



Keresztény szellemiségű
interregionális havilap

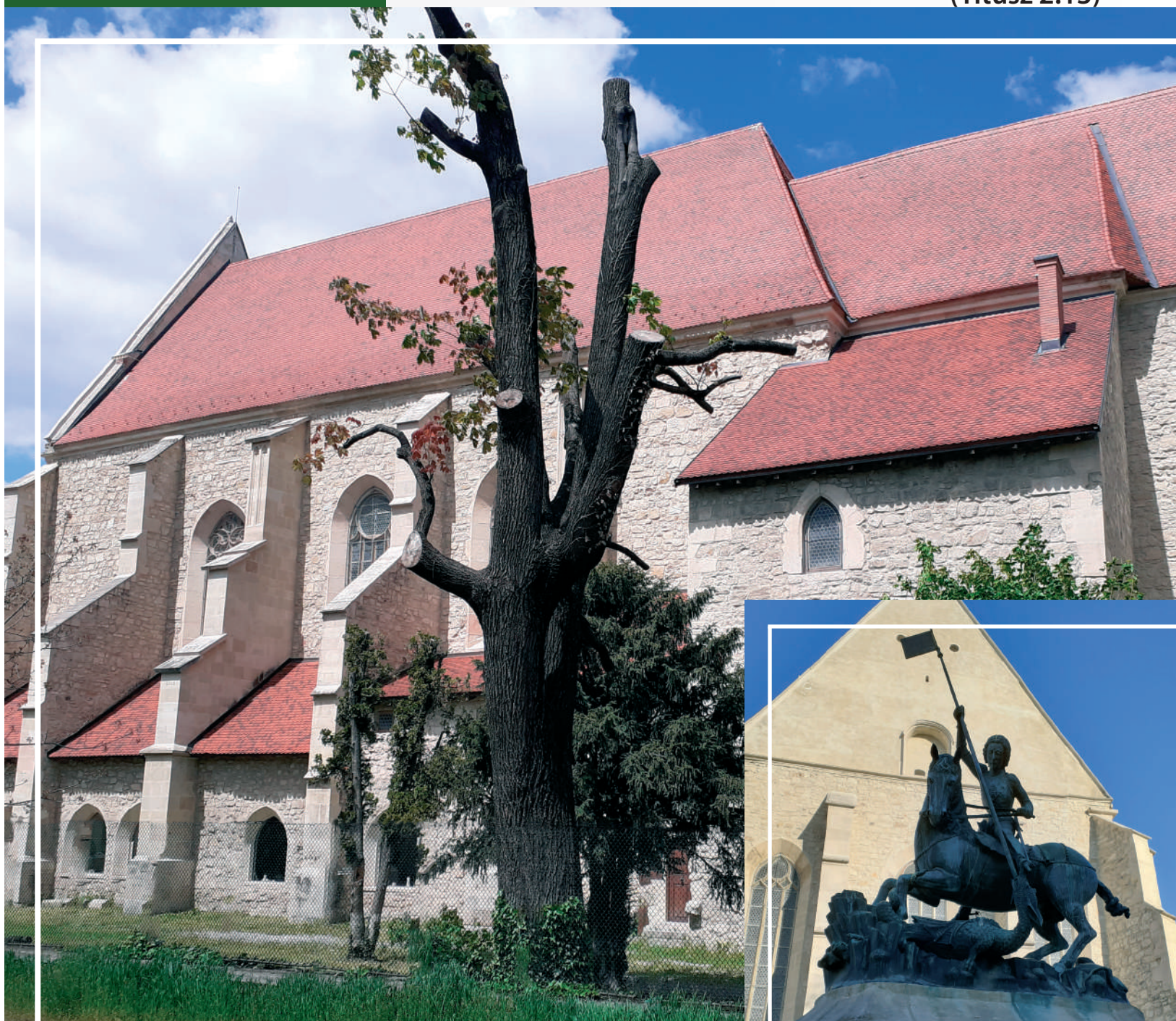
2. szám
2021. június

VILÁG
népünk

REMÉNYE

*„Várjuk a mi boldog reménységünket, a mi nagy Istenünk
és üdvözítőnk, Jézus Krisztus dicsőségének megjelenését.”*

(Titusz 2:13)



ERDÉLY ÉS A KOLOZSVÁRI MAGYARSÁG MÁSIK KÉT EMBLEMATIKUS ÉRTÉKE:
A FARKAS UTCAI, XV. SZÁZADI REFORMÁTUS TEMPLOM, ÉS A BEJÁRATA ELŐTT ÁLLÓ
SZENT GYÖRGY-SZOBOR, MELY A XIV. SZÁZADI EREDETINEK AZ 1904-BEN ELKÉSZÜLT
HŰ MÁSOLATA.



Századok öröksége

A Farkas utcai református templom

Ha a nem Kolozsváron született, vagy idegenbe ragadt hazánkfia e régi városba látogat, a Szent Mihály templom, és a Mátyás király-szoborcsoport megtekintését követően útja majd mindig a Farkas utcába (ma Mihail Kogălniceanu) vezet. Ez volt gyermekkorom egyik fő utcája, ahova iskolába menet, a Szabók bástyáját elhagyva hamarosan betértem, és a Farkas utcai hatalmas templom oldalpillérei mellett elhaladva, mindig a letűnt korok jutottak eszembe.

A csodálatos, gótikus templomot a ferences rend számára Mátyás király 1486-os évi rendelete nyomán kezdték el építeni, a

hozzá tartozó kolostorral együtt, s az építkezést a következő század elejére fejezték be. A reformáció erdélyi és kolozsvári térhódításával a ferenceseknek 1556-ban el kellett hagyniuk a várost, és így a templom pusztán állt 1581-ig, amikor is Báthory István fejedelem a jezsuita rendnek adományozta. 1603-ban azonban ők is kiűzettek Kolozsvárról, s a haragos tömeg a templomot összetörte, így az romosan állt 1638-ig. Ekkor I. Rákóczy György fejedelem (1593–1648, uralom 1630-tól) utasítására megkezdődött javítása és újjáépítése. 1647-ben szentelte fel újból Geleji Katona István (1589–1649) református püspök, s azóta a református egyház tulajdonában áll.

Napjainkra a kolostorból már csak néhány falmaradvány látható



A Farkas utcai református templom homlokzata

a templom déli fala mellett. Ugyanakkor, a jól karbantartott templomépület számít ma az erdélyi református egyház főtemplomának. Nem csak a hívek látogatják, hanem számos turista is, és a benne rendszeresen tartott orgonahangversenyek révén a régi zenét szeretők kedvenc helyévé vált.

Tartalom

Világ Reménye

2. szám, 2021. június

Századok öröksége 2

Egészségünk: A mozgás 4

Világutazó: Ázsia gyöngye:

Korea! 6

A hónap receptjei 14

Igemorzsák: Kicsiny hit 17

Gondolat: Hazamegyek 19

Ifisarok 21

Gyermekoldal 23

Erdélyi Bibliaiskola:

A Szentháromság 25

Utam Istennel 28

A kolozsvári Szent György-szobor

A Sárkányölő Szent Györgyöt ábrázoló bronz lovasszobor eredetijét a Kolozsvári testvéreként ismert, Kolozsvári Márton és György szobrász testvérpár készítette 1373-ban, valószínűleg Nagy Lajos király (1326–1382, uralom 1342-től) megrendelésére. Ez az eredeti ma Prágában található, mégpedig az 1940-es évektől kezdve a Nemzeti Galériában. A királyi várban – a Hradsinban – a Szent Vitus székesegyház mellett látható kültéri szobor az eredetinek csupán hű másolata.

Az 1471-ben már Prágába került szoborról valószínű, hogy Nagyváradon készült, ugyanis a kolozsvári születésű mesterek itt telepedtek le, és itt dolgoztak. A többi ismert művük, úgy mint Szent István király, Szent Imre herceg, és Szent László király szobrai Nagyvárad 1660-as évi, a törökök általi bevételekor elpusztult.

A szobormásolat költségeit a kolozsváriak nagyarányú gyűjtése fedezte. Az egész terv szorgalmazója Pósta Béla régészprofesszor volt, miután 1902-ben kitudódott, hogy Budán, a Halász-

bástya mellett fel akarják állítani az eredeti szobor egy másolatát – így hát a két másolat együtt készült el.

Az előreneszánsz lovasszobor a középkori művészet egyik remeke, a középkor első önálló lovasszobra, hosszú évtizedekkel megelőzve Donatello és Verrocchio műveit (Gattamelata és

Colleoni zsoldosvezérek lovasszobrait Páduában és Velencében). A ló felszerelése, a nyereg, és a szoboralak öltözete is magyáros elemeket tartalmaz.

Bibliográfia: Gaal György: *A Szent György szobor és alkotói* – a klmt.ro, vagyis a *Kelemen Lajos Műemlékvédő Társaság* honlapján.

Szent György, mint történelmi személy

Lyddai Szent György a mai Törökország területén, a Közép-Anatóliában fekvő kisázsiai tartományban, az ókori Kappadokiában született a III. században, keresztény görög családban. A krónika V. századi, görög változata szerint édesapja, aki katonaként szolgált a római hadseregben, hite miatt mártírhalált halt amikor fia 14 éves volt. Ekkor György édesanyjával együtt a palesztinai Lódba (az újszövetségi Lyddába),

annak szülővárosába költözött. Édesanyja korai halálát követően György Nikomédiába ment (ez a mai Izmit, Isztambul mellett), ahol a római hadsereghez csatlakozott. A Diocletianus császár idejében kitört újbóli keresztényüldözés idején szenvedett mártírhalált: Nikomédia falai előtt fejezték le. Holttestét Lyddába szállították, és szarkofágja ma is ott található a nevét viselő templomban, a mai Izraelben.

A latin változat szerint, Györgyöt hosszas kínzás után a perzsák királya végezteti ki. Mind a keleti, mind a nyugati középkori egyház szentként ismerte el, mint a hite mellett mindhalálig kitartó, bátor keresztény példaképét. Ő Anglia, Katalónia, Aragónia, Grúzia, s ugyanígy Moszkva, és számos egyéb ország és város védőszentje.

A Kárpát-medencében több helység viseli nevét: pl. Magyarországon Dunaszentgyörgy, Jászsószentgyörgy, Borsodszentgyörgy és egyebek, míg Erdélyben Sepsiszentgyörgyöt, Torockószentgyörgyöt, vagy Erdőszentgyörgyöt említhetjük.



Szent György szarkofágja a lódi Szent György-templomban

Szent György és a sárkány

Szent György és a sárkány legendáját legelőször XI. századi grúz forrásokból ismerjük, és a XII. században a kereszties lovagok révén terjedt el Európában. A legenda szerint egy napon Szent György az Észak-Afrikában levő líbiai Szilénébe érkezett, ahol a pogány helyieket egy sárkány gyötörte, állandóan új és új áldozatok felajánlását követelve: juhokét, majd embereket. Éppen a király lányára került volna a sor, amikor György rátámadt a sárkányra, és lándzsájával ledöfte. A királytól jutalmul kapott kincseket szétosztotta a szegények között, a város népe pedig mindezt látva, keresztény hitre tért.

A középkori ember számára Szent György volt a hős lovag eszményképe. Az ő legendáját is tartalmazó, XIII. századi, Voraginusz Jakab génoai érsek által összeállított, 177 fejezetet felölelő *Arany Legenda* az elkövetkező századok egyik kedvenc olvasmányává vált.

A katolikus egyházban egyike a tizennégy segítő szentnek.

(J. E.)



Szent György lovasszobra a prágai királyi várban



Egészségünk

A mozgás mint a hosszú élet titka

A fizikai inaktivitás a közegészségügy fő problémája. A rendszeres fizikai inaktivitás, vagyis a mozgás hiánya különböző krónikus betegségek kockázati tényezője. Ugyanakkor, a rendszeres mozgás hozzájárul számos krónikus betegség (kardio-vaszkuláris megbetegedések, diabétesz, rák, magas vérnyomás, elhízás, depresszió, oszteoporózis) elsődleges és másodlagos profilaxiájához (megelőzéséhez).

A krónikus betegségek megjelenése az esetek nagy részében megelőzhető lenne (elsődleges profilaxia) a helyes életstílus gyakorlásával, viszont ezen betegségeknek a *kezelésében* is nagyon

fontos szerepe van a teljes életmódváltásnak, ami magába foglalja az egészséges táplálkozást, és ugyanígy, a rendszeres mozgást is.

Tehát, a testmozgás csökkenti a krónikus betegségek megjelenésének lehetőségét, illetve azok súlyosbodását (másodlagos megelőzés), valamint a hosszú élet egyik fő feltételét is jelenti.

A modern életstílusnak az emberi szervezetre gyakorolt negatív hatásai

Napjainkban a társadalom túlnyomó többsége minimális helyváltoztatással járó, ülő típu-

sú munkát végez, s így sokszor nyolc, vagy akár tíz órát töltenek ülő vagy álló pozícióban. Ennek megfelelően pedig egyre kevesebben végeznek fizikai munkát, amely által erősíthetnék izomzatukat és megőrizhetnék a helyes testtartást.

A modern életstílus, az elvárosiasodás nagymértékben hozzájárult a stressz fokozódásához és felhalmozódásához, és mindez, a túlfeszített munkával társulva megbetegíti az emberi szervezetet. Ebben az esetben hasznos a naponkénti testmozgást akár gyógy módként is alkalmazni, főként a természetben, friss levegőn. Ilyen „gyógy mód” például a hegymászás, erdőn-mezőn való barangolás, vagy csupán egy jó, kiadós esti séta.

Gyógytornásként számomra az edzés, a testmozgás az életstílusomat jelenti. Kedvenc sportjaim az úszás, szaladás és kerékpár-



Mindannyiunknak szükségünk van a természetben való, testet-lelket felüdítő mozgásra



rozás (aerobik típusú¹). Különösen fontosnak tartom a természetben való testmozgást, mint például az említett szaladást, kerékpározást, mivel ez jó módját jelenti a felhalmozódott feszültség levezetésének. A szép természetben való séta pedig azért bír nagy jelentőséggel számomra, mivel ezen a helyen, elvonulva a város zajától elcsendesedhetek, rendezhetem gondolataimat és mindenekelőtt itt érezhetem leginkább Isten jelenlétét.

Mivel a test és lélek között szoros kapcsolat van, nem beszélhetünk egészséges emberről akkor, ha e kettő közül valamelyik gyengékedik. A latin közmondás ezt így mondja ki: „Mens sana in corpore sano” - ami annyit tesz, hogy ép testben ép lélek² - vagyis, a testi és lelki egészségnek egyenúlyban kell maradnia ahhoz, hogy egy személy épsége teljes legyen.

De lássuk csak: mi történik velünk mozgás hiányában?

Megfelelő mennyiségű mozgás hiányában az emberi szervezet előbb-utóbb kimerül úgy fizikai, mint lelki vonatkozásban, emel-

¹ *Aerobik testmozgás*: minden gyakorlatot, ami nagy izomcsoportok megmozgatását, ritmust és ismétléseket igényel, ennek - vagyis oxigént igénylőnek - nevezhetünk. Az aerobik gyakorlat egy olyan mozgásforma, mely oxigén jelenlétében és segítségével állítja elő az energiát, és amelynek legalább 20 percig kell tartania ahhoz, hogy az egyén elérje a célpulzust. Ez az edzés módszer a kardiopulmonáris (szív és tüdő) rendszer, és a kardiorespiratorikus rendszer (állóképesség) edzésére és javítására szolgál. (Forrás: regi.tankonyvtar.hu - Müller Anetta, Rácz Ildikó: *Aerobik és fitness irányzatok*.)

² *Mens*: szó szerint elme, vagy értelem. Azaz: ép, egészséges testben ép, egészséges elme, vagy értelem.



Az időskorban, szabad levegőn végzett, rendszeres és kellemes testmozgás rendkívül jó hatással van a szervezet működésére.

lett a szellemi funkciók is gyengülnek, mivel a testmozgás megvonása befolyásolja az értelmet és a gondolkodást is. Egyre csökken a kreatív gondolkodás, valamint a kognitív funkciók³ is tompulnak.

Az agyi vérkeringés és szöveti oxigénellátás növekedése elősegíti az idegi aktivitás növekedését az agy szintjén. Szóval, edzés közben az agy oxigénszintje megnövekszik az agykéreg ellátó osztóerekekben, amely összhangban van a szisztémás oxigénellátás növekedésével. Ezek értelmében a fizikai aktivitás jelentős mértékben befolyásolja a gondolkodás és fel-fogóképesség élnkségét.

Az időskori mentális lassulás idegélettani okainak kutatásában fevetődött, hogy a változások nem a legáltalánosabb alapfolyamatokhoz kötődnek, hanem annál inkább a központi idegrendszer

³ *Kognitív*, azaz megismerési funkciók: figyelem, megfigyelőképesség, gondolkodás, rövid és hosszú távú emlékezet, érzékelés, észlelés. A főleg friss levegőn végzett testmozgásban gazdag életmód lassítja eme funkcióknak a korosodással együtt járó hanyatlását.

egy-egy struktúráinak változásához. A feltételezések szerint csökken a tárolási kapacitás, ezen belül a verbális memóriához viszonyítva a vizuális memória fokozottabb hanyatlást mutat idős korban.

Ugyanakkor, a rendszeresen végzett aerobik torna és a jó egészségi állapot lelassíthatja a kognitív hanyatlás folyamatát, vagy akár csökkentheti a hanyatlás mértékét.

Egyik tanulmány során mozgást nem végző, 55-75 év közötti személyek csoportját hasonlították össze azonos életkorú, de aerobik tornát, vagy izomerősítő gyakorlatokat végző személyek csoportjával. A tanulmány alkalmával kiderült, hogy a rendszeresen edző csoport jóval magasabb eredményeket ért el a kognitív tesztekben, mint a nem edző csoport. Egyes kutatások szerint a testedzés pozitív hatással van az agyra, valamint a koleszterin és vérnyomás csökkentő hatása révén a hippocampus⁴ méretét

⁴ A *hippokampusz* a nagyagy egy része. Nagy szerepe van az emléke-



megnöveli. A fizikailag edzett idős emberek átlaga nagyobb hippokampuszal rendelkezik, valamint jobb a térbeli tájékozódásuk.

Ezen tények rámutatnak a testedzés fontosságára, amely elengedhetetlen mind a fizikai, mind a szellemi, és nem utolsósorban lelki egészségünk meg-

őrzése érdekében. Másrészt, a sport egyenlő fontossággal bír a növekvő gyermekek, a fejlődésben levő fiatalok, s ugyanígy a fiatal felnőttek, valamint a középkorúak és idősek életében is.

Mindenkinek jó egészséget, kitartást és fegyelmzett életet kívánok, kihasználva a mozgásból származó áldásokat!

Pásztor Boglárka-Beáta,
kinetoterapeuta (gyógytornász),
Nyáradszereda (Maros megye)



zésben és a térbeli tájékozódásban. Számos idegrendszeri megbetegedés főleg a hippokampuszban okoz elváltozásokat. (Forrás: Wikipédia)

Világutazó

Ázsia gyöngye: Korea!

A most következő cikk a Távolság-Kelet csodálatos tájaira ragad el minket. Fedezzük fel hát a szerző, Pásztor Jácinta kalauzolásában e különleges ország értékeit.

Korea parányi kék csodája

Tegyünk egy lassú képzeletbeli sétát Chongsangdón, a koreai félsziget déli partjától nem messze elhelyezkedő parányi szigeten. Az idő múlásával az ide-oda rohanó emberekkel nem törődve, a természet csak bontja a színeit egész évben, s elkápráztat bárkit, aki csak egy pillanatig is megáll az élet pörgéséből, s magába szívja a friss tengeri levegővel átítatódott virágok és fák különleges illatát.

Tavasszal a lankás völgyeket sárga repcemezők borítják, amelyek a meleg napsütésben mint ha aranyban pompáznának; kis poros és vidáman kanyargó ösvények vezetnek az óceán partjához. A sziget nevének jelentése a Kék Hegyek Szigete, ami magában hordozza azt a különleges természeti szépséget, amit ez a kis sziget tartogat.

E sokféle gyönyörűséget szemlélve, mi is együtt mondhatjuk Dáviddal, a zsoltáráról:

„Az egek beszélnek Isten dicsőségét, és kezeinek munkáját hirdeti az égboltozat.” (Zsoltár 19:12)

A szigeten zöldellő árpagezőket hagyományos készítésű kő-

falak, mint valami gyűrűk fogják körbe, s amíg a szem ellát, csak kéken ágaskodó büszke bércek és a messziségben alig szembeötölő, takaros kis falusi otthonok s a mindent felülmúló, zafírként csillogó óceán hajjai kápráztatják a szemünket. Ázsia első „lassú városa” nevet kapta, ami arra ösztönzi az ide látogatókat, hogy pihentető sétát tegyenek a festői tájon át, átvágva a rizsültetvényeken meg a virágoktól pompázó réteken, megcsodálva az eléjük táruló gyönyörű természetet. Ennek értelmében, a lakosok minden év áprilisában megszervezik a „Lassú



Chongsangdo szigetének aransárga repcemezőit és ültetvényeit körülövező kőkerítések



séta” néven ismert fesztivált, amikor a természet csodájának szemlélése a cél.

Jeju-do vulkanikus hegysége

Hajóba ülve, utazzunk tovább, csodálva a hűvös szellő által felborzolt hullámok fodrait, és vegyünk egy mély lélegzetet, tudónkbe fogadva a csiklandozó sós levegőt. Ahogy a parányi szigetről Dél-Korea egyik legnagyobb szigete felé haladunk, már a távolból láthatjuk Jeju-do kéklőn, az ég felé ágaskodó bérceit. A Jeju-sziget keleti partján elhelyezkedő hegység neve Songsan Ilchubong, ami magába foglalja a hegycsúcs két legkiemelkedőbb jellemzőjét, hiszen Songsan annyit tesz, hogy „Vár alakú domb”, míg Ilchubong egy magas pontra utal. A hegység vulkanikus kőből áll, ami a geológusok feltételezése szerint a vízben kitörő vulkán nyomán keletkezett. A vulkanikus hegység különleges formájának köszönhetően egy gigantikus ősi várra hasonlít, aminek a kúpja 182 méterrel emelkedik a tengerszint fölé.

Az alatta elterülő talszerű kráter, amelyet a hideg óceánvízzel keveredő forró láva alkotott, körülbelül 600 méter átmérőjű, és 90 méter mély. Gondolatban kössük szorosabbra a túrabakancsunk fűzőjét, s jó kedvvel haladjunk fel a gondosan kiépített ösvényen. A 2017. október 4-én a világörökség kincse közé sorolt látványossághoz vezető, amúgy a harmatos fűben csuszamlós útszakaszt falépcsőzet borítja, s a természeti szépségét nem elcsúfító, egyszerű és ízléses korlát díszíti, így lehetővé téve a kellemes és biztonságos utazást mind az idősek mind a kisgyermekes családok részére.



Songsangilchubong, 2017-óta a világörökség kincsei közé tartozó vulkanikus hegység

Amint lépkedünk, körülöttünk sziklás kavicsok, s körüleng a harmatcseppektől gyöngyöző friss fű illata – a mélyből pedig a habzó hullámok kellemes muzsikája kísér. Ahogy magam elé képzelem az óceán erőteljes hullámainak csapkodását, eszembe ötlök Isten nagy hatalma, amelyet a zoltáríró oly élethűen és igazán szemléltet.

„Te uralkodsz a tengernek kevélységén, amikor a hajjai felemelkednek, te csendesíted le azokat.” (Zsoltár 89:10)

Ha eléggé korán keltünk, s landadatlanul haladunk a csúcs felé, nagyjából 45 percnyi utat követően megpillanthatjuk azt a csodálatos látványt, amit a bérc még számunkra tartogat. A hajnali pirkadatban, amikor az utazók elérik a csúcs legmagasabb pontját, lélegzetelállító látványban van részük: amint felérkeznek, megpillantják a tengerből felbukkanó tűzgömböt, ami narancssárgás és rózsaszínes pompában festi élénkre az addig feketén kéklő vizet. Mivel a Songsan Ilchubong csúcs a Jeju sziget keleti oldalán helyezkedik el, a sziget többi pontjához képest a hajnalhasadás itt pillantható meg legegyszerűbben, így a „Hajnali csúcs” nevet kapta.

A napfelkelte gyönyörű látványa végett 1994 óta „Napkelte Fesztivált” tartanak Seongsan Ilchubongban, amely szilvesztertől egészen a következő éjsza-

káig tart. A napkelte újév napján egészen különleges; az emberek ilyenkor összegyűlnek a hegycsúcson, hogy együtt csodálják azt, ahogyan az első napfelkeltekor a Nap lassan felbukkan a víz felszínén. A helyiek népi hiedelme úgy tartja, hogy az első ember, aki megpillantja azt, ahogyan a Nap felbukkan a horizonton, jó szerencsés lesz az új évben. Ahogy hajnalodik az óceánon, a hajókkal összesereglett halászok meggyújtják a lámpáikat, majd kórusban sípot fújnak, hogy üdvözöljék az új évet.

Hanok, avagy Korea egyedi építkezési stílusa

Miután a faluba érve a lakóházakat elérjük, két egymástól merőben eltérő, talán első pillantásra összeegyeztethetetlen építészeti formával találkozunk. Az ötletes, merész, modern épületektől nem messze, kőkerítéssel, illetve nádkerítéssel védett különleges házakat pillanthatunk meg, amik olyanok, mintha egy szempillantás varázsa alatt visszaröpítettek volna bennünket az ókori világ rejtélyes múltjába.

A hagyományos koreai építészet tükrözi azt a mély lelki kapcsolatot, ami az ember és az őt körülvevő világ között létezik. A koreai kultúra magában hordozza azon buddhista elemeket, amelyek az ember és az őt körülvevő természet szoros kapcsolatát fe-



Kőkerítéssel védett, cseréptetős Hanok

jezik ki. A rohanó, modern világban elterjedté vált sok emeletes tömbházak és felhőkarcolók különbnél különb futurisztikus építészetével szemben, ez az egyedülálló koreai építészeti forma az egyszerűbb és nyugodtabb lét lehetőségéhez vezet.

A koreai hagyományos házak megnevezése a *hanok*. A hanok kifejezés 1995 körül jelent meg a köztudatban, mivel ezzel a kifejezéssel próbálták elhatárolni a tradicionális építészetet az akkoriban Dél-Korea területén is egyre gyakrabban jelentkező nyugati stílusú építészeti formától.

A koreai hagyományos építészet elemei kifejezik az ember és az őt körülvevő természet kapcsolatát, egy egyszerűbb és nyugodtabb lét lehetőségeit nyitva meg.

A hanok megépítésekor nagyon fontos szerepet játszik a ház fekvése, amit tipikusan úgy terveznek meg, hogy a ház mögé kerüljenek a hegyek, míg a folyó vagy forrás a ház előtt, és lehetőleg északi irányban legyen. Azonban akadt olyan régió is, ahol ez az

elrendezés kicsit eltérő lehetett, ám a föld, a hegyek, a szél megszokott iránya, valamint a vízlelőhelytől függően minden úgy volt kigondolva, hogy a lakást élvező tulajdonosok számára minden a lehető legmegfelelőbb legyen. Ebből kifolyólag a hanok épülhet L alakban, jobb és bal irányban, valamint U alakban is, ha a szélfúvás erőtejes volt azon a bizonyos vidéken.

A hanok magába foglalja a természetes világ utáni vágyakozást, a szépséget és az egyszerűséget,

ami megmutatkozik azokban az alapanyagokban is, amiket építéskor felhasználtak. Ugyanakkor az építészeti formák nem bírnak kizárólagos fontossággal a hanok megtervezésében és annak felépítésében. Ami a legfontosabb, az, ahogyan a hanok beleilleszkedik az azt körülvevő harmonikus természetbe, így az építészet és a természet fizikai és vizuális harmóniája alapvető tényezővé emelkedik ki.

Ez az elgondolás nem képezett gyakori szempontot a nyugati építészetben, ahol az épületeket általában úgy tervezték meg, hogy azok kimagaslóan kitűnjenek a környezetből. A hanokok anyaga természetes, mint például a fa, a kő és a föld. Nem használnak mesterséges anyagokat, így ezek az otthonok 100 százalékban természetesek, biológiailag lebomlók és újrahasznosíthatók. Annak ellenére, hogy néhány hanok több mint 500 éves, a tervezése különös tekintettel van az energiatakarékosságra.

A 99 szobás, cseréptetős és a háromszobás, nádfedeleles vagy éppen tölgyfakéregből készült tetős, tapasztott falú kunyhó is



Jejudo jellegzetes nádfedeleles építkezése

ugyanazt a hagyományos nevet hordja, hanok. A tető túlnyúlását kifejezetten arra tervezték, hogy megakadályozza a nyári napfény bejutását a hanok belsőjébe, így hűvösen tartja a lakást a fullasztó hőségben. A keserű téli hónapokban a kinyúlás szöge és a Nap alacsonyabban eső sugarai miatt a napfény szabadon behatolhat a belső tér egyes részeibe, hogy ekként hőt biztosítson a lakosoknak, és ezzel csökkentve a hanok felmelegítéséhez szükséges tüzelőanyag mennyiségét.

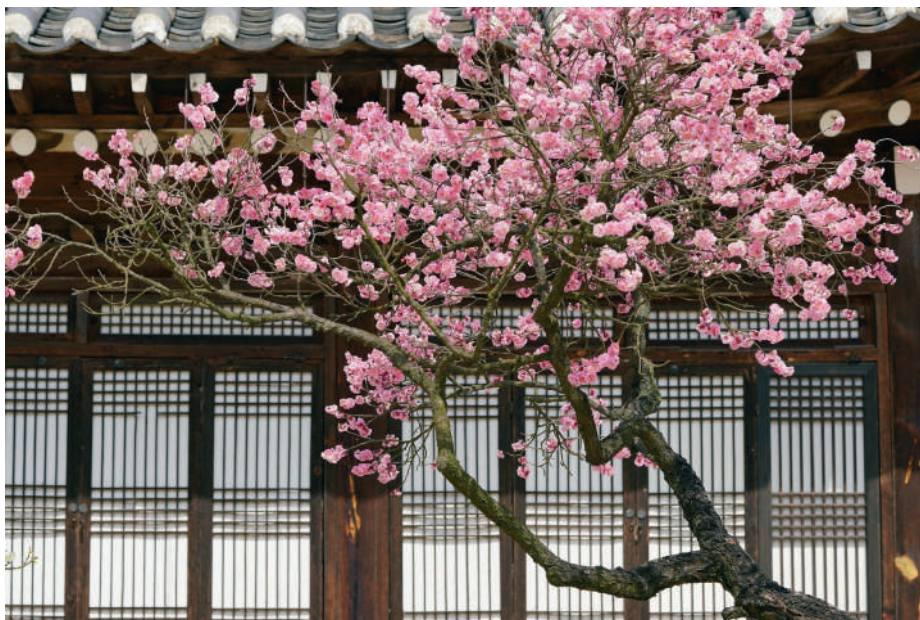
Az építőmesterek az építkezéshez szükséges alapanyagokat, az azokat körülövező gazdag természetből merítették. Az oszlop, szarufa, ajtó, ablakkeret és a padló fából készült, míg a falak egyes részei szalma és föld keverékéből állnak. Mivel a felhasznált építőanyagok mind természetesek, a hanok típusú házak kiváló légáteresztők, tökéletesek a nyári hőség idején.

A papírfalak sokoldalúsága

Az épületen belüli különleges papír és fa szerkezetű falak elmozdíthatók, ennek köszönhetően könnyedén megváltoztathatják a belső tér méretét és alakját, így a szobák kisebbekké vagy nagyobbakká alakíthatók, alkalmazkodva a különböző szükségletekhez.

Mivel a nehéz tető az épület favázis szerkezetén nyugszik, a külső falaknak nincs szükségük támogatásra, így a nyári hónapokban, ha a lakók ezt szeretnék, elmozdíthatják a külső papírfalakat, így csökkentve a belső tér hőmérsékletét.

A tradicionális házak egy másik egyedülálló jellemzője a *hanji* használata, ami egy hagyományos koreai papír, amely



Eperfakéregből készült fakeretes papírajtó

eperfakéregből készült. Az ajtók és ablakok keretét borító papír ebből a fapépből készült. Kellemes tapintású felülete és különleges légáteresztő tulajdonsága végett gyakran használták a ház belsejében, ideértve a falakat, ajtókat, a mennyezetet, és még a padlót is. A hanjit legfőképpen az ajtókra illesztették, a kiváló szigetelőképességének és áttetszőségének köszönhetően, az azon átszűrődő napfény világossá tette, és melegen tartotta a szobát. Ez a különleges koreai papír nem rendelkezik zárt üvegszerkezettel; inkább léglyukakkal, amelyek lehetővé teszik az egész otthon szellőzését, anélkül, hogy mindig ki kellene nyitni az ajtókat. Különleges összetételének köszönhetően szabályozza a lakásban levő páratartalom szintjét, elnyelve a levegőben levő felesleges nedvességét, ami majd idővel kipárolog abból, ha a levegő szárazra válik, egyensúlyban tartva a levegő páratartalmát. Még a levegőben csintalankodó porrészecskéket is csapdába ejti, így légtisztítóként is hat.

A padlófűtés nem a modern világ találmánya!

Annak ellenére, hogy az ezen otthonok felépítésekor használt építőanyagok minőségben különbözők, illetve a szerkezetükben és méretükben is különbség van, minden olyan otthont, amit az *ondol*, ami annyit tesz, hogy padlófűtés, és a *maru*, fából készült padlózat jellemez, hanoknak nevezünk.

Az *ondol* olyan ősi padlófűtési rendszer, ami a koreai félsziget északi régióiból származik, ahol a kontinentális időjárás által hozott hűvös téli időszakok elleni felkészülés nyomán került megtervezésre. A *maru* elnevezés, aminek használata először a déli régiókban lett ismeretes, a kemény fapadlózatnak köszönhetően, hűtőberendezésként szolgált a félsziget déli részén erőteljesebben jelentkező forró nyári napokon.

A forró nyár alatt a koreaiak többnyire a kis ülőpárnájukat igénybe véve, a *marun*, vagyis a padlón tartózkodnak, míg a tél folyamán az *ondol* által felmelegített szobákban töltik az időt. A



Padlófűtéssel ellátott belső szoba, ülőpárnákkal és ázsiai típusú kis étkezőasztal

faanyag, amiből a maru készült, és a tűz, ami az ondol általi fűtést lehetővé teszi, első pillantásra elég ügyetlen párosítás. Mivel, ha a fa ki van téve a tűznek, kivétel nélkül megsemmisül, a világon egyetlen építész sem társítja ezt a két elemet. Mivel azonban a koreai félszigeten télen hideg és száraz a levegő, a nyári időszakban pedig meleg és párás levegő kering, a koreai nép kénytelen volt kidolgozni egy olyan módszert, amiben úgy a fűtés, mint a hűtés együtt létezhet.

Következésképpen, a hanok építéséhez a marut és az ondolt egyaránt használták, olyan módon, hogy, habár a két elem egyidejűleg helyet kapott a padlótérben, a tűz mégsem emésztí meg a fát. Ez a különleges harmónia teszi a hanokot egy tudományhű építészeti remekművé, ami az egész világon páratlan.

Az ondol készítésekor a padló alatt egy kőréteget fektetnek le, így melegítéskor a hő a ház minden szobájába áterjed, s a téli időszakban meglepően melegen tartja mind a padlót, mind a levegőt. Az ondol használata mélyen

befolyásolta a koreai kultúrát, a padlón való ülési szokást életmóddá alakítva, ami megmaradt még a modern időkben is. Mivel a padlót evésre, alvásra és általános szabad idői tevékenységre is használják, az emberek leveszik a cipőjüket, mielőtt belépnek egy koreai otthonba.

Mindezen egyedi funkciójának köszönhetően, a hanok nemcsak környezetbarát, de magával is hozza a természet közelségét, amit az otthon belsejébe is belopkod a fény, a levegő és a madarak csicseregő hangja által.

A koreai otthonokra igen jellemző az egyszerűség, a lakások belsejét nem felhalmozott tárgyak és nehéz bútorzat díszíti, hanem a használhatóságra és az egyszerűségből adódó kényelemre összpontosítanak.

Hanbok – avagy hagyományos koreai viselet

A hanbok története olyan színes, mint az őt alkotó mindenik ruhadarab. Körülbelül egy évszázaddal ezelőtt a hanbok még naponta viselt öltözék volt. Habár manapság nem viselik gyakran,

továbbra is fontos részét képezi a koreai kultúrának hiszen különleges alkalmakkor és ünnepeken szívesen felveszik (mint például esküvő, a gyermek első születésnapja, családi ünnepek stb.)

A koreai hanbok, amelynek gyökerei a mai Észak-Korea területéről, és a mai Kína északkeleti illetve Mongólia egyes részeiről származik, úgy volt megalkotva, hogy kényelmes legyen a hétköznapi viseletre is. A hagyományos koreai ruha összetevői: a kabátka (*jeogori*), a nadrág (*baji*) és a szoknya (*chima*).

A hanbok általános kialakítása a vonalak és szögek finom áramlását kívánja megteremteni, az egyszerűen, de mégis ízlésesen egymáshoz illesztett bő szoknya, és a test felső részéhez elegánsan illeszkedő kabátka által, melynek fehér, vasalt gallérja és egyenes hosszú ujjai szolid megjelenést kölcsönöznek. Másik kiemelkedő tulajdonsága az élénk színek. A színek a társadalmi pozíciót és a családi állapotot is jelképezik. Az élénk színeket például általában a gyermekek viselték, a középkorú férfiak és nők pedig a halványabbakat hordták. A hajadonok gyakran viseltek sárga jeogorit és vörös chimát, míg a férjezett nők és leányos anyák zöldet és pirosat hordtak. Másrészt, azon nők akiknek fiai voltak gyakran viselték a sötétkék színt.

Hímezett minták díszítették a hagyományos koreai viseletet, képviselve a ruha viselőjének kívánságait. Például, bazsarózsát esküvői ruhára hímeztek, aminek jelentése becsület és gazdagság volt. Másrészt a lótvuszvirágok a nemesség reményét szimbolizálták, míg a denevérek és a gránátalma a gyermekek iránti vágyat illusztrálta. Ugyanakkor a sárkányok és a főnixmadarak, darvak



és tigrisek csupán a királyi család, illetve a magas rangú tisztviselők ruháit díszíthették.

A férfiak által viselt nemzeti ruha neve szintén hanbok, aminek összetevői: bő nadrág (*baji*), ingszerű ruhanemű (*jeogori*), hagyományos mellény (*baeja*), és a hosszú kabát (*durumagi*) alkotja. A koreai férfiak által viselt *hanbok* célja a kényelem, a tartósság, és az elegancia kifejezése.

A 19. század végén a nyugati öltönyök és ruhák egyre népszerűbbek lettek, ahogyan a Nyugat ma is befolyásolja Dél-Korea formális és alkalmi viseletét. Azonban különleges alkalmakkor, mint például esküvőkön, holdújévkor, ősi rítusok esetében és a gyermek első születésnapján, az emberek még mindig viselik a hanbokot. Korea hagyományos öltözetéből több mint 2000 éves történelme során számos változáson ment keresztül. Bár ez a változás folytatódhat, a hanbok még mindig őrizi Korea kulturális örökségét, amelynek nemcsak történelmi értéke és hagyományőrző szerepe van, hanem a koreai művészet egyedülálló jelentőségét is magában hordozza.

A természetben rejlő egyszerű elegancia, amely a bársonyos szirmú színesebb-nél-színesebb virágokban bontakozik ki, mindig is inspirációként szolgált az ember számára. Isten minden ember szívébe belüttette a szép iránti vágyat és azt, hogy a természetet csodálva felfedezzük az Ő csodálatos voltát, teremtő erejét és mindenhatóságát.

A természet élénk színei, a bársonyos kelyhű liliomok, az élénksárga repcetáblák, az ég kékje, a vérvörös, kecses tulipánok és a pihe-puha tavaszi cseresznye és meggyfa rügyekkel borított ágai mind-mind megjelennek a koreai viselet színpompás ruháin.

A szép természet, mint Isten tökéletes munkájának csodálása mindig is közel állt az emberhez.

„Vegyétek eszetekbe a mező liliomait, mi módon növekednek: nem munkálkodnak és nem fon-

nak, de mondom néktek Salamon minden dicsőségében sem öltözködött úgy mint ezek közül egy.” (Máté 6:28)

Ebből is kitűnik az emberbe ültetett szép utáni vágyakozás, hiszen Salamon király is akit a valaha élt legbölcsebb királyként ismerünk, előkelő ruházatával próbálta utánozni a természet ölenyíló piciny kis liliomokat, mégsem érthette fel azokat.



Hagyományos, hétköznapi hanbokot viselő asszonyok

Nem csupán étkezés, hanem minőségi idő is...

A múltban főképpen jellemző volt a nagycsalád, amelynek minden egyes tagja a gazdagon terített asztal mellett fogyasztotta el a fő ételt. Napjaink felgyorsult világa miatt sajnos csak két étkezés, a reggeli és a vacsora maradt meg a családban együtt töltött meghitt étkezésként. A koreai konyhaművészet sokszínű, változatos, és általában véve egészségesnek mondható. Három legalapvetőbb összetevője a szójaszós (kanjang), a csilipaprikakrém (kochujang) és a szójababkrém (dwenjang). A fokhagyma, friss zöldhagyma, illetve a gyömbér szintén alapvető hozzávaló a koreai konyhában. A koreai konyha kifejezetten híres a fermentált ételféléről, a több mint 200-féle variációban létező kimchi (fermentált, csípős, savanyú káposzta-alapú étel) pedig nemzeti ételnek számít, és a koreai étkezés elengedhetetlen része. A koreai ételfélét általában egyszerre tálalják, nem fogásonként, mint a nyugati kultúrában. Így hát egyidőben teszik az asz-



Hanbokba öltözött koreai család

talra a levest, a rizst, a sült vagy párolt főételt és a különböző színű, zöldségben, csírákban, magvakban és szószban gazdag köretnek is nevezhető kísérfőételt, aminek a hivatalos koreai megnevezése a *panchan*.

A koreai étkezési szokáshoz kapcsolódik azon, konfucianizmusból eredő hierarhiai felfogás, miszerint az étkezésnek csak akkor lehet nekifogni, ha az asztalnál ülő legidősebb személy már elkezdett enni. Ugyanígy, az asztaltól is csak akkor illik felállni, ha a legidősebb is befejezte már az étkezést.

Ha étkezés közben valaki szeretné kifejezni a gondoskodását egy másik személlyel szemben, akkor egy falásnyi ételt választ el a feltálat *panchan*ból vagy a húsfőételtől, és a másik személy rizses tányérkájára helyezi azt. Ha a kedvességét viszonzni szeretnénk, akkor mi is megismételhetjük ezt a gyakorlatot. Viszont a hálaikat legjobban úgy fejezhetjük ki, hogy jóízűen fogyasztjuk el a gondosan elkészített ételt, és evés közben is akár több alkalommal is megdicsérfjük azt.

A tiszteletadás, mint életforma

Amint ezt az étkezési szokásból is megérezhettük, a koreai társadalmi élet fontos része az idősek és a szülők iránti tisztelet, mely régebben együtt járt a fiatalabbak, illetve a női személyek alárendeltségi státusával. Mindezt a konfucianus életfilozófiából származik. Habár a mai modern társadalomban az alárendeltségi státus (ami különben a buddhista vallási nézettel is ellenkezett), már nem része a kultúrának, viszont a tisztelet, amit az emberek egymás iránt mutatnak, élő részévé vált a koreai életszemléletnek. Az udvarias köszönést enyhén meghajtott testtartással és fejbiccentéssel fejezik ki, így is kimutatva az egymás iránti tiszteletüket.

A nyelvhasználatban is fellelhetők az udvarias megszólítási formák, a magázódás és az idősebbekkel való tiszteletteljes beszéd. A családiasság, barátságosság kifejezésekkppen a koreaiak úgynevezett *hochinggal* szólítják meg egymást. Az idősebb férfit nagybácsinak, *samchunnak*, az idősebb nőt pedig nagynéninek hívják, amit koreaiul úgy mon-

dunk, hogy *imo*. Ha egy férfi csupán néhány évvel idősebb, akkor attól függően, hogy férfi vagy nő a megszólító, bátyámnak neveznek (*hyung* vagy *oppa*). A fiatalabb ismerősöket pedig *dongsaengnek* hívják, ami annyit tesz, hogy öcsém vagy húgom, attól függetlenül, hogy nő vagy férfi a megszólított. Ha viszont kedvesen akarnak megszólítani egy idős bácsit, akkor nagytatának, *harabodzsinnak*, vagy nagymamának, *halmoninnak* hívják. Ezekből a megszólítási formákból is láthatjuk azt a családközpontúságot, ami a koreai társadalmat jellemzi.

Tehát, a koreai kultúrába beágyazódott konfucianus és buddhista elemek merőben befolyásolják a koreai családszemléletet, ami vallási meggyőződéstől függetlenül, rányomta a bélyegét a koreaiak gondolkodásmódjára. Ezen elemek közé tartozik a természet tisztelete, a harmonikus életre való törekvés, a szülők iránti tisztelet és engedelmesség. A tisztelet fontossága, ami a konfucianizmusból ered, bizonyos szinten beágyazódott a koreai kultúrába, olyannyira, hogy a koreaiak nagy része még mindig megszervezi a *jesának* nevezett ősök imádatát, ami egy bizonyos fajta vallási töltettel bíró, a halottakról való megemlékezést jelenti. A katolikusok zöme, a buddhisták és a nem hívők is őrzik ezt az ősi rítust, kivéve a protestánsokat. A katolikus tilalmat 1939-ben oldották fel, amikor XII. Piusz pápa hivatalosan elismerte az ősi rítust, mint civil gyakorlatot.

Isten üzenete Koreában is nyitott szívekre talál

A kereszténység gyakorlata Koreában a két legnagyobb ága, a protestantizmus és a katolicizmus



Kilenc fogásos koreai főétel

körül forog, ezeknek 8,6 millió, illetve 5,3 millió tagja van. A katolicizmust először a késő Joseon-dinasztia időszakában vezették be konfuciánus tudósok, akik Kínában találkoztak ezzel. Hogyan is történt ez? 1603-ban Yi Gwang-jeong koreai diplomata visszatért Pekingből, és számos teológiai könyvet vitt magával, amelyet Matteo Ricci, egy olasz jezsuita misszionárius írt Kínában.

Elkezdte terjeszteni a könyvek-ből olvasottakat, ezáltal lassanként elvetette a kereszténység első magvait. Ám 1758-ban a Yeongjo Joseon-dinasztiai király hivatalosan betiltotta a katolicizmust, mint „gonosz gyakorlatot”. Néhány év-tizeddel később Yi Seung-hun, a Joseon-dinasztiai király 1785-ben újra bevezette a katolicizmust, s ezt követően a koreai keresztények francia és kínai katolikus papokat hívtak meg Koreába.

Azonban, a Joseon-dinasztia nem mindegyik uralkodója szívelte az addigi életfilozófiával ellentétes, főleg konfucionista hierarchiára épülő koreai társadalomba, úgymond, idegenként befurakodó új vallást. Az alázatos Megváltóról hallott tanítás, a különböző társadalmi osztályokhoz tartozó emberek Isten előtti egyenlőségét hirdető keresztény hitet az országot felforgató hatású veszélyes irányzatnak tekintették.

Így kezdődött el a koreai keresztényüldözés, amelynek csúcspontja az 1866-os, katolikusokat ért üldözés volt, amelynek során országszerte 8000 katolikust öltek meg, köztük kilenc francia misszionárius papot is.

A 19. század végén végül változás állt be, ami által Korea nyitotta vált a külvilág felé, s ez vallási toleranciát is hozott magával a megmaradt katolikusok számára. 1884-től pedig az amerikai misz-



Dél-koreai keresztény nők

zionáriusok munkájának köszönhetően a koreaiak a protestantizmust is befogadták.

Korea első protestáns egyházát Seo Sang-ryun, és az első protestáns misszionárius, Horace Allen hozta létre. Ez utóbbi kezdetben presbiteriánus misszionárius volt, aki később amerikai diplomata lett. 1884-től 1905-ig szolgált Koreában, és még a munkássága során is sokan csatlakoztak hozzá.

Jelenleg Dél-Korea fővárosában, Szöulban van a világ legnépesebb protestáns gyülekezete,¹

¹ Ez a David Yonggi Cho által 1958-ban alapított, pünkösdi típusú gyülekezet, mely úgynevezett sejt-gyülekezet: a tagok tízes „sejtekből” találkoznak hétközben otthonaikban, majd vasárnap egymás után több „váltásban” gyűlnek össze Istent dicsőíteni egy hatalmas befogadóképességű helyen. 2007-ben Szöulban 830 ezer tagjuk volt, vasárnaponként hét istentisztelettel, melyeket 16 nyelven közvetítettek. Számos szatellit gyülekezetet alapítottak, ide osztva le a szaporodó tagságot, de még így is 2020-ban e gyülekezet Szöulban 480 ezer tagot számlált. Fő lelkészük 2008-tól Young Hoon Lee.

amelynek alappillére lett Jóel próféta kijelentése, amely szerint:

„*Lészen az utolsó napokban, azt mondja Isten, kitöltök az én Lelkemből minden testre; és prófétálnak a ti fiaitok és leányaitok, és a ti ifjaitok látást látnak, és a ti véneitek álmokat álmodnak. És az én szolgálóimra és szolgálóleányaimra is kitöltök azokban a napokban az én Lelkemből, és prófétálnak.*” (Cselekedetek 2:17–18)

Dél-Koreában, ahol 1900-ban még alig néhány keresztény volt, 1992-ben a 37 200 gyülekezet-hez 12,5 millióan tartoztak, és ez a szám azóta tovább növekedett.

A koreai kultúrát szemlélve, sokat tanulhatunk e néptől. Habár az egymás iránti tisztelet és gondoskodás konfucionista eredetű, és végigkísérte a koreaiakat évszázadokon át, még akkortól, amikor a keresztény hitről mit sem tudtak, azt látjuk, hogy Isten ezen keleti filozófia útján is dolgozni tudott az ő szívében. A szülők iránti tiszteletről beszélve, eszünkbe ötlük a Tízparancsolatnak 2 Mózes 20:12 versében levő

ötödik parancsolata, amiben Isten a szüleink iránti tiszteletre hívja fel a figyelmet:

„Tiszteld atyádat és anyádat, hogy hosszú ideig élj azon a földön, amit az Úr, a te Istened ad téneked.”

Ez a parancsolat nem más, mint az emberi méltóság alapja, amiben Isten arra szólít fel, hogy tiszteletet mutassunk azon földi lények iránt, akik a világra hoztak, és felneveltek.

Ha tisztelettel teljes szeretettel viseltetünk szüleink, sőt, a körülöttünk élő többi ember iránt is, betöltjük a világon lakó minden embert egyformán szerető Krisztus Urunk nagy szeretet-parancsát, olyan személyekké válva, amilyenné minden ember a lelke mélyén válni szeretne.

„Ez az én parancsolatom, hogy szeressétek egymást, amiképpen én szerettelek titeket.” (János 15:12)

A nyáradszeredai

Pásztor Jácinta-Kinga

koreai-angol szakon végzett a kolozsvári Babeş–Bolyai Egyetem Bölcsész tudományi karán.



Függelék:

A Koreai-félsziget ma

1945-től a félsziget két államra oszlott: északon, 25 millió lakossal a világ talán legelnyomóbb, a Kim-dinasztia vezette kommunista diktatúrája található: ez Észak-Korea, mely hivatalosan a Koreai Népi Demokratikus Köztársaság nevet viseli. Fővárosa Phjongjang. Területe 120.540 km², mely a Magyarországnál kb. 25%-al nagyobb. A Föld egyik legszegényebb, és majdnem teljesen bezárt országa. Rendszere a mi román diktátorunk példaképe volt, aki 1990-től kezdve mindenestől nálunk is életbe akarta léptetni az ott látottakat.

Délen Dél-Korea, avagy a Koreai Köztársaság helyezkedik el, 51 millió lakossal. Fővárosa Szöul, területe 100.210 km², tehát az északhoz tartozó résznél valamennyivel kevesebb.

Gazdasága az 1953-ban kétoldalú fegyverszünettel lezárult észak-dél háborút követően, a hatvanas években rohamléptekkel fejlődni kezdett, s ma a világranglérán a tizedik helyet foglalja el.

A nyugati, jóléti társadalmakhoz hasonlóan, a szomszédos Japánnal együtt a népesség előrecedő hajlamot mutat. A vallást illetően pedig az egyik legateistább ország – habár a lakosság majdnem 30 százaléka keresztény, kb. fele ugyanakkor semmiben sem hisz, vagyis nem is keresztény, de az ősök buddhista, avagy koreai-sámánista hitét sem vallja.

Imádkozunk e nép, s ugyanígy a világ összes népe üdvösségért, nem feledkezve meg azokról sem, akikért elsősorban felelősek vagyunk, s akikért Krisztus ugyancsak a vérért adta: magyar nemzetünkről.

(J. E.)



A hónap receptjei

Miután egy kissé megismertük e távoli nép életmódját és csodálatos országukat, állítsunk hát össze egy teljes, hatfogásos koreai menüt!



Gombaköret

Hozzávalók:

- 500 g laskagomba
- 2 ek. olívaolaj
- 2 cikk fokhagyma
- ¼ csésze víz
- 1 kk. szezám-mag





Az előzőleg megtisztított, megmosott laskagombát vékony csíkokra vágjuk. 2 ek. olívaolajon/repceolajon (ha lehet, a főzéshez alkalmas olívaolajat használunk, s nem a hidegen sajtolt

extra szűz változatát), kicsit át-sütjük a gombát, hozzáadunk 2 zúzott fokhagymacikket majd 1 ek. szójaszószt öntünk rá. Kavargatjuk, míg a fokhagyma jó illatú lesz, majd felöntjük ¼ csé-

sze vízzel, leföldjük és puhulni hagyjuk kis lángon körülbelül 5-6 percig, míg elfő a víz. Melegen tálaljuk s a tetejét leszórjuk szezámmaggal.

Brokki-rózsák tofumorzsaiban

Hozzávalók:

- 1 fej brokkoli
- 150 g tofu

A szószhoz:

- 1 ek. szójaszószt
- 1 ek. szezámolaj
- 1 ek. apróra vágott fokhagyma



A megtisztított és rózsáira lefejtett brokkolit forró vízbe dobjuk és 3-4 percig főzzük. Vigyázunk, hogy roppanós maradjon, ne főzzük el. Majd a forró vízből kiemelve jeges vízbe tesszük, hogy megőrizhesse vitamintartalmát és szép zöld színét. Eközben főni teszünk fel vizet, és a 150 g tofut beletéve 1-2 percig forni hagyjuk. Kiemeljük a forró vízből egy szűrőkanállal, s miután kihűlt, egy tiszta gézbe téve kiszorítjuk a levét, majd összemorzsoljuk.

A szósz elkészítése: 1 ek. szójaszószt, 1 ek. szezámolajat, és 1 ek. apróra vágott fokhagymát összekeverünk. A szósz hozzáadjuk a brokkolihoz és az összemorzsolts tofuzhoz.

Tavaszi saláta koreai módra

Hozzávalók:

- 1 közepes nagyságú, zsülienre vágott sárgarépa
- 3-4 vékonyra vágott kelkáposzta/céklalevél
- 6 levél vékonyra vágott fehércáposzta
- 1 csokor metélőhagyma

Öntet:

- 1 ek. mustár
- 2 ek. rizsecet/almaecet
- 2 ek. olívaolaj
- 1 kk. juharszirup/méz
- Só
- Fekete őrölt bors

Az öntetet összekeverve a friss zöldséggel, a salátánk készen is áll a tálalásra.



Aranybarna fokhagymaköret

Hozzávalók:

- 300 g fokhagyma (lehetőleg nagy cikkek)
- 1-2 ek. olaj
- 2-3 ek. víz
- 1 kk. chili paprika pehely/1 szárított chili paprika

A szószhoz:

- 1½ ek. szójaszószt
- 3 ek. kukoricaszirup/rizsszirup (esetleg mézzel is helyettesíthetjük, ilyen esetben csupán 2 ek.-nyit használunk)
- 2 ek. rizsecet/almaecet



A fokhagymát megtisztítjuk, megmossuk, majd félbe vágjuk, és 10 percig hideg vízben állni hagyjuk. Majd kivesszük a vízből, s szűrőben lecsepegtetjük. Lassú tűzön kissé átpirítjuk, és hozzáadjuk az előzőleg össze

kevert szószt, majd felöntjük 2-3 ek. vízzel. Ezt követően 2 percig kavargatva főzzük, s ha elkészült, leszórjuk a csili paprika pehellyel, vagy akár 2-3 karika nyers csípőspaprikával. Főétel mellé, ínyenc köretként tálaljuk.



Aranybarna fokhagymaköret

Párolt zöldségek koreai módra

Hozzávalók:

- 1 sárgarépa
- 6-8 levél fehércáposzta
- 1 vöröshagyma
- 2 ek. szójaszószt
- 2 ek szezámolaj/olivaolaj
- 1 ek. szezámag
- ½ pohár víz



A sárgarépát zsülienre (hosszú vékony csíkokra), a fehércáposztát gyaluval vagy éles késsel pedig ugyancsak hosszú csíkokra vágjuk. A hagymát félbe vágva hosszanti csíkokra szeleteljük. A háromféle zöldséget felmelegített olajban 1-2 percig dinszteljük, majd miután a pörzsanyagok felszabadultak, felöntjük ½ pohár vízzel, de ha szükséges, a vizet még egy kicsit pótolhatjuk, míg a zöldségek megpuhulnak. Főzés közben hozzáadjuk a szójaszószt, majd ha elkészült, szezám-maggal leszórva tálaljuk.

Egyszerű retkesaláta

Hozzávalók:

- 3-4 fej piros retek
- 1 csokor metélőhagyma
- 2-3 céklalevél
- ½ ek. koreai piros paprika paszta (Piros Arannyal is helyettesíthető)
- 1 ek. szezámag
- 1 csipet só

A retket vékony karikákra szeljük, megsózzuk és 4-5 percig állni hagyjuk. A céklaleveleket hosszú csíkokra, a metélőhagymát pedig apróra vágjuk. Majd az egy 1 ek. vízben feloldott paprika pasztát hozzáadjuk az előzőleg összekevert zöldségekhez, és szezám-maggal leszórva tálaljuk.

Rizsköret

Végül pedig ne feledkezzünk el az elmaradhatatlan rizsköretéről, mely Koreában nem számít külön fogásnak, és amelyet természetesen ázsiai módon, tapadásra készítünk.

Hozzávalók:

- 300 g rövid szemű rizs
- 600 ml víz

A rizst többször jól átmoszuk, leszűrjük, majd a fenti mennyiségű vizet ráöntve, egy fél óráig állni hagyjuk. Ezután felforraljuk, majd lefedve, kis lán-

gon főzzük 10 percig. A lángot eloltva, fedő alatt pihentetjük még 5 percig. A többi, sós fogással eszszük, de ha akarjuk, kissé megsózhatjuk, vagy az amúgy is nagyon sós szójaszószból csepegtetjük rá.

Ha **fekete rizst** szeretnénk használni, akkor azt legalább háromszoros mértékű (tehát 300 g rizshez 900 ml) enyhén sós vízben főzzük közepes lángon, legalább 40 percig.

Jó étvágyat mindenkinek!

Megjegyzések

- ek. – evőkanál,
- kk. – kávéskanál
- Szójaszósz: pl. a Lidl üzletláncban kapható, 170 ml kb. 3-4 lej
- Tofu (szójatúró): ugyancsak a Lidl-ből szerezhető be. Sótlan, 180 g-os csomag 3,50 lej.
- A szezámolajat natúrboltban, vagy az üzletláncok natúrtermék részlegén kaphatjuk meg.
- A receptekhez felhasznált fokhagyma, ha lehet, házi vagy hazai legyen.
- Metélőhagyma (snidling): ritkán kapható, de ültethetünk a kertben. Ha nincs, helyettesíthetjük zsenge zöldhagymával.
- Fekete rizs: nálunk még nemigen ismert. Natúrboltokban kapható. Nagyobb a fehérje, rost, antioxidáns, és ásványi anyag tartalma, s az íze is különlegesebb.

Pásztor Jácinta-Kinga



Most pedig íme a teljes menü!

Kedves Olvasók!

Ha valakinek Önök közül sikerül elkészítenie a teljes fenti menüt, helyezze az asztalra és fényképezze le önmagával és esetleg vendégeivel együtt, majd küldje be a szerkesztőség e-mail címére. Fáradásukat egy szép, színes vegetáriánus szakácskönyvvel jutalmazzuk. Sok sikert kívánunk!



Igemorzság

Mennyit jelent egy kicsi hit?

Jézus ezt mondja:

„Ha akkora hitetek volna, mint a mustármag, azt mondanátok ennek a hegynek: Menj innen amoda, és elmenne.” (Máté 17:20).

De én még soha nem láttam járkáló hegyeket...

Vagy: Jézus ezen szavait mindannyian ismerjük, de ki látott már közülünk járkáló hegyeket?

Rá kellett hát jönnöm, hogy még egy mustármagnyi hitem sincs. Vajon még mennyi hiányzik hozzá? Sajnos nincs „hitmér-

legem”, hogy ezt meg tudnám mondani. De vajon grammban mérik vagy méterben, esetleg literben? És mit lehet egy egységnyi hittel tenni?

Létezik az, hogy senkinek a földön még egy mustármagnyi hite sincs? És ha egy mustármagnyi hittel hegyeket lehetne megmozgatni, akkor mit vihetnénk végbe egy cseresznye méretével? És ha valakinek a hite dinnye nagyságú lenne, hogyan nyilatkozna róla Jézus?

Többször olvashatjuk a Bibliában, hogy Jézus azt mondja egy bizonyos személynek: „kicsinyhitű”.¹ Vajon ez azt jelenti, hogy ezeknek a személyeknek valójában egyáltalán nem volt hitük, csak hogy Jézus nem akarta megsérteni őket – avagy valóban volt egy kevés hitük, amit csekély-sége miatt növelni kellett?

Szeretném ha most visszautaznánk az időben kétezer évet és elképzelnénk azt, hogy Jézus tanítványai vagyunk. Tartozunk tehát mi is a tizenkettő közé egy napig!

¹ Pl. Máté 14:31-ben Péternek: „Kicsinyhitű, miért kételkedél?” Lásd még: Máté 6:30 és 16:8 verseit.

Lapozzuk fel e célból az Újszövetséget Máté evangéliuma 14. fejezetéhez.

Miután Keresztelő Jánosnak fejét vették, Jézus úgy döntött, hogy egy puszta helyen szeretne lenni egy kicsit csupán a tanítványaival, egyedül. Bizonyára sok minden járhatott ez utóbbiak fejében: szomorúság, fájdalom, bizonytalanság, félelem; és ahelyett, hogy legalább most egy kicsit együtt lehetnének nyugodtan a Mesterükkel – megbeszélni a történeteket –, emberek kezdenek csatlakozni hozzájuk, egyre többen, és többen. És nem egyedül jönnek. Hozzák betegeiket, problémáikat: szeretnék, ha Jézus segítene rajtuk. És Jézus meg is teszi. Senkinek sem mond nemet. Úgyanyyira, hogy már több, mint ötezren vannak, mert senki nem akar hazamenni. A meggyógyultak sem, mert oly jó Jézus mellett lenni, és az Ő szavát hallgatni!

Beesteledik. Az emberek kezdenek éhesek lenni, de még maradnának. Maradnak, mert maradni akarnak. A tanítványok is éhesek, de legfőképp fáradtak – vagy inkább megfáradtak – és szeretnének valóban egyedül lenni a Mesterükkel. Ezért jön az ötlet: „Küldjük most már őket haza!” Vagy legalább is a környező falvakba,² hogy az este a miénk lehessen... Jézus válasza azonban meglepi a tanítványokat:

– Adjatok ti nekik enni!³

Mert: hogyan is adhatnának ők enni ennyi embernek?

És akkor csoda történik: mindenki jóllakik. Még a tanítványok is. Miközben esznek, elképzelem, amint néhány elejtett szó, mondat üti meg a fülüket:

– Lehet, hogy Jézus a megjövendőlt próféta?

– Milyen jó lenne ha Jézus lenne a király, mert így mindig biztosítva lenne az ételünk, még háború esetén is!

És már a tanítványok is azon töprengenek, hogy ők vajon mi-



A fekete mustár apró magjai

lyen tisztséget tölthetnének be az új királyságban?

Éppen amikor gondolatban már mindenki kiválasztotta a neki megfelelő pozíciót, látják, hogy egy csoport már közeledik is, azon célból, hogy Jézust királlyá kiáltsa ki. Erre ők is csatlakoznak hozzájuk. Jézus azonban megint meglepi őket: az embereket haza, őket pedig a túlpartra küldi. Egyedül, azaz nélküle.

„Miért kellett Jézusnak ezt tennie? Miért nem úgy csinálta Jézus, ahogyan **mi** akartuk?” – ilyen és ehhez hasonló gondolatok járhatnak a fejükben. De nem csak bennük van vihar. Az éjszaka közepén elkezd fújni a szél, az ég beborul és a hullámok egyre csak nőnek Genezáret taván. Úgyanyyira, hogy minden előző gon-

dolatuk, csalódásuk tovaszáll, és már csak a félelem marad, a valódi félelem.

Nemrég még az járt fejükben, hogy Jézus elvette tőlük az ország vezetésének lehetőségét, most pedig még azt sem tudják, ha sikerül-e valahogy a csónakjukkal a túlsó partra egészen, épségben eljutni.

Ekkor azonban valami különleges dolog történik: meglátnak egy közelgő alakot a tengeren, a nyílt vízen.

Kedves olvasó: te hogy érezted volna magad, ha a tanítványok egyike lettél volna? Sötét van, vihar, szél, hullámok, s erőd fogytán, és valaki feléd jön a vízen. Megszállt volna annyira a félelem, mint a tanítványokat, akik kiáltoztak kétségbeesésükben?

Jézus ekkor kedves hangján megszólal:

„– Bízatom, én vagyok, ne féljetek!”⁴

De... sötét van, csak néha világítja meg egy-egy villám a vizet és a titokzatos alakot; a hullámok nagyok, az eső is zúg, még a legutolsó dörgés moraja hallatszik. Valóban Jézus az? Bizonyíték kellene arra, hogy valóban Ő szólt hozzájuk. Ezért már hangzik is a kérdés, kérés:

– Uram, **ha** Te vagy...

Kedves olvasó, te és én hogy folytattuk volna a mondatot? Nem a vihar lecsendesítését kértük volna? Hisz nem az egészségünk, a biztonságunk a legfontosabb ebben a földi életben?

² Máté 14:15

³ 16. vers

⁴ Máté 14:27

Péter azonban nem ezt teszi. Így szól:

„Uram, ha te vagy, parancsolj, hogy hozzád mehessek a vizeken.” (Máté 14:28).

Pétert nem érdekli a vihar, ha Jézus mellett lehet. Pétert nem érdekli, hogy a többiek mit mondanak; nem érdekli az, ha megpróbálják visszahúzni, ha győzködik, hogy ne kövessen el ostobaságot... Nem érdekli, ha mások Jézust egyszerűen kísértetnek nézik. Nem érdekli semmi és senki, csak az, hogy Jézus mellett lehessen.

Ez Péter „kicsiny” hite. Ezért tudott Péter a vízen járni. És ez az a hit, amelynek minket is jellemeznie kellene! És bár nem volt teljes, csak egy kicsiny mustármagnyi, de ott volt benne a lehetőség, hogy nagy fává nőjön.

A hitet nem lehet földi mértékkel mérni. Se grammal, se méterben, se literben. Még a csodák számával sem. Azonban észre kell vennünk azt, hogy mihez hasonlítja Jézus e „kicsiny” hitet. Nem egy homokszemhez, nem egy gombostű fejéhez – bár a méretük alapján azt is megtehetné volna – hanem egy mustármaghoz. Miért? Azért mert a mustármag minőségében más.



Jézus leginkább a velünk való közösségre vágyik. Csend és béke a Gyilkos-tó partján (Hagymás-hegység, Hargita megye). E különleges tó 1837-ben keletkezett, amikor a Gyilkos-kő oldalán levő törmelék lezúdult a völgybe, és elzárta azt.

Míg egy homokszem mindig is egy homokszem marad, ugyanígy a gombostű feje is, de a mustármagból – hozzáértéssel és megfelelő gondozással – egy fa fejlődik ki.

Bennünk mennyire van meg a mustármagnyi hit? És milyen mértékben engedjük meg azt, hogy növekedjen? Ha úgy érezzük, hogy egyedül nem tudjuk ezt

megtenni, kérjük Azt, aki a mustármagból is fát növeszt – azaz Jézust:

„Növeljed a mi hitünket!”

Az Úr segítsen meg erre. Ámen.

Koródi Zsolt
informatikus, *Mezőbergenye*
(Maros megye)

Gondolat

Hazamegyek

Kolozson nőttem fel. Egy dombokkal körülvett, sós fürdőjéről híres községben, Kolozsvártól félórányira. Nagyanyám, akit, Hargitából hozott ide a lánykérés szekere, elmesélte, hogy amikor eljött az édesanyja háztűznézőbe Kolozsra, sírva ment haza Kőrispatakra.

– Sáros, csúnya falu – újságolta otthon a testvéreknek – de jó ember a Feri, megéltek.

Úgy is lett, dédnagyanyám igazat mondott: nagyapámra a faluban mindenki jó emberként emlékezett, de nagyanyám sajnos soha nem lett kolozsi. A szíve

mindig hazavágyott. Nekem is sokszor panaszkodott, hogy:

– Itt Kolozson még a harangot se tudják rendesen húzni, olyan össze-vissza húzzák, de bezzeg Kőrispatakon...

Ám ez a barátságos, sárral kirakott Kolozs volt az első pont ami számomra az otthont jelentette. Ezt értettem az alatt, hogy: „hazamegyek”. Nagyanyám génjei mindig azt mondták, hogy otthona csak egy lehet az embernek. És aztán elindult az Élet robogása...

Iskolába kellett menni Kolozsvárra. És a Város örökbefogadott. Minap, mikor ott jártam, emlékeimet előhozva réglátott szülőteként üdvözölt (ugyanis technika-
ilag ott is születtem).

Marosvásárhellyel olyan „se veled – se nélküled” kapcsolatba kerültem mára. Hetente bejárunk, ügyes-bajos dolgainkat végzendő. Nagyobbik lányom is itt született egy virágba borult tavaszi napon. Itt egyetemista vagyok még mindig. És ügyintéző. És szaladok szilvágombócot enni a Szabadság utcába két kurzus között. Haza.

Sepsiszentgyörgyre hajtunk be egy alkalommal Oltszem felől. Itt mindig gyalogos vagyok. Sokat róttam az utcáit, főleg egy babakocsi nyomában. Kellemes nyári séták, fagyos téli rohanások emléke kergeti egymást rendetlen sorrendben, ahogy a híd alatt áthaj-
tunk, ki a körforgalomból... tavasz

van az Ág utcában, meg ősz. Itt is folyton rohanok. Főleg a piacra, meg suliba is. Néha tél van, ahogy végigmegyek a Grigore Bălan-on és takargatom a kislányom lábát a babakocsiban, hogy meg ne fázzon. Látom magam az első hónapokban, ahogy a babakocsit tolva sétálok végig a posta előtt, elérek a Csíki utca sarkára, a Corvinához, közben hallgatom az embereket és mosolygok. Énekel a lelkem attól a sok gyönyörű dallamos – ízes hangtól, amit ezek az emberek egymásnak küldözgetnek: édes anyanyelv – biztos itt kapta a nevét.

Szászrégen is odanőtt a szívem egyik falához. De itt nem a város, csak az emberek, s a hozzájuk fűződő emlékek: a szeretet-meleg. Itt átutazó vagyok. Buszra, kocsira, vonatra szállok. És rohanok, rohanok, rohanok...

Ma a Nyárad partjáról látom a Vargatető mögül felkelő napot.

És itt is itthon vagyok már. Nem keresi a kezem az ajtó másik oldalán a villanykapcsolót. Tölcsér, só, fogpiszkáló: magától utánuk nyúl a kezem. Megszámoltuk a szomszéd ház padlásán lakó denevéreket is. Barátság-gyökereket eresztettünk. És tudom, hogy ha beparkolok az udvarra, vagy az utca felől villanyt gyűjtök, holnapra mindenki tudja, hogy hazaérkeztem. Számon tartanak.

Tegnap Székelyudvarhelyen voltam. Ahogy a dombon ereszkedtünk le a Szejke felől, furcsamód ugyanaz a meleg érzés járt át, mint amikor a Nagykanizsát elhagyva megláttam a falum a völgyben. Azon kaptam magam, hogy mosolygok. Csak úgy, mindennek és mindenkinek. Ok nélküli örömet éreztem, mint amikor az ember haza érkezett.

Nagyon gazdag embernek tartom magam: fél Erdély az ottho-



A nyárádszeredai református templom, előtte Bocskay István (1557–1606) erdélyi fejedelem mellszobrával



nom. „De meddig lesz enyém...”
mondom én is Áprily Bartimeusá-
val. S ilyenkor mindig arra gondo-
lok, hogy nekem is szól az ígélet,
ami annyi vándorló „sokhazás”
embernek, akik:

„Mind hitben hunytak el, de
anélkül, hogy az ígélet teljesedé-
sét megérték volna; csak messziről

látták és üdvözölték, elismerve,
hogy vándorok és jövevények a
földön. Akik így beszélnek, meg-
vallják, hogy hazát keresnek. Ha
arra a földre gondoltak volna,
ahonnan kijöttek, lett volna alkal-
muk a visszatérésre. De egy jobb
haza után vágyódtak, a mennyei
után. Ezért az Isten sem szégyelli,

hogy Istenüknek hívják, hiszen ha-
zát készített nekik.” (Zsidók 11:14-
16, a Szent István Társulati Biblia
szerint)

Bíró Kata

édesanya és angoltanár, nő,
Nyárádszereda

Áprily Lajos (1887–1967)

Bartimeus

Szép volt, anyám, mikor a két szelíd kéz
megérintette fénytől szűz szemem,
világgá lett a bús világtalanság,
s öröm borzongott át a lelkemen.

Koldus-kövem felett, a tér derengett,
arcom felé egy arc világított,
s káprázva néztem hívó, mély szemébe
Annak, ki jött, megállt, meggyógyított.

Szép volt, anyám, szememmel simogatni
virág selymét, gyümölcsök bársonyát,
vagy messze-húzó út ívét követni
a dús vetésű Jordán-tájon át.

Ma is csodám a csillagsűrűs éjjel,
a nyári éj, mely csóvákat hajít,
a virradat, mely kútvízhez kicsalja
a város nőit és galambjait.

Jerikó minden színe birtokom lett.
Egész világ. *De meddig lesz enyém?*
Ha börtönömbbe holnap visszahullnék,
tán elhullatnám s elfelejteném.

A pálma zöldjét, esti domb liláját,
barna leányrajt, bíbor rózsátőt.
De lelkem mélyén hordozom halálig,
hogy láttam Őt, anyám, hogy láttam Őt!

„Azután Jerikóba értek, és ami-
kor Jézus tanítványaival és elég
nagy sokasággal kifelé ment Jeri-
kóból, egy vak koldus, Bartimeus, a
Timeus fia ült az út mellett. Amikor
meghallotta, hogy a názáreti Jézus
az, így kiáltott fel:

– Dávid Fia, Jézus, könyörülj raj-
tam! (...)

Jézus megkérdezte tőle:

– Mit kívánsz, mit tegyek veled?

A vak ezt mondta:

– Mester, hogy újra lássak.

Jézus ekkor így szólt hozzá:

– Menj el, a hited megtartott
téged.

És azonnal újra látott, és követte
őt az úton.” (Márk 46-47, 51-52, az
Új Protestáns Fordítás szerint)

Ifisarak

Ennek nem mindegy!

„Bizony mondom nektek, amennyiben megcselekedtéték eggyel az
én legkisebb atyámfiai közül, én velem cselekedtéték meg.” (Máté 25:40)

Megjött a nyár, s vele a nagy
lehetőségek – kirándulások, nya-
ralások – ideje. Voltál-e már ten-

gerparton, vagy akár az óceán
partján? Igaz-e milyen magasz-
tos érzés a sirályok vijjogása és a

hullámok moraja közben nézni
a végtelen, kéklő messzségbe,
melyen valahol túl, ismeretlen ki-
kötők, országok várnak? De ez a
szép tenger sem mindig barátság-
os... Ma egy történetet hoztam
nektek, melynek a tenger az egyik
főszereplője.

Évekkel ezelőtt, egyik tenger-
parti nyaralóhelyen az éj köze-
pén az emberek nagy záporra,



dörgésre, villámlásra riadtak fel. Erős vihar száguldott végig kint a nyílt tengeren meg a partmenti vidékeken. A hatalmas hullámok felkavarták a tenger mélyét és reggelre rengeteg tengeri lényt sodortak a partra. A szállodákból a tengerpartra kijövők szemtanúi lehettek, amint az algákkal és kagylókkal keveredett homokban ezernyi tengeri csillag vívta haláltusáját. Annyi kis állati test vergődött ott, hogy a tengerpart rózsaszínűvé változott tőlük!

A parton állók között volt egy kisfiú is, aki – miközben apja kezét szorította – nagyon szomorú volt. Láta, hogy mindenki tehetetlenül nézi a haldoklásukat, de senki sem tesz semmit. Ekkor hirtelen lehajolt, és felmarkolva egy tengeri csillagot, gyorsan a vízbe dobta. Azután a mellette levőkkel is ezt tette.

Egy közelben álló férfi odakiáltott neki:

– Mit csinálsz te gyerek?

– Visszadobom a tengerbe a csillagokat. Különben elpusztulnának mind itt a parton – válaszolta a fiú anélkül, hogy abba hagyta volna.

– De nem látod mennyien vannak? Ezt a sokezernyi tengeri csillagot úgysem tudnád mind megmenteni. Túl sok ez neked! – kiáltotta a férfi. – Nézd, milyen rettentő hosszú a part! Már úgyis mindegy nekik!

A gyerek elmosolyodott, majd lehajolt egy újabb csillagért, s miközben a tengerbe dobta, ezt mondta:

– Jó, de ennek az egynek nem mindegy!

Majd újra lehajolt, s újabb kis csillagot dobott vissza:

– Ennek sem mindegy...!

S ezután szorgosan folytatta egyszemélyes mentőakcióját.

Az illető férfi elgondolkodva nézte. S egyszer csak mit gondoltok, mit tett? Hirtelen ő is lehajolt, és elkezdte összeszedni és visszaszabadítani a tengerbe a körülötte haláltusájukat vívó csillagokat.

Két arra járó lány is segíteni kezdett: így már négyen dobálták a csillagokat az életadó hullámokba!

Ekkor egyre több nyaraló csatlakozott, s néhány perccel később már ötvenen voltak, azután százan... majd kétszázan... és ezren, akik mind a csillagokat dobálták a vízbe. Úgy tűnt, már

senki sem akar a szállodájában maradni, hanem csak minél többet megmenteni e kis, furcsa lényekből. És nem telt bele sok idő, a vizes homokban már egy tengeri csillag sem volt... csupán a habok nyaldosta rengeteg lábnyom árulkodott arról, hogy ezen a reggelen itt valami nagy dolog történt.

Bizonyára te is láttál bajba került embereket: talán egyik barátodat verték erősebb fiúk, vagy valamelyik osztálytársadat igazságtalanul megvádolták, vagy kicsúfolták. Máskor pedig egy beteg, idős szomszéd szorult segítségére.

Mit teszünk ilyenkor? Azt mondjuk magunkban, hogy úgyis mindegy, hisz ez a világ már csak ilyen, amúgy sem tudnánk megváltoztatni – minek ártsuk bele hát magunkat mindenbe?

Vagy, talán gondolunk arra, hogy nekünk sem lenne mindegy, ha mi lennénk az a valaki, akin segíteni kellene, akit meg kellene menteni, ha bajba kerülnénk?

Látod-e, mennyire számít minden segítség, még ha mások számára kicsinek is tűnik. Minden apró tett: egy bátorító mosoly, egy kedves szó ahhoz, akivel talán senki sem törődik - végső soron, és titokzatos módon – életet menthet.

Meglehet, hogy a többiek nem veszik észre az illetőt, vagy az erőfeszítéseidet nem fogják értékelni. Sőt, megtörténhet hogy kezdetben hiábavalónak, esztelenységnek tekintik azt, amit teszel. Csak egy cseppnek a tengerben, mintha semmi látszata sem volna.

Pedig ahhoz, hogy változni kezdjen e világ, kell valaki, aki elkezd visszaszabadítani a csillagokat – csak úgy, szeretetből, törődésből.





Tengeri csillagok: a Teremtő megragadó alkotásai. Kb. 1500 fajtájuk él a trópusoktól kezdve a fagyos sarkvidéki tengerekig, és a sekély vizektől akár a 6000 méteres mélységekig megtalálhatóak.

Tudva azt, hogy ma – ennek sem mindegy, s holnap – a másoknak sem lesz mindegy.

Egy amerikai költő, Walt Whitman néhány sorával búcsúzom ma tőletek, kedves fiatalok:

„Én nem mondom semmire,
hogy nagy vagy kicsi,
ami betölti helyét és idejét,
bármivel fölér.

Hiszem, hogy a csillagok művénél
egyetlen fűszál sem kevesebb.”

Szabó Attila

nyugdíjas lelkész, biológianár,
Balatonfüred

GYERMEKOLDAL

Ábrám és családja (1Mózes 11:27, 12 és 15. fejezetek)

„Ne félj, Ábrám, én pajzsod vagyok tenéked...” (1Mózes 15:1)

Ábrám Úr városában lakott, feleségével, Száraival. Gazdag ember volt. Szép háza, vagyona, állatai, szolgálói voltak. De nagy bánata volt neki és feleségének: nem született gyermekük. Egy napon az Úr így szólt Ábrámhoz: „El kell hagynod lakóhelyedet. Vedd feleségedet, rokonaidat és szolgálóidat, s mindent, amid van, és vonulj arra a földre, amelyet mutatok neked. Ott megáldalak téged, nagygyá teszem nevedet, népedet pedig nagy nemzetté.”

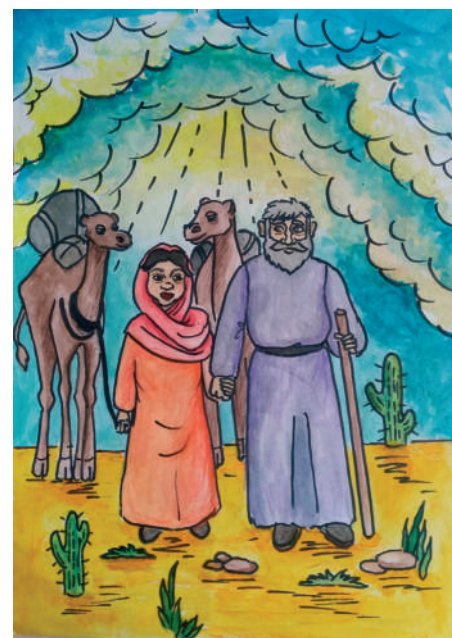
Az engedelmesség nem volt könnyű. Ábrám szerette rokonságát, otthonát, mégis hit által engedelmeskedett. Nem kérdezte, hogy az az ország, ahová mennie kell, termékeny-e, milyen az éghajlata, szerezhet-e ott gazdagságot és vagyont. A Földön azt tar-

totta a legjobb helynek, amelyet Isten jelöl ki számára. Ezért Ábrám a feleségével és az unokaöcsével, Lóttal útnak eredt, velük mentek a szolgálók is. Ábrám magával vitte aranyát és ezüstjét, szamarait, tevéit, juhait és marháit.

Ám az egyik helyen, ahol letelepedtek, nem volt elég legelő a sok állatnak. Ábrám pásztora és Lót pásztora veszekedni kezdtek a dúsabb földekért. Akkor ezt mondta Ábrám Lótnak:

– Ne legyen veszekedés közöttünk, hiszen rokonok vagyunk. Nagy ez az ország, ezért kérlek, költözz el arra a helyre, amelyet választasz magadnak. Ha te jobbra mész, én balra megyek. Akkor lesz elég legelő minden állatnak.

Lót megfogadta nagybátyja szavát, és a Jordán folyó mellé



költözött egy szép városba. Így Ábrám és az ő népe Kánaán másik részén maradván vándorló életmódot folytatott. Minden tulajdonukat teveháton vitték magukkal, és sátorban laktak. Egyik helyről a másikra vándoroltak, hogy élelmet és ivóvizet találjanak maguknak és állataiknak. Egy nap az Úr így szólt Ábrámhoz:

–Nézz körül! Ez a föld mind a tiéd lesz és a te gyermekeidé.

– De Uram! – sóhajtott fel Ábrám. – Hogyan lehetnének leszár-



nek, s olyan sokan lesznek, mint a csillagok az égen.

Egy idő múlva Ábrahámnak az Úr ígérete szerint megszületett a fia, akit Izsáknak neveztek el. Nagyon örültek neki idős szülei, mert engedelmes, kedves és szőfogadó gyermek volt.

Sivatagi vándorlás

A tevét azért tartották, mert segítette az embereknek a munkában

mazottaim, hiszen öreg vagyok már és nincsenek gyermekeim!

– Beteljesítem, amit ígértem. Legyen a neved ezután Ábrahám, mert sok nép atyja leszel. Feleségedet pedig Sárának nevezd, mert fia fog születni – mondta az Úr. – Fiadnak is gyermekei szület-

és az utazásban. Akár 180 kg terhet is elvisz a hátán (ez kb. 3 felnőtt, vagy 6 kisiskolás gyermek súlya). Óránként kb. 15 km-es sebességgel ügetve elviseli a perzselő hőséget, a víz hiányát, s a felkavart homokot. Ez olyan sebesség, mintha



Ismétlő kérdések:

- ❖ Ki volt Ábrám, és hol élt?
- ❖ Mit kért tőle az Úr?

- ❖ Hová költözött, és kik mentek vele?
- ❖ Mivel utaztak a hosszú úton?
- ❖ Hol laktak a vándorlás éve alatt?

- ❖ Laktál-e már sátorban?
- ❖ Ha igen, meséld el, milyen volt!
- ❖ Mit hallottál a tevékről?

Feladatok:

- Karikázd be, ahol Ábrám a hosszú út alatt lakott!
- Rajzolj a sátor köré embereket, állatokat, pálmafákat (oázist), és színezd ki! (A sátrat meg is próbálhatod kimásolni egy fehér lapra, ha jónak látod.)



Írta:
Pap Emília, Kraszna
 Illusztrációk:
Somogyi Abigél
 Kraszna
 (Szilágy megye)

Erdélyi Bibliiskola

A Szentháromság

„Ti pedig szerettem, épülvén a ti szentséges hitetekben, imádkozván Szent Lélek által, tartsátok meg magatokat Istennek szeretetében, várván a mi Urunk Jézus Krisztusnak irgalmasságát az örök életre.” (Júdás levele 20-21)

Amikor Anya Tamáska fölé hajolt, hogy jóéjpuszit adjon neki, a fiúcska két kicsi karjával közel vonta magához:

– Ne menj el anya! Kérdezni szeretnék valamit...

Mire anya végiggondolhatta volna, hogy mindez időhúzás-e vagy tényleg komolyan kíváncsi valamire, már ki is bukott a kicsiből a kérdés:

– Apával azt mondtátok, hogy Isten a szeretet, és már azelőtt is szeretett, mielőtt még megteremtette volna az angyalokat vagy a világunkat. De hogyan tudott Isten szeretni, mielőtt angyalok vagy emberek léteztek volna? Hiszen ekkor még teljesen egyedül volt, és nem volt senki, akit szeressen!

– Hogy te mennyi mindenen töröd a fejecskéd, Tamás! – csodálkozott el Anya. – Tudod, Isten valójában nem volt egyedül, mert Isten három személy. Mindhárman öröktől fogva vannak: az Atya Isten, a Fiú Isten és a Szentlélek Isten. A felnőttek a Szentháromság szót használják ennek kifejezésére, amely az Istenség három személyére vonatkozik.

– Lehet-e akkor Isten valaha is magányos? – kérdezte Tamás.

– Igen, Jézus gyakran vágyott az Atyja után, amikor itt járt a földön, és tudom, hogy Isten is hiányolta Őt. Isten ránk is vágyik, ezért jön vissza Jézus hamarosan, hogy magával vigyen a mennybe. Az Istenség tagjai – a három személy – annyira szeretik egymást, hogy mindig együtt akarnak lenni. A szeretet olyan, hogy állandóan többet szeretne adni.

De ekkor Tamás álmos szemei lassan lezáródtak, s így anyukája nem beszélhetett neki arról a bib-

liaversről, amelyet azonban nektek most elmondok. Ez az igehely bizonyítja, hogy Isten nem volt egyedül a teremtéskor sem. Ő így szólt:

„Teremtsünk embert a mi képünkre” (1Mózes 1:26)

Egy másik, ószövetségi igevers pedig mindhárom személyt megemlíti:

„Most pedig az én Uram, az Úr [az Atya] elküldött engem [vagyis Jézust, Isten Fiát], és lelket [a Szentlelket] adta nekem” (Ézsaiás 48:16).

Ami számunkra felfoghatatlan

Amikor sok évvel ezelőtt e témáról beszélgettünk, egy katolikus pap a következő hasonlatot alkalmazta:

– A Szentháromság olyan, mint egy gyertya, amely három lánggal ég. Jézus Urunk kettős, emberi és isteni természete pedig ahhoz hasonlítható, mintha két gyertya egyetlen lánggal égne.

Azóta sem tudtam kifejezőbb képet találni az Istenség e rejtélyeire.

Ki lenne képes megmagyarázni a titkot, hogy miközben csupán egy Isten van –

„Halld, Izráel: az Úr, a mi Istenünk, egy Úr!” (5Mózes 6:4) – az Isten mégis három örökkévaló személyből áll, akik egyedi és titokzatos kapcsolatban vannak egymással?

Az Istenség három személye egy a céljában, értelmében és jellemében. Jézus keresztségénél szemmel láthatóan nyilvánult meg e három független személy:

„És Jézus megkeresztelkedvén, azonnal kijöve a



A Kolozsvár óvári részében levő Ferences templom

vízből; és ímé az egek megnyilatkozának néki, és ő látá az Istennek Lelkét alájőni mintegy galambot és ő reá szállani. És ímé egy égi hang ezt mondja vala: Ez amaz én szerelmes fiam, akiben én gyönyörködöm.” (Mt 3:16, 17)

Tehát, Isten Fia ott volt a Jordán vizében, az Atya szólt hozzá

a mennyből, a Szentlélek pedig alászállt galamb alakjában.

Egy újabb helyen, Jézus keresztalála előtti ígéréteben újból megtaláljuk e három személyt:

„A Pártfogó pedig, a **Szentlélek**, akit az **én** nevemben küld az **Atya**, ő tanít majd meg titeket mindenre” (János 14:26).

azok pedig, melyek éppen most nyílnak – amelyekben a pollen éppen érésben van, – 90 fokban meghajlanak. Isten terve szerint esős időben a virágszár négy-öt centiméterre a virágfej alatt megpuhul, így védve meg a pollent az esőtől. Egyedül Isten képes úgy megtervezni a virág szárát, hogy lekonyuljon, ha benne van a pollen, és álljon, ha nincs!

Tanulmány

Keressük ki az alábbiakban szereplő igehelyeket, és helyettesítsük be a hiányzó szavakat! (Az idézetek a Károli Gáspár fordításból valók)

1) Isten az, akinek bensőséges ismeretétől függ az örök életünk:

„Az pedig az örök élet, hogy _____ téged, az egyedül igaz Istent, és akit elküldtél, a Jézus Krisztust.” (János 17:3)

2) Isten bölcsessége és hatalma felfoghatatlan. Ő kormányoz mindent, Ő az élet alkotója és fenntartója.

„Nem volt _____ előtted az én csontom, amikor titokban formáltattam és idomítottam, mintegy a föld mélyében. Látták szemeid az én alaktalan testemet...” (Zsoltár 139:15-16)

„Mert Ő benne (Krisztusban) teremtett minden (...) És Ő előbb volt mindennél, s _____ Ő benne áll fenn.” (Kolossé 1:16-17)

A vörösvérsejtek – a nyersanyag és az oxigén fantasztikus kis hordárai – eljutnak a tested távoli részeibe, és ahelyett hogy üresen térnének vissza, felveszik a széndioxidot és elviszik a tüdőbe, ahol friss szállítmányra tesznek szert oxigénből. Isten irányítja a több milliárdnyi vörösvérsejtet, s élővilágunk minden sejtjét – tehát, minden szervünket. Pl. honnan tudhatja a gyomrod, hogy melyik emésztőnedv melyik ételnek felel meg, és hogy milyen sorrendben kell azokat emészteni?

3) „Nagy a mi Urunk és igen hatalmas, s bölcsességének nincsen _____” (Zsoltár 147:5).



Mindent Isten alkotott, és Ő tart fenn

Gondolj bele egy pillanatra a Teremtő tervébe, ahogy megvédi a virágport az esőtől és a harmattól. Figyeld meg egy esős napon a sárgarépa táblát! A pompázatos, kerek virágfejek egyike-másika lehajlik, a többi nem. Miért? A régebbi virágfejek, amelyek már elszórták a pollenjüket, egyenesen maradnak,

4) Isten mindenható. Jób 38:31-ben pl. ezt kérdezi a sokat szenvedett pátriárkától:

„Össze tudod-e _____ a Fiastyúk szálait?”

Ember ezt nem tudja megtenni, de Isten képes rá. Az északi féltekéről látszó Fiastyúk csillagkép szabad szemmel csupán hat vagy hét csillagnak tűnik, de teleszkópon keresztül a csillagászok több mint 250 csillagát azonosították. Ezek a csillagok, amelyek közül az egyik 800-szor nagyobb a Napnál, párhuzamos pályákon futnak, és ugyanúgy mozognak. Olyan ez, mintha Isten azt mondaná: „Együtt kell utaznotok az égen. A hatalmam egy csillagképben tart titeket, ahogy iszonyatos sebességgel száguldotok az űrben.”

4) Isten mindent egyszerre lát, mindenütt jelen van.

„És nincsen oly teremtmény, amely nyilvánvaló nem volna előtte, sőt mindenek meztelenek és _____ annak szemei előtt, akiről mi beszélünk.” (Zsidók 4:13)

Ez olyan, mint amikor a Nap fénye szétárad, és mindent „lát” e földön. Isten ismer minden kis verebet, és számon tartja a hajszálaink számát is (Máté 10:29-30). Ő mindent tud. Végtelenül felülhaladja az emberek által megálmodott legbonyolultabb számítógépes rendszereket is.

**5) Isten nem változik.**

„Minden jó adomány és minden tökéletes ajándék felülről való, és a világhosszágok Atyjától száll alá, akinél nincs _____, vagy _____ árnyéka.” (Jakab 1:17)

Malajzia trópusi esőerdőiben hasonló hőmérséklet uralkodik, mint a melegházakban. Legyen akár július, akár január, az esőerdőben szó szerint mindenről csorog a víz. Az őserdei állatok nem alszanak téli álmat, mivel egész évben bőséggel jutnak élelemhez. Egymást érik a madárgenerációk. A zöld lombzatban szün-

telenül fel-feltűnnek rózsá- vagy vörös színű levelek. A dzsungel szinte lüktet a fénytől, a különösen gazdag állatvilágtól és a szokatlan hangoktól. Elképesztően sok növény- és állatfaj él ott. Egy ilyen őserdőben elálmélkodhatunk annak változatlanságán.

Istenünk is ilyen. Nála nincs változás. Ő mindig ugyanaz. Szeretete és kegyelme állandó. Mindig megtartja az ígéreteit. Hálásak lehetünk azért, hogy Istenre bizton támaszkodhatunk!

A lóhere levele három levélkéből áll. Illetve nem is három levél, hanem csak egy, de mégis

a három teszi ki az egyet. Ugyanígy van az Istennel is – három az egyben. A kereszten látjuk a Szentháromság kimondhatatlan szeretetét mindnyájunkért. Az Atya és a Szentlélek osztozott a Fiú haláltusájában, amikor Ő így kiáltott:

„Én Istenem, én Istenem, miért hagytál el engemet?” (Máté 27:46).

Együtt szenvedtek vele a Golgotára boruló nagy sötétségben, amikor Isten Báránya nem láthatott túl a síron. Együtt érezték a mélységes szomorúságot, a rettegést, amit mi soha nem érthetünk meg.

Ismétlés**1) Hány személyben mutatkozik be a Biblia Istene?**

2) Soroljuk fel ezeket!

3) Jézus keresztsége.

Írjuk be az illető isteni személyt a megfelelő helyre:

- A _____ a Jordánban állt.
- Az _____ az Égből szólt.
- A _____ galamb formában szállt alá.

4) Karikázzuk be a helyes választ:

- | | | |
|---------------------------|------|-----|
| • Mindent Isten alkotott. | Igen | Nem |
| • Mindent Ő tart fenn. | Igen | Nem |
| • Isten mindent tud. | Igen | Nem |
| • Ő mindent lát. | Igen | Nem |
| • Isten sosem változik. | Igen | Nem |
| • Örökké szeret minket. | Igen | Nem |

Döntés

Mérlegeljük körültekintően az alábbi kijelentéseket! Ha szívből egyetértünk valamelyikkel, pipáljuk ki!

- ✧ Úgy döntöttem, hogy elfogadom azokat a nagyszerű lehetőségeket, amelyeket Isten tervezett, hogy jövőt és reménységet adjon számomra.
- ✧ Megnyitom a szívemet Isten szeretetének befogadására.
- ✧ Elhatározom, hogy Isten kifürkészhetetlen szeretete nem lesz hiábavaló az életemben.

Összeállította:

Farkas Győző lelkipásztor,

Zilah

(Tel. 0744 813 934),

és **J. E.**

Kedves Olvasók!

Továbbra is igényelni lehet ingyen Bibliát telefonon a terjesztési felelősöknél, vagy akár a terjesztőknél.

**Bármilyen kérdés esetén
bizalommal hívhatnak!**



Utam Istennel

Jancsó Erik vagyok, és Kolozsváron születtem 1966-ban. Szüleim, akik értelmiségiek voltak és akiktől nagyon sok jót tanultam, a legjobbat kívánták számomra, azonban családkunk sajnos nem hitt Istenben. Édesanyám, akivel nagyon jó barátok voltunk, sokszor elmondta nekem:

– Isten nem létezik, és nem is létezhet. Hiszen ha létezne az a jó Isten, akiről a vallások beszélnek, akkor hogyan engedhetné meg azt a sok szörnyűséget, háborút, éhséget, betegséget és szenvedést, ami a Földön van? Gondolj csak Auschwitzra, és arra, ami ott történt! Ha lenne Isten, nemde azonnal megakadályozta volna?

Valóban, a szamosújvári, édesanyám részéről való nagymamám családjának egy része ott pusztult el, sőt édesanyámék is csak bujdosva menekültek meg 1944 nyarán és őszén, habár nagymamám már jóval azelőtt megkeresztelkedett a római katolikus egyházban. Emlegette is sokszor: „Hol volt az Isten, akihez annyit imádkoztak őseink?”

Ezen érvek nagy súlyjal estek latba fiatalkori életszemléletem kialakulásánál, és teljesen ateistává váltam. Erről a témáról azután még sokszor elbeszélgettünk, és mindannyiszor elképedtünk a különböző hívő emberek naivságán. Egy esetet például édesanyám többször is emlegetett: ha jól emlékszem, egy kolostort látogatott éppen meg, ahol egy ortodox pap vagy szerzetes ezt kérdezte tőle:

– Hogyhogy nem hiszel? Hát, nézz fel a csillagos égre! Ki alkotta vajon azt a sok bolygót, csillagot, galaxist?

„Ki” alkotta? Ha-ha! – nevetünk ezen – hát nemde úgy tanuljuk az iskolában, és mindenki tudja, hogy ezek – és minden egyéb – *maguktól* alakultak ki, egy nagy robbanás és az evolúció által? Erről beszélnek a tévében is folyton (pl. az akkori *Teleenciclopedia* műsorban), erről szólnak tankönyveink, a földrajz, a történelem: a sok száz millió, sőt milliárd éves fejlődésről, az ősi korszakokról...

Zuhanás

Ám ahogy telt-múlt az idő, egyre boldogtalanabbá váltam. Állandó félelem, aggodalom gyötört, és bár ezt nem mutattam ki, a jövő rendkívül aggasztónak, kilátástalannak tűnt előttem. A



A zsidóság tragédiája: zsidó nők elhurcolása Budapesten, 1944-ben

Ceaușescu-diktatúra legsötétebb évei voltak azok, '84-től kezdődően.

Lassan nem láttam már az élet értelmét, hiszen mérlegre téve a sok rosszat, az messze felülmúlta a jót. Emlékszem, egyszer megkérdeztem édesapámtól:

– Mi az élet értelme? Miért élünk?

Ő körülbelül így válaszolt:

– Erre a kérdésre sokan keresték a választ, de senki sem találta meg, még a filozófusok sem. De hát mit is tehetnél? Tanulj, dolgozz, éld az életed, és így majd eltelik...

Engem viszont ez a válasz nem elégített ki. Házunkban rengeteg könyv volt – természetesen mind olyanok, amelyeket a kommunista cenzúra akkoriban megengetett –, és én nagyon sokat olvastam. Hét éves voltam, amikor az első regényt (Bambi, egy őz élete) kiolvastam, s azután számos egyéb könyv következett, úgy hogy tizenkét éves kortól kezdve az addigi gyermek- és ifjúsági irodalom mellett már a világirodalom remekeire – Balzac, Hemingway, Remarque, stb. műveire – tértem rá. Ezek közül azonban egyik sem nyújtott választ kérdéseimre. Egy Hatha-jóga könyvre akadva, kipróbáltam annak gyakorlatait valamiféle belső nyugalom elérése érdekében, de semmiben sem segítettek.

Eközben rabjává váltam a rock zenének, különösen a heavy-metálnak – szüntelenül nagy hangereővel hallgattam. Lassan megromlott szüleimmel, sőt barátaimmal való kapcsolatom is, szinte mindenkiel összevesztem. Állandóan „szerelmes” voltam, de ha egy lány rokonszenvet érzett irántam, akkor végül nagyon gonoszul viselkedtem vele, magam sem tudtam, miért. Beszédem rendkívül csúnyává, trágárrá vált, borzalmasan szidtam úton-útfélen annak az Istennek a nevét, akiben nem is hittem...



Egyik kedvenc fiatalkori együttesem, az AC/DC Highway to Hell (Országút a Pokolba) című lemezalbumának borítója

'89 tavaszára egészségem is nagyon megromlott, főleg helytelen életmódom miatt: májam, epém, emésztésem rosszul működött, szinte állandó székrekedés, torokgyulladás, fizikai gyengeség és idegi nyugtalanság gyötört, ráadásul mindenféle furcsa bőrfertőzés és gyakori tüdőgyulladások tetőzték ezt. (Ma már tudom, hogy a rostokban szegény táplálkozás, a sok szalonna meg disznózsír, az akkor kapható rossz minőségű felvágottak, no, meg a dohány és alkohol is jócskán szerepet vállaltak mindebben.)

Van-e valaki...?

Egy napon a déli órákban, egy kórházi kivizsgálásról hazaérve, szobámban feküdtem. Hirtelen nagy kétségbeesés tört rám, és hangosan felkiáltottam: „Nincs senki, aki segítene rajtam? Ha van valahol valaki, segítsen meg!”

Ezek után jóleső álomba zuhantam, melyből délután négy óra körül hazatérő édesanyám költött fel:

– Képzeld el, ma délben 12 órakor a gyárban egy kolléganőm odajött hozzám, és ezt mondta: „Tudom, hogy a fiadnak egész-

ségügyi problémái vannak, ezért egy könyvet hoztam neki.”

Megmutatta: egy román balneológus orvos írta, melyben arról szólt, hogy vannak bizonyos meg nem fogható betegségek, amikor a helytelen életmód miatt a szervezet rosszul működik, és nem lehet pontos diagnózist felállítani, esetleg gyógyszeres kezelést felírni. Helyes szokások kialakításával azonban a problémák megoldódnak. Ezután könnyű étrendet javasolt friss, zöldséges ételekkel, rendszeres napi étkezésekkel, kerülve a zsiradékban kisütött, a tartósítószeres és a disznóhús tartalmú ételeket. Főzéshez a disznózsírt olajjal kellett helyettesíteni, és ezzel egyidőben mellőzni a dohányzást, alkoholt, kávékat. Ezek helyett gyógyteákat, ásványvizet, és a szabad levegőn meg a természetben való mozgást javasolt.

Miután mindezt átláttam, új remény ébredt bennem:

– Megpróbálom!

Egy később orvosná váló barátom is meglátogatott, és háromnapos böjtöt ajánlott, a szomszédok pedig jótanácsokkal, gyógyteákkal segítettek.

És valóban, habár csak a tanácsok egy részét sikerült betartanom, rövid időn belül mégis sokkal jobban éreztem magam.

Ugyanakkor más dolog is történt: szüleim úgy döntöttek, megpróbálnak besegíteni a Magyarországra való kitelepülésemhez. Nemsokára meg is szerezték ottani rokonainktól az ehhez szükséges meghívólevelet, és beadtuk az emigrációhoz kért okmányokat a magyar nagykövetségre.

Ekkor, úgy gondolva, hogy nemsokára talán örökre elhagyom az országot, elhatároztam, meglátogatom Erdély legszebb

tájakait, nehogy többé ne legyen rá alkalmam.

A találkozás

Egy augusztusi délutánon barátaimmal a Nagybagmásban levő Egyeseköről ereszkedtünk alá, és Balánbányára érkeztünk. Itt összetalálkoztam egy régi iskolatársammal, Sógor Csabával, aki időközben már református lelkész volt a környéken. Azelőtt is többször meghívott Madéfalvára, a parókiára, de valahogy nem tudtam rászánni magam erre. Ezen a gyönyörű nyári délutánon viszont minden más volt: barátaim továbbmentek Tusnádra, én pedig ott maradtam Csabával. Ekkor megkérdezte:

– Bibliaórát kell tartanom néhány gyereknek. Velem jössz?

A balánbányai imaház akkor az erdő szélén volt. A gyerekek kint a pázsiton, fatuskákon ültek, és Csaba Istenről, a Bibliáról és az erdélyi reformációról mesélt nekik. Én kissé arrébb ültem, és figyelmesen hallgattam ezen, számomra addig teljesen ismeretlen dolgokat. A nap lemenőben volt, az erdő számos színben pompázott, a madarak gyönyörűen énekeltek... Néztem a gyerekek ártatlan tekintetét, a lelkész kedves arcát, és hirtelen hatalmas békesség szállt a szívemre, olyan, amelyet addig sohasem éreztem, s egyúttal erőteljes vágy lett úrrá rajtam, hogy mindezekről többet megtudhassak.

Amikor autóba szálltunk, megkérdeztem:

– Te, Csaba, te intelligens ember vagy: igazán hiszed, hogy Isten létezik?

– Igen, hiszem – válaszolta.

– De hogyan? Hiszen mi tudjuk, hogy evolúció volt, a Biblia szerint azonban mindent Isten teremtett...?!



Ahol először hallottam meg Isten hangját: Balánbánya és csodás környéke

Ekkor mesélni kezdett nekem egy nemrég olvasott könyvből, amelyet egy holland biológus írt, aki teremtéshívő volt és rovarkutató. Ebben szó volt többek között a hangyákról: hogyan zajlik életük a bolyban, milyen a felépítésük, milyen érdekes és bonyolult minden velük kapcsolatban. Világosan látszik hát, hogy nem keletkezettek maguktól, a semmiből, hanem lennie kell egy alkotónak, tervezőnek, aki mögöttük áll, ahogy minden másnak is a földön. Ahogy egy repülőgépet, vagy számítógépet is meg kellett terveznie valakinek – és egy pici hangya ennél sokkal komplikáltabb – úgy minden terv mögött egy tervezőnek, egy mérnöknek kell állnia, és mi az élő világnak a nagy Tervezőjét hívjuk Istennek.

(Valóban, még egy egyszerű faasztal vagy fakanál sem keletkezik magától, az erdőben kidőlő fákból..., hanem valakinek ki kell gondolnia és el kell készítenie azt. Annál inkább a rendkívül bonyolult élőlények: az állatok, emberek, növények, vagy akár a pará-

nyi élő sejt! Semmiképpen sem jöhettek maguktól létre!)

Nagyon elgondolkoztam a hallottakon, és elhatároztam, hogy tovább kutatok e témában.

– Olvasni szeretnék még erről! – mondtam.

– Amikor hazaérsz, kérd hogy engedjenek be a teológia könyvtárába – válaszolta.

Új kezdet

Egy új korszak kezdődött életemben. Kolozsvárra érve azonnal elmentem a protestáns teológiára, ahol nemsokára több teológus diákot ismertem meg. Kaptam valakitől egy Bibliát, és olvasni kezdtem. Még sok mindent nem értettem, de annyira szerettem volna, hogy valóság legyen mindaz, amit ott írt az örök életről, a gondoskodó, szerető Istenről! S ahogy teltek-múltak a hónapok, lassan beteljesedett életemben az, amit Pál apostol mond a Róma 10:17-ben:

„Azért a hit hallásból van, a hallás pedig Isten igéje által!”

Azaz, ha megengedjük, hogy Isten hozzánk szóljon az ő Igéje révén, akkor felébred bennünk a hit azon dolgokat illetően, amelyek ott be vannak mutatva.

Akkoriban egy gondolat ütött fészket a fejemben: „Ha két ember perre megy, az igazságos bíró nemde mind a két felet meghallgatja? S én eddig mindig csak az egyik felet, a hitetlen világ hangját hallgattam. Most azonban a



A Protestáns Teológia épülete Kolozsváron



másik felet is meg akarom hallgatni – az Isten hangját – hogy eldönthessem, hol van az igazság!”

Ha megengedjük, hogy Isten hozzánk szóljon az ő Igéje által, akkor felébred bennünk a hit azon dolgokat illetően, amelyek ott be vannak mutatva.

Ez időtáiban bukkantam egy másik igére is, mely így szól:

„Mindent megpróbáljatok, s ami jó, azt megtartsátok.” (1Thesszalonika 5:21 – Itt a régies megpróbálás szó 'megvizsgálást' jelent)

Hmmm... Isten tehát azt akarja, hogy kutassunk, keressük az igazságot, a jót, meghallgatva mindenkinek a véleményét, majd pedig az ésszerűség és az Ő Szentlelkének vezetése alapján hozzuk meg a helyes döntést...!

Ezt követően az Úr, Aki egész életemen át titokban a Gondviselése által vezetett, számos, segíteni kész hívő emberrel hozott össze, különböző egyházak lelkészeivel és tagjaival egyaránt, és – különösen a rendszerváltást követően – rengeteg, a Biblia igazságait megvilágító könyvet hozott elém, hogy mindezek által megannyi kérdésemre választ kaphassak.

Ma már tiszta szívből hiszek a drága, megbocsátó Istenben, és teljesen rábízom magam mindarra, amit Igéjében kijelentett.

Ma már nem félek a holnaptól, mert tudom, hogy van egy hatalmas, jó Isten, aki megőrzi az Őbenne bízókat, de ugyanakkor szeretetéből kifolyólag szabad akarattal ajándékozott meg bennünket. Sajnos ezzel vissza is élhetünk: ekképpen keletkezik a sok bűn és szenvedés. Mindazonáltal Ő úgy vezeti mindannyiunk életét, hogy a legjobb döntést hozzassuk meg Mellette és a szeretet nagy törvénye mellett.

Isten azt üzeni nekünk, hogy kutassunk, keressük az igazságot és a jót, majd pedig hozzuk meg a helyes döntést az ésszerűség és az Ő Szentlelkének vezetése alapján.

Ó, ha megnyílnának most lelki szemeink, és megpillantanánk a minket körülvevő teremtett világ csodái mögött a jóságos Teremtőnket! Ha észrevennénk Gondviselésének őrző kezét életünkben, amelynek mindent köszönhetünk: a mindennapi kenyértől kezdve az e pillanatban is működő szívünk dobbanásáig...!

Isten úgy vezeti mindannyiunk életét, hogy a legjobb döntést hozzassuk meg, elfogadva Őt és a szeretet nagy törvényét.



Kedves Olvasó! Megfigyelted-e már szerető beavatkozását a legnehezebb helyzetekben is?

Megláttad-e Őt már? Hallottad-e a hangját? Ma is szól hozzánk, bűnös emberi lényekhez. Hitre és megtérésre hívogat. Mit teszünk hát?

„Ma, ha az Ő szavát halljátok, meg ne keményítsétek a ti szíveiteket.” (Zsidók 4:7)

Jancsó Erik
Kolozsvár

És végül...

Fűrészpor vagyok,
Mely akkor keletkezett
Amikor két óriás:
Bűn-óriás, és
Kívánság-óriás
Kettéfűrészelte életem.

Semmi vagyok

Szétszakítottak,
Porom sárba taposták.

De arra ment egy ember,
Ki fával dolgozott műhelyében,
És saruja talpára ragadtam.

Vitt – benne voltam még a sárban,
De felfele tapadtam,
Saruja talpára.

De megállt,
Mégfáradt.

S egy kút mellett leült,
Árnyékos padra,
Húvösnek csendjébe.

S én suttogtam, nyögtem,
Sirattam életem.

Meghallott a csendben.
Leszíjazta saruját,
Megfordította talpát.

Kikeresett, kikapart,
Sárból, porból, szemétből,
És tenyerébe vette
Életem forgácsát.

Nézett rám,
Arcához emelt,
Életet lehelt belém.

És szétfűrészelt életemből
Poromból, semmimből
Valamit – újat - teremtett.

(2005. március)

Jancsó Erik, Kolozsvár

Hirdetés

Gyergyói faragómester eladásra kínálok 15 darab, 40x40 cm-es tölgyfa plakettekből álló keresztutat és egyéb kegytárgyakat.

Tel. 0765 941 301



Kedves Olvasók!

Különböző témájú (álláskeresés-ajánlás, szolgáltatások, adás-vétel, stb.), és ugyanakkor lapunk szellemiségével megegyező hirdetéseiket szívesen közöljük. A hirdetés díjmentes.

Kedves Olvasók!

Ha tetszett ez a lap, és továbbra is szeretnék kapni, akkor a következő lapszám kézbesítésekor szóljanak terjesztőinknek, avagy jelezzék ezt a lakhelyüknek megfelelő, és az alábbiakban megadott megyei terjesztési felelősöknél – telefonhívás, vagy SMS által.

Ugyanakkor, lapunk fenntartása érdekében támogatást fogadunk el, melyet ugyancsak terjesztőinknek lehet átnyújtani. A *Világ Reménye* minimális előállítási költsége **egy évre 25 lej.**

Megyei terjesztési felelősök:

- ♦ Kovászna, Brassó: Nagy Ibolya, 0753 090 454
- ♦ Hargita: Fekete Ilona, 0740 106 422 – Udvarhelyszék, Polgár Szép Enikő, 0753 148 455 - Csík- és Gyergyószék
- ♦ Maros, Fehér: Nagy Szilvia, 0745 385 880
- ♦ Bihar: Verebi László, 0770 140 009
- ♦ Szatmár: Illyés Csilla, 0749 976 911
- ♦ Arad: Deák Andrea, 0743 626 963
- ♦ Temes: Kulcsár Lenke, 0753 161 576

- ♦ Szilágy: Farkas Csilla, 0742 301 743
- ♦ Kolozs, Máramaros és Beszterce: Jancsó Erik, 0749 021 935

Régióink: Székelyföld, Partium (Bihar és Szatmár), Szilágyság, Kalotaszeg, Mezőség, Közép-Erdély, Bánság, Szászföld, Máramaros és Beszterce.

Világ Reménye, népünk reménye

Interregionális havilap

Főszerkesztő: Jancsó Erik

Telefon: 0749 021 935

E-mail: vilagremeny7@gmail.com

Figyelem! Az előző számban megadott e-mail cím helytelen volt. Elnézésüket kérjük!

Postacím: 400 107 Cluj-Napoca (Kolozsvár), str. Cuza Vodă (Postakert utca) nr. 12

Bankszámla: Asociația Pro Scriptura, CIF 37175079

Conturi Banca Transilvania:
RO 72 BTRL RON CRT 83 906 901 lejben,
és RO 22 BTRL EUR CRT 0383 906 901 euróban.

ISSN/ISSN-L: 2784-0328

A *Világ Reménye* egy magánkezdemenyvezésű havilap, amely által az élet különböző területeit szeretnénk megvilágítani a Szentírás által, ez utóbbi jobb megismerésével együtt, kiemelve ugyanakkor Erdély keresztényi és szellemi értékeit (templomok, tájak, reprezentatív épületek és műalkotások, Istent dicsőítő irodalmi művek, stb.)

Bármikor szeretettel várjuk visszajelzéseiket, megjegyzéseiket és kérdéseiket telefonhívás, SMS, e-mail, avagy postai levél útján, a fentebb említett címeken. Ugyanakkor szívesen fogadjuk olvasóink részéről a lapunk szellemiségével egyező cikkeket, tapasztalatokat, verseket, fotókat, s egyéb anyagokat. Levél esetén a borítékra kérjük írják rá:

Világ Reménye

Ha másképpen nem jelöljük, akkor a bibliai idézetek a *Károli Gáspár* fordításból valók.