

A humort nem érdemes nélkülözni

Jézus talán sohasem nevetett, viszont mindannyiunk számára ismert jó humorérzéke. A nevetés hozzátartozik a lelki egészségünkhöz.
4. oldal

Karikatúrába rajzolt tükörképünk

Azért túloz és nagyít, hogy észrevegyük, amit egyébként nem vennénk figyelembe, avat be a karikatúrák világába Adorjáni László.

7. oldal

Közös felelősségvállalás

A közös külkapcsolatok kérdésével és a 2020. évi egységünnepek előkészületeivel kiemelten foglalkozott a Generális Konvent elnöksége.

14. oldal



HARANGSZÓ

A KIRÁLYHÁGÓMELLÉKI REFORMÁTUS EGYHÁZKERÜLET GYÜLEKEZETI LAPJA • 2020. JANUÁR • 31. évf. 1-2. szám • Ára 3 lej



A humor arcai

Az, hogy mennyire szeretjük a humort, a vicceket, attól függ, hogy mennyire értjük a viccet, van-e humorérzékünk, mennyire tudunk nevetni akár a saját hibáinkon is.

Ha végigtekintünk az emberiség történelmén, azt látjuk, hogy a humor már nagyon régóta jelen van a gondolkodásunkban, a tréfálkozásnak számtalan megnyilvánulási formája van.

Az ókori római és görög kultúrában a filozófusok élcelődéseiként találjuk, és a rómaiak az isteneiket is viccelődőnek tartották.

A kereszténység kialakulása idején s még sokáig utána sem volt helye viccnek a Krisztust követők életében. A kereszténység kezdete a hitben való elmélyülés időszaka volt, a keresztényüldözéssel pedig az önfeláldozás, vértanúság kora jött el, mely tele volt meneküléssel és gyakran félelemmel és gyásszal.

A legrégebbi adomák mégis azok, amelyek az ördögről szólnak. Arról, hogyan üzték ki az ördögöt az algarbi királyleányból egy rossz asszomnyal ijesztgetve. Hogyan vitte el az ördög a rossz mértéket adó kocsmárosnét lóvá változtatva, útközben hogy veretett egyik lábára patkót, s íme, reggel a visszaváltozott nőnek a meztelen sarkára volt szegezve a patkó, s aztán hogy találta meg a részeges ember a pohara fenekén az ördögöt...

A középkorban az élcelődés feljutott a katolikus egyház szószékeire. (folytatás a 2. oldalon)

Az örökkévaló nevetés

„Boldogok, akik nevetni tudnak önmagukon, mert nem lesz vége szórakozásuknak” – írja Gyökössi Endre *A Boldogmondások margójára* című parafrázisában. Napjaink keresztényénét ugyanis sokkal inkább az önmarcangolás jellemzi, mintsem az önmagán való felszabadító derülés: nem jó az, amit csinálunk; bűnös vagyok; elrontottam; jóvá kell tennem; vajon mit gondolnak rólam mások; mit fog mondani a lelkész? Sok gátlást és szorongást rejtegetünk magunkban. Görcsösek vagyunk, pedig talán Isten is jobban örül a jókedvű embernek!

Mégis egy magára valamit is adó, jól nevelt hívő hitelesebb, ha szomorú és búskomor figura. Mi oka is lenne a bukott embernek a nevetésre?! Az évszázados egyházi vélemény

is a tiltás felé terelte az embereket. Aranyszájú Szent János (347 körül – 407) például egyenesen azt állította, hogy „az ördög a forrása minden mókának és viccnek”, ezért Jézus sohasem nevetett. Az egyházatyák szintén határozottan léptek fel a cukkolás, a tréfálkozás és a nevetés ellen. Hasonlóképpen Kálvin is szigorúan fogalmazott a kilencedik parancsolat magyarázatánál: „ne üzzünk tréfás gúnyt, mely keserű sértésekkel van átitatva, s mely másoknak hibáit tréfálkozás alakjában kegyetlenül kicsúfolja.” Egyet kell értenünk ezekkel a komoly intésekkel, de boldogtalanul, örömtelenül nem tudunk hiteles és teljes keresztény életet élni. Sőtlan kereszténynek hogyan is izesíthetnék meg az életet?!

T. S.



www.facebook.com/harangszo

A humor arcai

(folytatás az 1. oldalról)

A középkori egyház a szószeiken a humor eszközét használva tudott kigúnyolni bizonyos emberi tulajdonságokat, divatot, hajviseletet, vagy akár az arisztokraták erkölcsatlenségét.

A nép is választott erre a gúnyra, felütötték a fejüket a babonák, valamint gúnyt űztek az elszaporodott ereklyékből.

Az egyházból és ereklyékből kiábrándult hívek ilyeneket találtak ki: egy hang abból a trombitaszósból, amitől Jerikó falai ledőltek, üvegbe pecsételve; egy rög abból a földből, amiből Ádám készült; a Sámson által összekötözött róka farkak; öt szem Ézsau lencséből; két akó az özönvízből – és ezekhez hasonló elmés ereklye-ötleteket.

Mindig és mindenütt a korlátlan hatalom elleni legszélesebb lázadásban találjuk a humort. A magyar nyelv annyira színes, hogy adomák, komédiák, később tévéjátékok tömkelege született, amelyek nemcsak a helyzetkomikumot használják fel, mint a különböző nyelveken íródott művek legnagyobb részében, hanem a nyelvi humort is. Megfigyelhetjük, hogy a magyar viccek nagy hányada nem fordítható le semmilyen nyelvre, mert a magyar nyelv egyedi szófordulatain alapul.

Ma a keresztyénség is használja a humort mint eszközt. Vannak olyan vallások, amelyekben a szószéki prédikáció elengedhetetlen része a hívek megnevettetése.

Gondot az okoz, ha a humor gúnyvá válik, és a csipkelődés sértegetéssé fajul.

Vajon a keresztyén embernek milyen humora kell hogy legyen? Szükséges egyáltalán a keresztyén ember számára a humor?

Lehet élni humor nélkül is. De jó dolog nevetni saját hibáinkon. Ez nem azt jelenti, hogy félvállról vesszük a bűnt, hanem elmosolyodunk azon, ha elfelejtünk valamit, vagy ha ügyetlenkedtünk.

Sok családi vita élét el lehet venni egy kis humorral. Nem viccelődéssel zárjuk le, hanem csak nem engedjük meg, hogy veszedéssé fajuljon, így egy kis csavarral szelídítünk rajta.

A humorral akkor van baj, ha valakit megaláz. Mivel minden tájegységnek más a humora, ami egyik helyen simán belefér, az máshol sértődést okozhat. Ezért a keresztyén embernek, mikor tréfál, figyelembe kell vennie, hogy milyen a humorérzéke annak, akivel beszélget. Vagy azt, hogy a vice, amit elmond, nem sértő-e arra nézve, aki a társaságában van.

A humorra is igaz, hogy amikor az ember a hit útjára lép, az elméjét, a gondolatait is alá kell rendelje az isteni akaratra.

TÓTOS BEÁTA

Új év – új út?

„Menjete be a szoros kapun. Mert tágas az a kapu és széles az az út, amely a veszedelemre visz, és sokan vannak, akik azon járnak. Mert szoros az a kapu és keskeny az az út, amely az életre visz, és kevesen vannak, akik megtalálják azt.” Mt 7,13-14

Az emberi időszámítás áldása, hogy az emberi élet beosztása szerint újra és újra egy határhoz érkezik, ahonnan visszatekinthet, de előre is nézhet az ember. Így számunkra ez új év kezdete is egy ilyen határvonal, ahol a múlt és a jövő együttesen van jelen gondolatainkban.

MENJETE BE A SZOROS KAPUN!

Sok ember érezheti, és ilyenkor esztendő kezdetén talán fel is erősödik az ember szívében, hogy valami nincs rendben az életében, valami nincs rendben Istennel való viszonyában, és hiába tud az örök életről, úgy érzi, soha nem juthat oda.

Ezeknek az embereknek ma is szól a krisztusi parancs: Menjete be a szoros kapun! Menjete át a szoros kapun. Át kell menjete egy változáson. Van lehetőség, hogy megtaláljátok a helyes irányt! Nem rejti véka alá Jézus, hogy ha nem lépnek be a szoros kapun, akkor a veszedelembe jutnak.

MERT TÁGAS AZ A KAPU...

Az ember a születésekor lép be ezen a tágas kapun a széles útra. Egy olyan útra, amely éppen szélessége miatt sok mindenre ad lehetőséget. Egy olyan út ez, amelyen minden ember a saját kedve szerint járhat, és úgy is jár.

Járhat úgy, hogy csak magával törődik, járhat úgy, hogy félrelöki a másikat, járhat úgy, hogy saját erejében, hatalmában, bölcsességében bíz. De tudnia kell, hogy bár ez az út is az örökkévalóságba vezet, mégsem az örök életbe, hanem a veszedelembe,

az örök kárhozatba, az Isten nélküli örök szenvedésbe.

Ezen az úton minden ember annyira el van foglalva a saját dolgaival, terveivel, kívánságaival, hogy nem veszi észre a másikat, a másik gondját, baját. Ha erre rádöbben az ember, és Jézusnál keresi a segítséget, akkor Jézus megnyitja az ember szemét.

MERT SZOROS AZ A KAPU...

Van egy másik út is, amelyen lehet járni. Erre az útra egy szoros kapun át lehet bejutni. Sokan nem találják a bejáratot, a kaput, és emiatt a másik útra sem léphetnek rá. Nem találják, mert olyan gyorsan haladnak a széles úton, hogy nincs idejük észrevenni. Nem találják, mert annyira magabiztosak, hogy a góg eltakarja szemük elől.

Vannak azonban, ha kevesen is, akik megtalálják. Sok áldott alkalmat nyújt Isten, hogy az ember megtalálja a szoros kaput. Ilyen alkalom az új esztendő kezdete.

Szoros a kapu, hogy ne férjen be rajta az emberi góg, magabiztosság, azokat kívül kell hagyni, hogy rálépve a keskeny útra teljesen rá tudjuk bízni magunkat Jézus vezetésére. Mert Ő az út, az igazság és az élet.

Mind a két út lelki út. Ebben a világban élünk, sokan a széles úton járnak, de, ha kevesen is, a keskeny úton haladnak előre. Ezen az úton maga Jézus vezet, egyik ember a másik kezét fogja, ha valaki megbotlik, a másik felsegíti, ha valamelyik félrelépne, a másik erősen tartja, hogy el ne essen.

A hegyi beszéd végeztével elcsodálkoztak a Krisztust hallgatók, hogy milyen hatalommal tanít, és sokan követték őt. Csodáljuk mi is ezt a krisztusi tanítást, amely minden embert a szoros kapu megtalálására buzdít, és várja azokat, akik átlépnek a szoros kapun, hogy Rá bízva magukat, vezesse őket a földi életlen át az örök életre.

SIMON ATTILA



Egész évben boldog lenni

„Amikor Jézus meglátta a sokaságot, felment a hegyre, és miután leült, odamentek hozzá tanítványai. Ő pedig megszólalt, és így tanította őket: Boldogok a lelki szegények, mert övék a mennyek országa. Boldogok, akik sírnak, mert ők megvigasztaltatnak. Boldogok a szelídek, mert ők öröklik a földet. Boldogok, akik éheznek és szomjaznak az igazságra, mert ők megelégtetnek. Boldogok az irgalmasok, mert ők irgalmasságot nyernek. Boldogok a tiszta szívűek, mert ők meglátják Istent. Boldogok, akik békét teremtenek, mert ők Isten fiainak nevezetnek. Boldogok, akiket az igazságért üldöznek, mert övék a mennyek országa. Boldogok vagytok, ha éniattam gyaláznak és üldöznek titeket, és mindenféle rosszat hazudnak rólatok. Örüljétek és ujjongjatok, mert jutalmatok bőséges a mennyekben, hiszen így üldözték a prófétákat is, akik előttetek éltek.” Mt 5,1-12

Az Ige így kezdődik: Amikor látta Jézus a sokaságot... Jézus mindig lát bennünket. Csak nekünk úgy tűnik, hogy most talán nem sokaságot lát Jézus, hiszen kevesen vagyunk a templomban. De Jézus látja azt a sokaságot, amelynek mi, a kevesek része vagyunk. Gé Smaling, a leideni Marekerk templom nyugdíjas lelkésze mondotta, hogy mi kereszténynek mindig a kisebbséghez tartozunk. Kevesen vagyunk. Viszont ez a kevés ember bekapcsolódik abba a nagy sokaságba, melyet Jézus lát.

TANÍTANI AKAR BENNÜNKET

Akkor felment a hegyre és a tanítványok hozzám mentek. Milyen jó, hogy te is Jézus tanítványa vagy és hozzámérsz. Itt a hegyen, a Sion hegyén van a templom, és Jézus Krisztus itt van, ahol ketten vagy hárman összegyűlünk, és tanítani akar bennünket. Mi pedig, mint mai tanítványai, alig várjuk, hogy szóljon hozzánk.

Mire tanít bennünket Jézus? Arra, hogy hogyan lehetünk boldogok vagy áldottak. A boldogság vagy áldott állapot nagy örömet, békességet jelent a földi ember számára.

Ki az, aki ne szeretne boldog lenni? Ki az, aki ne szeretne áldott állapotban lenni már itt a földön? No, akkor most figyeljünk Jézusra, mert Ő megnyitja a száját, én csak az Ő szócsöve vagyok.

A LELEKI SZEGÉNYEK BOLDOSGÁGA

Azt mondja legelőször, hogy boldogok a lelki szegények, mert övék a mennyeknek országa. Egész földi életünk erre tekint, hogy a mennyországot elnyerjük. Régen rossz annak az embernek, aki nem gondol erre. Sokan úgy vélekednek, hogy majd lesz valahogy, vagy majd meglátjuk. Mások azt mondják, hogy



őket ez nem érdekli, csak az, hogy itt legyenek boldogok.

Mi boldogít? A pénz? A legtöbb gazdag ember nem boldog és nem békés a maga palotájában. Az egészség boldogít? Sokan mondják: Csak egészségem legyen! Én erre azt mondom: Csak üdvösségem legyen!

Jézustól kell tanulnunk, ha boldogok akarunk lenni. Ő azt mondja, hogy lelki szegénnyé kell válnunk. A szó maga: szegénység idegenül cseng a fülünkben. Hiszen senkinek sem jó a nélkülözés. Jézus azonban nem az anyagi, hanem a lelki szegénységről beszél. Vagyis arról beszél, hogy alázatosnak kell lennünk, ne magunkban bízunk.

Az ember üresítse meg a szívét, váljon szegénnyé, és akkor megtapasztalja, hogy mindent Istentől kell várnia. Jó lenne, ha így az év elején megüresítenék magunkat és mindent Istentől várnánk. Őbenne bízunk egész évben és egész életünkben.

A SÍRÓK BOLDOSGÁGA

Aztán azt mondja az Úr Jézus, hogy boldogok, akik sírnak, mert ők megvigasztaltatnak. Érthetetlen! A síró ember boldog? A gyermek sír, ha elveszik a játékát. Szomorú lesz. A felnőtt ember is, ha nem sikerülnek a tervei, ha beteg, ha gyászol. Sírunk és szomorúak leszünk.

Jézus egészen másról, más sírásról beszél. Nem a testi bajokról, nem a gyászról beszél. Jézus arra hívja fel a figyelmünket, hogy a bűneink miatt kellene sírnunk.

Tudunk-e sírni azért, mert bűnös emberek vagyunk?

Tudunk-e sírni a mások bűnéért?

Tudunk-e sírni azért, mert nem kell az embereknek az evangélium?

Tudunk-e sírni Jézusért?

BOLDOGOK A SZELÍDEK ÉS IGASZSÁGRA TÖREKVŐK!

Szelídek? Nem azok a boldogok, akik kiharcolják a jogaikat? Akik fegyverkeznek és küz-

denek? Akik leigázzák a másik embert vagy egy másik országot? Nem! Jézus azt mondja: Te légy szelíd! Te imádkozz! És akkor öröklöd a földet. Jézus az ígért földjéről beszél. Nem Kánaánról, hanem a mennyei uralomról. Arról a földről beszél, ahol Isten mennyei uralma van. A szelíd ember már most Isten mennyei uralma alatt van. És ez boldogság áldott állapot! Legyünk szelídek, mint Jézus!

Boldogok, akik éheznek és szomjúhozózzák az igazságot, mert ők megelégtetnek. Itt nem földi igazságról van szó. Az igazság itt Isten akaratát jelenti. Boldogok, akik éheznek és szomjúhozózzák az igazságot, vagyis azok a boldogok, akik teljes mértékben vágyakoznak Isten akaratának a teljesítésére. Ezért naponta keresik a Bibliában Isten akaratát. Olvassák az ígét, hogy abból megtudják, mi az Isten akarata, és azt teljesítik. Ezek a boldogok.

Hadd legyen ez az év olyan a számunkra, amikor naponta vágyakozunk az ígére és annak teljesítésére. Imádkozunk Isten Szent Lelkének erejéért és viláosságáért, hogy Ige szerint tudjunk élni.

IRGALMASSÁG, TISZTA SZÍV, BÉKESÉG

Isten irgalmas. Légy te is irgalmas. (Miatyánk). Boldogok a tiszta szívűek, mert ők az Istent meglátják.

Tiszta szív azt jelenti, őszintén szolgálni. Aki nem parancsol, aki nem uralkodni akar, hanem szolgálni tiszta szívvel, vagyis önzetlenül. Szolgál úgy, hogy nem vár érte ellenszolgáltatást. Szolgál minden hátsó szándék nélkül. Szolgál minden spekuláció nélkül. Az ilyen ember meglátja az Istent, vagyis lelki közösségben van vele.

Boldogok a békességre igyekezők, mert ők az Isten fiainak mondatnak. Itt nem csak egy kis igyekezetről van szó, hanem békecsinálásról. Vagyis nem csak próbálkozunk kell, hátha béke lesz, hanem teljes erőnket megfeszítve munkálkodunk, hogy béke legyen a családban, a gyülekezetben, a világban. Nem kis feladat ez! Ám csak így lehetünk Isten gyermekei.

Boldogok, akik háborúságot szenvednek az igazságért, mert övék a mennyeknek országa. Tehát nem a betegség, a gyász miatti szenvedésről van szó. Arról van szó, hogy az igazságért kell szenvednünk, ha boldogok akarunk lenni. Az igazság pedig – hallottuk az előbb – nem más, mint Isten akaratának a teljesítése. Boldog vagy, ha gyaláznak hitedért. Boldog vagy, ha megmosolyognak, mert imádkozol, templomba jársz, Ige szerint élsz.

Legyünk egész évben boldogok Jézusunk tanítása szerint!

A humort még a keresztyéneknek

Jézus talán sohasem nevetett, viszont mindannyiunk számára ismert jó humorérzéke. A nevetés hozzátartozik a lelki egészségünkhöz. A humort növekedésünk közben tanuljuk, amikor elkezdjük a vicceket és a poénokat érteni és értelmezni. A nevetés általában meghal, ha egy viccet el kell magyarázni. Ez jól mutatja, hogy milyen kényes dologgá válhat a humor az ember kezében.

A humor segít megküzdeni az élet ellentmondásosságaival. A sajátjainkkal is! Azt az ember és a valósága közötti rést tölti be, amelynek áthidalása nélkül menthetlenül skizofrén állapotba kerülne lelkivilágunk. Azzal, hogy a világ kifordított dolgain nevetünk, saját magunkon is nevetünk. Akik erre képtelenek, előbb-utóbb arra kezdenek gondolni, hogy semmi értelme a dolgoknak, az életnek, és végleg megkeserednek.

A fájó igazság humoros történetbe ágyazva könnyebben elviselhető. A pszichológia is ismeri azt a folyamatot, amelynek során az érzelmek kimondása, megfogalmazása által az élmény tudatosul. Így tudjuk feldolgozni a minket ért hatásokat, és idővel kívülről látva önmagunkat és dolgainkat, oldódhat a bűntudat keltette feszültség.

A jó humor mindig az intelligencia és a kreativitás velejárója. Van, aki háromszor nevet, ha egy viccet elmondanak neki: először, amikor hallja, másodszor, amikor elmagyarázzák neki a poént, és harmadszor, amikor megérti. A humor lehet negatív is. Azt már nem is nevezhetjük humornak, ha a viccelődést a felsőbbrendűség kifejezésére, a kigúnyolás eszközeként használják mások életének megkeserítésére.



A humor gyógyíthat, de akár meg is sebezhet. Ha valakit kényelmetlenül érint egy-egy poén, az elszigetelődést szül: valakit kizárhat a gúnyos viccelődés egy közösségből, vagy ajtókat zárhat be a kinnrekedők előtt.

A humor tehát az élet része. Hippokratész használja először a szót, a testben lévő nedvek összességének kifejezésére: az emberi egészség a humorok helyes keveredési arányának feltétele. Arisztotelésznél válik a humor műfajjává, ő a tragédia mellé sorolja, mert a lét ellentmondásait láttatja mindkettő. A tragédia fájdalmasan, a komédia mulatságosan, hogy enyhítse a nyomasztó lelkiállapot súlyát. A kettő ötvözve a tragikomédia műfaja, amelynek az a jellegzetessége, hogy

a két ellentétes pólus erősítheti, ellensúlyozhatja vagy akár ki is olthatja egymást.

HUMOR A BIBLIÁBAN

A Biblia humorban nem ismer tréfát! (Karinthy) A humor ugyanis lehet fegyver is. Szociológusok megállapították, hogy a szarkazmus, az irónia, a szatíra, a karikatúra, a paródia és a burleszk fegyverként funkcionál. Mégis ritkán jut eszünkbe, hogy nemcsak a kard és pajzs lehet Atyánk kezében hadiszerszám, hanem a nevetésségé tétel is.

1. Irónia, a legalapvetőbb és legártalmatlanabb. Amikor a hegyről leérkező Mózes az aranyborjút látva megkérdezi Áront, hogy mire vélje a dolgot, fivére gyermekien háritó válasza megmosolyogtató: „Erre azt mondtam nekik: Akinek van aranya, szedje le magáról! Ők ide is adták nekem, én meg tűzbe dobtam, és ez a borjú lett belőle.” 2Móz 32,24

2. A szarkazmus célja fájdalom okozása és az áldozat emberi hibáinak kiforgatása, tanúk előtt. Nem túl gyakori a Bibliában, egyetlen egyértelmű eset van rá, az 1Móz 37,19-ben található, amikor József testvérei az „Íme, itt jön az álomlátó!” megjegyzést teszik, amivel épp testvérük ebbéli tehetségét vonják kétségbe.

3. Gúnyval Illés Kármel-hegyi jelenetében találkozunk. A próféta így hergeli a Baál-prófétákat: „Kiáltatok hangosabban, hiszen isten ő! Talán elmélkedik, vagy a dolgát végzi, vagy úton van, vagy talán alszik, és majd fölbred.” 1Kir 18,27

4. A szatíra célja az erkölcs és a szokások megváltoztatása azok negatív vonásainak kihangsúlyozásával. A hibát eltúlozva ábrázol



sem érdemes nélkülözniük

va teszi nevetségessé áldozatát. Igen gyakori az Ószövetség prófétái és egyéb szövegeiben nemcsak istenségek, de idegen kultuszok és királyok esetében is (Ézs 14). Jónás története számos magyarázó szerint egy pazar szatíra, amely a próféta igen emberi tulajdonságát pellegérezzi ki: az Isten akarata előli menekülést.

5. Paródiaként is szokták meghatározni a Jónásról szóló prófétai elbeszélés műfaját, mivel személyes jellemvonásai épp az ellentétei egy valódi próféta jellemvonásainak. A botcsinálta próféta ímmel-ámmal elmondott szavára az egész város megtér, és annyira lelkesek, hogy még a marháikat is böjtöltetik és darócba öltöztetik.

6. A cselvetés akkor szórakoztató, ha tudunk sikeréért jó szívvel szurkolni. Lábán csalása ekképpen nem vívja ki egy igaz ember tetszését, Jákob tenyésztői trükközése (1Móz 30,29-43) viszont igen. Jákóbnak az Ézsautól csalással szerzett áldása már kétségesebb erkölcsi megítélésű lehet. Szelhámós figurák az Ószövetségben leggyakrabban a Bírák könyvében fordulnak elő: Éhúd, Jáél és még Sámson is ide sorolható, aki rejtvényével, találós kérdéseivel vívta ki helyét ezen illusztris társaságban.

7. A nyelvi humor (tisztá szójáték) a leggyakoribb a héber Biblia lapjain, főleg a szavak kétértelműségével játszó fajta. Ezek többsége sajnós lefordíthatatlan, magyarázatra szorul, ami ugyebár elveszi a dolog életét.

8. A közmondásos humort a Példabeszédek könyve példázza jól, mely egyszerre humoros és tanulságos: „Aki másnak vermet ás, maga esik bele; és aki fölhengeríti a követ, arra gurul az vissza.” Péld 26,27 A káröröm káros, a tréfalkozás is az, ha nem barátságos szándék vezérli: „Mint a balga, aki tüzes és halálos nyilakat lövöldöz, olyan az, aki megcsalja felebarátját, és azt mondja: Csak tréfáltam!” Péld 26,18-19

Úgy tűnik, hogy a „szent humor” fontos részt kap a nagy bibliai hősök hétköznapi-ságának bemutatásában, nehogy olyan magasztosnak gondoljuk őket, hogy semmi közünk ne legyen hozzájuk.

Ott van Mózes, a rosszul beszélő, aki nem éppen vezetésre termett. Szálka az uralkodó hatalom szemében és szálka a sajátjai szemében.

Vagy még jobb példa Dávid, aki még zöldfülű fiatal, amikor harcedzett, rátermett testvérei közül épp őt keni fel a próféta királynak. Góliátot is ő győzi le, nevetségessé téve a filiszteus sereget. A végcél pedig a nevelés: legyünk bölcssek, kerüljük a bolondságot és még véletlenül se kövessük az olyan viselkedést, amely neveltség tárgyává tenne bennünket!

Hogy Jézus nevetett-e, arról nem ír a Szentírás, de aligha képzelhetjük el, hogy ez az emberi viselkedés kimaradt volna földi 33 esztendejéből. Kitűnő összefoglalás a témában Gromon András *Tréfa, humor és irónia Jézus életében* című tanulmánya.

JÉZUS HUMORA

A jézusi értelemben vett humor egy gondolat meglepő és szellemes formába öltöztetése, amely meghökkentően és páratlanul fején találja a szöveget. Könnyebb átmenni a tevének a tű fokán, mint a gazdagnak bejutni Isten országába Mt 19,24 azaz amíg a gazdag úgy össze van nőve vagyonával, mint a teve a púpjával, addig nem juthat Isten közelébe.

Vágd le a lábadat (Mk 9,43-47) – mondja Jézus, azaz jobb neked fél lábbal sántikálva az életre jutni, mint mindkettővel a holtak gödrébe (gyehenna) kerülni! Ne sajnáljuk a csapdába csípett lábat, mert az a halálhoz



való kötődést jelenti. (Az életosztóntól vezérelve a törbe esett vadállat is inkább így tesz, csak hogy mentse az életét.)

Hagyd félbe az áldozatod bemutatását, menj el és előbb békülj meg felebarátoddal (Mt 5,23-24), azaz az Istennel való kiengesztelődés csak a testvérrel való kiengesztelődés után következhet. A felebarátot „megkerülve” ne várjuk Isten helyeslő jó tetszését életmódunkra! Számára bűnös önmagunk feladása a legtehetszőbb áldozat.

Tudni kell tehát a szavak mögé látni. Jézusunk helyethumora utolérhetetlen. Amit mondott vagy tett, azt csak vidám lelkülettel lehetett tenni. A kánaai menyegzőn azt mond-

ja a szolgálknak, hogy merítsenek a vízből és vigyék oda a násznagynak. Viteti a „vizet” a bort követelőknek. A szolgálk hogy félhettek, a vőlegény hogy csodálkozhatott! Szinte látni Jézus huncut, széles mosolyát! (Jn 2,8)

Jákob kútjánál (Jn 4) először felajánlja a samáriai asszonynak, hogy Ő ad neki élő vizet, pedig vödör sincs nála. Amikor a tanítványok megérkeznek nagy fáradtan az étellemmel, és leteszik eléje: „Mester, egyél!”, ő azt feleli: van eledelem, csak nem tudtok róla. Szinte szípkázik az Úr Jézus minden újabb helyzetben, csak észre kell venni, milyen jókedve van, és szavai mögé kell képzelni arcát!

KERESZTYÉN HUMOR

Méghogy Istennek nincs humorérzéke?! Ott van Pál, akinek heves buzgósága a damaszki hívek életét veszélyezteti, de Isten úgy szövi a szálakat, hogy a legnagyobb hittérítő faragja belőle. A vallási tökéletesség példájából a tisztátalan pogányok apostolát formálja Isten, mosolyt csalva az arcunkra.

Spurgeon, a híres prédikátor beszélt arról, hogy hiba azt gondolni, hogy az erény a komolyságban rejlik és a mosoly a romlottság jele. A humor ugyanis egyedi módon tudja megragadni az emberek figyelmét, olyankor is, amikor könnyen elillan. A humor használata közben mindig azt kell szem előtt

tartanunk, hogy a mondanivalóra hívjuk fel a figyelmet és ne önmagunkra.

Jézus akár tanított, akár kérdésre válaszolt, tudta, hogy néha a humorosan elmondott magyarázat a legérthetőbb és a legmeggyőzőbb: miért foglalkozol a másik ember szemében levő szálkával, amíg a te szemében gerenda van?!

A humor segít, hogy az életet paradoxonjaival együtt egyben tartsuk, ne hulljon darabokra lelkünk, és kezelni tudjuk a tragédiákat is. A keresztyén ember humorra abban több ennél, hogy bármilyen rosszul menjenek is a dolgok, mi tudjuk: legvégül minden jól végződik!

A gyógyító humor

Mit szoktak javasolni az embernek, amikor beteg? A szülő azt javasolja gyermekének, hogy sokat pihenjen, a gyerek gyógyító puszikat ad a beteg felnőttnek, a barátok azt mondják, hogy kímélje magát, a lelkész azt, hogy imádkozzon. Ezek mind hasznos és megszívlelendő tanácsok, de vajon hallottunk-e már a gyógyító humorról?

A nevetés az egyik legjobb stresszoldó fegyver. Nincs is annál hatékonyabb, mint egy kiadós nevetés, ami egyensúlyban tarthatja a test és lélek működését. Ösztönző hatású, frissen, éberben tartja az elmét. Egyetlen nevetés többet érhet száz meg száz antidepresszánsnál! Az emberi kapcsolatok megalapozásában is igen fontos szerepet tölt be.

MIBEN SEGÍT A NEVETÉS?

- Ellazítja az egész testet. Egy kiadós nevetés után az izmok ellazulnak, a fizikai feszültség, stressz elmúlik.

- Erősíti az immunrendszert. Csökkenti a testben lévő stresszhormonok mennyiségét, növeli a fertőzés elleni antitestek számát, ezáltal javul a betegségekkel szembeni ellenálló képesség.

- Az endorfin vagy boldogsághormon termelődését is kiválthatja a nevetés. Ez fontos a mindennapi jó közérzethez, emellett a fájdalmat is enyhítheti.

- A nevetés a szív működésre is jótékonyan hat. Fokozza a vérkeringést, csökkenti a szívroham és más szív-érrendszeri problémák kockázatát.

POZITÍV HATÁSOK LELKI EGÉSZSÉGÜNK MEGŐRZÉSÉBEN

A nevetéstől jól érezzük magunkat. A humor pedig abban segít, hogy megőrizzük optimista, pozitív gondolkodásunkat a nehezebb időkben is. Erőt és bátorságérzetet ad, hogy reményekkelelve vágassunk bele valami újba. Valóban, a nevetés ragadós, hallatán vagy láttán az agyunk arra készítet minket, hogy elmosolyodjunk, elnevezzük magunkat.

Feloldja a nyomasztó érzéseket, hiszen mikor nevetünk, nem érzünk szomorúságot, sem fájdalmat. A nevetéstől feltöltődhetünk, kipihentnek érezhetjük magunkat. Ez csökkenti a stresszt, növeli az energiát, jobban tudunk összpontosítani a napi teendőkre is.

A humor abban segít, hogy bizonyos helyzeteket realisabban, kevésbé fenyegetőnek fogjunk fel. A humoros perspektíva távolságot teremt, amely segít elkerülni a túlterheltség érzését.

Manapság divat az egészséges életmódról beszélni, de nem annyira divat aszerint élni. Szoktam látni, hogy internetes közösségi ol-



dalakon mennyien osztanak meg egészséges ételrecepteket, tornagyakorlatokat, mentális tréningeket.

Egyszer kíváncsiságból megkérdeztem egyik ismerősömet, aki edzésprogramot osztott meg, hogy kipróbálta-e, és megy-e, mert én kipróbáltam, és elég nehéz. Azt mondta, hogy ő azért osztotta meg, mert ilyet kellene végeznie és tetszett neki, de még nem próbálta.

Én ebből azt szűrtem le magamnak, hogy elég sokan lehetnek, akik a világhálón főznek, tornáznak, gyereknevelési tanácsokat olvasnak, meditatálnak, csakhogy ennek semmilyen látható megnyilvánulási formája nincs, mert a lábasban nem fő semmi, a süttö is hideg, a kilók is csak egyre jönnek. A gyerek pedig egy interneten egyre több időt töltő felnőttet lát, mert mindezt megosztjuk, de nem végezzük.

Pedig nagyon fontos az egészséges életmód: egészséges étel, mozgás, gyereknevelés, és ehhez már csak egy csipetnyi humor szükséges, hogy megfűszerezze az életet.

Olvastuk fentebb, hogy a nevetésnek jótékony hatása van. De képzeljük el, hogy ha a dolgokat humorosan tudjuk felfogni, ezzel csökkentjük a stresszt az életünkben. Találjunk minden nap okot a nevetésre. Az az ember, aki nevet, nem lesz depressziós.

Ha a mindennapi, monoton életünkbe egy kis vidámságot, humort csempészünk, azzal nem csak a magunk, de környezetünk kedélyállapotán is javíthatunk, baráti vagy szerelmi kapcsolatainkról nem is beszélve. Soha nem szabad erőltetni: a humornak, nevetésnek szívből kell jönnie.

MÉG A FÁJDALMAT IS ENYHÍTI

Most pedig visszaérkeztünk a kiindulópont-ra: nézzük meg, mi történik betegség esetén.

A derűs, pozitív gondolkodású emberek nehezebben betegszenek meg, hiszen a betegségek oka sokszor egy-egy fel nem oldott gócpont az életünkben. Ennek ellenére a derűs ember is megbetegedhet.

A derű akkor is fontos része kell hogy legyen életünknek. Természetesen, amikor valaki megbetegszik, az első gondolata nem a nevetés, és lehet, hogy a második gondo-

lata sem. Hiszen olyankor túlzottan a betegségre koncentrálunk. Ez a nyomasztó érzés a gyógyulással meg is szűnik, de mi van, ha a diagnózis nem influenza vagy epekö, hanem daganatos megbetegedés vagy valamilyen krónikus betegség, amely elkísér egész életünkön át?

Akkor először is túl kell esni az első sokkon és át kell mennünk az elfogadás, beletyúgás fázisán, eljutva a hitünk által addig, míg ismét tudunk mosolyogni.

Volt már, aki megkérdezte tőlem, hogyan nevetethet, mikor minden gondolatát lekötí a betegség tudata? Hát úgy, válaszoltam, hogy elfogadják, hogy ez az élete része lett, és visszatér a normális életbe és engedi az érzéseit, gondolatait felszabadulni a nyomás alól.

De ha nem hinnének nekem, íme egy részlet egy neuropszichiátriai tanulmányból:

„A nevetés reflexesen szabályozott megjelenése alatt és után sokféle kedvező élettani változás veszi kezdetét bennünk. Egyes izmaink a szokásosnál mélyebben ellazulnak. Fájdalomküszöbünk megnövekedik. A hosszú távon káros hatású stresszhormonok termelése lecsökken. A légúti és egyéb fertőzésekkel szemben védelmet nyújtó immunglobulinjaink szintje megemelkedik. Immunrendszerünk fontos védekező sejtjei, különösen a ráksejteket és egyes kórokozókat elpusztító természetes ölüsejteik száma szaporodik. Úgy tűnik tehát, hogy az örömteli nevetés egy új, a szokásosnál hatékonyabb szintre állítja át a szervezet betegségekkel szembeni önvédelmi rendszerét. Ezt igazolják azok a vizsgálatok is, amelyek kimutatták, hogy azok a szívinfarktuson átesett betegek, akik a szokásosnál vidámabb környezetben, derűsebben lábadozhattak, jelentősen jobban gyógyultak, mint a kontrollcsoport betegei.”

A humor tehát nagy fokú megküzdés a bajjal és védelem a betegségekkel szemben. Mintha lenne a derűs embernek egy kiapadhatatlan belső forrása, amelyből ötleteket és életörömet meríthet. A gyermek Jézus kicsi szentje és humoristája, Lisieux-i Kis Teréz ezt így fejezte ki: „Az öröm nem a bennünket körülvevő tárgyakban, hanem a szív legbelsejében van.”

Derűs napokat kívánok!

TÓRÓS BEÁTA



Karikatúrába rajzolt tükörképünk

Azért túloz és nagyít, hogy észrevegyük azt, amit egyébként nem vennénk figyelembe, avat be a karikatúrák világába Adorjáni László. A kolozsvári lelkipásztort, az Agnus Rádió alapítóját „firkáival” nem az olcsó nevetetés vagy kigúnyolás, hanem a látni segítes, a játék és a nevetve tanítás szándéka vezeti.



– Lényegében mi a karikatúra? Gúnyrajz, görbe tükör, rajzolt poén, hibáink felnagyítása? Több vagy kevesebb, mint aminek látszik?

– Vannak dolgok, amiket jobb elmondani, másokat pedig nem lehet szavakba foglalni, csak megmutatni. Tulajdonképpen a szó is egyféle kép, amivel meg akarjuk nevezni a kimondhatatlant, akár egy rajz vagy szobor, amelybe belefagy a végtelenből egy pillanat.

Hogy ki milyen célt és töltetet rejt bele egy bármilyen ábrázolásba, az nagyon eltérő lehet. Engem nem vezet az olcsó nevetetés vagy a kigúnyolás szándéka. A legtöbb rajzom önmagamról szól. Vannak ugyanis olyan pillanatai, helyzetei az életünknek, amik mellett meg kell állni. Ezek a pillanatok, egy kis rásegítéssel, ablakok lesznek befelé, az ember lelke felé, vagy kifelé mások vagy éppen Isten felé. Ilyen ablakok nélkül megvakulnánk.

– Miért éppen karikatúrákat rajzol? Mit akar láttatni velük?

– Nem szívesen nevezem rajzaimat karikatúrának, még rajznak sem. Valójában nem tudok rajzolni. Sohasem tanultam, annak ellenére, hogy a családomban van képzőművész. A grafikusok, művészek mellett óvodás vagyok. Gyermekkorom óta firkálok. A gyermekek rajzai a legőszintébb közlések, és többnyire karikatúrának tűnnek.

Különösen teológus koromban, amikor órákon az üres papírlap vagy a tankönyv ábrái előtt ültem, lehetetlen volt a firkálás vágyának ellenállnom. Így születtek, szinte önmaguktól, arcok, ábrák, rajzok.

Számomra a firkálás belső kényszer. Az üzenet néha jön, megfogalmazódik és nem hagy nyugton. Segíteni akarok másoknak is látni és játszani. Persze a játék néha lehet nagyon komoly. Ezért túloz adott esetben a karikatúra, hogy kényszerítsen azt látni, amit egyébként nem vennénk figyelembe vagy le-kicsinylünk. A túlzás-torzítás pedig nekem elsősorban a gyógyításhoz szükséges nagyító lencséje, és nem a kipellengérezés eszköze. Másrészt a humoros, nevetve, mosolyogva tanítás a legkellemesebb és a leghatékonyabb módszer.

– A témákat magában hordozza, vagy spontán jönnek?

– Egyes rajzaim pillanatok alatt születnek, de van, hogy hosszú ideig érik egy-egy téma, amíg formát ölt. Az alkotás viszont sosem kész. Ami megjelenik, az már egy kompromisszum a kimondhatatlannal és a korlátok közé szorított önmagammal. A rajz, amit alkotunk, nem jó, legfeljebb nem nagyon rossz. Viszont még így is egy fantasztikus varázsszerek, mert ceruzád, tollad alatt alakíthatóvá, gyúrhatóvá válik a meggémbedett világ.

– Az egyházi sajtó mennyire vevő a rajzaira?

– Nem nagyon próbáltam eladni magam. Korábban rendszeresen a *Harangszóban*, alkalmanként gyülekezetünk lapjában jelentek meg rajzaim. Több lelkesztársam rendszeresen használja firkáimat különféle alkalmakor illusztrációként, ezeknek egy részét egy honlapon lehet elérni (www.humor.page.tl).

Az viszont tény, hogy az egyházi lapok idegenkednek még a jó humortól is, talán részben azért, mert a templomban is félnünk mosolyogni, ami nagy baj. Pedig a Szentírás és a karikatúra nem állnak egymástól távol. Tele van a Biblia groteszk ábrázolással, ami éppen arra szolgál, hogy az önámító embert ráébressze a maga eredetitől eltorzult arcára. Ez a torz ábrázolás néha csipős, sebez, de jó szándékú, be is kötöz.

FÁBIÁN TIBOR



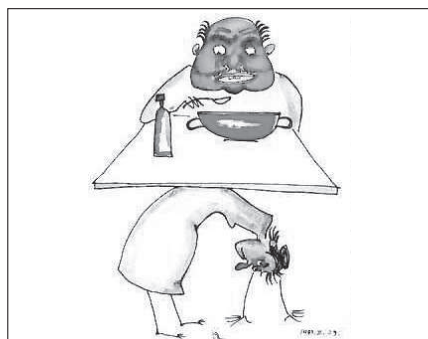
A KARIKATÚRA DIREKTSÉGE

Adorjáni László rajzain időnként hangosan felnevetünk, máskor meg keserýesen elmosolyodunk. Szeretünk nevetni, s valljuk meg, főleg másokon. Mások tévedésein, gyengeségein, groteszk helyzetein. De a karikatúra sajátossága nem ez.

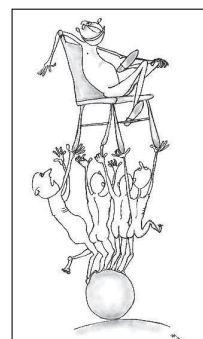
A karikatúra ugyanis tükröt tart elénk és mint ilyen megtanít önmagunkon nevetni. Az önkritika nélküli ember olyan száguldó életet él, amelyen nincs fék, nincs lehetőség a korrekcióra, a kiigazításra.

Adorjáni László olyan tükröt tart elénk, amelyben nincs bántó szándék, még csak belénk csípni sem akar, legfeljebb csipkelődni, még inkább nevetetni és tanítani. Szőnyeg alá söpört dolgainkat úgy láttatni velünk, hogy közben gyógyuljon a lélek e szembesülés, feltárás nyomán.

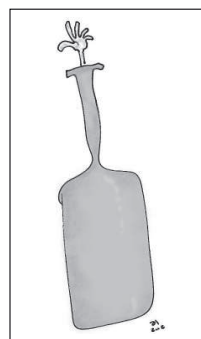
Adorjáni László a firkáin keresztül észrevételeket tesz azokról a dolgokról, amiket sokszor csak egy kívülálló lát rólunk egyértelműen, kristálytisztán. Ez a karikatúra direktsége, amely bár egyértelmű, szándékos túlzásaival mégis szórakoztat.



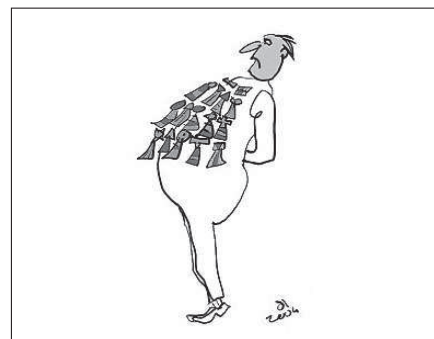
HÁZASSÁG



MAGASLATON



ÜVEGBŐL KÉZ



ÉN...

Isten dicséretének helye

„Mert én veled vagyok, megőrizlek téged, akárhová mégy...” 1Móz 28, 15

Hálaadó istentiszteletre hívogattak 2019. november 10-én, vasárnap délelőtt az ippi református templom harangjai. Hálát adtunk azért, hogy Isten velünk volt, megőrzött minket, megőrizte számunkra az 1419–1420-ban itt épült templomot, folyamatosan rendelt e templomba szolgáló lelképásztorokat, mindig adott híveink hitet, erőt, akaratot, hogy az egyházat fenntartsák, a templomot bővítsék, szépséssé, élővé tegyék.

KITARTÓ IMÁDSÁG

Az ünnepségen Csúry István, a királyhágómelléki egyházkerület püspöke hirdetett igét, a Kol 4,2-4 alapján. Hangsúlyozta, mennyire fontos az állandó, kirtartó imádság, mely az ünnepi alkalmakon túl magában foglalja a hétköznapokban, a munka során megfogalmazódott gondolatainkat. Az az ima, amelyben személyes örömeinket, hálánkat, kérelmeinket, félelmeinket, fájdalmainkat visszük Isten elé.

Az állhatatos imádság teremti meg az állandó kapcsolatot ember és Isten között. Egymásért is szükséges imádkoznunk: az otthon maradtakért, a betegekért, üldözöttekért, rászorulókkért, szülőkért, gyermekekért, idősekért, fiatalokért, az ige hirdetőiért. Az ige hirdetés során hallott tanítás lelkünkben nyomot hagy és továbbadjuk, így mindannyian ige hirdetővé válhatunk.

A prédikáció után Kocsis Ambrus Tibor, az Ippi Református Egyházközség lelképásztora köszöntette az ünnepség résztvevőit. A tiszteletes úr 18. éve szolgál gyülekezetünkben, s azt tapasztalta, hogy az ünnepi események emlékeztetések maradnak a hívek számára.

Harangállításunk 70. évfordulóján ugyanaz a személy mondott verset, aki az 1932-beli harangszenteléskor. Hisszük, hogy mostani ünnepségünk is maradandó emléket hagy.

Hatszáz éves templomunk bemutatása során lelképásztorunk elmondta, hogy a faluban már 1327-ben létezett istenháza. Szent Andrásról volt elnevezve, és pálos szerzetesek szolgáltak benne. Az 1419–1420-ban épült templom a mostaninak a nyugati része, ahol ma a nők padosrai találhatók. Harang már 1540-ben volt, Ippi Bertalan adományozta, aki Wittenbergben tanult, s akinek a nevéhez köthető az ippei református hitre való áttérése.

1767-ben Vid István, 1793-ban Czáró Fogarasi István adományozott harangot az egyháznak. Ma már sajnos egy sincs meg e háromból. 1793-ban, Veres Benjámint szolgáló idején, a templomot keleti irányban bővítették, ekkor emelték a déli bejárat elé a portikuszt. Az addigi harangláb helyett 1825-ben épült a 32 méter magas kótorony.

Jelentős felújítási munkálatok folytak 1972-ben és 2002-ben. Ez utóbbi során a nyugati fal déli részében kagyló alakú szenteltvíztartó üreget tártak fel. A templom hat méter széles, 20 méter hosszú, 255 férőhelyes. Gyülekezetünk lélekszáma 697.

„MEGŐRIZLEK TÉGED”

Bogdán Szabolcs János, a Szilágysomlyói Egyházmegye esperese a 61. zsoltár verseivel köszöntötte az ünneplő gyülekezetet, majd utalt arra, hogy a 600 év emberi viszonylatban hosszú idő, de az örökkévalóságához viszonyítva csak egy szempillantás.

Hálásak lehetünk, hisz az a templom, melyről a zsoltáros ír, nem érte meg a hat évszázadot. A templom, függetlenül a korától

és a korszakoktól, az imádság, a hálaadás, Isten dicséretének élő helye. A távlati jövőre, az örök életre nézve csakis így nyerhetünk kegyelmet Istentől.

Seres Dénes, a Szilágysomlyói RMDSZ-szervezet elnöke, parlamenti képviselő elmondta, hogy mennyire fontos közösségünk, nemzetünk megmaradása szempontjából az egyházak szerepe. Ezért kiemelten fontos számára, hogy politikusként támogassa az egyházi épületek felújítását, bővítését, építését.

A szavazatok és muzsika felemelő pillanatait követően Kocsis Klára és Fazakas Mária kötöttek szalagot egyházközségünk növekedési zászlajára. A szalagra ezt hímezték: „...megőrizlek téged...” 1Móz 28,15

A templom belsejében, a déli bejárat ajtótól balra kapott helyett az a márványtábla, melyre az évszázadok során egyházunkban szolgáló 26 lelképásztor neve, illetve az „Emlékezzetek meg a ti előjáróitokról, akik szólották néktek Isten beszédét” (Zsid 13,7) felirat van vésvé.

Az emléktáblát Koszorús István, a hajdan itt szolgáló Koszorús Ferenc lelképásztor fia, és Borzási Ferenc, egyházközségünk gondnoka leplezte le. Ezt a püspök úr áldása követte, majd záróénekként nemzeti imánk csendült fel.

Templomból kijövet minden résztvevő erre az alkalomra készített emléklapot vehetett át ifjainktól.

Lélekben feltöltődve, az összetartozás örömeivel, Isten iránti hálával vonultunk át a kultúrotthonba, ahol szeretetvendégséggel zárult ünnepségünk.

Boldogok vagyunk, hogy résztvevői lehettünk az ünnepségnek, köszönjük előjáróink odaadását, munkáját. Istené legyen a dicsőség!

FAZAKAS MÁRIA

KRISZ-közgyűlés Nagyváradon

Megtartotta éves közgyűlését november közepén a Királyhágómelléki Református Egyházkerület Ifjúsági Szövetsége, azaz a KRISZ.

Nagyváradon a szövetség felújított koordinációs központjában Jobb Domokos elnök, egyházkerületi ifjúsági előadó tanácsos köszöntötte a megjelenteket. Az egyházkerület mind a kilenc egyházmegyéjéből hivatalos volt az ifjúsági előadó és egy általa választott személy, aki lehetett lelkész vagy ifjú.

Az egyházkerület részéről Dénes István Lukács generális direktor is jelen volt. A szatmári egyházmegyét Varga Dalma SZIKE alelnökön kívül ifj. Rácz Ervin egyházmegyei ifjúsági előadó, a KRISZ alelnöke képviselte.

Az utóbbi által vezetett áhitattal kezdődött az alkalom, a *Bibliaelvétel kalauz*

szerinti napi igével köszöntötte az egybegyűlteket: „A testvéri szeretetről pedig nem szükséges írnom nektek, hiszen titeket Isten tanított az egymás iránti szeretetre, és mert gyakoroljátok is ezt minden testvér iránt egész Makedóniában. De kérünk titeket, testvéreim, hogy egyre inkább gyarapodjatok ebben, és tartsátok becsületbeli dolognak, hogy csendesen éljete, tegyétek a magatok dolgát, és saját kezetekkel dolgozzatok, ahogyan elrendeltük nektek. A kívülállókat iránt tisztelettel viselkedjétek, és ne szoroljátok rá senkire.” 1Tessz 4,9-12

A KRISZ elnöke örömmel számolt be arról, hogy az egyházkerületnek köszönhetően van otthona a szövetségnek, olyan koordinációs központja, mely kiindulópontja és gyűjtőpontja is lehet a kerületi ifjúsági

munkának. A székhely felújítását, a bútorzat és az elektronikai felszerelések beszerzését a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt. támogatta. Van tehát otthona a KRISZ-nek.

Ez az alkalom egyfajta útkeresés is volt: arra is keresték a választ, hogyan lehetne betölteni élettel az épületet.

Jobb Domokos szólt a jelen helyzetről, beszámolt az évenként futó projektekről, mint a: bibliaismereti és egyháztörténeti vetélkedő, sportnap, Krisztusra hangolva adventi alkalom...

A jelenlevők úgy vélték, a jövő első fontos lépése a munkatársképzés, olyan ifjak felkarolása, akiknek szívügyüké válhat az evangélium, annak megélése és továbbadása.

REFSZATMAR.EU

Barangolás ott, ahol zúg az a négy folyó

BESZÁMOLÓ A PROTESTÁNS FELSOÓKTATÁSI SZAKKOLLÉGIUM (PROFESZ) DIÁKJAINAK ERDÉLYI KIRÁNDULÁSÁRÓL

Budán, a Normafa közelében, tágas kertben két épület áll, amelyek otthont nyújtanak sok, vidékről érkezett fiatalnak. A különböző felsőoktatási intézményekben tanuló diákok közösségét a keresztyén lelkiület, az összetartás, egymás segítése jellemzi. Az alábbiakban tizenkét kollégista nyári erdélyi úttjáról olvashatunk.

2019. július 28-án tüzesen sütött le a nyári nap sugára a tikkadt kollégisták összes csomagjára a debreceni vasútállomáson. Találkozóhelyünkön izgatottan vártuk, hogy Csaba vezér megérkezzen aransárga Volkswagen paripáján, és kezdetét vegye a nagy utazás.

A borsi határátkelés után rövidesen Ady Endre városába, Nagyváradra érkezünk, majd a Király-hágó kaptatóin feljutva Erdély földjére léptünk. Csucsán, Bánffyhunyadon haladtunk át, Körösfőn szívélyes fogadtatásban és kürtőskalácsban is részesültünk.

Innen július 29-én Kolozsvárra vezetett utunk, ahol megnéztük a Farkas utca történelmi jelentőségű épületeit, a Babeş-Bolyai Tudományegyetemet, a főtéren Mátyás király lovas szobrát, majd szülőházát is.

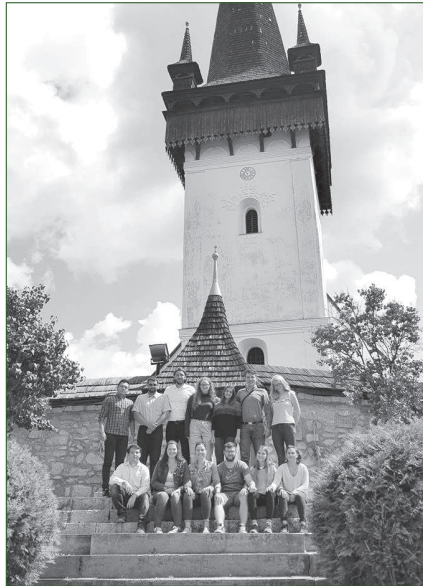
MÚLT ÉS JELEN NAGY KÜZDELMEI

Délután Fehér megyébe érve a Nagyenyedi Református Kollégium udvarán csodálkozunk el azon a tényen, hogy a Bethlen Gábor erdélyi fejedelem által alapított alma mater Erdélynek milyen sok kiművelt emberfőt adott az elmúlt évszázadok során. Kónya Tibor iskolalelkész rendkívül átfogó, tartalmas helytörténeti tájékoztatója a múltat illetően sok mindenre felnyitotta szemünket. Beleláttunk abba az áldozatos mindennapi küzdelembe is, amelyet a kisebbségi magyarság saját megmaradásáért folytat itt. Az estét a Svájci Házban elfogyasztott finom vacsorával, jó hangulatban zártuk, de a hallottak tovább kavargtak gondolatainkban.

Másnap a Kollégiumtól búcsút vettünk, majd az enyedi szőlősdombokat elhagyva a Maros menti Magyarlapád református falujába érkezünk. Szállásadónk Borbándi András tiszteletes úr és felesége voltak, akik ott-tartózkodásunk alatt elláttak bennünket testi-lelki táplálékkal és kétkezi munkával is.

Csoportunk egyik része a Maros folyó kis szigetén irtotta a „csihányt” és a bozótot a soron következő cserkész tábor színhelyét előkészítve, míg a többiek a szálláshely kerítését festették és a szépen felújított templomot takarítottuk.

A kemény munka után a jól megérdemelt pihenés következett volna, legalábbis fáradt csapatunk ezt hitte, ám a tiszteletes úr és fia



a Maros hajjai közötti csónakázás lehetőségét villantotta fel előttünk. A hullámokkal, habokkal való küzdelemben csónakjaink hol alul, hol felül maradtak, a vizet nem csak evezőinkkel érintettük. Felejthetetlen élményt és ízelítőt kaptunk mi is a cserkészekre váró kalandokból.

Csapatunk két szakácsa, Veress Domokos és Góth Gergő egész héten át szorgoskodott, hogy mindig finom helyi ételeket ehessünk, itt például székelykáposztát, miccset és vinetát, azaz padlizsánkrémet.

FESTŐI TÁJAK ÜZENETE

Július 31-én reggel túrázni indultunk Torockó környékére. Megmásztuk a Székelykövel szemben lévő torockószentgyörgyi vár dombját, majd Torockó műemlék házait csodáltuk meg. A faluban üldögélve megtanultuk a *Fehér fuszulykavirág* kezdetű, Bartók Béla által helyben gyűjtött népdalt. Másnap, a kezünk nyomán tisztává vált és feldíszített templomban, a tiszteletes asszony vezette áhítat után, szállásadóinktól búcsút véve, tovább folytattuk utunkat.

A Kükküllök mentén haladtunk Segesvár felé, ahol a belvárosban fejet hajtottunk Petőfi Sándor szobra előtt.

A Nagy-Kükküllő völgyében kicsi falvakon átutazva székely kapukat csodálhattunk meg, marhacsordák sétálgattak ráérősen a szűk utakon, és a házak homlokzatán megfigyelhettük a kék-arany székely lobogókat. Szálláshelyünk a Hargita-hegységben meghúzózó Lövéte falu melletti Királyfürdőn volt, ahol szürkület után a medvék miatt egyikünk sem merészkedett a kerítésen túlra.

Augusztus 2-án felkerekedtünk, Ivómező felől megmásztuk a Madarasi Hargitát, és a csúcson éneklés és imádság kíséretében elhelyeztük a magunk által faragott kopjafát a sok száz nemzeti színű szalaggal ékesített faragás között. A Hargita tetejéről Erdély hegyeinek léirhatatlan gyönyörűsége tárult a szemünk elé. Leereszkedve a völgybe, a közeli zeteváraljai tó partján, amíg a lányok a vacsorát készítették, a fiúk a tóba ugráltak a víz fölé nyúló faágakra kötött hintáról.

Meredek kaptatókon át, kanyargós úton értük el Székelyvarság faluját, hogy a hegyi legelőn felépített kilátóból még egy pillantást vessünk a Csíki-, a Gyergyói- és a Görgényi-havasokra.

ÉLMÉNYEKEL MEGRAKOTTAN

Másnap reggel szekerünk rúdja már hazafelé fordult. A Sóvidéken áthaladva útba ejtettük az első szakkollégiumi tábor színhelyét, Alsósófalvát. A faluban palacsintafesztivál zajlott éppen. A lelkes asszony szívélyesen megvendéglent bennünket különféle ízletes lekvárokkal töltött palacsintával.

Koronon mindenki vásárolhatott a híres-neves fazekasok portékáiból. A parajdi Sóvölgyben a felzött talajon csúszkálva tettünk egy sétát, a fiúk pedig megmerítkeztek a gyógyhatású iszapos fürdőben, majd jéghideg patakvízzel mosták tisztára magukat. Szováta, Marosvásárhely, Kolozsvár után késő éjjel érkezünk Körösfőre.

Kirándulásunk utolsó napján, augusztus 4-én, vasárnap délelőtt a körösfői református templomban istentiszteleten vettünk részt. A fiatornyos templom belsejét gyönyörű piros-fehér kalotaszegi varrottasok díszítik, és a gyülekezetnek a hagyományokhoz való ragaszkodását mutatja, hogy a férfiak és nők külön foglalnak helyet a padsorokban, és hogy ünnepekkor népviseletben mennek templomba. Ebéd után, Kalotaszegnek búcsút intve, a Sebes-Körös völgyén és a Királyhágón át értünk vissza Debrecenbe. A vasútállomáson búcsúztunk el egymástól.

A túra során két kisbusszal utaztunk. Köszönet illeti a Pándy-Szekeres testvérpárt, Áront és Dánielt, akik nemcsak az autókat vezették, de bennünket is kalauzoltak a túra során, hisz ők voltak a megálmódói és megszervezői ennek a kirándulásnak. Utazásunk megvalósulását a Magyar Protestáns Felsőoktatási Alap támogatta, amit ezúton is hála-lásan köszönünk.

Legyen Istené a dicsőség azért, hogy ebben a csodás élményben részünk lehetett, és együtt járhattunk be megannyi csodaszép helyet.

„A humor mélyen keresztyéni

A humor nemcsak felderít, feszültséget old, hanem sokszor emészthetővé, elfogadhatóvá teszi a kritikát is. A humor leleplezi az önmagát tökéletesnek gondoló embert. A humor sokszor tanít bennünket, és humorral jól lehet tanítani is.

Pálfi Zsuzsannától származik a fenti megállapítás, aki a *Reposzt.hu* oldalon jegyzett írásában hamarosan az egyház vízeire tereli a témát: a humort. A református lelkész úgy véli, a humor nem lehet furcsa, hivataln vendég, idegen a templom környékén.

Somogyi Botond kolozsvári lelkész-újságíró szerint egyesek tévesen azt gondolják, hogy a humor vagy nevetés profán dolog, és nem illik a templomba, az egyházba. Ilyen szempontból a református egyházban sokan mintha a sötét középkorban élnének.

Balog Zoltán lelképásztor, korábbi miniszter még direkter fogalmaz egy Jézus humorát fejtegető előadásában. Szerinte a humor mélyen keresztyéni dolog.

Azonban a hívő emberek sok gátlást és szorongást pakolnak magukra. Pedig jobb lenne „a keresztyénséget vidáman csinálni. Hiszen Isten kimondottan vicces”. Ezt már az egyik népszerű újgenerációs humorista, Kovács András Péter mondja.

A hitbeli elkötelezettségéről ismert stand up humorista, aki egyházi eseményeken is fellép és ilyenkor a rá jellemző vicces formában hitét is megvallja, úgy véli, a keresztyénségben és a humorban közös az, hogy ha bármelyik életidegen lesz, elveszti sava-borsát, jó ízt. Miközben a szívből jövő nevetés nem bűn, hanem sokkal inkább ajándék.



VAN HELYE A TEMPLOMBAN A HUMORNAK?

Somogyi Botond kevesli a humort az egyházból: „Sokszor tapasztaltam, hogy viccel el lehet ütni egy kényes helyzetet, befejezni egy végtelennek tűnő beszélgetést, lefegyverezni egy morcos embert, megpuhítani egy velünk keménykedni akaró hivatalnokot, szóra bírni egy hallgatag vagy félénk gyermeket vagy csak egyszerűen megnevetetni egy szomorú embert. Miért lenne az egyház kivétel?”

Az *Üzenet* főszerkesztője szerint egyértelműen van helye a humornak a templomban és azon belül az igehirdetésben is. Az ember egy jó viccet sokkal hamarabb megjegyez az

igehirdetésből, mint egy izagógikai eszmefuttatást Júda több ezer éve élt királyairól.

De a viccet félretéve: azért megyünk a templomba, hogy Isten igéjét halljuk, hogy övele közösségben legyünk, a gyülekezettel együtt imádkozzunk. Ám ha minduntalan csak azt halljuk, hogy az Urat félni kell, hogy bűnösök vagyunk, és csak a kárhozatra vagyunk jók, ha minden fekete és sötét, senki sem nevetgethet vagy mosolyoghat, akkor hogyan tudunk feltölteni egy hétre lelkileg?

A jó közérzethez elengedhetetlen a felszabadultság, az örömezés. Másképp Pál apostol sem írta volna a filippibelieknek, hogy „örüljete az Úrban mindenkor; ismét mondom, örüljete!” (Fil 4,4) – mondja a kolozsvári lapszerkesztő.

Ha végigvesszük a Kárpát-medencei egyházi lapokat, látni fogjuk, hogy a legtöbb kiadványban ritka vendég a humor. Szerzőtől és személyiségtől függ, mennyire enged teret humorának egy-egy véleménycikkben, kérdésben vagy válaszban.

Magam a *Reformátusok Lapja* leghumorosabb rovatának a gyermekoldalt tartom, kedves, vicces magyarázataival, ami egyúttal finom kritika is. A *Híd* evangélikus magazin már kezdettől teret ad a keresztyén humornak, akár gyülekezeti anekdoták, akár német keresztyén lapokból átvett karikatúrák által.

Ma már sokan, sokféle módon igyekeznek összegyűjteni az egyház életéből vett anekdotákat. Az *Üzenet* ezekből közöl folyamatosan. A lap szerkesztője úgy véli: Léteznek azonban olyan farizeusok, álszentek, akik nem látják szívesen a viccet a sajtóban. Mintha az valami nagy bűn lenne. Az egyházi kalendáriumokban is akad viccrovat,



dolog”, avagy az egyház humora

de általában a humor csak elvétve és nagyon gyenge hangsúllyal, utolsó vagy utolsó előtti helyen kap szerepet bennük.

MIÉRT TARTUNK A NEVETÉSTŐL?

Miközben a történelmi egyházak lelkészei, papjai között a magánéletben, egyéni beszélgetésekben rengeteg jó humorú embert ismerünk, ugyanők sok esetben az istentiszteleten már nem jelenítik meg humorukat.

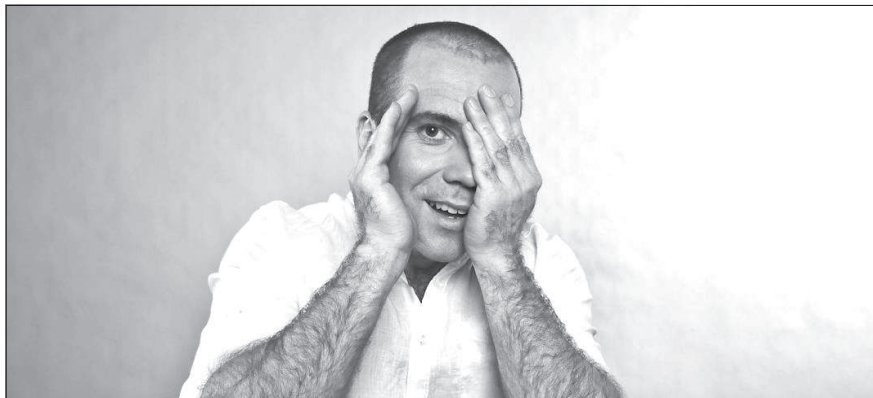
Ezt az *Üzenet* főszerkesztője is megerősíti: „Találkoztam olyan magukat kegyesnek valló személyekkel is, akik »halál komolyak« a templomban, igehirdetés közben vagy a hivatalos beszéd során, s akik ilyenkor a viccet is megvetik, ám az asztalozás közben a legtrágárabb, legsikamlósabb vicceken röhögik magukat a szék alá. Az ilyen kétszínű, álszent emberektől mentse meg minket a Fennvaló.”

Mintha évszázados rögzülés lenne ez. Mintha az istentiszteleten elfogadhatóbbnak tartanánk a síró embert, mint a nevető vagy mosolygó résztvevőt. Mintha az a kép élne bennünk, hogy a nevető, tétet csapkodó vagy akár csak elmosolyodó embereknek a szabadabb kereteket nyújtó neoprotesztáns kis- és nagyegyházakban van a helyük. Mintha attól tartanánk, az istentiszteleti humor zsákutca, ingtag talaj, amelyen egyszerűen könnyen elmerülhetünk. Nehogy a hívek azt mondják: no, ez a pap elviccelte a dolgot.

Nem csoda, sok rossz példa is van előttünk. A humort sok esetben ízléstelenül, viszsztatetsző, provokatív és egyházzellenes módon látjuk tálnai a világban. Persze jó példák is akadnak. Sokan nem kizárólag az ökumené miatt hívnak meg római katolikus papokat vendégszolgálatra, hanem azért is, mert köztudomásúlag kiváló humoruk van, aminek nemcsak a terített asztal mellett, de a szószéki prédikációban is teret engednek.

JÉZUS HUMORA: FINOM, IRONIKUS, VISSZAKÉRDEZŐ

De térjünk vissza Balog Zoltánhoz, milyenek is tartja Jézus humorát. „Ez a fajta hi-



hetetlen finom, kicsit ironikus, visszakérdező humor ott van Jézus cselekedeteiben, példázataiban is, csak olyan távol vagyunk attól a kulturális közegetől, hogy nem fedezzük fel és nem értjük.

Ma inkább a harsányság, a másoknak a gyalázása számít viccnek. Ezt az egészen mély derűt, ami Jézus történetei mögött van, kevésbé érzékeljük. A humor azt jelenti, hogy van az életnek sója, van az életben íz. Ez a szellemi só az, ami többé teszi az életet, mint egyszerű vegetálás, úgyhogy ilyen értelemben a lélek fürdője. Ha a keresztyénség unalmas, beszűkült és másokat is unalomba kergető hit, akkor hiányzik belőle valami, ami Jézusnál megvolt. Ezért érdemes felfedezni ezt a szelíd humort, ami nem megaláz az emberi méltóságunkban, hanem rámutat az életünk fonákságára, képmutatásainkra, ahogy ezt Jézus tette példázataival is.”

Hogyan látja mindezt egy stand upos? Az evangélikus Kövesdi Miklós Gábor szerint Jézus rengeteg humorral volt megáldva, bár ezt vicces így mondani, hiszen ő isteni személy, és hát a humort is Isten teremtette. Jézus humora ugyanakkor szeretetteljes humor. Ő sosem bántott, nem alázott meg senkit.

Az a humor sosem jó, amelyik lefelé mutat! Az a jó, amelyik fölfelé mutat, vagy úgy mutat másokra, hogy magamra mutatok: én, mi ilyenek vagyunk.

Jézus annak is példája, hogy hogyan kell helyesen humorizálni. És isteni humora van! Kovács András Péter (KAP) is megerősíti ezt.

Ahogy ő fogalmaz: „Isten kimondottan vicces: széttárom a karom és bedobom a gyeplőt, olyan húzásai vannak.”

Több anyaországi humoristáról tudni, hogy elkötelezett keresztyén, aki nem egyszer bizonyosságot is tesz hitéről. Humorba csomagolt megszólalásaik, bizonyágtételük segíthet oldottabbá tenni a hitről, Istenről, egyházzól való gondolkodásunkat.

Ezt Somogyi Botond is megerősíti: „Egy Budapesten élő osztálytársam a Facebookon



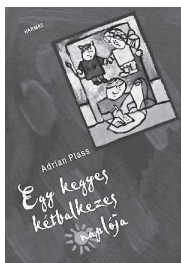
nemrég megosztott egy KAP-videót, amely rendkívül megfogott: megmosolyogtatott és a hit dolgai felől igencsak elgondolkodtatott. Úgyhogy az ilyen humoros, de mély hittel áttelt bizonyágtételt mindenkinek csak ajánlani tudom, hiszen ez nem más, mint orvosság a léleknek.”

A keresztyén humoristák nem bántani, megalázni, gúnyolódni akarnak, hanem nevetetni, esetleg görbe tükröt tartani. Mint ahogy a korábbi nagy sikerű könyvnek, *A kegyes kétbalkezes naplójának* szerzője, Adrian Plass. Kövesdi Miklós Gábor úgy véli, közönsége is érzi, nem az egyes emberek hitén és a Biblián gúnyolódik. Hiszen a Szentírást ő maga is egy olyan abszolút mércének tartja, amely alkalmas arra, hogy akár a mai történetek mellé fokmérőként odaállítva görbe tükröt tarthassunk magunk elé. Úgy véli, a nevetés egy közös kapocs. A nevetésen keresztül a hívők és nem hívők tudnak egy lépést tenni egymás felé.

FÁBIÁN TIBOR

EGY KEGYES KÉTBALKEZES NAPLÓJA

„Nagyon »jó keresztyén lennék«, ha időnként nem zavarnák meg mások az életemet” – örökíti meg az utókor számára naplójában aznapi következtetését kegyes kétbalkezes, alias Adrian Plass. A szentségre őszintén és együgyűen törekvő hősünk mindennapjaiban a magunk gondjait, bajait, örömeit, küszködését és sikereit láthatjuk meg – görbe tükrökben. Aki beleolvas, nem fogja tudni letenni ezt a vidám, önironiával fűszerezett, újabb és újabb csattanókat és – a sorok között megbújva – bölcs belátást kínáló naplót. (Harmat Kiadó, Budapest, 2000)



Bibliafordító a dzsungelben

„Menjete el szerte az egész világba, hirdesétek az evangéliumot minden teremtménynek!” – szól a missziói parancs (Mk 16,15).

Van der Wilden lelképásztor a feleségével együtt komolyan vette: a házaspár misszionáriusként harminc évig dolgozott azon, hogy lefordítsák az Újszövetséget egy pápua törzs nyelvére Indonéziában, ahol több mint hétszázötven nyelvet beszélnek. A nyugalmazzott lelkész vendég-igehirdetőként prédikált a ceglédi evangélikus gyülekezetnek a havonta tartott holland–magyar istentiszteletek szeptember 15-i alkalmán, ezután kérdeztük őt a különös elhívásról.

– A Szélrózsza országos evangélikus ifjúsági találkozó résztvevői találkozhattak a Wycliffe Bibliafordítók Egyesületének standjával, és ha beszélgettek is a fordítókkal, akkor meggyőződhetnek arról, hogy a bibliafordító tevékenysége messze túlmutat a nyelvészeti munkán, jóval szerteágazóbb annál. Ön hogyan lett bibliafordító?

– Először is lenni kell egyfajta késztesnek, tettvágnak, amely túlmutat a „hétköznapi” gyülekezeti munkán. Egy barátunk hívta fel figyelmemet az egyesületre. Frissen végzett teológusként jelentkeztem. Nagy elhatározás volt, hiszen nem kis dologba akarunk belevágni, vállalva azt is, hogy ismeretlen helyen, ismeretlen kultúrába csöppenve éljünk, dolgozzunk, családot alapítsunk, bízva az Úr gondviselésében és vezérlésében.



– **Hogyan zajlott a felkészítés?**

– Először egyéves képzésen vettünk részt Angliában, majd fél éves dzsungeltúlélő tábor következett. Meg kellett tanulnunk teljesen önállónak lenni, és adományokból fedeztük mindennapi életünk, munkánk költségeit. Hálások vagyunk Istennek, amiért megáldotta a munkánkat. Mindig megkaptuk azt az anyagi támogatást, amire szükségünk volt. Nem bővelkedtünk, de szükségét sem szenvedtünk anyai éven át.

– **Miből áll pontosan a fordítói munka?**

– Először meg kellett tanulnunk a kemtuik nyelvet, amelyet egy körülbelül kétezereöt száz lelkes törzs beszél; meg kellett alkotni az ábécét, a nyelvtant, és azután kezdődhetett csak a tulajdonképpeni fordítói munka. Ez így nagyon dióhéjban van összefoglalva, hiszen írni-olvasni is meg kellett tanítanunk egy voltaképp a kőkorszakban élő törzset. Olyan, számunkra alapvető dolgokra kellett megtanítani őket, mint például hogyan kell könyvet lapozni. Azóta persze

őket is utolérte a civilizáció minden „áldása”, most már többen mobilalkalmazásról olvasák a Bibliát.

– **Voltak segítők?**

– Lettek. Különleges élmény volt számunkra, hogy még munkánk elején elvetődött a dzsungel közepébe egy nyelvészprofesszor, aki a feleségével együtt a vietnámi háború miatt menekült hozzánk. Hatalmas segítséget kaptunk tőlük munkánk lingvisztikai szerkezetének kialakításához, újabb jeleként az isteni gondviselésnek.

– **Nem a teljes Bibliát, hanem az Újszövetséget fordították. Milyen eszközökkel?**

– Bár az Újszövetség fordítása is hatalmas feladat, abból a szempontból könnyebb dolgunk volt, hogy számítógép, technikailag egyre több és jobb eszköz állt rendelkezésünkre. Napelem segítségével áramunk is lett egy idő után, a postánkat pedig kéthetente kisrepülőből dobták le nekünk. Isten közben négy gyermekkel áldott meg bennünket. Miattuk pár évre megszakítottuk a munkánkat, mert középiskolába mindenképp Hollandiában akartuk őket járatni. Addig távmunkában, lassabb tempóval dolgoztunk, az általunk képzett pápua segítők közreműködésével. A fotón ők láthatók mellettünk. A kép azon a napon készült, amikor ünnepélyes keretek között átadtuk a Fülöp-szigeteki nyomdából frissen átrepített Újszövetséget. Az alkalmon több százan vettek részt. Nagyon örömteli, áldott nap volt.

EVANGELIKUS.HU

Megszerettetni a mozgást a legkisebbekkel is

Hatodik alkalommal rendezte meg a Csemete óvoda az oviolimpiát 2019. november 14-én Kolozsváron, idén 21 csapat részvételével. A kolozsvári és vidéki óvodákból összeálló társaság létszáma meghaladta a százat, és ügyességi, gyorsasági és odafigyelést igénylő feladatokkal, nagy zsvajban, nevetéssel tölthették együtt a délelőttöt.

Az oviolimpia gondolata hat évvel ezelőtt született meg a 22 éve működő Csemete óvodában. „Egyre inkább azt figyeltük meg, hogy a gyerekeket autóval hozzák óvodába, azzal is mennek haza, esetleg kirándulni is, és néha azt vettük észre, hogy szinte nem tudnak sétálni. Arra gondoltunk, hogy fejleszteni kellene a mozgáskultúrát, de vonzó lehetőséggel kellett előrukkolnunk, amivel meg tudjuk nyerni a gyerekeket” – idézte fel a kezdeteket Lészai Lehel lelképásztor, szervező.

Hozzátette: fontos már gyermekkorban tudatosítani a mozgás fontosságát, megszerettetni a kicsikkel a sportot, így egész éle-



tükben fogják gyakorolni – erre jó példa az oviolimpia, ahol csapatban vannak, versenyeznek, lelkesítik, buzdítják egymást.

Lészai Lehel a 2Tim 2,5 verssel indította a napot: „Ha pedig versenyez is valaki, nem nyer koszorút, ha nem szabályszerűen versenyez.”

A versenyszámokat Kovács Éva testnevelő tanár vezette, és arra biztatta az óvónőket,

hogy az intézményekbe visszatérve ismételjék meg gyakrabban ezeket az egyszerű, de rendkívül hatékony gyakorlatokat.

A versenyszámok között volt akadálypálya, célba dobás, egyensúlyozás és váltófutás, a kicsik mellett pedig az önkéntesek és az óvónénik meg óvá bácsi csapata is beszállt a versenybe. A móka viszont ezzel nem ért véget, Szabó Kinga vezetésével még egy nagy közös éneklésen, táncoláson is lelkesen részt vettek a gyerekek.

Minden résztvevőt oklevéllel, éremmel, a csapatokat serleggel, pizzával jutalmazták.

Előző nap paralimpiai játékokat tartottak, ahol a városos magyar mozgássérült, fogyatékkal élő fiataljai gyűltek össze. Az ötödijére megrendezett eseményre hét szervezet közreműködésével 48 résztvevő érkezett, így találkozhattak sorstársaikkal, bátoríthatták egymást, feltöltődhettek, és végre nem csak a tévében követhették a paralimpiai versenyszámokat.

BEREKÉRI GABRIELLA

Keresztyén hírharang, avagy elgondolkodtató tények a világból

PROTESTÁNS A 2019. ÉVI NOBEL-BÉKEDIJAS: AZ ETIÓP MINISZTERELNÖK

Az afrikai kontinens északkeleti szarván található Etiópia és Eritrea megbékélésének elősegítéséért végzett fáradhatatlan munkálkodása elismeréseként kapta meg idén a Nobel-békedíjat Etiópia miniszterelnöke, Abiy Ahmed.



helyreállították. A két ország közötti sokéves konfliktusban mintegy 80 000 ember vesztette életét a határvidéken, a villongások fő területén.

Ahmed miniszterelnök több ezer politikai fogolyt adott amnesztiát, megszüntette a teljes médiakontrollt, az ellenzékiek működését legalizálta, a hadseregben helyreállította a fegyelmet. Vallási tekintetben is nagyon aktív, hiszen a kettészakadt Etiópiai Ortodox Egyház elkülönült részei közötti megbékélést eredményesen segítette. Ezzel az 1991 óta fennálló egyházszakadás fájdalmas sebeit kezdte gyógyítani.

Ahmed protestáns hívő, a pünkösdi egyház tagja. Maga is szívesen tart igehirdetéseket, energikus, szenvedélyes bizonyágtévője az evangéliumnak és Jézus Krisztusnak. Amikor tudomására hozták a Nobel-békedíj odaítélését, ennyit mondott: „Ez a magas elismerés Etiópiának és az afrikai kontinensnek szól.”

A *christianheadlinse.com* keresztyén világhírportálon a friss Nobel-békedíjas nyilatkozott arról, hogy még igen sok tennivaló van a törekény béke megerősítéséért, valamint azért, hogy a jelentős és nélkülözhetetlen reformokat be tudják vezetni és tartósan működtetni is tudják.

A 43 éves Ahmed 2018 áprilisa óta igazgatja Etiópiát, azóta többször találkozott Eritrea elnökével. Megnyitották a légi közlekedést és a távközlési kapcsolatokat is

A VILÁG LEGTISZTÁBB VÁROSA AZ „EVANGÉLIKUS” KOPPENHÁGA

A brit *The Guardian* című lap hosszú cikkben számol be arról, hogy a dán főváros, Koppenhága a világ első olyan városa, ahol a szén-dioxid-szennyeződést nagyon alacsony szintre sikerült leszorítani.

Erőteljes mértékben és mennyiségben növelték a városban a zöld területeket, és fegyelmzett szénszemlegesítéssel azt is tervbe vették, hogy 2025-re csaknem teljesen tiszta levegőjű várost alakítanak ki. Ezt a tervet már 2009 óta igyekeznek következetesen megvalósítani.

A város körül a tengeri széljárás befogásával 100 szélturbinát hoztak létre, 20%-kal csökkentették a fűtési és elektromosenergia-szükségletet, a belvárosi közlekedés 75%-a kerékpáron, gyalogosan és környezetkímélő tömegközlekedéssel valósul meg.

Hatezer négyzetkilométernyi napelemes panelt helyeztek el. Ezzel olyan klímaprojektet alakítottak ki, amely a világ más részeinek is például szolgálhat. „A fenntarthatóság és az élhetőség szempontjai alakítják városunkat” – nyilatkozza a BBC-nek Kjeldgaard klímatervező mérnök. Mindezt úgy sikerül megvalósítani, hogy „gazdag ország vagyunk, ahol az elődök fegyelmzett, városzerető és az evangélikus hitben gyökerező természet- és élettisztelete együttesen megteremtette az élhető és szép városi környezetet” – nyilatkozza egy műbútorasztalos.



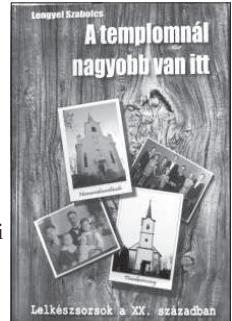
A dán vállalatok többsége családi tulajdonban van, s a családok életkultúrájában benne van a hosszú távú gondolkodás, a felelősség is.

Rovatvezető: DR. BÉKEFY LAJOS

A templomnál nagyobb van itt. Lelkészsorsok a 20. században

Lengyel Szabolcs
KÖNYVÉNEK
ISMERTETÉSE

Többgenerációs református lelkészcsalád sorsának tükré a könyv, amely családi krónika és egyben egyháztörténeti kordokumentum is.



A kötet az 1959-ben mártírhalált halt Lengyel László tiszakerescenyi református lelképásztor édesapának állít emléket úgy, hogy az Isten által adott keret, tér, idő és szereplők összessége megformálja a tipikusan magyar, többféle diktatúrát, hatalomváltást elszenvető lelkészcsaládok és gyülekezetek üldöztetésének közelmúltbeli, máig ható krónikáját.

A kötet családi és gyülekezeti tagok visszaemlékezéseiből, levéltári kutatások anyagából, presbiteri gyűlések jegyzőkönyveiből, korabeli fényképekből kerekedik egy századot átölő történetek láncolatává.

A szálak a Trianon előtti Erdélyből, Székelyföldről, a lelképásztor nagypapa, Kórh Béla családjából kiindulva fonódnak össze a Partiumban élő apai ősökével és Szatmár vármegyével, ahonnan a fiatal lelkész házaspár, Lengyel László és felesége a román kommunista megtorlás elől menekülve a szovjetromán-magyar határ magyarországi szögletében, egy északkelet-magyarországi kis faluban, Tiszakerescenyben talál ideig-óráig nyugalmat.

„Ha engemet üldöznek, titeket is üldözni fognak” jézusi figyelmeztetés, országhatárokat átlépve, itt is hamarosan valósággá lett az ötvenes évek egyházüldöző politikai világában. A megfigyelés, a félelem, az elszegényedés a mindennapok része volt, a gyermekek is átélték lelképásztor édesapjuk zaklatását, elhurcolását, korai halálát.

Az özvegyen maradt édesanyára hárult a hat gyermek nevelése, taníttatása. Sokféle hátratételek szembesültek, továbbtanulásukat gáncsolták, de megtapasztalták a hívő nép szerető gondoskodását és az Isten ígéretébe, ígéreteibe és egymásba kapaszkodás csodálatos ajándékát is.

A könyv anyagát az árván maradt hat gyermek egyike, a most már nagypapa korú Lengyel Szabolcs, Kisvárdán élő mérnök állította össze. Olvasásra ajánljuk mindazoknak, akik a közelmúlt történéseit hiteles forrásból kívánják megismerni.

PÁNDY-SZEKERES ANNA

Templomok kazettás mennyezetei által ihletett kifestőkönyv jelent meg

Gyermekkel próbálja megismertetni a templomok kazettás mennyezeteinek motívumkincsét az a kétkötetes kifestőkönyv, amelyet a Johannita Lovagrend adott ki, és amelyet Soltész Miklós budapesti államtitkár jelenlétében mutattak be Nagyváradon, a Csillagocska református zeneóvodában.



A kifestőkönyv páros oldalain egy-egy templomi kazetta reprodukciója, a mellettük lévő páratlan oldalakon pedig a minta megrajzolt körvonalai láthatók, s a gyermekek kiszínezhetik.

Minden kazetta alatt rövid leírás olvasható arról a templomról, amelynek mennyezetén a kazettának nevezett négyszögletű, festett fafelület látható, valamint rövid ismertető olvasható a kazettában használt szimbólumokról. A könyv végén egy térképen kikereshető az a település, amelyen a templom áll.

A kifestőkönyvet a 93 éves Tomcsányiné Szemere Sarolta nyugalmazott könnyűipari üzemérmény, aranykoszorús kézművesmester, a templomi kazettás mennyezetek szakértője készítette. A könyvben elsősorban református és unitárius templomok kazettái szerepelnek, de evangélikus és katolikus templomok motívumai is előfordulnak.

„Egy ilyen kifestőkönyvből a gyermekek játszva tanulják meg, hogy a magyar egyháztörténetben, kultúrában mennyire fontosak ezek a kazettás mennyezetű templomok, és mennyire különleges, hogy ugyanaz a minta egy templomon belül többször nem jelent meg, hogy minden kazetta egyedi” – magyarázta az MTI-nek a könyvbemutató után telefonon Soltész Miklós, a magyar miniszterelnökség egyházi és nemzetiségi kapcsolatokért felelős államtitkára.

A kifestőkönyvet tízezer példányban nyomtatták ki, és a Kelet-Magyarországon, Erdélyben és Partiumban, valamint Kárpátalján élő gyermekek kapják meg. A kifestőkönyvet Tomcsányi István, a Johannita Lovagrend magyar kommandátora mutatta be.

SZEMLELEK.NET

Közös felelősségvállalás

A közös külkapcsolatok kérdésével és a 2020. évi egységünnep előkészületeivel kiemelten foglalkozott a Generális Konvent elnöksége november 11-i és 12-i ülésén. A Kárpát-medencei református egyházak hivatalban lévő püspökeit és főgondnokait tömörítő testület legutóbbi tanácskozásának a Királyhágómelléki Református Egyházkerülethez tartozó Szödemeteren májusban átadott Kölcsey-emplékház adott otthont.

Az elnökségi ülésen szó volt a többi között a 2020. évi tervezett kiemelt programok előkészületeiről – köztük a magyar református egység napjának eseményeiről, ezeket május 23-án Marosvásárhely látja vendégül, a Kárpát-medencei református önkéntes napokról, a Szeretethídról, ezt egy héttel korábban, május 15–16-án tartják, valamint a július 3–5. között Grazban sorra kerülő 10. Közép-európai Keresztyén Találkozóról –, a Magyar Református Egyház költségvetéséről és a közös külkapcsolatokkal összefüggő kérdésekről.

Az elnökség 2018-ban döntött tematikus elnökségi ülésekről, ezeken egy-egy témával külön tanácskozás keretében részletesebben foglalkoznak. Most ilyen módon a közös külkapcsolatok kerültek napirendre, visszatekintve a Magyar Református Egyház egységében eltelt elmúlt évtizedre is.

A Generális Konvent külügyi hálózata révén megvalósuló együttműködés kapcsán elhangzott, hogy a külkapcsolatok alakítása során felelősséggel tartoznak a magyar reformátusság egészének, és a magyar református egység magától értetődő valóságát képviselik és érvényesítik minden lehetséges alkalommal. Jó példa erre egyebek mellett a közös tagdíjfizetés és jelöltállítás a nemzetközi szervezetekben, a közös nyilatkozatok, a nemzet-

A GENERÁLIS KONVENT a Kárpát-medencei református egyházak közös képviselői testülete. Feladata a közös alkotmány és közös törvények előkészítése, a közös ügyek koordinálása, az egység munkálása. Ennek ügyvivő testülete a Kárpát-medencei református egyházak hivatalban lévő püspökeit és főgondnokait tömörítő elnökség, melynek feladata a közös ügyek intézése. A testület szükség szerint, de évente legalább háromszor ülésezik.

közi szolidaritás koordinálása, a diaszpóra egyházak és gyülekezetek közös gondozása, valamint az utóbbi években a közös felelősségvállalás a Közel-Keleten.

EGYMÁS TERHÉT HORDOZVA

Az elnökség döntése nyomán a Kárpát-medencei Református Oktatási Alap 2019-ben is adománygyűjtést hirdet a Kárpát-medence református oktatási intézményeiben. Az oktatási alap működésének 10. adománygyűjtési időszakában a támogatók figyelmét és együttérző szeretetét a Szíriai Örmény Református Egyház háborús körülmények és üldöztetések között oktatónévelő szolgálata felé

kívánja fordítani, kiemelt célként az egyház által működtetett Damaszkuszi Keresztyén Általános Iskola (Evangelical Elementary School – Damascus) felújítását és működési feltételeinek jobbítását meghatározva.

Az oktatási alap gyűjtéséhez csatlakozva közel százezer forintnyi adományt adott át Bara Lajos István, a Királyhágómelléki Református Egyházkerület főgondnoka, a Zilahi Református Wesselényi Kollégium igazgatója. Ezt az összeget az oktatási intézmény új épülete alapkövének ünnepélyes elhelyezése alkalmával gyűjtötték.

REFORMATUS.HU



Bibliai gondolatok az imahét napjaira

1. nap. Megbékélés: A rakomány kidobása

ApCsel 27,18-19.21 – „A vihar hevesen hányt-
vetett bennünket, ezért másnap kidobál-
ták a hajóterhet, harmadnap pedig a hajó
felszerelését dobálták ki saját kezükkel...”

Zsolt 85; Lk 18,9-14

Magyarázat: Különböző egyházakból és ha-
gyományokból érkező keresztényekként
sajnos évszázadok alatt felgyülemlett
terhet cipelünk, amely kölcsönös bizal-
matlanságból, keserűségből és gyanak-
vásból áll össze. Köszönjük az Úrnak az
elmúlt században létrejött ökumenikus
mozgalom megszületését és növekedé-
sét. Nem hagyhatjuk, hogy múltunk
terhei akadályozzák az egymáshoz való
közeledést. Az Úr akarata, hogy elen-
gedjük ezeket, és engedjük Istent mun-
kálkodni!

2. nap. Megvilágosodás: Krisztus világossá- gának keresése és megmutatása

ApCsel 27,20 – „Mivel pedig sem a nap, sem
a csillagok nem látszottak több napon
át, és erős vihar tombolt, végül elveszett
megmenekülésünk minden reménye.”

Zsolt 119,105-110; Mk 4,35-41

Magyarázat: Krisztus a mi világosságunk és
vezetőnk, nélküle rossz útra tévedünk.
Amikor a keresztények szem elől té-
vesztik Krisztust, erősödik a félelem és
a megosztottság. Amikor Krisztus vilá-
gosságát keressük, közelebb kerülünk
egymáshoz. Így még tisztábban tükröz-
zük ezt a fényt, és valóban Krisztusnak,
a világ világosságának jelévé válunk.

3. nap. Reménység: Pál üzenete

ApCsel 27,22.34 – „Én azonban most is azt
tanácsolom nektek, hogy bizakodjatok,
mert egy lélek sem vesz el közületek, csak
a hajó... mert közületek senkinek sem
esik le egyetlen hajszál sem a fejről.”

Zsolt 27; Mt 11,28-30

Magyarázat: Mi keresztények különböző
egyházakhoz és hagyományokhoz tar-
tozunk, amelyek nincsenek teljesen egy-
másra hangolódva. Imádkozunk tehát
a látható egység ajándékáért, tegyük ezt
állhatatos hittel, kitartó türelemmel és
reményteljes várakozással, Isten szerető
gondviselésében bízva.

4. nap. Bizalom: Ne félj, csak higgy!

ApCsel 27,23-26 – „Mert ma éjjel elélem állt
annak az Istennek az angyala, akié va-
gyok, és akinek szolgállok. Ez azt mon-
dta: Ne félj, Pál...”

Zsolt 56; Lk 12,22-34

Magyarázat: A vihar közepette Pál bátorítá-
sa és reménysége ellentmond útitársai



félelmének és kétségbeesésének. A szo-
rongással teli világban arra hívtunk,
hogy Isten szerető gondviselésében biz-
va reményt mutassunk. Nem fogunk
megfúladni vagy elveszni, mert az Ő
megingathatatlan szeretete örökké tart.

5. nap. Erő: a kenyér megtörése az útra

ApCsel 27,33-36 – „Addig pedig, amíg vir-
radt, Pál mindnyájukat arra biztatta,
hogy egyenek...”

Zsolt 77; Mk 6,30-44

Magyarázat: Pál hívása az étkezésre buzdí-
tás azoknak, akik a hajón vannak, hogy
erőt gyűjtsenek ahhoz, ami rájuk vár. A
kenyér elfogadása magatartásuk megvál-
toztatását jelzi. A hajón lévő emberek a
kétségbeeséstől eljutottak a bátorságig.
Az eukarisztia vagy úrvacsora ehhez ha-
sonlóan enniadót ad az útra, és mind-
annyiszor az Istenben való életre vezet.
Erőssé tesz minket. A kenyér megtörése
– a keresztény közösség életének és is-
tentiszteletének középpontja – felkészít
a keresztény szolgálat iráni elkötelezett-
ségre. Várva várjuk azt a napot, amikor
minden keresztény ugyanahhoz az úrva-
csorai asztalhoz telepedhet, és erőt merít-
het az egy kenyérből és az egy pohárból.

6. nap. Vendégszeretet: a nem mindennapi emberség bemutatása

ApCsel 28,1-2.7 – „Miután megmenekültünk,
akkor tudtuk meg, hogy Máltának bújáék
ezt a szigetet. A barbárok nem mindennapi
emberséget tanúsítottak irántunk...”

Zsolt 46; Lk 14,12-24

Magyarázat: A tengeri vihar megpróbálta-
tásai és megrázkódtatásai után a sziget
lakói felajánlották segítségüket a partra
vetetteknek, s azok így megtapasztalták
a nem mindennapi emberséget. Az ilyen
emberség közös emberségünkre mutat.
Az evangélium azt tanítja, hogy amikor a
bajban lévő emberekről gondoskodunk,
Krisztus iránt tanúsítunk szeretetet (vö.
Mt 25,40). Továbbá amikor szeretettel-
jes emberséggel fordulunk a gyengékhez
és kisemmizettekhez, Isten szívéhez han-
goljuk szívünket, hiszen nála különleges
helyük van a szegényeknek. Az idege-
nek fogadása, legyenek más kultúrájú-

ak vagy más hitűek, bevándorlók vagy
menekültek, egyrészt azt jelenti, hogy
magát Krisztust szeretjük, másrészt pe-
dig azt, hogy úgy szeretünk, mint Isten.
Keresztényként arra hívtunk, hogy
álljunk elő a hitben, és azokat is érjük
el Isten mindenre kiterjedő szeretetével,
akiket nehezen tudunk szeretni.

7. nap. Megtérés: szívünk és elménk megvál- tozása

ApCsel 28,3-6 – „Amikor Pál összegyűjtött
egy csomó rőzsét, és a tűzre tette, a me-
leg miatt egy vipera búj ki belőle, és a
kezébe mart...”

Zsolt 119,137-144; Mt 18,1-6

Magyarázat: A helybeliek rájöttek, hogy Pált
tévesen bélyegezték meg gyilkosként,
így megváltoztatták véleményüket. A
különös esemény a viperával lehetővé
teszi a szigetlakók számára, hogy más-
képp lássák a dolgokat. Így felkészít-
heti őket arra, hogy Pál által Krisztus
üzenetét hallják. Keresztény egységünk
és megbékélésünk keresése során gyak-
ran szembesülünk azzal a kihívással,
hogy mit gondoljunk mások hagyomá-
nyairól és kultúrájáról. Ez folyamatos
Krisztushoz tértést követel azért, hogy az
egyházak megtanulják leküzdeni mások
fenyegetésként való felfogását. Ennek
eredményeképpen el fogjuk vetni má-
sok lenézését, és közelebb kerülünk az
egységhez.

8. nap. Nagylelkűség: elfogadás és adás

ApCsel 28,8-10 – „Történt pedig, hogy Pub-
liusz apja lázrohamoktól és vérhastól
gyötörve ágyának esett. Pál bement hoz-
zá, és miután imádkozott, rátette a ke-
zét, és meggyógyította...”

Zsolt 103,1-5; Mt 10,7-8

Magyarázat: Ez a történet adással és elfo-
gadással van tele: Pál nem mindennapi
emberségben részesült a szigetlakóktól.
Meggyógyította Publiusz apját és máso-
kat is. Miután mindenüket elveszítették
a viharban, a kétségbeesésben befoga-
dott ember bőséges ellátást kap, amikor
útnak indulnak. Keresztényekként nem
mindennapi emberségre hívtunk. De
ahhoz, hogy adjunk, először meg kell
tanulnunk elfogadni – Krisztustól és
másoktól. Gyakrabban, mint gondol-
nánk, más, tőlünk különböző emberek
emberséges, jó szándékú cselekedete-
inek elfogadói vagyunk. Ezek a csele-
kedetek az Úr nagylelkűségére és gyó-
gyítására mutatnak. Mi, akiket az Úr
meggyógyított, felelősek vagyunk azért,
hogy továbbadjuk azt, amit kaptunk.

Provokáló az „isteni tornacipő”

SZENTELTVÍZZEL TÖLTÖTT ÉS FESZÜLETTEL DÍSZÍTETT SNEAKERREL ROBBANT A NIKE

Gyakran vitákhoz vezet, ha valaki vallási vagy nemzeti jelképeket újraértelmezve használ fel a divatban – öt évvel ezelőtt például a DRK egyik pólója okozta egyesek felháborodását: egy Szent Koronát viselő Kossuth volt látható rajta. A felhördülés hatására a DRK akkor vissza is vonta a vitatott kollekciót.



Tőlünk nyugatra gyakrabban jelennek meg vallási és nemzeti tematikájú popkulturális termékek, mint a Nike hófehér sneakere, amelyre egy feszületet ábrázoló ékszert helyeztek, a sarkába pedig szenteltvizet injektáltak.

Az isteni cipőt a brooklyni MSCHF dizájn cég gyártotta, s mindössze huszonnégy pár készült belőle. A háromezer dolláros, átszámítva nagyjából 13 ezer lejes cipőket néhány perc alatt elkapták. A kollekciót egyébként azzal a céllal hozták ki, hogy kifigurázzák azt az utóbbi időben elterjedt szokást, hogy két ismert márka kollaborálva dob piacra termékeket.

Daniel Greenberg, az MSCHF kereskedelmi igazgatója a New York Postnak mesélte el, hogy amikor az Adidas és az Arizona Iced Tea üdítómárka előálltak egy közös cipőkollekcióval, úgy érezték, hogy muszáj valahogy görbe tükröt mutatniuk az abszurd fogyasztói kultúrának.

Ehhez pedig a történelem legsikeresebb influencerehez, Jézushoz fordultak.

Greenberg azt mondja, zsidóként nem sokat tudott Jézusról, de azt igen, hogy tudott a vízen járni. Ezért találták ki, hogy minden idők legkatolikusabb edzőcipőjének légtalpába szenteltvizet fecskendeznek. A víz egyébként egyenesen a Jordán folyóból származik, Greenberg egyik Izraelben élő barátja küldte el Amerikába, ahol aztán egy pap megáldotta.

NOIZZ.HU

Öt perc idegeskedés akár hat órára is leállíthatja a teljes immunrendszert

A 76 éves Dumitru Constantin Dulcan neurológus valami olyat fedezett fel, ami miatt gyógyszeripari vállalatok támadják. Külső hatások tartanak minket stresszben, és ez generálja a különféle betegségeket, a gyengülő immunrendszert?

A neurológus már 1981-ben megírta az *Inteligența materiei* – azaz szabad fordításban Az anyag intelligenciája – című könyvét, s jelentősen felkavarta vele a román tudományos élet állóvizét.

A stressz egy fizikai vagy érzelmi traumára adott reakció, amely hat az idegsejtek működésére, a DNS-re, illetve az immunrendszerre. A stressz például blokkolja az idegsejtképződést, aminek következtében időskorban Alzheimer-kór alakulhat ki.

A stressz a DNS-lánc megváltoztatásában is szerepet játszik, ezért lehetséges az, hogy stresszes körülmények között valaki hamarabb megöregszik, egyszerűen leépül.

Ami az immunrendszer működését illeti, egy ötperces dühroham, erős stresszhatás akár öt-hat órára blokkolhatja az immunrendszer aktivitását. Ez pedig azt jelenti, hogy leáll a limfocita sejtek képződése, így a kórokozók könnyebben bejuthatnak a szervezetbe, ahol betegségeket robbanthatnak ki.

A professzor úgy véli, hogy a mai modern társadalom is hozzájárul a stressz kialakulásához. Rengeteg előnye van a technológiai fejlődésnek, de a gyorsaság, amivel ez az iparág halad előre, meghaladja a biológiai



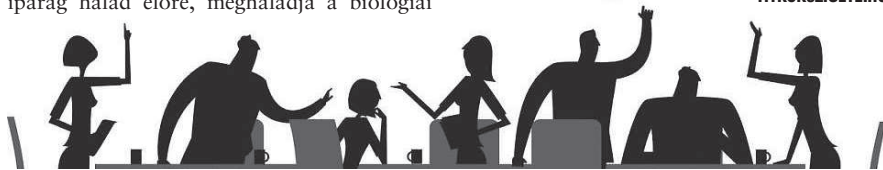
alkalmazkodóképességünket. A médiából származó rengeteg negatív hírt képtelenek vagyunk feldolgozni, ezek mind leülepsznek bennünk.

Mit lehet tenni, hogy ezen stresszhatások ellen hatékonyan védekezni tudjunk?

„Minden embernek azt tanácsolom, hogy változtasson a gondolkodásmódján – jelentette ki. – Törekedjen arra, hogy ne stresszelje a mellette élő embert, mert ha én stresszessé válok, akkor a környezetem is azzá válik.”

Ha ez sikerül, akkor máris sokat tettünk az egészségünkért, a lelki harmóniánk megteremtéséért. Ezeket tartjuk észben minden nap, és gondoljuk végig azt, hogy megéri-e idegeskedni vagy stresszel teli életmódot folytatni. Ugyanis ha igazak a professzor állításai, akkor a stressz és a harag tulajdonképpen, ha csak közvetve is, de öl...

TITKOSZIGETE.HU



Fricska – Szellemes „visszatérés”

Épifánia (vízkereszt, az Úr megjelenése) vasárnapján a lelkipásztor nagy lelkesedéssel beszél prédikációjában Jézus nyilvános szolgálatának a jelentőségéről. Teszi mindezt nem szabadon, hanem a Bibliájába gondosan elhelyezett jegyzetek segítségével.

A nagy magyarázás közepette összekeverednek a jegyzetei, de látszólag ez nem zökkenti ki őt a prédikálásból. Am egyszerűen csak elveszti a jól felépített beszéd fonálát, s

ahogyan jegyzeteiben keresgélgni kezd, minden lap a szöszék padlójára hull. Az egyetlen megoldás: lehajolni és sorba rendezni a lapokat. A hívek csodálkozására ez meg is történik. Am amikor felegyenesedik a lelkész, a következő mondattal veszi fel ismét a prédikáció fonálát:

– Nos, kedves testvérek, Jézus Urunk is nagyjából ennyi ideig lehetett a víz alatt, amikor megkeresztelték.



HARANGSZÓ

A Királyhágómelléki Református Egyházkerület gyülekezeti lapja
ISSN 1221-0323



www.facebook.com/harangszo

Felelős szerkesztő: Ghittea-Szabó József Levente. Hírszerkesztő: Tokár Sándor. Tördelőszerkesztő: Petrikó Ildikó. Korrektor: Megyesi Antónia. Szerkesztőbizottság: Békefy Lajos, Fábán Tibor, Tokár Sándor, Tötös Beáta, Visky István, Wagner Erik.

Szerkesztőség: BH-410202 Nagyvárad, Sulyok István u. 9. sz. Tel.: 0726242824, 0259435386. E-mail: harangszo.ujtag@gmail.com

Honlap: www.krek.ro, www.facebook.com/harangszo, www.harangszoujsag.wordpress.com.

Készült a Királyhágómelléki Református Egyházkerület Szenci Kertész Abraham Nyomdájában. Felelős vezető: Wagner Erik. A lap terjesztése a lelkesi hivataloknál keresztül történik. A szerkesztőség fenntartja magának a jogot, hogy a beérkező irásokat rövidített és szerkesztett formában közölje. Meg nem rendelt kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza.