



Paraklétoosz

2021. február 28.

Bátorító gondolat beteg és bajbajutott embereknek

NAGYBÖJTI LOMTALANÍTÁS – Anzelm Grün

A nagyböjt a belső szabadság megedzésének ideje. Ezt gyakorolhatjuk evésnél és ivásnál, ha tudatosan lemondunk az alkoholoról vagy a húsról. De vonatkozhat az időnk és napjaink beosztására is. Nagyböjtben tudatosan átnézhetjük egyszer naptárunkat, és átgondolhatjuk, mit tudunk valahol törölni. Biztosan találunk néhány időpontot, amivel mi magunk terheljük önmagunkat. A nagyböjt olyan, mint a test és a lélek tavaszi nagytakarítása. A testet a böjttel salaktalanítjuk, a lelket pedig a több idővel és a csenddel.

Ám a tavaszi nagytakarítás lakásunkra is vonatkozhat. Apátságunkban van egy közös délutánunk, amikor mindenki igyekszik megszabadítani saját celláját a fölösleges dolgoktól.

Lomtalanítsa lakását.

A nagyböjtben mindenekeelőtt azt kell megtisztítanunk, ami gondolkodásunkat homályosítja el. Ehhez tartozik lakásunk is. Néha nem hagy bennünket lélegezni. Érezni fogja, hogy a lomtalanítás megszabadítja Önt.

Járja végig egyszer egészen tudatosan helyiségeit.

Nézze meg pontosan, hol zsúfolt túlságosan a lakása.

Most ez jó lehetőség arra, hogy végig járjuk egyszer házunkat, és átgondoljuk, mit adjunk tovább, vagy mitől szabaduljunk meg.

Kérdezze meg önmagát:

Mit vettem az elmúlt évben kezembe? Tényleg szükségem van még rá?

Vagy sokkal jobban érezném magam, ha ezt kitenném a házból?

Mit tudok elajándékozni?

Mitől szabadulok inkább meg?

Természetesen nem mindig könnyű megválni a megszokott dolgoktól. Ilyenkor félelmek keletkeznek: talán egyszer még szükségem lesz rá. De házunk tavaszi nagytakarítása lelkünknek is jót tesz. Megszabadítjuk magunkat a külső dolgoktól való függéstől. Szabadabbnak érezzük magunkat. És újra lélegezni tudunk lakásunkban. Éppen azoknak a helyiségeknek a megtisztítása, amelyek tele vannak tömve felesleges dolgokkal, válhat annak képévé, hogy lelkünk eldugott helyiségeit is ki kell söpörnünk.

Kidobjuk magunkból a keserőséget, a negatív érzéseket, amelyek bizonyos emberekkel szemben lerakódtak bennünk, az elmúlt sérülések minden szemetét.

Így a tavaszi nagytakarítás után nemcsak a házban, hanem lelkünkben is sokkal jobban fogjuk magunkat érezni.

FÉLELEMŰZŐ IMA - Gyökössy Endre



Uram Jézus, aki magad vagy a testet öltött szeretet, add nekünk, hogy ma jobban szeressünk, mint tegnap! Félünk az élettől, félünk a haláltól. Szereteted űzze ki belőlünk a félelmet, hogy merjünk élni és merjünk meghalni, ha majd hazahívsz.

Könyörgünk azokért, akik a puszta életüket féltik, mert felettük zúg a halál, és nem tudják, melyik pillanatban csap le rájuk. Erősítsd meg azokat, akiket háború sújt! Fohászkodunk azokért is, akik félelmüket okozzák. Add, hogy egyszer felismerjenek Téged, a béke Urát!

Sokan az élettől félnek, mert egy-egy órája, egy-egy pillanata halálosan nehéz. Szentlelkeddel gyógyítgasd, emeld fel, bátorítsd őket! Töltsd el őket ember- és Isten-szeretettel, hogy ne féljenek! Hiszen Te mondtad: „*Bízatom, én vagyok, ne féljete!*” (Mt 14,27).

Köszönjük, hogy újra és újra elűzöd a homályt szemünkről, a halál- és életfélelmet szívünkből. Ámen.

AZ IDEGEN ISTENEKET KERÜLD! – Gellért páter

*Az Úr egy prófétát küldött Izráel fiaihoz, aki ezt mondta nekik: Így szól az Úr, Izráel Istene: Én hoztalak ki benneteket Egyiptomból, kihoztalak a szolgaság házából, kimentettelek benneteket az egyiptomiak kezéből és elnyomóitok kezéből; kiűztem azokat előletek, és nektek adtam országukat, és ezt mondtam nektek: Én, az Úr, vagyok a ti Istenetek! **Ne féljétek** az emóriak isteneit, akiknek a földjén laktok! De nem hallgattatok. szavamra. (Bír 6,8-10)*

Egy kis baj van a választott nép szénája körül. Nem is kicsi baj, de ők először a kevésbé bibis részét veszik észre, ezért kezdenek el szipogni Istennek: „Baj van, a mádiánitákat nem sikerült csak úgy, szokás szerint félkézzel elzavarunk! Hát miért van ez?” Az izraeliták valamit kapiskálnak, hogy az ő fél karjuk semmi győzelmet nem tud aratni Isten kezének segítségével nélkül - de arra már nincs rálátásuk, hogy az Úr kezét ők lökték el maguktól. Elkezdtek félni más istenektől! Pedig megtanulták, hogy semmitől nem érdemes és nem kell félni, ha velünk van a mi Urunk, Istenünk.

Vajon ezt a nagy tananyagot sikerült végre megtanulnunk *nekünk*, akik szintén az Úr népe vagyunk? Volt pedig rá néhány száz évünk... és mégis félünk

idegen dolgoktól, amiknek semmi köze a mi Istenünkhöz.

Keleti elvont meditációs tréningek, csodásabbnál csodásabb „ránézeti” gyógy-módok, felsőfokú pénzszerző-technikák a „hogyan legyünk milliomosok?” tárgy köréből... - ezektől lehet félni, de bálványozni is... Ám mindig idegen istenek maradnak, még balga híveik számára is.

Ha felismerjük helytelen félelmünket, innen már csak egy lépés, hogy bűnbánattal beismerjük: bizony, mind-mind idegen istenek az életünkben, amiktől félünk, amikkel képesek vagyunk kitölteni egész értelmünket, minden gondolatunkat, teljes napunkat, és még az éjszakánkat is ráadjuk...

Szabadíts meg, Istenem, idegen isteneimtől! Hiszen félek tőlük, már magam sem akarnám őket - de valahogy belekeveredtem, akkor, amikor épp nem volt csata, béke volt, ők meg oly barátságosak... hidd el, akkor még nem tudtam, hogy elárullak Téged! És nem is akartam... csak így alakult.

Nem mentséget keresek bűnömre Nálad, hanem szabadulást. Csak Neked akarok szolgálni. És egyedül Téged félni - mert ez üdvöt és békét hozó félelem. Ezt add meg nekem, Istenem.

BARÁTKOZZUNK A BÖJTTEL! – Gyökössy Endre

Azt bizonyára mindenki tudja, hogy nem a keresztyénség „találta fel” a böjtöt. Böjtöltek már az Ótestamentumban is, sőt a farizeusok egy héten kétszer is. Hétfőn és csütörtökön semmit nem ettek, még a nyálukat sem nyelték le. Nem könnyű dolog ez! Egy héten kétszer nem enni, nem inni, még a nyálukat sem lenyelni. Nem volt az kis dolog.

Azt is tévedés lenne hinnünk, hogy Jézus eltörölte a böjtöt. Gondoljuk meg, azzal kezdi a szolgálatát, hogy negyven napig böjtöl a pusztában. A Hegyi Beszédben egyértelműen tanítást ad a böjtről: ám böjtöljete, de ne úgy, mint sok farizeus, aki mutogatja böjtjét és keserű képet vág hozzá, hogy lássák, hogy ő kínlódva böjtöl és keserűen viseli azt a napot, amikor nem ihat és nem ehet. Böjtöljete, ám titkon a ti belső szobátokban, ahol Isten lát benneteket és megfizet nyilván (vö. Mt 6,16-18). Böjtöljete, de ne úgy, mint a képmutatók.

Keresztelő János tanítványainak kérdésére pedig Jézus egyértelműen rámutat, hogy mi a böjt lényege, mikor kell nekünk böjtölni és mikor nem: „Akkor odamentek hozzá János tanítványai, és megkérdezték: „Miért van az, hogy mi és a farizeusok sokat böjtölünk, a te tanítványaid pedig nem böjtölnek?” Jézus ezt mondta nekik: „Gyászolhat-e a násznép, amíg velük van a vőlegény? De jönnek olyan napok, amikor elvételük tőlük a vőlegény, és akkor böjtölni



fognak.” (Mt 9,14-15)

Úgy gondolom, félreérthetetlen ez a tanítás. Ha úgy érezzük, hogy Jézus-hiányunk van, nincs velünk az Úr, Jézus helyén üresség van a szívünk, lelkünk, lényünk mélyén: ekkor böjtöljünk Jézus tanítása szerint! Imádkozzunk és böjtöljünk. Valami különös, misztikus dolog ez.

Egy egyházatya, Krizosztomosz szellemes mondásként így fogalmazta meg ezt az igazságot: teli hassal nem lehet térdelni. Szent Ágoston még szókimondóbban beszél - már bocsánatot kérek, de a Vallomásaiban így írja: jóllakottan és bőföggve nem lehet imádkozni. Igaz! Tehát ne vegyük félvállról a böjtöt. Megvan annak a jelentősége. Amikor elveszítjük a kapcsolatot „fölfelé”, ám böjtöljünk, mert valami módon térdelve, imádkozva, testünket megsanyargatva újra helyreállhat a kapcsolatunk fölfelé.

Egy kétségtelen: a böjt nem étlap kérdése. Nem attól van szó, hogy ha húst nem eszem, de dugig lakom hallal és tésztával, akkor én böjtöltem. Nem erről van szó. A test „megsanyargatása”, a lemondás gyakorlása ezerféleképpen történhet. Mi itt a lényeg? Hogy abban utánozzuk Jézust, amit a Filippi levélben olvastunk róla: „kiüresítette önmagát...” (Fil 2,7). A böjt által próbáljuk „üressé tenni” bensőnket, hogy befogadhassuk az igazán lényegest: Isten Igéjét, Jézust magát.

Ám ne gondoljuk, hogy csak az a lemondás, az a böjt, ha nem



töltjük meg a gyomrunkat. Bizony, egyszerűbb húst nem enni mint szóböjtöt tartani, vagy csak kenyéren és vízen lenni, mint beleszólási böjtöt, megszólási vagy megszólaltatási böjtöt tartani!

Van egy üzemorvos barátom, aki azt mondja, hogy abban a gyárban, ahol orvos, rengeteg a gyomorbajos és a fekélyes ember. „De nem ám az üzemi kosztól, hanem attól, hogy amíg esznek – így mondta, megdöbbenem rajta -, emberhúst esznek mellé. Egymást rágják. Hát hogyanne ártana meg nekik még a spenót is! Egymást rágják. A munkaszünetben is. Emberhúst esznek.”

Nem kellene nekünk is olykor egy kis megszólási böjtöt tartani? Hogy „Az az én menyem, hogy az az én fiam, hogy az a sógorasszony, hogy az a férjem...” Rágunk, rágicsálunk. Ó, nem „egyszerű” húst, hanem emberhúst: egymást rágicsáljuk. Nemcsak böjt, hanem a szeretet igazi cselekedete lesz, ha lemondunk az „emberhúsról”, ha megtartóztatjuk magunkat szavainkban!

Szerkeszti és kiadja: Horváth László kórházlelkész ☎ 20/ 77-386-55; 30/ 849-8280

<http://korhazkapolna.hu> ; korhazlelkesz.sopron@gmail.com; <http://www.facebook.com/korhazkapolna/>

Kórházkapolna: **szentmise vasárnap 11 órakor**