



Kalotaszeg Reménye

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

16. szám, 2017. július

Keresztény szellemiségű havilap



Egeres falunak a 15. században épült református temploma

Egészségünk:

Szájhigiéniai alapismeretek

Mi a fogak szerepe?

A fogak elsődleges szerepe a táplálkozásban keresendő. A metszőfogakkal lemetsszük a táplálékot, az őrőfogakkal pedig megrágjuk. Az étel alapos megrágása és a nyállal való összekeverése könnyebbé teszi a gyomor-

ban történő emésztést. Hiányos fogazat esetében nem vagyunk képesek megfelelően megrágni az ételt, így megterheljük a gyomrunkat, aminek következtében azután különböző gyomorrendszeri betegségek alakulhatnak ki.

A fogak esztétikai szerepe sem elhanyagolható. A kellemes és szép mosolyhoz elengedhetetlen az ápolt, egészséges fogazat. Ez növeli az önbizalmat, valamint megkönnyíti a társadalomba való

beilleszkedést is. Mindemellett az esztétikus mosoly pozitív benyomást kelt viselőjéről.

(folytatás a 8. oldalon)





Igemorzsák

Mennyi az értékünk?

„Ne félj, mert megváltottalak,
neveden szólítottalak, enyém vagy!
Ha vizen kelsz át, én veled vagyok,
és ha folyókon, azok nem sodor-
nak el. Ha tűzben jársz, nem per-
zselődsz meg, és láng nem éget
meg. (...) Mivel drágának tartalak,
és becsesnek, mivel szeretlek, azért
embereket adok helyetted, élete-
dért nemzeteket.” (Ésajas 43:1,2,4
– Az Új Prot. Ford. szerint)

Mindenkinek jöhetnek olyan pillanatok az életében, amikor értéktelennek tartja magát.

Ha pl. elveszítjük munkahelyünket, ha észrevesszük hogy öregszünk, gyengülünk, csúnyulunk, és lassan barátaink is elfelejtenek, ha házastársunknak vagy gyermekeinknek már egyre kevesebb türelmük és idejük van ránk... ha úgy érezzük, nem felelünk meg e modern világ követelményeinek, és az erősebbek, életrevalóbbak és okosabbak vidáman elvitorláznak mellettünk...

Ha visszatekintünk életünkre, és úgy érezzük, valójában sosem voltunk igazán boldogok, és a jövő szürkének vagy kilátástalan-nak tűnik... akkor a legjobb esélyünk van arra, hogy a csüggedés mindent megfojtó mocsarába süllyedjünk.

Tovább folytatva: mit is mondhatnának erre azok, akik mindig is szegényebb sorban, különösebb képességek nélkül, szinte észrevétlenül töltötték el eddigi



életüket? Hát még aki mindig is magányos volt, és talán csak álmodozott valakiről, aki szeretni fogja, de soha sem jött össze semmi?

Hát akik velük született, akár szerzett testi, vagy szellemi fogyatékoságban szenvednek? Akik különböző szerencsétlenségek folytán, önhibájukból vagy azon kívül, elveszítették lakásukat, hírnevüket, vagy szabadságukat...? Akiket jóvá már nem tehető hibás lépések miatt mardos a bűntudat? Akiket otthagyt az, akit legjobban szerettek? Akik betegen, egyedül, ágynak esve várják napjaik közelgő végét?

Tartalom

Kalotaszeg Reménye

16. szám, 2017. július

Égészségünk	1
Igemorzsák.....	2
Könyvajánló	7
Imasarak.....	13
Félek! Fogorvos.....	14
Szó-kincs	16
Tudtad-e?	20
A hónap receptje	25
Bibliai eredetű magyar nevek – és ezek üzenete	26
Nyerő kérdés	28



Bogártelki régi ház

És még sokáig sorolhatnánk.

Mai Igénk ezen állapotra nyújt gyógyszert. Az Ésajás által leírt szavak nem csak az ókori Izrael-re vonatkoznak, kinek Isten szabadulást ígér mindenféle nehéz helyzetből, hanem minden idők megfáradt, de Istenben bízó, hozzá folyamodó por-lényeire, a drága Teremtőnk összes földi gyermekére is.

Milyen nehézséggel küzdesz ma? A Sátán talán azt súgja jó ideje füledbe, hogy már senkinek sem kellesz, és az életed értelmetlenné vált.

Ám, ha e föld Siralom-völgyét¹ tekintve, így is lenne, akkor is, nézz fel: nem akárki, hanem a Világegyetem Hatalmas Ura szeret, és tart becsesnek téged...!

Kérjük Öt, hogy villantsa fel gyenge hitszemeink előtt ennek bizonyítékait, megtisztítva elménket minden sötét és kétségbeesett gondolatától.

Kérjük, hogy bocsássa meg a Jézus Krisztus vére érdeméért rengeteg vétkünket, és rendeljen mellénk minket megértő, támogató, valódi barátokat.

És ha problémáinkra megoldás születik, avagy másképpen tapasztaljuk meg az Ő könyörülő kegyelmét, akkor ne feledjünk el mi is, a magunk során nyitott szemmel járni, és más, roskadozó embertársainknak támaszul szolgálni.

Kedves Olvasó!

Úgy érzed gyenge vagy, életerőd fogytán, és már szinte sem mire sem vagy képes?

Ne feledd, Isten mindenkinek adott legalább egy talentumot, és minden földi ember egy másoktól különböző, külön egyéniség. Gondoltál-e arra, hogy amit te



Munkanélküliek Angliában

A vadkapitalizmus önző világában az ember értéke annyi, mint egy bármikor kicserélhető vagy eldobható alkatrésze. De Isten szemében te az Ő drága, egyedi gyermeke vagy.

megtehetsz, más nem tehetné meg úgy, mint te?

Kérd hát a Mennyeik Urát, mutassa meg az igazi utadat és a te valódi értékedet! Azt, hogy lásd meg magad úgy, amilyen az Ő szerető szemében vagy!

Hogy nemsokára majd örökkön-örökké Őt szemlélhesd, az újjáteremtett Föld kimondhatatlan boldogságában. Az Ő kegyelméből, Ámen.

Most pedig tekintsünk fel: a nyári égbolton úszó szép felhők évről-évre a vándormadarak ösvényét szegélyezik. Repüljünk hát mi is velük, képzeletünk szárnyán, a messzi Afrikába!

A következőkben dr. Paul White ausztráliai orvos-misszionárius *A dzsungeldoktor állatmeséi: A dühös orrszarvú* című könyvének utolsó fejezetét szeretnénk bemutatni a kalotaszegi olvasónak. Ezen írása főleg gyerekeknek szól, de ugyanakkor a felnőttek is mély tanulságokat fedezhetnek fel benne.



Isten kapukat nyithat ott, ahol mi nem is gondolnánk.
A jegenyei katolikus templom bejárata

¹ „Átmenvén a Siralom völgyén, forrássá teszik azt: bizony áldással borítja el korai eső.” (Zsoltár 84:7)

A dzsungeldoktor állatmeséi



A tűző Nap forróságát felváltó hűvös est leszálltával, a tanzániai missziós kórház melletti buyufa alatt összegyűlteknek Daudi, dr. White színesbőrű asszisztense nyitja meg az állatok világának lebilincselő könyvét.

Üljünk mi is le velük néhány percre, elfeledve életünk ügyes-bajos dolgait!

Boko harca

Pompo mosolygott. Úgy tűnt, a mongúza is mosolyog.

– Daudi, meggyógyult a lábam... A lelkem sem mérgezett már, és mindez azért történt, mert te és ezek a barátaim itt – bólintott a buyufa alatt ülő gyerekekre – ti... – nem találta a megfelelő szót.

Daudi felvonta az egyik szemöldökét:

– Bátorítottunk?

A fiú bólintott:

– Igen, ti bátorítottatok.

– Úgy van, éppen erről szól a ma esti történetünk.

A vízililiomok között csak az orra látszott Bokónak, a vízilónak. Kellemes gondolatok jártak fejében.

„Sok hasznos dolog van bennem, ilyen az úszás és hm... a nagy lábam és... hm...”

Ebben a pillanatban jutott eszébe a kitűnő ötlet. Minden lépést céltudatosan téve, elsétált a hangyabolyhoz. Visszafordulva, a folyó mellett álló kókuszpálmafára szegezte tekintetét, és

egyenesen haladt felé, letaposva útközben tuskés nádat, magas fűvet, száraz fagallyakat, tűhegyes túskebozót, csípős csalánt és szúrós bogáncsot.

„Igaz van az elefántnak – motyogta.

– Nagy, jól használható lábam, erős lábszáram, és egy bizonyos súlyom van... hm... és vastag bőröm, ami véd. Készíték egy szilárd ösvényt egyenesen

a vízig, hogy a dzsungel apró állatai, amilyenek Jojo és Dik-Dik, biztonságos helyen ihaszanak, és odamehessenek anélkül, hogy közben megcsípi, megszúrja őket valami, beleragadnak a sárba, vagy más ilyesmi történik velük.”

Feltartott fejvel haladt végig a száz vízilóhossz ösvényen, elsímitotta az egyenetlen helyeket, a száraz gallyakat mélyen bele nyomta a sárgödrökbe, a köveket

kezdetten figyelni rá a folyóból, a mocsárból, és a dzsungelből. Nem vette észre, hogy a kígyó a



Zebramungó

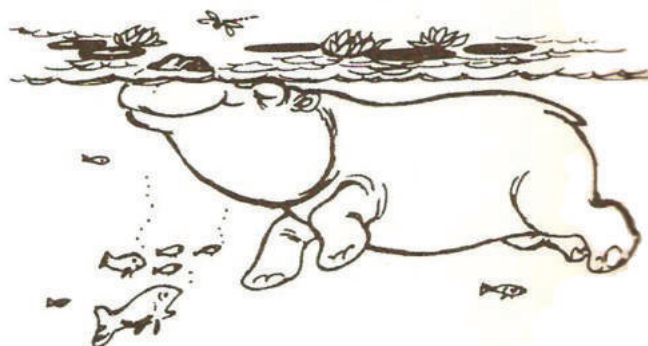
hiénával, a sakállal és a krokodillal beszél.

Vidám kis dallamot dúdolván cammogott fel és vissza. A hangyabolyon Jojo, a mongúz, Dik-Dik, az antilop, és Toto, a majom tűnődött azon, hogy mi is történik.

Tviga, a zsiráf jött arra.

– Boko szomorú volt valamelyik nap – kezdte. – Azt mondta,, nincs semmi különös amit tehetne, amivel segíthetne a dzsungelben.

Az elefánt bátorította, és elmondta azokat a rájuk jellemző dolgokat, amelyeket a vízilovak tehetnek. Úgy gondolom,



pedig elgörgette orrával az ingoványos területekre. Boldog volt. A vízilovak is tudnak valamit tenni, különleges dolgokat. Miközben jött és ment, egyre több szem

ösvényt készít számunkra, hogy lemehezzünk a folyónak arra a részére, ahol tiszta a víz.

– Jó, öreg Boko – örvendezett Toto.

Dik-Dik Tviga lábához simult, és egyetértően bólogatott.

De Jojo éberén figyelte a víziló ösvényének túlsó végét. Láta, hogy a kígyó a hiénának és a sakálnak suttog. Ha közelebb lett volna, hallhatott volna egy olyan tervet, amelyet a kígyó szeret készíteni, és amelytől a sakál vigyorgott, a hiéna pedig gúnyosan mosolygott.

Napszállatra Boko elkészítette az egyenes, szilárd, sima ösvényt. Kellemes érzés töltötte el.

„Most már a dzsungel kistermetű állatai is könnyen lemehetnek a vízhez anélkül, hogy bera-
gadnának, vagy megszúrnák őket a bokrok és egyebek.”

A lába fáj, a bőre csípett, de úgy érezte, hogy megérte a fáradtságot.

Másnap kora reggel a lábai ismét kemény munkában voltak.



Afrikai panyókás sakál

Szeme ragyogott, amikor látta, hogy az ösvény kemény és egyenes. Jó volt, és ő, a víziló készítette a saját lábával barátainak.

Egy idő múlva elhatározta, hogy rövid szünetet tart a hűvös, lágy, békés sártóban. Bezárta a szemét. A kígyó azonnal kibújt fészkéből, megvárta, míg a víziló félig elalszik, és halkan megszólalt, a víziló hangját utánözva:



Csíkos gnú

– Te senkinek sem vagy hasznára, víziló. Értéktelen vagy... értéktelen... értéktelen.

A víziló pislogott. Tágra nyitotta a szemét, de a kígyó már visszabújt fészkébe.

– Biztosan álmodtam – motyogta Boko. – Nem szeretem az ilyen álmokat.

Felnyögött, és úgy tűnt, valahol a két füle között a hang ismét hallatszik:

„Értéktelen, értéktelen.”

Boko fejét csóválta.

– Úgy tűnik, hangoosan gondolkodom ma – sóhajtott, és kivonszolta magát a sártóból. Kitaróan járkált újra fel és le az ösvényen.

A hangyaboly közelében Moo, a gnú állt elé, feltartotta az orrát, és el-lenszenvesen fújtatott:

– Ó, de balga vagy! Valóban buta állat vagy, víziló. Hihetetlenül ostoba.

Boko nem szólt semmit, hanem tovább cammogott. Tegnap vízilódalokat énekelt magának, de ma minden más volt. A következő órában a perzselő nap alatt

dolgozva hallgatta a sakál sértegetéseit, később a hiéna gúnyos nevetését, de nem figyelt rájuk. Eldöntötte magában, hogy befejezi a munkát.

– Még egyszer – mondta. A váll azonban lekonyult, szeme elveszítette ragyogását.

– Nem vagy jó senkinek. Minek próbálkozol tovább? – kérdezte a



Víziló

hang, amelyik annyira hasonlított a sajátjához.

Boko lecsüggesztette a fejét.

– Ó, jaj – hümmögte –, annyira igyekeztem, és mégis olyan nyomorultul érzem magam.



Sem a víziló, sem a kígyó nem vette észre, hogy Jojo vörösen izzó szemmel és felborzolt bundával közvetlenül nagy barátja mögött áll.

– Ó, jaj, már megint álmodok – nyögött Boko. Újra hallotta a szavakat:

– Add fel, Boko, add fel! Teljesen értéktelen vagy.

Jojo lecsapott arra a helyre, ahonnan a hang jött. A kígyó sebesen lesiklott a fészkebe.

– Ne figyelj rá, Boko! – kiáltott Jojo teljes erejéből. – A kígyó beszélt. Egyetlen szavára se hallgass!

– Ó, hm – mondta Boko fel sem tekintve –, mi értelme van az egésznek?



Pusztai bóbításantilop

Aztán vágató paták hangját hallotta. Tviga jött, és Dik-Dik, meg Toto, a zsiráf nyakán csüngve. Boko felnézett mosolygó arcukra, és kinyitotta a száját:

– Eh... hello, én... nos, látjátok... én...

A zsiráf bólintott:

– Azok a gonoszok telebeszélték a fejedet csüggedéssel.

A víziló pislogott, és azt mondta:

– Hm, az ösvény, melyet készítettem, nem jó. Ezen gondolkodtam.

– Dehogyanem jó! – mondta Jojo. – Szép ösvény. Szilárd, sima, egyenes, és a legjobb vízhez vezet, ami a közelben van.

– Hm, igen – mondta Boko –, de krokodilok vannak ott.

Jojo elnevette magát:

– De ha te előttünk még le, és beleugrasz a vízbe, akkor nincs az a krokodil, aki megállhatna egy víziló lábának és egy víziló harapásának az erejével szemben!

– Eh... igen – mondta Boko. Nyaka hirtelen kiegyenesedett, szája felfele görbült, és a víziló dalok visszatértek a fejébe.

– Nézd csak! – suttogta Jojo.

– Ott cirkál le-fel Roppantó, a krokodil, és arra vár, hogy odamenjünk, és megegyen minket.

Boko elmosolyodott:

– Lesz egy pár szavam hozzá!

Bevetette magát a vízbe, nagyra tátotta száját, és a meglepődött krokodil felé úszott, aki rémülten kilötte magát lefelé a folyón.

Felharsant Boko dübörgő nevetése:

– Eh... egy víziló harapásának az ereje... eh!

És sugárzó arccal kimászott a partra. Mindnyájan mélyet ittak a



Afrikai törpemongúz

húvös, tiszta vízből, aztán együtt indultak el az ösvényen.

– Jó öreg Boko! – tapsolt Toto.

– Köszönjük, Boko, ezt a kedves ösvényt! – mondta Dik-Dik, és körbe-körbe szaladgált nagy barátja körül.

– Igen, köszönjük szépen! – kiáltotta Jojo. – És mindnyájan nagyon örülünk, hogy a barátunk vagy.

– Nagyon jó – válaszolt a víziló mosolyogva, örülök, hogy tetszik nektek. Mindnyájan bátorítottak engem. Ez nagyon fontos. Csodálatos, hogy hasznosnak érezhetem magam.

– Boko – szólalt meg Jojo, félúton megállva a hangyabolyon, és a víziló orrát ütögetve – úgy örülök mikor a szád sarka felfele

görbül. Neked van a legnagyobb mosolyod az egész dzsungelben.

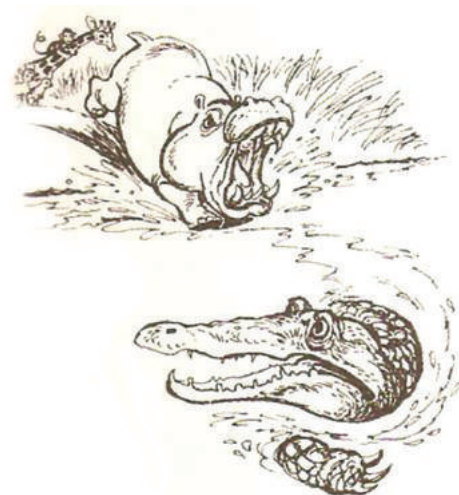
Kvikvi, a mongúz a mesemondó térdére ugrott.

– Az ellenség – mondta Daudi, miközben megsimogatta a kis állatot –, aki rosszabb, mint minden kígyó: a Sátán, az ördög mindent el fog követni, hogy elcsüggyessen benneteket. Megtölti a fejeteket kételyekkel, szíveteket boldogtalansággal. Minél jobban sikerül

neki elérni, hogy haszontalannak, értéktelennek érezzétek magatokat, annál jobban örül, és annál szomorúbbnak fogjátok érezni magatokat.

A Sátántól úgy tudunk megszabadulni, ha beszélünk Jézussal. Ezt az imádságban tesszük. És hallgassátok meg azt is, amikor Ő szól hozzátok, ha az Ő könyvét, a Bibliát olvassátok. A Biblia tele van bátorítással!

Vége



Könyv-ajánló

Kedves Kalotaszegiek!

Ha elejétől ki szeretnétek olvasni ezt a könyvet, akkor az ingyenes házhoz szállítással megrendelhető szerkesztőségünk elérhetőségein.



136 oldal ára: 8 lej

Dr. Paul White (1910-1992)

Ausztráliai születésű orvos, író és misszionárius. 1938-41 között a jelenleg Tanzánia területén

levő akkori Tanganyikai Területen szolgált a CMS¹ keretében, ahol megalapította a Mvumi Missziós Kórházat. Egész életére elkötelezte magát Afrika mellett, azonban felesége gyenge egészségi állapota miatt hamarosan vissza kellett térniök hazájukba.

De Afrika iránt érzett nagy szeretete megmaradt, és elhatározta, hogy számos egyéb tevékenysége mellett írásaival is szol-

¹ Church Missionary Society – 1799-ben, angol hívő keresztények által alapított, és azóta főleg Afrikában, Indiában, Japánban, Alaszkában, Irakban, Iránban és a világ más, tőlünk távol eső helyein munkálkodó társaság.



gálni fogja Isten ügyét. Műveinek állandó szereplője Daudi (David) Matama, a csigogó törzsbeli orvosi asszisztens, aki a missziós kórház melletti nagy buyufa alatt összegyűlt gyerekeket és felnőtteket készíti fel a legősibb, és talán legszebb módon - mesemondás által – az Isten országába való belépésre.

Műveit több, mint száz nyelvre fordították le. Munkássága nagy hatással volt a második világháború utáni évtizedek ausztráliai ifjúságának lelki ébredésére, és azóta is minden olvasóra.

A budapesti Evangéliumi Kiadónál eddig magyarul megjelent könyvei: *A buyufa alatt*, *Dzungeldoktor az oroszlánok csapásán*, *A dzsungeldoktor állatmeséi*, *Maszáj*, *Műtétek a dzsungelben* stb.



A Mvumi Missziós Kórház napjainkban



Egészségünk:

Szájhigiéniai alapismeretek

(folytatás az 1. oldalról)

A hangképzésben is fontos szerepük van a fogaknak. Elsősorban a metszőfogak fontosságát kell e téren kiemelni, amelyek a táplálék leharapása, azaz lemettszése mellett ráadásul még a hangok képzésében is hasznosak. Tehát hiányos fogazat esetén még a beszéd is megváltozik.



Az arcizmok alátámasztásában is kiemelkednek fogaink. Azoknál az egyéneknél, akik teljesen foghiányosak, egyfajta érdekes, beesett arckifejezés figyelhető meg, és sokkal idősebbnek tűnik az illető, mint valójában.

A fog mint szerv anatómiailag két részből áll: *koronából* és *gyökérből*. A korona a fognak a szájüregben szabadon elhelyezkedő zománcsal fedett része. A gyökér normális esetben a fogmederben helyezkedik el. Csak akkor láthatjuk a szájüregben, ha különböző okok miatt elsorvad a fogíny, és így szabaddá válik a gyökér.

A fog szövettani összetevői: a zománc, a dentin, a cement és a fogbél.

A zománc a fog koronáját borító védő réteg, amely a szervezet legkeményebb testszöve.

A dentin a fog legbelső, ugyancsak kemény szöve, amely a fogbélkamrát veszi körül. A fog fő tömegét ez a szövet alkotja.

A fogszuvasodás

A fogszuvasodás az embert sújtó leggyakoribb krónikus megbetegedés. Gyógyítása nagy anyagi megterhelést jelent a társadalomra nézve, még úgy is, hogy az embereknek csak kis része jár rendszeresen fogorvoshoz. Sokan sohasem – vagy csak csillapíthatatlan fájdalom esetén – keresnek fel fogorvosi szakrendelőt. A legjobb megoldás ez esetben is a betegség megelőzése jelenti.

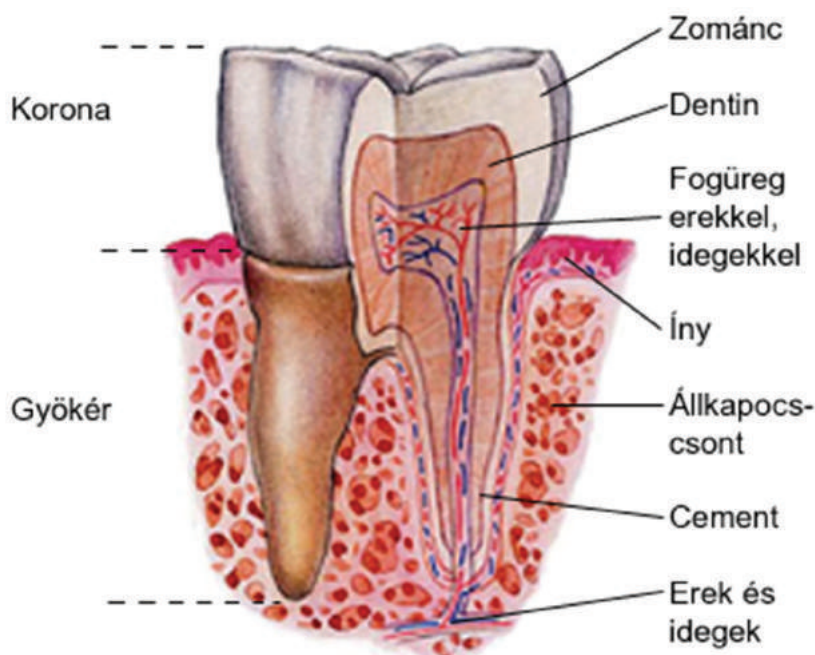
A fogszuvasodás kialakulása és oka

Kialakulásának első és legfontosabb oka a *táplálkozással*

összefüggő tényezőkben keresendő.

Étkezés után a fogainkra tapad az ételmaradék. A szánkban levő mikroorganizmusok ebből az ételmaradékból fognak táplálkozni. Ez lesz a táptalajuk. Ezek a mikroorganizmusok azonban savat termelnek az illető ételmaradékból, ami azután behatol a fog szöveteibe, és *feloldja* a zománcot. Tehát, ha túl gyakran – azaz a három főétkezés között is – eszünk, újabb szóval *nassolunk*, és az étkezések után nem is mosunk (mindig) fogat, akkor ezen mikroorganizmusok savtermelő tevékenysége intenzívebb, és így több alkalommal is éri a fogat a sav hatása.

Ennek következtében lassanként kilyukad az illető fog. Idővel annyira mély lesz a szuvasodás, hogy az idegkamrához érve hasogatni kezd, és csak ekkor roha-



nunk a fogorvoshoz, mert már kibírhatatlan a fájdalom. Nem az étel mennyisége okozza a fogszuvasodást, hanem az, hogy milyen gyakran fogyasztunk cukrokat és fehér lisztből készült termékeket (finomított szénhidrátot), amelyből, amint már említettük, a száj mikroflórája a lebontás során savat termel.

Ezért a főétkezések közti „nasolás”, az édesség- és üdítőital fogyasztása megszüntetendő. A főétkezéseket követően pedig fontos az alapos fogmosás.

Az sem mindegy, hogy milyen az ételek állaga (konzisztenciája). A tömör, rágós, tehát a fokozott rágást igénylő ételek – amellet, hogy jobban serkentik a nyáleválasztást, nem is tapadnak olyan nagyon a foghoz (ilyen pl. teljes kiőrlésű barna kenyér, a szárított gyümölcsök, az olajos magvak és csonthéjasok, mint pl. a dió). Ilyen módon a mikroorganizmusok alig jutnak táptalajhoz.

Ezzel ellentétben a tapadós, ragadós, mesterségesen édesített táplálék hosszabb időre is megtapad a fogazaton, gazdag tápanyagforrássul szolgálva a baktériumoknak. Nem igényelnek sok rágást, így a rágóizomzat működése is csökken. Ilyen tapadós ételek pl. a karamella, cukorka, törökméz, fehér kenyér, sütemények, stb. Lehetőség szerint kerüljük ezek fogyasztását! Ha mégis eszünk belőlük, akkor ne feledkezzünk meg a fogmosásról.

A kemény, rostokban dús ételek (pl. nyers zöldség és gyümölcs)



A cukros édességek helyett fogyasszunk a fogainkat tisztító és erősítő nyers gyümölcsöt és zöldséget

a fokozottabb rágással a fogak felszínét tisztítják. Ezt öntisztulásnak nevezzük, de vigyázat, mert ez a folyamat a fog bizonyos felszínén történik mindössze: mindekelőtt ott, ahol éppen rágunk. Emellett még ugyanúgy fontos a fogazat fogkefével történő tisztítása.

A rágással együtt fokozódik a nyáleválasztás, ami hígító hatású. Fogyasszunk sok nyers zöldséget és gyümölcsöt, nemcsak a fent említett ok miatt is, hanem azért is, mert A- és C- vitaminban gaz-

a megfelelő működését, valamint a fog szövetének a fejlődését.

Jó tudni, hogy a banán édeesebb, jobban tapad a foghoz, mint pl. az alma. A banán szuvasodást okozó hatása erősebb tehát az almáénál. Hasznos tehát ezen gyümölcs fogyasztása után azonnal fogat mosunk. Ha azonban almát eszünk, ne mosunk azonnal fogat utána, mert a sav által felmart zománcot megsértjük, és érzékenyvé válik a fogunk. Tehát almaevés után várjunk legalább egy negyed órát a fogmosással.

Érdekes, hogy a zsírok kevésbé okoznak szuvasodást. Ennek oka az, hogy a zsíroknak van egy bevonó, védő hatása. A zsiradékot is tartalmazó édességek (pl. csokoládé) is kevésbé okoznak szuvasodást, a szénhidráttartalmú részecskéket ugyanis bevonja a zsír, így a cukor szuvasodást okozó hatása kevésbé érvényesül. Természetesen ez nem jelenti azt, hogy karamella helyett bátran fogyasszunk csak csokoládét! Bár sokan szeretik e terméket, legfeljebb csak mértékkel együnk belőle.



Fogaink egészsége érdekében részesítsük előnyben a barna kenyeret a fehérrel szemben

dag eledetek ezek, amely vitaminok befolyásolják a fog sejtjeinek



**A baba fogának és fogínyének tisztítása
ujjra húzható, szilikonos puha kis kefével**



Gyakorlati megoldások a fogszuvasodás rizikójának csökkentésére:

- az étkezést kemény konzisztenciájú táplálékkal zárjuk, pl friss gyümölccsel vagy zöldséggel.
- ezekből rendszeresen fogyasztunk minél többet.
- étkezések után mindig mossunk fogat.

Egyéb tényezők

A fogszuvasodás kialakulásának másik oka lehet a nem megfelelően fejlődött fogszövet: dentin, zománc, cement.

Általános szervezeti tényező is eredményezhet fogszuvasodást: a torlódott, szabálytalanul elhelyezkedő fogakon megtapadt táplálékot például nehezebb letisztítani. Ilyen esetben jó felkeresni egy fogszabályzással foglalkozó szakorvost, hogy segítsen a betegen. A fogak szabályozásával csökken a lyukas fogak száma is, mert az immár megfelelő pozícióban levő fogakat jobban lehet tisztítani.

A nőknél gyakoribb a fogszuvasodás. Ennek több oka van:

1. a lányoknál hamarabb előtörnek a fogak, mint a fiúknál,

2. a terhesség ideje alatt fellépő hormonális változások miatt megduzzad a fogíny, így jobban tapad az étel arra, valamint a fogakra. A gyulladás miatt kényelmetlen a fogmosás. Így kialakul a fogszuvasodás. A másik oka lehet a terheseknél a sok édesesség fogyasztás és a fogmosás hiánya

3. a fogamzásgátló szerek huzamos használata szintén ínygyulladást okoz. Ehhez társul a könnyen tapadó táplálék, és az így kialakuló szuvas fogak.

Hány éves kortól kezdjük el a fogmosást?

Már az újszülötteknél érdemes a fogínyt letörölni, ott ahol az már kifehéredett, és alatta készülődik kibújni a kis fehér tejfog. Hogyan? Az anya – alapos kézmosás után – a mutatóujjára csavar egy kis gézdarabot, amely segítségével letörli a fogínyt, megtisztítja a fehér lepedéktől. Így még a fogínyt is masszírozza, csökkentve annak fájdalmát, ami fogzáskor bizony nem kellemes élmény a babáknak.

Miután előtört az első tejfog, fontos, hogy rendszeresen mossuk. Vannak szilikon fogkefék, amit az anya ujjára húzhat, de kaphatóak kis méretű, speciális alakú fogkefék

is, amivel megmoshatjuk a baba fogát. A rendszeres fogmosást ajánlatos már egyéves kortól elkezdeni.

Fontos, hogy játékosan megszerettessük a gyermekekkel a fogmosást. Ha nem alakul ki már gyermekkorban a rendszeres fogmosás szokása, akkor később teherre válik és elhanyagolják, ami sajnos kellemetlen következményekkel jár.

Mikor mossunk fogat?

Amint az előzőekben is megemlítettük, az ideális az lenne, ha minden étkezés után fogat mosnánk, így távolítva el az ételmaradékot, és megakadályozva a baktériumok savképzését. Ha ezt nem tudjuk megtenni, akkor mindenképp mossunk fogat este és reggeli után.

Az ebéd utáni fogmosás leggyakrabban nehézségbe ütközik. Ebben az esetben a szájöblítés, illetve a szájhigiéné használata ajánlott.

Mennyi ideig tartson a fogmosás?

A helyes fogmosás legalább



5-7 percet vesz igénybe. 15-20 másodpercig tartó fogmosás nem

elegendő ahhoz, hogy alaposan megtisztítsuk fogunkat.

Hogyan mossunk fogat?

A helyes fogmosás a fogszuvasodás megelőzésének egyik nagyon fontos része.

Hiába mosunk fogat, hogyha nem mossuk helyesen.

Fontos, hogy minden fog minden egyes részét, kívül-belől, alul-felül mossuk meg. A jobbkezesek kezdhetik a fogtisztítást baloldalt fent. Független mozgásokat végezve, azaz pirostól (ami a fogíny) fehérre (a fogra). Ezt követően a felső fogak belső felszínét is ugyanilyen függőleges mozgással folytassuk. A fogak rágófelületét pedig kis körkörös mozdulatokkal mossuk. Ne



Fogselyem használata

feledkezzünk meg az alsó fogsorról sem: azt is alaposan mossuk meg. Ajánlott a fogmosás idejére is rendszer kialakítása: ne felejtünk minden egyes fog teljes felszínét megmosni.

Milyen gyakran menjünk fogorvoshoz?

Ajánlott évente kétszer, azaz hathavonta ellátogatni a fogorvoshoz, általános szájüregi vizsgálat végett, akkor is, ha egyelőre még semmilyen fájdalmat nem érzünk. Ezen tanács betartásá-



val az esetleges problémák már kezdeti fázisban kezelhetők, és nagyon sok fogászati komplikációt megelőzhetünk.

Milyen fogkefével mossunk fogat?

Használhatunk kézi fogkefét vagy elektromosat. A fogkefe keménysége szerint lehet: kemény, közepkemény (medium) vagy puha.

A legjobb, ha a *medium*, azaz a közepkemény kézi fogkefét választjuk, mert ez jól tisztít, viszont nem okoz fogíny-sérülést. Tehát a csomagoláson keressük ezt a szót.

A puha (*sensitive, sensible*) fogkefét akkor válasszuk, ha nagyon érzékenyek a fogaink, avagy vérző fogínyünket kell megtisztítanunk.

Elektromos fogkefék

Ezek ma már nagyon elterjedtek, és egyre modernebbek, jobbak, hatékonyabbak.

Ajánlott a csökkent kéz ügyességű egyéneknek, gyermekeknek, idős vagy fizikailag sérülteknek és bárkinek, aki hatékonyabban meg akarja mosni a fogát. Fontos, hogy az elektromos

fogkefével is helyesen végezzük el a fogmosást: tartsuk a fogon, annak minden egyes felszínén. Ha nem így tesszük, nem lesz hatékony a tisztítás.



Elektromos fogkefe

Az egyéni fogmosást időnként kiegészíthetjük a fogorvos által végzett fogmosással, amelyet speciális kefékkel és krémekkel hajt végre. A másik módszer, amit a szakorvos alkalmazhat az, hogy magas nyomású vízszugárral dörzsanyagot fúj a fog felszínére. Ennek segítségével eltávolítja a fogokról az elszíneződéseket és lerakódásokat.

Egyéb eszközök

A fogkefén kívül milyen más eszközöket használunk, hogy alaposabban megmossuk fogunkat és tisztábban tartsuk szájüre-günket?



1. A *fogselymet*, amellyel a fogak közti rést is alaposan ki tudjuk tisztítani. Naponta egyszer használjuk fogmosás után. Óvatosan vezessük a két fog közé, hogy ne sértsük meg a fogínyt. Nagyon fontos a használata, hogy így megelőzzük a fogak között kialakuló szuvasodást, mert a fogselyem kihúzza a fogkefével történő tisztítás után is rendszerint megbúvó ételmaradékokat a fogak közötti résekből.



Fogselyem

2. A *fogköztisztító* (interdentális) fogkefét a jelentős mértékben megnyílt fogközök tisztítására használhatjuk. Üvegmosó kefére emlékeztet az alakja, csak sokkal kisebb. Jelentős foghiány esetén alkalmazhatjuk, amikor a fogak között nagy a rés, azért, hogy ne maradjon étel a fogaink között, ami miatt kiromolhatnak.



3. A *fogkrémek* dörzsölő hatásuknak köszönhetően a fogkefe segítségével eltávolítják az ételmaradékot a fogunkról. A használatukkal megelőzzük a fogak megsárgulását vagy szürkülését. Dörzsölő hatású, apró kis szemcséket tartalmaznak, amelynek köszönhető a tisztító szerepük. Figyeljünk arra, hogy milyen fogkrémet vásárolunk, mert vannak ún. *fogzselék* (gél), amelyek nem tartalmaznak apró kis szemcséket, ezek azonban nem tisztítják olyan hatékonyan a fogat. Ezek inkább csak gyógyhatásúak. Ha mégis ilyen fogzselét szeretnénk használni, akkor utána végezzünk fogkrémes tisztítást is.

4. A *szájvizet* fogmosás után alkalmazzuk. Legalább egy percig öblögessük a szájüreget. Különböző márkák vannak a piacon, melyek közül a *Listerin*¹ jó, megfelelő termék. Egyik hatásuk



a szájüreg hűtése és frissítése, de ugyanakkor csökkentik a baktériumok számát, és megelőzik az ínygyulladást. Ugyanakkor a már

1 A nagyáruházakban – pl a Kauflandban – olcsóbban, nagyobb méretű, literes csomagolásban kapható, a fogkrémes stand mellett. A gyógyszertárakban ugyanaz a termék drágább szokott lenni.

meglévő ínygyulladás kezelésére is javallottak.

5. A *rágógumi* használata fokozza a nyáleválasztást, ezáltal növeli a nyál mosó hatását. Frissíti a szájüreget, de csak ennyi: vigyázzunk, mert a reklámok sokszor félrevezetők: *nem* tisztítják a fogunkat. Nem elegendő tehát rágógumit használnunk², fogkefével is meg kell mosnunk a fogunkat.

6. A *szájzuhany* egy nagyon jó eszköz a fogak közti rés tisztítására. Pontosan lehet irányítani a fogak közé, de nem pótolja a fog-



kefével történő fogmosást, csak kiegészíti azt.

A fogkő

Ha fogkővet észlelünk a fogunkon, ajánlott fogorvoshoz fordulni leszedés végett. A fogkőre tapadt baktériumok fogínygyulladást okoznak, ami kezeletlenül fogínysorvadáshoz vezet, és így lassan-lassan elveszíthetjük

2 Ezenkívül a rágógumizás önmagában is káros szokás: amikor rágni kezdünk, a nyálkiválasztás miatt beindul az emésztési folyamat, és a gyomrunk, mivel „azt hiszi” élelem következik, termelni kezdi a gyomorsavat. Ugyanakkor az egész szervezet felkészül a bejövő tápanyagok felismerésére és metabolizására (felszívására és hasznosítására). Mégis, semmi sem történik – csak „üresben” rágunk. Ekképpen szervezetünket becsapjuk, és működését megzavarjuk.

a fogainkat. A fogkö eltávolítása napjainkban már nem fájdalmas a beteg számára, ugyanis helyi érzéstelenítéssel történik – természetesen, ha a páciens igényli.

Száj és szájüregi daganatok

A daganatok leggyakoribb okozója az alkohol, ezért javasolt az ettől való teljes tartózkodás.



Szabadulj ki a csapdából! Isten megsegít, ha kéred.

Helyi sérüléseket okoz a nyálkahártyán, amelyek lassan daganattá alakulhatnak.

Kerüljük a dohányzást is, amely egyrészt helyileg hat károsan a szájüregre, megégethetve a nyálkahártyát, másrészt azonban a füstben levő káros vegyületek is rákkeltők. Nemcsak a szájüregre hat károsan, hanem a légzőrendszerre is rendkívül ártalmas.

A dohányzás okozta elváltozások megjelenésében legkevésbé romboló a cigaretta, fokozottabb mértékben a szivar, míg a legegészségtelenebb a pipa. Ez utóbbi esetében a nagy baj az, hogy a pipa csutora általában mindig az ajak és a nyelv ugyanazon helyén fekszik, így a füst mindig ugyanazt a részt érinti a szájüregben.

Azon dohányzók esetében, akik teljesen elszívják a cigarettát, az ajkat krónikusan, azaz állandóan égeti a cigaretta, valamint a füstben, dohányban levő káros vegyületek is nagyon károsítják.

Kerüljük a fokozott napsütést. Az ultraibolya sugarak nagyon károsak. Használjunk napvédő krémeket szánkra, arcunkra, de más testrészünkre is, amely ki van téve a napsugárzásnak.

Ha a letört fog érdes vagy a fogpótlásból – pl. hídból – letört egy darabka, és ez a letört fogfelszín állandóan felsérti a nyelvet vagy az orcát, nagyon figyeljünk oda ennek lehetséges következményeire. A felsértett nyálkahár-

tyán kialakult seb lassan átalakulhat daganattá.

Ha ilyen meghibásodott fogpótlásunk van, vagy letört foggal, régi protézissel, nagymértékű fogkővel rendelkezünk, amely bárhol felsérti a szájüregünket, forduljunk bizalommal fogorvoshoz a problémamegoldás érdekében.

Következésképpen: vigyázzunk szájüregünk épségére, betartva a fenti tanácsokat.

Végül pedig: jó egészséget kívánok minden kedves olvasó számára!

Ha bármilyen kérdésük adódna, szeretettel válaszolok a következő telefonszámon: 0743 782 773.



dr. Filep-Lukács Zsuzsa,
fogorvos, Kolozsvár



Ima-sarok

„Nyomorúságomban az Úrhoz kiálték, és meghallgata engem. A Seol torkából sikolték, és meghallá az én szómat. (...) Mikor elcsüggedt bennem az én lelkem, megemlékeztem az Úrról, és bejutott az én

könyörgésem tehozzád, a te szentséged templomába.” (Jónás 2:3,8)

- Imádkozzunk Kalotaszeg betegeiért. Az Úr adjon mindannyiuknak hosszútűrést, Benne való bizalmat, és, ha megegyezik az Ő szent akaratával, gyógyulást és kimenekedést minden nyomorúságból.
- Imádkozzunk azért, hogy bármi is következne reánk, el ne engedjük az Ő kezét, hanem imában ragaszkodjunk Hozzá mindhalálig.

- Kérjük az Urat, hogy ne engedjen ránk jönni nagyobb próbát, mint ahogy azt el tudnánk viselni, és a próbával együtt adja meg a kimenekedést is, az Ő kegyelméből.



Félek! Fogorvos...!

Hasznos tudnivalók

1). Nagyon sokan rettegnek a fogorvosnak még a gondolatától is. Ma már azonban nem kell félnünk. Miért? Akár egyszerű fogtömésről, akár nehezebb beavatkozásról legyen szó, kérhetünk mindig érzéstelenítő injekciót, azelőtt pedig zsibbasztó spray-t. Ekképpen magának az injekciónak a beadása sem lesz fájdalmas.

Ha a lyuk a fogidegkamrárt nem is érte el, de a fúrás miatt a fog anyaga felforrósodik, és ez okozza az ideg által érzékelt nagy fájdalmat – ezért is szükséges az érzéstelenítés.

2). A kivehető protézis sokszor sérti a fogínyet, ezért egyesek nem – vagy csak nagy fájdalom árán – tudják viselni. Azonban ennek nem kellene így lennie. Panasz esetén vissza kell térni az orvoshoz újra meg újra, akár 5-6-szor is, és ő a protézisből le fog csiszolni egy picit ott, ahol sért, addig, amíg végül problémamentesen hordhatjuk.

3). Ma már egyre olcsóbbak, és így egyre több ember számá-

ra anyagilag is hozzáférhetőkké válnak az implantumok – az állkapocsba (mandibula – latinul) és a felül levő állcsontba (maxila) beültetett titán-csavarra illesztett fogak. Az ezekre erősített hidak vagy fogsorok pedig a kivehető protézistől eltérően szilárdan állnak, és szükség esetén rendkívül jó, modern megoldást jelentenek.

4). A háziorvoshoz hasonlóan, legyen saját fogorvosunk.

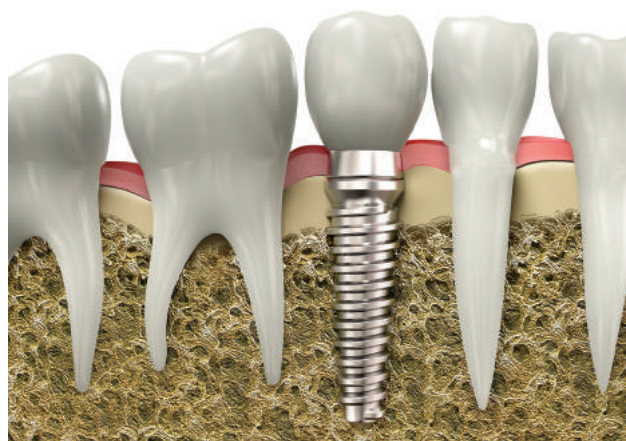
Nem szerencsés az, ha minden alkalommal újabb és újabb szakembert keresünk fel. A saját fogorvos esetén bizalmi kapcsolat alakul ki, az orvos és a páciens „összeszoknak”, és könnyebbé válik a megelőzés, kezelés és kommunikáció.

5). Hogyan válasszuk ki a saját fogorvosunkat?

Én így imádkoztam ezért az Úrhoz:

„Uram, rendelj ki egy olyan fogorvost, aki türelmes, becsületes, hozzáértő, mindig jól és tisztán dolgozik, *lehetőleg ne fájjon* a beavatkozás, és nem túlzottan drága.” És a könyörülő Isten válaszolt imámra.

6). A fogovoshoz – és bármilyen más orvoshoz – való látogatás előtt *mindig imádkozni kell*. Ne szégyelljünk otthon térdre borulni az Úr előtt, kérve azt, hogy árássa ki Szentlelkét a szakemberre, vezesse kezét, adjon neki türelmet, bölcsességet, és óvjon meg minden fertőzéstől, kompli-



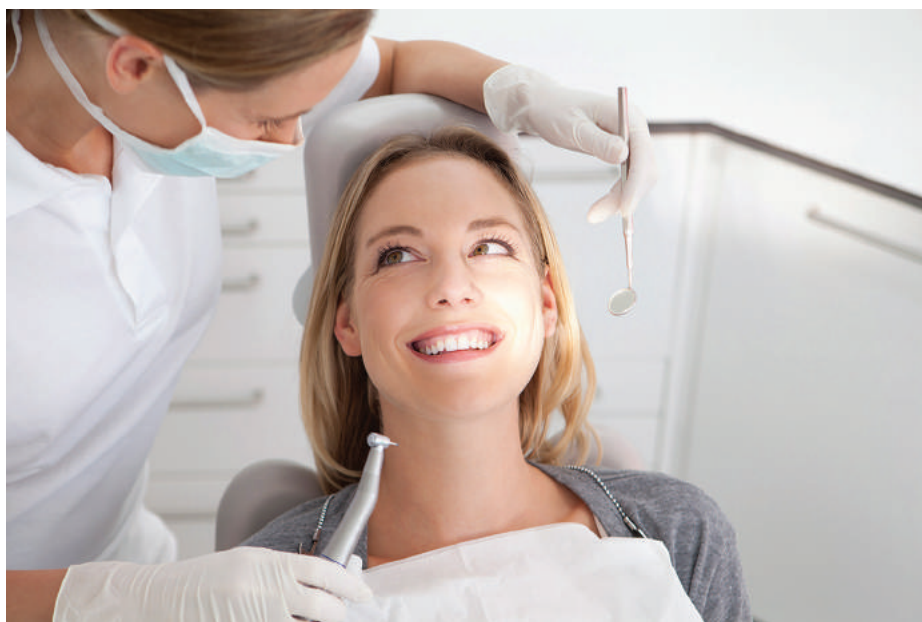
Titán-implantátum

kációtól, fájdalomtól. Minden orvos a Nagy Orvosnak, a mi drága Főpapunknak a meghosszabbított keze e földön, akik által az Úr el szeretné végezni a szenvedés enyhítésének a menny által megáldott munkáját.

Imádkozunk az orvossal együtt dolgozó fogtechnikusért is. Az ő munkája is rendkívül fontos, és nagy szüksége van Istentől származó ügyességre, és az Ő állandó vezetésére.

Kérni szoktam azt is, hogy a beavatkozás számomra elérhető áron legyen, és jó hangulat, kellemes légkör uralkodjon a rendelőben. És Isten mindig válaszol.

7). Sose késsünk. Legyünk ott mindig idejében. Ha kell, mossunk kezet, nyugodjunk meg, és



várakozás, sőt a beavatkozás közben is szüntelenül imádkozzunk.

Ha valamely nem várt esemény – betegség vagy más – jönne közbe, idejében telefonáljunk, és mondjuk le a vizitet, egy más időpontot kérve. A fegyelmezetlen, komolytalan, késve érkező, vagy meg sem jelenő páciens nem viselkedik keresztényi módon, és megszorítja az orvost, akadályozva annak gördülékeny munkáját.

8). A fogászhoz – és bármely más orvoshoz – mindig tisztán, megfürödve, megmosott hajjal, tiszta ruhában és tiszta, kellemes illatú szájüreggel kell érkezni.

9). A gennyes fertőzés ellen felírt antibiotikus kezelés esetén kérjük *probiotikumot* is. Ez egy olyan kis pasztilla, amelyet az antibiotikum beszedése előtt vagy után két-három órával, azzal párhuzamosan szedünk. Ennek az a szerepe, hogy bélflóránk jó baktériumait regenerálja, megvédve azokat az antibiotikum káros hatásától.

Másrészt, a *Candida albicans* túlszaporodási veszélye miatt, az antibiotikus kezelés előtt, az orvossal is megbeszélve, és ha ő is javallja, kérjük írjon fel egy gombafertőzéstől védő tablettát (antimicotic). Ezen egy tablettának a védőhatása egy hétig fog tartani.

10). A kivehető protézist fogkefével és fogkrémmel naponta nagyon jól meg kell mosni, főleg este.

11). Ha a nyelvünkön fehér lepedéket észlelünk, akkor ezt ugyancsak fogkrémes fogkefével kell eltávolítani. Kissé szokatlan és émelyítő érzés lehet, de az ott megtelepedett baktériumok az egész szájüreget fertőzik.



Fogtechnikus képzés Magyarországon

Végezetül két imatapasztalattal zárnám.

Kb. két évvel ezelőtt gyökércsú körüli gyulladás lépett fel egészen hátul, egy olyan felső fogamon melyen híd van. A fogász nem tudott oly hátul műtétet végezni, ezért csupán az antibiotikus kezelésre hagyatkozhattunk. Ha ez nem sikerül, akkor sok kellemetlenség következett volna, mint pl. a hid levágása és a fog kihúzása.

Rögtön imádkozni kezdtem Isten közbelépéséért. Ugyanakkor, a fájdalmas duzzanatra, az antibiotikus kezelés mellett, propolisz vattát is tettem. Azonban, ha belülré tettem a vattát, a duzzanat reggelre kívül volt. Ha kívülré tettem, az pár óra alatt belülré húzódott.

Ekkor egy idősebb ismerősöm *Listerine*-el való szájvizes öblítést javasolt. Miután a számba vettem, a problémás helyen öblögettem, s ott is tartottam több ideig, napi két-háromszor. Amikor egy-két nap után a szájüreg nyálkahártyáját égetni kezdte, akkor kis vízzel vegyítettem, és tovább öblögettem. Eközben állandóan imádkoztam.

A duzzanat néhány napon belül teljesen eltűnt, és az illető fogam most is megvan, egészségesen.

Egy másik esetben ugyancsak gyökércsú körüli gyulladásom volt, egy hozzáférhetőbb helyen (előbbre, fent). A rendkívül fájdalmas gyulladásra orvosi előírás alapján antibiotikumot és fájdalomcsillapítót szedtem, majd néhány nap múlva műtetre került sor. Amint a röntgenkép is mutatta, a gennyesedés, a gyökér vége körül, az állcsonton igen kiterjedt volt. Az orvos beadta az érzéstelenítő injekciót, bemetszett, eltávolította a fertőzött szöveteket, tisztított, fertőtlenített. Sok ideig tartott, és a több adag injekció ellenére is éreztem valamennyi fájdalmat.

Miután bevarrt, ezt mondta:

– Eddig nem szabadott volna fájni. De a zsibbasztó hatás el fog múlni, és kb. délután két órától kezdve nagyon fog fájni. Legyen felkészülve erős fájdalomcsillapítókkal. Reméljük nem fog megfertőződni. Szedje az antibiotikumot legalább öt napig.

Nem kell mondanom, hogy eközben állandóan imádkoztam.



A betegség az, amely a legtöbbünket ráébreszt arra, hogy van egy Istenünk, Akitől imában kérhetünk segítséget

És eljött a két óra, és elmúlt a zsibbasztó hatás – és én semmiféle fájdalmat sem éreztem: annyira, mintha meg sem műtöttek volna!

Fel is hívtam másnap a doktor urat és beszámoltam erről:

–Imádkoztam, és Isten csodát tett! Semmit sem éreztem!

Igen, Isten könyörül rajtunk – ha minden reményünket Őbelé vetjük. Ő felhasználja az orvosokat, az orvostudomány vívmányait és a gyógyszereket, de mindezen felül ott van az Ő csodatevő hatalma – legyen szó bármilyen betegségről.

Az Úr segítsen meg mindannyiunkat, hogy naponta megtapasztalhassuk az Ő gyógyító kezét! Ámen.

„Megkerestem az Urat, és meghallgatott engem, és minden félelmemből kimentett engem. (...) Ez a szegény kiáltott, és az Úr meghallgatta, és minden bajából kimentette őt. Az Úr angyala tábort jár az Őt félők körül, és kiszabadítja őket. Érezték és lássátok meg, hogy Ő az Úr! Boldog az az ember, aki Ő benne bíz.” (Zsoltár 34:5-9)

(J.E.)



Szó- -kincs

Eszik, mint egy bélpoklos

Amikor valaki túl mőhön habzsolja az ételt, rá szoktak szólni:

– Vigyázz, egyél szebben. Úgy eszel, mint egy bélpoklos!

A bélpoklosság a lepra régies megnevezése. Az évek során sokszor elgondolkodtam: vajon e rettenetes betegség mellékhatásai között ott van-e a túlzott étvágy is? Azonban átnézve a tünetekre vonatkozó irodalmat, ilyen megnyilvánulásra nem lelünk.

Akkor hát honnan eredhet e szólásmondás?

A válasz érdekében térjünk vissza az Ószövetség korába!



A Tulcea megyei Tichilești szanatóriuma, ahol Románia utolsó leprásai élnek

A kettészakadt királyság idejében, Jórám izraeli király¹ uralko-

1 Jórám – héberül *Yehoram*: *Jahvé* (az Úr) *dicsőséges* – az Omri dinasztia utolsó tagjaként i.e. 852-841 között uralkodott az északi törzsek felett. Lázadó hadvezére, Jéhú ölte meg a Rámóth-Gileáért a szíriaikkal vívott csatáját követően (2 Királyok 9:21-24).

dása alatt – aki Akháb és Jezabel fia volt –, a II. Ben-Hadád szíriai király² vezette seregek megtámadták az északi országrészt és körülzárták a fővárost, Samáriát.

Ez az esemény több évvel a Kármel-hegyi ítélet után zajlott: a zsidóság ekkor már újból bál-

2 I. Ben-Hadád fia, uralkodott i.e. 870-842 között

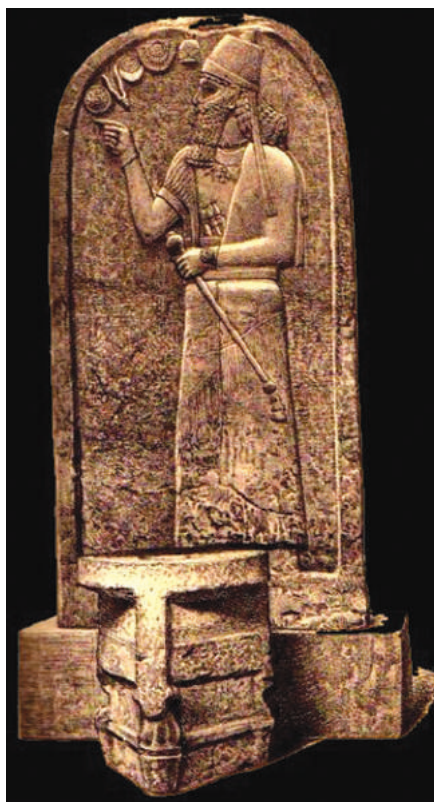
ványimádásba süllyedt, és Isten megengedte azt, hogy a szíriaiak révén rendkívül szorongatott helyzetbe kerüljenek. A várban hatalmas éhség tört ki, annyira, hogy a legrettenetesebb bűnöket követték el:

„És igen nagy ínség lett Samáriában, mert addig tartották megszállva a várost, amíg egy százmárfej nyolcvan ezüst, és egy véka galambganéj öt ezüst lett.

És mikor az Izráel királya a kőfalon széjjeljárja, egy asszony kiálta őhozzá, mondván: Légy segítség-gel, uram király! A király monda: Ha nem segít meg téged az Isten, hogyan segítelek én meg? A szerűről vagy a sajtóról?



Samária ókori városának helye ma. A dombot Omri izraeli király vásárolta meg i.e. 887-ben Shemertől, az addigi tulajdonostól (1 Királyok 16:24), és építette fel rá a várat. A várost végül Hirkánusz János (héberül: Yohánán Hurkánosz) makkabeus júdai király romboltatta le i.e. 107-ben.



I. Ben-Hadád (arám) szíriai királyt³ ábrázoló dombormű

És monda néki a király: Mit akarsz?

Monda az: Ez az asszony azt mondta nekem: Add ide a te fiadat, hogy együk meg őt ma, az én fiamat pedig holnap esszük meg.

³ A Tabrimmon fia, uralkodott i.e. 900-870 között

És megfőztük az én fiamat és meg-eztük őt. Miután pedig másnap azt mondtam neki: Add ide a te fiadat, hogy azt is együk meg, ő elrejté az ő fiát.” (2 Királyok 6:24-29)

A kannibalizmus utálatos bűnét csak az fogja elkövetni, aki azelőtt „jódogában” sem tudott önuralmat gyakorolni, és a nehéz helyzetekben felszínre jövő, kegyetlenséggel párosuló önzése vadállati szintre süllyesztí.

Isten azt akarja, hogy már most megtartóztassuk magunkat minden tisztátalan és káros eledeltől vagy italtól, és egy esetleges éhség idején Őrá bízunk magunkat, Aki képes a sziklából is vizet fakasztani, az égből mannat hullatni, és a lisztet meg olajat megsokasítani.⁴

De még ha nem is tenné meg, nemes emberi lényekként inkább a halált kell választanunk, mintsem megfertőzzük testünket-lelkünket.

⁴ 2 Mózes 17:5-7, 16:14-31, 1 Királyok 17:14-16

De térjünk vissza történetünkhöz.

A király ezeket hallva, kétségbeesett haragjában elhatározza, hogy Isten szolgáján, a várban levő Elizeus prófétán fog bosszút állni, amiért Ura ilyen helyzetben hagyta őket:

„Mikor pedig hallotta a király az asszonynak beszédét, megszaggatta az ő ruháit, amint a kőfalon járt, és meglátta a nép, hogy íme alól zsákruha van az ő testén.

És monda: Úgy cselekedjék velem az Isten és úgy segéljen, ha Elizeusnak, a Sáfát fiának feje ma rajta marad!” (30-31 versek)

A kivégzést végrejtendő, elküld egy katonatisztet Elizeus házához, ám úgy tűnik, megbánja a parancsot és rögtön utána siet. Odaérve, szorongással teli kérdést intéz a prófétához:

„Ímé ilyen veszedelem származott az Úrtól: várjak-e még tovább az Úrra?” (33. vers)



Damaszkusznak, az arám szíriaiak fővárosának romjai

A nyomorúságba került, amúgy is gyenge hitű, hűtlen ember sokszor azt hiszi: Isten veri őt megérdemelt bűneiért. Pedig csak annyi történik, hogy Isten egy pillanatra leveszi óvó kezét rólunk, hogy megláthassuk, hova visz a Tőle való eltávolodás – hisz Sátán, akit bűneink által szolgálunk, az általa jónak vélt pillanatban lecsap ránk, látva, hogy elvesztettük Istenünk védelmét.

„Ímé, nem oly rövid az Úr keze, hogy meg ne szabadíthatna (...) Hanem a ti vétkeitek választanak el titeket Istentől, és bűneitek fedezték el orcáját ti előttetek, hogy meg nem hallgatott.” (Ésajás 59:1-2)

Ezért a baj és nehézség késztesen minket szigorú önvizsgálatra: nem-e távoztunk el az igazság keskeny útjáról? Ugyanakkor kérjük Isten bocsánatát és szabadítását, eldöntve hogy ezentúl mindig hűségesek maradunk Őhöz.

Másrészt, Jóbbhoz hasonlóan, Isten igaz gyermekei is kerülhetnek rendkívül nehéz helyzetekbe: ez esetben a szívünk megvizsgálásán kívül Isten azt kéri tőlünk, hogy még ha nem is értjük pontosan, miért történik mindez velünk, legyünk tanúi, nem botránkozva meg Őbenne és nem hagyva el Őt, akár a halálig.

Elizeus ekkor Isten 24 órán belüli szabadítását ígéri:

„Holnap ilyenkor egy köből zsemlyelisztet egy sikluson, és két köből árpát egy sikluson vesznek Samária kapujában.” (2 Kir. 7:1)

És most kerülnek sorra a belpoklosok: mert nem egyről, hanem többről van szó.

5 A *sekel* régies elnevezése. Egy *sekel* 10-12 gramm körüli ezüst mennyiséget jelentett, és főleg a vert pénzérmék i.e. 7. századi bevezetése előtt volt használatos a Közel-Keleti kereskedelemben. Köből (héberül *seáh*): kb. 6,5 liter.

A vár kapuja előtt négy leprás férfi tengődött, akik Isten Mózesnek adott parancsa, és a fertőzésveszély miatt nem mehettek be lakott területre.⁶ Ezek így szóltak egymáshoz:

„Miért maradunk itt, hogy meghaljunk éhen?” (3. vers) A falon belül éhség van, azon kívül pedig ellenség. Ezért úgy határoznak, elmennek a szír táborig, hátha azok könyörülnek rajtuk, és ha nem, akkor akár itt, akár ott, de úgys meg kell halniuk.

Mindeme gondolatokat azonban Isten Lelke adta elméjükbe, mivel alkonyat idején a szír táborhoz közeledve, hihetetlen dolgot tapasztalnak:

„... mikor odaértek a Síriabeliek táborának széléhez, ímé, már nem volt ott senki. Mert az Úr azt cselekedte volt, hogy a Síriabeliek táborra szekerek zörgését és lovak dobogását, és nagy sereg robogását

6 3 Mózes 13:45-46

hallotta, és mondának egymásnak: Íme az Izráel királya bérbe fogadta meg ellenünk a Hitteusok királyit és az Egyiptombéliek királyit, hogy ellenünk jöjjenek. És felkelvén elfutának és elhagyák mind sátoraikat, mind lovaikat, mind szamaraikat, amint a tábor volt, és elfutának, csakhogy életüket menthessék.” (5-7 versek)

Sokszor elképzeltem e jelene-
tet: az est csendjében az éjsza-
kára készülő és magát fölényes
biztonságban tudó tábor katonái
hirtelen elhallgatnak, és fülelni
kezdenek: a közeli dombok mö-
gül dübörgés, lovak horkantá-
sa, fegyverek, páncélok zörgése
hallszik minden irányból, a föld
remegését is érzik már! A tapaszt-
alt hadfiak rögtön rádöbbenek:
egy hatalmas sereg szorításába
kerültek, mely néhány percen be-
lül bekeríti őket és lecsap rájuk!

Már arra sem vesztegetik az
időt, hogy hátasaikat felszerszá-
mozzák: ki-ki értékesebb holmiját
megragadva, gyalog fut el a kö-
zeledő éjben bízva, a Jordán fele,
hazájuk irányába.

Eközben a leprások beérkez-
nek a táborba, és „bemenvén egy
sátorba, evének és ivának”, majd
ezüstöt, aranyat, ruhákat és más
zsákmányt rejtenek el, s ezután
egy másik sátorba bemenve,
ugyanígy tesznek.

De egy idő múltán felocsúd-
nak, és így szólnak: „Nem igazán
cselekszünk: ez a nap örömmón-
dás napja (...) jertek és menjünk el,
és mondjuk meg a király házának.”
(9. vers)

A várban szinte megdermedve,
tanácstalanul fogadják a hírt. Vé-
gül két harci szekér elé befognak
néhány megmaradt lovat, és még
azon éjjel kémeket küldenek az
ellenség táborába. A katonák egé-
szen a Jordánig hajtanak: a szíri-
aiak sehol, csak az úton sietve el-

szórt ruhák és edények látszanak,
amelyeket azok lóhalálban futva
és életüket féltve, eldobáltak.

Visszatérve Szamáriába, beszá-
molnak a népnek, amely feltar-
tózhatatlanul kiront, és kifosztja a
szír táborát.

És valóban bekövetkezett Eli-
zeus jövendölése: mindenki áru-
ba bocsátotta, amit zsákmányolt,
és olcsón lehetett a kapu előtti
vásártéren megvenni a búzalisz-
tet, árpát és egyéb alapvető élel-
miszereket.

Isten mindenek felett áll. Amint
akkor csodát tett, és egy nem léte-
ző hatalmas sereg zaját keltette a
szír katonák körül, úgy ma is ezer
útját nyithatja meg a szabadulás-
nak, akkor is, amikor mi már sem-
mi kiutat sem látunk. Ezért sose

Magam előtt látom a négy, éhe-
zéstől legyengült, beteg, kivetett
férfit, amint torkukban dobogó
szívvel a szír táborba lopakodnak,
majd az ott heverő élelemnek es-
nek: négy leprás, akiket szomorú
sorsuk hozott össze, akiknek sem-
mijük és senkijük sem volt már
e földön... csupán egy hatalmas,
gondoskodó Istenük az égben.

Mi, ez utolsó időknek a
bűn-leprájától sújtottai, felismer-
jük-e magunkat bennük?

Amikor legkevésbé várjuk, ak-
kor fog megérkezni a várva-várt
örök szabadulás. Mert Isten
ugyanaz a könyörülő, szabadító
Isten, ma is és mindörökké. Ámen.

„Az Úr az én kösziklám, váram
és szabadítóm. Az én Istenem, az
én kösziklám, ő benne bízom: az én



Búzatábla az izraeli Tabor hegy alatt

essünk kétségbe, hanem vessük
teljes bizalmunkat Őbelé, és kér-
jük szüntelen az Ő kegyelmének
beavatkozását.

Manapság, ha rólam, vagy
másvalakiről hallok ezt: *Eszik,
mint egy bélpoklos...* szívemben
mosoly ébred, miközben képze-
letem majd háromezer évet szár-
nyal vissza az időkben.

*pajzsom, idvességem szarva, me-
nedékem.”* (Zsoltár 18:3)

„Rólam is, noha én szegény és
nyomorult vagyok, az én Uram vi-
sel gondot. Te vagy segítségem,
szabadítóm, oh Istenem, ne késsél!”
(Zsoltár 40:18)

Jancsó Erik, Szászfenes



Tudtad-e?

Melyek a gyülekezeti tisztségek a Bibliában?

Az ároni papság

Az ószövetségi szentélyben az ároni papságé volt a legfőbb szolgálat, amelyben első helyen állt a különféle áldozatok bemutatása, továbbá az írásmagyarázat. Példa ez utóbbira Nehémiás 8:1-12 igei szakasza, amelyből megtudhatjuk, hogy a babilóniai fogságból hazatért izraelitáknak a papok felolvasták a törvényt, és el is magyarázták.

A Lévi törzséből származó Áron, Mózes bátyja volt Isten akaratából Izrael népének első főpapja, és az ő fiai, meg azok leszármazottai lehettek csupán a szent sátorban – majd később a Salamon király által épített jeruzsálemi templomban – szolgálatot végző papok.

A lévíták

Az ároni papokon kívül Lévi többi leszármazottja, azaz Lévi törzsének férfitagjai – a lévíták – is szolgálatot teljesítettek, mint papi szolgálók, egyrészt a már Kánaánban letelepedett nép körében, lakóhelyeiken, tanítva az embereket Isten dolgaira, másrészt a szent sáternél (és később a templomnál), a nagycsaládonként való szolgálati beosztás szerint.

Kezdetben, a negyven évig tartó pusztai vándorlás során ők hordozták a szent sátrat, valamint annak és udvarának a berendezési tárgyait, úgy mint például a Tízparancsolatot tartalmazó kőtáblák szövetségládáját, az égőáldozati és tömjénező oltárt, valamint a többi kegytárgyat.

Az ígért földjén való letelepedés után a lévíták tiszte volt – leg-

főképpen az istentiszteleteken – a zenei szolgálat is.

Az ószövetségi vénék

4 Mózes 14:16-29 verseiben meg van említve, hogy Isten utasítására Izraelben hetven vén lett kiválasztva, hogy hordozzák Mózeszel együtt a nép terhét. Úgy tűnik, hogy a papok és a lévíták szolgálatától eltérően, a vénék szolgálata abban az időben kevésbé volt vallásos jellegű. Míg a pusztai vándorlás során a Szentély sátora volt az istentiszteleti gyülekezőhely, a Kánaánban való letelepedés után szükségessé vált a helyi gyülekezetek létrehozása.

A zsinagóga eredete

Zsoltár 74:7-8 verseiben a következőket olvashatjuk:

„Szent helyedet lángba borították, neved hajlékát földig megferőtötték. Ezt mondták szívükben: »Dúljuk fel őket mindenestől!« Felgyújtották Istennek minden hajlékát' az országban.”

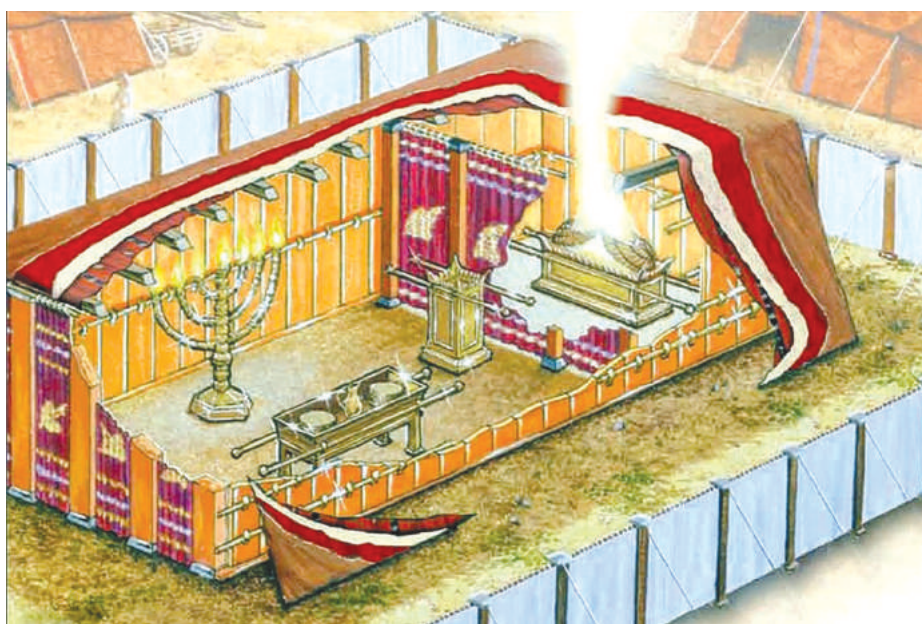
Eme két bibliaversből kitűnik, hogy az Izrael földjére benyomuló ellenséges hadak lerombolták a jeruzsálemi templomot és a fogság előtt is létező helyi, gyülekezésre használt épületeket (a *moed*-eket) is.

A templomuk elvesztését követően, a babiloni fogságban élő zsidók, szétszórásuk helyén gyülekezeti épületeket, úgynevezett *zsinagógákat* kezdtek építeni.

A ma is közhasználatban levő *zsinagóga* szó görög eredetű,² az Újszövetség eredeti nyelvén *szünagogé*, jelentése: gyűjtőhely, gyülekezőhely, gyülekezet (a

¹ Héber eredetiben *mo'ed*, azaz gyülekezési hely

² A *zsinagóga* (*szünagogé*) szó héber nyelvű megfelelője a *béth hakkeneseth*, azaz: *béth*: ház, és *hakkeneseth*: gyűlés/gyülekezés. Tehát: gyülekezési/gyülekezeti ház



A szent sátor belseje: a hétágú mécsestartó, a szent kenyerek asztala, a tömjénező oltár, és a kárpit mögött a Tízparancsolatot tartalmazó frigyláda

szün: együtt, és az ádogé: vezérelni, gyűjteni szavak összeolvadásából).

A zsinagóga elöljáróját az Újszövetség úgy említi, mint annak fejét. Például a kapernaumi zsinagógának fejét Jairusnak hívták. Az ő 12 éves leányát támasztotta fel Jézus a halálból (Márk 5:22-44).

Apostolok

Az első századi keresztyén egyházban is voltak tisztségek és tisztségviselők. Az újszövetségi könyvek és fejezeteik sorrendje szerint először az apostolokat említjük meg.

Jézus egy este „kiméne a hegyre imádkozni, és az egész éjszakát az Istenhez való imádkozásban töltö el. És amikor megvirradta, előszólítja az ő tanítványait, és kiválaszta közülük tizenkettőt, akiket apostoloknak is neveze. Simont, akit Péternek is neveze, és Andrást, annak testvérét, Jakabot és Jánost, Filepet és Bertalant, Mátét és Tamást, Jakabot, az Alfeus fiát, és Simont, aki Zelótesnek nevezteték. Júdást, a Jakab fiát, és Iskariótes Júdást, aki árulóvá is lőn.” (Lukács 6:12-16)

Az apostol szó a görög aposztolosz-ból ered, mely küldöttet jelent (apo: el, és sztello: küldeni).

„Ezt a tizenkettőt küldé ki Jézus (...) Elmenvén pedig prédikáljtok, mondván: Elközelített a mennyeknek országa.” (Máté 10:5,7)

Az apostolok, a prédikáláson kívül, egyéb megbízatásokat is kaptak:

„Betegeket gyógyítsatok, poklosokat tisztítsatok, halottakat támasszatok, ördögöket űzzetek. Ingyen vettétek, ingyen adjátok.” (8. vers)

Isten kiküldött apostolai e természetfeletti hatalmat Isten kegyelme révén kapták, így nem szabadott bármit is elfogadniuk



Zsinagóga Tunisz városában, Tunéziában

a véghezvitt csodákért. Ugyanígy ma sem megengedett Isten egyik szolgájának sem az imádkért, sem az ima által bekövetkező gyógyulásokért vagy más isteni csodákért pénzt vagy más anyagi javakat elvenniük.

Jézus mennybe-menetelét követően a Szentlélek további apostolokat is elhív, akik a testvérek kézrátétele alapján, a Gyülekezet jóváhagyásával küldetnek ki a pogányok közé:

„Mikor azért azok szolgáának az Úrnak és bőjtölének, monda a Szent Lélek: Válasszátok el nékem Barnabást és Saulust a munkára, amelyre én őket elhívtam. Akkor, miután bőjtöltek és imádkoztak, és kezeiket rájuk vetették, elbocsáták őket.” (Apostolok Cselekedetei 13:2-3)

Barnabáson és Pálon (Sauluson) kívül még Apollóst, Silvánust és Timóteust is apostolnak nevezi a Szentírás.³

³ Lásd: 1 Kor. 9:1, Csel. 14:14, 1 Kor. 4:6,9, 1 Thessz. 1:1, 2:6.



Az egeresi református templom bejárata



A budapesti Betesda kórház református diakonisszái, a negyvenes években

Az apostolok számos új gyülekezetet alapítottak, azokat pásztortolták, gondozták, több ideig velük maradva, vagy vissza-visszajárva.

Ma az apostolok megfelelői a világban, azaz Isten nagy szőlőskertjében tevékenykedő misszionáriusok.⁴

Éreztük-e már mi is az elhívást Isten országa terjesztésére, és a körülöttünk tapasztalható szenvedés enyhítésére?

Diakónusok

A gyorsan növekedő jeruzsálemi gyülekezetben az apostolok munkája egyre nehezebbé vált. Az asztalok körüli szolgálat és a szegény özvegyasszonyok ellátása akadályozta őket az igehirdetésben. Javaslataikra a gyülekezet hét diakónust választott, akiknek foglalatossága legyen az asztalok körül szolgálni (később ez kibővült más jótékonyági tevékenységekkel is).

A hét diakónust kijelölését és munkába állását követően (Cselekedetek 6:3-6) „*az Isten igéje növekedék, és sokasodék nagyon a tanítványok száma.*” (7. vers)

A diakónus szó a görög *diakonosz*-ból származik, mely *szolgát* jelent.⁵

⁵ *dia*: át, és *konosz*: mozgás, járás. *Átjár*, azaz *tevékenykedik*

Ma a diakóniai szolgálat, azaz az idősek, szegények, betegek, magányosok és számos más kategóriának a megsegítése minden keresztény felekezet sajátja, és Isten szeretetének talán legszebb megnyilvánulását jelenti mindenkor tanítványában.

E munkában már kezdettől fogva kitűntek a jószívű, szent életű nők is, úgy mint a júdeabeli Joppében lakó *Dorkász (Tábita)*, avagy a Korinthosz melletti Kenkhreából való *Fébe (Phoebe)*.⁶

Püspökök és presbiterek

A diakónusokon kívül az első keresztyén gyülekezetben voltak püspökök, és presbiterek, azaz vének is. A püspök szó az Újszövetség eredeti nyelvén, görögül úgy hangzik, hogy *épiszkoposz*, jelentése: felügyelő, felvigyázó (*épi*: rá, *szkoposz*: lát szavakból. *Rálát*, azaz *felügyel*).

A püspök szó megtalálható a Filippi 1:1, 1 Timóteus 3:1-11, és a Titusz 1:7 verseiben. E két utóbbi

⁶ Lásd Csel. 9:36, Róma 16:1-2.



Az Égei tenger partján levő Filippi romjai Macedóniában, a mai Görögország északi részén. Itt alapította meg Pál apostol az első európai keresztyén gyülekezetet. (A háttérben az Orbelosz-hegy látható)

⁴ *Misszionárius*: küldöttet jelent, a latin *missionarius*: elküldött szóból, mely a *missio*: küldés, küldetés szóhoz kapcsolódik.



Jeruzsálem ma. Az i.sz. 70-ben, a rómaiak által lerombolt templom helyén az Al-Aksza mecset áll.

igehely kihangsúlyozza azt, hogy a püspököknek nagyon tiszta, feddhetetlen életűnek kell lennie.

Az Újszövetségben találunk igehelyet presbiterekről is: pl. 1Tim 5:17, 1Pét 5:1, Csel.14:23 és Jakab 5:14 verseiben. A magyar *presbiter* megnevezés az Újszövetségben olvasható görög *presbütérosz*: *idősebb, vénebb* szóból származik. Gyülekezeti vént jelent, mely tisztség nem mindig az életkortól, hanem inkább a bölcsességtől és megbízhatóságtól függött.

A Cselekedetek könyvének 20. részében olvashatjuk azt, hogy a Jeruzsálem felé tartó, Milétoszon átutazó Pál, megszakítva útját, magához kérte az efézusi gyülekezet véneit, akiket a 17. vers *presbütérosz*-oknak, míg a 28-ik *episzkoposz*-oknak nevez.

Másrészt a már idézett, Tituszhoz írt levélben is Pál felváltva használja a *presbiter* és *püspök* megnevezést:

„*Avégett hagytalak téged Krétában, hogy a hátramaradt dolgokat hozd rendbe, és rendelj városon-*

*ként **presbitereket**, amiképpen én néked meghagytam. Ha van feddhetetlen, egy feleségű férfiú, akinek hívő, nem kicsapongással vádolt avagy engedetlen gyermekei vannak. Mert szükséges, hogy a **püspök** feddhetetlen legyen, mint Isten sáfára, nem akaratos, nem haragos, nem részeges, nem verekedő, nem rút nyerészkedő. Hanem vendégszerető, jónak kedvelője, mértékletes, igaz, tiszta, maga türtető, aki a tudomány szerint való igaz beszédhez tartja magát...*” (Titusz 1:5-9)

Vonjuk le ezek alapján azt a következtetést, hogy az Újszövetség az első századi gyülekezetek vezetőit felváltva nevezi püspököknek, vagy presbitereknek, *ugyanazon* személyekről lévén szó.⁷

De milyen feladatra is lettek kijelölve?

„*Viseljetek gondot azért magatokra és az egész nyájra, melyben a*

⁷ Aranyasájú Szent János (Joánnész Khrizosztomosz: 347-407) szerint, a régi időkben a gyülekezeti véneket Krisztus felvigyázóinak (püspökeinek) is nevezték. Lásd Jacques Paul Migne, (1800-1875), *Patrologia Graeca*, vol. 62, col.183.

Szent Lélek titeket vigyázókká tett, az Isten anyaszentegyházának leigeltetésére, melyet tulajdon vérével szerzett.” (Csel. 20:28)

„*A jól forgolódó presbiterek ket-tős tisztességre méltassanak, főképen akik a beszédben és a tanításban fáradoznak.*” (1 Tim. 5:17)

Tehát, a felvigyázók (püspökök) avagy presbiterek szerepe, Istentől való elhívás alapján a pásztorolás, gondoskodás és tanítás.

A püspökség jelentésének megváltozása

Krisztus után 150 körül a nagyobb városi gyülekezetekben a presbiterek közül már csak egy lehetett püspök. Később Rómának, Alexandriának, Antiókhának, Efészusnak és Korinthusnak püspökét kezdték más püspököknél tekintélyesebbnek tekinteni.

Krisztus után 533-ban pedig Bizánc akkori ura, Jusztiniánusz kelet-római császár egy rendeletben – a már több évtizeddel azelőtt a vándornépek csapásai alatt elesett – Róma püspökét az



Egeresi templom – hátsó rész

összes keresztény egyház (gyülekezet) fejének nyilvánította, megalapozva ezáltal a ma is létező római pápaság intézményét.

Ugyanakkor Isten ígéje arra int, hogy ne csak a püspökök vagy presbiterek, de minden hívő kövesse a békességet és a szentséget, hogy megláthassa az Urat:

„Kövessétek mindenki irányában a békességet és a szentséget, amely nélkül senki sem látja meg az Urat. Vigyázzván arra, hogy az Isten kegyelmétől senki el ne szakadjon, nehogy a keserűségnek bármely gyökere fölnevekedvén, megzavarjon...” (Zsidók 12:14-15)

Az újszövetségi papság

Talán sokan meglepődnek, de a Biblia lapjain az újszövetségi korban, azaz a keresztyén egyházban nem találjuk meg többé a papi szolgálatot. Az ószövetségi papság az áldozati rendszerhez, és a szent sátor – majd később a jeruzsálemi temp-

lom – előtt levő rézoltár körüli szolgálathoz kötődött. Ezen égették el a feláldozott bárányokat és más áldozati állatokat.

Jézus Krisztus golgotai keresztáldozatával azonban Őbenne, az Isten Bárányában beteljesedett minden azelőtti, és valójában éppen Őrá mutató állatáldozat.

„Íme az Isten ama báránya, aki elveszi a világ bűneit!” (János 1:29)

„Mert ez az én vérem, az új szövetségnek vére, amely sokakért kiontatik bűnöknek bocsánatára.” (Máté 26:28)

„Tisztítsátok el azért a régi kovászt, hogy legyetek új tészta, (...) hiszen a mi húsvéti bárányunk, a Krisztus, megáldoztatott érettünk.” (1 Korintus 5:7)

Jézusnak a Nagypéntek délutánján bekövetkezett halálakor a templomban levő, és a Szentek Szentjét a Szentély többi részétől elválasztó, Jézus megtört testét jelképező vastag kárpit természetfeletti módon, Isten keze által ketté lett szakítva,⁸ azt jelezve, hogy e pillanattól kezdve egyes bemenetelünk van Jézus vére által a mennyi Szentélybe, nem lévén többé szükség sem állatáldozatokra, sem emberi közbenjáróra.

„Mivelhogy azért atyámfiak, bizodalunk van a szentélybe való bemenetelre a Jézus vére által, azon az úton, amelyet ő szerzett

⁸ Máté 27:51

nékünk új és élő út gyanánt, a kárpit, azaz az ő teste által. És lévén nagy papunk az Isten háza felett, járuljunk hozzá igaz szívvel, hitnek teljességével...” (Zsidók 10:19-22)

Így hát ma bármely hívő ember Jézus vére érdemért, igaz bűnbánattal imában közeledhet a Mennyi Atya trónjához, minden más papi szolgálat nélkül igényelve az e vér alapján megígért bűnbocsánatot.

„... ő mindenképpen idvezítheti is azokat, akik ő általa járulnak Istenhez, mert mindenha él, hogy esedezzek érettök.” (Zsidók 6:19)

Az az állítás, miszerint Isten Fia az ostyában és a borban naponként és titokzatos módon, ám valóságosan újra meg újra megáldoztatik a világ számtalan templomának „oltárán”, az áldozópokok révén, nem biblikus.

A Szentírás szerint Jézusnak csupán egyszeri, mindenre elegendő áldozata zajlott le – a Golgota keresztyén:

„Mert egyetlenegy áldozatával örökre tökéletesekké tette a megszentelteket.” (Zsidók 10:14)

Másrészt, a keresztyén, krisztusi vallás egyetlen főpapja Jézus:

„Krisztus pedig megjelenvén, mint a jövő javaknak főpapja, a nagyobb és tökéletesebb, nem kézzel csinált, azaz nem e világból való sátoron keresztül, és nem bakok és tulkok vére által, hanem az Ő tulajdon vére által ment be egyszer és mindenkorra a szentélybe, örök váltságot szerezve.” (Zsidók 9:11-12)

Újszövetségi papság csak jelképes értelemben létezik: ez pedig minden hívőnek az egyetemes királyi papsága:

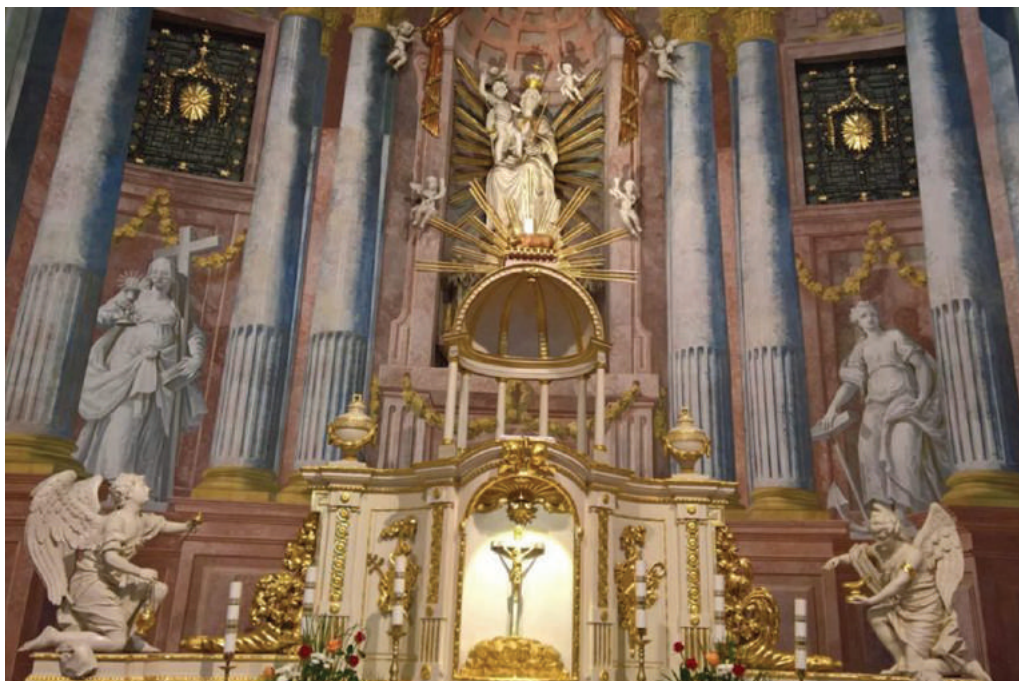
„Ti pedig választott nemzetség, királyi papság, szent nemzet, megtartásra való nép vagytok, hogy hirdessétek Annak hatalmas dolgait, aki a sötétségből az ő csodá-

latos világosságára hívott el titeket.” (1 Péter 2:9)

Az Úr segítsen meg, hogy mindannyian az Ő hűséges követői és szolgálói lehessünk, most, és az örök életben. Az Ő kegyelméből, Ámen.

László Jenő,
nyugdíjas, Kolozsvár,
és J.E.

A görög és héber szavak magyarázatát illetően köszönetet mondunk *dr. Szallós Zoltánnak*, a teológia professzorának.



Római katolikus oltár (Nagyboldogasszony plébániatemplom, Somorja – Csallóköz, Szlovákia)



A hónap receptje

Sóskaleves szójagranulátummal

1,5-2 liter vizet főni teszünk, s eközben száraz rántást készítünk: 1-2 evőkanál (ek) lisztet serpenyőben, zsiradék nélkül aranyszínűre pirítunk, majd levéve a lángtól, 1-2 ek olajat keverünk hozzá, majd egy kiskanál őrölt pirospaprikát is, és mindezt egy kis vízzel felöntve és összekavarva, félretesszük. Ha a víz felfőtt, egy kis sót, ételízesítőt (legjobb a nátrium-glutamát mentes Vito¹), és 1-2 marék szójagranulátumot dobunk bele, majd hozzákavarjuk a rántást. 3-4 perc múlva 1-2 ma-

¹ Magyarországról hozzák, csak természetes alapanyagokból készül. A Cuza Vodă 16 szám alatti, kolozsvári Sola Scriptura boltban kapható.

rék apróra tört cérnametéltet is kavarunk a levesbe, 1 percig főzzük, majd a kb. két jó csokor, már előkészített – megmosott, felvagdalt – sóskalevelet is beledobjuk.

Megkavarjuk, és ha felfőtt, még szűk 1 percig kis lángon főzzük, majd lefedve hagyjuk 10-15 percre. Nem túl zsíros tejfelt adhatunk hozzá.



Bibliai eredetű magyar nevek – és ezek üzenete

János és Mária

János bácsi, Mari néni – mondogatjuk, ha a magyar nyelvterület egyszerű, vidéki emberére gondolunk. Nem is olyan régen, mielőtt a sok modern, idegen név divatba jött volna, e kettő a legelterjedtebbek közé tartozott, de

nem csak nálunk, hanem minden keresztény népénél.

De nem csupán a szegény ember, hanem a királyok, nemesek is szívesen viselték e neveket.

Tekintsük hát meg közelebbről ezek hátterét!

János

Héber eredetű bibliai név, eredetileg *Jah-hánán*, melynek jelentése: *Jah* (azaz *Jahvé*) *kegyelmes*.

1 Jahvé, azaz héberül JHWH – magyarul ejtsd: Jahvé(h) – (az ó-héber írásban nem léteztek magánhangzók), Istennek az eredeti, héber nyelvű Ószövetségben több ezerszer megjelenő tulajdonneve.

Innen alakult át görög nyelven – az apostolok által eredetileg görögül megírt Újszövetség lapjain szereplő – *Ioannés*-á. Ezt követően pedig a századok folyamán a kereszténységre áttérő népek mindegyike a maga ízlése és nyelvi sajátossága szerint formálta át e nevet.

Ekként a Ioannés latinul *Iohannes* (Joannes), románul *Ioan*, angolul *John*, franciául *Jean*, spa-



Apáczay Csere Jánosnak (1625-1659), a magyar tudomány és oktatás puritán szellemiségű erdélyi úttörőjének emléklakettje

nyolul *Juan*, olaszul *Gianni*, oroszul *Iván*, és a mi magyar nyelvünkön *János* lett.

Kik viselték a János nevet a Bibliában?

A Krisztus születése körüli időkben a *Jah-hánán* név eléggé népszerű volt a zsidóság körében. Ezt a nevet viselte az Úr Jézus előtt hat hónappal megszülető, és az Úr munkásságát előkészítő

Keresztelő János, aki Jézus Urunk unokatestvére és Zakariás meg Erzsébet fia volt. Ugyanígy nevezték el szülei Jézus tanítványát, a tizenkettő legfiatalabbját, János apostolt is.

Keresztelő János

Keresztelő János az akkori világban példát mutatott szent életével és igazsághoz ragaszkodó bátorságával. Az egyre elhatalmasodó bűn és világiasság elől Júdea pusztájába húzódott, és ideje jó részét ott töltötte.

Mikor érkezettnek látta az időt, a



A folyó, melyben János alámerítette a hozzá jövőket: kedvelt keresztelkedési hely napjainkban, a Jordán felső szakaszán

Szentlélek sugallatára elment „a Jordán mellett lévő minden tartományba, prédikálván a megtérés keresztségét a bűnöknek bocsánat-jára.” (Lukács 3:6)

Habár Jézus útkészítőjeként, Isten kegyelméből hatalmas befolyása volt a tömegekre, és sokan már úgy kezdtek rá tekinteni, mint a megígért Messiásra, ő mégsem esett az önfelmagasztalás és a büszkeség csapdájába:

„... megmondtam: Nem vagyok én a Krisztus (...) Annak növekednie kell, nekem pedig alá szállanom.” (János 3:28,30)

Milyen üzenet rejlik e szavakban számunkra, kik önistenítésre és felfuvalkodásra hajlamos emberi lények vagyunk!

A megtérés és bűnbánat jele a zsidóknál már azelőtt is gyakorolt vízben való alámerítkezés volt. Ez az aktus a lélek bűneitől való megtisztulást jelképezte, úgy, amint a víz a test szennjét lemossa.

Keresztelő János egyike volt azon keveseknek, akik – úgy mint Jézus édesanyja, Mária, és nevelőapja, József – felismerték Jézusban az Isten Fiát. Amikor



Heródes Antipásnak (i.e. 22-i.sz.40), Keresztelő János kivégzőjének és az Úr Jézus kígyúolójának mellszobra

maga az Úr is lejött a Jordánhoz, János ezt mondta róla:

„Íme az Istennek ama Báránya, aki elveszi a világ bűneit!” (János 1:29)

János inkább Istenhez és az Ő igazságához ragaszkodott, mint a saját életéhez. Ezért megdorgálta mind a farizeusokat, mind a vámszedőket, katonákat és a népet bűneikért, gyakorlati megtérésre szólítva fel őket. (Máté 3:7-9, Lukács 3:7-14).

Heródes Antipást, Galilea és Pérea negyedes fejedelmét – annak a Nagy Heródesnek az egyik fiát, aki annak idején a csecsemő Jézust halálra kereste – ugyancsak megróttá mindenféle gonoszágáért, és azért is, hogy elvette a testvérének, Fülöpnek a feleségét, Heródiást. (Lukács 3:19-20)

A házasságtörésben élő aszszony ezért megharagudott, és addig gyözködte a fejedelmet, míg az börtönbe vetette Jánost, majd, a kellő pillanatban kieszköltölte nála János kivégzését is. (Máté 14:1-12)

Maga az Úr Jézus tesz bizony-ságot Jánosról ekképpen:

„Bizony, mondom néktek: az asszonyoktól születtek között nem támadt nagyobb Keresztelő János-nál.” (Máté 11:11)

Ma is hatalmas szükség van olyan lelki vezetőkre, sőt, egyszerű hívő emberekre, akik szent életet élve, nem alkudnak meg a bűnnel, és vágyva a körülöttük levők üdvösségére – helyett hogy gyáván és szótlanul szemlélnék amint vesztükbe rohannak – nem félnek megróni sem kicsiket, sem nagyokat helytelen útjaikért – bármennyibe is kerülne.



II. János – János Zsigmond – (1540-1571), magyar király és erdélyi fejedelem, a magyar protestantizmus védelmezője

János apostol

A másik ismert újszövetségi hős, aki a János nevet viselte, János apostol, Zebedeus egyik fia, és az Úr Jézus legfiatalabb tanítványa. Ő volt az aki mindig a legközelebb akart lenni az Úrhoz,² és akinek gondoskodására Jézus, a kereszten függve, rábízta édesanyját, Máriát. (János 19:26-27)

János mindvégig hűséges maradt Krisztushoz, és idős kort ér meg. Pátmosz szigetére száműzik, majd onnan visszatérve, a valószínűség szerint Efézusban éri a halál, Trajánusz császár idejében.

A János evangéliuma, a János három levele, és a János jelenések könyve származnak az Ő tollából.

Kedves kalotaszegi Jánosok!

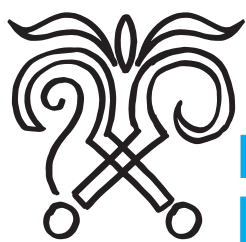
Mindkét bemutatott személy élete és jelleme példakép számotokra, és mindenki számára. Amikor titeket szólít valaki, avagy leírjátok neveteket, ne felejtsetek el annak üzenetét: *Isten kegyelmes.*

Éljünk hát mindannyian e nagy igazság fényében: Isten kegyelmében bízva, és Őt teljes szívből szeretve.

(J.E.)

(folytatjuk)

² „Egy pedig az ő tanítványai közül az ő kebelén nyugszik vala, akit szeret vala Jézus.” (János 13:23)



Nyerő kérdés

A májusi **Nyerő kérdés** válasza: Kutassunk az Efézusi levélben! Hogyan kell a férfiaknak szeretni a feleségüket?

„Ti férfiak, szeressétek a ti feleségeket, miképpen a Krisztus is szeretette az egyházat, és Önmagát adta azért. (...) Úgy kell a férfiaknak szeretni a az ő feleségüket, mint az ő tulajdon testüket. Aki szereti az ő feleségét, önmagát szereti.” (Efézus 5:25,28)



Kedves Olvasók!

Lapunk további előállítására érdekében bármikor elfogadunk tetszőleges 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).

CIF: 371 750 79.

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

És: hogyan viszonyuljanak az asszonyok férjükhöz?

„Ti asszonyok, a ti saját férjeteknek engedelmesek legyetek, mint az Úrnak. Mert a férj feje a feleségének, mint a Krisztus is feje az egyházának (...) De miképpen az egyház engedelmes Krisztusnak, azonképpen az asszonyok is engedelmesek legyenek férjöknek mindenben.” (Efézus 5:22-24)

A júniusi **Nyerő kérdés** válasza: Figyeltünk-e a Figyelő rovatra? 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.

9. oldal, 2. és 3. oszlop:

„Aki igazságban jár,
És egyenesen beszél,
Aki megveti a zsarolt nyereséget,

Aki kezeit rázván, nem vesz el ajándékot,

Aki fülét bedugja, hogy véres tervet ne halljon,
És szeméit befogja, hogy gonoszt ne lásson:

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



Kalotaszeg: Nádasmente: 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, Bánffyhunyard, Damos, Jákótelke, Magyarvalkó, Kalotaszentkirály, Magyarókerke. **Alsó (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:

kalotaszegremenye@gmail.com

Minden eddigi lapszám olvasható és letölthető a www.kalotaszegremenye.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 kéréseiket 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.