IDŐSZAKI KIADVÁNY

XIV. ÉVFOLYAM, 2025. 1. SZÁM, HÚSVÉT

SOLI DEO GLORIA

EVANGÉLIUMI, KÖZÉLETI FOLYÓIRAT

A FELTÁMADÁS REMÉNYÉBE VETETT HITTEL KÍVÁNUNK ÁLDOTT HÚSVÉTI ÜNNEPET!

„Isten! kit a bölcs lángesze fel nem ér, / Csak titkon érző lelke ohajtva sejt:
Léted világít, mint az égő / Nap, de szemünk bele nem tekinthet."

Berzsenyi Dániel **így fogalmazta meg Fohász című versében a hit csodáját, ajándékát és egyben a korlátait is. Ez az evangéliumi folyóirat a közösségi életünk színterén igyekszik megjeleníteni ezt a csodát, ezt az ajándékot, és természetesen a gyarló ember szép törekvéseit. Az ebben való osztozásra hívjuk a kedves olvasókat és a szerzőket egyaránt.**

A Református Egyházközség és a Soli Deo Gloria Közösség eseménynaptára

Április 13.	10.00	Virágvasárnapi ünnepi istentisztelet	– Ref. Templom
Április 13.	15.00	Civil, ökumenikus családi délután	– Műv. Ház
Április 16.	18.00	Nagyheti hitmélyítő est	– Ref. Templom
Április 17.	18.00	Nagycsütörtöki agapés úrvacsora	– Ref. Templom
Április 18.	10.00	Nagypénteki ünnepi istentisztelet	– Ref. Templom
Április 20.	05.00	Hajnali feltámadási ökumenikus istentisztelet	– SDG Köz. Ház
Április 20-21.	10.00	Húsvéti ünnepi úrvacsorás istentiszteletek	– Ref. Templom
Április 27.	10.00	Cserkésznap	– Gödöllő
Május 4.	10.00	Anyák napi ünnepi istentisztelet	– Ref. Templom
Május 29.	18.00	Mennybemenetel ünnepe, konfirmációi vizsga	– Ref. Templom
Május 30-31.		Cserkészszolgálat a Ref. Zenei Fesztiválon	– Bp. Bakáts tér
Június 1.	10.00	Konfirmációi fogadalomtétel	– Ref. Templom
		Családi nap	– Ref. Templom
Június 6.	18.00	Bűnbánati istentisztelet	– Ref. Templom
Június 8.	10.00	Pünkösdi úrvacsorás istentisztelet	– Ref. Templom
Június 9.	09.30	Cserkész fogadalomtétel	– SDG Köz. Ház
Június 9.	10.00	Pünkösdi úrvacsorás istentisztelet	– SDG Köz. Ház
Június 9.	11.30	Pünkösdi orgonakoncert	– SDG Köz. Ház
Június 9.	12.30	Szeretetvendégség	– SDG Köz. Ház
Június 15.	10.00	Szentháromságvasárnap, tanévzáró istentisztelet	– Ref. Templom
Június 20.	17.00	Szolgálói hálaadó sütögetés	– Ref. Templom
Június 23-29.		SDG/cserkész ökumenikus napközis alkotótábor	– SDG Köz. Ház
Július 7-11.		Hittanos Gyermektábor	– SDG Köz. Ház
Július 11-18.		Cserkészek Nagytábora	– Szokolya
Augusztus 1-3.		Cserkész vízitúra	– Csepel sziget
Augusztus 18-24.		REFISZ Nagytábor	
Augusztus 20.		Cserkészszolgálat a Prot. Sokadalomban	– Budai Vár
Augusztus 20.	10.00	Újkenyéri hálaadó istentisztelet	– Ref. Templom
Szeptember 7.	10.00	Tanévnyitó istentisztelet	– Ref. Templom
Szeptember 14.		„Nyitott ház" testvéri találkozó a lacházi Dunaparton, istentisztelet Szigetszentmárton	

A Református Templomban minden vasárnap 10 órakor istentiszteletet tartunk s azzal egy időben gyermek-istentiszteletet is.

A Soli Deo Gloria Közösségi Házban minden csütörtökön 7.30-kor 20 perces hétközi áhítatot tartunk.

A Soli Deo Gloria Közösségi Házban minden szerdán 18.00-kor bibliaórát tartunk.

A fenti istentiszteletekre, rendezvényekre, programokra minden érdeklődőt nagy szeretettel várunk!

További információ

a +36/30 287-0283-as telefonszámon vagy a dunavarsany.ref@gmail.com e-mail címen, továbbá a www.dunavarsanyireformatusok.hu oldalon kapható.

A Soli Deo Gloria Közösségi Ház kolumbáriuma iránt érdeklődni a +36/20 914-3893-as valamint a +36/30 637-8170-es számon lehet.

Az Élet győzelme

Olyan megdöbbentő, mikor a halál és az élet a szemünk láttára találkozik. Furcsa érzés ennyire két ellentétes dolgot éles kontrasztban együtt látni. Mikor írom ezeket a sorokat, még nincsenek levelek a fán, sok helyen csak kopár, élettelennek tűnő ágak éktelenkednek rajtuk, viszont van már olyan is, amin gyönyörű virágpompa tündöklik. Az egyik mintha halott lenne, a másik pedig mintha kicsattanna az élettől. Ez az évszak akarva, akaratlanul is a tél ürességét felváltó élet-zsongásról szól. Végre süt a nap, végre a madarak éneke tölti be az egyre hosszabb nappalokat, mintha a remény is ébredne bennünk.

A keresztyénség legcsodálatosabb ünnepében, Jézus halálában és feltámadásában, vagyis a húsvétban is keserédesen keveredik a gonoszság és a bocsánat, az élettelen és a megújuló, a halott és a feltámadt. Az Istent elhagyó ember kiüresedését, istentelenségének és embertelenségének féktelen sötétségét sajnos ma is látjuk és tapasztaljuk. Ó, bárcsak ne kellene tömegek halálát okozó háborúkról, globális konfliktusokról, nem szűnő éhezésről, családon belüli és kívüli erőszakról, hatalommal való visszaélésekről és még megannyi, szinte végtelenségig sorolható borzalomról hallanunk naponta, hogy a te személyes sebeidről, elhordozott terheidről ne is beszéljünk. Milyen jó lenne, hogyha ebben a fájdalmas életcsúfolásban is eljönne egy virágzó tavasz! Milyen csodás lenne, ha a lelkünk mélyén kirügyezne az élet újra és vele együtt a derű, a reménység és a melengető szeretet is kibontakozna! De mindez egy utópisztikus álom lenne csupán?!

Van számodra egy igazán jó hírem! Ez a Tavasz már elkezdődött. Olyannyira, hogy még az időszámításunkat is újrakezdtük, mert valami egészen elemi módon megváltozott! Jézus Krisztus ugyanis nem csupán egy történelmi személy, hanem aki azt mondta magáról, hogy Ő Isten Fia, aki eljött közénk. Szabadítóként érkezett abba, amiben te és én vagyunk: a télbe, az ürességbe, az istenmagányságunkba, az elfogyó erőnkbe, de jött a bűneink, a bukásaink, a sebeket okozó tetteink és szavaink sötétségébe is. A Szentírás ezt az állapotot egyszerűen halálnak nevezi. Talán te is érezted már, hogy a szíved dobogása még nem jelenti azt, hogy igazán élnél, mert valami mélyebb, valami onnan belülről hiányzik. A mi Urunk azért jött el, hogy megnyissa ebből az állapotból a kiutat számunkra és szabadulást hirdessen, vagyis elhozza a Tavaszt. Magára vette egészen a halált: az Istentől való elszakítottság felfoghatatlan fájdalmát, a kínokat, a megaláztatást, a szégyent, a kiszolgáltatottságot és a bűn büntetését, hogy odaszegezze ezt a keresztfára, majd kimondja, hogy *„Elvégeztetett”*, vagyis, hogy rendezve van.

A Tavasz akkor kezdődött, mikor áttörte a halál lezártságát és nem maradt a sírban, hanem feltámadt és él azóta is örökkévaló testben, sőt azt ígéri, hogy ugyanilyen feltámadása lesz mindazoknak, akik a benne való hitben élnek és hunynak el. Jézus Krisztus legyőzte a halált! Ez pedig azt jelenti, hogy megnyitott egy utat ott, ahol azelőtt nem volt. Van egyetlen egy út, ami kivezet abból az állapotból, amitől a hideg is kiráz bennünket. Ezen az ösvényen mintegy forrásként tör elő az Élet, ami áthatolt a halálon. Ma is árad, ma is elérhető, ma is tapasztalható ez a győzelem, ez a tavaszi életerő, ez a megtisztító helyreállítás. Az, amire úgy igazán vágyunk, azt hozta el az Úr Jézus nekünk!

Ahogyan a kopár és a virágzó fák egymás mellett állnak, úgy ez a jó hír, ez az élő reménység sem egyszerre ér mindenkit. Viszont hiszem, hogy téged is el akar érni, akkor is, ha még úgy gondolod, hogy ez a változás csupán tündérmese vagy önámítás.

Isten azt ígéri, hogy eljön majd az az idő, amikor az egész világra kiterjeszti ezt az Élet győzelmet. Aki addig a halál állapotában marad, aki nem engedi, hogy ez a csodás tavasz megújítsa őt, aki nem kéri ezt a győzelmet, az megmarad a télben, viszont aki Jézus Krisztus győzelmét, bűnbocsánatát, megújító jelenlétét kéri, aki azon az Úton jár, ami egyszerre Igazság és Élet is, annak ez az állapot soha nem múló Életté teljesedik ki. Letöröl minden könnyet, amit a halál csalt a szemünkre és együtt ünnepeljük, amit Jézus maga ígért az Övéinek: *„Aki győz, annak megadom, hogy velem együtt üljön az én trónomon; mint ahogy én is győztem, és Atyámmal együtt ülök az ő trónján.”* Jelenések könyve 3,21

Korsós Tamás
református lelkipásztor

Böjt és diéta között számos különbség van. Az egyik legalapvetőbb, hogy míg a diétát általában a méregtelenítés és/vagy fogyókúra motiválja, addig a böjt mögötti spiritualitásnak bibliai háttere van. Ha jellemezni szeretném, mi állt életem első tudatos ételmegvonása mögött, akkor inkább sorolnék fel materiális okokat, mint lelkieket. Történt ugyanis, hogy egy családi jóbarát kérdezte meg tőlem a böjti időszak kezdetén, nincs-e kedvem kipróbálni az Oshawa diétát. Amolyan minden mindegy alapon igent mondtam rá, mondván, legfeljebb csak kilókat veszíthetek vele, amit meg annyira nem bánok. A cél azonban nem a fogyás volt, hanem a szervezetem megtisztítása a helytelen táplálkozásom során lerakódott méreganyagoktól. „Szerencsémre" nem tudtam, mibe vágok bele, mert ha utána olvastam volna az Oshawa diétának, lehet, hogy el sem kezdem. A böjt második napján írtam csak be az interneten a keresőbe. A legtöbb fórumon a világ egyik legkeményebb diétájaként emlegetik, pedig első hallásra nem tűnik vészesnek. Végül is nem kell koplalni, lehet enni. Csak abba kevesen gondolnak bele, hogy ami viszont fogyasztható, ahhoz az embernek nem lesz túl sok kedve. Olvastam viszont arról is, hogy cserébe olyan energiát fogok megtapasztalni, amit előtte sosem. Napközben tele leszek tettvággyal, és a pozitív energiaszint kora estig kitart majd. Aztán este 9-kor már kívánni fogom az ágyat, és végig fogom aludni az éjszakákat. Hát mi ez, ha nem a legegészségesebb dolog a világon: 10 óra előtt elaludni, és reggel 6-ig meg sem ébredni!

Ott kezdeném, hogy a „mindössze" 10 napig tartó Oshawa diéta teljes táplálékforrása ráfér egy kisebb méretű tálcára. 1 zacskó köles, 1 zacskó hajdina, 1 zacskó bulgur és 1 zacskó barnarizs. Ezeket eheti az ember főtt állapotukban, de egy nap csak az egyiket.

Az első napot kölessel kezdtem. Törekedtem arra, hogy lehetőleg csak egy hétvége essen bele a diétába, így egy szerdai napon vette kezdetét az „önsanyargatás". A diéta szerint éhezni nem szabad, enni bármennyit lehet este 6-ig. Csakhogy kölesből nem akar bármennyit enni az ember, még akkor sem, ha éhes. Éhes pedig garantáltan lesz az ember, ha előtte a fehérjedús ételekhez szokott. Így hát nem fogyott több szilárd étel egy púpozatlan tányér kölesnél az első napon.

Inni a diéta teljes időtartama alatt csak vizet szabad! Ezzel is úgy van az ember, hogy elsőre nem tűnik drámainak, de mikor az első napi cukormegvonás után másnap már jól esne az a víz egy kis citrommal és egy kiskanálnyi cukorral, rá kell jönni, hogy önmagában a víz sem elegendő nedvességforrás.

Egy hétig se tej, se üdítő, de még tea sem; maximum annak ízesítetlen változata (citrom és cukor nélkül). Szóval 10 napig csak víz!

A második nap jött a barnarizs. Estére úgy éreztem, szinte minden erőm elszállt, és 7 órakor szó szerint padlót fogtam. Elkezdtem verejtékezni, és csak nagy nehézségek árán jutottam fel a kanapéra. Ugyanakkor másnap hajnalban tele energiával ébredtem. Annyi erőt éreztem magamban, amivel úgy gondoltam, bármit elbírok és bármit el tudok érni. Gyorsan szerveztem is néhány nehéz tárgyalást arra a napra. Kisujjból kiráztam…

Harmadik nap dettó: hihetetlen energiaszint, bődületes teljesítőképesség. Az előző napi barnarizst erre a napra a hajdina váltotta fel. Férfi szemmel ez egy nehezen értelmezhető étel. Mégis péntekre magát az életet jelentette, az – esetemben – 2 liternyi napi vízmennyiséggel együtt. Viszont ez a nap valami furcsa, addig sosem tapasztalt megélést hozott. Úgy éreztem, mintha méreg árasztaná el a testemet. Felhívtam a velem együtt böjtölő, szakavatott ismerősömet, aki elmondta, ilyenkor szabadul fel a testemben az évek alatt az egészségtelen táplálkozásból visszamaradt méreganyag (különféle tartósítószerek, mesterséges színezékek, a génmódosítások eredményeképp keletkezett sejtkárosító anyagok stb.), és az előző napi heves verejtékezés is már ennek a jele volt.

A negyedik napon, amikor a bulgur következett, komolyan elgondolkoztam azon, hogy ab-

bahagyom ezt a böjtöt. A napok óta tartó éhségérzettel, az este 6 utáni koplalással és az ízélménymegvonással szemben a mérleg másik serpenyőjében csak az elhatározás állt, hogy végig akarom csinálni. Nem vagyok egy feladós típus. Ha valamit eldöntök, azt végig viszem. Szokták mondani, minden fejben dől el. Ebben bíztam. És folytattam. Mert eldöntöttem, hogy végig fogom csinálni…

Az ötödik napra feleségem kilépett az Oshawa diétából, így otthon már nem volt társam ebben a kínban. Gabinak mentségére szóljon, hogy ha ezt tovább csinálja velem, lehet, kórosan lefogy a végére. Ő az Oshawa helyett egy másik, húsvétig tartó böjtre váltott át, amiben viszont már lehet „normális" ételeket enni, igaz, teljesen húsmentesen. Neki köszönhetően a konyhába ismét beköltöztek az illatok, ami számomra még elviselhetetlenebbé tette a bulgur-hajdina-köles kombót. Hogy szenvedésemet minimalizáljam, este 8-kor már ágyban voltam, 20 perccel később pedig már a világomról sem tudtam.

Az 5. napom ismét páratlan energiaszinttel indult, reggel 5 órai ébredéssel. És már a negyedik éjszaka telik el 8 óra folyamatos, egybefüggő alvással, éjszakai megébredések nélkül! Hihetetlen…

Egy hét után lassan elkezdem elfelejteni az ízeket, megindul a sóvárgás a neten egy-egy jól kinéző hamburger után. El is határozom, hogy ha ennek vége, első utam egy talponálló burgerezőbe visz majd. Aztán gyorsan el is hessegetem ezt a gondolatot, mondván, valóságos merénylet lenne ez 10 nap diéta után a szervezetem ellen. Talán majd a harmadik napon. Ha még élek akkor…

És láss csodát, a hetedik nap is rám virrad valahogy, ráadásul nem is akárhogy. Megint tele vagyok energiával, világmegváltó tervek sorjáznak a fejemben. Csak ne kellene megint hajdinát ennem egész nap...

Az első öröm a 8. napon ér, amikor látom, hogy üres a hajdinás zacskó. Elfogyott. Végre!

A kilencedik napon ismerősöm beállít egy kedves ajándékkal, egy szép, piros almával. Akkor, abban a pillanatban számomra az az alma volt a gasztronómia csúcsa. „Ezt holnap estére hoztam" – hangzik a lehangoló itiner. Lélekben felkészülök arra, hogy a 10. napon ezzel a szép, ízes gyümölccsel intek búcsút a világ egyik legkeményebb diétájának. Megkezdődik belül a spirituális felkészülés. Holnap már péntek, gyorsan elalszom…

A 10. nap valóságos ünnepnap. Már csak pár óra, és vége az Oshawa diétának. Hurrá! Nehezen telnek az órák, a végén a percek örökkévalóságnak tűnnek. Csalok. 17 óra helyett már 16 órakor megterítem az asztalt. Tányérra rakom az almát, s magam elé teszek egy szál gyertyát. Meggyújtom. Behunyom a szemem. Legbelül hálát adok a Jóistennek, hogy adott erőt ahhoz, hogy naponta százszor is nemet mondjak a kísértésnek: az ízeknek, a hűtőszekrény kinyíló ajtajának, a kanapén mellettem falatozgató gyermekem tányérjának. Hálát adok az erőért és arra kérem, ebből az önuralomból valami maradjon meg a következő 355 napra is. Mert bár én bírtam ki ezt a hihetetlen próbatételt, a dicsőség valójában Istené! Soli Deo Gloria!

Bulgur, hajdina, köles, barnarizs – jövőre, veletek, ugyanitt!

Dr. Szilvay Balázs

Búcsú Fenyv
a hit, a hűség és a sz

Sokan vagyunk, akik halála hírére, temetése eseményére és talán azóta is újra és újra megtelünk azokkal az emlékekkel, amelyek hozzá fűztek. Feleségemmel együtt én is emlegetem azt az 1980-as őszi napot, amikor nt. Cserháti Kálmán, akkori református lelkész, mint utódjait elhozott bennünket a varsányi alig kész parókiához és az igencsak omladozó szerény imaházhoz.

A nem túl lelket emelő látványt egy pillanat alatt megszépítette két középkorú házaspár, akik önkéntesként úgy fogadtak bennünket, hogy mázolták későbbi otthonunk ajtajait. A Fenyvesi házaspár és a Szűcs házaspár volt. Így mondhatjuk, hogy Lajossal, hitvesével és keresztkomáikkal találkoztunk először és aztán 45 év elteltével mondhatom, hogy utolsó baráti és egy kicsit hivatalos találkozásom Lajos bátyámmal a ráckevei szeretetotthonban volt halála előtt néhány nappal. Azt pedig, hogy közben mi minden történt velünk, ami közös volt örömben és fájdalomban, szolgálati célban, sikerben, kudarcban, az szinte fel sem sorolható. De nem is szükséges azoknak, akik bátor hittel túllépnek a saját kommunikációjukon és Lajos *elköltözésekor* tudnak az ő *megérkezéséről* is. Megérkezésekor pedig így szól hozzá az Élet Ura: *„Jól van, jó és hű szolgám, a kevesen hű voltál, sokat bízok rád ezután, menj be urad ünnepi lakomájára!"* (Mt 25,21)

Jókai Anna írótól hallottam ezt a bátor hitű szójátékot: *„Amikor megszületünk, a mennyben ez hangzik el: Isten áldjon! A földön pedig az, hogy Isten hozott! Amikor pedig meghalunk, akkor a földön azt mondjuk: Isten áldjon! A mennyben pedig ez hangzik: Isten hozott!"* Fenyvesi Lajos hűséges hitves, szerető apa és nagyapa, egyházának, városának és hazájának hűséges szolgája elköltözésekor még ezt is hozzátehetjük: *„Jól van, jó és hű szolgám, a kevesen hű voltál, sokat bízok rád ezután, menj be urad ünnepi lakomájára!"* Nem a temetőben hagyjuk, hanem az Élet Urának ünnepi lakomájába bocsájtjuk, ott ér célba a hitben és hűségben leszolgált, ütéseket is türelemmel kiállt élete.

- 1939-ben született városunkban, azon a településen, sőt azon a portán, ahol az egész életét töltötte.
- Szülei hitben nevelték, s amikor kortársai rúgták a rongylabdát a porban, akkor ő hittanra, konfirmációra, édesanyjával bibliaórákra, házi istentiszteletekre járt vagy éppen rakta a vályogot az épülő templomnál.
- Felnőttként hűséges tagja volt a helyi református egyházközségnek – gyakorlatilag születésétől haláláig –, legalább öt évtizedig

esi Lajostól,
olgálat példaképétől

volt presbiter és egy negyedszázadig törődő főgondnok.
- Hitvesével együtt két fiúgyermeküket legjobb tudása szerint nevelte, s ugyanezzel a szeretettel vette körül nevelt leányát is. Sőt, mindent megtett annak érdekében, hogy hitvese tágabb családjában jelentkező hitbéli hiányosságokat – keresztelés, konfirmáció elmaradásának pótlását – is szorgalmazza a helyi gyülekezetben. És még nincs vége! Lacházán magára maradt nagynénjét magukhoz vették és a legnagyobb családi szeretetet adták neki utolsó, nem kevés évei számára. Otthonuk otthona volt a mindenkori lelkésznek, hiszen a parókia csak a 80-as években készült el.
- Minden építkezésben részt vett a templomtól, a parókián, a cserkészotthonon keresztül a közösségi házig. Külön a nevéhez fűződik a torony építésének bátor terve, hiszen a kommunizmus uralma alatt a lelkész erre még gondolni sem mert.
- Hűségesen gyűjtötte az egyházfenntartói járulékot, miközben nyelte azoknak a megjegyzését, akik attól érezték embernek magukat, hogy igaz értéket képviselő, szelíd embereken köszörüljék a nyelvüket.

Szolgálatából a város sem maradt ki.
- Csatlakozott a keresztény-demokrata szellemiségű FIDESZ-hez, és annak képviseletében évtizedeken keresztül minden választási bizottságban őrizte a tisztaságot.

Szerette az Istent és szerette az embereket. Sokunk tapasztalata azonban az, hogy ez sem garancia a zökkenőmentes életre. Sőt, tudjuk azt, hogy az Isten szeretete nem könnyű életet ígér, hanem igaz életet. Ilyen igaz volt Fenyvesi Lajos élete, telve a fenti szolgálatokkal és sokszor majdnem csordultig a nehézségekkel, sőt tragédiákkal. Gyermekkorában egy banális baleset okán egy életre szólóan megsérült az egyik szeme. Szeretett édesanyjától el kellett búcsúznia. S ami talán a legnagyobb fájdalom egy szülőnek, a 16 éves, nevét viselő nagyfiától is búcsúznia kellett. Ráadásul egy olyan baleset miatt, ahol Lajoska vétlen volt. Aztán jött hitvesének betegsége, majd elköltözése egy karácsonyi napon. Gondolhatjuk, hogy ez onnantól kezdve minden karácsonyát beárnyékolta. És volt egyéni betegsége is: gerincsérve. Utolsó éveiben talán nem volt egy fájdalommentes pillanata sem. Ezt tetézte egy csonttörésekkel járó kerékpárbalesete, és mindez beteljesedett a megöregedéssel és a kiszolgáltatottsággal.

Túl a szolgálat és a szolgálati sikerek örömén, életéből persze nem hiányoztak a barátságos, derűs órák, napok sem. Ennek fiatal házasként mi magunk is sokszor részesei voltunk családi eseményeken, szilveszter napján, gyülekezeti szeretetvendégségeken, vacsorákon. De ezt messze meghaladta nyilván örömteljes büszkesége Zoltán fia szakmai sikere és családi gyarapodása okán. A kívülálló számára is megható volt, ahogy „Zolika" minden vasárnap reggel elment érte Ráckevére, elhozta a maga templomába, családi körben ebédeltek olyan szeretetben, hogy Esztike és Dórika unokái minden cserkészprogramot lemondtak azért, hogy nagyapjukkal lehessenek e vasárnapokon.

A fenti sok pozitívumot mosolya summázta, ami átsütött még a nehéz napjain is. Akik ismertük, nem fogjuk elfelejteni ezt a mosolyt. De van ennél fontosabb is. Ezzel a mosollyal fog belépni: „ura ünnepi lakomájára".

Sokat halljuk, hogy a halálban egyedül vagyunk. Ezt a magányt emberileg enyhítette Zoli fia, aki az elköltözés pillanatában a kezét fogta. És ami ennél is több, hogy hitünk szerint az Úr így fogadja őt: *„Jól van, jó és hű szolgám, a kevesen hű voltál, sokat bízok rád ezután, menj be urad ünnepi lakomájára!"* S már csak az van hátra, hogy mi gyásszal és fájdalommal, de Isten iránti hálával és akaratában megbékélve ezt mondjuk: Isten veled! Azt pedig a mennyei karból halljuk, hogy: Isten hozott!

Dr. Bóna Zoltán

Kegyelemtelen

„…keresztyén le

A múlt év végi híradások között jutott el mindenkihez annak a ténynek a híre, hogy köztársasági elnökünk ebben az esztendőben (2024-ben) nem gyakorolta azt a jogát, amellyel kegyelmet adhat valakinek a kérvényezők, illetve előterjesztettek közül. Háttérinformációként vélem tudni, hogy 600 körül volt a kegyelmet kérők száma és 40 körül azoknak a száma, amelyek javasolt előterjesztésekként kerültek a köztársasági elnök asztalára.

Nem is lenne ennek olyan nagy hírértéke, ha az elmúlt esztendő nem lett volna hangos az úgynevezett kegyelmi ügytől. Attól az ügytől, aminek megítélésében úgy tűnik, elsöprő egyetértés volt hazánk polgárai között, bár nyilván a motivációk eltérők voltak: politikai érdek, politikai kényszer, világnézeti szempont, spirituális érzékenység, morális érzékenység, jogi képzettség vagy annak hiánya, etikai véna vagy annak tévútja etc. Eddig sem és most sem kívánok ebbe nagyon belebonyolódni, bár egy kicsit elkerülhetetlen, ha már az államelnöki kegyelem elmaradását nem hagytam szó nélkül.

Számomra – nyilván nem kis részben szubjektíve – az a szomorú lényeg, hogy nem tudok szabadulni attól a gondolattól, hogy ennek az évszázados úzusnak (legyen az király, fejedelem, elnöki tanács vagy köztársasági elnök részéről) az elmaradása szoros összefüggésben van azzal, amit kegyelmi ügynek nevez a nem fáradó „ügycsinálók" hangoskodása és százezreknek az abszolutizált igazságérzete. Igen, sajnos úgy gondolom – a tévedés jogának fenntartásával –, hogy a kettő között szoros összefüggés van. Akár tudat alatt is. Meg is értem, hogy ebben a légkörben nem kívánt a kellemetlenkedőknek egy újabb fogást fölkínálni. Tehát döntése érthető és megérthető. Viszont sajnálatos az a közhangulat, amelyre részben lehet úgy tekinteni, hogy a fentiekkel szoros összefüggésben van. Persze lehet, hogy ez a fajta „kegyelemtelenségi kultúra" már régebbi folyamat eredménye, de az biztos, hogy tavaly jól megizmosodott.

Nem is csűröm, csavarom, hanem kimondom: nagyon bánt, sőt fáj, sőt szekunder szégyenérzetem van amiatt, hogy egy olyan országgá lettünk, ahol sokan alig korlátozzák magukat a verbális vagy tettleges kegyetlenkedéstől, de a kegyelem gyakorlásától szintén sokan visszatartják magukat a társadalom minden rétegében, mert: „abból baj lehet"! „Régi dicsőségünk fénye" sokat kopott a tavalyi kegyelmi üggyel, de úgy látszik, tartós sebeket is kapott.

„Hazaszerető szomorúságomnak" az a tovább-szomorító gondolata, hogy a hazánk köz- és magánéletét erősen jellemző gátlástalan durvaság és a kegyelem gyakorlására való készség általános deficitje között szoros összefüggés van. Persze a tyúk-tojás kérdés ez esetben is legitim.

Előre jelzem hangsúlyosan, hogy egyetértek a Bismarcknak tulajdonított megállapítással: „Egy országot nem lehet a Hegyi Beszéd alapján kormányozni". Ebből nyilván következik, hogy különbség van a kegyelem teológiai, szociológiai és jogi értelmezései között, de a kegyelem esetében itt csak nüanszról van szó, mert a kegyelem minden esetben azt jelenti, hogy aki büntetést érdemel, az azt nem kapja meg. Természetesen itt konfliktus van az igazságosság és a kegyelem gyakorlása között, de az mégiscsak valóság, hogy a kegyelem gyakorlását megelőzi egy jogos és érvényes jog- és igazságszolgáltatás. A sokat emlegetett hatalmi ágak szétválásának ügye ez esetben kivétel, mert az igazságszolgáltatás az egyik hatalmi ág feladata, a kegyelem gyakorlása pedig momentán a legfőbb közjogi méltóság lehetősége. És a kettő találkozik. Tehát ha cinikusnak is hangzik a mondás, hogy a kegyelmet bűnösök kapják teológiai, jogi és morális értelemben, akkor is igaz. És hogy ezt a konfliktust mégis miért tartja meg a közélet, az valószínűen indokolt. Nem akarok itt kompetencia-határt sérteni – bár lehet, hogy már eddig is megtettem – de felteszem a kérdést: tényleg azt szeretnénk, hogy a kegyelem intézménye a családi élettől a legszélesebb közügyekig kitöröltessék az életünkből?! Ki merem mondani, hogy ha ez így lenne, akkor órák alatt fölbomlana a család intézménye, a generációk kapcsolata, a barátság valósága, a szerelem szépsége és minden intézmény a bölcsődétől a törvényhozásig. Nehogy kipróbáljuk!

Az viszont lehetséges, hogy ha ezerszer meggondoljuk az igazságosság gyakorlását, akkor ezerszer meg kell gondolni a kegyelem gyakorlását is az élet minden területén. Ugyanakkor kész recepttel nagyon nehéz korlátozni a kegyelmet. Hol van annak az alsó és hol van annak a fölső határa az egyes szituációkban? Ez egy olyan kérdés, amire általánosságban nem lehet válaszolni. Ennek jegyében nem gondolom helyesnek azt a mérlegelést, hogy már elméletben is van olyan eset, ahol nincs helye a kegyelemnek sem jogi, sem erkölcsi értelemben.

ORSZÁG LETTÜNK?!

sz, vagy nem lesz?!”

És most térek vissza a fő problémámhoz, amelynek kiindulása az, hogy jog-/közrendünkben, erkölcsi értékrendünkben és a leghétköznapibb gyakorlatunkban van-e helye az igazságossággal együtt a méltányosságnak, a kegyelemnek, az emberi méltóságnak, a jóhiszeműségnek, a jóra ösztönzésnek, a jó reménységnek, a bizalomnak, sőt a szeretetnek?! Mindez azért van így, mert a legszekulárisabb jog-/közrendünk és a legszekulárisabb erkölcsi értékrendünk – nem is beszélve a spontán életgyakorlatunkról – gyökerei belekapaszkodnak olyan biblikus igazságokba, mint a fentiek, amelyet még tovább sorolhatok a következőkkel: az irgalom, a fölülemelkedés, a gesztusgyakorlás, és ezek végső soron mind a kegyelembe torkollanak. Ezt a megalapozottságot nevezzük keresztyén kultúrának. Más szóval annak az életformának és értékrendnek, amelyben már nem dominál az istentisztelet, a vallási elvárások, templomba járás, természetes keresztelés stb., „de hát mégiscsak zsidó-keresztyén, biblikus kultúrában élünk” – mondjuk mindannyian. Cirka ötvenévvel ezelőtt erre mondta az egyébként hívő keresztyén Antall József miniszterelnökünk: „hogy Európában még az ateista is keresztyén”. És ez a mondás addig (volt) igaz, ameddig egy társadalom – ha úgy tetszik zárt templomokkal és néma harangokkal is – az előbb felsorolt értékekből táplálkozik. Úgy gondolom, hogy ez a mondás mára nagyon meggyöngült. Mert ha a keresztyén kultúránk keresztyénsége csak annyi, hogy vasárnap eszünk rántott húst, nem élünk többnejűségben, nem gyakoroljuk a kannibalizmust és nem gyakoroljuk a halálbüntetést – pláne, hogy ez utóbbit nagyon sokan újra bevezetnék – az azt jelenti, hogy szinte már teljesen leszakadtunk e gyökerekről. Nem titkolom, ez a fő problémám. És ha már a kegyelemből indultunk ki – lelkészként nem mondhatok mást, minthogy – aki nem tud Istenről, nem tud Isten kegyelméről, amit éppen rajta gyakorol, az a kegyelemnek, az emberségnek szekularizált formáit is nehezen fogja megérteni, elfogadni és gyakorolni. Az elmúlt egy esztendő számomra ezen a téren azt jelzi, hogy társadalmunk gyakorlatának minden nap kevesebb eleme táplálkozik abból a biblikus, zsidó-keresztyén értékvilágból, amivel egyébként még formálisan címkézzük magunkat.

És ez odáig mehet, hogy tudatosan kívánják a biblikus hagyományból táplálkozók elhallgattatását. Ők követelik, hogy egyházi személyeknek, – horribile dictu – hívő embereknek ne legyen véleményük vagy befolyásuk politikai vagy jogi döntésekben, vagy azok határeseteiben, vagy egyáltalán ne legyen szerepük a közéletben. Ezzel egyrészt állampolgári joguktól fosztják meg polgártársaikat, ráadásul bátran ítélkeznek egyházi, teológiai, spirituális ügyekben, aminek az előfeltételéről – hitismeret, egyházismeret – önként és dalolva mondtak le.

Ezzel érünk vissza az eredeti problémámhoz, hogy kultúránkat, döntéseinket, mentalitásunkat, akár törvényhozásunkat és annak végrehajtását tudatosan vagy öntudatlanul milyen kulturális meggyökerezettséggel, begyökerezettséggel vagy megalapozottsággal folytatjuk. Ha elveszítettük a biblikus kultúránkat, akkor nem csodálkozhatunk semmin. Ha pedig még nem teljesen, ha még rajta vagyunk a biblikus gyökereken, bár a templom küszöbét át nem lépjük, egy őszinte fohász sem hagyja el az ajkunkat, de működik bennünk az irgalmasság, a méltányosság stb., tehát a keresztyén értékek, akkor valóban a keresztyén kultúra áldásait hozzuk a társadalomba. Tehát akkor lehetünk bátrak – templomos, egyházias, biblikus identitással vagy anélkül – a közszereplésben. Akkor ne féljünk a sokat emlegetett zsidó-keresztyén hagyomány szerinti döntésektől és cselekedetektől életünk minden területén és minden társadalmi pozíciónkban. Ne féljünk gesztusokat gyakorolni, ne féljünk megbocsájtani, ne féljünk nagyvonalúak lenni, mert a Jóisten ilyen velünk, sőt azokkal is, akiknek erről fogalmuk sincs.

Ne legyünk kegyelemtelen ország, ahol már az óvodások is csak verekedni tudnak, a kamaszok meg csak polgárt pukkasztani vagy anyát szomorítani. Legyünk okos kereskedők és ne dörzsöltek. Legyünk bölcs közéleti emberek és ne csak rutinosak. És persze legyünk mindig irgalmasak, gesztust gyakorlók, sosem feledve, hogy Isten irgalmából és atyai szeretetéből éljük a mát, remélhetjük a jövőt és tudhatjuk az örökkévalót.

Robert Schumannak, Franciaország egykori külügyminiszterének, az európai integráció egyik leglelkesebb alapítójának tulajdonítják azt a mondást, hogy „Európa vagy keresztyén lesz, vagy nem lesz”. Nézzünk körül – belsőnk és környezetünk megvizsgálásával – és úgy tegyük föl ezt a kérdést szűkebb hazánkra vonatkozóan! Vigyázzunk, hogy hogyan döntünk, mert ezt a döntésünket cselekedeteink kegyelemmel vagy kegyelemtelenséggel fogják követni!

Dr. Bóna Zoltán

Szubjektív emlék- és a Pál apostol nyomában

Görög

Megbolydult a világ! Nagyon sokan vannak úton. Sok százmillió azért, mert otthona nem biztonságos vagy éppen mert kényelmesebb, civilizáltabb, gazdagabb életre vágyik. Ők a menekültek, illetve a migránsok. Az első csoport oltalmat, befogadást és segítséget érdemel. A második csoportról már megoszlanak a vélemények. Valamikor ezt a migráns csoportot vendégmunkásoknak nevezték és sok ország befogadta őket. Így kezdődött az a népvándorlás, amelynek kapcsán rengeteg jugoszláviai vagy törökországi ember éveket dolgozott például Németországban, aztán hazament, szép házat épített, elegáns autót vett, ha úgy tetszik, megcsinálta a szerencséjét és mondhatjuk azt, hogy szintet lépett az életminőségében. Mások ottmaradtak, pl. török negyedek jöttek létre Németországban, épültek a mecsetek és aztán még egy darabig úgy tűnt, hogy ez a jelenség társadalmilag nem csak kezelhető, hanem még hasznos is. Ezek az idők elmúltak. Szinte egész Nyugat-Európában a jobb életet, de nem a több munkát kereső milliók immáron a probléma oldalát alkotják.

Folyamatosan romlik a helyzet. Újabb és újabb háborúk törnek ki, a vallási intolerancia fegyveres formát ölt, soha nem látott módon jelenik meg a kereszténygyűldözés például Afrikában. Ugyanott vizek fognak el, az ózonréteg elvékonyodik és félföldrészek válnak élhetetlenné. Akik az életveszélyből menekülnek, azok továbbra is menekültek. Akik csak a földi szenvedés ilyen-olyan bugyraiból szeretnének emberhez méltó életet élni, azok határesetet képeznek, mert hogy mindenkit nehéz befogadni, ugyanakkor senkitől nem várhatjuk el, hogy szomjúhozzon, éhezzen, szenvedjen csak azért, mert máshova született. A migráns kategória pontos jelentése elveszett, a vendégmunkás értelmezhetetlenné vált már csak azért is, mert sokan úgy jönnek a gazdag Európába, hogy eszük ágában sincs dolgozni. Az emberiség történetében mindig volt népvándorlás. Ez bizonyára problémákat okozhatott a múltban is, ahogy azt tudjuk a Szentírásból, a történelemből és tudjuk a saját történelmünkből.

A „megbolydulás" harmadik csoportjának oka a jómódúak jómódja. Kirándulunk, túrázunk, aki teheti, délszakon telel és északon nyaral. Van, akit a kulturális értékek vonzanak, van, akit csak valamiféle kalandvágy. Egy globális üzletág épül arra, hogy ma már senki nem akar meghalni úgy, hogy csak azt a kis világot ismeri, ameddig az udvarából a szem ellát. Ezt az ember önként választja tényszerűen is, időszerűen is és útirány szerint is a maga kedvtelésére.

De mindig volt és mindig is van, aki küldetéstudatból indul távoli vidékekre. Aki úgy érzi, hogy van valami a szívében, lelkében, fejében, amit meg kell osztania másokkal, hogy nekik is jó legyen. Van olyan talentum/karizma, például a hitnek ajándéka, amelyet a hívő ember nem áshat el. El kell mondani azoknak, akik ezt közvetlenül nem kapták meg. De szép dolog is, amikor a templomos, evangéliumi hitű ember a falujában, városában, a bolt vagy a fodrász ajtajában nem pletykálkodik, nem szaftos sztorikat traktál, hanem „igét hirdet"! Elmondja, hogy milyen csodálatos dolgokat tesz vele az Úr. De jó, akinek a bátorsága addig eljut, hogy mer hinni csodálatosan jó dolgokat a világ és önmaga megtapasztalásával szemben, és még annyira is bátor, hogy ezt közelbe és távolba elmondja másoknak! Ők a misszionáriusok. Akik magukra veszik Jézus szavát, aki a tanítványainak ezt mondta a mennybemenetele napján: *„…eljön hozzátok a Szentlélek, és tanúim lesztek Jeruzsálemben, egész Júdeában és Samáriában, sőt a föld végső határáig."* (ApCsel 1,8)

Minden idők krisztusi misszionáriusának őstípusa és őspéldája Pál apostol. Tisztes polgári életet élt, követte atyái hitét, megtanult mindent, ami megtanulható. De nyitott maradt Krisztus megérintésére, ami ugyan visszautasítható, de ő nem utasította vissza. Ellenkezőleg. Az, aki Krisztussal testben, a földi életében nem találkozott, legnagyobb apostola lett az Úrnak, mert a nagy damasz-

GONDOLATFOSZLÁNYOK CÍMŰ ZARÁNDOKLATUNKRÓL

ország 1.

kuszi élményétől kezdődően egyetlenegy küldetésén fáradozott fáradhatatlanul. Az akkor ismert világot bejárta. Átélte a megnemértettséget, a megkövezettséget, a megfenyegetettséget, tiszteletet és gyalázatot, és mindig volt annyi ereje, hogy továbbmenjen. Három nagy misszió-útjáról tudunk.

Több, mint negyven éves igehirdetői szolgálatom során biztos sok példát vettem egyik-másik missziói szavából, elfogadottságából, elutasítottságából, tortúrákon át való kitartásából. Mindezen túlmenően csoda történt velem az elmúlt két évben. Balázs fiam szervezésében, barátai és Zoli fiam részvételével két éve Törökországban és Cipruson követtük Pál apostol nyomát és kereshettük szellemiségét. Tavaly pedig valami hasonlóra került sor Görögországban és Krétán, amely út krétai részéhez Zoli fiamon túl Ambrus unokám is csatlakozott. Mindkét utunkon folyamatosan be-bejelentkeztünk videón és sokakkal megosztottuk élményeinket. Az alábbiakban pedig lapunk olvasóinak adunk képes beszámolót tavalyi utunkról.

Szófián keresztül vezetett az utunk abba a Filippibe, ahová Pál apostol hajón érkezett Neápoliszon keresztül a törökországi Tróász-ból. Pál apostol első európai élménye az volt, hogy a városon kívül egy folyóparton imádkozott, majd ott találkozott egy Lídia nevű istenfélő asszonnyal, aki különösen is figyelt Pál szavára. Megkeresztelkedett háza népével együtt és Pál apostolékat házába fogadta.

Patakpart, ahol Lídia és társai megkeresztelkedtek

Természetesen itt is koszorúztunk

E jeles esemény tiszteletére épült kápolnában is kegyelettel pihentünk meg

Persze az apostol európai élménye nem maradt ilyen idillikus. Egy eszelős szolgálót az utcán meggyógyított. Miután e tett sokak üzletét zavarta, Pált megverték és bebörtönözték. Ez volt Európában a második élménye. A harmadik pedig a következő: természetesen Pál apostol és munkatársa, Szilász a börtönben sem tett mást, mint imádsággal és énekkel magasztalta az Istent. S láss csodát! Kinyíltak az ajtók, lehulltak a bilincsek. A börtönőr pedig értetlenül vette tudomásul, hogy Pál és Szilász nem hagyta el a cellát. Ő vezette ki őket, megtért, megkeresztelkedett, *„Azután házába vitte őket, asztalt terített nekik, és örvendezett, hogy egész háza népével*

együtt hisz az Istenben." (ApCsel 16,34) A negyedik élménye is tipikusan európai. Akik felelőtlenül bebörtönözték, képmutató nagylelkűséggel elengedték volna. Pál azonban nem csak lelkében volt állhatatos, hanem emberi méltóságában is öntudatos. Elvárta, hogy jöjjenek érte, kérjenek bocsánatot és csak azután mentek tovább. Európának az akkori, ottani sarkában a város vezetői még képesek voltak erre... Tehát Pálnak ez a kétévezredes története mintegy szimbolizálja az európai valóságot: ahol a keresztyén bizonyságtételért lehet vendéglátást és börtönt kapni, meg őszinte megtérést is tapasztalni, valamint át lehet élni a vezetők álságos, képmutatóan megalázó gesztusát is.

Kövek, kövek és kövek

Meg három magyar, aki konokul próbálja memorizálni ezeket

Ja és a köveknek mindig van pora is, amit le kell öblíteni

Amennyire csak tudtunk, ténylegesen is próbáltunk Pál apostol útján járni, merthogy a Római Birodalom útjai miközben Rómába vezettek, közben például Filippiből Amfipoliszon keresztül Thesszalonikába is.

Nem ezen mentünk, de megtaláltuk a Via Egnatia nevű utat, amelyen bizonyosan vitte Pál az Evangéliumot Thesszalonikába

Amfipolisz „kapuja"

Sokak régi vágya, hogy Athosz félszigetére eljussanak. A nőknek ez még sokáig álom marad. Mi viszont természetesen a programunkba annak ellenére fölvettük, hogy nyilvánvalóan Pál apostol idejében szó sem volt e félsziget jelentőségéről. Mára a keleti kereszténység kolostorai népesítik be e félszigetet. Vannak orosz, görög, szerb, román etc. közösségek, akik a világtól elvonultan dicsérik az Urat és kínálnak megbékélést, lelki felüdülést azoknak, akik e titokzatos világban remélik életük Krisztusban való megújulását. Jönnek ide keletről, nyugatról hívek, ortodoxok, katolikusok, protestánsok, hitet keresők és hitet vesztettek egyaránt. Várakozással hajóztunk mi is e szigetre, ahol kellemes hűvös szoba, minimális civilizációval adta a békes-

ség logisztikáját. Csak érdekességképpen említem, hogy amikor egy szerzetes megtudta, hogy Magyarországról jöttünk, a legnagyobb elismerését fejezte ki miniszterelnökünk iránt. Azt sem titkoljuk, hogy bizonyára az ortodox keresztyénségben felnőttekhez közelebb áll az a fajta spiritualitás, amely több órás esti és hajnali istentiszteletet jelent, amely nyilván megragadó a maga érthetetlenségében is, hiszen ógörög felolvasások és vallási gesztusok sorozata tölti ki az órákat. A mi nyugati, azon belül protestáns hagyományunk érthetőségre törekvő hitgyakorlatától e misztikus miliő nagyon messze volt. Természetesen a csönd, a nyugalom, az étkezés alatt is folyó fölolvasás, a sokszáz keresztvetés tiszteletet és csöndet parancsolt a mi lelkünkben is. Mindez persze olyan természeti szépségek között, amely önmagában is elbűvölő.

Ez is fogadott bennünket

Templomunk külseje

Egészséges vacsoránk

Templomunk belülről

A kolostorokkal benépesített, de még mindig csöndes, meghitt sziget után érkeztünk Thesszalonikába, a mai Szalonikibe, a nyüzsgő nagyvárosba. Már Pál idejében is viszonylag nagy és bűnös kikötőváros volt. Az apostolok kenyere pedig akkor is nehéz kenyér volt. Sokat emlegetjük ma kulturális és morális hagyományként a zsidó-keresztyén örökséget. Ennek az összefüggésnek nem csak mély és kikezdhetetlen teológiai alapja van, hanem Pál apostol missziója is ennek szellemében történt. Pál első útja mindig a zsinagógába vezetett, ahol hirdette a próféták által jövendölt Krisztust. Sajnos az irigység tekintetében sincs „új a Nap alatt". Aki sikeres, azt irigylik, olykor még üldözik is. Ez történt Pál apostollal is egy-két irigy, zsinagógai elöljáró miatt. Természetesen mielőtt nagy bajba kerültek volna, ki vállalt értük kezességet? Maga a zsinagógai elöljáró. Igen, a vallás lehet megosztó. Ebből sok vér, veríték és könny származott és származik ma is. De a 21. század Magyarországa e tekintetben három dolog miatt is büszkén lehet hálás: példás az ökumené a keresztyének között, a zsidóságot társadalmi megbecsülés és keresztyén testvériség övezi, „a Magyarország segít" program kapcsán pedig élharcosai vagyunk az üldözött keresztyének megsegítésének.

Vasráccsal körülvett ókori kövek Thesszalonika közepén

A rács tökéletes segédeszköz a koszorúzáshoz

Következő állomásunk Bérea volt, ahova szinte menekültek Pálék Thesszalonikából. Zsidók és görögök szívesen fogadták őket, de a gonoszságnak mindig messzire ér a keze. Nem maradhattak békében, mert utánuk jöttek. De veszélyben sem, mert a béreaiak Pált elvitték Athénba. S milyen a sors! Talán 1990-ben jártunk családosan Görögországban közösen a Bálint családdal. A tengerparton élveztük a görögországi reformátusok vendégszeretetét egy nyári táborban, amikor – természetesen az én javaslatomra és útmutatásommal nagy hegyeken keresztül – elindultunk Béreába tudván, hogy Pál apostolnak az egy jeles állomása volt. Egy elhagyatott hegyi úton mentünk elől, az apósomtól kölcsönkért Daciával. Aztán amikor mi a bal kerekünkkel a záróvonalon fölfelé mentünk egy hajtűkanyarban a hegyoldalon, egy görög földműves pedig a dzsipjének szintén a bal kerekével a záróvonalon jött lefelé, egy nagy csattanás vetett véget a béreai terveknek.

Pál apostol méltó emlékműve

Szintén Pál apostol méltó emlékműve

Másfél napos huzavona ment a „ki a hibás?” kérdésen, aminek a kimenetelét is túléltük, de Béreába akkor nem jutottunk el. 35 évvel később pedig mondhatom, hogy a legméltóságteljesebb emlékhelyet találtuk ott Pál apostol tiszteletére. Ez alkalommal rendőrségi és biztosítási huzavona helyett egy finom ebédet élvezhettünk Béreában a koszorúzásos főhajtás után.

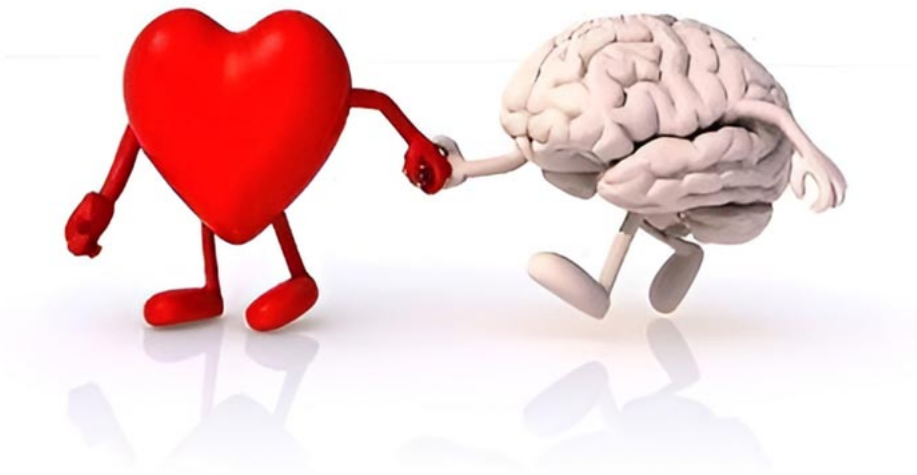
Illik egy ilyen ebéd a zarándoklathoz?

Akár időben, akár látványosságban már túl is léptük programunk egyharmadát, és még kétszer szeretnénk megjelenni az év során képes beszámolónkkal e hasábokon. Ezért most ennél a meghitt városnál és emlékhelynél – amely számomra külön ajándékként adatott és egy 30 éves kudarcélményem csorbáját kalapálta fényesre – búcsúzunk azzal, hogy találkozunk Korinthoszban, és onnan menjünk tovább Athénba!

Dr. Bóna Zoltán

EQ? Istentől kapott lehetőség a boldogabb életre!

Az érzelmi intelligenciáról kevesebb szó szokott esni, mint az IQ-ról, pedig kutatások szerint a sikeres, boldog élethez 80%-kal járul hozzá, és csupán 20% tulajdonítható az IQ-nak, a kognitív képességnek. Mi is ez a fontos érzelmi képesség, amelyre szükségünk van, és mit ír róla a Biblia?



Az érzelmi intelligencia fogalmát többen is leírták, ezek alapján álljanak itt a legfontosabbak: „Saját érzelmeink és mások érzelmeinek pontos érzékelése, az érzelmeink szabályozása, amely javítja az élet minőségét. (Salovey) „Ennek a képességnek birtokában tudjuk a magunk és mások érzéseit felismerni, önmagunkat motiválni, az érzelmeinkkel magunkban és emberi viszonylatainkban megfelelően bánni." (Bar-On) Az érzelmi intelligencia ahhoz is fontos képesség, hogy „szándékaink szerint élhessünk és céljainkat elérhessük". (Lynn)

Ezek alapján gondoljunk csak bele, az élet hány területén alkalmazható, fontos képességről van szó! Ha nincs elég önbizalmunk, ha alacsony az önkontrollunk, ha nem vagyunk elég lelkiismeretesek, megbízhatóak, motiváltak, kitartóak, optimisták, ha nem vagyunk megértőek, ha befolyásolhatóak vagyunk, ha nem tudjuk jól kezelni a konfliktusainkat, és még hosszan sorolhatnám az önismeretből eredő hiányosságainkat, akkor bizony az a helyzet, hogy az érzelmi intelligenciánkon lehet mit csiszolni. Persze, mondhatja azt a hívő ember, hogy ez hülyeség, pszichologizálás, de akkor nézzük meg, mit mond erre a Biblia…

Számos igehely foglalkozik az érzelmek kezelésével, az empátiával, az önuralommal, és a másokkal való bölcs bánásmóddal. Ezek mind az érzelmi intelligencia részei.

Az érzelmek felismerésének fontosságáról és azok kezeléséről ez olvasható: *„Jobb a türelmes a hősnél és aki uralkodik magán, annál, aki várost hódít.* (Példabeszédek 16:32) *„Az ostoba szabad folyást enged haragjának, de a bölcs végül lecsillapítja azt."* (Példabeszédek 29:11) Hogyan tudja az ember felismerni érzelmeit és kezelni haragját? Csakis önismerettel! Ha foglalkozik a lelkével, ha odafigyel arra, mi zajlik benne egy-egy érzelem cunamiénál. Az érzéseinkről sem beszélni nem szoktunk, sem felismerni nem szoktuk azokat, nem is beszédtéma a hétköznapi kommunikációban. Pedig minimum hat alapérzelme minden embernek van a születésétől fogva: öröm, bánat, düh, meglepődés, félelem, undor. Ezen kívül még több száz érzelem meghatározható, elkülöníthető a mindennapi életünk során.

Az empátiáról és mások érzéseinek megértéséről, mint fontos EQ képességről, így ír a Biblia: *„Örüljetek az örülőkkel, sírjatok a sírókkal."* (Róma 12:15) *„Legyetek egymáshoz jóságosak,*

irgalmasok, bocsássatok meg egymásnak, ahogy Isten is megbocsátott nektek Krisztusban." (Efézus 4:32) Te empatikusnak tartod magad? Milyen érzéseid vannak, ha egy bajba jutott ember áll melletted? Legyintesz, megállsz, tudsz és van lelki erőd segíteni? Bevallom, én a testi fájdalmakkal küzdőknek nem vagyok elég jó segítője, ezért érzek óriási hálát az olyan emberek iránt, akik a testileg bajba jutott embereknek segíteni tudnak.

Ha valaki a bölcs kommunikációt és konfliktuskezelést jól műveli, annak egészen biztosan magas az érzelmi intelligencia szintje. Mit tanít nekünk a Biblia? *„Legyen minden ember gyors a hallásra, késedelmes a szólásra és a haragra."* (Jakab 1:19) *„A szelíd válasz elfordítja a haragot, de a bántó szó haragra ingerel"* (Példabeszédek 15:1) Oh, hát igen… Ezt így elolvassuk a Szentírásból, na de hogyan kell ezt a gyakorlatban jól csinálni? Az EQ ebben is segít: lecsendesíti a bennünk forró indulatokat, lehallkítja szavainkat, és a hibát elkezdjük nem másban látni, hanem önmagunkban felfedezzük azokat a pontokat, amellyel a másik megbántott. Ha ezeket a pontokat felismerjük, „ki tudjuk pucolni" lelkünkből a rosszat és helyette marad a mások iránti szeretet. Megéri ezen dolgozni!

A végére hagytam két nagyon fontos EQ kompetenciát: **az önismeret és önuralom** a saját belső állapotunkat mutatja meg. *„A lélek gyümölcse pedig: szeretet, öröm, békesség, türelem, kedvesség, jóság, hűség, szelídség, önuralom."* (Galata 5:22-23) *„Mert nem a félelem lelkét adta nekünk az Isten, hanem az erő, a szeretet és a józanság lelkét."* (2Timóteus 1:7) Az önismeretre azért van szükségünk, mert segít megérteni, hogy kik vagyunk, hogyan működünk, mitől veszítjük el önuralmunkat például, és hogyan hatunk másokra. Ha tisztában vagyunk az érzelmeinkkel, gondolatainkkal és reakcióinkkal, könnyebben tudunk fejlődni, jobb döntéseket hozni és egészségesebb kapcsolatokat kialakítani. Ha ismerjük önmagunkat, akkor reálisan látjuk, min kell változtatnunk, és jobban elfogadjuk azt is, amit nem tudunk megváltoztatni. Ezen kívül pedig **az önismeret egy létező csodaszer a stresszoldásra**; hiszen, ha tisztában vagyunk azzal, mi okoz feszültséget bennünk, akkor könnyebben megtaláljuk a módját, hogyan tudjuk kezelni azt. Önismeret nélkül sokszor csak sodródik az ember, míg ha ismeri önmagát, akkor tudatosabban élhet és olyan életet építhet, ami valóban boldoggá teszi.

Ezek az igék azt mutatják, hogy a Biblia nagy hangsúlyt fektet az érzelmek kezelésére és a másokkal való bölcs kapcsolatokra, ami az érzelmi intelligencia lényeges része. Hiszen az a cél, hogy mi boldogok és szeretetben kiáradóak legyünk. Azért kaptuk a képességet, hogy az IQ mellett az EQ-t is tanulni, fejleszteni tudjuk, hogy érzéseink megismerése által jobb emberek lehessünk. Érdemes ezzel élnünk. Áldást, békességet kívánok szeretettel!

Szilvay Gabriella

IMPRESSZUM

SOLI DEO GLORIA – evangéliumi, közéleti folyóirat. Ingyenes, időszaki kiadvány
Kiadó: SDG Közösség
Főszerkesztő: Dr. Szilvay Balázs
Szerkesztőbizottság: Dr. Bóna Balázs, Dr. Csizmadia Zoltán, Csobolyó Katalin, Nt. Korsós Tamás, Veres Enikő
Készült: az Ex-Kop Nyomdaipari Bt. gondozásában • **Példányszám:** 400
Cikkek leadása: folyamatosan, a *szilvay.balazs@freemail.hu* e-mail címen
Honlap: www.dunavarsanyireformatusok.hu • **Facebook:** Dunavarsányi Reformátusok

Ez a lapszám a BETHLEN GÁBOR Alapkezelő Zrt. *támogatásával jelent meg.*