

III. évfolyam, 1. szám ■ 2008. tavasz
Ára 150 Ft

NYITOTT SZEMMEL

KÖZÉLET ■ VALLÁS ■ ÉLETMÓD

„A halált már rég
kivettük Isten kezéből”

Létezik-e pokol?

A halál „ellenszeréről”

CSALÁDI ÉLET

Nemek harca

ÉLETMÓD

A csíra mint az életerő forrása



A halál (exitus) az ember számára érzelmileg, gondolatilag legkevésbé „megemészthető” biológiai esemény. Az utolsó életjelenség, az egyedi lét vége. A halál pillanatát szinte lehetetlen megállapítani, mivel a részek halála nem egyezik meg az egész halálával, és fordítva, az egész halála nem jelenti minden rész azonnali, egyidejű halálát is. Az egész szervezet halálát morsznak, a részekét elhalásnak vagy nekrozisnak nevezzük. Szoros kapcsolat áll fenn a sejtek programozott élettartalma és osztódási készsége, differenciáltsági foka között... Kezdetben több sejt keletkezik, mint amennyi elpusztul. Ezután egyensúly áll be a keletkezés és a pusztulás között. Végül a sejtpusztulás kerül túlsúlyba. Ez utóbbi már meghatározó a test egésze számára is. A sejtek halála nem eléggé tisztázott esemény. A sejtek olyan biológiai rendszerek, amelyek rendkívül nagy energiaráfordítással valósítanak meg biológiai törvényeket, a fizikai és kémiai törvények ellenében. Ezért a halálukkal fizikai és kémiai törvények jutnak uralomra, a biológiai törvények helyett. A végkimerülés, a belső egyensúly visszavonhatatlan felborulása, az élők halálának egyetemes oka.

(Az élet alapjai, Gondolat Kiadó, 1989)

NYITOTT SZEMMEL – NEGYEDÉVES FOLYÓIRAT

Felelős szerkesztő: Soós Attila. Szerkesztő: Soósné Szász Ágnes. Olvasószerkesztő: M. Környei Éva. Borítóterv: Feyér Ákos.
Lapterv: Czinkota András és Kökény Zoltán. Tipográfia, nyomdai előkészítés: STENTArt.hu. Nyomdai munkák: Palatinus Nyomda, Győr.
Kiadja a BIK Könyvkiadó • 1121 Budapest, Remete út 16/A • <http://www.ekonyv.hu>, e-mail: bik@bibliakiado.hu
Felelős kiadó: Szigeti Gábor • ISSN 1787-8179

Kérdéseikkel, hozzászólásaikkal, leveleikkel szerkesztőségünk elérhető
a www.jelek.hu internetes oldalon, vagy postán: 1121 Budapest, Remete út 16/A
Korábbi számaink elektronikus változata az www.nyitott_szemmel.extra.hu oldalon olvasható

A lap megrendelhető a BIK Könyvkiadónál

Tartalom

NYITOTT SZEMMEL

„A halált már rég kivettük Isten kezéből”	4
„...és kínoztatnak... örökkön-örökké”	16
A halál „ellenszeréről”	20

CSALÁDI ÉLET

Nemek harca	22
Határozatlan szülők határozott gyermekei	27

IRODALMI SAROK

Animula...	30
Emberek és emberkék	33

SZEMÉLYESEBB

„Az én küzdelmemet megkezdtem”	34
A Hajléktalan	37
Mami elment	39

ÉLETMÓD

A csíra mint az életerő forrása	41
---------------------------------	----

Valamiben
egyek vagyunk

Lehetünk akár gazdagok, akár szegények, műveltek vagy műveletlenek, okosak vagy ostobák, lehetünk királyok vagy alattvalók, miniszterek vagy egyszerű polgárok, idősek vagy fiatalok, felnőttek vagy gyermekek, főnökök vagy beosztottak, vallásosak vagy ateisták: mezítelenül jöttünk ki anyánk méhéből, és mezítelenül „szállunk alá a csendességbe”.

Mindannyian a múltó idő foglyai vagyunk. Lehet, hogy ez olykor megfoghatatlan, olykor kétségbeejtő, olykor elfogadhatatlan, mégis zord tény, megmásíthatatlan valóság. S mindez fájdalmas következménnyel szembesít. Olvassuk csak el a romantikus költő létösszegző sorait!

Buborék a Világ, s Létünk csupán
arasznyi árny:
bűnből indítja buta sír felé
az anyaméh;
bölcsojje átok, iskolája gyász
s megalkuvás.
Igy hát aki emberben bízni bír,
Vízre rajzol, vagy szálló porba ír.
(Lord Bacon: *Élet*. Szabó Lőrinc fordítása)

De nincs is gyógyír a halálra, az emberi élet hiábavalóságára, ahogy Kosztolányi írja: „nem kelti föl se könny, se szó, se vegyszer”? És mit hagyunk magunk után? A nagyreményű ember, „Ha a történelem küszöbére lép / csak vizes szivaccsal írja fel nevét” írta egy nemrég elhunyt költő is. Milyen igazak e sorok – különösen manapság!?

E számunkat azoknak ajánljuk, akik nem akarnak vagy nem tudnak beletörödni ez értelmetlennek látszó létbe, és szeretnék megtudni; mi van a halálban? Vagy legalább egy kicsit megállni, elgondolkodni, van-e az ember számára reális reménység, valamilyen biztos gyógyszer az elmúlással szemben? ■

„A halált már rég kivettük Isten kezéből”

Beszélgetés életről, halálról – testről és lélekről

Világszerte fiatalságkultusz van, holott bolygónk lakosságának átlagéletkora gyorsan növekszik. „Őszülő föld” – utal a kifejezés földünk korosodására. Különösen a nyugati civilizációra jellemző, hogy az elmúlás kérdéséről nem nagyon beszélnek. Az öregedés kapcsán leginkább az aktív időskorra készítik fel az embereket, s a halál témaköre egyáltalán nem, vagy csak nagyon ritkán kerül szóba. A halál tabutéma, s ebből kifolyólag misztikum, az ismeretlentől, a megsemmisüléstől való félelem övezi, hatalmas fájdalmat hagyva, igen nehezen gyógyuló sebeket ejtve az egymást szerető emberek szívében.



A halálhoz való viszonyulásunk felfogás kérdése – az önsajnálát vagy a hálás lezárás, valaminek a végleges lezárulása, vagy valami egészen másnak csak a kezdete.

„Hangosan vagy lelke mélyén, meggyőződése szerint, avagy annak ellenében mégis mindeki halálisan kíváncsi rá [a halálra], mi lesz, miként lesz. Végül is rólam van szó, rólam, rólam...” – írja Nádas Péter *Az utolsó mérföld* (Jelenkor Kiadó, Pécs, 2007) című könyv bevezetőjében, melyben Bitó László és Polcz Alaine a haldoklás etikájáról és esztétikájáról folytat eszmecsérét. E könyv alcímét – Beszélgetés életről, halálról – testről és lélekről – kölcsönöztük cikkünkhöz is. Bitó László fiziológus, kutatóorvos az Egyesült Államokból települt haza nemrég. „Nevéhez fűződik a zöld hályog új kezelési módjának felfedezése, ami már több millió ember látását védte meg. Íróként eddig hét könyve jelent meg” – olvashatjuk a könyv fülszövegében. Polcz Alaine író, pszichológus, tanatólógus. Tanatólógiai, pszichológiai munkái kézikönyveknek számítanak. A magyar hospice-mozgalom megalapítója. Tavaly, 85 éves korában érte a halál.

Hogyan lehet megbékélve, méltóságteljesen távozni az élők sorából? Mi a különbség az eutanázia (fájdalom nélküli halál) és az eutélia (jó halál) között? Van-e a szenvedésnek olyan foka, amikor a haláltól visszafordíthatatlan beteget egy nagyobb adag morfiummal „átsegíthetjük” a másvilágra – ahogy Bitó László fogalmaz: „a halált már rég kivettük Isten kezéből”? Létezik-e a „jó halál” fogalma, vagy minden halál egyfajta kudarc, az emberi élet tragédiája? Természetes-e, hogy meghalunk – ahogy mondani szokás: az élethez szervesen hozzátartozik a halál –, vagy a halál „betolakodó ellenség”, amelyet nem szabad véglegesnek elfogadni? Mindezekre a végső kérdésekre ugyan a beszélgetésből nem kapunk kielégítő választ, hiszen főként a haldoklás biológiai, orvosi, mentális, etikai kérdéseivel foglalkozik. Mindemellett méltánylandó, hogy legalább az elgondolkodás szintjén szembesíti az olvasót: egyszer neki is szembe kell néznie a saját halálával. S talán jobb ezt előbb megtenni, mint közvetlenül az elmúlás pillanatában.

Csupán rövid részleteket közlünk e beszélgetésből, amely a halállal való szembenézés és az utána következő élet lehetőségének markánsan két különböző elképzelését tárja elénk. Egyik mentális (vagy spirituális), a másik materiális vagy tudományos logikai álláspontból közelít. A beszélgetésbe mintegy bekapcsolódva bemutatjuk a Biblia halállal kapcsolatos álláspontját is.



Polcz Alaine: A halált mindenképpen vállalni kell, a kérdés az, hogy hogyan vállaljuk, aktívan vagy passzívan. Félve vagy bátran, megbékélve vagy dühösen tiltakozva.

Bitó László: Az én vízióm, elképzelésem az, hogy eljön az idő, amikor az emberek minden fájdalom nélkül, minden rettegő félelem nélkül – mert ezeket képesek leszünk kezelni – azt mondják, hogy beteltem az élettel, felkészültem a halálra. Ahogy a Bibliában áll, valahogy így: bocsásd el, Uram, a te szolgádat békében. Azaz, ha felkészülök a halálra, és még nincs is kibírhatatlan fájdalom, akkor is elfogadom, hogy az életemnek valamikor véget kell érnie. Megkérem a barátaimat, rokonaimat, készüljenek ők is rá, hogy én kilépek az életből.

A BIBLIA: *Bizonyára a bibliai személyek életében volt valami lelki alapja annak, hogy ilyen méltósággal, békében, „betelve az élettel”, tudtak távozni az élők sorából. Az elsőként idézett jellemzés a százhusz évet élt Mózesről szól, a második az idős Simeon szájából hangzott el a templomban, amikor a csecsemő Jézust a karjaiba vehette. A mondat egészében véve is méltó, hogy idézzük, mivel ebben találhatunk magyarázatot arra, miért tudott az agg Simeon megelegedetten búcsúzni az élettől, ami manapság oly ritka: „Mostan bocsátod el, Uram, a te szolgádat, a te beszéded szerint, békességben: mert látták az én szemeim a te üdvösségedet, amelyet készítettél minden népeknek szeme láttára...” (Lk 2,29–31)*

PA: Azt gondolom, azért is szükség van átsegitőkre [haldoklók lelki gondozóira], mert ezeket nem az utolsó percben kell megbeszélni. A legszomorúbb, amikor az egyik hozzátartozó belenyugodott a menthetetlenbe, és elengedné szeretettjét, a másik meg kétségbeesetten ragaszkodik az életben tartásához – akkor szörnyűség, hogy mit művelnek. Az egyik esetem valóságos emberkínzás volt: a lány, aki nem tudta elfogadni az apja halálát, még akkor is falatokat erőltetett volna le a haldokló torkán, amikor az agonizált. Azt hajtogatta szinte önkívületi állapotban, hogy apu, nyisd ki a szád! S amikor az apa meghalt, azt



mondta: hát ilyen egyszerű? Az anya viszont engedte volna szépen meghalni. Szóval, amikor ott állunk egy család mellett, amelynek haldoklik a hozzátartozója, nem csak az a kérdés, hogy joggal kié a döntő szó. Mérlegelni kell, hogy életre szóló gyűlölködés alakulhat ki amiatt, ki egyezett bele, ki írta alá a hozzátartozó halálát, miért írta alá...

BIBLIA: *A bibliai szereplők általában nem kétségbeesetten, félelmek között búcsúztak az élettől, illetve szeretteiktől. Természetesen nem mindenkinek adatik meg, hogy tudatosan felkészüljön a halálra, az elmúlásra. Felgyorsult, minden veszélynek kitett korunkban gyakori jelenség*



Úr: Rendeld el házadat, mert meghalsz, és nem gyógyulsz meg.» (Ésa 38,1)

Hacsak lehetséges, szükség van arra, hogy a haldokló szembenézhesen az elmúlás tényével, annak elkerülhetetlen, szinte időben is kiszámítható bekövetkeztével; például időskorban vagy nagyon előrehaladott betegség esetén. Ilyenkor a Biblia is tanácsolja, hogy készítsük a haldoklót az elmúlás gondolatával való megbékélésre, az étellel való számvetésre, önmagával, embertársaival, és ha hívő, Alkotójával való kapcsolatának rendezésére. A Biblia szerint senki sem távozzhat úgy az élők sorából, hogy Isten a végső ítéletben ne vonna élete felett erkölcsi egyenleget, ne értékelné ki mindenki személyes életét, hogy döntései függvényében miként „gazdálkodott” rövidke kis élettökéjével. „Mert nekünk mindnyájunknak meg kell jelennünk a Krisztus ítélőszéke előtt, hogy kiki megjutalmaztassék a szerint, amiket e testben cselekedett, vagy jót, vagy gonoszt.” (2Kor 5,10) Ezért szükséges a haldoklónak azt is tudatosítani – az ösztönös félelmek és szorongások elkerülése végett –, hogy ez a fajta számadás nem egy zord, szigorú bíró előtt fog lezajlani, hanem az előtt, illetve annak közreműködésével, aki az életét sem sajnálta az emberért feláldozni.

BL: Nekem jogom van meghalni, nekem jogom van békében meghalni anélkül, hogy a rokonság azt mondja: még nem halhatsz meg, még nyeld le ezt a falatot, hogy egy kicsit tovább élhess. Jogom van meghalni, miután leéltem az életemet. Amikor már nem tartozom senkinek semmivel, én dönthetem el, mikor, hol és hogyan. De ezt elfogadtatni a legnehezebb feladat lesz, mert a társadalmi gondolkozást megváltoztatni sohasem könnyű... Orvos-kutatóként talán sikerült elhítenem magammal, hogy majd minden betegségnek megtaláljuk a gyógyírját. Azzal a ténnyel, hogy az életutunk végén ránk váró halált sosem győzhetjük le, csak sokkal később voltam képes megbarátkozni. Tulajdonképpen csak bibliai regényeim megírása vezetett el annak megértéséhez, hogy nem kell a halált Isten büntetésének tartanunk.

PA: És most, hogy ezt megérted, elmúlt a halálfélelmed?

a hirtelen beköszönő halál. Ezért már a közép-korból ismertté vált a keresztény életszemléletet tükröző mondás: „Úgy dolgozzál, mintha örökké élnél, és úgy imádkozzál, mintha reggelre meghalnál.” A halálra való felelősségteljes felkészülés azonban nem idegen a Biblia világától. Az i.e. VIII. században élt Ezékiás király halálos betegségét Isten Ésaías próféta által előre jelezte. Azért küldte a prófétát Júda királyához, hogy időt adjon neki a halálra való testi-lelki-hitbeli felkészülésre, és a szeretteitől való elbúcsúzás lehetőségére. „Azon napokban halálos betegségbe esett Ezékiás, és eljött hozzá Ésaías, Ámós fia, a próféta, és mondta néki: »Ezt mondja az

BL: Á, dehogy. De talán egy komponensétől megszabadultam. Az elmúlás félelmének feloldásán még dolgozom. Másik nagyon fontos kérdés számomra az, hogy miért olyan nehéz a haldoklót elengedni, akkor is, ha tudjuk: már nem áll előtte élet. És nagy kérdés még az is, mennyire játszik mindebben szerepet a büntudat. Hogy például aki az utóbbi húsz évben nem is nézett az anyja felé, nem tett meg érte semmit, ami-



kor meghallja, hogy az anyja haldoklik, odasiet és könyörög: ne halj meg anyám! Nem a büntudat van-e mögötte?

PA: Az egyik a büntudat, a másik a félelem a haláltól. Mert amikor a másik meghal, jobban megélem, hogy meghalok én is, mert szembe kell nézmem a halállal...

BIBLIA: *Bizonyára érdemes lenne azt is tisztázni – ha már kétezer éve keresztény kultúrában*

élünk –, hogy mit is mond a Biblia a halálról. A halálhoz való viszonyunkat, a félelmet és a bűntudatot is nagymértékben meghatározná, vagy éppen kiiktatná. Nem beszélve arról, hogy a halált mint megváltoztathatatlan, befejezett tényt kezeljük-e? Vagy tisztáznunk kellene: mint szükségyszerűséget kell-e elfogadnunk, vagy a Bibliának van valamilyen más megközelítése is erről a kérdésről?

A halál egyáltalán nem természetes velejárója az életnek, egyáltalán nem beteljesülése az emberi létezésnek. A halál a Biblia szerint nem más, mint betolakodó „ellen-ség” (1Kor 15,26). A meghalás és az elmúlás tényébe nem is tud belenyugodni az öröklétre teremtett ember, és mint természetes dolgot elfogadni. A halál következmény: a bűn következménye (1Móz 2,15–16; Rm 5,12). A bűn pedig nem más, mint önzés, a szeretet ellentéte, ami sokszor megfoghatatlanul, de végső soron az életünket „koptatja”, pusztítja el. A halál, az elmúlás ténye tehát tragédia, melyre a Bibliában vigasztaló megoldást találunk.

Amíg nem ismerjük meg Istent, addig mindannyian – akár tudatában vagyunk, akár tudat alatt – félünk a haláltól. „...a haláltól való félelem miatt teljes életünkben rabok voltak.” (Zsid 2,15) Az ember természetes gondolkodásából, az összefüggések ismeretének hiányából fakadóan az okozat félelmetesebb, mint az ok. A bűntől, a halál okától általában nem fél, sőt szereti azt, míg következményétől, a haláltól egy egész életen át retteg.

BL: Amit korábban fölvetettél a test és a lélek viszonyáról, arról nem beszélhetünk, ha nem definiáljuk, hogy mit értünk lelken. Hogy mit a test szavunkon, azt nagyjából tudjuk... Amikor a testről beszélünk, az elmét, az agyat külön akarjuk kezelni tőle. Így vagyunk az agy „termékeivel” is: a gondolattal, a beszéddel, az érzelmekkel. Pedig az agy abszolút része a testnek.

PA: Funkcionális része; de a lélek nem az. Most már nem tagadható, hogy amikor az agyműködés leáll, és nem működik sem a központi, sem a perifériális idegrendszer, nem működnek az érzékszervek, a lélek vidáman lát. Kiderül, többet lát, mint a szem, többet tud, mint a tudatos én, sőt meg is jegyzi, amit lát. Hát akkor hol a lélek, és mi a lélek.

BL: Az, hogy a lélek lát, abszolút kontradikció (ellentmondás), a lélek nem láthat. A látás ugyanis teljesen testi fogalom. Az, hogy valakit a klinikai halálból visszahoznak, és a lelke, ami fölötte lebegett, látott valamit, tökéletes lehetetlenség. Tételezzük föl, hogy a lélek valami módon érzékeli az elektromágneses hullámokat, amit fénynek nevezünk, de a szem optikai részei nélkül képet nem alkothat belőlük. Viszont az elménk képes olyan képeket alkotni, amelyek a valóságban nem léteznek. Vagy léteznek, de nem láthatom őket. Például ha felhívsz telefonon, az elmém látja, ahogy ülsz a teraszon, kezdedben a mobilal. Aztán ha megemlíted, hogy fel sem kelhettél, látlak ágyban fekvé. Pedig valójában mindeddig nem láttalak ágyban fekvé. Ha hallom hátam mögöl a hangodat, abban a pillanatban megjelen sz „lelki szemeim” előtt. Az ilyen képek, és feltételezhetően azok, amelyekre emlékszik valaki, akit visszahoznak az életbe egy halálközeli állapotból, elménk transzcendens jelenségei.

PA: Te most egy logikai okfejtésen mész végig. Amikor a látás szót használjuk a lélekkel kapcsolatosan, összekötjük a percepciót (érzékelést) és az appercepciót (megértést). Ha nincs percepció, akkor nincs appercepció, akkor nem is láthat a lélek. De mit szólsz ahhoz a kontrollált kísérlethez, amikor amerikai szívsebész beültet a műtőbe hat vagy nyolc közepesen képzett egészség-

ügyit azzal, hogy nincs más dolguk, mint megfigyelni, mi történik, amikor súlyos műtét várható. Extrakorporális műtét, nincs keringés, lehűtik a páciens. Ebben az állapotban nem működik az agy. Akiket pedig ilyenkor megfigyelőként beültetnek, azoknak valóban nincs más dolguk, mint pontosan megjegyezni, aztán magnóra mondani, mi történt. Kiértékeléskor kiderült, hogy a beültetett megfigyelők általában hatvan százalékos pontossággal tudják megmondani, mi történt. De most jön, amit el sem tudunk képzelni, képtelenek vagyunk megmagyarázni: a műtött, aki elvesztette a tudatát, akit úgy lehűtöttek, hogy nem lehetett agyműködése, kilencvenvalahány százalékos pontossággal írja le nemcsak azt, hogy a műtétben mi történt, hanem azt is, hogy mit gondolt az operáló orvos, és mi történt a műtőn kívül. Úgy tűnik, a test Faraday-kalitikaként működik. Bizonyos hullámok számára nyitott, másokra nem. Bizonyos dolgokat vesz, fog, bizonyos dolgokat nem. Amikor ebből a Faraday-kalitikából kikerül a lélek, akkor sokkal többet lát. Ez kontrollált kísérlet. Nem lehet véletlen, hogy tízből tíz alkalommal az agyműködés nélküli páciens többet tud arról, mi történt a műtétben és a műtőn kívül, mint a megfigyelők. De tovább megyek: ez a páciens azt is látja, hogy a kórház udvarán behajt egy autó, és az egyik orvos kocsijának letöri a visszapiillantó tükrét. Nincs rá magyarázat. Vagy, amit mi logikusan annak tartanánk. Talán húsz év múlva majd bebizonyítják, hogyan történik mindez. Kutatóintézetek dolgoznak ezeken a kérdéseken.

BL: Kutatóintézetek is rengeteg hibát követnek el. Rosszul kontrollált kísérletek ezreiről tudunk.

PA: Olvasd el Nádas Péter könyvét, aki megélte a saját halálát.

BL: Nem élte meg, a halált nem élte meg.

PA: Honnan tudod?

BL: Halálközeli élménye volt. A halál az, amiből nem térünk vissza.

PA: De olyan élménye volt, ami azok számára, akiknek nem volt, elképzelhetetlen.

BL: Rengeteg halálközeli élményről olvastam, nagyjából megegyeznek. Vannak, akik ezt úgy ér-

telmezik, hogy a testből távozni készülő lélek, mondhatjuk jelképesen, hogy a még fölöttünk lebegő lélek a legtöbb haldokló esetében hasonló élménynek van kitéve. De ez lehet annak bizonyítéka is, hogy a halálközeli élmény agyunk terméke, hiszen mindannyiunk agya hasonlóan, sőt szinte azonosan reagál a halálközeli hipoxiára, az alacsony oxigénszintre, a stresszre és a különböző hormonokra, mediátorokra, amelyek ezek következtében felgyülemlekednek a vérkeringésben és az agyban. Nem csoda hát, hogy hasonló, misztikusnak vélt élményeket írnak le a halálközeli állapotból visszatérő emberek.

BIBLIA: *Polcz Alaine a görög újplatonista eszmét vallja. E szerint az elképzelés szerint a fizikai test csak időleges helyet biztosít az örökkévaló lélek számára. A halál bekövetkeztével a „dzoé” – a lélek – valahogy kirepül a test addigi börtönéből, majd megfoghatatlanul valahol tovább él a szellemvilágban. A katolikus dogmatika szerint ez a lélek előbb-utóbb a mennyország, avagy a pokol várományosa lesz.*

Bitó László elképzelése a test és a lélek kapcsolatáról – annak ellenére, hogy a neves biológus és író tudományos szemlélettel közelít a témához – közelebb áll a biblikus felfogáshoz, miszerint a test és a lélek elválaszthatatlan egymástól. A Biblia már a legelején bemutatja a test és a lélek kapcsolatát, ahogy a teremtéstörténetben ezt olvashatjuk.

„És formálta az Úr Isten az embert a földnek porából, és lehelte belé az élet leheletét, s lett az ember élő lélekké.” (1Móz 2,7) Ez a Biblia-vers is jól szemlélteti az ember testi-lelki felépítettségét, szerves egységét. Az ember csak a fizikai léte és az abba lelket lehelő szellemi funkciók által válhat élő lélekké, élő lényé. Nem azt olvasunk itt, hogy test + lélek = emberi lény, amiben a görög filozófiából származó dichotomikus, dualisztikus szemlélet szerint természetesen a lélek lenne a lényeg, a magasabb rendű, halhatatlan alkotóelem. Hanem az áll ebben az igében, hogy test + élet lehelete = lélek, vagy élő lélek, vagyis maga az emberi személyiség.

A lélek tehát nem egyik része, alkotóeleme az embernek a test mellett, hanem az élő test működése. Test nélkül, testtől függetlenül vagy attól különválasztva nincs élő lélek, éppúgy, amint az élet lehelete nélkül sincs működő, élő test.



Az emberi lény a bibliai antropológia szerint tehát a következőképpen vázolható: test (bászár vagy szóma) + élet lehelete (nösama vagy ruah) = élő lélek vagy az emberi személyiség (nefes, pszüché).

A bibliai antropológia szerint tehát mi is történik az emberrel a halálban? „És a por földdé lenne, mint azelőtt volt, a lélek pedig megtérne Istenhez, aki adta azt” – mondja bölcs Salamon

zésük immár elveszett. És többé semmi részük nincs semmi dologban, amely a nap alatt történik... Valamit hatalmadban van cselekedni erőd szerint, azt cselekedjed, mert semmi cselekedet, okoskodás, tudomány és bölcsesség nincs a seolban, ahová menendő vagy.” (Préd 9,7–8,12)

Ezek szerint a halál beálltakor az élet lehelete (ruah, pneuma) visszatér valamiképpen Istenhez, akitől származik is az élő lélek, a személyiség,

A prédikátor könyvében (12,9). (A „lélek” helyén a ruah szó található, mely sohasem jelöli az egyéni, személyes lelket, hanem az Istentől származó életet, az élet leheletét.) „Ne bízzatok a fejedelmekben, emberek fiában, aki meg nem menthet! Kimegy a lelke (ruah), visszatér földjébe, és aznap elvesznek terveik.” (Zsolt 146,3–4) „Mert az élők tudják, hogy meghalnak, de a halottak semmit nem tudnak, és azoknak semmi jutalmuk nincs többé, mivelhogy emlékezetük elveszett. Mind szeretetük, mind gyűlöletük, mind gerjede-

az öntudat, az egyéni lélek (nefes, pszüché). Ez az életjelenség a halál pillanatában kialszik, eltűnik. A lelkevilág, a tudat nem egy különálló vagy különválni tudó része az emberi lénynek, hanem életjelenség, az élő test működésének a terméke, amely addig létezik, amíg az ember él. A Prédikátor könyvéből, valamint a Zsoltárok könyvéből idézett igék világosan tanúskodnak arról, hogy a halálban teljes öntudatlanság van. (A Biblia a halál állapotát gyakran hasonlítja az alvás állapotához: Jób 14,7–12; Dn 12,2; Mt 9,24; Jn 11,11–14)

A keresztény közfelfogásban – a lélek halhatatlansága ősi pogány eszméjével való fertőződés nyomán – ilyen hiedelmek rögzültek: „a halottaknak, az üdvözülteknek örök világosság fényeskedik”, „már ott fenn dicsérik az Urat”. Isten Igéje azonban pontosan az ellenkezőjét mondja a halottakról. „Nem a meghaltak dicsérik az Urat, sem nem azok, akik alászállnak a csendességbe.” (Zsolt 115,17)

tam keseredve. Ha mélypontra vagyok, elszoktam menni a havasokba – egyedül. Kérdezik is mindig: nem félek? Tudod, ott néha augusztusban is hó van. A hegyek közt nagyon jó, ott teljes a magány. Éppen egy ösvényen mentem nagyon elkeseredetten, nagyon nyomottan, a teljes csőd állapotában, és egyszer csak közeledett felém valami. Nem lehet leírni szavakkal, noha nagyjából mindenki ugyanazt mondja, vagy hasonlót.



Az élettelen test a halál pillanatában bomlani kezd, majd elrohad, porrá, földdé lesz.

PA: Saját élményt is mondhatok. A nővérem három napig feküdt kómában, három napon keresztül csorogtak a könnyei, és minden egyes lélegzetvételnél kiszakadt belőle a sóhaj, hogy mah, mah. Már nem lehetett érteni, úgyhogy nem is vittük be a gyerekeit, mert az orvos még nekem is azt mondta, ne maradjak mellette. Ezt a látványt borzasztó nehéz elviselni. Három napig tartott ez a rettenetes haláltusa. Nagyon el-

Mintha felhő lett volna, fény lett volna, de nem fény volt, nem felhő volt, hanem valami, ami közeledik felém. Egyszer csak körbevesz, birtokába vesz, és én azt érzem, hogy ez ő. Megnyugodott, jól van. És szeretettel vesz körül. Ez olyan szeretet, amit a földön soha nem éltem át addig. A szülői szeretet, a szerelem, a boldogság, amikor először megölel, akit imádsz – mindez együtt. Nincs szó rá, nincs rá megfelelő fogalom, amivel le lehetne írni, hogy milyen ez a szeretet. És akkor lehullott rólam minden fájdalom. Kész. Nincs

gyász, nincs lelkiismeret-furdalás, lejövők a havasokból, nincs semmi bajom. Meghalt. Jól van. Gyerekek, ne búsuljatok. És akkor ezt, ahogy akkor éreztem a nővérem jelenlétét és szeretetét, nagy meglepetésemre megírja Nádas Péter. Többen megélhettek hasonlót, csak nem lehet pontosan megfogalmazni. Mert mi jött oda? Egy érzés. Csakhogy ezt az érzést nem lehet leírni. Illetve, helyesbítenem kell magam, mert Nádas leírja egyfajta kontextusban, amit megélt, hogy létezik olyan állapot, amikor „Testi érzet híján, lélekként élelem át önmagam.” És ez az érzet az erő. „És az erő strukturálatlan. Vagy én nem érzékelem, nem látom sem az anyagát, sem a szerkezetét.” (...)

BL: Tudod, hogy úgy kezdtem, mint agykutató. Nekem az agy az abszolút csoda. Az évek során, és nem csak élettan-kutatói pályám kapcsán, az agyat egyre nagyobb csodaként ismertem fel. Lehet, hogy mások számára van a világon nagyobb csoda, mint a testünk, főleg az agyunk, de számomra nincs. Mert a test és az agy olyan csodákra képes, amelyek szerintem messze túltesznek mindazon, amit az egyházak – amelyek az „anyag-agyat” általában lenézik – csodának tartanak. Például Lourdes-ban majd másfél száz év alatt kétszázmillió zárándok járt, legtöbbjük a gyógyulás reményében. És a katolikus egyház összesen hatvanhét csodálatos gyógyulást ismer el bizonyítottan. Ezzel szemben egyetlen nagyobb kórházban évente megtörténik öt-hat-tíz olyan gyógyulás, amelyre nincs orvosi magyarázat, tehát ezeket csodának tarthatjuk. Az agyban ment végbe a csoda? Ki tudja. Az is lehetséges, hogy húsz-harminc éven belül lesznek olyan műszerek, készülékek, amelyekkel meg lehet különböztetni az agy vegetatív működését a kognitív kapacitásától.

Azt ma biztosan tudjuk, hogy az agynak van egy mai eszközökkel felmérhető, többé-kevésbé feltérképezhető dimenziója: a neuronok hálózata. De ami túl van rajta, az egy másik dimenzióba visz, és ezt sokan el sem képzelhetik az elmén belül. Sőt vannak, akik még ma is az agyon kívülre, a szívbe helyezik az érzelmeket. Az agyat méltatlannak tartják arra, hogy a lélek székhelye legyen, mert az agyat az anyaggal azonosítják.

Az agy nemcsak anyag, hanem anyag és erő. Mondhatjuk, misztikus erő. Olyan anyag, amely állandó energiafelhasználással az egyszerű anyagnál magasabb állapotban van. Olyannyira, hogy energiaforrás nélkül percek alatt egyszerű anyagi állapotba esik vissza: használhatatlan kocsonyává. És az agynak nemcsak az állandó energiaellátás miatt van szüksége a testre, hanem más dimenzióbeli tápjáért is. Az agynak muszáj állandó kapcsolatban állnia a világgal, mondhatnám a szellem- vagy szellemi világgal, az emberi közösséggel, érzékszerveinken keresztül. Különben elsorvad, vagy megteremti saját világát: amit örültségnek tartunk. De a normális működése is elvezethet új, sosem látott világokba. Hogyan van az, hogy mi itt beszélgetünk, és nem is gondoljuk sokszor végig, amit mondunk, csak úgy jön, jön, áradnak belőlünk a szavak, többnyire eddig soha el nem hangzott kombinációkban. Olykor saját magunk számára is meglepő új gondolatokat szül beszéd közben az elménk. Az agy olyan fantasztikus mechanizmus, amelyről mindent el tudok képzelni. Mindent...

PA: És mi van szerinted a transzcendenciában a halállal kapcsolatban?

BL: Nem tudom...

PA: De van, aki megközelítheti. Egyebek közt létezik transzcendens pszichológia.

BL: Érzelmileg esetleg meg lehet közelíteni. Te azt mondom, igenis lehet bizonyítani ezzel a halálközeli élménnyel, hogy van valami a halál után. Én azt mondom, hogy ezek a halálközeli élmények a haldoklás folyamatának a lélektani megnyilvánulásairól szólnak, nem pedig a halál utáni állapotról.

BIBLIA: *Korunk két neves agykutatója, illetve agysebésze – Wilder Penfield és a Nobel-díjas John Eccles – úgy találta, hogy az agy egy bonyolult gépezet, amely leginkább egy számítógéphez vagy zongorához hasonlít. Azonban ez a gépezet nem öntevékeny, azaz önmagában nem tud gondolkodni, hanem egy láthatatlan központból irányítják. Ez a láthatatlan központ az ember „én”-je, lelke vagy személyisége. A szellemi-lelki „én”-ünk, akik mi valójában vagyunk,*

az agyunk segítségével gondolkodik, mint ahogy egy számítógép vagy egy zongora is akkor működik, ha valaki játszik a billentyűkön. Az emberi agy jogos tulajdonosa, használója, kezelője az ember személyisége, ez az úgynevezett lelki-szellemi „én”.

Ezek a tudósok keresik az agyban azokat a helyeket – a hasonlatunk képei szerint a komputerünk billentyűzetét –, ahol az anyag és a szellem találkozik. Ma a szinapsziszokat – az idegpályák átkapcsolási állomásait – tartják az anyag és a szellem anatómiailag kimutatható kapcsolódási pontjainak.

Egy másik hasonlat szerint ezek a találkozási helyek olyanok, mint az antennák. Ezt a képet is könnyen értjük, ha a rádiótelefonra gondolunk. Az agyunk tehát hasonlítható a rádióra is, amelynek az antennái normális esetben a saját énként adását fogják. Azonban a klinikai halál állapotában agyunk nyilvánvalóan másként működik. Kiderült, hogy agyunk finom antennái egyéb szellemi hatások felfogására is képesek. Ez azt jelenti, hogy nemcsak az én lelke használhatja az agyamat, hanem más lélek is. Vagyis más, idegen személy is képes gondolkodni az agyammal, ha hozzáfér. Szokványos, normális esetben nem vagyunk érzékenyek más adókra, éppen úgy, ahogy a mi kis telefonunk sem észlelhet semmiféle adást Ausztriában. Ez azt jelenti, hogy normális esetben nem vagyunk hozzáférhetőek idegen lelkek számára. A Biblia szerint azonban Istenen kívül létezik egy személy, aki a paradicsomi történet tanúsága szerint a hazugság csatornáján keresztül utat talált az ember gondolkodásához. Ezt a személyt Jézus Ördögatyának, más helyen Sátánnak nevezi, akit hazugnak, a hazugság atyjának nevezett (Jn 8,44). A Szentírás szerint ez a lázadó angyalfejedelem az ember bukása óta hatékonyan képes agyunk billentyűzetén játszani, különösen akkor, ha azt őrizetlenül hagyjuk. Erre az Ellenségnek akkor van leginkább alkalm, amikor valaki értelmének kapcsolásával megüresíti magát, vagy a klinikai halál állapotában, amikor minden tudatos gondolatától szabad. Manapság igen elterjedt és nép-

szerű az agykontroll és egyéb, a gondolkodásunkat befolyásoló technikák, amelyek képesek az agyat kikapcsolni a tudatos gondolkodás alól, amivel utat nyithatnak különféle ismeretlen természetfeletti szellemi befolyásnak. Sokan nem is gondolják, hogy az ilyen „üres” állapotban, annak a hatalomnak nyithatnak ajtót, aki Jézus kijelentése szerint „emberölő volt kezdettől fogva” (Jn 8, 44).

Sátán mint a hazugság atyja eredményessége érdekében „világosság angyalaként” (2Kor 11,13) „adja el” magát ma is emberek tömegei számára. Ő az, aki képes a nem létező halálon túli birodalmat is létezőként elfogadtatni egy személyes és tudatos gondolkodás nélküli állapotban.

Isten ezért tiltotta – már az Ószövetség idején is – a halottidézést, jóvendőmondást, szemfényvesztést (5Móz 18,10–12). A Biblia a következőképpen minősítette, amikor Izrael első királya Isten helyett az endori halottidézőhöz ment tanácsért, amikor is a halott Sámuel próféta (hasonmása) jelent meg Saulnak:

„Meghalt azért Saul az ő gonoszsága miatt, mivel vétkezett az Úr ellen, az Úrnak ígéje ellen, melyet nem őrzött meg, sőt az ördögöt is megkereste, hogy megkérdezze, és nem az Urat kérdezte.” (1Krón 10,13–14)

Különösen megszívlelendő az i. e. X. században élt bölcs Salamon figyelmeztetése, amikor Sátán ma is oly megejtően és sokféleleképpen próbál becsapni tudatlan tömegeket:

„Minden féltett dolognál jobban őrizd meg szívedet, mert abból indul ki minden élet.” (Péld 4,23)

S. A.

Felhasznált irodalom:

Polcz Alaine–Bitó László: *Az utolsó mérföld. Beszélgetések életről, halálról – testről és lélekről*, Jelenkor Kiadó, Pécs, 2007.

Vankó Zsuzsa: *A boldogság törvénye, Bibliái etika és antropológia*, Spalding Alapítvány, Budapest, 2005.

Dr. Erdélyi Judit: *Ajtónyitás: vajon kinek? Evangéliumi Kiadó, Budapest, 1998.*

Biblia, Károli Gáspár-fordítás.

„...és kínoztatnak... örökkön-örökké”

(Jelenések könyve 20,10)

Valóban örökké szenvednek majd
az elkárhozottak a pokol tüzében?



EGY TANTÉTEL MARGÓJÁRA

Minden ember joggal borzad el a középkori kegyetlenséget naturális részletességgel ábrázoló filmek láttán. Az emberi kegyetlenség ugyanis nem ismer határokat. A kettévágott, megsütött, karóba húzott, felnégyelt és más kegyetlen módon elpusztított emberek látványa sajnos hozzátartozott az ókor, a középkor, de időnként még a legújabb kor világához is. A legkegyetlenebb kivégzéseken is ezrével borzongtak az emberek, és sokan jogosnak, igazságosnak tartották az ilyen ítéleteket, s az örök kárhozatot is félig-meddig a földi kivégzések mintájára képzeltek el, ahogy azt sok művészi és irodalmi alkotás bizonyítja. Vajon miért van az, hogy a mai keresztények egy része úgy gondolja, hogy Jézus Krisztus az utolsó ítélet során, a középkori kegyetlenséget megszügyenítő módon, attól is borzalmasabb büntetést fog kimérni azokra, akik nem hittek az evangéliumnak: örökké tartó szörnyű kínzásban lesz részük. Rögtön szögezzük le: az Ő ítélete teljes joggal fog lesújtani az istentelen életet élő emberekre, és nem fognak Isten országában életet látni soha. De vajon az örökké tartó büntetés azt jelenti, hogy az Úr az elítélt embereket egy pokoli helyen örökké kínozni fogja? Sőt, egyesek még azt is gondolják, hogy a kisgyermekkorban vagy éppen magzati állapotban elhunyt gyermekekre is ugyanez a sors vár az „eredendő bűn” miatt, és mivel nem születtek újjá, így Jézus tanítása szerint nem láthatják meg az Isten országát, vagyis elkárhoznak.

Magzatok, csecsemők és idősebb emberek az örök kínok poklában? Kényes kérdések ezek, amelyekről sok keresztény nem is szívesen beszél, ellenben sokan az evangelizáció egyik eszközét látják az örök szenvedésről szóló tanításban, mert úgy gondolják, hogy könnyebben fognak hinni az emberek, ha felvázolják nekik az örök gyöttelemeit. Ez a felfogás azonban Isten jellemére vet árnyékot, és azontúl az egész megváltási tervre is! Mert jogos a kérdés:

Ilyen engesztelhetetlen bosszút vagy megtorlást alkalmaz a szeretet Istene? A megváltottak öröme pedig egy ilyen borzalmas háttéren fog megvalósulni? Élvezik majd az üdvösség javait egykori embertársaik, netán családtagjaik örökös kínjainak a tudatában? Az Istent kereső emberek közül sokakat megzavar ez a tanítás. A Biblia azonban semmi ilyesmit nem tanít.

De miért is kell elutasítani ezt az ókori keleti mitológiákból átvett és a középkorban meggyökeresedett pogány tanítást? Nézzünk először néhány emberi, de mégis biblikus érvelt!

El kell utasítani az örökké tartó szenvedés tanítását, mert a megváltottak, akik Istennel együtt ítélik a világot (1Kor 6,2), soha sem tudnák örök szenvedésre ítélni embertársaikat, köztük esetleg rokonaikat: szüleiket, házastársukat és gyermekeiket. Szívük soha nem engedne meg ilyen szörnyűséget, mert ez beárnyékolná a megváltottak boldogságát, ha tudnák, hogy valahol a teremtett világban saját rokonaik – saját húsuk és vérük – kínoztatnak és égnek, gyötrődnek és szenvednek az olthatatlan tűzben. Sőt, ha bizonyos igehelyeket szó szerint veszünk, melyekből néhány az örök szenvedés tanítását vezetik le, akkor a megváltottak, az Úrral és az angyalokkal együtt látni és hallani fogják majd a kárhozatra jutott lelkek szenvedéseit és jajkiáltásait (Ésa 66,24; Lk 16,23–24; Jel 14,10). Ezzel szemben az ige világos tanítása azt mondja, hogy az újjáteremtett világban, ahol Isten lesz minden mindenben, semmi elátkozott nem lesz többé (Jel 22,3).

El kell utasítani az örökké tartó szenvedés tanítását, mert az az elkövetett bűnökkel nem arányos büntetést jelentene. Gondoljunk csak bele, hogy a szerető Isten nem lehetne igazságos, ha például egy tizenhat évesen meghalt, meg nem

tért fiatalember bűnei miatt vég nélkül, örökké szenvedne – ez Isten végtelen igazságosságát sértené (Rm 2,2; Jn 5,30).

El kell utasítani az örök időig tartó szenvedés tanítását még azért is, mert Isten jellemét becsmerli, és egy csodatévővé teszi, aki a gonoszokat minden pillanatban életben tartja egy olyan tűzben, amely ég, de nem émszthet meg, amely fájdalmat okoz, de nem pusztít el. Istennek csodásan kellene fenn tartania a kárhozottak életét egy céltalan és végtelenül hosszú gyötrelemben. Ez a tanítás megrabol bennünket a Bibliában bemutatkozó szerető Isten képétől, és egy olyan lényel helyettesíti Őt, akinek büntető haragját soha nem lehet kielégíteni. Ezzel szemben az Ige azt tanítja nekünk, hogy „jó és igaz az Úr”, s „Ő nem gyönyörködik a gonoszok halálában” (Zsolt 25,8; Ezék 18,32).

El kell utasítani az örök szenvedés tanítását, mert az megkövetelné, hogy a világegyetemben mindörökké ott maradjon a bűn romlottságának foltja, mert az örökké és halhatatlanná teszi a bűnt, szenvedést, szomorúságot és fájdalmat, és Isten számára ez lehetetlenné tenné a bűn és a halál végleges eltörlését, ami ellentétben áll az Ige világos kijelentésével (1Kor 15,25–26; Zsid 2,14).

Végezetül el kell utasítani az anyaméhben elpusztított magzatok és a betegség vagy baleset következtében elhunyt kisgyermekek kárhoztatásának tanítását is, mert a Biblia a kárhozatot csak

az erkölcsi felelősségük teljes tudatában lévő, és az Isten felé megkeményedett szívú emberekkel szemben hirdeti. Az Ige tanítása szerint a gyermekek egy bizonyos kor eléréséig nem is vonhatók felelősségre, mert még nem tudják megkülönböztetni a jót a rossztól (Ésa 7,15).

A KÁRHOZAT ÉS A POKOL

Maga a *kárhozat* szó az eredeti görög és héber nyelvben egyszerűen a bűn feletti ítéletet, ítéltkeztést jelenti. Az eredeti görög szavak (*katakrinó*, *katakrima*) jelentése is erre utal: elítél, elítélés. A fogalom az Ó- és Újszövetségben egyaránt előfordul, és mindenhol valamiféle ítéletet jelöl (Jób 32,3; Lk 6,37; Jn 8,10; Rm 2,1), néha pedig magát a halálos ítéletet (Zsolt 5,11; Mt 27,37). Nikodémus, amikor menteni próbálta a nagytanács előtt Jézust, azzal védte, hogy:

„Vajon a mi törvényünk kárhoztatja-é az embert, ha előbb ki nem hallgatja, és nem tudja, hogy mit cselekszik?” (Jn 7,51)

Nikodémus a kárhoztatás alatt biztosan nem valamilyen örökké tartó kínzásra gondolt, hanem egyszerűen a bűnös ember feletti halálos ítélet kimondására. De maga az Úr Jézus is ezt a kifejezést használta, amikor eljövendő haláláról kijelentést tett a tanítványainak (Mt 20,18; Mk 10,33), és a kereszten a feje fölé tett írás is az Ő „kárhoztatásának” okát tartalmazta (Mt 27,37). Tény tehát, hogy a bibliai nyelvekben a kárhozat kifejezése nem szinonimája semmiféle örökké tartó szenvedésnek. Jelentése egyszerűen: ítélet, halálos ítélet. Amikor Jézus kilátásba helyezi a gonoszok számára a kárhozatot (Jn 5,29), akkor csupán azt az ószövetségi alapelvet hangsúlyozza – a Dánielnek tett kijelentéssel teljesen megegyező módon (Dn 12,2) –, hogy a bűn Isten igazságos ítéletét, büntetését (kárhoztatását) vonja maga után (Jób 15,34; Zsolt 7,16–18; Zsolt 10,13–15). Ennek az ítéletnek a lefolyásáról a Szentírás nem ad részletes felvilágosítást, csupán érzékletes, részben ószövetségi képekkel ábrázolja annak megsemmisítő és végérvényes voltát.

A kárhozat eszkatologikus büntetése, amely az utolsó ítélet során lesz kihirdetve, és amit a Jelenések könyve „második halál”-nak is nevez, így nem más, mint az örök és visszavonhatatlan halálos ítélet, vagyis a teljes megsemmisülés. Az élet jogának elvétele ez, egy világosan megindokolt ítélethirdetés után. Ez súlyos, tragikus vég és igazságszolgáltató büntetés, mégis a lehetséges legirgalmasabb, ami a gyógyulni nem akaró, bűneikben megkeményedett emberekkel történhet.

Súlyos félreértések terhelik a pokol kifejezését is. Az eredeti héber (seol) és görög (hadész) szavak jelentése: sír, alvilág. A bibliai nyelvezetben leginkább a halál állapotára, a pusztulásra; a földi élet végére utalnak (Hós 13,14; Préd 9,12; Jób 17,15), ami bizony nagyon félelmetes is lehet egy halandó ember számára (Zsolt 116,3). A héber gondolkodásban a seol és a hadész az, ami a legbiztosabb pont az ember életében. Egyszer oda jut mindenki, mert magába szippant minden élet (Zsolt 89,49). A seol, illetve a hadész az összes halott tartózkodási helye, jóké és gonoszaké egyaránt. A keresztény bizonyosság viszont az, hogy egyszer megtörik a hatalma, és kénytelen lesz kiadni mindenkit, aki nála van (Jel 20,13).

Nézzünk néhány példát a kifejezés használatára! A híres ószövetségi pátriárka, Jákob, amikor hírét veszi fia, József halálának, így bánkodik: „...sírva megyek fiamhoz a sírba (seolba – 1Móz 37,35). Ha a seol valóban a poklot jelentené, akkor Jákob ezek szerint azt várta, hogy a pokolba fog kerülni, és az ő istenfélő fia, József már öelötte odajutott? Hasonló értelmű igehelyek még: 1Móz 42,38; 44,29.31. Érdekes, hogy Dávid király is előre tudta, hogy a seolba fog kerülni (Zsolt

49,16), de a seol szó alatt biztos nem a pokoli kínok helyét értette. Jób is, amikor szenvedései miatt panaszra nyitja száját, saját halálát kívánja, mert akkor, mint mondja: „békén lennék, aludnék és nyugalomam volna...” (Jób 3,13). Érdekes ugyanakkor, hogy Jób szerint a halálban ugyanez a nyugalom vár a föld királyaira, tanácsosaikra, a fejedelmekre is (14–15. vers), és minden bűnösre: „...ott a gonoszok megszűnnek a fenyegetettség-től, és ott megnyugosznak...” (17. vers) Jób gondolkodásában tehát nyoma sincs semmilyen pokoli tűznek. De maga az Úr Jézus is a seolba (Zsolt 16,9–10), illetve a hadészba (Ap csel 2,27.31) került halála után, ahogy Dávid megjövendölte, ám természetesen ez sem jelenti azt, hogy a pokoli kínok helyére került volna. Bár van olyan ősi tanítás, amely az 1Pt 3,18–20 alapján azt tartja, hogy Jézus leszállt halála után a pokolba (itt ugyan a hadész kifejezés nem fordul elő), hogy ott a Noé idején meghalt és pokolra jutott lelkeknek prédikáljon. Ez azonban egy képtelen állítás, mert hogyan is lett volna lehetséges, hogy a Noé korabeli „gonosz nemzedék” Isten egyértelmű és visszavonhatatlan ítéletének ellenére, kivételesen kapott volna még egy lehetőséget földi pályafutása után, a pokolban a megtérésre. Ez nemcsak a Noé történetének mond ellent (1Móz 6,5–13), hanem az egész Biblia tanításának is. A Péter levelének egyszerű mondanivalója nyilvánvalóan az, hogy Jézus Noé korában sem hagyta bizonyágtétel és tanítás nélkül a bűneik miatt megkötözött, „tömlöcben lévő lelkeket”. Noé volt akkor az „igazságnak hirdetője”, akin keresztül éppen elég lehetőséget adott az Úr a megtérésre (2Pt 2,5).

Visszatérve a „pokol” kifejezésre, sok példát lehetne még felhozni, de a fentiekből is világos, hogy akármit is gondoltak a Biblia szerzői a seolról és a hadészról, csupán a halál állapotára, a pusztulásra utaltak, és sehol nem kapcsolódik hozzájuk a túlvilági örök kínzásnak a képzete. Ez alól talán csak a „Gazdag és a Lázár” története jelent kivételt, ezért ezt a szakaszt később részletesen is meg fogjuk vizsgálni.

VÁGVÖLGYI ZOLTÁN

(A következő számunkban folytatjuk.)

A halál „ellenszerelő”



*„Csak Isten válthatja ki
lelkemet a sír kezéből,
mikor az megragad engem.”*

A természettudományok fellendülése a XIX. és főként a XX. században felvillantotta azt a reménységet, hogy talán egyszer a halál ellenszerét is sikerül megtalálni. A mindent megnyerni, elérni akaró, magabiztos és autonóm modern embernek megmaradt azonban ez a legnagyobb kudarca: a tehetetlenség a halállal szemben. Semmit sem vesztek az érvényükből az alábbi megállapítások:

„Semmi hatalmasság nincs a halál napja felett.” (Préd 8,8) „Képzeljünk el magunknak egy csomó embert, láncra verve, egytől egyig halálra ítélve: naponta kivégeznek közülük néhányat a többi szeme láttára, akik pedig életben maradnak, a maguk sorsát látva társaikéban, fájdalom-

mal, reménytelenül bámulják egymást, és várják, mikor következnek ők. Ez az emberi sors.” (Pascal: Gondolatok, 199. töredék)

A Biblia szerint a halálnak nincs, nem lehet más ellenszere, mint a halált okozó bűn legyőzése. Egyszerű és logikus a bibliai tanítás: az ok megszüntetése megszünteti az okozatot. Az ok megszüntetése azonban korántsem egyszerű, hiszen az ember az önzés, az énközéppontúság foglya, genetikai meghatározottságánál fogva is, valamint a szokás törvénye révén is. Megtetézi ezt „vaksága”, hogy még csak nem is tudja az alapbetegségét, vagy legalábbis nem látja annak súlyosságát. Ezért a szabadulás útját sem keresi az élni akarás elszántságával.

A Bibliában foglalt központi üzenet, az *evangélium (jó hír)* arról szól, hogy Isten megoldást talált a látszólag megoldhatatlanra, elveszett teremtménye, az ember megmentésére. Az *ellenszer* az Ő tulajdon felfoghatatlan, kimondhatatlan áldozata az emberért.

Az úgynevezett megváltási terv alapelvei a következők: Isten Fia emberré lesz. A bűnnel átitatott földi világban és emberi természetében is tökéletes, büntől mentes életet él, majd kiszolgáltatja magát – önkéntes, helyettes áldozatként – a legaljasabb, legkegyetlenebb bánásmódnak és a halálnak, mintegy az emberiség temérdek bűnének a hordozójaként. Az Atya sem siet segítségére, elfordul tőle, kárhozzátra méltó bűnősként viszonyul hozzá, komolyan véve, ténylegesen érvényesítve a helyettesítést. Mindez nem színjáték, hanem véres történelmi valóságként megy végbe. A megváltó Isten Fia és az Atya szenvedése tényleges és szinte felfoghatatlan mélységű. Ez az a „*váltásdíj*”, amit Isten fizet azért, hogy az embert kiszabadítsa a bűn és a halál fogságából (Jób 33,24; 1Pt 1,18–19).

A Fiú halála beálltán a pillanatától fogva nem létezik, a „*föld gyomrába*” kerül, mint más halottak (Mt 12,40). Az Atya annak jeleként támasztja fel harmadnapra, hogy az emberiségért hozott helyettes áldozatát elfogadta. Akik az emberek közül elfogadják ezt a helyettesítést, azoknak bűnei megbocsátatnak, és Isten kiszabadítja őket a halál fogságából, visszaadja nekik az örök élet jogát. „*Krisztus meghalt a mi bűneinkért, és feltámasztatott a mi megigazolásunkért*” – mondja az Írás (Rm 4,25). „*Mert úgy szerette Isten e világot, hogy az Ő egyszülött Fiát adta, hogy valaki hisz Őbenne, el ne vesszen, hanem örök élete legyen.*” (Jn 3,16)

Miképpen lehet Istennek ez az áldozata a halál „*ellenszere*”? A tömör bibliai válasz így hangzik: „*Békességünknek büntetése rajta [a Megváltón] van, és az Ő sebeivel gyógyultunk meg.*” (Ésa 53,5) Isten elengedheti az ember bűnének isteni jogrend szerinti büntetését, a szeretetből hozott helyettes áldozat hatalmas erkölcsi súlyánál fogva. A bűn nem maradt büntetlen, az igazság törvényének, avagy az élet törvényének a sértetlensége és változhatatlan érvénye megerősítést nyert. Létrejöhet a békesség az Isten és az ember között, mert Isten részéről nem terheli az embert a bűnadósság, az ember részéről pedig megszűnhet mindennemű lázadás és bizalmat-

lanság Isten iránt. Ezenfelül az ember lelke ki-gyógyulhat az önzésből, amint felfogja az érte önként, szeretetből szenvedő isteni Megváltó áldozatát. Meggyógyul az „*Ő sebei által*” – amint az Írás mondja.

Döbbenetes ez az *ellenszer*, de csupán ez az egyetlen orvosság segíthet az emberen. Ha személyes hittel elfogadja az érte hozott helyettes áldozatot, akkor ingyen kegyelmi ajándékként visszakaphatja az örök élet jogát. Ez az elfogadás azonban természetesen azt igényli az embertől, hogy elismerje számtalan törvényszegését az isteni erkölcsi mércéhez, a szeretettörvényhez képest, és sóvárogja lelke megtisztulását, gyógyulását.

Az ilyen megvilágosodást, hitre jutást nevezi a Biblia *újjászületésnek*, az ezt követő, élethosszigan tartó gyógyulási folyamatot pedig *megszentelődésnek*. Szükséges, hogy végül elnyerje az ember a *győzőnek nyilvánítást* (Jel 21,7), és ennek nyomán a felmentést a halál ítélete alól az utolsó ítéletben, amely összekapcsolódik a Megváltó megígért dicsőséges visszatérésével.

A haláltól tehát egyedül csak Isten szabadíthat meg. Szó szerint kimondja ezt egy zsolttárig: „*Csak Isten válthatja ki lelkemet a seol [a sír] kezéből, mikor az megragad engem.*” (49,16) Csakis a megváltó Isten Fia tehet ilyen hallatlan kijelentést: „*Nálam vannak a sírnak és a halálnak kulcsai.*” (Jel 1,18) A „*kulcs*” a büntől való szabadítás. A héber *Jehosua* név görögös átírásából származó *Jézus* név jelentése: „*Isten megszabadít.*” A Megváltó születésekor ez a magyarázat kapcsolódott ehhez a névadáshoz: „*Nevezd a gyermek nevét Jézusnak, mert Ő szabadítja meg az Ő népét annak bűneiből.*” (Mt 1,21) Aki a büntől megszabadíthat, az a haláltól is megszabadíthat. Ezért jelentette ki Jézus földi életében: „*Aki hallja az én beszédemet, és hisz annak... átment a halálból az életre... Aki hisz énbennem, ha meghal is élni fog.*” (Jn 5,24; 11,25 – pontosított fordítás szerint) ■

Részlet Vankó Zsuzsa: „*Ha meghal az ember, hol van ő?*” c. könyvéből (Spalding Alapítvány, Budapest, 2007).

Nemek harca

Ki hordja a nadrágot?



A házasság egyik fontos, ha nem a legfontosabb tartóoszlopa a szerepkörök helyes gyakorlása. A jó házasság záloga, hogy a férfi és a nő természetéből, alkati sajátosságaiból adódó különbözőségeket a házastársak elfogadják, s a házastársi szerepköröiket, feladataikat is ehhez igazítják. Ennek természetesen nem úgy kell történnie, hogy egymás erőseit és gyengeségeit mérlegelve a szerelmesek egységet kötnek, hogy ki le-

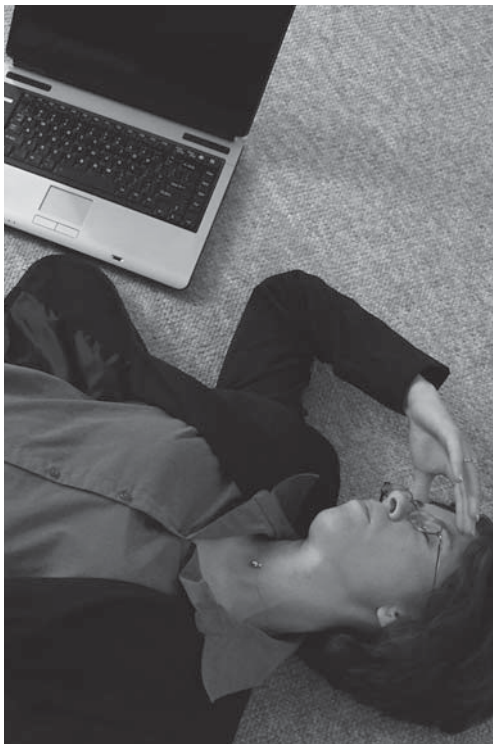
gyen például az irányító, mert a helytelen feladatmegosztás minden esetben boldogtalan házassághoz vezet.

Az emancipációs forradalom győzelme óta a közfelfogás szerint a nőket ugyanaz a társadalmi megbecsülés illeti, mint a férfiakat. Ma már minden területen egyenrangú félként kell kezelni a két nemet. Ugyanazok a jogok és ugyanazok a lehetőségek illetik meg mindkettőjüket. A munkaerőpiac is alkalmazkodott a megváltozott igényekhez. Láthatunk női katonákat, rendőröket, tűzoltókat, szurkolhatunk a női ökölvívó bajnokságokon, és eldönthetjük, hogy gyerekünkkel óvó néni vagy óvó bácsi foglalkozzon-e? A nők férfias ruhákat hordanak, a férfiak szőrtelenítik magukat, női hajviseletet és ékszereket viselnek, sminkelnek, s nem ritkán – szexuális szerepzavaraiknak köszönhetően – nőknek operáltatják magukat. Az ötvenes években a nők azért harcoltak, hogy megmutathassák a bennük szunnyadó férfit, ma pedig a férfiak körében sikk a nőies viselkedés. A jogharc nevében teljes a káosz a szerepköröket illetően. Nem csoda hát, ha a házastársak az otthoni munkákban, vagy a hálószobában sem találják meg a helyüket: ki hordja a nadrágot? Ki legyen az irányító?

Isten eredetileg a férfit és a nőt nem alá-fölé rendeltségi viszonyra teremtette, hanem egymás mellé, egymással egyenrangú társként. „És teremtette az Isten az embert az ő képére és hasonlatosságára; férfivá és aszszonnyá teremtette őket.” (1Móz 1,27)

Mégis, a büntől megromlott emberi természet következtében a férfi felsőbbrendű lényként éli meg feleségéhez való viszonyát, mint akinek feltétel nélkül kijár a tisztelet, a dicséret, az elismerés. A férfi legfőbb vágya a házasságban saját fontosságának tudata. Különbféle eszközökkel – manipulatív vagy parancsuralmi módon – szinte kiköveteli, elvárja a feleségétől: tisztelj, nézz fel rám!

A bűneset legkézzelfoghatóbb eredménye: az ember természetének eltorzulása. Ekkortól vált a férfi uralkodóvá (feleségével szemben fölényessé), amitől a legtöbb nő szenved. Nem érzi férje szeretetét, megbecsülését, tiszteletét, és folytonos vágyó-



dást érez az után, hogy mindezt megkaphassa tőle. „**És mondta [Isten] az asszony-nak: »...epekedsz a te férjed után, ő pedig uralkodik terajta.**«” (1Móz 3,16)

A bűnesettől eltorzult női természetben fokozottabban megjelenik a biztonság, a feltétel nélküli szeretet utáni vágyakozás. Csak sajnos mindezt a nő az elvárások szintjén éli meg. Ezért követelőzik, harcol, hogy férje szüntelen bizonyítsa be iránta érzett szeretetét. Szeretetigénye csak azáltal elégül ki, ha férje oldalán testi-lelki és érzelmi biztonságban érezheti magát.

Kérdezhetjük, mi az alapvető probléma az egymáshoz való viszonyulásban mindkét fél részéről? Miért, mitől szenvednek sokan a legjobban induló házasságokban is? A konfliktusok forrását legfőképpen az képezi, hogy mind a férfi, mind a nő elvárásokat támaszt házastársával szemben, bizonyos feltételekhez köti párja szeretetét, de mivel egyik sem kapja meg a másiktól azt, amit szeretne, marad az epekedés és az uralkodás. Hogyan is néz ki ez a gyakorlatban?

Ha a feleség nem kapja meg a szeretetet, törődést férjétől, nem tudja sem tisztelni, sem becsülni őt, aki pedig mindennefelett ezt szomjazná. A feleség a tisztelet helyett legtöbbször csalódottságát, elkeseredettségét juttatja kifejezésre bírálgatások, szemrehányások és a férjével való zsörtölődések formájában. Emiatt a férjben a folytonos minősítgetések légkörében és a megbecsülés híján kisebbségi komplexusok, vagy akár önértékelési zavarok is kialakulhatnak. Ennek következtében nemhogy az Isten által felruházott bölcs vezetői szerepre nem érzi magát alkalmasnak, hanem döntés- és cselekvésképtelenné válik, visszahúzódik, és érvényesülési vágyát, ön-maga kiteljesedésének lehetőségét más közegekben fogja keresni – munkahelyi, baráti vagy egyéb kapcsolatokban. Nem is gondolnánk, hogy a rettegett főnökök, hiú kar-

rieristák, hódító férfiak személyisége mögött papucsférjek rejtőznek. A férfiak részéről egy másik, de nem kevésbé romboló magatartásforma is megjelenhet a tisztelet és fontossága elismerésének hiánya miatt. Ez pedig a zsarnoki természet felülke-rekedése, amikor autokrata, parancsuralmi módon kívánja kikövetelni magának a tiszteletet és a megbecsülést családjá részéről. Ez természetesen még inkább elidegeníti egymástól a házastársakat.

A feleségek részéről a zsörtölődés, a hibakeresés és a szemrehányások mellett megjelenhet a begubózás, a belső elmagányosodás, vagy pótcselekvésekbe, más kapcsolatokba menekülés. Találó módon jellemezte egy házassági problémákkal foglalkozó szakember, Pálhegyi Ferenc, amikor ezt a problémarendszert a házasság lelki „perpetuum mobile”-jének, örökmozgójának nevezte – de nyugodtan nevezhetnénk erőteljesebb kifejezéssel a házasság ördögi körének is.

E szerint mindenki csak akkor képes kielégíteni a másik szükségletét, ha előbb az övét kielégítette a másik. De mivel a házastársak erre képtelenek a büntől megromlott emberi természet okán és a belső szeretetforrás hiányában, ezért az egymásra kölcsönösen ható negatív folyamatok megoldás hiányában idővel csak mindjobban felerősödhetnek. Mi itt a megoldás? Milyen tökéletes válasszal ismertet meg bennünket a Biblia, amely nem embernek, hanem a házasság Teremtőjének elgondolása? Hogyan nyerheti el egymástól mindketten az alapvetően vágyott szükségletek betöltését? Miképpen kaphat a férj a feleségtől őszinte tiszteletet,

megbecsülést, s a feleség hogyan nyerheti el a hön óhajtott érzelmi biztonságot nyújtó szeretetet – férjétől? Isten nem hagyta, hogy a házasság az önző emberi természet miatt átokká váljon az ember számára, hanem még mindig, a bűn által megrontott világban is a boldogság egyik legfőbb forrása lehet. Miképpen rendeződhet vissza a felborult harmónia a házastársak között?

Erre nézve Pál apostol az Eféziusbelihez írt levél 5. fejezetében igen mélyrehatóan feltárja azokat az alapelveket, amelyek segítségével mindkét fél boldog lehet, amelyben a felek beteljesedhetnek újra mindazokkal a lelki szükségletekkel, képességekkel, amely az édeni kapcsolat helyreállításának lehetőségét teremti meg közöttük.

A SZERETET ISTENI KÖRE A HÁZASSÁGBAN

„Ti, asszonyok, a ti saját férjeteknek engedelmesek legyetek, mint az Úrnak. Mert a férj feje a feleségnek, mint a Krisztus is feje az egyháznak, és ugyanő megtartója a testnek. De amiképpen az egyház engedelmes Krisztusnak, azonképpen az asszonyok is engedelmesek legyenek férjüknek mindenben. Ti férfiak, szeressétek a ti feleségeteket, miképpen a Krisztus is szerette az egyházat, és önmagát adta azért, hogy azt megszentelje, megtisztítván a víznek fürdőjével az ige által, hogy majd ön maga elébe állítsa dicsőségben az egyházat, úgy, hogy azon ne legyen szeplő vagy sömörögzés, vagy valami afféle, hanem hogy legyen szent és feddhetetlen. Úgy kell a férfiaknak szeretni az ő feleségüket, mint az ő tulajdon testüket. Aki szereti az ő feleségét, az önmagát szereti. Mert soha senki az ő tulajdon testét nem gyűlölte, hanem táplálgatja és ápolgatja azt, amiképpen az Úr is az egyházat...” (Eféz 5,22–29)

Ebben az igeszakaszban az apostol a férj és a feleség egymás iránti helyes viszonyulásának szemléltetésére Krisztus és az egyház kapcsolatát állítja mintaként, melyben először a feleségeket szólítja meg. Ennek okát

a későbbiekben érthetjük majd meg. Az apostol az engedelmességre való felszólítással, majd annak nyomós indoklásával szólítja meg a feleségeket. A modern, szabad-ságorientált ember füleinek az engedelmes-ségre felszólítás bántónak hathat, különösen a házasságban élők számára. De mit jelent a feleség engedelmissége, és miért van erre szükség? Milyen értelemben feje a férj a feleségnek, s milyen módon töltheti be a házasságban a férj vezetői feladatát?

„Mindig meglep, hogy az emberek milyen hevesen ellenzik a tekintélyvelvet a házasságban, bár az élet minden más területén elfogadják. Isten egyetlen ok miatt helyezte a férjet vezető pozícióba a családban: hogy biztosítsa a rendet és megakadályozza a fejtelenséget. Mi történne abban az iskolában, ahol nincs igazgató vagy igazgatóhelyettes? Mi történne azzal a hajóval, amelynek nincs kapitánya? Mi történne a kórházzal főorvos nélkül? Mi történne a vállalkozással vezető nélkül? A válasz egyszerű: eluralkodna a zűrzavar.

Valakinek vállalnia kell a vezetés és a döntéshozás felelősségét, és ez így van a családban is. Isten ezt a felelősséget a férjnek adta. Félelmetes felelősség ez akkor is, ha nem kell egy lázadó és uralkodó természetű feleséggel megküzdeni.” (Arnold Mol: *Házaspárbaj*, 132. o.)

ENGEDELMES FELESÉG?

Miben kívánhatja meg a férj a feleségtől az engedelmisséget, és miben nem?

Az engedelmisség nem jelenti azt, hogy fel kellene adnia a feleségnek az egyéniségét. Azt sem, hogy a férj rabszolgája vagy lábtör-lője legyen, vagy hogy a legdurvább férji kívánalmaknak is mindig eleget kellene tennie. Viszont jelenti azt, hogy a döntéshozás felelősségét és jogát átadja a férjnek, aki természetesen mindig kikéri felesége tanácsát, véleményét. Ha a férj is elfogadja, hogy neki

pedig „feje a Krisztus” (Eféz 5,23), akkor elfogadja felesége értelmes tanácsait, és döntéseit vele egyeztetve hozza majd meg. A feleségnek viszont óvakodnia kell a versengéstől, a rivalizálástól, a férje fölé való kerekedéstől. A nő, alkati adottságánál fogva („gyöngébb edény” – 1Pt 3,7), nem az irányításra, hanem egyéb családi feladatokra teremtett: az otthon kellemes légkörének kialakítására, a gyermekek nevelésére és egyéb teendők elvégzésére. Egy kanadai egyetem felmérése szerint, ha a feleség uralkodó típusú, könnyebben kifejlődhet a fiúgyermekben a homoszexuális hajlam. Gyakori, hogy emiatt a férj is elveszíti szexuális érdeklődését felesége iránt. De mit tegyenek akkor, ha eltérő a véleményük egy probléma megoldásában?

Az engedelmisség ilyenkor azt jelenti, hogy a feleség készségesen átadja a döntés jogát férjének, és támogatja mindenben. Ha ezt őszintén teszi, akkor azt fogja tapasztalni, hogy férje az esetek többségében olyan döntést hoz, ami számára is kedvező lesz, hiszen a legtöbb férj szeretne a felesége kedvében járni – feltéve, ha nem gyakorolnak rá nyomást. Egy férfi számára sokkal fontosabb, hogy ki hozza meg a döntést, mint az, hogyan dönt. A feleség szinte mindent elérhet a férjénél, ha érvekkal előkészíti, de férjére bízza a döntést. A férj viszont soha ne zsarnoki, uralkodó módon kényszerítse ki feleségétől az engedelmisséget, mert ez merőben ellentétes a fent említett bibli-ai alapelvvel.

„Gyakran teszik fel a kérdést: a feleségnek ne legyen saját akarata? A Szentírás világosan kijelenti, hogy a férj a család feje. »Ti, asszonyok, engedelmeskedjete a férjetekeknek...« Ha e parancs itt végződne, akkor elmondhatnánk, hogy a feleségek helyzete nem irigylésre méltó. Nagyon sok esetben ez nagyon nehéz, próbára tevő helyzet, és e miatt jobb lenne, ha minél kevesebb házasságot kötnének. Nagyon sok férj megáll e szavaknál: »Ti, asszonyok, engedelmeskedjetekek...«, de olvassuk el ugyanennek a parancsnak a végét is: »...amiképpen illik az Úrban.« (Kol 3,18) Isten lelkiismeretet adott az asszonynak is, amit nem lehet megsérteni büntetlenül. Egyéniségét nem lehet beolvasztani a férjébe, mert ő is Krisztus szerzeménye. Hiba azt gondolnia, hogy vakon, pontosan azt kell tennie minden dologban, amit férje mond, olyankor is, amikor tudja, hogy ezzel kárt munkál testének és lelkének. Van nagyobb személy, aki az asszony férje felett áll: az ő Megváltója. Ezért férje iránti alárendeltségét úgy kell teljesítenie, amint Isten azt megparancsolta – »...amiképpen illik az Úrban.« Ha a férj nyers, durva, féktelen, önző, érdes, basáskodó férfi, akkor soha ne mondja azt, hogy »a férj feje a feleségének«, és annak engedelmeskednie kell mindenben; mert nem ő az Úr, és nem a szó valódi értelmében vett férj.» (Ellen G. White: *Boldog otthon*, 99–100. o.)

Nehéz helyzetet teremt, amikor a férj nem vállalja a vezetői, illetve a családfői szerepet. Ebben az esetben a hölgyek úgy gondolják, hogy kénytelenek magukra venni a család vezetésének terhét. Nagyon sok feleség szenved amiatt, hogy férje különféle ürügyek és indokok, vagy éppen alkalmatlansága alapján felmenti magát a vezetés felelőssége alól, és áthárítja a döntések meghozatalát, a család fenntartásának terhét a fele-

ségre. Rengeteg rejtett házassági konfliktus forrását jelenti, ha a férj szándékosan, vagy tudat alatt egyenesen átruházza feleségére a családfőnek kijáró feladatokat. Mit tegyen ilyenkor a feleség?

Ellentmondásosnak tűnik, de ha a férj nem vállalja a család irányítását, akkor a feleségnek még inkább háttérbe kell vonulnia. Csak úgy tudja a férje alá rendelni magát, ha Isten parancsát akarja követni. A feleségnek mindent el kell követnie annak érdekében, hogy rávegye, segítse férjét, hogy vezetői felelősségét felismerje és akarjon annak eleget tenni. Bátorítsa, biztassa házastársát, amivel önbizalma és egészséges önértékelése is megerősödhet a feladatai ellátása közben. „Mindkét félnek meg kell értenie, hogy nem lehet boldog az a család, ahol a feleség a vezető. Nem boldog a feleség sem, és nem lehet boldog az a férj sem, akinek felesége utasításait kell figyelnie. A feleségeknek is meg kell érteniük, Isten nem azt fogja számon kérni tőlük, hogy miért nem vállalták magukra a család vezetését a férjük helyett. Az engedelmesség hiányáért azonban nekik kell vállalniuk a felelősséget. Hiszen a férje addig nem veszi át tőle a vezetés felelősségét, amíg ragaszkodik ahhoz, hogy mindent a saját vállára vegyen.” (Ellen G. White, i. m., 135. o.)

A feleség részéről az igazi szeretet gyakorlása azt is jelenti: képes küzdeni azért, hogy férje alkalmassá váljon a családfői feladatra. S közben azért is meg kell küzdenie magával, hogy ne ő vegye át az irányítást a férje helyett. „A szeretet mindent hisz, mindent remél, mindent eltűr...” (1Kor 13,7)

S. A.–S. Á.

(Következő számunkban a férjek szerepéről kapcsolatos elvekket folytatjuk)

Határozatlan szülők határozott gyermekei



A minap egy kedves család jött hozzánk látogatóba. Csinos, harmincas anyuka, víg kedélyű apuka, a kisiskolás Irdatlanka és a szöszi, óvodás Szemtelenke. A kellemes délelőtti együttlétet követő finom ebéd után gyermekeink unszolására hamarosan asztalra került a mélyhűtőből a jégkrém is. Mivel a vendég gyerekek kicsit köhécseltek, no meg az illem is úgy kívánja, megjegyeztem a jégkrémért fennhangon küzdő csöpp kislány felé:

– Szívesen adok, ha apukád is megengedi.

Az apuka szemlátomást meglepődött.

– Nekem kellene döntenem? Szóval most szigorúnak kell lennem? – kérdezte humorosra fogva a dolgot, majd a szülői szigort karikírozva csípőre tette a kezét, mellét megfeszítette, s szemét meresztve mondta gyerekeinek:

– Nem! Nem ehetitek meg! – Dörmögése kissé félelmet sugallt, bár érződött, még maga sem döntötte el, mi lenne a helyes, tekintettel a kezdődő torokgyulladásra.

A gyerekek meg sem várva a választ, apjukra csak legyintve, azonnal nekiestek a nyalánkságnak. Látszott, ismerős fordulat ez közöttük; megszokták, hogy apjuk szavát nem kell feltétlenül komolyan venniük. Úgy tűnt, az apa egyenrangú velük, igazi játszótárs, jó haver, így a véleménye is csak egy a sok közül.

– Nem nekem való ez a szerepkör – vallotta Tamás egy kicsit később. – Bármenynyire próbálok megfelelni a feleségem elvárásainak, nem tudok azonosulni az apaszereppel.

Őszintesége szomorú együttérzésre indított. Láttam, szánja, hogy ő maga a fiatal neje harmadik gyereke, holott házasságkötésük átgondoltnak, megalapozottnak tűnt évekkkel ezelőtt.

Bizonyára sok fiatal ismeri ezt a problémát, különösképpen azok, akiket a szüleik elnyomtak, vagy nem nagyon támasztottak követelményeket velük szemben. De ugyanígy érintettek lehetnek az édesanyák is. Egy háromgyerekes anya mondta egy baráti ösz-

szejövetelen: csak a második gyerekem születésekor tudtam belerázódni az anyaszerepbe. Furcsa, de az első kisfiamat partnerként kezeltem. Anyám olyan túlon túl határozott, erős akaraterejű volt, mindig alá kellett rendelnem az akaratomat az övének. Megszoktam, hogy mások irányítsanak, mert elhittették velem, hogy úgysem tudok jó döntéseket hozni. Ezért később beleestem abba a hibába, hogy túl engedékeny lettem.

Nem csoda, hogy sok fiatal szülő nem találja meg a helyes nevelési módszert, hiszen az egykori kemény, poroszos, tekintélyelvű nevelést kiszorította az Amerikából átszivárgott szabadelvűség, vagyis „a gyerek tudja a legjobban, mi kell neki – az ő érzékszervei, megérzései, belső irányítói még csalhatatlanok, jelezni fogja, mire van szüksége”. (Ezekről a jelzésekről a pedagógusok bizonyára sokat mesélhetnének...) Még úgy tíz évvel ezelőtt a kórházakban az újszülött csecsemőket egy napi ritmushoz próbálták szoktatni – most már inkább a szülőknek kell megfigyelniük a gyermek ritmusát. Míg némely babának az éjféle fürdetés, másoknak a délelőtti felel meg – amihez jó, ha idejében alkalmazkodik az egész család és a munkahelyek. A kiváló szenzorral rendelkező csöppségek három-négy év múlva azt is tudni vélik, hogy pont azokra a játékokra és nasikra van szükségük, melyeket a reklámok sugallnak. Egy óvónő említette, hogy egy fiatal anyuka megkérte, hagyja rá a gyerekére a macacsságait – például a gyerek csak fordítva szereti felvenni a ruháit –, vagyis ne váltson ki a gyereknél hisztit azzal, hogy ráerőlteti az ő akaratát – történetesen, hogy a színére fordítva vegye fel a ruháit –, „mert az ő gyereke individuum”. (A többi szülő megkérdezhetné: az övé talán nem?)

Vagyis ez az anyuka úgy döntött, nem húz ujjat a saját gyermekével, mert mindenképpen jobban jár, ha a gyerek nem hisztizik. S ha ideológiát is találunk hozzá, még gyönyörködhetünk is a saját nevelési hibáinkban.

Röviden – a teljesség igénye nélkül – nézzük meg, hová gyűrűzhetnek a szülői határozatlanság hullámai. Miért szükséges az egyébként alkalmazkodó, visszahúzódó alkatú szülőnek elfogadnia és önmagára is alkalmaznia a határozott irányítás szerepét?

Bizonyára az erős, határozott, céltudatos személyiségű szülők nem találnak ebben semmi nehézséget, azonban ez a másoknak alárendelődő, irányításhoz szokott típusú szülőknek roppant nehéz.

A Biblia tanítása szerint minden ember magának kedvező, önzésre hajlamos természettel születik. Nehéz ezt elfogadni egy ártatlan, kiszolgáltatott újszülött bájai láttán, de az első testvér színreléptekor, vagy a személyiség nyiladozásakor egyértelművé válik, hogy a gyermeki természet is magának kedvez. A keresztény értékrendű nevelés egyik elsődleges feladata az önzetlenségre nevelés. Közismert, hogy minél fiatalabb korban kezdik el a szülők a következetes nevelést, annál könnyebb dolguk lesz, mert az önzés vájatai a szokások által rögzülnek. A természetünk alapvető készítése, hogy a saját értekeinket, céljainkat, vágyainkat helyezzük mások elé, ez azonban kisgyermekkorban még csodálatosan formálható. Nem arról van szó, hogy ne legyen a gyermek talpraesett, ne tudja magát megvédeni, az érdekeit képviselni. Inkább az a cél, hogy túllasson önmagán, ne gázoljon át másokon, ne a világ közepének, hanem annak egy részének tekintse magát. Ha az önző szokásokat a szülők nem nyesegetik még idejében, olyan mélyen beleivódnak a gyermek elméjébe, hogy később csak alig, vagy egyáltalán nem lehet azon változtatni. Jeremiás próféta ezt a hasonlatot használta: „vastollal és gémánthegygel vannak bevésve szívünk táblájára”, vagyis kitörölhetetlen, megmásíthatatlan tulajdonságokká kövesedhetnek.

Az önzetlenségre nevelés mellett szólnunk kell az Isten tiszteletére való nevelésről is, mert e két célkitűzés egymástól el-

választhatatlan. Amennyire lehetetlen az énközéppontú emberi természetet a másik embernek való kedvezés irányába terelgetni isteni segítség nélkül, ugyanúgy Isten tiszteletére sem vezethető rá a gyermek, ha szüleit nem tiszteli. Vagyis visszajutottunk a kiindulópontunkhoz: a nevelés alapja a szülők tisztelete kell legyen. Ha a szülő nem tud azonosulni a szülői szerepkörrel, vagyis nem kívánja felvállalni az irányító szerepet, maradandó károkat okoz. Hogyan is tudná apját, anyját tisztelni a gyermek, ha a szülő határozatlan, döntésképtelen? A kicsinyek általában akkor válnak kis zsarnokokká, s kezdenek a szülőknek „dirigálni”, ha bizonytalanságot éreznek. Részben így palástolják a félelmeiket, és így próbálnak védekezni, fogódzót találni a világ megannyi ismeretlen és kiszámíthatatlan helyzetével szemben. (Ki ne ismerne olyan családot, ahol a kised a járókából irányítja az egész családot, noha még beszélni sem tud? Ilyenkor derűsen panaszkodnak a szülők, akik természetesen kikészülnek a sok egzecírozatástól, a hibát a gyermekben keresve.)

A határozottságot sokan a keménykedéssel azonosítják, holott ennek egyáltalán nem kell így lennie. Valóban, az utasításokat osztogató, szeretetlen magatartás visszatevő, inkább ellenszenvet, mint tiszteletet szül; valósággal láznak ellene a gyerekek. A határozottság inkább azt jelenti, hogy a kimondott szót lehetőleg nem vonom vissza, mert mögötte átgondoltság van. „A te beszéded legyen igen, igen; nem, nem – tanította Jézus –, ami ezen felül van, az a gonosztól van.” Az ígéreteit vagy a gyermeknevelés korlátait, szabályait folyton változtatgató szülő valósággal ingerli a gyermekét. A kiszámíthatatlan szülő a gyerek számára félelmetes lesz, vagy olyan, mint a gyerekek közül egy, attól függően, milyen érzelmi és idegállapotnak ad hangot. Sajnos ezeknek a felnőtteknek a hangulatai is kiszámíthatatlanok. Mivel sokszor nem ér el engedelmes-

séget a gyermekénél, ingerült lesz, és olyat mond vagy tesz, amit nem szeretne. Ettől lelkiismeret-furdalása lesz, aminek következtében újabb következtelenségbe, engedetlenségbe bonyolódik. A gyerekek jól ismerik ezeket a játszmányokat, és szinte mindig tudnak élni vele. Leginkább az elfoglalt szülők esnek abba a hibába, hogy átgondolatlan ígéretet tesznek a gyerekeknek, csak hogy hamar szabaduljanak rámenős könyörgéseiktől. A gyermekek szeretnek akkor kikönyörögni valamit, amikor a szülő mondjuk éppen a főnökével beszél telefonon, vagy egy ritka és roppant fontos látogatónk van, vagyis amikor lehetetlenség a kicsire koncentrálni. Bölcsőbb ilyenkor, ha a szülő hallgat és időt kér a válaszhoz.

Visszakanyarodva eredeti gondolatmenetünkhöz: ha a gyermekek nem tanulják meg tisztelni a szüleiket, később nem tudnak majd másokat sem tisztelni. „Nem fél sem Istent, sem embert” – idézhetjük az ismerős mondást, ami egyszerű, paraszti ésjárással kifejezi, hogy Isten félelme (tisztelte) nélkül az embereket sem lehet tisztelni. Isten tiszteletéhez pedig a szülőkön keresztül vezet az út. A keresztyén szülők feladata, hogy életvitelükkel, jellemükkel, lélekjelenlétükkel a kicsiny gyermekek számára olyan stabil támaszt nyújtsanak, amely annyira szilárd és megbízható, mint a felnőtt ember számára az Istenre támaszkodás, míg cseperedvén, kialakul a gyermekek önálló hite, véleményalkotási készsége. Addig is a szülőknek kell azt a szilárd, határozott, minden tekintetben kiszámítható, biztonságot, szeretetet nyújtó lényt megszemélyesíteniük kicsinyeiknek, amit később a személyesen megismert, irgalmas, de büngyűlő Isten nyújt a felnőttek számára. Ez azonban csak akkor lehetséges, ha a szülő is elfogadja nevelői megbízatását, mellyel Isten minden szülőt szeretne felruházni gyermekei fejlődése, boldogsága érdekében.

SOÓS ÁGNES

Animula...

Hadrianus császár búcsúverse

*Animula, vagula, blandula,
hospes, comesque corporis,
quae nunc abibis in loca,
pallidula, rigida, nudula,
nec ut soles dabis iocos.*

*Lelkem, te gyöngécske, tünöcske,
Testemnek vendége, régi társ,
Miféle helyre mész el mostan,
Sápatag, dermeteg, csupasszá vált,
Hol véget ér minden játék.*

(Reisinger János fordítása)

Nem mindennapi dolog, hogy egy császár verset ír. Még különlegesebb, ha olyan költemény kerül ki a keze alól, mint amilyen Hadrianus búcsúverse. Önmagában persze az nem biztosíték, hogy a költemény címe fölött egy császár neve áll. Hadrianus közel 1900 éves búcsúverse azonban mindenféle mércével mérve rendkívüli darabja a világirodalomnak. A császár kedvelte a görög irodalmat és kultúrát, a római császárok közül az egyik legműveltebb és legemberségesebb uralkodó volt. Őt sora a világlíra egyik legragyogóbb tündöklése.

Először is azért, mert egy minden földi halandó számára általános életérzést fejez ki, miszerint életünk törekeny, tünékeny, minden napunk egy pókfonálon függ, és ha a csoda ezerszer és tízezerszer megismétlődik is – tudniillik, hogy számtalan mátt élünk át és lépünk át a holnapba –, egyszer, végül elérkezik a pillanat, amikor a folyamat meg-

szakad, a halál elkövetkezik, és mindaz, ami egyszer volt, nem lesz többé. Életünk elfogy, és nem marad belőlünk semmi. Aki foglalkozott már a halállal kapcsolatos emberi vélekedésekkel, hiedelmekkel, eszmékkel, nagyon jól tudja, mi mindent görget magával ezzel kapcsolatosan az emberiség története. Hányféle babonát, balsejtelmet, balvéleményt, kisebb részben örömet, túlnyomó részben mély és feloldhatatlan szomorúságot. Hadrianus császár halála előtt írt búcsúversének egyik feltűnő sajátossága, hogy megszólalásának gyengéd tónusában, lépésről lépésre félreszorítja a ködöt és az árnyat, a gyötrelmet és a szorongást, a reménytelenséget és a teljes kilátástalanságot. Erre azonban egyedül a részletes, tüzetes elemzés deríthet fényt, így nekünk is el kell indulnunk ezen a pályán, és ennek az öt sornak a megfejtéséhez nem öt és nem is ötven sort kell lerónunk, hanem hatalmas körzésekkel az

emberi élet és gondolkodás számtalan tartományát bejárva kell hozzáfognunk.

Az első meglepetés, hogy a görög kultúrán edződött császár, aki természetszerűleg ismerte az orfikusok, a püthagoreusok, a platonisták és neoplatonisták egymást váltó és kiegészítő nézeteit – de joggal feltételezhetjük, hogy ismerhette az arisztotelianizmus egészen más irányú emberképét és világmagyarázatát is –, szóval az első meglepetésünk az, hogy ezt az akár pszüchének, akár entellecheiának nevezett lelket oly gyöngének, elrebbenőnek, végleg szertefoszlónak mutatja be, mint a görög–római kultúra egyik-másik megnyilatkozása még véletlenül sem. Hiszen az ókori dualizmus merev hártárt vont test és lélek között, és szánandónak, elporladónak a testet mondta, semmiképpen sem a lelket, amelyet különféle díszítményekkel aggatott tele, és felmagasztalt. Hadrianus versének első sora viszont ezt a lelket egyrészt kicsinyítő képzőkkel ellátott jelzőkkel érzékelteti, másrészt a negyedik sorban is folytatva a felsorolást ugyancsak három jelzőt köt hozzá, amelyek azonban a harmadik sorban említett „helyek”-re is vonatkozhatnak, hiszen az „anima” (lélek) és a loca (hely) egyaránt vonzhatja ezeket a jelzőket. Hadrianus tehát nem a görög kultúrából sarjadó lélekszemlélet szerint ír, hanem egy másik, az előbbinél jóval tisztább és pontosabb hit alapján (bár bizonyára öntudatlanul), és ez a másik kultúra a bibliai felfogás test és lélek kölcsönhatásáról, s a léleknek a lehelethez hasonlítható gyengécske voltáról.

Ugyancsak a bibliai szemlélethez közelít – s ez a második felfedezés –, hogy a császár a test vendégének (hospes), sőt egyenesen jó barátjának (comes, a magyar koma szó latin elődje) nevezi a lelkét, vagyis egyáltalán nem a szokásos dualizmussal tekint önmagára, hanem test és lélek kölcsönhatását, együttműködését tételezi fel, sőt tapasztalattal éli meg a maga utolsó napjaiban, óráiban is, ezáltal rendkívüli tisztasággal állítja

elénk a halálnak az antik vallásokhoz és filozófiákhoz mérten is sokkal súlyosabbnak tekinthető voltát. Egyszerűen szólva, a halál valódi tragédia, az élet megszűnése-elolvadása. A császár nem magyaráz, nem filozofál, nem ködösít, nem ringatja illúziókba magát, mintha csak Máté evangéliuma 2. fejezetéből hallanánk a megdöböntő vallo-mást, hogy „Ráchel siratta az ő fiait, mert nincsenek” (Mt 2,18). A van után a nincs, az élet után az élet lángjának teljes ellobbanása, a lét után a teljes megsemmisülés elemi erővel csap arcunkba.

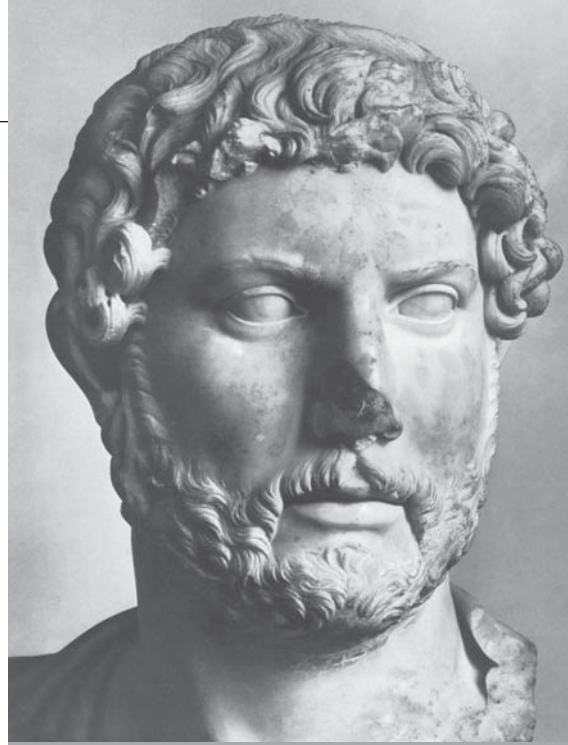
Ennek az elemi erejű mozgásnak harmadik eszköze a vers zárósora, egyben koronája. Mert míg a kezdeti négy sor valahogy úgy folydogál, csörgedezik, a maga önmegszólító halkságában, visszafogott recitálásában, hogy szívesen nyomon követnénk még e csermely további folyását, azonban e helyett egy megdöböntően rövid lezárást kapunk, mely új elemet hoz a versmenetbe, olyannyira újat, hogy egy ideig szinte magunkhoz sem térünk, nem is tudjuk, miről van szó, hiszen egyetlen szó, egyetlen kifejezés visszamenőleg is minősíti az emberi életet – vagy ahogy mondtuk, a test és a lélek kölcsönhatásban mozgó útját, és egyszerre hozza be a jövőre nézve is azt a megállapítást, hogy valamikor „véget ér minden játék”. A játék a felszabadult öröm, de ennek a földi életben tapasztalható kétséges-sége is, annál a körülménynél fogva, hogy a „játék” kifejezés a versnek mégiscsak utolsó szava, hangsúlyos lezárása, olyan intenzitást kölcsönöz a záradéknak, amely újra és újra átolvasni és átgondolni készíti mindazt, amit eddig a költő-császár elmondott, s amibe mi is beleéltük magunkat. Ezzel az utolsó szóval, ezzel a késleltetett lezárással annyira felocsúdtat, hogy a létezésnek és a gondolatnak szinte új síkjára lépünk. Ha sokat gondolkodunk a versről és keresztül-kasul átvizsgáljuk, ez a „játék” szó félelmetesen hangsúlyossá válik, olyannyira, hogy az

európai költészetből csak egyetlen későbbi példát tudnánk társítani hozzá, és ez a példa sem egy költőé, hanem egy nagy gondolkodóé, akinek hátrahagyott gondolatörvédekében ritmikus prózájú alkotásokkal, vagyis már-már versekkel is találkozunk. Ez a Hadrianus után másfél ezer év múlva megszólaló Blaise Pascal hangja, aki a következőket mondja:

*„Az utolsó jelenet véres,
bármi szép is a játék többi része;
végül egy marék földet löknek az ember fejére,
és ezzel beteljesült sorsa örökre.”*

Az a gondolat, hogy az élet játék, vagy más előjellel: emberhez méltatlan játék és komédia, ritkán tört fel ilyen szelíd erővel az elmúlt évezredek irodalom- és kultúrtörténetében – és azért tesszük itt a szelíd jelzőre a hangsúlyt, mert ez a gondolat általában zaklatottan szokott kikíváncozni, gondoljunk csak Tolsztojra. Hadrianus császár búcsúverse azonban, mintegy önmagával beszélgetve, azt fejezi ki, hogy e méltatlan játéknak, melyet egyébként legtöbbször a lélek kavart, egyszer vége lesz. Egyszer csak nagy csönd áll be, de lehet, hogy ez a sápadt, hervadt, lecsupaszult csend nem valami félelmetes ridegségnek a jele, hanem éppen valami egészen másnak a kezdete, amit „szem nem látott, fül nem hallott, emberi szív meg sem gondolt”, és „ezt készítette Isten az őt szeretőknek” (1Kor 2,9). Erre mondtuk az elemzés elején, hogy a tragikum mélysége a reménység boldogságát szabadítja fel. Vagyis azt a reménységet, hogy lesz olyan élet, amely szerencsére köszönő viszonyban sem áll majd a mostanival, lesz olyan világ, amelyben igazán magukra találhatnak azok, akik itt a földön is keresték – ha gyengécskén, ki-kihagyásokkal és visszaesésekkel is – a fölfelé vezető élet útját.

REISINGER JÁNOS
IRODALOMTÖRTÉNÉSZ



Hadrianus (Publius Aelius Traianus Hadrianus, 76–138) római császár 117-től 138-ig uralkodott az Antoninus-dinasztia tagjaként. A hispániai Italicában született, módos polgári családban. Fiatal kora nagy részét tanulással töltötte, különösen a görög irodalmat tanulmányozta. Innen származott beceneve: Graeculus („Kis Görög”).

Elnyerte az athéni polgárjogot is. Katonai tribunus, később katonai legátus, majd Pannónia provincia helytartója, valamint konzul lett. Több sikeres katonai akció kapcsolódott a nevéhez, így elsősorban a szíriai légio támogatásának köszönhető, hogy a hivatalos utód nélkül elhunyt Traianus császár után a szenátus őt tette meg Róma uralkodójává. Bár kiváló katonai képességei voltak, mégis inkább a békére törekedett. Császárként is kiemelten támogatta a művészeteket. (Forrás: Wikipédia)

Ludvík Aškenazy: Emberek és emberkék

Beszélgetés a halálról

ASztrasznyiszén sétáltunk, nem messze a krematóriumtól. Egy fekete autó állt az úton, amelyben a halottakat is szállítják. Az autóban koporsó volt.

– Apu – szólalt meg emberke –, ez szállítókosci, ugye?

– Igen – mondom –, szállítókosci.

– És mit szállít?

– Boldogultakat – felelem.

– Mi az a boldogult?

– Halott – mondom.

– Olyan ember, aki meghalt? – kérdezi.

– Olyan, fiam – felelem. Elszomorodott. Egy ideig nézte a halottaskocsit, aztán megint megszólalt:

– Apu, és hol fekszik?

– Ki hol fekszik?

– Hát a boldogult – suttopta.

– Hátul – mondom.

– Egészen hátul?

Az autó feketén, komoran állt ott. Emberke félni kezdett a haláltól. Ijedt szemmel nézett rám, és megkérdezte:

– És mindenkinek meg kell halni?

– Mindenkinek – feleltem –, mindenkinek, kisfiam. Ilyen az ember sorsa.

– De te hamarabb halsz meg, mint én – mondta reménykedve.

Megnyugtattam, hogy előbb halok meg.

– Gyere! – mondtam aztán. – Elmegyünk erre balra, van ott egy rét, százszorszép meg margaréta van rajta.

– Apu – kérdezte –, a százszorszép is meghal?

– Gyere! – mondtam. – Veszünk fagyaltot. Ne nézd már azt az autót. De ő csak tovább nézte, aztán kétségbeesetten megkérdezte:

– Muszáj a boldogultnak hátul feküdni?

– Muszáj – mondtam. – Milyen fagyaltot kérsz, vaníliát?

De ő csak áll és néz, és sírásra görbül a szája.

– Apu – kérdi szomorúan –, ha meghalok, nem ülhetek oda a sofőr mellé?

– De, odaülhetsz – mondom –, az ellen senkinek sem lesz kifogása, csak ne beszéljess a sofőrrel, mert azt tiltják a forgalmi szabályok.

Megígérte, hogy nem fog beszélgetni, és nagyon megörült, még ugrott is egyet.

– Gyere, szedünk margarétát, csokrot kötünk belőle, amíg élünk. És lehet, hogy szöcskét is fogunk.

Azóta nem fél a haláltól. Én se félek, ha a sofőr mellett ülhetünk. Nagy csokrot kötöttünk. Szépet, margarétából, százszorszépből, egy lila harangvirág is volt benne. Eperfagyaltot ettünk. Nagyon jól éreztük magunkat. ■

„Az én küzdelmemet megkezdtem”

Egy reménykedő naplójából

Gardalits Ferenc sikeres vállalkozó volt. Ám azok közül való, akiket az üzleti világ született baleknak nevez. Végsohig hinni akart a világ megjobbíthatóságában, az emberek jóakaratában, üzlettársai korrektségében. Egy közeli vállalkozótársa pénzügyi csalása következtében 2000-ben az Egyesült Államokba kényszerült költözni családjával, tetemes adósságai rendezése miatt.

2006. augusztus végén derült ki, hogy Ferencnek leukémiája van. Ez időtől fogva folyamatosan elkezdett leszámolni, illetve elszámlolni az életével. Ilyen helyzetben ezt valószínűleg mindenki megteszi, de az ő életében ez őszinte szembenézés volt, hiszen valamilyen formában mindig is hitt Istenben, ezt a hitet gyermekkorától hordozta magában. Ez elsősorban abban mutatkozott meg, hogy az átlagosnál is jobb szívű volt. Például amikor egy közeli faluban leégett egy hatgyermekes házaspár háza, Ferenc a szentesi Mozaik internetes portálról szerzett tudomást róla. Telefonált Amerikából, hogy a saját bútorai egy részét adják oda a szerencsétlenül járt családnak. Egy másik esetben távoli ismerőse nem tudta eltemetni az édesanyját, öcsémtől kért kölcsönt. Feri tisztában volt vele, hogy a kölcsönkérő sosem tudja majd visszaadni, de ez nála nem jelentett akadályt a segítségnyújtásban.

Az átlagosnál több szeretet és szánalom volt benne a másik ember iránt, de mindent a maga erejéből akart véghezvinni. Betegsége idején jött rá, hogy Isten nélkül még a jót sem vagyunk képesek megtenni, sőt. Miután kiderült, hogy súlyos beteg, szentesi barátaitól – akikkel folyamatosan levelezett az interneten – a következőképpen búcsúzott: „Ezúttal szeretnék egy időre búcsút venni Tőletek, az én értékrendemben ezentúl más tényezők játszanak szerepet – megkezdem nagy küzdelmemet.”

Naplószerű feljegyzései ez után íródtak. Négy hónapig küzdött az életéért, majd 2006. december 19-én elaludt.

TESTVÉRE, GARDALITS JÁNOS



Az élet kiszámíthatatlansága, az élet örömeinek emlékei és vágyai indították el ezen soraimat. Eddigi negyvenkét évem alatt annyi minden történt velem, hogy azt most nem tudom leírni. Sok öröm és boldogság, csalódás ért eddig, melyeknek mélyebb gyökereit kezdem felfedezni. Van az életnek törvénye, amit hittem, de nem tettem teljes egészében úgy, ahogy cselekednem kellett volna. Mindehhez hozzá kell tennem, hogy bebizonyosodott: az ember önmagában gyenge, gyarló, elfogad, megtesz olyan dolgokat, amelyek az állomány szerint elfogadottak, de az Isten törvényei, üzenetei szellemében elfogadhatatlanok. A történelem egyszerű tanulmányozása, az események a körülöttünk lévő családi, baráti, ismerősi körben segítettek, hogy felismerjem: *minden cselekedetre az arra illő következmények nem maradnak el*, előbb-utóbb meg lesznek válaszolva. Amikor Jézus a pusztában negyven napig éhezett, a Sátán többször igyekezett megkísérteni. Nekünk is adatnak bőven pusztai napok, amikor velünk is ugyanezt teszi. A mi emberi felfogásunk, hogy a könnyebb, kényelmesebb, nagy lehetőségekkel kecsegtető megoldásokat válasszuk, mely előrevetítheti azokat a következményeket, amelyeket aztán viselnünk kell. Mára, 2006. szeptember 1-jére rádöbentem, az én akaratom sokszor sikerülhet, de jöhetnek olyan váratlan események (leukémiában szenvedek), amelyekben teljesen más prioritások érvényesülhetnek. Gyűjthetek, kínlódhatok, megtakaríthatok,

szépen, jó módban élhetek, lehet gyönyörű, csodálatos családom, sok mindenre juthatok, de mindhiába, ha a jó Istennek más tervei vannak velem. Minden földi jó pillanatok alatt semmivé válhat, minden, amiért eddig küzdöttem, porrá zúzódhat. Lelkületem mindig közel volt a jó Istenhez, de soha nem értettem meg hívó szavát. Ha megértettem, nem közeledtem hozzá száz százalékgig. Mai napjaim történetei rádöbentettek, hogy ez nagy hiba volt. A Sátán különösen utálja azokat, akik nem az ő gondolatai szerint cselekszenek. Én egy ideje kezdtem eltávolodni szörnyűségétől, és igyekeztem tetteimet közelíteni a jó Istenhez. A tettek azonban kevesek, ilyenkor még nagyobb haragra gerjed a Sátán angyala, és igyekszik minél több sebet ejteni az ilyen embereket, végső esetben lerombolni őket. A jó Isten védő karjai nem ölelnek, nem segítenek, mivel nem fogadtam el teljes egészében Őt. Mától az életemet felajánlom a jó Isten kezébe, és minden erőmmel, gondolatommal az Ő védelmét kérem. Sok szenvedésen fogok átmenni, tudom. Ugyanígy a családom is, feleségem, gyermekeim különösképpen. Arra kérem a jó Istent, segítsen mellém állítani őket az azonos gondolkodásban, mentalitásban. Én az én küzdelmemet megkezdtem. Nagy öröm az engem körülvevők szeretete, a számomra távolabb lévők imái, ami megsokszorozza az erőt. Kérem a jó Istent, fogadjon el engem, segítsen a bűneimtől megszabadulni, én csak Őt imádom, ettől semmi sem fog eltéríteni.



2006. szeptember 3-át írunk. A kórházi jelenlétem többszöri lázzal (magas, 39,5–40 °C) keserített, a gondolataim, a tetteim ezek legyőzésére irányultak. Kérem a jó Istent, segítsen meg ebben, és megköszönöm, amit érttem tett. Úgy érzem, minden küzdel...

(Folytatás)

Végre kijöhettem a kórházból, és a kórisme is tudott (myelodysplasia, preleukémia). Még nem leukémia, de oda vezető folyamatban vagyok. Itthon sokkal jobban érzem magam, bár a láz nem szűnik, de karbantartható. Ez a kór folyamatos lázzal jár a kezelése megkezdéséig. Hatalmas összefogást érzek sokak részéről, valódi, emberi aggódást, és rengetegen segítettek erőt adni a betegség leküzdéséhez. Együtt érző látogatások tömkelege, a rengeteg anyagi segítség, amit eddig kaptunk, a valódi aggódások megmutatták, hogy kik az igaz emberek. A jó Isten védő szárnyát érzem magamon, az Ő tekintetét, segítõ gyengédségét érzem minden pillanatban. Sokszor küszködöm bensőmben, hogy véletlenül se találjak vagy keressem sorsom alakulásának okozóját. Ez az Isten akarata talán, hogy valóban megtaláljam az Őhozzá vezető utat. Sokszor átgondoltam az életem eddigi vezető útját, és be kell ismerjem, sokszor megbotlottam. Mindig hatalmas erőt éreztem tetteim, gondolataim végrehajtásához, de a csapdákat sokszor nem sikerült kikerülni. Beismerem, gyarló ember vagyok, aki a jó Isten elfogadása híján eddig jutott. Másokkal szemben mindig humanusan gondolkodtam, erőmhöz mértem sok embernek segítettem, még ismeretlenül is, mert tudtam, hogy szükség van erre. A verekedőket békítettem, a testvéreimet csitítottam, de az isteni áldás hiányában nem tudtam végigcsinálni a dolgot. Talán a jó

Isten észrevette, hogy nem vagyok teljesen elveszve, így ad egy lehetőséget, hogy megtérjek Hozzá. Imáimban erre kérem, adjon erőt hozzá, én készen vagyok.

*A remény gondolatai
Szeptember 12.*

A Bibliát olvasva Ezékiel könyve 18,21–32 óriási reményt sugall, hogy a megtérés felé haladhassak. A bűnösök megtérésében az Úr gyönyörködik... Szeretnék örömet okozni Neki és magamnak is. Mielőbb!!! Zöldséglevelek, gyümölcslevelek turmixolásába kezdtünk, ami többek elmondása szerint jó hatással lehet a vérképződésre. A gyomromat nem bántja az ilyen, szívesen fogyasztom, remélem, segít megerősödni, sőt úgy érzem, segített is valamit. Nagy kérdés előtt állunk: a gyógykezelés. Az orvosok szerint az állapotom most viszonylag stabil, de végeredményben szükség lenne kemoterápiára és csontvelő-átültetésre. Csütörtökön vagy pénteken elmegyek kontrollra, meglátjuk, milyen az állapotom. Mivel nincs biztosításom, így a bejutás nehéz a kórházba. Szeretnék látni valami biztosítékot. Hát... itt a testvéreim hozzáállásán is múlik. Adtunk be Medical iránti igényt, imádkozom, hogy összejöjjen és elkezdődhessen a kezelés.

Vieng nagyon szkeptikus ezen a téren. Kérem Istent, bátorítsa őt is, higgyen a dolgok pozitívra fordulásában, és legyen lelki ereje folytatni az ápolásomat. Nagyszerű, csodás társ, feleség még ebben a bajban is. Megy dolgozni, hogy hozzá tudjon járulni a családi költségvetéshez. Nagyon sokan segítettek, nevesítve, névtelenül is az első krízis átvészelésében, mind lelkileg, mind anyagiilag. Ez és Isten szeretete éltet minden pillanatban. Ezt már senki sem veheti ki a szíveimből. ■



A Hajléktalan

Tél van, sokak örömeire idén korán leesett a hó. Azonban ez sok hajléktalan életének a rövidre metszését jelentheti. Szinte kivétel nélkül sérültek lelkileg, testileg, igazán nem hiányzott nekik ez a zord, kegyetlen tél. Kegyetlenségből kapnak ők eleget az emberektől, tőlünk, azon társaiktól, akiknek a Teremtő igazán nagy jó dolgot adott itt a földön. Mennyire nem tudunk mit kezdeni ezzel!

Megy az ember, teszi a dolgát napról napra, és alig veszi észre mennyire repül az idő.

Nekem is gyorsan eltelt az a másfél év, amelyet egy önkéntes hajléktalanmentő szolgálat segítőként tölthettem el. Ezen a télen is beindult ez a szolgálat, bár kissé nehezen. Ahogy visszamelékezem, gyorsan döntöttem a szolgálat elfogadása mellett, igaz nagyon felkészületlennek

éreztem magam. Most már tudom, hogy ő tapasztott kétségek közé, egy kis időre, aki mindent össze akar zavarni, aki mindent és mindenkit el akar veszejteni. Oly váratlan helyzetek fordulhatnak elő, hogy az ember tudatosan nem is készülhet fel ezekre, főleg önmagától nem.

Az ember Isten nélkül gyenge, erőtlen, sérülékeny teremtmény. A hajléktalanok a nagyfokú létbizonytalanság miatt halmozottan sérültek, nagy szükségük van lelki és testi táplálékra.

Isten hétről hétre szorgos kezek által készítette el a teát, szendvicseket számukra.

Amikor alkalom nyílik rá ruhát, cipőt oszt a szolgálat, filmvetítés, bőséges meleg étel, gyümölcs is jut egy-egy adományból.

Mindannyian különböző módon váltak hajléktalanná, kirekesztetté. Van közöttük békét-

len, nyughatatlan, megfáradt, szelíd, sorsába beletörődött, de vannak, akik bizakodnak, keresik a kiutat. Egy azonban közös bennük: szeretettel fogadják az adományokat és a szolgálat tagjait. Az első két alkalom megrázó volt számomra, mélyen megindítottak az események, a megismert sorsok. Szeretettel fogadják az ételt, italt, ruhát, sokuknak mégsem ez az elsődleges szükséglet, hanem a beszélgetés, a lelki táplálék. Kérdezés nélkül mondják el életüket, nyomorúságukat, meglehetősen tisztában vannak helyzetüikkel. Természetesen itt is vannak nehéz esetek, váratlan helyzetek. Nagy türelem, szeretet, figyelmesség kell hozzájuk. Az eltorzult arcok láttán szintén felidéződik bennünk, hogy ők is emberek, büntől gyöttrődő, megtört, szeretetre, segítségre áhítozó teremtményei az Úrnak.

Január 20-án este, már a szolgálat zárásához közeledve, a távolból egy alig hallható hang szolgálatunk nő tagját szólította. Hátrafordultam a hang irányába, ekkor újból szólította nevét társamnak a közeledő. Megérkezett hozzánk egy alacsony termetű kreol bőrű nő, aki ekkor már sírva, könnyöregve szólított bennünket. Hozzánk lépett, sírva kérte, hogy segítsünk neki, imádkozzunk érte. Zokogva mondta el, gyöttrődik bünei terhe alatt: alkoholt fogyaszt, démonok zaklatják, kínozzák elméjét. Társam jelezte, itt azonnali imádságra lesz szükség.

Imádkoztunk, ez idő alatt a zokogó nő társamhoz bújtt, megölelte a derekát, de folyamatosan segítségért könyörgött. Hamarosan megcsendesedett a háborgó lelkű nő. Sikerült megitatni vele egy pohár teát, s megnyugvást szerezni zaklatott lelkének.

Másnap felidéződtek bennem az előző napi események. Azon gondolkodtam, milyen sok hajléktalant ismertem már meg, s mennyi fájdalom, gyötrelm jutott már nekik eddig az életben. Olykor húsz-harmincéves fiatalok öregembereknek tűnnek.

Ekkor Valaki megszólított egy gondolat által. Rögtön felismertem, csak Ő szólhat ily szelíden.

Azt kérdezte: Valóban ismersz hajléktalant? Ismered-e a legnagyobb „Hajléktalant”?

Nem tudtam rögtön válaszolni. Míg dolgoztam, hagyott időt a gondolkodásra. Gondolat gondolatot követett, és kerestem magamban a feltett kérdésekre a választ. Még mielőtt belefáradtam volna a keresgélésekbe, újból szólt hozzám:

„Amikor megszületél, adtam neked egy testet, hogy hajléka legyen lelkednek. Neked adtam ingyen, nem kértem érte semmit. Teljes szabadságot adtam neked, óvtalak, védtelek, ápoltalak, gondoskodtam egészséges lelki-testi fejlődéséről. Neked adtam mindent, amire szükséged volt. Mindent megkaptál, mert az enyéből adtam. Hajlékot adtam neked a tested által, hogy együtt lehess velem, hogy közösségben lehessünk egymással.”

Ekkor megint csendben maradt. Gyöttrő érzés lett úrrá rajtam: ugyan hányszor zártam ki abból, ami az Övé. Vajon hányszor adtam helyet annak a másiknak, abban, ami nem is az enyém? Vajon hányszor zártam ki Őt az életemből? Csendesen szólt hozzám ismét. Nem vádolt, mégis nagyon fájtt itt belül, mert minden igaz volt, amit mondott:

„Szerettelek téged, még amikor nem is voltál, de tudtam, hogy leszel. Szerettelek, amikor kisgyermekként elkezdtél ismerkedni Velem, és szerettelek akkor is, amikor kis idő múlva elfordultál tőlem. Akkor is szerettelek, amikor évtizedeken keresztül az a másik lakott nálad, abban a hajlékban, amelyet én adtam neked. Hányszor hagytad magad becsapni a másik által, hányszor taposott rád, álnokul kihasználva, meggyalázva. Hányszor taszított a bűnbe, a mocsokba, még azt is el akarta venni tőled, amit neked ígértem, örökéletet az én hajlékomban.

Így lettem általad Hajléktalan!”

Nagy csend lett. Az arcomon könnycseppek csorogtak. Testemet zokogás rázta, lelkemet a bűnbánat marcangolta. Fájtt mindez, nagyon szégyelltem az egész életemet. Ekkor éreztem, hogy nem vagyok egyedül. Ott volt velem, vigasztalt.

Azóta imáimban arra kérem, segítsen nekem mindezekre emlékezni, hogy többé nálam ne legyen „Hajléktalan” Ő, az Úr Jézus.

GYARMATI MIHÁLY

Mami elment



Már december elején éreztem, hogy „indulni készül” Alzheimer-kóros édesanyám. Én még nem voltam készen, hogy „elengedjem”.

Kilenc éve volt nálunk. Először az otthonába nem talált vissza, aztán főzni felejtett el, majd kötni, horgolni, varrni. Később erőfeszítést okozott a sóska szétválogatása, a szobában a tárgyak rendszerbe szedése. A minden munkáját kifogástalanul végző anyukámnak most összekeveredtek a kezében a dolgok.

Kislányomnak kötni akart egy szoknyát. A kötöttű oxidrétege szürkére festette a rózsaszín fonalat, annyiszor kellett lebontania, mert már nem tudta követni a legegyszerűbb mintát sem, és ebbe nem tudott belenyugodni. Legtovább a kerti munka maradt meg az emlékezetében. Aztán amikor a pázsitfűvet kezdte kigyomlálni, már jobban kellett figyelünk...

Egyszer tolókkocsival a hegyi útra vittem, hogy menjünk a szabad mező felé. Sírva fakadt a kaszálatlan partoldalakat látva, mutatta a kezével, és lesújtóan integetett. Minden bántotta, ami nem volt rendben: hibás út, gondozatlan házfal, gyomos kert, leszakadt gomb, bármi. Mintha csak neki kellett volna megtennie, és már nem volt képes rá.

Régi elbeszéléseiből tudom: kiskorában székről gyúrta a tészát, hogy hadiözvegy édesanyjának a mezőről hazajöve csak kifőznie kelljen. „Nem azt kérdezik, lányom, hogy mennyi ideig csináltad, hanem hogy ki csinálta.” Ez volt szigorú nagymamám ars poeticája. Anyám aztán, átvévén ezt az elvet, így gondolkodott, így is élt. Minőségi munka otthon és a munkahelyén is. A parányi kertben mindent megtermesztett, egy szál gazt sem tűrt meg. Az udvar pompázott a gyönyörű muskátliktól, hófehér violáktól, a kerítésen hajnalka nyitogatta ernyőit, és mosolygott. A szomszéd kert végébe valaha két jegenyét ültetett egy álmodozó, régi rokon. Azok is nekünk bókoltak. Mi gyönyörködtünk susogásukban, amikor a szél borzolta az ágaikat. Mami sok levelet összesöpört alóluk az évek során. A szomszédok is

a vastag avarra unhattak rá? Nem tudom. Egy napon üres volt az égbolt azon a helyen, ahol a két jegenye őrizte a kertet. Alighanem akkor szakadt meg bennem is valami. Visszavonhatatlanul elveszni látszott a gyermekkorom. Mítoszai ízekre szakadtak, mint kiskoromban a házunk fölött lehulló, fénylő meteoritdarabok.

Most, hogy utolsó heteiben anyukámat egy krónikus belgyógyászaton ápolták, éledtek fel bennem ezek a régi emlékek. Ugyanilyen fák álltak őrt a téli napsütésben, ahogy kerékpárommal közeledtem az intézmény felé. Aztán a szomorúfűz a kis patak fölött... Mindjárt ott vagyok, mi vár? Édesanyám már nagyon régóta csak néhány másodpercre „lépett ki” közénk, egy-egy mondat, szó, egy-egy mosoly volt a töredezett lélek terméke. „Ott... macska! – mondta a tévé képernyőjére mutatva. S tényleg, cirmos sétált a hóban. Ez volt a mi örömünk. Soha nem felejttem el: egyszer tolókoksját belezökkentettem egy gödröcskébe az úton. Hetek óta nem volt már tudatos megnyilatkozása. Most furcsa hangok törtek elő a torkából. A méltatlankodás hangjai. Megálltam megigazítani, nehogy kicsússzon. Ránéztem, és mintha értené, mondtam neki, hogy nem akarattal toltam bele a gödörbe, ne haragudjon. Erre az én – látszólag tudatalanságban élő – anyukám tiszta, részvételteljes szemekkel rám nézett, és azt mondta: „Tudod, lányom, téged sajnállak legjobban.” Én megindultan kérdeztem: „Miért, mamikám?” Erre már elhomályosodott a tekintet és a szellem. Soha többet nem hallottam beszélni. Ajándéku tudtomra adta az én jó Istenem, hogy drága édesanyám valahol tudatában van állapotának, és hálás a gondozásért.

Pedig mennyiszer voltam türelmetlen! Hányszor néztem rá tehetetlenül, fáradtan. A roncs test elfedte a tisztuló lelket, és nehézségeivel megkeserítette a hétköznapiakat. S ha nem emeltem a tekintetemet „fölfelé”,

akkor az erőm is fogyott, a békességem is odaveszett. De fájt a lélek bennem ilyenkor, és ahhoz a Valakihez fordultam, aki egyedül képes erőt, szelídséget, türelmet adni. Megértettem azt a bibliai igét, hogy mit is jelent: „mindenre van erőm a Krisztusban, aki engem megerősít”. Hányszor segített azzal, hogy eszembe idézett egy-egy igét, egy-egy zsoltárt! „Szemeimet a hegyekre emelem, honnan van az én segítségem. Az én segítségem az Úrtól van, aki teremtette a mennyet és a földet.” Hogyne tudna bennem is erőt, bölcsességet, türelmet teremteni! Vágytam rá nagyon, hogy a fürdetést, a pelenkázást, a sebkezelést, az etetést mindig szeretettel tudjam végezni. S akkor engedte csak mamikámat kórházba, amikor – az Ő segítségével – családommal együtt igazi részvétellel és türelemmel tettük meg ezeket.

Az utolsó napok kómában teltek. Mégis, tudom, a legutolsón édesanyám érzékelte a simogató kezeket, a hozzá intézett szavakat, talán az imádságot is, amit fölötte elmondtunk. Valaki, aki minden titkok tudója, gondoskodott arról, hogy el tudjunk búcsúzni tőle, és ő is elkészönhessen. Aztán elment. Csendben, ahogy utolsó éveiben, hónapjaiban élt, nem kritizálva már senkit és semmit, békén viselve a kiszolgáltatottságot, belesimulva végre abba a másik akaratba, amelyik egyedül jó, egyedül örök.

Az út mentén a nyárfák azóta kétszer váltottak lombot. Akkor, azon a téli napon csak ágaikkal integettek felém. De az a Valaki, aki minden tavasszal kibontja rügyeit, és megcsillantja rajtuk a napfényt, már a reményt üzeni tovább. Semmi sem visszavonhatatlan. Valaki, akinek az ígérete biztosabb a halálnál, ígéretet tett a feltámadásra is. Fiában ezt már – értünk – végre is hajtotta. Hogyne hinném én, hogy édesanyámat örömben, egészségben, megújult testtel és lélekkel viszontlátom nemsokára.

A csíra mint az életerő forrása

Az emberek sokáig nem ismerték a csíráztatás során végbemenő anyagcsere-folyamatokat, de mindig is mélyen átértézték az élet e titokzatos csodáját. A történelmi írásokból kitűnik, hogy minden jeles korszak meghatározó jelentőségű civilizációja foglalkozott rendszeresen csíráztatással. Nemcsak a kínaiak voltak a csíráztatás kizárólagos ismerői, hanem a föníciaiak is fogyasztottak csírákat hosszú hajózásaik alatt, így teremtve meg a friss, nyers táplálékot. Úgy tartják, hogy az aztékok is felismerték a csíráztatás jelentőségét, bár erre határozott, tudományos alaposágú bizonyíték nincs, a navaho indiánok viszont bizonyíthatóan ismerték a csíráztatás fortélyait.

A kicsírázott mag rendkívül tápláló élelem. Előállítás egyszerű, négy-öt nap alatt elkészül, az év bármely szakában hozzáférhető, és fillérekbe kerül. A csíráztatáshoz se föld, se napfény nem kell, és a kicsírázott magokból finomabbnál finomabb, a szervezet által könnyen feldolgozható formává alakított, vitaminokban, ásványi sókban és fehérjében gazdag ételek készíthetők.

Különösen télen tölt be jelentős szerepet a csírázottság, amikor kevés a friss, C-vitaminban gazdag zöldségféle. Nem kell hozzá más, mint egy csíráztató edény, levegő és víz.

A mag csírázásakor az előzetes beáztatás hatására a benne található enzimek aktiválódnak, és segítségükkel az összetett szénhidrátok egyszerű szénhidrátokra, a fehérjék aminosavakra, a zsírok nagyrészt zsírsavakra bomlanak. Az ásványi anyagok a szervezet által jobban hasznosítható, nagyrészt vízben oldható ásványi sókká alakulnak. A többszörösen telítetlen zsírsavak (linolsav, linolénsav) is megtalálhatók bennük. Ezeket a zsírsavakat nevezik nélkülözhetetlen (esszenciá-

lis) zsírsavaknak. Hiányuk bőrgyulladást, bőrkiütéseket okoz.

Az átalakulás során többféle vitamin keletkezik, például nagy mennyiségű B- és C-vitamin, továbbá A-, E-, K- stb. vitaminok. A növényi eredetű élelmiszerek közül a csíráztatott mag egyike azoknak a csekély számú B₁₂-vitamin-forrásoknak, amelyek nélkül elképzelhetetlen lenne az emberi élet.

Az otthon kicsíráztatott magvak nem veszítenek tápértékükből; mindig frissek, és gondozásuk minimális odafigyelést igényel. Nem kell hozzá se föld, se kert, csupán egy csíráztató edény, víz, levegő és egy kis gondoskodás, annyi, amennyit a szobanövények is igényelnek nap mint nap.

A csíráztatás rendszeres gyakorlata és a csíráételeknek az étrendbe való bevezetése jelentősen emelné táplálkozásunk egészségmegőrző szerepét. Egyre kell csupán ügyelni: csak táplálkozás céljára árusított magvakat szabad csíráztatásra felhasználni. Szigorúan TILOS CSÁVÁZOTT (VEGYSZERREL KEZELT) VETŐMAGOT CSÍRÁZTATNI! (A csávázott magvak kizárólag vetésre alkalmasak.)

A CSÍRÁK TÁPLÁLKOZÁSTANI ÉRTÉKE

Még a kis mennyiségben elfogyasztott csíra is magas tápértékű eleme lehet napi étkezésünknek. Rendkívül kalóriaszegény tulajdonsága miatt a fogyókúrás diéta értékes építőköve. A csírákat „előre feldolgozott tápláléknak” tekinthetjük, amely a szervezetünket tehermentesíti, és könnyen emészthető táplálékkal látja el.

A következőkben a csírákban megtalálható vitaminok és ásványi anyagok jelentőségét ismergetjük.

VITAMINOK	
A-vitamin	Növeli a szervezetet, főleg a légutak ellenálló képességét a fertőzésekkel szemben. Növekedésserkentő, fenntartja a szövetek külső rétegének egészséges állapotát.
B-vitamin	A B-vitaminok a zsír-, a fehérje- és a szénhidrát-anyagcserét szabályozzák, életfontosságúak az emésztésben.
B₁-vitamin	Serkenti és segíti a növekedést, az emésztést, fontos az idegszövetek, az izom és a szív működésében.
B₂-vitamin	Alapvető az egészség, a szem, de különösen a retinabíbor épségének megtartásában.
Nikotinsavamid (PP-vitamin)	Az idegrendszer működését segíti elő, hiánya pellagrát okoz. A gyomor és a bél egészséges működését, s a bőr normális állapotát tartja fenn.
B₁₂-vitamin	Elősegíti a vörösvérsejtek képzését és regenerálását. Vérszegénység-megelőző hatású, ösztönzi a növekedést, növeli az étvágyat.
C-vitamin	A fertőzésekkel szemben növeli a szervezet ellenálló képességét, és más vitaminok és ásványi anyagok hatását. Segít a betegség utáni teljes felépülésben.
D-vitamin	Szabályozza a kalcium- és a foszforvegyületek felszívódását, segíti a csontképződést és a fogak kialakulását.
E-vitamin	Javítja a termékenységet, stabilizálja a vörösvérsejteket; hiányában a harántcsíkolt izomzat elsorvad. Legfontosabb szerepe az esszenciális zsírsavaknak a szervezetben végbemenő peroxidációjának meggátlása.

ÁSVÁNYI ANYAGOK	
Kalcium	Hiánya esetén ingerlékenység, túlérzékenységi (allergiás) reakciók, rángógörcs, gyulladási hajlam, fogszuvasodás, csonttritkulás jelentkezik.
Magnézium	Hiányában idegesség, ingerlékenység, szédülés, izomgyengeség észlelhető.
Vas	A hemoglobin nélkülözhetetlen alkotórésze, létfontosságú a sejtek oxigénnel való ellátásában, hiányában vérszegénység lép fel.
Kálium	Fontos a normális izomtónus kialakításához, az idegek, a szív működéséhez és az enzimreakciókhoz, segíti a kiválasztást.
Nátrium	Fenntartja a sejtek víztartalmát, segíti a bőr, az idegek felépítését, továbbá az emésztőnedvek kialakulását.
Foszfor	Hiánya a szellemi és a fizikai képességek csökkenéséhez vezet. Fontos az egészséges csont és fog képződésében, normalizálja az anyagcserét, alapvető az agy fejlődéséhez és működéséhez.
Réz	A szerves vegyületekhez kötött réznek a vérképzésnél van szerepe, nélküle a vas nem képes a hemoglobinba épülni.
Fluor	Oxigénnel, káliummal, kénnel együtt a vér, a bőr, a körmök és a haj képzésében fontos, erősíti a fogzománcot.
Jód	A pajzsmirigy normális működéséhez szükséges, alapvető a növekedésben, serkenti a vérkeringést, segít a zsírok és fehérjék oxidációjában.
Mangán	Több enzimet aktivál, amelyek a B ₁ - és az E-vitamin felhasználásánál fontosak, és jelentős a reprodukív folyamatokban.
Kén	Alapvető az egészséges bőr, haj és köröm megőrzéséhez.

A CSÍRÁK VITAMIN- ÉS ÁSVÁNYIANYAG-TARTALMA	
Búza	B-vitaminok (B ₂ - és B ₅ -vitamin, nikotinsavamid), sok E-vitamin, vas, foszfor, magnézium, cink.
Árpa	B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, C-vitamin, E-vitamin, vas, foszfor, cink, magnézium.
Zab	A-, B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, C- és sok E-vitamin, foszfor, vas, réz, fluor, cink, magnézium, kalcium.
Rozs	B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, E-vitamin, magnézium, foszfor, vas, fluor.
Rizs	B ₁ -, B ₂ -, C-vitamin, A-provitamin, kálium, vas, magnézium, foszfor, kalcium.
Kukorica	A-, B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, sok E-vitamin, vas, foszfor, mangán, cink, kalcium, magnézium.
Köles	A-, B ₁ , B ₂ -, C-, E-vitamin, kálium, kalcium, réz, magnézium, vas, foszfor, fluor.
Lencse	A-, B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, sok C-vitamin, vas, foszfor, cink, mangán, magnézium, kalcium, nátrium, réz.
Zöldborsó	B-vitaminok, főleg B ₁ -, B ₂ - és C-vitamin, kalcium, foszfor, magnézium, réz, mangán, cink.
Bab	B ₁ -, B ₂ - és C-vitamin, vas, foszfor, kalcium, magnézium, kálium, réz, mangán, cink.
Csicseriborsó	A-, B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, C- és E-vitamin, foszfor, cink, mangán, kalcium, sok vas.
Szójabab	A-, B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, C-, E-, U- és K-vitamin, vas, kalcium, cink, kálium, foszfor, magnézium, réz, mangán.
Lenmag	E-, F- és K-vitamin, kalcium, foszfor, magnézium, réz, vas.
Szezámag	A-, B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, C- és E-vitamin, lecitin, magnézium, kalcium, foszfor.
Napraforgómag	A-, B ₁ - és B ₂ -vitamin, nikotinsavamid, C-, E- és F-vitamin, vas, réz, mangán, foszfor, kálium, kalcium, magnézium, cink, kobalt, jód, klór.
Lucerna	A-, B-, C-, D-, E-, G- és K-vitamin, vas, foszfor, B ₁₂ -vitamin.
Görögszéna	A- és C-vitamin, vas.
Hajdina	B- és C-vitamin, foszfor, kalcium, kálium, réz, magnézium, vas, sok lizin.

A CSÍRÁZTATÁS MÓDSZEREI

A csíráztatáshoz többféle eszközt vehetünk igénybe. Csírázthatunk erre a célra készített csíráztatóedényben, amelynek több fajtája is ismeretes. Ezek lehetőséget adnak többféle mag egyidejű és dekoratív csíráztatására.

Csíráztatni az alapvető szabályok megtartásával, egyszerűbb segédeszközökkel is lehet, például tányérban, befőttesüvegben, sőt még gyűrődészkán is, ahogy ezt nagyanyaink tették nem is olyan régen. Ezt a műveletet azonban sokkal

könnyebb csíráztatóedényben végezni, hiszen funkcionális formájából adódóan öntözéskor csak annyi víz marad a tálkában, amennyi éppen elegendő a magvak nedvesen tartásához.

CSÍRÁZTATÁS CSÍRÁZTATÓEDÉNYBEN

A sikeres csíráztatás titka a következőkben rejlik:

Jó minőségű mag, megfelelő mennyiségű víz, gyakori öntözés, megfelelő hőmérséklet, magfajtától függően, az edény szellős helyen tartása, a csírák közvetlen napfénytől való távol tartása.

Nagyon fontos a csíráztatásra szánt mag minősége. Ajánlatos a törött és idegen szemeket eltávolítani. Kizárólag teljes magvakat használjunk; a felesborsó, a csiszolt rizs és a búzátöret természetesen nem csírázik ki. A magvakat először alaposan meg kell mosni hideg vízben.

A csíráztatás gyorsítása érdekében tanácsos a magvakat néhány órára, vagy akár egy éjszákára be áztatni, amíg kellőképpen meg nem duzzadnak. Ha ez megtörtént, öntsük le róla az áztatóvizet, és öblítsük le hideg vízzel, majd helyezük a magvakat a csíráztatóedénybe. Tegyük az edényt szellős, megfelelő hőmérsékletű helyre. A hőmérsékletigény magfajtánként változó, egy bizonyos határig. Általában minél magasabb a hőmérséklet, annál gyorsabb a csírázás. A legtöbb esetben elegendő a napi kétszeri leöblítés és öntözés, de a kényesebb, több figyelmet igénylő fajtáknál, például a szójababnál, ajánlatos a többszöri leöblítés és öntözés. Előfordulhat, hogy a csírák megpenészednek, ezeket dobjuk ki. A következő csíráztatás előtt viszont a tálkákat ecetes vízzel mossuk át, majd forró vízzel öblítsük ki, és csak ez után tegyük bele a beáztatott magokat.

Sokan úgy tartják, hogy sötétben is lehet csíráztatni. A sötétben kicsírázott magvak több B₂-vitamint tartalmaznak, színük azonban fehér marad. A világosban kicsírázott magvak zöld színűek és magasabb a C-vitamin- és klorofilltartalmuk. A világosban történő csíráztatás előnye, hogy a csíráztatóedény mindig szem előtt van a konyhában, és így nem felejtjük el a gondozását.

A magvak kicsírázásának ideje fajtától függően eltérő. A felhasználás céljától is függ, hogy az egyes magok csíráztatását milyen stádiumban fejezzük be. A salátákhoz általában a kevésbé rostos, fiatal csírákat használjuk fel, főtt ételekhez viszont a fejlettebb csírák használata terjedt el. Végül is az egyéni ízlés dönti el, a csírákat milyen stádiumban fogyasztjuk.

A magvak igen gyorsan kicsíráznak. Ha többet csíráztattunk, mint amennyi egyszeri alkalomra elegendő, a megmaradó részt tároljuk hűtőszekrényben letakarva a következő felhasználásig, illetve kiszáráthatjuk sütőben vagy aszaló-szárí-

tó gépben nagyon alacsony hőmérsékleten. Ez utóbbi módszerrel nyert csírákat zárható befőttesüvegbe vagy zsákocskába rakva hűvös és száraz helyen tároljuk. A kiszáritott csírákat meg is őrölhetjük (kávédarálóval), és lisztként használhatjuk kenyerek, sütemények tápértékének növelésére. A hüvelyesekből nyert szárított csírákat és azok lisztjét ajánlatos legalább 15 percig hőkezelné (főzni, sütni vagy párolni). Az így tárolt csíra azonban veszít értékéből és frissességéből.

CSÍRÁZTATHATÓ MAGVAK

A beszerzett, csíráztatásra szánt magokat hűvös, sötét és száraz helyen tartjuk, lehetőleg vászonzacskóban; a műanyag zacskó nem felel meg erre a célra. Kívánatosabb azonban mindig friss, csíráképes magokat beszerezni. A kertészkedők felhasználhatják a maguk termelte, előző évi magtermést is.

A következőkben ismerkedjünk meg a csírázatható magok fajtáival:

- gabonafélék (búza, árpa, rozs stb.),
- hüvelyesek (lencse, bab, borsó, lucerna stb.),
- olajos magvak (lenmag, tökmag, napraforgómag, mandula stb.),
- zöldségfélék, fűvek, fűszernövények (hajdina, retek, zsázsa, mustár stb.).

A következőkben ismertetett csírázatható magfélék felsorolása korántsem teljes. Sokféle mag alkalmas még csíráztatásra ezeken kívül. Botanikai ismeretek nélkül azonban ne kísérletezzünk, mert léteznek olyan zöldségnövények, vadnövények, amelyeknek magja mérgező lehet.

Búza

Több ezer éves tapasztalat alapján egyes keleti orvostudományi hagyományok szerint a búza a maga nemében egyedülálló hatást gyakorol a szervezetre, segíti megerősödését, ebből kifolyólag igen alkalmasnak tekintik gyermekek táplálására. Lábadozóknak is nagy előszeretettel ajánlják.

A csíráztatásban jártas „műkedvelők” szerint a gabonaneműek közül az egyik legfinomabb csí-

rázott mag. Gyorsan kicsírázik, és még hűtőszekrénybe rakva sem lassul le számottevően a növekedése. A csíráztatáskor kialakult fehér színű szőröcskék a kicsírázott búzaszemek gyökér-szőrei.

Árpa

A néphagyomány szerint testhőmérséklet-csökkentő hatása van, és sok helyütt előszeretettel adják lázas betegeknek, árpányák formájában pedig érzékeny belső betegeknél tartották gyógyító hatásúnak. Az árpa évszázadok óta a sörkészítés alapanyaga.

Zab

Egyike a legnagyobb fehérje- és zsírtartalmú gabonáknak, és igen sok jód is található benne. A népi megfigyelések azt tartják, hogy hideg, fagyos időben kellemesen melegítő hatással van a szervezetre.

Rozs

Csíráját salátaként, levesekhez adva és köretként fogyaszthatjuk.

Rizs

Tápértékekben kiegyensúlyozott gabonának tartják. A néphagyomány szerint az emésztési zavarokban szenvedők természetes gyógyírt találnak rendszeres fogyasztásában. Csíráztatása egyszerű, bár lassúbb, mint a többi gabonáé. Csírájának íze kellemes.

Kitűnő saláták, levesek és köretek készítéséhez.

Köles

A csírázóképesége jó, a kész csírák friss és szárított, porított alakban fogyaszthatók. Kiemelkedő értéke még jelentős fluortartalma, amelynek szerepe van a fogzománc épségben tartásában. A néphagyományok szerint vese- és hólyaggyulladás esetén a köles jótékony hatású, természetes gyógyír. A kölescsírák levesekhez, köretekhez adva, megszáritott és őrölt formájában pedig kenyértésztahoz használhatjuk fel.

CSÍRÁZTATHATÓ HÜVELYESEK

Lencse

Fogyasztása főleg azokban az országokban terjedt el, ahol a húsfogyasztás vallási okokból tiltva vagy korlátozva volt. Érthető, hiszen a lencse – a szója után – a legtöbb fehérjét tartalmazó hüvelyes. A harmadik világban a „szegények húsa” néven említik laktató tulajdonsága miatt.

A lencse könnyen kicsírázik. A csírákat ajánlatos hőkezelve fogyasztani, bár sokan szeretik frissen. A csírákat későbbi felhasználás céljából sültőben, alacsony hőmérsékleten megszárithatjuk, és igény szerint lisztte őrölhetjük.

Zöldborsó

Csírája a borsókrémleves kiváló alapanyaga, továbbá főzelékek, töltelékek is készülhetnek belőle. Hüvelyes növény lévén, kívánatos hőkezelné.

Bab

Fogyasztása kezdetben kiváltságnak számított, főképp a gazdagok körében.

A bab és a babcsíra igen nagy tápértékű élelem, elkészítési módjuk sokoldalú. Főzve kell fogyasztani, köretek, főzelékek formájában.

Csicseriborsó

Nagy fehérje- és keményítőtartalma miatt értékes hüvelyesnek számít. Közismerten laktató tulajdonsága miatt gyakorta fogyasztott élelem. A csicseriborsó egyike azoknak a hüvelyeseknek (a zöldborsó és a sárga szójabab is idetartozik), amelyek nyersen enyhén mérgező fehérjeanyagot, phasint tartalmaznak, ezért 10-15 perces hőkezélést (párolást, sütést, főzést) igényelnek.

Szója

A szójababot évezredek óta „a föld adta húsnak” nevezik a távol-keleti emberek. A kelet-ázsiai ember szemében a szójabab és a belőle készült számtalan élelmiszer legalább olyan népszerű élelem, mint a mi kultúrkörünkben a sajt, a tojás és a hús. Korunk vizsgálatai is ezt támasztják alá. Egyike azoknak a kevés növényi fehérjeforrások-

nak, amelyek az emberi szervezet által elő nem állítható aminosavakat tartalmazzák.

A természetgyógyászok hatásos természetes gyógyszernek tekintik, és fogyasztását (alacsony keményítőtartalmánál fogva) különösképpen a cukorbetegeknek, a magas vérnyomásban és érelmeszesedésben szenvedőknek (gazdag lecitin- és linolsavtartalma miatt) és vérszegényeknek ajánlják nagy előszeretettel. Úgy tartják, hogy erősíti az emésztőrendszert, és lúgosítja a vért.

A szójabab csíráztatása sokkal több öblítést és öntözést igényel, mint a többi hüvelyesé.

Figyelmeztetés! A szójabab nyersen tripszin-inhibítort, emésztésgátló anyagot tartalmaz, ennek következtében hőkezelní kell! Ez az anyag jóformán minden hüvelyesben fellelhető, változó mennyiségben, ezért a szakemberek azt ajánlják, hogy minden hüvelyes csíráját legalább 10-15 percig főzzük. Csak ép, csiszolatlan magot csíráztassunk! A szójababcsírát köretként, tölte-lékként, levesbetétként, vagy szárítva, majd meg-őrölve liszt formájában, tésztákhoz hozzáadva használhatjuk fel.

CSÍRÁZTATHATÓ OLAJOS MAGVAK

Len

Mai ismereteink szerint a lenmag a bélhurutos bántalmakat, a bélfalak izgalmi állapotát csökkenti. Székrekedés ellen, gyulladások csillapítására is jónak bizonyult. Igen jó ízű csírákat kapunk, ha a csíráztatás ideje alatt képződött zselészerű, nyákos anyagot rendszeres öblítéssel eltávolítjuk a szemekről. Levesekbe, salátákba és főzelékekbe, gabonaételekbe keverhetjük.

Szezám

Igen értékes magfajta, sok vitamint, ásványi anyagot (kalciumot, vasat) és fehérjét tartalmaz. Török- és Görögországban, illetve az arab államokban finom krém, az úgynevezett „tahini” készül belőle. A magból kisajtolt szezámolaj minőségileg felülmúlhatatlan, mert nem avasodik, sokáig eltartható. A szezámagcsírát levesbetétként, kenyérbe sütve vagy salátákhoz fogyaszthatjuk.

Tök

Vasban és foszforban igen gazdag növény. A népi hagyomány szerint fogyasztásával a prosztata-megbetegedéseket eredményesen lehet gyógyítani. A tökmagot évszázadokon át ajánlották kiváló gilisztahajtóként. Vérszegénység ellen csodagyógyszerként említették. Könnyen emészthető magnak tartják, és fogyasztását bélérzékenyeknek is ajánlják.

A tökcásra rendkívüli módon gazdagítja a salátákat, az egytálételeket, a kenyeret és a leve-seket.

Napraforgó

Napjainkban a megtermelt napraforgóból olajat sajtolnak, leveleivel pedig a maláriásokat kezelik. Vízhajtó hatásúnak tartják. A napraforgómag igen gazdag B-vitaminokban, és igen sok foszfort, kalciumot, fehérjét és E-vitamint tartalmaz.

A napraforgót héjastul kell csíráztatni. Megtisztított csíráját saláták, levesek, főzelékek, tölte-lékek gazdagítására használhatjuk.

CSÍRÁZTATHATÓ ZÖLDSÉGFÉLÉK, FŰ- ÉS FŰSZERFÉLÉK MAGJAI

Hajdina

Rutinsavtartalma az érfal rugalmasságát növeli, ezért természetes gyógyszernek tekintik.

Jellegzetesen erős íze jól ismert a hajdinakását, hajdinamézét fogyasztók körében. A néphagyomány úgy tartja, hogy melegítő hatású étel készíthető belőle, fogyasztása emésztési gondokkal küzdő betegek számára erősítően hat a szervezetre.

Lucerna

Ez a növény igen sok vitamint és ásványi anyagot tartalmaz, továbbá egyike a csekély számú növényi B₁₂-vitamin-forrásoknak. (A két ismert szárazföldi növényen: a lucernán és a fekete nádalytón kívül még a tengeri algák tartalmaznak B₁₂-vitamint.) Magas fehérjetartalmánál fogva például az amerikai mezőgazdasági minisztérium lucernaport küldetett az afrikai országokba

az éhezőknek. A lucerna könnyen kicsírázik. Csíráit nemcsak frissen fogyaszthatjuk – bár így a legelaterjedtebb –, hanem kiszáritva, megőrölve is. Félcsészényi lucernacsíra ugyanannyi C-vitamint tartalmaz, mint 6 csésze frissen préselt narancslé!

Görögszéna

A görögszéna keleti fűszernövény, gyógyhatása évezredek óta ismert. Főzete bélgörcsöt szüntető, szélhajtó és húgyköoldó hatású. Őrleményéből lágy, pépes borogatót is készítenek. Könnyen csírázik, íze jellegzetesen erős. Elkészítéskor ügyeljünk arra, hogy 3-4 percnél tovább ne főzzük vagy pároljuk, mert az íze keserű lesz.

Fehér mustár

Őrleményéből pépes borogatót állítanak elő reumás bántalmak enyhítésére. A fehérmustár-magot, különösen a nyugati államokban, sokféle betegség ellen alkalmazzák. Használják érelmeszesedés, magas vérnyomás, anyagcserezavarok,

epe- és májbántalmak, emésztési panaszok, székrekedés, felfúvódás, isiász és bőrkiütések ellen, valamint vértisztítóként is.

Retek

Hurutoldó, valamint a húgyúti fertőzés gyógyításában hasznos természetes gyógyító hatása miatt, továbbá az epekő kialakulásának megakadályozására ajánlják a természetgyógyászok. A retekcsírák kellemes csípős ízt kölcsönöznek a leveknek, a salátáknak és a köreteknek.

Orvosi vízitorma (zsázsa)

A téli fűszerek közé sorolhatjuk, jól használható a hiányzó nyári fűszerek helyett. Tisztító, lázcsillapító hatású, fogyasztását bronchitis, skorbut, cukorbetegség, neuralgia, fogfájás és kopaszodás mérséklésére ajánlják.

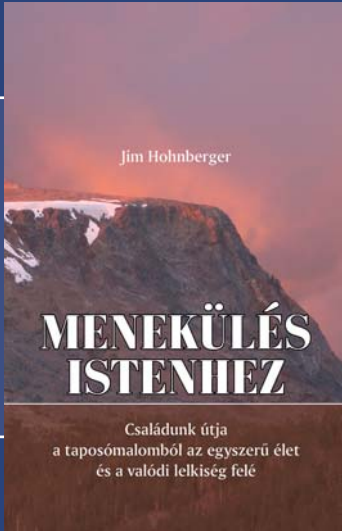
*(Az összeállításhoz felhasznált irodalom:
Ránky Edit: Csírazöldség a natúrkonyhában,
Mezőgazdasági Könyvkiadó, 1986.)*





KÖNYVAJÁNLÓ

BIK Könyvkiadó
1121 Budapest, Remete út 16/A
Tel: 1/267-3947, 20/379-6020
E-mail: bik@bibliakiado.hu
Internet: www.e-konyv.hu



Jim Hohnberger Menekülés Istenhez

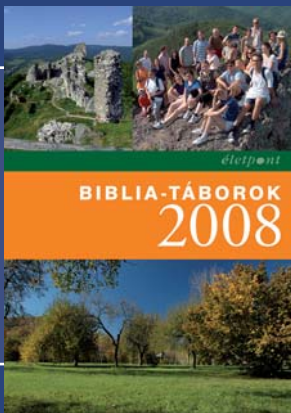
Ma fokozott hajszában, izgalomban, stresszben zajlik mindenki élete. Ez a tény alapvetően megváltoztatta, sokak számára szinte lehetetlenné tette az élő kapcsolat fenntartását Istennel. Sokan felismerik a gyökeres változtatás szükségességét, de csak kevesen képesek kiszabadítani magukat a körülmények fogságából – miután lassan feladják a reményt, hogy ez valaha is sikerülhet. Az Egyesült Államokban élő szerző életében – aki a világ legelfoglaltabb és legmakacsabb emberének nevezi magát – mégis valóra vált a látszólag lehetetlen. Tapasztalatból beszéli el, hogyan jutott el a pusztán elméleti vallásosságtól a naponkénti szeretetközösségre Istennel. Azzal az Istennel, aki mindenkit tanácsolhat, vezethet, igazgathat akár a leghétköznapibb, de a legmegrendítőbb élethelyzetekben is – mindenkit, aki vágyik megismerni Őt, és hajlandó engedelmessé válni a szavának.

240 oldal, ragasztott, ára: 1150 Ft

Vankó Zsuzsa „Ha meghal az ember, hol van ő?”

Az ember vívódása a halál kérdésével
A halál okáról és mibenlétéről
A halál „ellenszeréről”
A feltámadásról
Az örök életről és az örök halálról

80 oldal, ragasztott, ára: 550 Ft



Biblia-táborok 2008

Biblia-ismereti tábor
Családos tábor
Főiskolai tábor
„Fürkész” gyermektábor
Házaspárok hete
Ifjúsági tábor
Kézművestábor
Rehabilitációs tábor
Toleranciátábor
Túra- és sporttábor
„Új kezdet” – túra- és életmódtábor
Zenei tábor

Ingyenesen kérhető!