás: Merriam-Webster szótár, *homiletic* címszó. www.merriam-webster.com, definition of: *homiletic*).

tok, hogy hirdessétek Annak hatalmas dolgait, aki a sötétségből az ő csodálatos világosságára hívott el titeket.” (1 Péter 2:9)

Ti – ez a kicsi szó felöleli Krisztus Egyházát a legfiatalabb Őt szeretőtől a legidősebbig.

A kilencvenes években egy amerikai misszionárius látogatott el Kolozsvárra, és többek között beszámolt arról, hogyan folyik az evangélium hirdetése a Fülöp-szigetek muzulmánok lakta vidékein. Ott a felnőtteknek életveszélyes más vallásról szólni, ám Isten gyerekeit használ fel e célra. Ma is magam

előtt látom a nagy, magas amerikaiakat, amint így szól:

– Fenn, a hegyekben, egy Biblia-tábort látogattunk meg, és bemutattak nekem egy nyolcéves kislányt, Sully-t. „Ő az egyik legjobb evangelistánk” – mondták a tábor vezetői. Én csak néztem a kis, gyönyörű fekete szemű, hosszú fekete hajú gyermeket, amint mosolyogva álldogált előttünk.

„Sully, tudnál-e nekem is prédikálni?” – kérdeztem őt.

„Persze. Miről szeretnéd, hogy beszéljek neked?”

„Hmm... beszélj Isten szeretetéről!” – válaszoltam.

„Hozzátok a Bibliámat!” – kérte ő ekkor. Valaki azonnal elszietett érte, majd Sully megnyitotta azt, rám nézett, és a János 3:16 alapján az egyik legszebb prédikációt mondta el, amely révén szívem mélyén meggyőződtem arról, mennyire szeret engem az Isten.

Mindannyian meghatódva álltunk.

„Eddig tizenhét embert hozott fel az alant fekvő városkából, akik itt fent a táborban meg is keresztkeltek” – mondta a vezető.

Mi működött e nyolcéves kislány szívében? És: mi történik azokkal, akik valóban befogadják Őt?

Igen, a Krisztusról szóló beszéd nem egy álmosító, unalmas prédikáció, amelyet vasárnap délelőtt a majdnem üres templomban néhányan végigbiskolnak ahelyett, hogy normális emberekként flekkent sütnének a kertben vagy az autójukat porszívóznák ezalatt.

„Valakik pedig befogadák Őt, hatalmat ada azoknak, hogy Isten fiaivá legyenek...” (János 1:12)

Ezeket pedig már egy másik lélek – nem a világé, meg a hiábavalóság szeretetée, hanem az Istené – vezeti:

„Mert akiket az Isten Lelke vezérel, azok Istennek fiai.” (Róma 8:14)

És az ilyen emberek körül megváltozik valami, Annak a hatalmas jelenléte révén, Aki mindannyiunk szívét áhítozik kicserélni – kőszívűből egy érzékeny, húsból valóra.

„És adok néktek új szívet, és új lelket adok belétek, és elveszem a kőszívet testetekből, és adok néktek húszívet.” (Ezékiel 36:26)

Nyitott szemmel járni

Sok évvel ezelőtt egy hívő emberről hallottam, aki minden alkalmat megragadott arra, hogy Isten dolgairól beszéljen. Egy alkalommal Kolozsvár környékén, az akkoriban még gyakori kavicsos utak egyikén, a szántóföldek között haladtak néhányan, erről-arról beszélgetve. Egyszer csak az illető megállt, és valamit figyelmesen nézni kezdett a porban. A többiek is megálltak, kíváncsian arra, hogy vajon mi kelthette fel a figyelmét.

Az ember lassan lehajolt, és egy búzaszemmet vett föl az útest homokja és kavicsstörmeleke közül. Két ujja között tartva megmutatta a többieknek, majd így szólt:

– Ilyen a jó mag, amelyet a gazda elvet: egyes szemek az útfélre esnek, és az emberek eltapossák, mások sziklás helyre, ahol nem sok gyöke-



Vajon a mi szívünk mekkora termést hoz?

ret ereszthetnek, mások tövisek közé, amelyek elfojtják... egyesek pedig jó földbe, ahol kikelnek és sok hasznót hajtanak.² A jó mag az evangélium, a föld pedig, ahova eshet, az a mi szívünk... a mienk melyik fajta földhöz hasonlít leginkább?

Nagy csend lett, és az emberek elgondolkodva ballagtak tovább.

Ó, kedves olvasók, mennyi hiábavalóság és múlandó dolog tölti be elménket, beszélgetése-

² Lásd Márk 4:1-20 verseit.

inket nap mint nap...! Pedig csak egy dolog a fontos - az, amit Mária, a Márta és a Lázár nővére is választott:

„... Mária (...) Jézus lábainál leülve, hallgatja vala az ő beszédét... (Lukács 10:39)

Jézus pedig így szólt erről a sok házimunka miatt aggodalmaskodó Mártának:

„Márta, Márta, szorgalmas vagy, és sokra igyekezel: de egy a szükséges dolog, és Mária a jobb részt választotta, mely el nem vétetik ő tőle.” (41-42. vers)



Éjjeli klub Bécsben



A Nagy Orvos segédei

Nyugat-Európa sokak számára modell-értékű: a mieinknél jóval nagyobb fizetések és nyugdíjak, nagyobb tisztaság, szervezettség, szép falvak és városok... ki ne vágyna egy ilyen helyre?

De a bőség mögött ott rejlenek a bűn lesújtó következményei: a magányosság, a tönkrement kapcsolatok, az Isten nélküli élet értelmetlensége, a szeretet-hiány, a drogozás, italozás, szeretetlenség...

Hallottam egy bécsi hívő pszichiáterről: szombaton gyülekezetbe járt, míg hétközben, esténként fém-szegekkel kivert bőrdzsekiben-nadrágban, meg egyéb „tipikus” öltözetben elvegyült Bécs késő esti életében. Lement az éjjeli bárókba, ahol a férfiak és nők új és új kapcsolatokat keresve, italba, drogba, dübörgő zenébe próbálják fojtani nyomorú-

ságukat, és egy pohár gyümölcslével a kezében szoba elegyedett egyikkel-másikkal.

Lassan barátságokat alakított ki, vissza-visszajárva. Lelkésze elbeszélése szerint, többen elítélték e szokása miatt – de ő nem törődött ezzel.

Új barátait sorban meghívta a gyülekezeti alkalmakra, ahol tovább fejleszthették barátságukat Azzal, aki e hívő orvosnő legjobb barátja volt: Jézus Krisztussal.

– Eddig már tizenegy embert hozott a bárókból a gyülekezetbe... – mondta a lelkész.

Könnyes szemmel írom e sorokat, mert magam előtt látom Kalotaszeg, Kolozsvár, Erdély és egész népünk szenvedőit. Könnyű elítélni az italban,

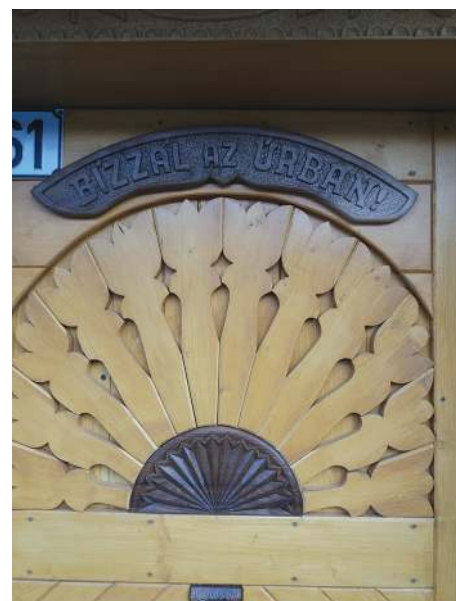
paráznaságban, munkanélküliségben és más életút-mocsarakban fulladozókat. De ne feledjük: minden e világra születő lény - az óceánok legapróbb halától a félresikerült házasságokban megszülető gyermekig – boldogságra vágyik.

S míg a halacska a vízben, vagy a kismadár a levegőben, rövid életük során, apró szívükben Istentől jövő boldogsággal ide-oda cikáznak, a levegő és a Nap felé törve, addig az ember, Sátánnak az évek során rádobott hálójától bénultan, és a bűn szennyétől elvakultan tapogatózik – valamit keresve...

„És az egész emberi nemzetséget egy vérből teremtette, hogy lakozzanak a földnek egész színén, (...) hogy keressék az Urat, ha talán kitapogathatnák őt és megtalálhatnák, jóllehet bizony nincs messze egyikőnktől sem...” (Cselekedetek 17:26-27)

Ó, ha mi segíteni tudnánk másoknak megtalálni Azt, Akit mi is megtaláltunk...!

És valóban, Isten pontosan e szerepet szánta nekünk.



Faragott kapu Kalotaszentkirályon – és annak részlete

„Ti vagytok a földnek savai (...) Ti vagytok a világ világossága.” (Máté 5:13-14)

Amint a só ízét ad az ételnek és tartósítja azt, vagy ahogyan a gyertya fényt nyújt a házban levőknek, úgy kell nekünk egymásnak szolgálni, drága kalotaszegiek: családjainkban, lakó- és munkahelyeinken egymással összevegyülve ízet, azaz értelmet adva az értelmetlen életnek, úgy, hogy minden szavunk és cselekedetünk Őrá mutat, és gyertyaként világítunk, sőt, elfogyunk a többiekért élve.

Nehéz ez? Kíváncsi mind- ez?

Ez lesz életünk nagy prédikációja, melynek szavai nem papírra, hanem az emberi szívek hústábláiba vésődnek, áldott, örök gyümölcsöt hozva.

Első prédikációm

A kilencvenes évek elején történt. Egy napon, Istentisztelet után, akkori lelkészünkhöz, Chețan Emil-hez közeledve így szóltam:

– Annyira szeretnék én is prédikálni, valahol...

A már nyugdíjhoz közeledő, kedves ember rám nézett, és én úgy éreztem, „keresztül röntgenez” a pillantásával. Majd ezt mondta:

– Még meglátjuk...

Hónapok teltek el. 1994 nyarán, egy péntek estén az udvaron voltunk, amikor Ingrid néni, a Chețan bácsi felesége hozzám jött, és ezt mondta:

– Úgy gondoltuk, holnap reggel elmehetnél Szovátra, megtartani az Istentiszteleteket.

Majdnem szédülni kezdtem az izgalomtól, de nemet mondani nem akartam.

– De hát semmivel sem készültem...

– Nem baj. Az Úr megsegít!

Tehát, péntek este kilenc óra húsz perc volt, a busz pedig reggel fél hétkor indult az Expo melletti buszpályaudvarról. Mire hazaértem, tíz órára járt. A feleségem biztató, és tanácsolt, ahogy csak tudott:

– Most ne fáraszd ki magad, fekjüdj le, mert holnap korán kell kelned.

Lefeküdtem, majd kora reggel éppen csak hogy a reggeli mellé ülhettem:

– Enned kell, mert délig sok van még...

Jó olajos, tejfeles töltött káposztát ettem hát, reggel fél hatkor. A mócsi buszon rendkívüli tömeg volt, az akkor még működő Clujana cipőgyár éjjeli váltásából kijövő emberek igyekeztek haza. A busz nem ment be Szovátra, így a főúttól három kilométert kellett még megtennem. Gyönyörű reggelre viradt, ám én a busz rossz levegője, nagy melege, az izgalom és a sebtében lenyelt, túl zsíros reggeli miatt nagyon rosszul voltam. Szinte tántorogva, nagy hasi fájdalmakkal érkeztem reggel nyolc előtt a még zárt imaházhoz. Szerencsém volt a hátul épült favécével...

Miért írom le e sorokat?

Az Úr így szólt egykor Pálhoz:

„Elég néked az én kegyelmem: mert az én erőm erőtlenség által végeztetik el.” (2 Korintus 12:9)

Pál pedig hozzáteszi azt, amit életén át tapasztalt:

„... amikor erőtelen vagyok, akkor vagyok erős.” (10. vers)

Egy órám volt ahhoz, hogy az imaház lépcsőjén ülve, elkészítsem első két prédikációm. Imádkoztam, szívemben Istenhez kiáltva, majd kirajzolódtak bennem sorban az engem addig is foglalkoztató gondolatok: a hatodik, *Ne ölj!* parancsolat vonatkozásairól, a sze-



retet nagy törvényéről írtam le gyorsan mindazt, ami elmém- ben megszületett.

Kilencre már jöttek a hívek: imaóra, ezután Bibliatanulmány, majd tizenegykor Istentisztelet következett.

Délben az egyik család ebédre hívott, s utána volt időm elkészíteni a délutáni prédikációm is. Aznap éreztem először Isten könyörülő hatalmát felettem, e számomra idegen helyzetben is...



„Nem erővel, sem hatalommal”³

De mennyire voltam felkészülve?

Ezt híven sugallja Török István (azóta sajnos már elhunyt) vistai kőfaragó mester tanácsa. Ő már többször szolgált, és így rákérdeztem:

– Hogyan kell elkészíteni egy prédikációt?

Ő így válaszolt:

– A prédikációnak, sose feledjük, három része van: bevezető, tartalom, és befejezés.

És ezzel az „útravalóval” vágtam neki e megbízatásnak.

Később, a szováti presbiter, Csete Samu mondta el, ő hogyan készül:

– Imádkozom, majd Isten ad egy Igét, s ehhez kötök egy másikat, ahhoz megint egy másikat...

Az évek során további tanácsok ivódtak be elmémbe. László Jenő, aki a lapunkban is szolgált már cikkekkel, ezt mondta:

– Ne feledjük, hogy a prédikáció valójában Ige-hirdetés (azaz nem kitalált mesék, vagy egyéb dolgok, hanem az Isten Igéjének hirdetése, világos, meggyőző és felemelő módon).

Időközben a bukaresti teológiára is beiratkoztam.

Cristescu Lucian, akit én korunk egyik legjobb prédikátorának tartok, ezt mondta:

– A prédikáció egy életforma. Véget ér a szombat, és én figyelni kezdek: vasárnap reggeltől kezdve, mindent: benyomások, történeteket... Naponta tanulmányozom az Igét, hasznos könyveket olvasok, imádkozom,

³ „Nem erővel, sem hatalommal, hanem az Én lelkemmel! ezt mondja a Seregek Ura.” (Zakariás 4:6)

gondolkodom... S egyik nap hirtelen megszületik a gondolat: ez az! Ezt kell nekem hirdetnem a következő alkalommal!

Egy életforma... világosodott meg az elmémben. Ha én Isten Igéjét akarom hirdetni, akkor az nem egy öltöny, amit heti egy-két órára felveszek, hanem egy életelv: egy bűngyűlölő életforma, heti 168 órás, Istennel való



Girolamo Savonarola

együttjárás – az Ő hangjára való szüntelen odafigyelés.

A teológián nehézkes *Homiletika* tankönyvet is a kezünkbe adtak. Szabályok, sémák voltak benne. De oly száraznak, meseterségesnek tűnt!

Faluvégi Dezső professzor testvérünk átérezve mindezt, ezt mondta:

– A prédikációról sok könyvet írtak, s ami bennük van, könnyebben vagy nehezebben alkalmazható. De végül is, a prédikálásban csak egyetlen szabály létezik...

Csendben vártuk a fontos gondolatot:

– Az, hogy végül jól süljön el...!

Még ő is jót nevetett ezen, s magyarázta is:

– Savonarola,⁴ a nagy firenzei prédikátor, egyik nap késve érkezett. A hívek már nagyon rég vártak a zsúfolásig teletömött templomban. Savonarola felment a szószékre, és a nagy csendben körbenézett a számos, reá figyelő arcon. Lassan felemelt kezét, és ujjával körbe mutatott. A feszültség pattanásig nőtt, amikor hangja belerobbant a templom csendjébe:

„-Te vagy az az ember!”⁵

És ekkor, minden üdvözlés és bevezető nélkül, következett az erőteljes, bűnbánatra felhívó prédikáció.

S ezután Faluvégi bácsi tanítani kezdett. Először a narancsról:

– Isten függeszthetett volna narancslével telt műanyagzacskókat a fára, amelyeket csak le kell tépni, és meginni. De Ő nem így gondolta. Íme, belevájom a körmöm a narancs héjába, és kellemes illat csap meg, a narancs illóolajai révén. Meghámozom, és látom, hogy kis gerezdekre van osztva. Mind-egyik pontosan falatnyi – arra való, hogy a számba beleférjen!

Majd:

– Íme a banán. Héjának részét úgy húzhatom le, mintha cippzárral volnának összefogva... és

⁴ Girolamo Savonarola (1452-1498), dominikánus szerzetes és pap, Firenze „szerelmese”. Kiállt a tiszta élet mellett, elítélte a Medici család kizsákmányoló politikáját és a pápaság bűneit. VI. Sándor pápa 1497-ben kiátkozta, majd a következő évben letartóztatták, megkínózták, majd két szerzetestársával – Fra Domenico-val, és Fra Silvestro Maruffi-val – együtt felakasztották és máglyán megégették. Hamvait az Arno folyóba szórták.

⁵ 2 Sámuel 12:7 – Nátán próféta szavai az azelőtt egy évvel Bethsabéval vétkező Dávidhoz.

már előttem az illatos, tápláló gyümölcs! Látjuk-e, érezzük-e Isten jóságát és irántunk való gondoskodását?

Ezután pedig megnyitotta a Bibliát a Római levélhez. Versről-versre magyarázni kezdte, úgy, ahogyan én még sohasem hallottam embert Bibliát magyarázni...

Igen. Isten teremtett világában nyitott szemmel kell járni, ahhoz, hogy mindenben megpillanthassuk az Ő szeretetét, és e mennyekből származó szeretet nagykövetei lehessünk.

Kedves Olvasók!

Ne zárjuk be Istent és az Ő Igéjét a templomba, csupán heti egyórás rövid látogatást téve Nála...

Nem, hanem engedjük be otthonainkba! Legyen Isten az Ő Igéje révén naponta a legkedvesebb vendégünk!

Ó, milyen csodálatos a hangulat azokban a családokban, ahol a szülők reggel, a napi program előtt, s ugyanígy este, a nap végén megnyitják gyermekeik előtt Isten Igéjét! Reggel egy énekkel dicsérve Őt, majd egy Igehelyet felolvasva rövid magyarázatot fűznek hozzá, majd együtt, hön imádkoznak, az Ő vezetését kérve az illető napra! Este pedig ugyanígy, az Igéből táplálkoznak és megköszönik a napi oltalmat... ekként, sorban,

a család összes tagja szolgálhat, Igehirdetővé válva e szűk, meg-hitt körben.

Egyedül vagy? A magányosok, özvegyasszonyok a szomszédasszonnyal, jó barátnővel, barátal járulhatnak Isten elé, avagy más családokhoz kopoghatnak be.

Beszélgetéseinkben a fő téma Krisztus, az Ő Igéje, és az Ő irántunk való Gondviselése kell legyen – meg a csodálatos mennyei otthon, mely már ránk vár. Tanuljunk meg minden egyes felvetődő témáról átsiklani, áttérni az Ige szavaira, tanítására. A naponta, reggelként imádkozó szívvel kutató Biblia segíteni fog nekünk ebben.

Mennyire más lenne közösségünk hangulata, és egész életünk, ha mindezek megtörténének életünkben!

Amikor annak idején Isten Igéjét, és a Teremtő jelenlétét beengedtem szívembe, a rossz dolgoknak távoznuk kellett, a hátsó ajtón... Ha akarjuk, így fog megtisztulni életünk a bűnöktől, és a sötétség dolgaitól.

A kis egyházakban, úgy mint az adventista is, nemcsak a lelkes szolgálhat a szószékről. De bárhol is legyünk tagok, életünk, szavaink nagy súllyal esnek latba, ha életünket naponta felajánlv Istennek, rádöbbenünk arra, hogy életünk minden helyzetében egy képzeletbeli szószéken állunk, amelyről általunk Isten az Ő jelenlétét és világosságát szeretné árasztani a körülöttünk levőkre.

Az Úr segítsen meg mindannyiunkat erre! Ámen.

Jancsó Erik,
Szászfenes



A teremtett Természet, ugyanígy a narancsfa és gyümölcse – Isten irántunk való jóságáról beszél.

Rejtvény:

Mit kér tőlünk az Úr?

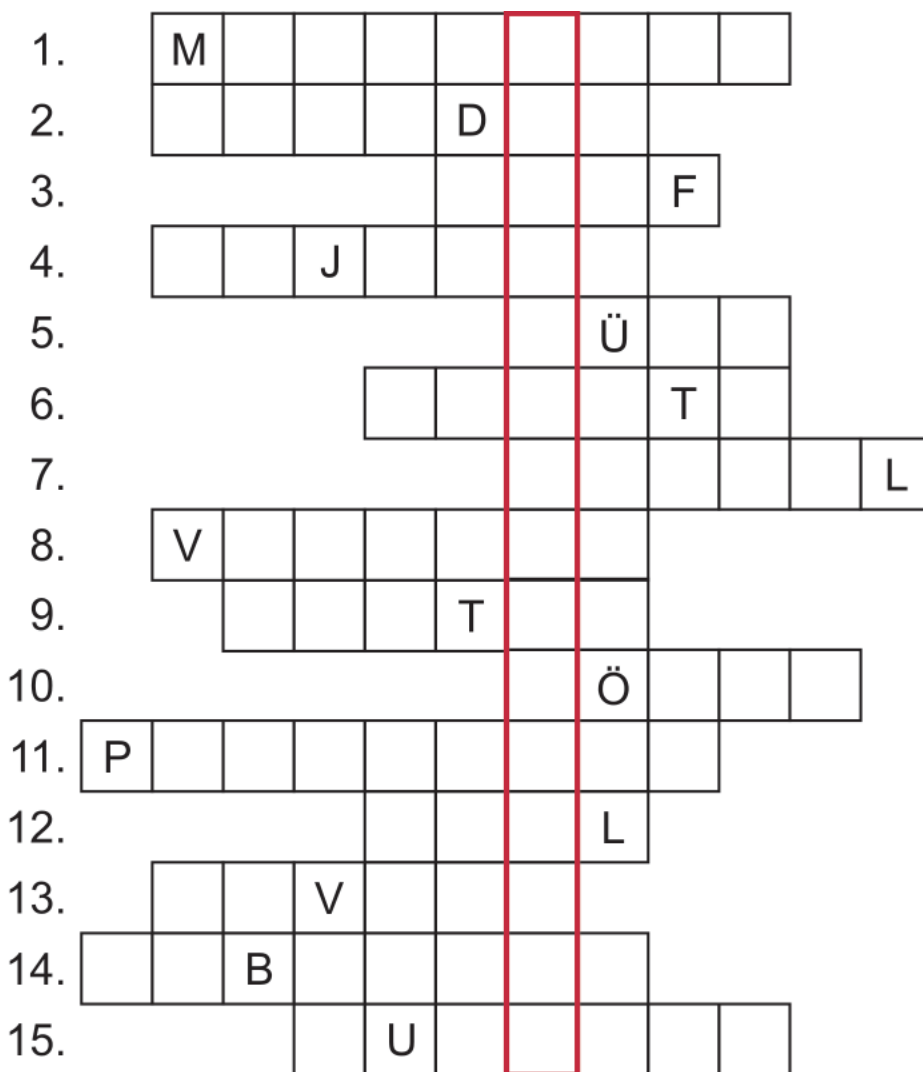
A kérdés válasza a bekeretezett oszlopban tűnik majd fel.

- 1). Egy tragikus eseményre épülő szolás: Több is veszett ...
- 2). A Bibliában emberi fogyasztásra megengedett emlősök két jellemzője: hasadt körmű és ... (lásd: 3 Mózes 11:3)
- 3). Itt élt és munkálkodott Kálvin János.
- 4). Itt tette le a fegyvert 1711-ben az akkor már Lengyelországba távozott II. Rákóczi Ferenc osztrákoknak behódoló kuruc hadserege: Nagy...
- 5). E kalotaszegi faluból származott Kós Károly felesége, Balázs Ida.
- 6). Apáczay Csere János felesége: ... van der Mett.
- 7). Ezen a hegyen szállt szembe Illés próféta a Baál és az Asérá 850 prófétájával.
- 8). E helységben adták ki, Károli Gáspár fordításában, az első teljes, magyar nyelvű Bibliát.
- 9). A zsidó lány, aki I. Xerxes (uralkodott 486-465 között) perzsa király felesége lett.
- 10). E helységben szolgált lelkészként Károli Gáspár.
- 11). A Bibliában fogyasztásra megengedett vízi lények két kötelező tulajdonsága: hogy legyen uszonyuk is, ... is (lásd 3 Mózes 11:9)
- 12). Az emberiség első halottja.
- 13). Isten parancsa szerint e két

A múlt havi rejtvény megfejtése:

2. szőlőtő; 3. szolga (négy kocka pluszban volt – elnézésüket kérjük!); 4. országom; 5. elve-

szi; 6. szolgája; 7. házadhoz; 8. hisz; 9. semmit; 10. Atyát; 11. engem; 12. hittél; 13. szeressétek; 14. juhaim; 15. szómra; 16. élet; 17. Lélektől; 18. ember; 19. Isten.



Lásd: 3 Mózes 11:44;
1 Péter 1:16.

állati terméket semmilyen körülmények között sem szabad megenni: ... és vért (lásd: 3 Mózes 3:17)

14). E várost szokták a kálvinista Rómának nevezni.

15). E várat védte az osztrák seregekkel szemben II. Rákóczi Ferenc édesanyja, Zrínyi Ilona, 1685-88 között.

(J.E.)

Kedves Olvasók! Szívesen fogadjuk, postán vagy e-mail-ben, az Önök által megszerkesztett, lapunk szellemiségéhez illő rejtvényeket is. Köszönjük!



A nagy küzdelem

A kereszténység története (6. rész)

Bevezető

A legutóbbi részben¹ láthattuk amint a Nyugat-Római Birodalom hanyatlásnak indul, majd 476-ban a germán (szkír) hadvezér, Flavius Odoaker eltávolítja az utolsó római császárt, a csupán 15 éves Romulus Augustulust, és Itália királyává lesz. Az Itáliai-félszigeten ezután zavaros idők következnek. A germán herulok és rúgok uralmát a keleti-, avagy osztrogótoké váltja fel: 493-ban Nagy Teuderich osztrogót király megöleti Odoakert. Azonban az osztrogótok ariánus (Szentháromság-tagadó) hitűek voltak, ami konfliktust gerjesztett a katolikus, azaz nyugati keresztényekkel.

Nem sok idő múlva, az itáliai egyházat segítettő, 538-ban Jusztiniánusz kelet-római császár seregei betörnek a félszigetre, kiűzik az osztrogótokat Rómából, majd 554-re ezek teljesen szétszórótnak, megsemmisítenek.

Az Itáliai-félszigeten a Nyugat-Római Birodalom bukása egy hatalmi űrt hagy maga után, és a félsziget lakossága a városok keresztyén püspökeit tekinti a régi rend továbbvivőinek. E püspökök közül is kiemelkedik Róma püspöke, és kialakul a pápaság intézménye, melynek hatalmas szerepe lesz a követ-

kező, több mint ezer év történelmének alakításában.

A pápaság megszületésének és megerősödésének főbb állomásai

A pápa elnevezés: a III-IV. században, főleg keleten, a nép *pappas*-nak (apuka, atyácska – görögül) szólított minden püspököt, ám az V. századtól kezdve a latin nyelvű változat, a



Nagy Teuderich keleti gót király (455-526). Illusztráció a Gesta Theodorici-ből (XII. század).



A Pápai Állam a VIII. században.

papa, nyugaton már csak Róma püspökét illette.

380 – I. Theodosius római császár *pontifex*-nek nevezi Róma akkori, Damasus nevű püspökét (ezen etruszk eredetű, pogány főpapi címet addig, Augustus Cézártól (i.e. 63-i.sz. 14) kezdve Flavius Gratianus-ig (359-383) csupán a császárok viselték. A *pontifex maximus* a mindenkor római pápák címe máig.

chát mindig Bizáncból nevezik ki.

590-604 – I. (Nagy) Gergely, róma püspökének uralma. Sereget szervez a Rómát támadó lombardok ellen, és a város meg a környező területek mind vallási, mind polgári uralkodójává válik.

727 – Ekkor, II. Gergely pápa idejében Rómát és környékét már *Ducatus Romanus*-nak (Római Hercegségnek) hív-

ám az visszautasítja ezt, és zsinatot hívva össze, elítéli e gyakorlatot.

Ekkor megromlik a viszony a két hatalom, Róma és Bizánc között, és a pápaságnak – amelyet amúgy is zavart, hogy az újonnan megválasztott pápák személyét addig a ravennai exarchának és a konstantinápolyi patriarchának is jóvá kellett hagynia – lassan új pártfogó után kell néznie.

751 – A lombardok megölik az utolsó ravennai exarchát, és ezzel megszűnik a bizánciak által fenntartott exarchátus.

756 – A királyuk, Aistulf² vezette lombardok Rómát ostromolják. II. István³ római püspök segélykérő levelet ír Kis Pipin (714-768) frank királynak, aki ekkor átkel seregeivel az Alpokon, és a lombardokat meghátrálásra kényszeríti. II. István igényt támaszt a ravennai exarchátus lombardoktól visszafoglalt területeire, melyeket Pipin, a visszanyert Római Hercegséggel együtt, átad neki.

Ezáltal jön létre a pápai állam, miközben a frank segítség révén a római püspök kikerül a bizánci császárság befolyása alól.

772 – Desiderius lombard király seregei újból Rómára támadnak. I. Adorján (vagy Hadri-

² Aistulf lombard (longobárd) király: uralkodott 749-től haláláig, 756-ig.

³ Az Orsini családból származó pápáról van szó (714-757). III. Istvánnak is nevezik, mivel elődje ugyancsak II. Istvánként szerepel, habár őt nem választották hivatalosan pápává (752 márciusában halt meg, és csupán élete utolsó négy napjában uralkodott).



I. Adorján pápa fogadja Nagy Károly frank királyt.
Illusztráció Antoine Verard (1450-1512) könyvében.

545 – Jusztiniánusz kelet-római császár „Róma szent apostoli székét” a konstantinápolyi érsek széke felettinek ismeri el. Ez érthető is, mivel az általa visszaszerezni óhajtott Itáliai-félszigeten Róma püspöke a fő szövetségese.

584 – Maurikiosz bizánci (kelet-római) császár, az Itáliai félsziget feletti ellenőrzését megerősítendő, megalapítja a ravennai exarchátust, melynek területe az idők folyamán változó lesz. Az exar-

chát, mely felett Róma püspöke uralkodik. A rákövetkező években Liutprand longobárd király további városokat is ajándékozik a pápaságnak.

717-741 – III. Leó bizánci császár uralma (született:685). 726-ban zsinatot hív össze, és a bizánci belső, egyházi ellenzéken felülkerekedve, rendeletet ad ki a képek (ikonok) megsemmisítésére. 731-ben felszólítja III. Gergely pápát (pápaság: 731-741 között) is a képrombolásra,

anus: 712-795, pápaság 772-től) pápa ekkor Kis Pipin fiától, Nagy Károly (742-814, uralom 768-tól) frank királytól kér segítséget. Az a frank seregek élén 773-ban betör Itáliába, legyőzi a lombardokat, és 774-ben Paviában lombard királlyá koronázzák. Ekként Nagy Károly egész Itália urává válik, és uralma során további területeket adományoz a pápai államnak.

800 – III. Leó pápa Nagy Károlyt római császárrá koronázza. Ugyanakkor a pápa és a pápai területeken élő nép hűséggel tartozott, azaz alávetettje volt a császárnak.

843 – A verdun-i szerződés értelmében a Frank Birodalom három részre szakadva, felbomlik. A pápai állam területei is feldarabolódnak, számos kézbe kerülve, úgy mint pl. a megerősödött ravennai érsekebe.

875 – VIII. János pápa római császárrá koronázza II. (Kopasz) Károly nyugati frank királyt (823-877, királyi uralom 840-től). Ez pedig, a maga során lemond a pápai állam feletti joghatóságról.

További események

904-964: Ezen idő alatt összesen tizenkét pápa uralkodik. A pápák ekkorra már a gazdag, befolyásos családok intrikái nyomán kerülnek a trónra: a nők uralmának is nevezik e periódust, mivel eme arisztokrata családok nőtagjai juttatják szeretőiket, barátait, családtagjaikat a pozícióba.



XII. János pápa római császárrá koronázza I. Ottó német királyt. (Diebold Lauber 1450 körül készült illusztrációja).

962 – XII. János római császárrá koronázza Nagy Ottó (912-973, királyi uralom 936-tól) német királyt, ő pedig cserében megerősíti annak hatalmát és birtokait (Privilegium Ottonianum), sőt növeli is a Kis Pipin és Nagy Károly adományozta területeket.

1039-1056: III. Henrik (született 1017-ben) német római császár uralma. Henriket, számos háborúja mellett aggasztotta az egyház sorsa, beleértve a szimónia – az egyházi funkciók megvásárlásának – bűnét, és behatolva Itáliába, 1046-ban három, nem megfelelő élet-

vitelű pápát is eltávolít (IX. Benedeket, III. Szilvesztert és VI. Gergelyt). Ezután saját pártfogoltját, II. Kelemt juttatja a pápai székbe, majd ennek halála után II. Damázt, s ezután IX. Leót. Az elvilágiasodott, időközben birtokai nagy részét elveszített pápai intézmény ezennel teljesen a császári hatalom fennhatósága alá kerül.

1054 – Dogmatikai (hitvallási) különbségek és hatalmi harcok miatt bekövetkezik a nagy egyházszakadás Róma és Bizánc között: e pillanattól kezdve a kereszténység-

gen belül két felekezet létezik – a római katolikus, és a görög-keleti.

VII. Gergely pápasága

1073-1085 között uralkodik (született kb. 1020-ban, az itáliai Toscana tartományban). Őt tartják minden idők legfontosabb pápájának.

1075-ben Gergely felfüggeszt több, szimóniával vádolt német püspököt, és megtiltja a világi *invesztitúrát* (azaz, hogy a világi hatalmasság – király vagy császár – nevezhessen ki püspököket).

E lépésekre válaszul, III. Henrik fia, az 1050-ben született IV. Henrik, Worms-ban zsinatot hív össze, és letétettnek nyilvánítja VII. Gergelyt. Ekkor Gergely felfüggeszti a Henrik-párti német főpapokat, kiközösíti Henriket az egyházból, és alattvalóit felmenti a királyuknak tett hűségkü alól.

Ez rendkívül nehéz helyzetbe hozza az amúgy is számos ellenséggel rendelkező ifjú királyt, akit ekkor a német fejedelmek trónfosztottnak nyilvánítanak, hacsak egy éven belül nem nyer feloldozást a pápától. Mindezek miatt a kiátkozott Henrik 1077 januárjában kénytelen elmenni az észak-itáliai Canossa várában tartózkodó pápához, és három napig a kapu előtt várakozni, fedetlen fővel. Végül Gergely – befolyásos személyek sürgetésének is engedve – megbocsát Henriknek.

További zűrzavaros időszakot követően 1080-ban Gergely másodszor is kiátkozza Henriket. Ez azonnal összehívja a német klérust, kimondatja VII. Gergely pápa trónfosztását, és ellenpápát állítat fel, III. Kelemen személyében. Négy év múlva sikerül Henriknek bevennie Rómát is, az *Angyalvár*⁴ kivételével, ahol Ger-

gely kitart. Henrik felkéri Gergelyt, vonja vissza a kiátkozását, és ismerje el császárnak, és akkor ő is meghagyja pápának. De Gergely ebbe nem megy bele, így hát Kelemen Rómában pápává szentelik, majd az a maga során sietve német-római császárrá koronázza Henriket, mivel már menekülniük kell Gergely pápa szövetségesei, a normannok és a toszkánaiak elől...

De Róma népe ezentúl már nem nézi jó szemmel Gergely pápát, aki az ellenségnek tekintett normanokkal szövetkezett. Számos ellensége miatt, csalódottan és elhagyatva Salerno Rómát átszelő Tiberisz (olaszul: Tevere) folyó partján álló vár eredetileg Hadriánusz római császár i.sz. 139-ben befejezett síremléke (mauzóleuma) volt. A későbbi századokban erőddé alakították. III. Miklós pápa a XIII. században titkos alagúttal kötötte a Vatikánhoz. Veszély esetén ez az erőd jelentette a pápák menedékhelyét. Mára, Róma egyik látványosságaként, múzeummá alakították.

⁴ Angyalvár – Castel Sant'Angelo: A



Canossa várának romjai ma



A Tiberis partján álló Angyalvár Rómában. A háttérben a Szent Péter bazilika (Rudolf Wiegmann festménye, 1834-ből).

várába vonul vissza, és egy évre rá itt éri a halál.

Gergely, a Henrikkel való konfliktusán túl, egész Európában küzdött egyrészt az egyházi hivatalok tisztaságáért, azaz a szimóniával és bujasággal vádolt papi személyek eltávolításáért, másrészt kiállt amellett is, hogy az egyház az állammal szemben elsőbbséget képviseljen – ugyanakkor az érsekek, bíborosok, püspökök nem a helyi uralkodónak, hanem elsősorban a pápának legyenek alávetve. Egy másik nagy probléma a papi cölibátus, azaz nőtlenség kérdése volt. Egy, az 1074-es lenteni reformzsinat után kibocsátott körlevélben felszólította a híveket, közösiítsék ki a házasságban élő papokat, egy évre rá pedig

megvonta ezen klérustagok egyházi jövedelmeit is.

Nézeteit szívósan próbálta meg országoként érvényesíteni, és számos ellenséget szerzett, mind a világi kormányzatok, mind a klérus körében.

Az ezutáni, XII-XIII. század jelenti azt a periódust, amikor a pápaság teljhatalomra jut, és a katolikus vallást tartja az egyedüli legitimnek (törvényesnek), és az üdvösség kizárólagos birtokosának.

Az *Extra Ecclesiam nulla salus* (Az Egyházon kívül nincs üdvösség – latinul) elvét kezdetől számos egyházatya vallotta (Ireneusz, Origenész, Jeromos, Ágoston, stb.), majd ezt az idők folyamán csak a katolikus egyházra kezdték el értelmezni.

Íme hogyan ír erről Ruspei Szent Fulgentiusz (465-533):

„Legszilárdabban hidd és sose kételkedj, hogy nemcsak a pogányok, hanem az összes zsidó, az összes eretnek és az összes szakadár, akik életüket az Egyházon kívül fejezik be, az örök tűzre fognak kerülni, melyet az ördögnek és angyalainak készítettek.” (*Enchiridion Patristicum*)

E tényt jól kifejezi VIII. Bonifác pápa (1235-1303, pápaság: 1295-től) 1302-ben kiadott *Unam Sanctam* kezdetű bullája is, melynek zárszavai szerint:

„Végezetül kijelentjük, állítjuk és kihirdetjük: mindenképpen szükséges az üdvözüléshez minden emberi teremtmény számára, hogy alárendeltje legyen a Római Pápának.”

Megjegyzés

Ki üdvözl téhat?

Íme a Szentírás bizonyágtétele:

Hit és keresztség:

„Aki hisz és megkeresztelkedik, üdvözl...”
(Márk 16:16)

Újjászületés:

„Ha valaki nem születik víztől és Lélektől, nem mehet be az Isten országába.” (János 3:5)

Istennek való engedelmesség:

„Nem minden, aki azt mondja nekem: Uram! Uram! megyen be a mennyek országába, hanem aki cselekszi az én mennyei Atyám akaratát.”
(Máté 7:21)

Isteni szeretet:

„Ez az én parancsolatom, hogy szeressétek egymást, amint én szerettelek titeket.” (János 15:12)

Isten parancsolatainak megtartása:

„Itt van a szenteknek békességes túrése, akik megtartják az Isten parancsolatait, és a Jézus hitét!” (Jelenések 14:12)

Krisztusban maradás és az Övéhez hasonló élet:

„Maradjatok én bennem, és én is tibennetek (...) Aki én bennem marad, az terem sok gyümölcsöt: mert nálam nélkül semmit sem cselekedhettek.” (János 15:4-5)

„Aki azt mondja, hogy Őbenne marad, annak úgy kell járnia, amint Ő járt.” (1 János 2:6)

A keresztes háborúk

E hadjáratok főleg 1096-1272 között zajlottak le, habár vannak úgynevezett „későiek” is, mint pl. a husziták elleni (a XV. században), vagy a valdensek elleni (a XV-XVII. században).

Krisztus Urunk a Hegyi beszédben és egész életében a megbékélés és megbocsátás üzenetét hirdette. Követőinek azt

tanította, hogy ne szálljanak szembe a gonosszal, és ha arcul ütik őket, tartsák oda a másik arcfelüket is (lásd: Máté 5:39).

„Én pedig azt mondom nektek: Szeressétek ellenségeiteket, áldjátok azokat, akik titeket átkoznak, jót tegyetek azokkal, akik titeket gyűlölnek, és imádkozzatok azokért, akik háborgatnak és kergetnek titeket, hogy

legyetek mennyei Atyátoknak fiai (...) Mert ha (csak) azokat szeretitek, akik titeket szeretnek, micsoda jutalmát veszitek?”
(Máté 5:44-46)

Hogyan kerülhetek hát oda Krisztus állítólagos követői, több mint ezer év múltán, hogy a Krisztus szeretete helyett éppen szerető Urunk nevében öljenek, pusztítsanak és műveljenek egyéb, szégyenletes dolgokat?

*

Az 1295-ben zajlott clermont-i zsinat végén, II. Orbán pápa elmondta, hogy Jeruzsálem a szeldzsuk törökök fennhatósága alá került, és felszólította az egybegyűlteket meg a nyugati kereszténységet arra, hogy siessenek keleti testvéreik megsegítésére. A harcban elesettek számára bűneik feloldozását ígerte. Az indulás napjának a következő év augusztus 15-ét jelölte ki.

A lelkesedés hatalmas volt. Már abban az évben több gyülelész, „nem hivatalos” sereg is elindult, és mind Magyarországon próbáltak átkelni, több-kevesebb zavargással. Nincstelen Walter és Remete Péter seregeinek sikerült is bizánci hajók segítségével eljutni a szeldzsukok birta területekre, akik azonban rájuk támadva, megsemmisítették őket. Ugyanakkor Remete Péter megmenekült, s néhány hívével visszajutott Konstantinápolyba, majd a fősereghez csatlakozott.

Volkmar rablólovag, majd Gottschalk pap, és végül Emich von Leiningen gróf seregei



Könyves Kálmán királyunk
(1074-1116, uralkodott: 1095-től).

Illusztráció a Thuróczy-krónikából (1488).

azonban már Magyarországon fosztogatni, mészárolni kezdtek, várakat, falvakat rohanva le. Ezek ellen Könyves Kálmán király vonult ki, és serege meg a nép segítségével szétverte őket.

A kitűzött időpontban végül elindult a nyugati lovagok (Boullion-i Gottfried, ennek öccse, Balduin, Tarantó-i Bohemund, Toulouse-i Raymund, stb.) által vezetett had. A fősereg Magyarországon haladt kereszt-

tül, rendbontás nélkül, a Duna vonalán. Bizáncnál nézeteltérés alakult ki a császárral, és egy részük megtámadta a várost. Legyőzettek, és így kiegyezve III. Aleksziosszal, továbbvonultak. Több csata, ostrom következett, míg végül 1099 július 15-én elfoglalták Jeruzsálemet. Nagy mészárlást rendeztek a muszlim és zsidó lakosság körében, majd köszönetet mondtak a Szent Sírnál. Mielőtt többségük hazatért volna, Bouillon Gottfried-et tették meg uralkodónak, akit rá két évre bekövetkező halála után testvére, Balduin követett. De ekkorra már megbomlott a keresztesek egysége, és a Közel-Keleten több keresztes királyság keletkezett.

Összesen nyolc nagy keresztes hadjáratról tudunk 1272-ig, és számos kisebbről, ugyanakkor a már említett *későiekről* is. 1204-ben például a nyugati keresztesek Bizáncot vették be, és végeztek ott borzalmas, a keleti



A keresztes sereg 1099 július 15-én, öt heti ostromot követően beveszi a Fatimida uralom alatt levő Jeruzsálemet. Az öldöklések és rémtettek tíz napon át tartanak: muzulmánok és zsidók, gyerekek és idősek, nők és férfiak esnek a keresztesek áldozatul – több tízezer ember, azaz a lakosság túlnyomó része kiirtatik.

kereszténységet, és az egész világot megbotránkoztató pusztítást, végleg megpecsételve a két egyházrész közötti szakadást.

A katharok elleni keresztes hadjárat

1209-1229 között zajlott a III. Incze pápa által meghirdetett, a dél-franciaországi katharok⁵ elleni keresztes háború, Simon de Montfort vezetésével. Az emberek vonzotta az, hogy a közelben folyó hadjárat által is hozzá lehet jutni a bűnbocsánathoz, és persze, a jutalmul megtartható, elkobzott földi javakhoz.

A háború ugyanis végül nem csak a kathar eretnekek ellen

⁵ A katharok vagy albigensek gnosztikus eredetű szekta tagjai voltak. Megkülönböztették az Ószövetség rossz Istenét az Újszövetség jó Istenétől. Az anyagi világot rossznak tartották. Az anyagtalan mennybe a lélek juthat el, egy igaz, anyagi ént megtagadó élet által. Amíg ez nem sikerül, a lélek újból és újból itt reinkarnálódik (a buddhizmushoz hasonló tanítás).

írányult, hanem az őket megtűrő városok, helységek, nemesurak ellen is. A hadjárat húsz éven át folytatódott, és politikai szempontként az addig független déli területeknek a francia koronához való csatolása is szerepet játszott.

Számos helyen a katolikus lakosság valóban nem akarta kiszolgáltatni a katharokat, mivel a züllött papsághoz viszonyítva az ők tiszta életük példaértékű volt. Így az eretnekek pártolása ürügyén a keresztesek a katolikusok körében is hatalmas mészárlásokat rendeztek, az elkobzott javakat és birtokokat pedig elosztották egymás között. Kb. kétszáz ezer és egymillió közöttire teszik ma e hadjárat áldozatainak számát.

A katharok valóban téves tanításokat hirdettek, ám emiatt Krisztus valódi követőinek senkit sem lenne joguk megölni. A háború 1229-ben ért véget, amikor VII. Raymund, Tou-



A közel-keleti királyságok 1135-ben.

louse grófja és Provence márkija hűbéreseként ismerte el a francia királyt.

Az 1229-beli toulouse-i zsinat megtiltotta a helyi nyelvű Biblia birtoklását – csupán két-három latin nyelvű, egyházi könyvet engedélyeztek.

Az eretnekek felkutatása és a csatározások még tovább is folytak – pl. 1244-ben volt az utolsó jelentősebb ostrom, a Montségur váráé.

Az Inkvizíció

A latin *inquisitio* szó *vizsgálatot* jelent. Az Inkvizíció az eretnekek felkutatására és megbüntetésére létrehozott intézmény volt. A hivatalos egyház véleményével nem egyezők megbüntetése – száműzetés, börtön, kivégzés – már a IV. század végén megkezdődött, és a századokon át folytatódott. Ugyanakkor, erőteljesebb, szervezettebb

formát a XIII. században öltött, például, a dél-franciaországi Languedocban, ahol a katharokat kellett kiirtani a már említett keresztes háborúk idején, s ott egészen 1240-ig működött.

Más vélemények szerint III. Sándor pápa az, aki már 1063-ban, a tours-i zsinaton bevezeti az Inkvizíciót.

Az 1215-beli negyedik lateráni zsinaton született meg a döntés, miszerint az eretnekeket ki kell közönsíteni, minden

vagyonukat el kell kobozni, és át kell adni őket a világi hatóságoknak.

A leghírhedtebbé a spanyol inkvizíció vált: ez Aragóniai Ferdinánd és Kasztíliai Izabella király-házaspár kezdeményezésére, és IV. Szixtusz pápa jóváhagyásával 1478-ban alakult meg, és Európában a legkésebb, 1834-ben ért véget. Leg-



Tomás de Torquemada spanyol főinkvizítor.

jelentősebb inkvizítora Tomás de Torquemada (1420-1498), Kasztíliai Izabella királynő házi gyóntatója volt.

A spanyol inkvizíció eredetileg főleg áttért zsidókat, s ugyanígy, muzulmánokat is üldözött – arra gyanakodva, hogy titokban tovább tartják eredeti vallásukat.

A katolikus inkvizíció a középkortól elkezdve, a századok folyamán rengeteg ember megkínzásáért, minden fajta szenvedéséért és haláláért felelős Európában és a gyarmatokon.

Következtetés

A középkor IX-XIII. századait a római pápaság hatalmának megerősödése jellemezte. Az emberek nagy tömegei nyomorban és írástudatlanságban tengődtek, miközben nagyon gyakoriak voltak a háborúk és a járványok. A XI. századra Európa népei mind – legalábbis névlegesen – kereszténnyé váltak, ugyanakkor bekövetkezett a *szkizma*, azaz szakadás is a kelet és a nyugat között.

Az egyház és állam, főleg a pápák és a német-római császárok viszonyát az *investitúra harc* árnyalta be: azaz, kinek van joga az egyházi vezetőket beiktatni: a világi, avagy az egyházi főnek?

Másrészt, az írástudatlan tömegektől el lettek zárva a Szentírás szavai. A katolikus egyház megőrizte a Római Birodalom latin nyelvét, de a latin misét – a kisszámú tanult személyn kívül – már nem értették a kereszténységre áttért népek.

Ugyanakkor a hatalomért, világi befolyásért és vagyonért folyó harc, s ugyanígy az úgy-



A spanyol inkvizíció egyik kínkamrája.

nevezett eretnekek elleni küzdelem egyre erőszakosabb jellegűt.

Eretnekségnek lehetett ki mondva a Bibliától valóban eltérő, pogány tanítás, mint pl. a gnoszticizmus maradványai, vagy akár az arianizmus, de gyakran csak az egyházi klérus fennhatóságának, vagy Mária és a szentek imádásának tagadása, avagy a Biblia egészének vagy részének birtoklása lett bűnnek nyilvánítva.

Másrészt, az eltérő hitűekkel – muzulmánokkal, zsidókkal, vagy akár a keleti keresztényekkel – szembeni bánásmód egyáltalán nem tükrözte az egyház kezdeti, apostoli időkben tanított, krisztusi szeretetét.

Az egyházon belüli reformtörekvések – melyek főleg a klérus megtisztítására és az egyház állammal szembeni függetlenségére törekedtek –

nem hozták meg a kívánt hatást, hiszen egyrészt az emberekkel nem ismertették meg az igazi, személyes megtérés fogalmát, másrészt az evangélium tiszta tanításától elszakadt egyháznak, hatalma fenntartása és megerősítése érdekében, állandóan szükség volt a világi kar, azaz a kard erejére, sőt, a pápaság gyakorlatilag a világi hatalmat is igyekezett maga alá gyűrti, megpróbálva a császárok és királyok felett is uralkodni.

A Szentírás ismeretének hiánya és az általános tudatlanság, a pénzért és különböző (sokszor, a keresztesháborúk öldökléseihez hasonló, gonosz) cselekedetekért kínált bűnbocsánat, a számos tévtanítás – úgy mint a holt szentek tisztelete és

az azokhoz való ima, az ereklyék imádása, stb. –, az elnyomás, a klérus és a nemesség zülöttsége és pénzéhsége – s a mindezekből eredő, állandósuló nyomor és szenvedés miatt méltán nevezhető ez az időszak sötét középkornak.

Azonban mindeme sötétség egy valódi reform, és mennyből jövő világosság szükségességét hordozta magában. Ekként, a XIV. és XV. század a XVI. századi nagy Reformáció előfutárai, avagy az előreformáció századai voltak. Ezeket fogjuk áttekinteni sorozatunk következő részében.

Addig is minden kedves olvasónak Isten áldását, és Hozzá való hűséget kívánunk, az Ő ereje által. Ámen.

Jancsó Erik,
Szászfeles



A Szent Magdolna templom a dél-franciaországi Béziers-ben: 1209-ben 7.000 katar és katolikus lakost mészároltak itt le a keresztesek.



A keresztesek beveszik Bejrútot (1197). Alexandre Jean Baptiste Hesse festménye, 1842-ből.

Függelék

Részletek az *Unam Sanctam...* kezdetű bullából

„Őszentsége, Isten szolgáinak szolgája, VIII. Bonifác pápa *Unam Sanctam* kezdetű bullája

„A hit által sürgetve kötelesek vagyunk hinni és vallani, hogy az Egyház egy, szent, katolikus és apostoli is. (...) Ezért az egy és egyetlen Egyháznak csak egy teste és egy feje van, nem pedig két feje, mint egy szörnynek; ez pedig Krisztus, és Krisztus helyettese, Péter, illetve Péter utódai (...)

Az evangélium szövegei tudomásunkra adják, hogy ebben az Egyházban és annak hatalmában két kard van, nevezetesen a lelki és a földi. (...) Mindkettő tehát, az Egyház hatalmában van, vagyis a lelki és az evilági kard, de míg az elsőt az Egyházért, a másodikat az Egyház által kell használni. Az elsőt a papok keze által, a másodi-

kat a királyok és katonák keze által, de a papok akarata és engedélye szerint.

Akárhogy is, az egyik kardot alá kell vetni a másiknak, az evilági tekintélyt a lelki hatalomnak. (...) Ennélfogva fel kell ismernünk, hogy a lelki hatalom méltóságban és nemességben felülmúl bármilyen világi hatalmat, ahogy a lelki dolgok felülmúlják a világi dolgokat. (...)

Továbbá kijelentjük, kihirdetjük és definiáljuk, hogy az üdvösséghez teljességgel szükséges, hogy minden emberi teremtmény alávesse magát a Római Pápának.

Kelt: Rómában, Szent Péternél, 1302 november 18-án.

VIII. Bonifác Pápa.”

A teljes magyar nyelvű szöveget lásd itt: [www.katolikus-honlap.hu/Unam Sanctam](http://www.katolikus-honlap.hu/Unam_Sanctam)

Pontosítás

1). A január-februári, 33-34-es lapszám 54. oldalán, A *barátság ára* című cikk utolsó bekezdésében a következőt olvashattuk:

„... Kirkojan már jól van. Elhagyta e szenvedéssel telt világot, hogy majd azon a dicső napon hű Megváltója oldalán lépjen be (...) a menyyei hazába.”

Jól van – azaz már nem szenved. Elhagyta e világot – vagyis a

sírban pihen a Krisztus második eljövetelkor bekövetkező feltámadásig. (Lásd: 1 Thesszalónika 4:16-17, 1 Korintus 15:52-54)

A Biblia szerint a halálban nincs tudatos, testen kívüli lét, s így a halottak nem tartózkodnak Isten közelében, dicsérve Őt,

ugyanakkor figyelve, vagy akár segítve minket.

„... a halottak semmit sem tudnak (...) többé semmi részök nincs semmi dologban, mely a nap alatt történik. (...) semmi cselekedet, okoskodás, tudomány és bölcsesség nincs a

Seolban, ahova menendő vagy.” (Prédikátor 9:7-8,12)

„Nem a megholtak dicsérik az Urat, sem nem azok akik alászállanak a csendességbe.” (Zsoltár 115:17)

2). Ugyancsak az említett lapszámban, a 34-37 oldalon

közöltük az *Afrikában, hol éjjel a vadak* című verset.

E vers ihletője számomra József Attila (1905-1937): *Indiában, hol éjjel a vadak* (1935) című verse volt.

Az alábbiakban e művet szeretnénk közölni.

József Attila

Indiában, hol éjjel a vadak...

Indiában, hol éjjel a vadak
zöld szeme cikkan át a dzsungelen, –
mikor dédapa is kicsi volt még,
élt egy nagy fejedelem.

Parancsot adott, büszkét, szigorút:
„Fogjon mindenki szerszámot! Oda,
hol a lombzenére táncot lejt a hold,
épüljön hétszáz ékes palota!”

Hétszáz ékes palota közé
kincstárat vasból rakatott
s a napot akarta ráveretni,
mint óriás, tüzes lakatot.

Hiába szörnyedt el a nép
s kérlelték vének és papok:

„Ami égi, ne hozd a földre!”
A kapu pántja kérte a napot.

Feszült létra a felhő szélihez.
Megbillent az; a létra leszakadt.
Fogtak sasokat könnyű szekérbe.
A hámot szétszedték dalos madarak.

S míg sürgött irtózva, serénykedett
a dolgos népek megdőbbent zöme,
kisült a vetés, kigyúlt a város;
kicsordult a nap lángos özöne.

Mint a zuhatag, hullt alá a tűz.
Állva száradt el a fejedelem.
S a hétszáz palota helyét elfoglalta
az őserdő egy hűvös éjjelen.



A Tádzs Mahal az észak-indiai Agra városában. Sáh Dzsahán mogul uralkodó által, gyermekszülésben elhunyt, szeretett felesége, Mumtáz nyugvóhelyeül, 1631-ben fehér márványból építtetett muszlim mauzóleum.

Sola Scriptura levelező Bibliaiskola

Kedves Olvasók! Szeretettel felajánljuk ingyenes, a teljes Szentírást átfogó, két éves levelező tanfolyamunkat. Feliratkozni lehet a 0741 059 177 telefonszámon – László Jenőnél. Postacím: *Sola Scriptura Bibliaiskola*, str. Cuza Vodă nr 12, Cluj-Napoca. E-mail: cluj@solascriptura.ro

Hirdetések

❖ Eladó András háza mellett (Rădaia) két, összeérő, 3.600 és 2.500 m²-es, ugyanakkor Mérában egy 3.500 m²-es földterület. Mindhárom telekelve van. Telefonszám: 0771 545 924.

❖ Kedves Kalotaszegiek! Néprajzi gyűjteményembe vásárolnék népviseletet, régi kerámiát, tányérokat, kancsókat, régi kályhát, kályhacsempéket, régi festett bútort, festett ládát, régi textíliát, és egyéb néprajzi tárgyakat, melyektől Önök hajlandók megválni. Várom hívásaikat: István 0745 397 133.

Kedves Kalotaszegiek! Szeretettel várom Önöket kolozsvári, Hajnal negyedi rendelőmben bármilyen fogászati problémával. Cím: Str. Observatorului nr 7, földszint (a Tordai út előtti utolsó buszmegálló mellett).

Dr. Filep Zsuzsa, fogorvos. Programálás: a 0743 782 773-as telefonszámon.



A bánffyújvárosi római-katolikus templom előtti feszület.

Kedves Olvasók!

A 2019 május – 2020 április időszakra a *Kalotaszeg Reménye* havilap minimális előállítási költsége **25 lej**, melyet lapterjesztőinknek lehet átnyújtani. Köszönjük hogy eddig is velünk tartottak, és az Úr áldását kívánjuk mindenki számára.

Kalotaszeg: Nádasmente: Kisbács, Szucság, Méra, Vista, Türe, Mákó, Bogártelke, Daróc, Inaktelke, Egeres-Gyártelep, Egeres-falu, Jegénye. *Peremvidék:* Kajántó és Györgyfalva. *Havasalja és környéke:* Szászfenes, Magyarlóna, Magyarfenes, Tordaszentlászló, Léta, Gyalu, Magyarkapus, Kiskapus, Gyerővásárhely. *Felszeg:* Gyerőmonostor, Körösfő, Sárvásár, Nyárszó, Bánffyújváros, Kalotadámos, Jákótelke, Magyarvalkó, Kalotaszentkirály, Magyarókerke. *Alsó (Almás vidéke):* Kettesd, Bikal, Zsobok, Sztána, Farnas, Kispetri, Nagypetri, Váralmás, Bábon, Középlak, Zsombor.

Kalotaszeg Reménye

Szerkesztő: **Jancsó Erik**

Tel: **0749 021 935**

E-mail:

kalotaszegremeny@gmail.com

Minden eddigi lapszám elolvasható és ingyenesen letölthető a

www.kalotaszegremeny.ro honlapról.

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

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

ISSN/ISSN-L: 2501-3041

Készült: a *Viață și Sănătate* 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.