



Belvárosi Harangszó

A SARKAD-BELVÁROSI REFORMÁTUS EGYHÁZKÖZSÉG IDŐSZAKOSAN MEGJELENŐ LAPJA

XI. évfolyam 3. szám

2023. május

Kedves Olvasó!

Az emberi lelkesedés különös dolog. Nem lehet mérni, nem tudjuk, hogy valaki mikor lesz lelkes, és mikor nem. Vannak ugyan olyanok, akiket már annyira ismerünk, hogy tudjuk, miért lelkesedik, mi az, amitől lázba jön, amivel fel lehet benne izzítani a tüzet. Ám azt magunkon is tapasztaljuk, hogy van olyan élethelyzet, amikor szinte semmi sem tud lelkesíteni, semmi nem tud motiválttá tenni bennünket. Lelkesedésünk alábbhagy, megfáradunk. Nem megyünk, ha hívnak, nem mozdulunk, mert nincs belső vágy, a belső tűz szinte kialszik bennünk.

Az emberi lelkesedés hullámzó, hol jobban, hol kevésbé van jelen az életünkben. Hol pozitívan éljük meg ugyanazt az élethelyzetet, hol negatívan tekintünk előre. Sok minden befolyásolja a lelkesedésünket. Kell hozzá nemcsak az, amit szeretünk csinálni, amiben érezzük, hogy jók vagyunk, hanem kell hozzá a másik ember is. Kellenek a társak, akik biztatnak, akikkel együtt tudunk lelkesedni. Lelkesedésünket olykor épp az fogja vissza, hogy úgy érezzük, ha túlfutunk átadjuk magunkat valaminek, sebezhetővé válunk, s azt érezzük, nem illik ennyire lelkesnek lenni, talán még meg is szólnak érte.

Jézus tanítványaival ezért tudjuk magunkat azonosítani. Ők is bátorítatlanok voltak, és Jézus nélkül nem tudtak lelkesek lenni. A motiválatlanság, a kiegész tipikus pillanata, amikor Péter a halászhálótat mossa. Ám amikor Jézus megszólítja, minden megváltozik. Amikor Jézus a tanítványaival van, akkor ők igazán lelkesek, egészen megváltozik a hozzáállásuk, bár gyakran előtört még belőlük a kétségbeesés, sőt Jézust is meg akarták állítani. Jézus szülei sem értik Jézus cselekedeteit, nem lelkesednek, nem érzik elsöprő erejét, és vissza akarják fogni. Péter is azt mondja egy alkalommal, amikor Jézus előre megmondja, mi fog történni vele, hogy semmiképp nem lehet az. Jézus azonban ellenáll és megálljt parancsol, mert a gonosz szólalt meg akkor, aki meg akarja akadályozni küldetésében. – A magunk alkotta falak mögül próbálunk cselekedni, de épp ezért a saját magunk akadályaiba ütközünk. Lelkesedésünknek épp a magunk korlátoltsága szab határt.

Sok minden történt velünk az elmúlt hetekben. Olyan alkalmak, melyek a lelkünket szólították meg: anyák napja, női konferencia, egészségnap, előadások, igei üzenetek, Szeretethíd... Mind arra volt hívatott, hogy kiszakítson minket a lehúzó erők fogságából, és valami mást, valami többet, szebbet, igazabbat mutasson fel. Figyeljünk jobban befelé, sőt felfelé!

Lássuk meg, milyen jó együtt munkálkodni, közösségben lenni. Megtaláltuk ezekben az örömet? Lelkesek voltunk vagy lelkesedésünk nélkül üressé váltak? Vagy egyszerűen elfelejtettük az egészet? Ugyanúgy megyünk tovább, mint azelőtt: fásult közönnyel, néha sajnálkozva, vagy erőltetett mosollyal az arcunkon, de egyébként egyhangúan, a mindennapok megszokott, monoton ritmusában...

Mi az, ami ki tud minket hozni ebből? Ki az, aki képessé tehet arra, hogy minden körülmény között tudjunk lelkesedni? Ugyanis ez nem belső habitus, vagy hozzáállás kérdése. Ezt a tanítványok is hamar megértették. Az első pünkösdőn megérintette őket az Isten szele, s tüze mindent átjárt bennük, és már nem tudtak nem lelkesedni. Nem a saját lelkük lett lelkes, hanem felülről, az Istentől kaptak Lelket, amely lelkesítette őket.

Lelkesnek lenni akkor is, amikor semmi nem indokolja. Erővel rendelkezni akkor is, amikor már minden földi erőnkön túl vagyunk. Isten Lelke kiegyensúlyozottá teszi bennünk a lelkesedést, nincs energiaingadozás, nincs bizonytalanság. Erre vágyunk mind!

Péter felállt a halászhálói, vagyis életének romjai mellől, és új úton indult el, de akkor tudott erről bizonyosságot tenni, amikor megkapta a Szentlelket, mely lelkessé tette őt. Ez azonban nem csak az ő, és társai privilégiuma volt. Ez a lelkesítő erő a mienk is lehet. Nem kell hozzá motivációs tréningek sorozata, vagy sok pénz. Csak kérni kell, és adatik: Lélek, jöjj, tégy lelkessé engem!

*„Gyűjtsd fel a régi tüzet, Istenem,
hogy minden lélek csodákat tegyen,
Vetése nőjön, míg a napba néz,
Legyen tüzeget gyújtó égi kéz!”*

Koncz Zsolt l.p.

Templomba hív a harang!

„Erőt kaptok, amikor eljön hozzátok a Szentlélek, és tanúim lesztek Jeruzsálemben, egész Júdeában és Samáriában, sőt a föld végső határáig.” (Apostolok Cselekedetei 1,8)

Fájó emberszívbe, mint gyógyító balzsam,
Lázongó lélekbe, mint bódító dallam,
Zokogó sírásra, mint öröm harangja,
Életnek, tavasznak hívogató hangja:
Jöjj el, Szentlélek!

Gyenge női szívbe, mint az erő lángja,
Kereső lélekbe, mint lobogó fáklya,
Kedvesség és jószág langyos fuvalmával,
A szelíd Megváltó gyöngéd uralmával:
Jöjj el, Szentlélek!

Kis gyermeki szívbe, mint a csengő ének,
Artatlan lélekbe, mint a vidám élet,
Ezüst kacagással, angyalseregekkel,
Atyai mosollyal, igaz szeretettel
Jöjj el, Szentlélek!

Családi tűzhelyre, mint a bit szikrája,
– Békesség, boldogság borulván így rája, –
Magas palotáknak fényes nagytermébe,
Kicsi házikóknak virágos csendjébe
Jöjj el, Szentlélek!

Szomorú özvegyhez, mint a remény napja,
Éhező árvaéhoz, mint az árva atyja,
Könnyek törlésére, orvosság-adásra,
Testvéri szent csókra és vigasztalásra
Jöjj el, Szentlélek!

Bűnnek tengerében hanykódó babokra,
Minden nemzetekre, kicsikre-nagyokra,
Hitnek sugarával, Jézus szerelmével,
Az örök Atyának örök kegyelmével
Jöjj el, Szentlélek!
(Somogyi Imre)

Kedves testvérek!

Minekutána eljő reátok a Szentlélek, vesztek erőt... Erőt vehetünk, ha Isten Szentlelke kiárad ránk. Azonban máris el kell mondanom, hogy ez az erő, Isten Szentlelkének ereje nem valami erőtből, nem valami kiegészítés, amit meglévő készségeinkhez megkapunk, egy kis ráadás, az a kevés plusz, ami által célba érhetünk, ami által elvégezhetjük azt, ami ránk van bízva, ami által a dolgok mégiscsak biztos révbe érnek. Jézus nem erről szól, hanem valami egészen másról.

A régi Izraelben pünkösd ünnepe a húsvétot követő ötvenedik nap kettős ünnep volt. Az első időben a korai aratást ünnepelték, hálát adtak Isten kegyelméért. Az aratás, nem csak valóságosan, hanem szimbolikusan is kifejez valamit: nemcsak magát az aratásért, a gabona betakarításáért való hálát jelentette, általában az egybegyűjtetést. Különösen azokban az időszakokban, amikor Isten népe szétszóródott, elveszítette önállóságát, függetlenségét, és a világ minden tájára szétszóródtak. Így olvassuk a pünkösd történetében: „és voltak ott Jeruzsálemben istenfélő atyafiak, akik a föld minden nemzete között éltek”, tehát mindenhol a világról, s csodálkozva hallották, hogy Jézus tanítványai az ő nyelvükön hirdetik Isten nagyságos dolgait. Ez azt jelentette, hogy aki Hispániából jött, azon a nyelven értette, aki Egyiptomból jött, azon a nyelven, aki Rómából, azon a nyelven értette a pünkösd predikációt.

Pünkösd az egybegyűjtés ünnepe. Épp egy héttel június 4. előtt nekünk, magyaroknak nem kell sokat magyarázni, tudjuk mi is, mit jelent szétszórtnak lenni. Tudjuk mi is, mit jelent évtizedeken keresztül arra várakozni, hogy egybegyűjtessünk. Mi is tudjuk, mit jelent, ha a családukból, a rokonságukból, a baráti körükből elszóródik valaki, testvér, barát, ismerős a világba, a világ távoli tájaira is. És tudjuk, hogy milyen lehetetlen - emberileg szólva - az egybegyűjtés. Mennyire nincs ahhoz sem okosságunk, sem erőnk, sem képességünk. A régi Izraelben a pünkösdöt ezért a remény ünnepeként ünnepelték meg. Várták, remélték, hogy Isten megsegítő Lelke kiárad, és egybegyűjtetik a szétszórattott népet.

Másodszor, pünkösd a törvényadás ünnepe is volt. Arra emlékeztek, hogy Isten a pusztai vándorlás során törvényt adott Mózesnek. Hagyomány volt pünkösd napján előhozni, és újra fölolvasni a törvény tábláit. A törvény fölolvásával néhány dolog újra egészen egyértelművé vált. Ez volt a törvény napja. A törvény fölolvásával mindenki számára nyilvánvalóvá vált, hogy mi a jó.

A tízparancsolatban egyértelműen van megfogalmazva, hogy mi a jó és mi a rossz. Ebben tulajdonképpen közmegegyezés van hívó és hitetlen között is, azt egyetemesen mindenki elismeri. Akkor lenne normális, kiegyensúlyozott, békés a világunk, ha egyetemesen érvényes is lenne. Azonban ehhez rögtön azt is hozzá kell tennünk, hogy miközben a törvény megmutatja és megmondja, hogy mi a jó, miközben irányít és utasít bennünket, hogy miszerint kell élnünk, a megcselekvéshez nem ad erőt.

Pál apostol a római levélben világosan kifejti, hogy miközben Isten törvénye eligazít bennünket az élet döntő kérdéseiben, a megcselekvéshez már nem ad erőt. A törvény csak annyit mond: tedd! Tudom és látom, hogy meg kell(ene) tennem, érzem és bizonyos vagyok benne, hogy az a jó és arra kell rátennem az életemet, de nem mindig sikerül. Nem találjuk magunkban azt az erőt, mely képessé tesz a megcselekvésre. Tragédia, hogy miközben tudjuk, mi a jó, nincs erőnk az elvégzéséhez. Nos, pünkösd napján erre az isteni erőre való várakozás ott volt mindig, mert miközben hallották és értették, hogy mi az Isten akarata, mi a jó, mit kell tenni, aközben remélték és várták, hogy az Isten ereje is megérkezik. Jézus ezért is mondja a tanítványoknak: minekutána pedig eljő reátok a Szentlélek, vesztek erőt.

Mind a két vonatkozásban igaz lett. Igaz ez az új életkezdet lehetősége szempontjából, Isten Szentlelke pünkösd napján kiáradván, a tanítványokat betöltve, őket Krisztus tanúivá téve arra készíti a bizonyágtevőket, hogy Jézus evangéliumát hirdessék. Úgy is fogalmazhatnánk, hogy új törvényt kezdtek hirdetni, az új parancsolatot, amiről János evangélista a levelében azt mondja: fiacskáim új parancsolatot adok néktek, hogy egymást szeressétek! Az új törvény, amelyről kiderül, hogy az a régi törvény, hogy ez az örök törvény, csak azért új, mert most már Isten Lelkéből erő is van hozzá, ez a szeretet parancsolata, a szeretet törvénye.

A Szentlélekről sok mindent gondolunk, és sok mindent tanítunk, de sokszor Isten Lelkét valamiféle intellektuális erőnek gondoljuk el. A Lélek az, ami megvilágosítja az embert, a Lélek az, ami eligazítja az embert, a Lélek az, ami esetleg megvigasztalja az embert, letörli a könnyeit. De olyan egyértelmű és világos pünkösd napján: a tanítványok kilépnek félelmeikből, elzárkózottságukból, mondanivalótlanságukból, - és a szeretet evangéliumát kezdik hirdetni.

Ma is ez a kérdés. Van-e mondanivalónk? Mert akinek van mondanivalója, az akarva-akaratlanul, buzdítás nélkül, tiltás ellenére, mondani fogja azt. Milyen megdöbbentő, hogy a keresztyénség igazi, eredeti és mindenkori üzenete a szeretet evangéliuma. S milyen megdöbbentő az erőtlenségünk, a restségünk, a mondanivalótlanságunk. Ha mi nem mondjuk a szeretet evangéliumát, ha mi nem hirdetjük Isten nagyságos dolgait, Krisztus szabadító váltság-művét, ... akkor ki fogja??? *Dosztojevszkij*, a nagy orosz író mondja: a keresztyénség olyan, mint a meggyújtott mécses a ház közepén, s ha azt onnan kiveszik, sötétség támad. Lesztek nekem tanúim, mondja

Jézus, minekutána a Szentlélek eljő reátok és vesztek erőt.

Pünkösd története az egybegyűjtés nagy ünnepe is. Ezt megélték a régi izraeliek is abban, hogy pünkösdkor megérkeztek Jeruzsálembe a zarándokok a szélrózsa minden irányából. Időről időre lehet a mai világban is ilyen nagy összesereglést tartani: Magyar Reformátusok Egységnapja, vagy az adott településről való elszármazottak napja.

A szétszórtak egybegyülekeznek mindenhol, az egész Római Birodalomból. Ott voltak Jeruzsálemben, s várták a törvény kihirdetését, várták Isten Lelkének megérkezését, várták a nagy egybegyűjtést. Milyen különös, ami ott történik! Isten az ő egybegyűjtő munkáját pünkösd napján elkezd. De nem azzal kezd, hogy mindenki megérkezik Jeruzsálembe és ott marad, hanem azzal, hogy elküldi a tanítványokat szerte a világba, ahogyan maga Jézus is mondja: az aratnivaló sok, a munkás kevés, kérjétek az aratás urát, hogy küldjön munkásokat az ő aratásába. Lesztek nekem tanúim, mondja Jézus, Jeruzsálemben, Júdeában, Samáriában, és egészen a Föld végső határáig. S azok a tanítványok, akik most kilépnek a zártságukból, rövid időn belül a világ minden tájára elmennek, és hirdetik a Krisztus evangéliumát. Mert az az ország, melynek az egybegyűjtése megkezdődik, új ország. Ez az ország nem földi birodalom, ez az ország nem földrajzi, politikai, történelmi alakzat. Ez az ország az elhívottak és a választottak országa. Ez az ország azoké, akik az Úr nevét segítségül hívják. Ez az ország a megtartottak országa. Ez az ország az anyaszentegyház. Amikor Isten Szent Lelke kiárad, kihirdetetik az új törvény, és megalapítatik az új ország, az ehhez szükséges és kellő erő már ott van.

Tehetjük ezt abban a hitben, hogy eddig is így volt, hiszen mindig megtapasztaltuk; ha Istenhez kiáltottunk, meghallgatott és megsegített bennünket. Ha Lelke áldását kértük, bőséggel ontotta ki ránk. Isten nem szűkmarkú, hanem éppen ellenkezőleg, gazdag és ajándékozó Úr. Arra hív, hogy imádságban hordozzuk gyülekezetünk új tagjait, a hitükről bizonyágot tevőket. Velük együtt, mi magunk is megkapjuk Isten Lelkének ajándékát: erőt, hogy tanúkká legyünk, hogy bátrak legyünk, és boldog szívvel hívjuk segítségül az Úr nevét.

*„Hol működik Isten Lelke,
Erőt nyer a félénk, gyenge.
A tudatlan bölcsességet,
Vigaszt, kit a bánat éget.
Megújul a szív, a lélek,
Szeretet, hit, remény éled,
A szó, a tett mind azt mondja:
– Ez is Jézus megváltottja!”*

Ámen

Lappangó feszültségek

Felgyorsult társadalmunkban mindennapossá vált a munkahelyen, az iskolában vagy akár a boltban tapasztalt szorongás, stressz. Feszültséggel teli helyzeteknek mindannyian ki vagyunk téve. Sokan azonban nem mutatják belső szorongásuk jeleit, és sikeresen veszik az eléjük kerülő akadályokat. Mégis, az átélt stressz egészségüket veszélyezteti. A magasan funkcionáló szorongás előbb-utóbb mentális betegséggé válhat. Lehet-e a hit kapaszkodó a feszültséggel terhelt mindennapokban?

Mi az a magasan funkcionáló szorongás?

A magasan funkcionáló szorongás nem klinikai kórkép, nem szorongásos zavarként tartják nyilván. A kifejezés azokra az egyénekre utal, akik nagy mennyiségű feszültséggel élnek együtt, mégis kívülről sikeresnek, összeszedettnek tűnnek. A belső aggodás, a stressz és a rögeszmés gondolatok a külvilág számára rejtve maradnak, a szorongással küzdő személy pedig ezektől függetlenül a munkahelyén jól teljesít, rendben tartja a pénzügyeit, kapcsolatait nem hanyagolja el. Tünetei nem egyértelműek, szakemberek szerint nagy a hasonlóság a generalizált szorongás tüneteivel: naponta jelentkező nagymértékű félelem legalább hat hónapon keresztül, nyugtalanság, koncentrációs nehézségek, fáradtság a kisebb feladatok elvégzésével is, ingerlékenység, izomfeszültség és alvási problémák. Emellett a perfekcionizmussal is összeköttetésben állhat, ahol a feszültség a hibázástól való félelemből származik. Gyakori az irányításmánia tüneteinek megjelenése, amikor a stressz forrása a helyzetek, döntések feletti kontrollvesztésből származik. A magasan funkcionáló szorongás esetében a tünetek egyike általában kiemelkedően jelentkezik.

Míg maga a zavar negatívan hat az egészségre, lehetnek pozitív hatásai is. Némelyek motivációként is tekinthetnek a jelenségre, amely biztatja őket a magas szintű teljesítményre. Robert Yerkes és John D. Dodson kutatásukban a munkahelyi izgalom és a teljesítmény kapcsolatát vizsgálták, és ennek eredményeként megfogalmazták az úgynevezett Yerkes–Dodson törvényt. A két pszichológus szerint a kevés, illetve a túl sok izgalom – amely hasonlít a fent említett szorongásra, igaz, kizárólag ha motivációként tekintünk rá – a hatékonyság csökkenéséhez vezet. Optimális szinten azonban az egyenletes, magas szintű teljesítést eredményezi. Így a magasan funkcionáló szorongás esetében a munkahelyi teljesítmény is fokozódhat, azonban a túl nagy feszültség csendes túrése következtében a betegség hosszú ideig lappanghat. Nemcsak a szakemberek számára nehezíti meg a szorongás

rejtettsége a segítségnyújtást, hanem a környezet számára is megtevesztő lehet. Olyan jól megy neki minden, hogyan lehetne bármiféle baj?

Kialakulásának okai

Szakemberek szerint a zavar kialakulásának okozója lehet a környezet vagy a genetikai hajlam is. Konkrét előidézője pedig a családban előforduló szorongási zavar, gyermekkorból visszamaradt félnék vagy ideges személyiségjegyek, túl sok negatív, stresszes történésnek való kitettség, túlzott alkoholfogyasztás és szerhasználat. Emellett szerepet játszhatnak fizikai tényezők is, például szívproblémák vagy pajzsmirigygyondok. Olyanoknál gondolhatunk magasan funkcionáló szorongásra, akik rövid idő alatt értek el sikereket, munkahelyi előléptetéseket. Természetesen a rizikófaktorok változhatnak, így egyes tünetek tapasztalása nem jelenti automatikusan a szorongásos zavar jelenlétét.

Kéz a kézben

A szorongás sajnos nem zárja ki más mentális betegség kialakulását, gyakoriak a depressziós tünetek is. Kimutatások szerint a súlyos depresszióval küzdő betegek több mint fele jelentős szorongást is tapasztalt. A magasan funkcionáló szorongás egyik veszélye, hogy idővel depresszióhoz vezethet, és az érintettek nagy része csak ekkor eszmél rá, hogy szakember segítségére van szüksége. A ráébresztő tényezők közül gyakoriak az alvási zavarok, a nehézségek a reggeli felkelésnél, az érdektelenség az addig kedvelt hobbik iránt, illetve az élet értelmetlenségét érintő gondolatok megjelenése. A két állapot közötti kapcsolat működhet visszafelé is, így a depresszióból is lehet az idő elteltével magasan funkcionáló szorongás. A beteg kezelése alatt fontos figyelembe venni a két zavar egymásra hatását.

Hit: gyógyító erő vagy stresszforrás?

A szorongás és a vallás komplex kapcsolata kevésbé kutatott. A hit kétélű kard, hiszen a szorongás előidézője lehet bűntudat ébresztésével, illetve az elkövetett bűnök súlya feszültséget okozhat. Emellett azonban megoldást is nyújthat a mentális betegségekkel küzdők számára: bizonyítottan segít megküzdenni a trauma tüneteivel, aminek eredményeként szorosabbá válhat az Istennel való kapcsolat. Az erős hit az egzisztenciális kérdésekből származó feszültségeket is enyhíti. Míg akik megkérdőjelezzik saját hitüket, hajlamosabbak erősebb szorongásokkal élni. Hívó emberként életünk Krisztus kezébe helyezése és az isteni gondoskodásba vetett bizalom segítséget nyújt a mindennapok nehézségei során, és szorongásaink enyhítésére is szolgálhat. A Biblia tanításából tanult

gesztusok szintén mentális egészségünket támogatják. A megbocsátás, a közösség segítő ereje, a hálaadás és a pozitív érzelmek fontossága kapaszkodót nyújthat a szorongásos zavarokkal küzdők számára.

A kezelés egyik legjobb módja a kognitív viselkedésterápia, amelynek alaptétele, hogy a viselkedést és az érzelmeket nagymértékben befolyásolja az, ahogyan az egyén önmaga számára megalkotja a világot. Jellemzően a jelenre és a jövőre koncentrálna próbálja a problémákat fenntartó gondolkodási sémákat megérteni, illetve megváltoztatni, azonban nem hagyja figyelmen kívül a múltat sem: a gyermekkorból származó tapasztalatokkal is foglalkozik. A hit, mint életünk és a világ értelmezési kerete, így elősegítheti a gyógyulást, a Biblia tanításának pozitív üzenetei enyhíthetik mindennapos feszültségeinket, még ha teljességében nem jelentenek is választ a szorongásos zavarokra.

Siklósi Anna
reformatus.hu

Regionális lelkipásztortalálkozók

A Tiszántúli Református Egyházkerület azzal ünnepli a lelkipásztori hivatás évét, hogy a kilenc egyházmegye lelkipásztorait regionális találkozóra gyűjti egybe. Az északi és a középső három-három egyházmegye lelkipásztorai már márciusban megtartották találkozóikat, míg a déli régió három egyházmegyéje (Békés, Csongrád, Nagykanizsa) 2023. április 17-re hirdette meg a lelkészi karok összejövetelét.

A zsadányi művelődési ház remek helyszíne volt a találkozásnak, amelynek nagytermét zsúfolásig megtöltötték a lelkipásztorok és a meghívott vendégelőadók.

A regisztrálás után a házigazda, Demeter Ottó békési esperes köszöntötte a meghívást elfogadó kollégákat, aki ismertette a találkozó menetrendjét és röviden szólt a Békési Egyházmegye helyzetéről.

A találkozó nyitó áhítatát Koncz Tibor nagykanizsai esperes tartotta a Bibliaolvasó Vezérfonal által aznapra ajánlott evangéliumi ige, a Mk 1,12-20 versei alapján. Az esperes emlékeztetett arra, hogy már az első tanítványok elhívásának története figyelmeztet bennünket arra, hogy Jézus megszólító, elhívó munkája nem egy kaptafára megy, hanem csodálatosan változatosan és személyre szabottan történik. Ugyanakkor az elhívás-elküldés szinkronját mindig érzékelhetjük. „Jézus halász-nyelven mondja el: Ő azért jött, hogy megtartsa, ami elveszett. Az emberhalászoknak azokat kell megkeresni, akik elvesztek az üdvösségre nézve. Ebben lehetünk

Jézus munkatársai. A szolgálat ünnepi évében ezt kell újragondolni mindannyiunknak.”

A színpadon a lelkipásztorokból álló alkalmi együttes vezette a közös éneklést és tette hangulatosabbá az előadás előtti percek.

A nap szellemi irányultságát dr. Kis Klára teológiai tanár (DRHE) gazdag tapasztalataira alapozott előadása határozta meg. „A lényeg a lényeg...” – talányos előadascímet az alcím pontosította: „fókusz és profil lelkipásztori szolgálatunkban”. Élvezetes stílusban, tartalmas életpéldákat, magyarázó igéket felvonultatva fogalmazta meg mi a lényege a lelkészi hivatásnak, hol kell lennie a fókusznak a szolgálatban. Mint mondta, a legnagyobb veszedelem abban áll, amit Jézus is megfogalmazott, hogy a só elveszti ízét.

„Istentisztelet Isten jelenléte nélkül, vallásos élet az élet istentisztelete nélkül, aktivitás gyümölcstermés nélkül. Nem külső veszedelem fenyegetik Isten népét, a veszedelem belülről jön, csak onnan lehet megrontani, egyébként a pokol kapui sem tehetnek benne kárt” – hangsúlyozta előadásában, majd arról osztott meg hasznos gondolatokat, hogyan érhetik el a lelkipásztorok a kívülállókat.

Az elérendő peremvidéken az embereknek Isten-problémájuk van, erre a hiányra pedig a nagy Istentől, a nagy Gondviselőről szóló bizonyosságtétellel kell válaszolni. „Egy olyan Istent, akiben nincs kihívás, egy lépést sem tesznek az emberek. Ne árázzuk le Istent, hiszen Ő nagy és erős! Az igazít követik az emberek, és az valódi imádatot kap. A nagy Isten tud megtartani!”

Figyelnünk kell a prózai problémákkal küzdő emberekre. Ők a mi célcsoportunk, hozzájuk kell közel vinni a gyógyító, szabadító Istent. Ahhoz, hogy ez sikerüljön, a lelkipásztornak is keresnie kell az alkalmat, hogy időt töltsön az Isten közelében. Ennek hasznára a Zsoltárok könyve első fejezetének magyarázatával mutatott rá. Ragaszkodnunk kell a lelkipásztor eredeti elhívásához és szükséges a Mennybe való bekötöttségünket megőrizni.

Az előadás után néhány perces lelkészi vallomásban fogalmazta meg hivatása szépségeit és nehézségeit Marti Miklós (Békéscsaba), dr. Koncz-Vágási Katalin (Sarkad-Belváros), Kupai-Szabó Tímea (Törökszentmiklós), Szabó Konrád Sándor (Tiszafüred), Mándi Kitti (Szeged-Kálvin tér és Székkutas), és Gyatyl Péter (Szeged-Petőfi telep).

A „Milyenek a lelkipásztorok?” kérdésre hatan válaszoltak, akik nem lelkészi munkatársként folyamatosan tapasztalják a lelkipásztori tulajdonságokat. Pataki László (Gyula) egyházmegyei tanügyi előadó, Zsinati presbiteri képviselő, Ujfalusi László (Körösladány) presbiter, egyházmegyei presbiteri tanácsos, Faluházi Sándor (Bucsa) főgondnok, Kónyáné Varga Katalin (Karcag)

egyházmegyei adminisztrátor, *Varga Rita* (Szeged-Kálvin tér) egyházmegyei hivatalvezető, *Mándi Ferenc* (Szeged) egyházmegyei diakónus osztotta meg gondolatait, milyenek is látja a lelkipásztori szolgálatot.

Ebéd után a tájékoztatás órája című programpont alatt a lelkipásztorok lelki egészségvédelméről küldött egy rövid videó üzenetet *Mucsi Zsófia*, aki a Zsinat Missziói Szolgálatának egy országos kezdeményezését ajánlotta a figyelmünkbe. A lelkipásztoroknak nemcsak másokra, de saját magukra is gondot kell fordítani. Egzisztenciális bizonytalanság, kapcsolati és szakmai problémák, a szolgálatban való elfáradás, hiányosságok és feszültségek – ezekre keres megoldást az alakulóban lévő, zsinati szervezésű *Gyökösy Intézet*. Céljuk, hogy több helyszínen tudjanak lelki, spirituális szolgáltatásokat igénybe venni az egyházi alkalmazottak és lelkipásztorok, ahol erősödik a szolgálattelvők küldetéstudata, Isten-kapcsolata, és kialakul a segítségkérés kultúrája.

A *Tiszántúli Református Egyházkerület Pasztorációs Intézete* által meghirdetett zárandoklatokat *Gacsályi Zsolt* szervező-lelkipásztor mutatta be. A csendes zárandoklathévtéve lehetőséget kínál a „teremtettség-közeliségre”, az elmélkedésre és az életreflexióra. Az ideszánt idő a figyelmes hallgatás ideje, a befogadás és a befogadottság tapasztalatáé. A zárandoklat, a napszaki áhítatok és a bibliai elmélkedések segítenek bennünket abban, hogy tudatosítsuk teremtményi illetve zárandok voltunkat, Isten színe előtt várjuk, hogy szóljon hozzánk és így szólítsuk meg Őt, hogy nyitottá váljunk arra, hogy Isten Lelke megerősítsen bennünket a Krisztus követésében. Azokat várjuk, akik szívesen vállalják a napi több órás csendet, akik el tudják fogadni a zárandoklat napirendjét és akik elfáradtak és meg akarnak pihenni Istenben, akik meg merik engedni maguknak, hogy „csak” legyenek Isten színe előtt.

Deák Attila fejlesztési csoportvezető a tiszántúli vallásturisztikai lehetőségekről beszélt, s ajánlotta figyelmünkbe azokat a túraútvonalakat, amelyek református örökségeink gyöngyszemeihez vezetnek, s amelyek akár biciklivel, Debrecenben pedig rollerrel is bejárhatók. A Felső-Tisza-vidéken és a Nyírségben turisztikai szempontból minőségi örökségturisztikai fejlesztéseket tudott megvalósítani az utóbbi években a Tiszántúli Református Egyházkerület, mivel az ország ezen részén kimagasló minőségű középkori eredetű református műemléktemplomok találhatók.

Debrecen és környéke a reformáció magyar centrumaként jelentős, a Tisza-tó környéke Beregfürdő és a Megbékélés Háza miatt fontos a Tiszántúli Református Egyházkerület számára. Mint

mondta, jelenleg a *Religio et Patria - Szabadság, Hitvallás és Alkotás* néven fut az a turizmusfejlesztési program, melynek célja, hogy bemutassa Debrecen és a Hajdúság hihetetlenül gazdag, szerteágazó református egyházhoz köthető örökségét.

A jóhangulatú lelkipásztori találkozó úrvacsorás istentisztelettel zárult. A zsadányi református templomban *Fekete Károly* püspök hirdetett ígét. Az igehirdetés alapigéjét a Jézus megkísértésének története adta, amelyet a püspök felolvasott a Márk evangéliumából (1,12-13) és a Lukács evangéliumából is (4,1-13). „*A történet igazából Jézus megkísértelésétől indul, amikor megnyílt az ég, leszállt rá a Szentlélek, és hang hallatszott a mennyből: „Te vagy az én szeretett Fiam, benned gyönyörködöm.” és leszállt galamb képében rá a Szentlélek. Ezzel a mennyi töltéssel, a Szentlélektől hajtva vonul vissza, hogy készüljön megváltó küldetésére. Pusztai elcsendesedésében 40 napon át viaskodik messiási feladatával.*”

„*A Lélek olyan mértékben van jelen Jézussal a pusztában, hogy az Éden-kert ellenhelyszíne Márk szerint paradicsommá változik. Jézus Szentlélekkel teli jelenlétével még a pusztá is a világegyetem kibékülésének a helyévé változik. Csak Márk írja, hogy vadállatok között élt és angyalok szolgáltak neki. Helyreáll a rend, ami a bűnessel felborult: együtt lakik a farkas a bárányal, a párdac a gödölyével – ez az Ézsaiási prófécia beteljesedése. Idilli helyzet! De, ahol a Lélekkel teli Jézus ott van, ott ólálkodik a kísértő is, hogy újra felbillentse a helyreállt egyensúlyt! Itt környékezi meg az ördög, hogy tesztelje az Atya és Szentlélekkel teli Egyszülött Fia harmóniáját. Próbára teszi Jézus fiúi engedelmisségét, hogy milyen a szakítószilárdsága a kapcsolatuknak. Az ördög vizsgálja a Szentháromság erejéről a Fiút.*”

Az istentiszteleti liturgiát Demeter Ottó esperes vezette, az úrvacsorai részben *Juhász András* csongrádi esperes teljesített szolgálatot.

A résztvevők – az másik két regionális lelkipásztor találkozóhoz hasonlóan megkapták az egyházkerület gondozásában megjelent *Körkép* című évkönyvet és *Szász Barnabásné Püski Anna* frissen megjelent könyvét („*Bizony, hamar eljövök.*” – „*Jöjj, Uram Jézus!*” – Igei üzenetek az esztendő minden napjára a Jelenések könyve alapján).

ttre.hu

Lelkipásztor vagy sajtókészítő?

„*Magától tehetetlen az ember a jóra, természete viszi a gonoszra és a legszentebb ember is, ha magára marad, mindjárt bűnbe esik. Sok az ellenség, számtalan a kísértés és veszedelem, amik között lehetetlen el nem bujni a Szentlélek erősítése és vigasztalása nélkül. Semmi sem szükségesebb azért az embernek ma sem, mint a Szentlélek és az ő kegyelme. És*

„mivel ilyen szükséges az az ember üdvösségére, ezért Isten nagyon kész és hajlandó közölni azt mindazokkal, akik igaz szívből keresik és kívánják.” (Szikszai György: Keresztényi tanítások és imádságok.)

Éppen két héttel ezelőtt, egy gyülekezeti kiscsoporttal néztünk meg egy megrázó történetet, megtörtént eseményeket feldolgozó filmet, melynek címe: *Megkínózva Krisztusért*. A történet Romániában játszódott, a kommunizmus alatt. Mindenkit megfigyeltek, lehallgattak és ha „nem illett a képbe”, akkor kihallgattak, jobb esetben ennyivel le is zárult az ügye, ha nem szegült ellene semminek, és áruháza lett. A film egy lelképítész, Richard Wumbrand (Nicolai Ionescu) és családja, valamint lelkészársai történetét dolgozza fel. Ő maga nyíltan szembeszállt, azzal az egyházi állásponttal, ami kiszolgáltatta az egyházat a megszálló kommunista szovjet, és a regnáló helyi hatalom ideológiájának, de azokkal az egyházi személyekkel, gyülekezeti tagokkal is, akik engedelmeskedtek.

Egy nagy konferencia keretében, aminek fővédnöke maga Székely volt, az egyházak legfelsőbb vezetői nyíltan elmondták és vállalták, hogy a kommunista hatalommal szimpatizálnak, mert azok együtt akarnak működni az egyházakkal, minden vallást támogatni fognak, és tulajdonképpen a mi istenünk akarata is ez. Rádió, élő adásban közvetítették a konferenciát, hogy a tömegeket megnyerjék ennek az ügynek. Államvallássá akarták és tették az ateizmust. Richard Wumbrand soron kívül kért szót az Egyházak Világtanácsának képviselőjében és tiltakozását fejezte ki, nyíltan kimondta, hogy az Isten meggyalázása az, amiknek az egyház képviselői engedelmeskedni akarnak. Természetesen ezek után megfigyelték minden lépését, ezért megszervezték a földalatti gyülekezéseket.

Rövid idő múlva az utcán elfogták és bebörtönözték, távoli helyen otthonától. A kihallgatásokat kínzások, a kínzásokat kihallgatások követték, többször egymás után, éveken keresztül, társaival együtt. A kínzások között nem válogattak. Volt szöges koporsó, amiben csak állni lehetett, mert szögek álltak ki minden oldalából, volt hogy vörösre izzított vassal égették különböző helyeken, a talpát szinte szétverték, úgy hogy többet sosem tudott normálisan járni. A feleségét megvádolták fegyver rejtégetés miatt, majd kényszermunkára hurcolták, ahol nem nőknek való fizikai munkát végeztek vele és társaival.

Wumbrand egyik lelkészársának kiskorú fiát is elfogták, és abban a kínzó helyiségbe verték halálra, ahol az apját is vallatták, és végig kellett néznie, miközben lánchoz volt véresre verten kötözve és

könyörgött, hogy engedjék szabadon a gyermekét, mert akkor elmond mindent. A gyermek azt mondta apjának, hogy te nem vagy áruló, ezért ne árulj el senkit, csak, hirdesd Krisztus szeretetét minden körülmény között, ameddig csak teheted. Agyon verték a gyermeket. Ha imádkoztak és meglátták, jött a kínzás, ha igehirdetést tartottak a cellában, utána kínzás, de utána ott folytatták, ahol abbahagyták.

Aki a kínzásokat végezte, „sajtkészítő” néven mutatták be, egy megtermett, erre kiképzett és abban örömet találó agresszív, ateista ember volt, aki megvallotta, hogy számára nincs Isten, ezért nincs is bűntudata, mert nem lesz ítélet sem felette, ezért örömmel teszi azt, amit tesz. Nem akarom, hogy meghaljanak, csak azt, hogy szenvedjenek minél jobban, mondta a sajtókészítő.

Wumbrand viszont arról tett bizonyosságot neki, hogy az élete nem az ő kezében van, hanem az már Krisztusé és szereti Istent. Ezt a választ újabb kínzások követték. Mindennek ellenére szüntelen imádkozott, a cellájában még a „sajtkészítőért” is. A kínzója meg attól szenvedett, hogy bármit is tett a fogollyal, mindig imádkozni látta, ha benézett a cellájába. Mikor megkérdezte, hogy miért imádkozik, azt mondta, hogy magáért is. Ezen nagyon meglepődött és kihátrált a cellából.

Leírhatatlan az a szenvedés, amit át kellett élnie a lelkésznek társaival együtt, legalább látni kell ahhoz a filmet, hogy felfogjunk abból valamit, és elgondolkodjunk azon, milyen lélek lakik az emberben, akár bennünk. Jézus is erre figyelmezteti a tanítványokat, egy esettel kapcsolatban, akik pedig nem „sajtkészítők”, hanem az ő tanítványai voltak. „Látva ezt tanítványai, Jakab és János, így szóltak: Uram, akarod-e, hogy ezt mondjuk: Szálljon le tűz az égből, és eméssze meg őket!? De Jézus feljűk fordult, megdorgálta őket, és ezt mondta: Nem tudjátok, milyen lélek van bennetek, mert az Emberfia nem azért jött, hogy az emberek életét elveszítse, hanem hogy megmentse.” (Lk 9,54–56)

Valóban csak Isten tudhatja azt, milyen lélek vesz lakozást bennünk, emberekben. De egy nem kívánt helyzetben, még akkor is, ha az nem ilyen emberfeletti szenvedéseket mér ki számunkra, mire lennénk képesek? Imádkozni az ellenségünkért, vagy rólunk is hamar kiderülne, hogy inkább a „sajtkészítőhöz” lennénk hasonlóak?

Ez, a megpróbáltatások és szenvedések közepette és a halál küszöbén lesz nyilvánvaló, mondta Wumbrand. Mert két típusú keresztyén van, az egyik az a típus, aki őszintén hisz Istenben, a másik, aki csak azt hiszi, hogy hisz Istenben. Nem nehéz keresztyénnek és embernek maradni, amikor kényelmes körülmények között élünk, amikor szabadon járhatunk istentiszteletra, mikor minden

szabad nekem, akkor is, ha az nem használ, amikor minden egzisztenciánk az általunk kívánt mértéknek megfelel, amikor azt tapasztaljuk, hogy minden rendben van körülöttünk és semmi nem nehezedik ránk.

Milyen lélek lakik bennünk? A „sajtkészítő,” vagy a kízóinkért is imádkozni tudó? Szétválík-e ennyire az emberben a jó és a rossz, az igaz és a hamis, a szent és a gonosz, mint a kízó és a megkínzott? Az egyik csak „sajtkészítő” tud lenni, a másik pedig az ellenségeért és kízójáért is imádkozni tudó emberré? Vagy azzá válunk, aminek teret engedünk, mert mindkettő válhat belőlünk?

Elgondolkodtam ezeken a látottak után, és a fentebb idézett Jézustól származó figyelmeztetésen, ezért megkerestem és elolvastam a régen ismert két bibliai történetet, ami a tanítványok és Jézus közötti párbeszédben hangzottak el. *„Amikor Jézus Cézárea Filippi vidékére ért, megkérdezte tanítványait: Kinek mondják az emberek az Emberfiát? Ők így válaszoltak: Némelyek Keresztelő Jánosnak, mások Illésnek, megint mások pedig Jeremiásnak vagy valamelyik prófétának. Ő megkérdezte tőlük: Hát ti kinek mondotok engem? Simon Péter így felelt: Te vagy a Krisztus, az élő Isten Fia. Jézus ezt mondta neki: Boldog vagy, Simon, Jóna fia, mert nem test és vér fedte fel ezt előtted, hanem az én mennyei Atyám.”* (Mt 16,13–17)

A párbeszéd folytatódik, és alig néhány sorral lentebb a következőket olvashatjuk, amit Jézus szintén Péternek is mond. *„Ettől fogva kezdett Jézus nyíltan beszélni a tanítványainak arról, hogy Jeruzsálemben kell mennie, sokat kell szenvednie a vénektől, főpapoktól és írástudóktól, meg kell öletnie, de harmadnapon fel kell támadnia. Péter ekkor félrevonta őt, és feddeni kezdte: Isten mentsen, Uram, ez nem történhet meg veled! Ő pedig megfordulva ezt mondta Péternek: Távozz tőlem, Sátán, kísértesz engem, mert nem Isten akaratára ügyelsz, hanem az embereké.”* (Mt 16,21–23)

Melyik, lélek lakozik bennünk? „Magától tehetetlen az ember a jóra, természete viszi a gonoszra és a legszentebb ember is, ha magára marad, mindjárt bűnbe esik.”

Csak Isten Lelke képes azt cselekedni bennünk és velünk, hogy a bűn már ne szabály legyen az életünkben, hanem kivétel. Olyan szintre emelhet, ami képes minden körülmény között a jóra, és nem engedi, hogy a gonoszság szintjére süllyedjünk. Úgy gondolom, *Eszterházy Péter* is valami ilyenre gondolhatott, amikor azt mondja, hogy *„Bizonyos szint fölött nem süllyedünk bizonyos szint alá.”*

Péntek István
presbíter

„Légy hű mindhalálig, és neked adom az élet koronáját.”
(Jelenések könyve 2,10)

Egy nap az egészségért

2023. május 6-án rendezte meg gyülekezetünk és intézményünk azt az Egészségnapot, melyen több program is várta az érdeklődőket.

Délután 1 órától a *Cukorbetegség Sarkadi Egyesületével* karöltve *Nordic Walking* sétára hívtuk a megjelenteket. Ez a különleges séta a mozgásszervi nehézségekkel küzdőknek éppúgy hasznos, mint a panaszmentes, egészséges embereknek, akik ezzel a különleges eszközzel kapnak ösztönzést arra, hogy mozogjanak. A bemelegítő torna után, melyet a *Sarkadi Egészségfejlesztési Iroda* munkatársai tartottak, indult a csapat az *Éden-tó*hoz, ahol sorversenyeztek a résztvevők. Ezután visszasétáltak a *Református Nyugdíjasház* udvarára, ahol a mozgás előtt és után is lehetett szűrővizsgálatokat végezni, mellyel jól diagnosztizálható, hogy ennyi mozgás mennyit jelentett a szervezet számára.

A délután folytatásaként, és annak megkoronázásául *Dr. Béres József* a *Béres Gyógyszergyár Zrt.* elnök-vezérigazgatója, és felesége: *Béres Klára*, a *Béres Alapítvány* a teljes életért elnöke előadását hallgathattuk meg.

Dr. Béres József főként édesapjáról, a feltaláló *Béres József*ről beszélt, aki a *Béres Csepp* megalkotásával vált híressé.

Az előadó elmesélte édesapjának viszontagságos útját, mely bővölködött szép pillanatokban éppúgy, mint küzdelmekben. Édesapja gyermekkorától kezdve nagyon szerette a növényvilágot, lenyűgözte annak komplexitása, és ez a bűvölet élete végéig megmaradt. A II. világháborúban is megmutatta milyen ember ő valójában. Mindig a másik embert helyezte maga elé, és az emberiséget, embertársait akarta szolgálni minden igyekezetével.

Kisvárdán, a Gépállomáson kezdett dolgozni, ahol a növénynevelésben, és a talajviszonyok tanulmányozásával foglalkozott. Eközben, már felnőtt fejjel, 45 éves korában szerezte meg agrármérnöki diplomáját. Majd *Teichmann Vilmos* unszolására a Nyírségi Mezőgazdasági Kísérleti Laboratórium Kisvárdai Telephelyére került, ahol a burgonya vírusos megbetegedéseivel, azok okaival kezdett foglalkozni. Ezek a vizsgálatok, és elmélete arról, hogy nem elég a vírusok elpusztítása, hanem ellenállónak kell tenni a talajt és a növényt, hogy megküzdjön a betegségekkel, juttatta el őt egy humán készítmény létrehozásához, a *Béres Csepp*hez.

Felismerte, hogy az a szervezet, melyben kevesebb nyomelem található, kevésbé ellenálló a betegségekkel szemben. A nyomelempótlás volt tehát a cél, amikor létrehozta a *Béres Csepp*et. Az esszenciális, vagyis létfontosságú tápanyagok bevitel

éppúgy fontos az emberi szervezetbe, ahogy a burgonyába is, amely ezt a talajon keresztül tudja megoldani. Az ilyen létfontosságú nyomelemekről akkor még nem volt teljes ismerete az orvostársadalomnak, nemhogy az egyszerű embereknek. Ám hamar híre ment, különösen a környéken, a Béres Csepp jótékony hatásának, kivált daganatos betegeknél, vagy lábadozóknál. Béres József mindenkinek adott, aki kért, és az akkor már felnőtté vált gyermekei is segítettek neki. Ám azért, hogy az akkori rendszerben elfogadottá váljon, hat évig kellett küzdenie. Közben vád alá is helyezték, minden módon megpróbálták ellehetetleníteni, de a társadalom széles rétege, írók és költők is mellé álltak, és így bár nem gyógyszerként, de legális, gyógyhatású készítménnyé válhatott. Gyógyszerként való alkalmazásra az engedélyt 2000-ben kapta meg a készítmény.

Dr. Béres József elmondta, hogy édesapja a készítményhez, annak hasznosságához tapasztalati úton jutott hozzá. Belátta, amit ma már mi is tudunk, hogy hiányos a táplálkozásunk, és magát a természetet is erősen kizsigereltük, így már onnan sem tudunk ahhoz a teljes tápanyagforráshoz hozzájutni, amire szükségünk van. Ezért kellenek az olyan készítmények, mint a Béres Csepp. Édesapja munkásságáért több kitüntetést is elnyert, többek között a legrangosabb magyar tudományos elismerést: a Széchenyi-díjat.

Úgy is vallott édesapja munkásságáról, mint fiú, amikor elmondta, hogy nagyon féltette édesapját a politikai és egyéb támadásoktól, de sohasem kérdőjelezték meg, hogy amit tesz, az helyes, vagy erkölcsileg rendben van-e. Őt magát pedig édesapja védte, így az ő munkásságával már felnőtt vegyészként került olyan kapcsolatba, hogy 1989-re céget alapíthattak, s hamarosan létrejött a Béres Alapítvány is 1993-ban.

Itt kapcsolódott be az előadásba, és vette át a szót férjétől Béres Klára, aki úgy fogalmazott, hogy régi szövetség köti össze nemcsak a férjével, akivel harmonikus házasságban élnek, hanem a céget és a Béres Alapítványt a teljes életért. Az alapítvány munkája főként karitatív jellegű, és id. Béres József örökségét viszi tovább, aki mindig a másik embert, az embertársat tekintette szolgálata tárgyának.

Klára asszony elmesélt egy történetet vele kapcsolatban, amely még a II. világháborúban történt. Csapata visszavonulóban volt, és felettese kiküldte őt és embereit egy terület aknáztálására. Tudta, hogyha ezt megteszi, az egész csapat odatesz, hiszen ez a legveszélyesebb feladat volt akkor és ott. Ha viszont megtagadja a parancsot, megmenti embereit, igaz, őt magát elítélik. Ő mégis ezt az utat

választotta, ami miatt rögtönítélő hadbíróság elé állították. Csak az mentette meg a biztos haláltól, hogy épp az ítélet kihirdetésekor érte találat azt a területet, és mindenki meghalt, csak ő és emberei éltek túl. Önfeláldozó szeretetére, hősiességre ez a történet.

Az alapítvány ezt a szellemiséget viszi tovább immár három évtizede. Az egész emberre tekint, és így akarnak segíteni. Fontos a testi-lelki egészség védelme, a példaadás. Termékeikkel támogatják a rákosokat, akik önmagukból nem tudnának az ilyen termékekhez hozzájutni. Az adakozásban is élén járnak, melyben jól együtt tudnak munkálkodni más társadalmi szervezetekkel. Szerveznek továbbá jótékonyági koncerteket, egészség-hősöket tüntetnek ki, valamint az oktatás és a kultúra területén is igyekeznek segítséget nyújtani. Részt vesznek beiskolázási programokban, jó kapcsolatot ápolnak a Rákóczi Szövetséggel, az Eötvös Loránd Tudományegyetemmel, és létrehozták a Béres Egészség Hungaricum programot is.

Az előadások családi hangulatúak voltak, nagyon egyszerűen meséltek a feltaláló életéről, hagyatékáról és saját sokrétű munkájukról. Éppen ezért olyan természetesen indult meg a beszélgetés, kérdéseket lehetett feltenni az előadókhoz, melyek egy része a mai talaj- és növénykultúra problematikájával foglalkozott. Másik része magára a Béres Cseppre vonatkozott, tudniillik ugyanazt tartalmazza-e a termék, mint a feltalálása pillanatában. Ifj. Béres József elmondta, hogy 97 %-ban igen, de a továbbfejlesztés két irányba indult el. Egyfelől kellett valami, ami tovább eltarthatóvá tette a terméket, mely a gyógyszergyártás elvárásai miatt volt szükséges. Másfelől olyan elemek kerültek a csepphez, amelyek hiánya akkor még nem volt kimutatható, és amelyre az azóta végzett kutatások mutattak rá. Így születtek meg a Béres Csepp továbbfejlesztett változatai. Fokozatosan bővült a termékpalletta a gyógyszergyártásnál, hiszen lépést kell tartani, ha fenn akarnak maradni ezen a piacon.

Személyes megnyilvánulások is elhangzottak a délután folyamán, mivel voltak olyanok a teremben, akik megküzdöttek a rákkal, és valóban sokat jelentett a Béres Csepp a felépülésükben. Mindent összefoglalva, szép és tartalmas délutánt tölthettünk el együtt, amelyben sokat gondolkodhattunk együtt világunkról, a természetről, emberi nagyságról, az önzetlenség és a másokon segíteni akarás világát megváltoztató erejéről.

„Csoda csak akkor történik meg, aki megingathatatlanul becsületes, s akit gyarló emberi gyengeségek nem tudnak eltéríteni.” – Béres József

Koncz Zsolt lp.

Egyházmegyei Női Konferencia Zsádanban

Felkeltünk – készülődünk – elindultunk – megérkeztünk. Az utazás mindig alkalom arra, hogy megosszuk egymással gondolatainkat: kérdéseinket, kételyeinket vagy épp örömeinket. 2023. április 29-én útrakeltünk, de nem csak fizikálisan, hanem lélekben is.

Az emmausi tanítványok története (Lk 24,13–35) alapján érkeztünk meg a Békéscsabai Református Egyházmegye Női Konferenciájára, hiszen Jézus lett az útítársunk. Ő velünk van, megszólít és teret enged a beszélgetésnek. Szava olyan gyógyító erő, mely kihoz a sérelmekből, az elégedetlenségből, a rest szívűségből.

Az élő Jézus közelségében megnyílik az értelem, felenged a szív. Sőt! Hevülni kezd: éled, bátorodik és lelkesül. Ezért jöttünk ide. Hogy hevüljön a szívünk! Hogy azt érezzük egymás mellé szegődtünk: előadónk mellénk, és nőszövetségek egymás mellé határon innen és túlról.

Kell még valami: a személyes döntés. Isten sohasem tolakodik. Ránk bízva a döntést. Jézus itt van velünk. Behívjuk a szívünkbe, az életükbe, az otthonukba? Megnyílunk a Vele való közösségre? Ha igen, akkor velünk is megtörténik: „*megnyílt a szemük, és felismerték Őt.*”

Legyen bátorságunk és elszántságunk megnyílni, érteni és majd így indulni tovább! – fejtette ki nyitó áhítatában *Koncz-Vágási Katalin*, nőszövetségi összekötő.

Professzor Dr. *Bagdy Emőke* klinikai szakpszichológus, a Károli Gáspár Református Egyetem emeritusa volt konferenciánk meghívott előadója, aki az *Anyalánya kapcsolat* rejtelseibe vezette be az egybegyűlteket.

Mondanivalójának alapvetését a női másság, a női egyediség adta. Isteni elrendelés, hogy két különböző entitás él a földön, mely se nem cserélhető, se nem változtatható. Olyan a férfi és a nő, mint a nappal és az éjszaka, vagy a Nap és a Hold. Női mivoltunk kibontakozása az elrendelt képességeink gyakorlásában ölt testet: szeretet adása, a fészkek létrehozása, vagy épp a hosszútávú nagy terhelés elviselése.

A férfi társunkkal akkor leszünk harmóniában, amennyiben kapcsolatunk komplementer módon épül fel. Az Isten előtt esküvel kötött házasságok jobban kifejezésre juttathatják azt a vágyat, mely egy nőben megfogalmazódik a társa iránt: „Adj nekem biztonságot és fejezd ki a szereteted!” A házasság olyan szövetség, ahol együtt hozzuk ki magunkból a

legjobbat. „*Egymás terhére bitorozzatok, és így töltsetek be Krisztus törvényét.*” (Gal 6,2)

A gyermekvállalás olyan közös lelki út az első pillanattól kezdve, melyet a mai tudomány már képes monitorozni. Az alapvető lélektani kötések az anyában, az apában és a gyermekben is mérhetők, hiszen biológiai értelemben hormonok szabadulnak fel. Ezért nevezhető például az oxitocin szeretet hormonnak, vagy kötődési hormonnak is. Minden egyes pici sejtbe be van írva az egész. Szeress és kötődj! Ki írta meg ezeket az automatizmusokat? Ez a teremtető Isten elrendelése.

A fejlődéslélektan több szenzitív időszakot különböztet meg, amikor is kinyílik egy- egy „ablak”, melyen keresztül érzelmi munícióval töltődünk fel. Ha elmulasztjuk megadni, akkor olyan űr marad, melyet felnőtt korban már nagyon nehéz pótolni.

Az első három évben olyan a gyermek, mint a szivacs: mindent magába szív. A második életévénél formálódik az életbátorság, majd jön a szociális születés, míg a harmadik és hatodik életév között az utánzás és a játék kora figyelhető meg, amikor is a gyermek bekebelezi a világot. Ekkor érezhet rá arra, hogy van egy másik valóság. Benne is ott van a magasabb dimenzió, a hit képessége.

A hit olyan, mint a gerincoszlop a testünkben, mellé társul a reménység, amely nem más, mint az azt körülvevő lelki izomzat. Lelki szervként fejlődik a lelkiismeret is, mely csönget, ha eltérünk a jótól, így irányítva a magasabb emberi minőség felé. Nem lehetünk földhözragadtak: ha nincs magasabb dimenzió, ha semmi sem korlátoz bennünket, akkor a minden nekem, a minden enyém elv uralkodik rajtunk. Ekkor megfordul a sorrend: a tárgyakat szeretjük, s nem az embereket. Az embereket használjuk (kidobjuk), a tárgyakat pedig szeretjük.

Tíz éves korig születik meg az önbizalom, majd megkezdődik a legbonyolultabb korszak, amikor is kinyílik az identitás szerveződés ablaka. Sok tévelygéssel jár ez az időszak. Legyünk felelősségteljesen gyermekünk mellett, hiszen bármennyire is azt gondolja, még nem képes mindenre. Most formálódik, alakul, hogy ki is ő valójában. Nem zavarhatjuk meg a természetes kibontakozási folyamatot. A lelki szerveket ki kell fejleszteni, majd pedig táplálni szükséges. Gyökerek épülnek ki, mégis szárnyra kap az ifjú lélek, akit hinni és bízni tanítunk – érzelmekkel szolgálunk. Csak így épülhet a jövő!

Professzor asszony előadása után bőséges teret és időt adott könyvei dedikálására és mindenki készíthetett vele személyesen is egy-egy fényképet. Oly kedvességet, szeretetet és jószívűséget sugárzott, melyből mindannyian részesedhettünk.

Az ebédszünet után folytatódott egymás jobb megismerése, hiszen mindaz, ami az asztaloknál kötetlenül és spontán zajlott, az egyházmegyei bemutatkozásokban bontakozott ki igazán.

A Hajdúvidéki Református Egyházmegye nőszövetségi életét *Sándor Enikő*, hajdúhadházi vallásoktató lelkipásztor, nőszövetségi összekötő mutatta be. Hat aktív nőszövetséggel ismerkedhettünk. Rájöttünk, milyen hasonlóak is vagyunk, illetve további jó ötleteket meríthettünk a saját szolgálatainkra nézve. „*A reménység Istene pedig töltsön be titeket a hitben teljes örömmel és békességgel, hogy bővítködjetek a reménységben a Szentlélek ereje által.*” (Rm 15,13)

Baranya Pálné, Kati a kunhegyesi nőszövetség vezetőjeként, illetve a Nagykunsági Református Egyházmegye nőszövetségi koordinátoraként ismertette meg a hallgatósággal a megyei szolgálataik sokszínűségét. Köszönjük az énekes köszöntőt, és azt a vidámságot, keresztyén derűt, mely szavaiból sugárzott.

2019-ben született meg az a testvér nőszövetségi megállapodás, mely a békési és a marosi egyházmegye nőszövetsége kötött egymással. A kölcsönös megismerkedés a már mögöttünk lévő pandémiás időszak miatt kissé eltolódott, de Isten kegyelméből Zsadányban végre megismerhettük a Marosi Református Egyházmegye küldöttségét. Hálásan köszönjük nagytiszteletű *Czirmay Csaba Levente* esperes úr támogatását, aki feleségével, *Czirmay Izabella Máriával*, a Marosi egyházmegyei nőszövetségi elnökével, Marosludasról érkeztek. Esperes úr a hétvége zárásaként, a békési egyházmegye esperesi székhelyén: Zsadányban hirdette Isten Igéjét.

A középerdélyi régió, mely négy egyházmegyét (Görgényi, Küküllői, Maros-Mezőség, Marosi) foglal magába, szerteágazó nőszövetségi életét *Bukovinszky Csáki Tünde*, Marosvásárhely I. Vártemplomi lelkipásztor mutatta be, mint a régió nőszövetségi elnöke. A mintegy száz női közösség szolgálatába képes beszámolója engedett bepillantást, több új lehetőséget, szolgálati területet is felvillantva előttünk. A 2023-as vezérigéjüket a szívükre helyezve zárta bemutatkozását: „*Ezeket azért mondom nektek, hogy az én örömöm legyen bennetek, és örömtöke teljes legyen.*” (Jn 15,11) Nagytiszteletű asszonyt, aki vasárnap igehirdetéssel is szolgált Gyulán, illetve *Menyhárt Katalint*, aki a Marosvásárhelyi Cserealjai gyülekezet képviselőjeként érkezett, a gyulai nőszövetség látta vendégül.

A küldöttség tagjaiként megismerkedhettünk még *Tamás-Nagy Emese* lelkésznővel, aki az Istvánházi Református Gyülekezetben, illetve *Torkos-Demeter*

Henriettával, aki Marosugrán, szolgált. Mindkettőjüket a körösladányi gyülekezet látta vendégül. Vasárnap *Tamás-Nagy Emese* Körösladányban, míg *Torkos-Demeter Henrietta* a békési református templomban szolgáltak igehirdetéssel.

„*Egyedül nincsenek csodák*” – mondta professzor asszony az előadásában. Istennek adunk hálát, hogy nem vagyunk egyedül. Soha nem is voltunk. Az élő Úr velünk van, s társunkká szegődik mindörökké. Értelmet és célt nyert ez a nőszövetségi találkozó. Hevült a szívünk! Lelki munícióval gazdagodtunk: egyszerre erősítette a gyökereinket és adott olyan szárnyakat, melyek a hit és a bizalom útján vezetnek.

Köszönjük a békési egyházmegye esperesének, nagytiszteletű *Demeter Ottó* és felesége, *Demeter Ottóné, Zsuzsa* nagytiszteletű asszony, valamint a zsadányi gyülekezet és nőszövetség odaadó és figyelmes vendégszeretét. Isten áldása legyen szolgálataikon!

Találkozunk 2024-ben Körösladányban!

dr. Koncz-Vágási Katalin
egyházmegyei nőszövetségi összekötő

„Építsünk oázisokat minél többen a nevelés mai sivatagjában”

„*Ha a néphagyományt nemcsak múzeumnak használnánk, hanem életformáló erőként, rengeteget tanulhatnánk ezekből a kincsekből, ahogyan a természet közelségéből is. Többek között rugalmas problémamegoldásról, empátiáról, figyelemkoncentrációról vagy a vágyteljesítés késleltetéséről*” – mondja *Pécsi Rita*, aki nagy problémának látja, hogy sok mai gyerek csak a mechanikus, gépi világgal érintkezik, az élő világgal alig, saját két kezével pedig még annyit sem alkot.

2020-ban, a pandémia kirobbanásának évében jelent meg *Fejleszt vagy rombol?* című könyve, amelyben az okoseszközök túlzott használatának veszélyeiről, illetve az okos használatukról ír. Ez volt az az időszak, amikor kénytelenek voltak még olyanok is képernyő elé ültetni a gyerekeiket, akik egyébként nem tették volna. Bár a járvány lecsengett, azóta mintha még több fiatal ragadt volna az online térben. *Milyen veszélyeket rejt ez a gyerekek, a kamaszok számára?*

Azt gondolom, akármilyen köntösben – például a digitális oktatásban, edukációs céllal – jelenik is meg a géphasználat, mindenképpen hat. Nem célom a jelenség demonizálása, mert nem gondolom, hogy szülőként, nevelőként az lenne a feladatunk, hogy teljesen kizárjuk ezt az életünkben, hiszen sok esetben rendkívül hasznos is lehet. Viszont biztos vagyok benne, hogy veszélyesen megtévesztő, ha teljesen ártalmatlannak tartjuk. Észre kell vennünk, hogy az okoseszközök mesterien megtervezett

nyomást gyakorolnak ránk, az általuk generált dopaminadagoláshoz nagyon könnyen hozzászokunk, képtelenek leszünk leszakadni róla, és ürességet érezhetünk, ha például nem nézegetjük ötpercenként a telefonunkat. Ez nemcsak a gyerekeinket, hanem minket, felnőtteket is ugyanúgy érint.

Érdemes megnézni, hogy a különféle applikációk, játékok hogyan működnek: viszonylag könnyű sikert ígérnek, azonnal visszajeleznek és jutalmaznak, a kudarcok pedig kevésbé erősek. Elhitetik velünk, hogy közösséghez tartozunk, sikeresek és alkotóképesek vagyunk. Ha pedig megunjuk, már ugorhatunk is a következő felületre vagy alkalmazásra. Felnőttként is pontosan látjuk, tapasztaljuk, milyen az, amikor például csak egy cikket szeretnénk elolvasni a neten. Borítékolható, hogy még legalább négy-öt másikat kinyitunk mellé, görgetünk, a „katt ide” mentén tallózzgatunk. Közben észre sem vesszük, és már el is telt háromnegyed óra.

Ez az egész mechanizmus arra épül, hogy a tudatos figyelmet minél tovább a képernyő előtt tartsa. Nem véletlen, hogy a legnagyobb tech-cégek neurobiológusokkal dolgoztatják ki, mikor kell adagolni azt az impulzust, ami az adott felhasználót még ott tartja a gépnél. Ahogyan az sem, hogy számtalan programot azért fejlesztenek ki, hogy feltérképezzék a szokásainkat.

Mi a véleménye arról, hogy már egészen kicsi gyerekek, babák elé is képernyőt tesznek?

Mivel a fejlődésben levő idegrendszer fékjei még nem épültek ki, egy kisgyermek akár órákig is képes tátott szájjal bámulni egy elé tett tabletet. No, nem azért, mert annyira követi, egyszerűen transzhatás alatt áll. A kutatók ezzel kapcsolatban teljesen egyetértenek, amikor azt mondják: 0-tól 3 éves korig nulla képernyő! Mert nemhogy nem hasznos, de kifejezetten káros és visszafordíthatatlan hatással van erre a korosztályra. Ahogy óvodáskorban és a kisiskolásoknál sincs helye a túlzott mértékű géphaszolásnak. Ehhez képest egyre gyakrabban látni – például egy étteremben –, hogy ötből három kicsi gyerek kezében ott az okostelefon, miközben ülnek az etetőszékben.

Sok olyan kismamát, szülőt is látok, aki kiviszi a gyereket a játszótérre, és bár löki a hintát, a fülén van a telefonja. A legnagyobb baj az, hogy ennek olyan erős rejtett üzenete van, aminek jelentőségével nem is biztos, hogy tisztában vagyunk. A kicsi ugyanis ebből azt érezheti, hogy anya, apa most nem vele foglalkozik – pedig ez az ő ideje lenne –, és hogy ő felesleges, csak útban van. Olyan veszteségekkel kell számolnunk, amikre nem is gondolunk. Ezért is lenne érdemes nevelőként, szülőként is ezeket a

hatásmechanizmusokat alaposabban átgondolnunk, és ráébrednünk, hogy az arányokat helyre kellene tennünk.

Kezdbetnénk mondjuk egy alapos önvizsgálattal?

Pontosan. Magunkkal szemben olyan megbocsájtóan hangoztatjuk, egyfajta önigazolásként, hogy mindez azért van, mert függők vagyunk. Közben pedig fel sem fogjuk, mit mondunk ezzel. Nyilván kizárni nem lehet és nem is kell az életünkéből az okoseszközöket, viszont egy alapos szemléletformálásra szükség lenne ahhoz, hogy lássuk, a használatuknak milyen hosszútávú következményei vannak. Ismerjük fel a jó megoldásokat, gyakorlatokat is, hogy jó szokásokat tudjunk kialakítani, példát tudjunk mutatni a gyerekeinknek!

Kezdetnek például megállapodhatunk abban, hogy a közös étkezéseknél nem tesszük ki a telefonunkat az asztalra.

A másik nagy probléma, hogy rengeteg mai gyerek zömében csak ezzel a gépi világgal érintkezik, az élő világgal alig. Holott az idegrendszernek nagy szüksége lenne a természettel való kapcsolódásra is. Nem beszélve a kézzel alkotás fontosságáról. A mai iskolások – tisztelet a kevés kivételnek – hol fognak fát, csavarhúzó vagy tűt, gombot a kezükbe? Pedig ezek a tevékenységek az agynak azon területeit fejlesztik, amelyek például az olvasáshoz is szükségesek.

Sokszor elgondolkozom rajta: a már meglévő tapasztalatainkat, a tudomány által sokszorosan felkínált ismereteinket hogyhogy nem alkalmazzuk? Tisztában vagyunk például azzal, hogy a matematikai vagy logikus gondolkodás milyen szoros összefüggésben van az egyensúlyérzék kialakulásával, vagy hogy a képernyő bambulása leállítja a testérzékelést. De az ilyen felismeréseinket vajon miért nem vagyunk képesek átvezetni a hétköznapi gyakorlatába? Azt lehet mondani, hogy az okoseszközeinket sajnos nagyon bután használjuk. Azt az értéket, amit az okoseszközök révén megteremtettünk, nem a saját magunk épülésére, javára, hanem az emberi értékek lebutítására fordítjuk. Azt hiszem, a 21. század egyik legnagyobb kihívása, hogy összhangba hozzuk, mi az, amit nyerhetünk, és mit veszíthetünk ezáltal.

Egyik előadásában arról beszélt, hogy a magyar iskola rendszer alig foglalkozik a gyerekek érzelmi intelligenciájának fejlesztésével, szinte csak a kognitív képességekre összpontosít. Holott, ahogy fogalmaz, ez mindössze húsz százaléka az agyi kapacitásoknak. Ezek szerint ez sem a legjobb irány?

Az érzelmi intelligencia hihetetlenül fontos, úgynevezett tartó készség: mindazt, amit az agyunk

kognitív részébe „beleteszünk”, ez a terület lenne képes igazán hatékonyan alkalmazni. Ehhez képest annak a gyors átfutású ismeretközlésnek – amire nagyon sok esetben rákényszerülnek a tanáraink – nem sok köze van az élethez. Mi mégis 90 százalékban ebbe az irányba hajtjuk, préseljük a gyerekeket. Tulajdonképpen becsapjuk őket, mert bár a bizonyítványukat kiállítottuk jelesre, a huszonéves fiataljaink nagy százalékban nem találják a helyüket az életben. Ezen túl az okoseszközök okos használatához is ezeknek a készségeknek a fejlesztésére lenne a legnagyobb szükség. A döntésképeség, az impulzuskontroll, a vágyteljesítés késleltetése, a rugalmas problémamegoldás, a hatékony kommunikáció, az empátia, a figyelemkoncentráció – ezek mind az érzelmi intelligencia, illetve a társas intelligencia készségei, amelyek kizárólag sokszor átélt élményekkel, tapasztalatokkal és valós kapcsolatokkal fejleszthetők.

Egyre gyakrabban emlegetjük a reziliencia fogalmát, ismerjük fel a fontosságát, hisz a mai, gyorsan változó világban muszáj tágitanunk a tűrőképességünk határait, de a gyerekeinket sem ártana erre felkészíteni. Hogyan tudjuk segíteni őket ebben?

A reziliencia egy nagyon összetett képesség, amelynek fejlesztési terepe tulajdonképpen maga az élet, a valóság. Sokat lehet tanulni róla a természettel való kapcsolatunkban, de egy közösségből is. Ott ugyanis, ha elegünk lesz a többiekből, akkor egy gombnyomással nem lehet kikapcsolni őket, ahogy azt a gép előtt ülve megtehettük. Az együttműködés gyakorlatát valós és nem virtuális együttműködés során tudjuk megszerezni, sehogy máshogy. Érdekes lenne komolyabban visszanyúlnunk a népi hagyományainkhoz, játékainkhoz, a meséinkhez, amik ezt meglepően komolyan magukban hordozzák.

Ha a néphagyományt nemcsak múzeumnak használnánk, hanem életformáló erőként, rengeteget meríthetnénk ezekből a kincsekből is. Arról nem beszélve, hogy egy agyonföltett gyerektől milyen alapon várjuk el hirtelen, hogy viselje el, hallgassa végig, maradjon türelmes, ne szóljon bele, várja meg... Türelemre taníthatna ugyanígy egy közös étkezés is, amit szintén gyakorlatilag kiirtottunk az életünkéből. Nem is gondolnánk, hogy ezek az egészen apró, hétköznapi szokások is micsoda fejlesztő hatásúak lehetnének!

A jó hír viszont az, hogy tudunk változtatni. *Josef Kentenich*, az organikus pedagógia szemléletének megalkotója fogalmazza meg azt a gondolatot, hogy oázisokat mindenki tud teremteni. Mi a mi saját kis oázisunk, hol tudunk proaktívak lenni? Vezessük be a jó szokásokat a családukba! Keressük a hasonlóan

gondolkodó közösségeket – iskolát, óvodát, egyházi közösséget, kórust –, családokat, amelyek a gyerekeink számára is megtartó erőt jelenthetnek.

Most éppen min dolgozik? Mivel foglalkozik?

A legutóbbi könyvemben az identitás kialakulásával foglalkozom, azt gondolom, ebben is segítséget kellene nyújtani a szülőknek. Emellett leginkább szívügyemmel, az érzelmi intelligenciára épülő organikus pedagógiával foglalkozom, ezt a szemléletmódot próbálom továbbra is a szülőknek, nevelőknek, családoknak, vezetőknél átadni. Amellett, hogy az Apor Vilmos Főiskolán tanítok, férjemmel járjuk az országot és Nagy-Magyarországot, évente több mint négyszáz előadást tartunk, és már két felsőfokú kurzusunk is fut a témában, Szombathelyen és Budapesten. Úgy gondolom, aki megízleli ezt a szemléletmódot, nagy segítséget kap a hétköznapijaihoz. Hiszem, hogy egyúttal munkatársakat is nevelünk. Azt szeretnénk, hogy minél többen legyenek, akik oázisokat építenek a nevelés mai sivatagjaiban. Ott, ahol élnek, dolgoznak, azokkal a lehetőségekkel és kapcsolatokkal, amik adatnak nekik. Sokan szomjazzák ezt az éltető erőt.

Ottlik Judit
kepmas.hu

Édesanyák vasárapja

„Bizony, az Úr ajándéka a gyermek, az anyaméh gyümölcse jutalom.” (Zsolt 127,3)

„Megfeledeznek-e csecsemőjéről az anya, nem könnyörül-e méhe gyermekén? De ha ő meg is feledkezne, én akkor sem feledkezem meg rólad! - Mert gyönyörködik majd benned az Úr.” (Ézsaiás 49,15; 62,4b)

Hol lakik a szeretet? – Volt egy kislány, akinek az volt az álma, hogy a szeretet megtalálja. Pankának hívták, és egészen kicsi volt még, amikor eldöntötte, hogy ő bizony megkeresi a szeretetet. A szülei és a testvérei csak nevettek rajta, hogy lehet ilyet mondani, hogy valaki a szeretetet akarja megtalálni? De Panka egészen komolyan vette a feladatot, mindenhol és mindenben a szeretetet kereste. Azt remélte, hogy ha megtalálja, a szeretet örökre az övé lesz, mindig szeretni fog és őt is mindig szeretni fogják.

Első nap, amikor szülei óvodába vitték, alig várta már, hogy együtt játsz hasson a gyerekekkel. De az egyik kislány jól meghúzgálta a haját, amikor levette a babát a polcra, míg a fogócska alatt a fiúk lökdösődtek. Nehéz volt az első nap, és a kislány nem sok szeretetet kapott azon a napon. Amikor az anyukája végre megérkezett érte az oviba, nem is

bírta tovább sírás nélkül. „Engem itt senki sem szeret” – zokogta anyukája karjaiban, - „hogy fogom így a szeretetet megtalálni, ha engem csak bántanak?”

Panka anyukájának nagyon jó ötlete támadt. Az oviból hazafelé vettek egy szép naplót, és amikor hazaértek, rajzoltak bele egy piros szívecskét. „Panka” – szólt a kislány anyukája -, „ha úgy érzed, hogy nehéz a szeretetet megtalálni, mindig rajzolj ebbe a naplóba egy szívet.” Pankának nagyon tetszett az ötlet, a párnája alá tette a naplót és úgy vigyázott rá, mint a szeme fényére. Itt van a párnám alatt a szeretet – gondolta, és szinte érezte, ahogyan a piros szívecskék melengetik a kicsi szívét.

Egyszer egy este szülei fáradtan érkeztek haza a munkából. Először csak halkán vitatkoztak, majd egyre hangosabb beszéd szűrődött ki a konyhából. Panka rájött, hogy a szülei veszekednek. Még soha sem hallotta őket így vitatkozni. Azt már tudta, hogy mi az a veszekedés, mert az oviban sok mindent látott és hallott. Gyűltek is emiatt a piros szívecskék a naplójában. De nagyon fájt neki, hogy a szeretet helyett még a szülei is veszekednek. Még a potyogó könnyei sem tudták megakadályozni abban, hogy az eddigi legnagyobb szívet rajzolja a naplójába. „Most nagyon kell a szeretet” – suttogta, miközben a szívet pirosra színezte.

Teltek-múltak az évek, Panka már iskolás lett, de ugyanaz maradt az álma! A piros szívekkel telerajzolt naplók hamar beteltek, de sebj, vettek az anyukájával egy másikat! A naplók őrizték Panka életében a szeretet keresésének történetét. A sok belerajzolt szív mutatta, hogy egy kisgyerek is mennyi bajjal találkozik. Panka tovább kereste a szeretetet akkor is, amikor már nagy iskolás lett. Szerintetek mekkora volt az a szív, amit akkor rajzolt, amikor első szerelméről kiderült, hogy igazából nem is szerette őt? Vagy amikor kiderült, hogy a többiek csínytevése miatt kapott ő is beírást az ellenőrzőjébe? A nagylány Panka esténként ugyanúgy elővette a naplót és szíveket rajzolt bele.

Egy este Panka, egy nehéz iskolai nap után zokogva kérte anyukáját, hogy beszéljessenek. A szeretetet olyan nehéz megtalálni! Tele van szívekkel ez a napló, de az életben kellene ezeknek a szíveknek ott lennie! – mondta édesanyjának.

„Te egy csodálatos gyermek vagy, hiszen a szeretetet keresed kicsi korod óta.” Panka sírva mondta: „De hát soha nem találom meg!” „Dehogynem! Amikor az első szívet berajzoltad a naplóba, már tiéd volt a szeretet! Tudod, ez a legfontosabb az életben – észrevenni a szeretetet és küzdeni érte, ha kevés van belőle, vagy ha egyáltalán nincs. Maradjon meg mindig is ez a célod, hogy te a

szeretetet keresed. Születésed óta imádkozom azért, hogy ez így legyen.”

A szeretet benned lakik. Benned, mint édesanyában. Benned, mint nagymamában. Benned, bennünk, mint gyermekekben. De, amint a történet mutatja, nem is olyan egyértelmű ez, mint gondolnánk.

Az állatvilág is ismeri az anyai szeretet fogalmát, de nem olyan mértékben, mint az ember. A mama oroszlán is megküzd mindennel kölyke érdekében, de eljön a pillanat, mikor el kell engednie az önálló életre – a természet törvénye szerint – s megeshet, hogy később már nem is tudják, hogy kik ők valójában egymásnak, s megküzdenek a jobb élőhelyért.

Az ember más! – még akkor is igaz, ha vannak kirívó ellenpéldák. Más vagy, kedves édesanya, nagymama. Mások vagyunk. Ez a másságunk akkor tudatosul bennünk, amikor ráébredünk, hogy életet hordozunk magunkban: a szívünk alatt. Amikor gyermeket vár egy nő, sokféle kifejezéssel illetik:

Allapotos – ez leginkább ezt a most említett megváltozott állapotot adja vissza. Milyen jól. Mennyire más dolgok lettek egyszerre finomak és kíváncsok, vagy épp teljesen utálatosak.

Terhes – sokan nem szeretik ezt a jelzőt, mert inkább negatív érzelmeket sugall, de azért ott van benne az is, hogy milyen nehéz, kivált a legvégén, az élet hordozása.

Áldott állapotban van – magyar nyelvünk egyik legszebb kifejezése ez. Áldáshordozónak lenni. Élethordozónak lenni. Életadónak lenni. Isten ezt a csodát ránk bízta, nekünk ajándékozta. Jutalmul kaptuk tőle. Ez a mi kiváltságunk. Nem lehet odaadni, vagy megvásárolni, előállítani. Isten úgy teremtette meg az embert férfivá és nővé, hogy az élet továbbadásának áldását ránk bízta. Már az első édesanya neve is ezt mutatja a Bibliában. *Éva* – „*hívva*” jelentése: minden élő anyja. Istentől él minden!

Az egyházmegyei női konferencián hallhattuk *Dr. Bagdy Emőke* professzorasszony előadását, s bár ismerhetjük őt könyveiből, az internetről, de azért élőben hallani, más volt. Ő mondta, hogy napjainkban már a szeretet is mérhető, hiszen akkor, amikor rápillantunk a gyermekünkre, s ő visszanéz ránk, biokémiai folyamatok indulnak be, hormonok szabadulnak fel, s ezeket a mai tudomány már képes nyomon követni. Ez fantasztikus. Ezek a mechanizmusok pedig automatizmusok, vagyis maguktól működnek.

De arra nem képes a tudomány, hogy elindítsa ezeket. Vagyis minden összetevőt összerakhatunk, az nem kezd el élni, nem hogy életadóvá válni. Ez csak az Istentől lehetséges. Ez a kikutathatatlan isteni

teremtés, az isteni elrendelés. Az Ő áldása kell ahhoz, hogy az élet, élet legyen, s továbbadható legyen.

Ezért adunk hálát. Ezt köszönjük meg, s ezért köszöntjük az édesanyákat. Ezért hallottuk a prófétai szót: „*Megfeledeznek-e csecsemőjéről az anya, nem könnyörül-e mébe gyermekén?*” Olyan kérdés ez, amely önmagában hordozza, sőt, kiabálja a választ: nem. Az anyai szeretet örök, elmúlhatatlan. Az anyai szeretet Isten áldása, annak a másságnak a visszatükröződése, amelyről az előbb hallhattunk – de még hiányos a leírás. Miért?

Anyai másságunk tudjuk, hol kezdődik, de hol ér véget? Véget érhet valaha édesanyának lenni? Nem. Sohasem szűnünk meg gyermekünket szeretni. Még akkor sem, ha idővel megnő a távolság. Nem felejt el az ember, hogy kit hozott a világra. Mondjon, tegyen bármit. Azt sem felejtjük, hogy ki adott nekünk életet.

*„Hosszúra nyúlt az út, anyám,
Sok volt a seb, s a béke késett.
Ma mégis, mégis köszönöm neked
Világra szülő szenvedésed.”*
(Áprily Lajos)

S bár lehetnek ellenpéldák, a próféta is tudott ilyenről, mert azzal folytatja, hogy még ha az anya megfeledezne is gyermekéről, de nem lehet ilyen, az Isten akkor sem felejtkezne meg rólunk. Az Isten nem hagy el minket. Még akkor sem, ha az ember a legmélyebben van, önmaga vagy más révén. Isten velünk van, mert az életünket Ő indította el. Mert úgy szeret, ahogyan Pál apostol egykor megfogalmazta. Ez az isteni szeretet felülmúlhatatlan. Ez az isteni szeretet mérhetetlen: türelmes, jóságos, nem irigykedik, nem kérkedik, nem fuvalkodik fel. Nem bántó, nem a maga hasznát nézi, nem haragszik. Nem hamis, hanem örökké igaz. Mindent betakar, mindent átölel. Mindent hisz, remél és mindent eltűr. Ezt a szeretetet nem tudjuk földi életünkben máshoz hasonlítani, mint az édesanyai szeretethez.

Kedves Édesanyák! Kedves Gyermekek! Ez a szeretet hozott ma mindannyiunkat a templomba. Ezzel a szeretettel szólaltok meg, hogy köszöntsétek a számotokra a legdrágábbat, az anyukátokat. Ez a szeretet az, amely könnyes szemünkben, olykor megtépázott szívünkben, de mindörökké lüktet bennetek, bennünk édesanyák és nagymamák: ez a szeretet soha el nem múlik. Ámen

KVK

Festetics Pálné: Egy álom

Álmodtam... Egy nagy kastélyban laktunk,
Várkastély volt ez, mélység alattunk.

Számos kis ablak vágva a falban,
Gyakorta kinyílt egyikük halkán.

Sorjában nyíltak reggel vagy este,
Éltető napfényt be-beeresztve.
Szélben, viharban zárva maradtak,
Mindig épségben volt a sok ablak.

Valaki volt, ki híven állt a vártán,
Ne nyúljon hozzá senki garázdán.
Napnyugtakor, mint anya gyermekét,
Az ablakokat féltve befödtek.

Így állt a vár, s a keskeny ablakok
Fénylettek sorban, mint a csillagok.
Belátni rajtuk sosem lehetett,
Csak madár szállt ott és a fellegek.

Az alkonypírban aranyos lepel
Kúszott a toronyablakokig fel...
S a hold sarlója amíg fel nem jött,
A zászlórúdon rezgett, tündöklött.

Felébredtem. Ágyamnál ült anyám,
Szeme mosollyal függesztve reám.
A mély érzések hő szeretetét
Sugaras szeme szórta szerteszét.

Íme az álmom! – A „vár” én vagyok,
Elmém tudása apró ablakok,
Melyeket sorra Ő nyitogatott...
Szíve kincséből de sokat adott!

Csak azt tanultam, ami jó, nemes,
Melyeket tudni hasznos, érdemes.
Alantas dolgok nem érhetek el...
Pacsirta volt Ő s az fent énekel.

Nem is lehetek rossz ember soha,
Nem lehet sorsom sivár, mostoha.
Anyám szíve mindent beragyog,
Amíg csak élek, amíg meghalok.



Gyerekoldal

Pünkösd története

Jézus feltámadása után elküldte a tanítványait, hogy mindenkinek mondják el a földön a jó hírt. De nem csak egyszerűen elküldte őket, hogy: - Menjete, és boldoguljatok úgy, ahogyan csak tudtok! Ha sikerül, akkor ügyesek voltatok. Jézus a tanítványoknak megígérte, hogy a küldetésükhöz megadja a megfelelő segítséget. És Ő meg is tartotta az ígértét.

Amikor a tanítványok megértették, hogy Jézus már nem sokáig lesz velük a földön, akkor nagyon elszomorodtak. Nem is tudták, hogy mihez kezdjenek! Visszamentek hálászni, és nem kezdték hirdetni az evangéliumot. Úgy érezték, hogy hiányzik nekik a támogatás, a biztatás, a bátorítás. Jézus nélkül nem megy. Igaz, hogy Jézus többször is megígérte, hogy a gyermekei nem maradnak segítség nélkül. De mégis egyedül érezték magukat. Hiszen Jézus már nincs velük.

Jézus megtartotta, amit megígért. Miután az Atyához felment a mennybe, maga helyett küldött valakit. Küldött valakit, aki segíti, vigasztalja, bátorítja a tanítványait, aki tanácsokat és ötleteket ad nekik. Akit elküldött, az nem más, mint a Szentlélek, akiről azt ígérte Jézus, hogy láthatatlanul, mindig, mindenhol velük lesz. Így a tanítványok nem érezték már magukat árván Jézus nélkül sem. Honnan tudták, hogy velük van a Szentlélek?

Egy különleges napon mindannyian megtapasztalták. Mindannyian átérték, amikor megérkezett hozzájuk a Szentlélek. Ez Jeruzsálemben történt, egy házban. Amikor szerte Jeruzsálemben rengeteg ember volt. Hiszen nagy ünnep volt.

Amikor megérkezett a Szentlélek, akkor a tanítványok azt érezték, hogy erővel töltődnek fel. A házat hatalmas szélhez hasonló zúgás töltötte be és lángnyelvek jelentek meg a tanítványok feje felett. Mindannyian, kivétel nélkül mindnyájan felbátorodtak. Mire bátorodtak föl? Hogy beszéljenek mindenkinek Jézusról! Hadd tudja meg mindenki, hogy Jézus él! Nem is tudtak már abban a házban bent maradni. Tudták, hogy ki kell menni az utcákra. Menni kell a sok-sok emberhez, akik ott ünnepelnek! És ők semmit sem tudnak Jézusról. Beszélni kell nekik Jézusról. Vajon féltek attól, hogy kinevetik őket? Nem, mert a Szentlélek bátorságot adott nekik. Az összes tanítvány azonnal tanítani kezdett Jézusról.

Aztán Péter kezdett beszélni Jézusról. Beszélt arról, hogy hogyan élt Jézus. Beszélt arról, hogyan halt meg, és hogy feltámadt. És nagyon nagy csoda történt. Mert a sok ember, aki nem is tudott beszélni Péter nyelvén, mind megértette, amit Jézusról tanított. És az még nagyobb csoda volt, hogy el is hitték sokan.

Igaza volt Jézusnak, a Szentlélek valóban nagyon segít. És pünkösdötől kezdve a tanítványok tudták, hogy a Szentlélek van velük. Jézus helyett, és segíti, vezeti, bátorítja őket. És ettől kezdve mindig a Szentlélek segítette őket. Nem voltak már egyedül akkor sem, ha egy ember sem volt mellettük.

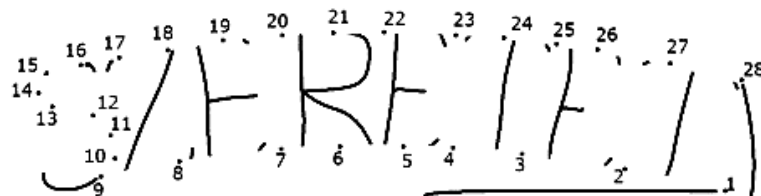
ApCsel 2, 1-11

KERESS 12 KÜLÖNBSÉGET A KÉT RAJZ KÖZÖTT!**...mindenki a saját nyelvén hallotta, amint beszéltek...**

Színezd ki!



MI ÁRAD A SZÍVÜNKBE A PÜNKÖSDI SZÉLLEL?



Gal 5,16-25

Kösd össze a pontokat!

Ünnepé való pillantok

A hétköznapiak sorában vannak olyan kiemelkedő pillanatok, melyek ünnepé válhatnak. Nem kell hozzá más, csak az, hogy emberek együtt legyenek, együtt tevékenykedjenek, együtt próbáljanak meg bejárni utakat, együtt tekintsenek az égre, vagy épp önmagukba, és együtt döbbenjenek rá, hogy milyen sokra képes az ember, sőt mennyivel többre az Isten mibennünk. Keresztyénekén, ahogy közeledünk pünkösdi ünnepe felé, egyre jobban keressük ezt a fajta közösséget, amely gyülekezetünknek is alapját és szerves részét képezi.

Aldozócsütörtökön, Jézus mennybemenetelének ünnepéből indultunk, és másnap megérkeztünk a **Szeretethíd** önkéntes napra. Évek óta megszervezzük a Magyar Református Szeretetszolgálat koordinálása által, csatlakozva sok száz kárpát-medencei református gyülekezethez. Ebben az évben is szebbé tettük környezetünket, hiszen virágokat ültettünk intézményeink területén. Nagytakarítást végeztünk templomunkban, frissé, üdévé téve a belső teret. Kimentünk a temetőbe is, hogy rendbe tegyük, majd pedig megkoszorúzzuk egykori lelkészeink, és családtagjaik sírját. A munka végén együtt ebédeltünk, és az asztal mellett még egy jóízű beszélgethettünk is. Az együttlét öröme tette ünnepé, különlegessé és értékessé e napot.

Másnap gyülekezetünk fiataljaival, valamint az ebben az évben konfirmálókkal közösen indultunk *Nagyváradra*, amely néhány évvel ezelőtt adott helyet a Református Egységnap Rendezyénynek. Csak egy-egy részét, vagy egyet sem ismertük a városnak, de a teljes képet senki sem látta még. Úgy indultunk el, hogy mindent szeretnénk felfedezni a városból, bár talán nem is sejtettük, hogy ez mennyi sétával is jár majd.

Az *Újvárosi Református Templomnál* és a *Partiumi Keresztyén Egyetemenél* kezdtük utunkat. *Herdeán Gyöngyi* tiszteletes asszony nagyon sok mindent elmondott a templomról, gyülekezetről, melybe beleszötte a város történelmét is. A vendégszeretet kedvessége kézzelfogható volt. Nagyon figyelmesek voltak a helyiek, a magyar szóra rögtön segítettek, útba igazítottak, szóba elegyedtek velünk. Olyan természetes és jóleső érzés volt ezt megtapasztalni.

A város csodálatos szecessziós épületei páratlan élményt nyújtottak. A *Fekete Sas Palota*, a *Sebes-Körös*, a *Szigligeti Színház*, az *EMKE Kávéház*... bepillantást adott az egykori Nagyvárad pezsgő irodalmi, kulturális életének emlékeibe. A nagy írók és költők társaságában, illetve az ő szoborcsoporthoz mellett le is fényképeztünk, majd ellátogattunk az *Ady Endre Emlékmúzeumba* is, ahol sok érdekességet

megtudhattunk híres költőnk nagyváradi életéről. Innen sétáltunk az ún. katolikus negyedbe, megtekintettük a csodálatos *Székesegyházat*, a *Püspöki Palotát* és a *Kanonoksort* is. A gyönyörűen felújított parkban pedig megpihenhetett az eltikkadt társaság, elfogyasztottuk az ebédünket, hogy legyen elég erőnk elindulni utolsó állomásunkhoz, a *Várhoz*. Ott kellett szembesülnünk azzal, hogy egy komolyabb beruházás miatt a vár egész környéke alig megközelíthető, és szinte csak egyetlen út maradt... Jókora kerülővel juthattunk csak el a bejárathoz. Belecsöppentünk a *Festum Varadinum 2023* rendezvénybe: kirakodó vásár és különböző programok, melyeket mindenki szabadon végigjárhatott. A kialakított pihenő pont azonban nagy népszerűségnek örvendett..., hiszen mind elfáradtunk. Végül pedig a Sebes-Körös bal partján sétáltunk vissza a járművekhez. Nagyon sok élménnyel lettünk gazdagabbak, és jó volt így is együtt lenni.

Így jutottunk el a *Magyar Református Egység* vasárnapjához, a szeretet hídjainak egybeforrásához. Gyülekezetünkben keresztelővel, felnőtt konfirmációval ünnepelhettük meg magyar református összetartozásunkat.

Felemelő és élményekben gazdag négy nap emlékével, az ünnepi pillanatok megélésével készülhettünk Pünkösdi ünnepére. Hálát adunk Isten ajándékozó szeretetért, s reméljük, hogy e közösség tagjaiként mindig megtaláljuk a pillanatok szépségét, egyediségét, ünnepi voltát.

Koncz Zsolt lp.

Lelked, ha fázik...

Ha hideg van fázol, kabátot veszel,
szabad nyakadra, meleg sálát teszel.
Dermedő ujjaid pamut kesztyű védi,
kalap a fejed, ha a szél hajadat tépi.
Viszont... ha leked fázik, és megfagyott
hiába a test, mit az Isten rárakott
üveges, rideg lesz a tekinteted
nem veszed észre, ha a boldogság integet.
A lelket mi melegíti? – a szeretet
olyan mint a tűz, kialszik ha nem dédelgeted.
Bezárul, akkor már hiába minden, árva
fázik csak, a megváltó szeretetre várva.
Ne panaszkodj akkor! – csak te tehetsz róla
hagytad, a gyűlölet rideg sötétbe tiporja
leked, hát segíts magadon!
Hagyd az utat, a szeretetnek szabadon!
(Böleskei Gusztáv)

Szívpárna program

A Sarkad-Belvárosi Református Egyházközség Nőszövetsége 2021 telén új szolgálati ágba kapcsolódott be: a Szívpárna Programba, mely az Amerikai Egyesült Államokból indult 2001-ben. Magyarország 2010-ben csatlakozott a nemzetközivé vált mozgalomhoz. Azóta több civil és egyházi önkéntes csoport készít párnákat.

2022-ben így folytatathattuk a már megkezdett programunkat és újból hozzáfogtunk a Szívpárnák elkészítéséhez, melyet idén is nagy gondossággal valósítottunk meg. A nehezülő gazdasági körülmények miatt, csak komoly szervezési munkálatok után tudtunk jó minőségű, ugyanakkor kiváló ár-érték arányú tömőanyaghoz jutni. Ebben a folyamatban köszönetünket fejezzük ki a budapesti székhelyű Winter Bt. egyik tulajdonosának, Winter. B. Évának, akiktől az ipari vattát beszerezhettük. Sőt! Abban is segítségünkre voltak, hogy a Sarkadra történő elszállítás megvalósulhasson. A szállítás folyamata pedig egy sarkadi cégnek köszönhető, akik ellenszolgáltatás nélkül vállalták e feladatot. Hálás köszönet illeti Márk Norbertet és munkatársait.

A Szívpárnákat standard szabásminta alapján készítettük 100% pamutvászon anyagból. A szabás, varrás, tömés és a csomagolás során a párnákat higiénikusan kezeltük, végül csírátlantítottuk. Minden párnába (160 darab) a lelkünk egy-egy darabját: imádságot és igei üzenetet is helyeztünk. Így kívánunk ismeretlenül is olyan lelki támaszt nyújtani, mely hozzájárul a Szívpárnával megajándékozottak gyógyulásához, illetve enyhíti a műtét utáni időszakban felmerülő panaszokat.

Nőszövetségünk előzetes egyeztetés után e párnákat egyfelől a gyulai Pándy Kálmán Tagkórház ellátottai, továbbá a Sarkadi Járóbeteg Szakellátó páciensei számára ajánlotta fel.

Mi az a szívpárna?

A [Nemzetközi Szívpárna Program](#) az Amerikai Egyesült Államokból indult. Janet Kramer-Mai (Erlanger Hospital, Tennessee) onkológiai klinikai nővérnél mellrákot diagnosztizáltak, és három nagynénje varrt számára egy szív alakú párnát a műtét utáni időszakra (2001). Magyarország 2010-ben csatlakozott a nemzetközivé vált mozgalomhoz a Magyar Foltvarró Céh Egyesület által. Azóta több civil és egyházi önkéntes csoport készít párnákat.

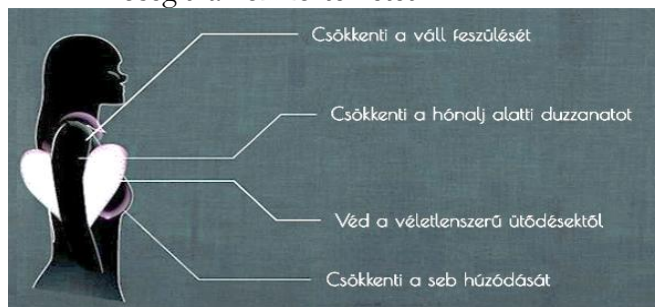
A szívpárna jótékony hatásai

A tapasztalatok azt mutatják, hogy a formatervezett szívalakú párna mellműtét után közvetlenül használva segít a legtöbbet. Alkalmazásának jótékony hatásai:

- A váll és a kar megtámasztásával csökkenti a nyirok pangást, a hónalj duzzanatát, feszülését,

mely tünetek a hónalji nyirokcsomók eltávolítása miatt jelentkeznek.

- A műteti seb húzódását, fájdalmát csökkenti.
- Megtámasztja a mellkast ezzel segítve a köhögést.
- A műtét után a drain és a tartályok okozta kényelmetlenséget csökkenti.
- Kivédi a véletlenszerű ütések, pl. az autóban a biztonsági öv alá helyezve.
- Elősegíti a komfortérzetet.



www.szivparna.hu

www.facebook.com/Sarkad-Belvárosi-Református-Egyházközség

A szívpárna útja Önhöz

A Sarkad-Belvárosi Református Nőszövetség által készített Szívpárnát tartja a kezében. Mindannyian nagy szeretettel és elővigyázatossággal vettünk részt a párnák elkészítésében. Egy standard szabásminta alapján készítettük 100% pamutvászon anyagból. A varrás, csomagolás során a párnákat higiénikusan kezeljük. A továbbiakban 30 °C-on moshatók.

Szívből kívánunk Önnek olyan lelki erőt, mely hozzájárul a gyógyulásához, illetve enyhíti a műtét utáni időszakban felmerülő problémákat. Hitünk szerint ebben a küzdelemben Isten Ön mellett áll:

„Tarts meg engem, Istenem, mert hozzád menekültem!”
(Zsoltárok könyve 16,1)

Reményik Sándor: Valaki értem imádkozott

Mikor a bűntől meggyötörten
A lelkem terheket hordozott
Egyszer csak könnyebb lett a lelkem
Valaki értem imádkozott.

Valaki értem imádkozott,
Talán apám, anyám régen?
Talán más is, aki szeret.
Jó barátom vagy testvérem?

Én nem tudom, de áldom Istent,
Ki nékem megváltást hozott,
És azt, aki értem csak
Egyszer is imádkozott.

Egységbe szeretni

Budapesten tartotta április 15-én országos választói közgyűlését a Magyarországi Református Nőszövetség. A Zsinat üléstermében a küldötteket és a vendégeket P. Tóthné Szakács Zita, a nőszövetség elnöke köszöntötte. Egyben látni, egyben tartani, egységbe szeretni – fogalmazta meg az ülésen Balog Zoltán püspök, a Magyarországi Református Egyház Zsinatának lelkeségi elnöke a nőszövetség feladatát, munkáját és elhívását.

– Az Isten Igéje az, ami összeköt – mondta Balog Zoltán püspök, idézve a kolosséi levélből a napindító áhitaton, mert a világ és a trendek változnak körülöttünk, de Isten Igéje örök, és üzenete az évek alatt sem változott. A felolvasott szakaszban – mint egyfajta keresztyén házirendben – szó esik a nő és a férfi feladatáról, a másikkal és másokkal való kapcsolatáról. Az elhangzott textus alapján a püspök bátorította a hallgatóságot a megfelelő döntések meghozatalára.

Igazságot szeretetben

Pál apostol tanácsa alapján arra hívta fel a nők figyelmét, hogy képviseljék az igazságot szeretetben. Isten a nőnek adta azt a képességet, hogy az igazságot is meglátva szeretetben tudjon a másik ember felé fordulni, legyen az házastársi, szülői vagy gyülekezeti testvéri kapcsolat. Igazság a Krisztus igazsága, szeretet pedig a krisztusi szeretet, ahogyan ő szereti az ő menyasszonyát, a gyülekezetet. A felolvasott ígérés, mondta a püspök, ezt a feltétel nélküli szeretetet tükrözi. A férfiak hajlamosabbak csak az igazságot mondani szeretet nélkül, míg a nők kísértése, hogy a szeretet miatt ne vegyék figyelembe az igazságot. Krisztusban ezt ötvözve teheti a nőszövetség szolgálatában, hogy közvetíti az igazságot szeretetben.

Felismerni az alkalmas időt a szeretetvezérelt kapcsolatainkban nem kisebb feladata a nőszövetségi tagoknak a gyülekezetükben, mint krisztusivá tenni az engedelmisséget, a szeretetet, az odafigyelést. A textusban is felismerhetjük ezt a krisztusi feltétel nélküli szeretetet, amely így szól: szeretlek, mert téged is, engem is szeret a Krisztus. Az itt olvasott keresztyén házirend így válik krisztusi házirendé, amelyben a feleség úgy engedelmeskedik a férjének, ahogy Krisztusnak. A férj úgy szereti a feleséget, ahogy Krisztus szeret bennünket. A gyermekeket úgy nevelik, ahogy Krisztus terelgeti az egyházát, és a szolgálattal – a mai világban a beosztottakkal – úgy bánunk, ahogy Krisztus bánik az övéivel. Ennek fényében nekünk már csak engedni kell. Engedni magunkat formálni és elengedni akaratunkat, igazunkat. Elengedni és megengedni másoknak is, hogy ebben találjuk meg együtt az Isten akaratát.

Balog Zoltán szerint a Magyarországi Református Nőszövetség másik nagy feladata és értéke, hogy „*egyben látja, egyben tartja, egységbe szereti, ami egybetartozik, közben azszal szolgálva, mi csak neki adatott*”. Ez pedig az egyház egésze, ahol egyben van a legkisebb és a legidősebb, a legtehetősebb és a legnyomorultabb is. Amelybe beletartoznak a férfiak és a nők, az árvák és az özvegyek, ahol Krisztus a fej, és egymás terhére hordozva tölthetjük be az Isten törvényét.

Ezt követően Révész Judit főtiszteletű asszony köszöntötte a küldötteket, köszönetet mondva a nőszövetségnek kedvességéért és azért az egy évvel ezelőtti inspirációért, amelynek köszönhetően azt a nagy döntést is meghozta, hogy szeretett egyetemi munkáját feladva valami fontosabbért segítő- és szolgálatársként állt be férje mellé a püspöki szolgálatba.

A nőszövetség a gyülekezet belmissziói csoportja

P. Tóthné Szakács Zita elnökhelyettes beszámolt az elmúlt év nőszövetségi eseményeiről. Előrevetítette azt is, hogy a Kárpát-medencei imnap házigazdája a következő évben a dunamelléki nőszövetség lesz. Hálát adva mondta, hogy az országos és kerületi programok mindig teret és lehetőséget nyújtanak a résztvevőknek a kapcsolódásra és a szolgálatra való felbátorodásra. Hozzátette, hogy szervezési és előadói feladatain túl missziói alkalmakat is tartott országszerte, amelyek nemcsak a nőszövetségbe való hívás miatt hasznosak, hanem mert lehetőség van a szerteágazó nőszövetségi szolgáltatót is bemutatni, amelyet az egyház megújulása érdekében az Isten dicsőségére végeznek.

Jól tetted, hogy eljöttél!

Így köszöntötte az egybegyűlteket Az apostolok cselekedeteiből idézve Svébisné Juhász Márta elnöki teendőikkel megbízott elnökhelyettes. Beszámolója elején elmondta, hogy a nőszövetség harmincéves történetében és munkájában a püspökök, esperesek és lelkipásztorok feleségeinek mindig is kiemelkedő feladata és szerepe volt, amiért hálás nekik az utókor közösség is.

– Küldöttek vagyunk, de nemcsak az egyházkerületi nőszövetségéi, hanem a világban Krisztuséi is, mert a nők munkájára nagy szükség van a gyülekezeten belül és kívül is – fejtette ki. A járvány után jött a háború, és a nőszövetségek adománygyűjtései, diakóniai munkája, kedvessége nyomán indult el a Keresztmama program, amelynek révén havonta ötven kárpátaljai családot támogatnak Magyarországról, segítséget és lelki támogatást nyújtva a nehéz időkben. Az anyaországban talán kevésnek tűnő havi támogatási összeg egy ottani családnak biztonságot nyújtó forrás a

nélkülözésben. A programhoz bátran lehet csatlakozni a helyi nőszövetségeken keresztül.

A nőszövetségi feladatok között említette, hogy az egymást követő válságos helyzetekben – aszály, energiaválság, földrengés, identitás- és értékválság – a nőszövetségi közösségek összekapcsoló, megerősítő, támogató szerepe felértékelődik. Bátorította az egybegyűlteket, hogy legyenek befogadók és kedves hívogatással a fiatalok között is népszerűsítsék a szervezetet.

Beszéde végén laudációval és hálaadó imádsággal emlékezett meg *Fónagy Miklósné Török Gabrielláról*, aki hosszú éveken át látta el a főtitkári szolgálatot az országos nőszövetségben, de a húsvét előtti virágvasárnapon az Úr hazahívta szolgáját.

Borbás Réka
reformatus.hu

Körösnagyharsány ünnepe

Amikor eléri az ember Körösszakálnál a Sebes-Körös hídját, már láthatja a vakítóan fehér körösnagyharsányi református templomot. Hőfőbér tornya szinte világít, vezeti az erre járó tekintetét, immár a templom felszentelésének ideje óta, aminek a 220. évfordulójára megújult a körösnagyharsányiak temploma. 2023. május 21-én, vasárnap délután ünnepi istentiszteleten adott hálát a gyülekezet a kívülről megszépült, jubiláló templomért és a kívül-belül megújított gyülekezeti házáért.

Az ünnepre érkezett lelképásztorokat a szomszédos Biharugra Református Énekkarának éneke fogadta, hogy majd együtt csendüljön fel a templomot megtöltő gyülekezet ajkán a 105. zsoltár, „*Adjátok hálát az Istennek...*”.

Az ünnepi istentiszteletet *Markó István*, a Békési Református Egyházmegye főgondoka nyitotta meg és köszöntötte a megjelenteket, majd a körösnagyharsányi óvodások kedveskedtek üdvözlő énekkel.

Az íghirdetés szolgálatát *dr. Fekete Károly püspök* végezte a Bibliaolvasó Vezérfonal szerint vasárnapra ajánlott 119. zsoltár alapján: „*Lábam előtt mécses a te igéd, ösvényem világossága.*” (105. vers)

Az íghirdető hangsúlyozta: „*Isten emberei számára ebben az átmeneti időszakban különösen is felértékelődik minden, ami kapaszkodót, irányfényt, igazodási pontot jelent. A legfontosabb igazodás számunkra Isten rendelése, ami életünk világossága.*”

A köszöntések sorát az egyházmegye nevében *Demeter Ottó* békési esperes kezdte, majd *Győri Zoltán* polgármester folytatta és a térség országgyűlési képviselője, *dr. Kovács József* zárta. Mindketten történelmi visszatekintést is végeztek, felidézve a település és az egyházközösség izgalmas múltját.

Ünnepi műsorral is készültek a vendéglátók, amelyben gyermekvers és felnőtt szavaltat hangzott el. *Csiha Kálmán* „*Szeressétek a templomot...*” című verse sokak óhaját fogalmazta meg. Művészi énekével gazdagította a műsort *Pörneki Anikó* énekesnő.

Az elvégzett munkálatokban résztvevőknek *Nagy Viktor* lelképásztor és *Máté Áron* főgondnok mondott köszönetet.

ttr.hu

Csiha Kálmán: Szeressétek a templomot!

Tudom, sok a gond és a baj,
és sokszor nagyon sok a bánat.

Mégis, mégis szeressétek,
szeressétek e drága házat:
szeressétek a templomot.

Sok értéktelen limlomot
elrabolt tőlünk ez az élet.
De légy áldott, hogy meghagyott
mi Istenünk, örökre Téged,
és meghagyta a templomot.

Szeressétek a templomot,
hol Ige szól és szál az ének,
s azoknak, kik el nem jöttek
mondjátok el: kik hisznek, élnek,
s Istenben bíznak szüntelen.

Mondjátok el: ki hűtelen,
s ki hitetlenül gyenge, gyáva,
az Isten szent, nagy seregében
azokra nincs szükségünk máma,
csak arra, kiben hit lobog!

Igen, lehet, hogy nagy dolog
mindent egy lapra tenni fel,
de higgyétek: ha Isten szól,
hogy induljunk, hát menni kell
hősen, erősen, biztosan.

Lehet, hogy nem jönnek sokan,
de aki jön az itt ne féljen,
annak a szívén tűz lobogjon,
annak a lelke lángban égjen
és mondja el mindenkinek:

Van egy hely, ahol nincs hideg,
van egy hely, ahol láng lobog,
van egy hely, ahol béke van,
van egy hely, ahol szív dobog,
s szeretet árad szüntelen.

Ne jöjjön, aki hűtelen,
de jöjjön, akinek van hite,
jöjjön boldogan, biztosan,
jöjjön Istenhez el ide
az ősök drága templomába.

És tegyen hitet itten állva,
hogy vérrel, könnyel és imával
és mindenekkel harcra szállva
és szembe nézve a halállal
megőrzi ezt a templomot!

Sok értéktelen limlomot
elrabolt tőlünk ez az élet,
de meghagyta a templomot.
A templomot ne hagyjátok,
a templomot szeressétek!
Szeressétek a templomot!

Magyar Református Egység Napja

„Hisszük, hogy a magyar reformátusság összefogása Jézus Krisztus egyetemes egyházának egységét és hiteles bizonyosságtételét szolgálja, melynek mindnyájan tagjai vagyunk.”

Krisztus a jövő, együtt követjük őt. Így hangzott a 2009. május 22-én rendezett egységnap jelmondata. Aznap mondták ki a Kárpát-medencei magyar református részegyházak alkotmányjogi egységét. Azóta a reformátusok évről évre megünnepeljük az összetartozásukat.

2009-ben Debrecen fogadta el az Alkotmányozó Zsinat a Magyar Református Egyház alkotmányát. Ezzel magyarországi, kárpátaljai, partiumi, erdélyi, délvidéki és tengeren túli tagok a soha meg nem szűnt hitvallásos és testvéri közösségüket erősítették meg. A Szlovákiai Református Keresztyén Egyház vezetői 2011. június 21-én írták alá a csatlakozási dokumentumot, a Horvátországi Református Keresztyén Kálvini Egyház 2013. június 28-án lett a Magyar Református Egyház tagja.

A Kárpát-medencén kívüli magyar református közösségek közül csatlakozott még az Amerikai

Magyar Református Egyház, a Kanadai Magyar Református Egyházak Szövetsége, a Luxemburgi Magyar Protestáns Gyülekezet és az amerikai Krisztus Egyesült Egyházához tartozó Kálvin Egyházkerület is.

Nem egy, a meglévő egyházak feletti „szuperegyház” létesült, hanem a meglévő egyháztestek állították helyre a korábban már létrehozott, de történelmi okok folytán megszűnt egységet. A részegyházak megőrizték jogi önállóságukat. Olyan közös alkotmány született, amelyet mindegyik egyház beillesztett saját szabályrendszerébe, a közös zsinat pedig csak azokban a kérdésekben dönt, amelyekre saját egyházi testületi felhatalmazták.

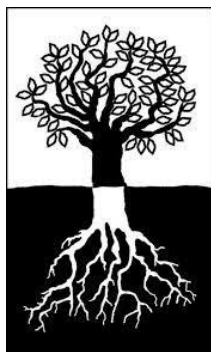
A Magyar Református Egyház a csatlakozó részegyházak zsinati közössége. Alkotmányozó és törvényhozó testülete a Közös Zsinat. Hatáskörébe tartozik a közös alkotmány elfogadása, annak módosítása, valamint törvényt alkot azokban a közös kérdésekben, amelyekre a részegyházak legmagasabb szintű testületei felhatalmazták.

A Kárpát-medencei református egyházak 2004-ben létrejött tanácskozó és javaslattevő testülete a Generális Konvent. 2009-től a Magyar Református Egyház részeként működik. Fő feladata a közös alkotmány és törvények előkészítése. A célkitűzései között szerepel még egyebek mellett egymás kölcsönös tájékoztatása, az egységes és egyeztetett érdekképviselés a nemzetközi egyházi szervezetekben, az egymás iránti testvéri szolidaritás határozottabb gyakorlása, az egységes liturgia és jogalkotás kérdése, valamint a lekipásztor- és teológusképzés – az egyháztestek saját hagyományait figyelembe vevő – szervezeti és tartalmi egységesítése.

Az egység – az alkotmány megfogalmazása szerint – kiterjed mindazokra a kérdésekre, amelyeket az alkotmány, vagy az országos egyházak felhatalmazása közös szabályozás alá von. A részegyházak továbbra is megtartják önállóságukat és függetlenségüket belső szervezeti rendszerük kialakításában.

Önálló választási rendszerükben, egyházkormányzati tevékenységükben, a szolgálati ágak belső szabályozásában, az egyházfegyelmezésben és a gazdálkodásban. Együttműködnek viszont a jogalkotásban, a közös képviselet területén, az ökumenikus és más külső kapcsolatok kialakításában és szervezésében, a szeretetszolgálatban, a misszió, sajtó, a kommunikáció, az oktatás, az ifjúsági munka, az informatika területén, valamint a nyugdíjügyek intézésben.

Krisztus a jövő, kövessük együtt Őt!



Gyülekezeti Krónika

A keresztség sákramentumában részesültek:

Bálint Szabolcs és Kovács Katalin leánya: **Diána**
Szilágyi Tibor és Zuh Katalin fia: **Patrik**

Felnőtt keresztség és konfirmáció:

Kovács Katalin
Szilágyi Tibor

Konfirmációi fogadalmat tettek:

Vajnai Anna (keresztelés)
Berényi Flórián Gábor
Szamos Balázs (keresztelés)

„Ne félj, mert megváltottalak, neveden szólítottalak, enyém vagy! Ha vízben kelsz át, én veled vagyok, és ha folyókon, azok nem sodornak el. Ha tűzben jársz, nem perzselődös meg, a láng nem éget meg téged. Mert én, az Úr vagyok a te Istened.”
(Ézsaiás 43,1–3)

Gyülekezetünkben elhunytak és eltemettek:

Mádai Lajosné, született Nagy Erzsébet 96 évet élt asszonytestvérünk – Gyula, Bartók Béla u. 2. sz. alatti lakos (egykori sarkadi óvónő). Vigasztaló ige: Zsoltárok 71,19–20: „Istenem, igazságod a magas égig ér, mert hatalmas dolgokat vittél véghez. Van-e hozzád hasonló, Istenem? Sok nyomorúságot és bajt láttattál velem, de újra megelevenítesz, még a föld mélyéből is újra fölhozol engem.”

Tóth Gáborné, született Ponta Erzsébet 78 évet élt asszonytestvérünk – Sarkad, Kossuth u. 36-38. sz. alatti lakos. Vigasztaló ige: Zsoltárok 39,5–8.13–14: „Add tudtomra, Uram, életem végét, meddig tart napjaim sora, hadd tudjam meg, milyen mulandó vagyok! Íme, arasznyívá tetted napjaimat, életem ideje semmiség előtted. Mint egy lehelet, annyit ér minden ember, aki él. Arnyékként jár-kelet itt az ember, bizony hiába vesződik. Gyűjtöget, de nem tudja, ki fogja hasznát venni. Így hát mit várhatok, Uram? Egyedül benned reménykedem!”

„Hallgasd meg imádságomat, Uram, figyelj segítségkérésomra! Könnyeim láttán ne légy néma, mert jöveny vagyok nálad, zsellér, mint minden ősom. Ne nézz rám haraggal, hadd viduljak föl, mielőtt elmegyek, és nem leszek többé.”

János 11,25–26: „Jézus ekkor ezt mondta neki: Én vagyok a feltámadás és az élet, aki hisz énbenem, ha meghal is, él; és aki él, és hisz énbenem, az nem hal meg soha.”

**A Mindenható Isten enyhítse
a gyászolókat fájdalmát!**

Lackfi János: Ne félj, mert megváltottak

Ne félj, mert megváltottalak,
Nem úgy, mint egy vonatjegyet,
bár szeretném, ha egy irányba
vinne minket a vonat, ha egy
fülkébe kerülhetnék, és átadhatnám
a névjegyemet, ez áll rajta:
JÉZUS KRISZTUS,
az ön személyi megváltója,
szívesen halok meg önért,
ilyen ajánlat nincs több!

Ugyan ki hajlandó meghalni másért?

Legfeljebb szülő gyerekéért,
szerelmes szerelméért,
örökharát az örökharátért...

De sóhajtozunk is mindig,
hol van ma már ilyen szülő,
ilyen szerelem, ilyen barátság,
talán csak a mesében...

Én viszont élethosszan elidőznék önnel
abban a vasúti kupében,

hisz van idő, míg a kerekek kattognak,
igaz van wifi is, és félszemmel
már az üzeneteire, a pittyenő
minivideókra, posztokra pislog,
ha lehet, mégis maradjon most offline.

Beszélhetnénk arról, hogy még a teremtés
kezdeté előtt szerettelek (ugye, nem gond
a tegezés?, biblikus, barátságos), zigóta se voltál,
pajkos gondolat se szüleid fejében,
föld se volt, amire lábadat tehetted volna,
ég se, amire felnézhetnél volna,
tenger se, amiben megmártózhattál volna,
ezeket mind neked alkottam,
tudtam, hogy majd kedvedet leled bennük.
Végigizgultam érted a családtörténetet,
ne érje bomba a házat, jöjjön haza dédapád
a háborúból, fussanak össze a presszó előtt
nagyapád és nagyanyád, győzzék le féltékenységüket,
veled voltam tudógyulladásban, vizsgán,
mikor kirúgtak, mikor kimentél arra az erkélyre,
és végül nem ugrottál le róla, mikor
megszületett a lányod, mikor megkaptad
azt a leletet, ott voltam a kemén, a díjtadón,
itt vagyok most is. Hogy miért kell rám várni mégis?
A várákozás érlelődés, az almát sem szedjük le,
mikor még kicsi, zöld gumó. Addig is bármikor
lehetünk együtt. Kinyitod a belső szoba ajtaját,
ott ülsz a kupében, beszélgetünk, robogunk tovább.

„Közeledjete az Istenhez és Ő közeledni fog hozzátok.” (Zakab 4,8)

HAGYOMÁNYOS ÉS ONLINE ALKALMAINK

Reggeli csendes percek: a hét minden napján –
www.facebook.com/Sarkad-Belvárosi-Református-Egyházközség

Intézményi reggeli áhítat a Gyülekezeti teremben:
szerda reggel 7:30

Imaközösség és Hétközi Bibliaióra a
Gyülekezeti teremben: szerda délután 5 óra

Vasárnapi Istentisztelet a Templomban:
vasárnap délelőtt 10 óra

Gyermek-istentisztelet: vasárnap de. 10 óra

Ifjúsági Bibliaióra: szombat du. 4 óra

Istentisztelet Újszalontán: hónap első vasárnap
du. 14:30

**Online Istentisztelet keddenként a Sarkad
TV-vel közösen** –

<https://www.facebook.com/tv.sarkad>

www.facebook.com/Sarkad-Belvárosi-Református-Egyházközség

Nőszövetség: hónap első kedd du. 5 óra – a Klub
teremben

Sérfi kör: havonta egyszer, szerda du. 5 óra – a
Klub teremben



„Mindenki úgy adjon, ahogyan előre
eldöntötte szívében, ne kedvetlenül
vagy kényszerűségből, mert
a jókedvű adakozót szereti az Isten.”
(2Korinthus 9,7)

Kedves Testvéreink!

A Magyarországi Református Egyházban mindenki egyháztagnak számít, akit a református egyház szertartása szerint megkereszteltek, valamint az a nagykorú keresztyén, aki magát reformátusnak vallja. Az egyháztagság ténylegesen akkor valósul meg, amikor valaki valamely konkrét gyülekezethez (egyházközséghez) csatlakozik, és annak tagjává lesz.

Teljes jogú egyháztag az, akit megkereszteltek, konfirmációi fogadalmat tett, a gyülekezet istentiszteletein és az úrvacsorai közösségben részt vesz, és gyülekezete fenntartásához hozzájárul. Az ilyen gyülekezeti tagnak nagykorúsága elérésétől kezdődően választó joga van és választható az egyházi vagy gyülekezeti választások alkalmával.

A anyagyülekezetek önfenntartóak, sem az államtól sem a közegyháztól nem kapnak pénzt a működésükhöz. Az egyházfenntartói járulék befizetésével, személyes adományozással vagy átutalással, illetve a templomi perselyes adakozással járulhatunk hozzá gyülekezetünk fenntartásához.

Presbitériumunk az évi egyházfenntartás összegét *havi 1000 Ft-ban*, éves szinten *12.000 Ft* összegben határozta meg. Ez az összeg ajánlás, hiszen mindenkinek szíve és lehetősége szerint kell eldöntenie, mennyit áldoz gyülekezete működésére.

Nyári táborok:

Gyülekezeti és Intézményi Kirándulás:

Parajd és környéke
2023. június 27 – július 1.

Vakációs Biblia-tábor:

2023. július 10–14.

Csillagpont Zánka:

2023. július 24–29.

**Újkenyéri
Hálaadó Istentisztelet
2023. augusztus 27.**

**Sarkad-Belvárosi Református Egyházközség
számlaszáma:**

**Uni Credit Bank Zrt.
10918001-00000056-54060000**