



Keresztény szellemiségű
interregionális havilap

22. szám
2023. február

VILÁG
népünk

REMÉNYE

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

(Titusz 2:13)



BRASSÓ FÓTERE AZ ÓRATORNYOS, RÉGI VÁROSHÁZÁVAL (ALTES RATHAUS)

Harmati Gyöngyi

A roncstemető feltámadása...

*Ha körül nézel ebben a felemás, lassan embernek
Élhetetlen világban, mit látsz magad körül?
Az emberek, mint az üzött vadak, hajszoják a
Boldogságot, kergetik, amíg csak össze nem rognak.*

*Zaklatott lélekkel, hajszoit akarattal szüntelen
Üzzük, kergetjük a saját dédelgetett vágyainkat.
Megállni, csendben pihenni, ó, jaj miért is nem
Tudunk, Ki fog megállítani bennünket?*



Némelyik ember olyan, mint a kiszáradt medrű
Tenger fenekén árván kallódó hajóroncs.
A másik embernek az élete csupa rozsdá,
Nyíkorog, meg-megcsikordul, és sehova sem ér el.

Istenem, az egész világ egy gigantikus roncsstemető.
Nincs remény? Nincs segítség? Nincs kegyelem?
Istenem, én tudom, hogy keresztáldozatod gyógyír,
Feltámadásod pedig az egyetlen reménységünk.

*Há hiszek Benned, akkor meglátom, amikor a
Roncsstemető lakói életre kelnek, megelevenednek.*



Egészségünk

Amikor fáj a szív

Rendelői történet

Egy hölgy azért keresett fel a rendelőmben, mert meg volt győződve róla, hogy szívbeteg. Miközben leírta a mellkasában érzett fájdalmat, egyre biztosabb voltam benne, hogy semmilyen szívbetegsége nincs. A fájdalom, amiről beszélt, nem hasonlított a szívgyógyászati irodalomban található tipikus leírásokra. Ráadá-

sul az illető hölgnél nem állt fenn túl sok kockázati tényező sem, hiszen alig múlt el 40 éves, és nem is dohányozott. Igaz, hogy nagyon sok embernél előfordul egy kis vérnyomásnövekedés és a határértéket túllépő koleszterinszint. Úgy tűnt, hogy az elektrokardiogram és az ultrahang vizsgálat is az én feltevésemet igazolta, mert a normálistól semmi eltérőt sem mutatott ki. De a hölgyet ez sem nyugtatta meg teljesen, ezért egy terheléses EKG-tesztet is javasoltam számára. Azt hittem, hogy ez is jó eredményt mutat majd, és megszűnhet az aggodalma. Azonban tévedtem. Sajnos ez a teszt már pozitív lett, sőt súlyos eltéréseket mutatott. Vagyis a páciensemnek igen előrehaladott

iszkémiás szívbetegsége volt. Tehát én tévedtem. Ez az élete közepe táján levő nő valóban szívfájdalmat érzett!

Mi a szívfájdalom?

Nem tudom, honnan származik az elképzelés, hogy a szív nem fáj. Állandóan ezt hallom a pácienseimtől, és súlyos tévedésnek tartom, amelyet igyekszem leleplezni. Az igaz, hogy nem minden mellkasi fájdalmat szívbetegség okoz, és egyes emberek aggodalma alaptalan, melyet száműzni kell. Viszont az a meggyőződés, hogy a fájdalomnak nincs köze a szívhez, hamis nyugalmat adhat egy valóban beteg ember számára, késleltetve a diagnózist. A szív igenis fájhat, vagyis egyes szívbetegségek tünete lehet a mellkasi fájdalom. Így például az iszkémiás szívbetegségben megjelenik egy bizonyos fájdalom, amelyet orvosi szakkifejezéssel *anginás*

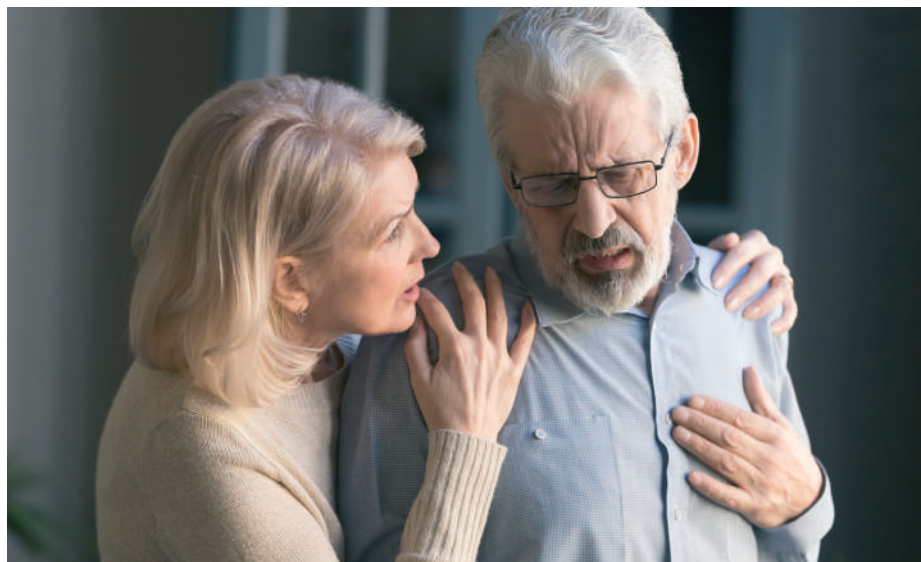
Tartalom

Világ Reménye

22. szám, 2023. február

Egészségünk

Amikor fáj a szív	2
A szójabab (2.)	7
A hónap receptjei	12
Utam Istennel.....	14
A világ vallásai	
Az iszlám	18
A reformáció története (4.)	
Az északi országok.....	26
Erdélyi Bibliaiskola (15.)	
A keresztség	32
Gondolat	35





fájdalomnak, vagy egyszerűbben *anginának* nevezünk.

A kifejezés a latin *angere* szóból származik, aminek a jelentése: *szorít*. William Heberden (1710–1801) angol orvos 1768-ban írta le először az anginás rohamot. Azért választotta ezt a megnevezést, mert úgy gondolta, hogy ez fejezi ki a legjobban azt a fájdalmat, amelyet a szívbeteg kívülről ható nyomásnak, *szorításnak* érez a mellkasában.

Egy előző cikkben már említettük, hogy az iszkémiás szívbetegséget az artériákat érintő degeneratív folyamat, az érlemezés okozza. A szív elsődleges szerepe, hogy állandóan fenntartsa a vérkeringést az erekben. A vér által valósul meg a szervezet egészének a tápanyagellátása. A szívnek szintén szüksége van táplálékra, mivel biztosítja a szövetek tápanyag- és oxigénellátását. Az első artériák, amelyek szerteágaznak az aortából,¹ az ún. szívkoszorúerek. Elnevezésük onnan származik, hogy koszorúhoz hasonlóan fonják körül a szívet, biztosítva annak vérellátását.

Amikor ezekben a koszorúerekben érlemezés alakul ki, és ennek következtében egyes helyeken elzáródás jön létre, a szívizomhoz már nem jut elegendő vér. A jelenséget *iszkémiának* nevezték el, a görög *iskhein*: megállít, feltart, és *haima*: vér szavakból. Az iszkémia egyik következménye az *anginás* fájdalom.

Valaki költői kifejezéssel azt mondta, hogy az angina az, amikor a szív több oxigénért kiált.

¹ Az aorta egy artéria, azaz egy nagy véredény, amely a szívtől a test többi artériájához szállítja a vért, eljuttatva minden szervhez.

Angina vagy sem?

Amint már említettük, nem minden mellkasi fájdalom anginás fájdalom. Az esetek többségében a mellkasi fájdalom valójában az iszkémiától eltérő okokra vezethető vissza. Bár gyakran fordulnak a sürgősségi ügyelethez mellkasi fájdalom miatt, a mellkasi fájdalom csupán az esetek 15–25%-ában bizonyul a szívinfarktus vagy az akut koronária szindróma tüneteinek.

A mellkasi fájdalomnak gyakran banális oka van, mint például a bordaközi idegyulladás, a bordaporcgyulladás (kosztokondritisz), nyaki diszkoopátia stb. E két szélsőség – a sürgősségi beavatkozást igénylő és banális (vagyis megszokott, közönséges) okok – között számos súlyos vagy kevésbé súlyos bántalom fennállhat, amelyek mellkasi fájdalomként is megnyilvánulhatnak (lásd a táblázatot).

A mellkasi fájdalom lehetséges okai

Érintett rendszer	Bántalom
Szív	stabil angina pectoris instabil angina pectoris akut szívizom infarktus szívurokgyulladás
Érrendszer	aorta disszekció tüdőembólia magas tüdőartéria nyomás
Tüdő	pleurézia tüdőgyulladás tracheobronchitisz légmell (pneumothorax)

Érintett rendszer	Bántalom
Gasztrointesztinális	nyelőcső reflux fekélybetegség epebántalmak hasnyálmirigygyulladás
Csont- és izomrendszer	bordaporcgyulladás nyaki diszkoopátia traumatizmus izom túleröltetés
Idegrendszer	hepres zoster pánikroham

Mivel a lehetséges okok listája ilyen hosszú, be kell látnunk, hogy bármilyen mellkasi fájdalom esetén érdemes orvoshoz fordulnunk. Ezt nem kívánjuk, de az életünk során valószínűleg éreztünk vagy érezni fogunk mellkasi fájdalmat. Az is megeshet, hogy valaki a környezetben – és ehhez még csak orvosnak sem kell lenned – panaszkodik ilyen tünetre. Ezért bárkinek meg kellene tudni válaszolni két kérdést: „Hasonlít ez az érzés szív-fájdalomra?” és „Ez most sürgősségi eset vagy ráér foglalkozni vele, míg egyeztetni tudok az orvossal?”

Két típusú szív-fájdalom

Először is pontosítsuk azt, hogy egész szervezetünket tekintve kétféle fájdalom létezik:

1) *viscerális* (zsigeri) fájdalom, amely egy belső szervből származik, és:

2) *szomatikus* fájdalom, amely a bőr vagy a mozgásszervek szintjén keletkezik. Egyértelmű, hogy a viscerális fájdalom nehezebben értelmezhető. Szerencsére a két típusú fájdalmat könnyű egymástól megkülönböztetni.²

² A zsigeri fájdalom **jellemzően tom-pább, mélyebb érzésként írható le,**



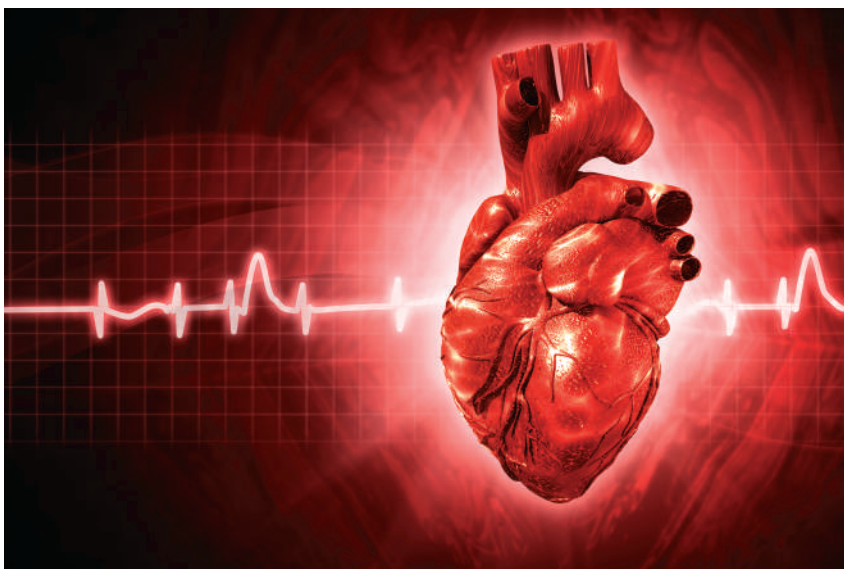
Példának okáért összehasonlíthatjuk azt a fejfájást, amelyet egy ütésekor keletkezett dudor (szomatikus fájdalom) vagy másféle fejfájást, melyet napszúrás (viscerális fájdalom) okoz. Első esetben a fájdalom helye pontosan behatárolt, meg tudjuk mutatni az ujjunkkal. A második esetben sugárzó fájdalom keletkezik, amelynek a helyét a páciens az egész tenyerével szokta behatárolni. A szomatikus fájdalmat fokozza, ha nyomást gyakorolunk az adott helyre, míg a viscerális fájdalmat a nyomás csak kis mértékben befolyásolja.

Létezik egy érdekes magyarázat ezekre a különbségekre. A belső szervekben keletkezett fájdalomnak nincs saját, az agy felé közvetített útja, így kénytelen a szomatikus fájdalmat közvetítő idegi utakon „közlekedni”. Ráadásul útban az agy felé, a viscerális fájdalom impulzusai különböző „autópályákon” oszlanak el. Az agy éppen ezért ezt a fájdalmat szétterülő módon, a testnek egy nagyobb részén fogja beazonosítani. Ezért mondhatjuk, hogy amikor valaki a mellkasában – főként

amelynek pontos helyét – különösen kezdeti stádiumban – nehéz meghatározni. Ennek oka, hogy belső szerveinkben kevesebb fájdalomérző receptor található, ami alól egyedül az üreges szervek falának feszülését érző receptorok jelentenek kivételt. (hazipatika.com) Amennyiben a bőrünket, a csontjainkat, a kötőszöveteinket, az izmainkat vagy az ízületeinket éri sérülés, akkor szomatikus fájdalomról beszélünk, ami pontosan körülírható és lokalizálható. (benu.hu)

a középső részén – nagyobb felületre kiterjedő fájdalmat érez, nagy eséllyel angináról van szó. Az egy pontban érzékelt fájdalom, amelyre rá tudod tenni az ujjad, legtöbbször *nem* anginára utal.

Az impulzusokat közvetítő utak miatt a viscerális fájdalmat olyan testrészekben is érzékel-



hetjük, amelyeknek nincs köze az érintett belső szervekhez. Így már érthető, hogy például a vakbélből eredő fájdalmat miért érezhetjük a gyomrunk szintjén is, vagy az epe fájdalma miért sugárzik a jobb vállunkba.

Az angina esetében is ugyan ezen okból jelenik meg az át-sugárzás jelensége, amikor is a fájdalom a nyakra, gyomorba, állkapocscsontba, vállba, bal karba „vándorol”.

Egyéb jelek

A fájdalmat kiváltó tényezők segíthetnek a szív fájdalom beazonosításában. Az anginát tipikusan

- a fizikai erőfeszítés,
- a stressz,
- a hideg, és
- a bőséges étkezések váltják ki.

Főként az a veszélyes, amikor ezen tényezők közül egyszerre több is megvalósul. Ahhoz, hogy megértsük, miért történik ez, ele-

mezni fogjuk a fizikai erőfeszítés hatását a beteg szívre.

Erőfeszítés és szív

Az a szív, amelynek a koszorúerei részlegesen elzáródtak, általában még elegendő vért kap ahhoz, hogy biztosítani tudja a szervezet keringési szükségleteit pihenés állapotában. Testmozgás közben viszont az izmok több oxigént igényelnek, és így a szív kénytelen intenzívebben dolgozni, növelve az összehúzóerőket és erejét, hogy eleget tehessen a megnövekedett szükségletnek.

A gond az, hogy a szívet tápláló véráramlást korlátozza a koszorúérben található szűkület. Ennek következtében a szívizom nem jut elegendő oxigénhez, és többet „követel”, a páciens pedig fájdalmat fog érezni. A többi kiváltó tényező másfajta mechanizmuson keresztül hat, ám az eredmény ugyanaz: a szív oxigénellátása alulmarad a valós szükségletnél.

Ez viszont nem jelenti, hogy nyugodtak lehetünk, ha éppen pihenés közben érzünk fájdalmat. Az akut szívizom infarktust és az instabil angina bizonyos változatait közvetlen egyértelmű előzmények nélküli fájdalom jellemzi.

Anginás fájdalom

Megfigyelték, hogy angina³ esetén ugyanannál a betegnél a

³ Angina pectorisnak (avagy koszorúérgörcsnek) nevezzük azt a tünetegyüttest, amikor a szívizom elégtelen vérellátottsága miatt szorító mellkasi fájdalom jelentkezik, ami testmozgás-

rohamok hasonló módon történnek. Ez fontos jelzés olyan beteg esetében, akinél az angina valamivel régebb óta alakult ki. Anginás fájdalom esetén gyakran megjelennek a következő kísérő tünetek: szorongás, verejtékezés, emésztőrendszeri tünetek (hányinger, hányás), légszomj, gyengeségérzet, szédülés vagy éppen eszméletvesztés.

Nagyszámú páciensnél rögzített adatok elemzéséből kiderült, hogy a szívfájdalom gyakran más formában jelenik meg; ezekre az esetekre vonatkozik az atipikus fájdalom megnevezés.

Egy furcsa eset

Az egyetemi éveim alatt az egyik tanárom beszámolt egy esetről, amikor az egyik anginás beteg az alsó állkapcsában érzett fájdalmat, ami késleltette a helyes diagnózis felállítását. A fogorvos arra tippelt, hogy a fájdalom a foga miatt van, és néhányat ki is húzott, a fájdalom viszont akkor sem szűnt meg. Végül az orvos, aki elmondta nekünk az esetet, a páciens beszámolójának alapos elemzése után rájött, hogy a fájás az állkapocsban mindig erő kifejtés után jelentkezett. Ez volt a legfőbb jel, ami a helyes diagnózis felállításához vezetett és végül a megfelelő kezelést eredményezte.

Nagyobb esély van atipikus fájdalom kialakulására nőknél, időseknél vagy cukorbetegyeknél. Ilyen esetekben a fájdalom máshol érzékelhető (állkapocs, váll

ra csak fokozódik. Oka legtöbb esetben a koszorúerek megbetegedése, érlelmeszedése. Az angina pectoris a középkorú és idősebb férfiak és a változókoron túli nők jellemző panasz, ami a szívinfarktus előfordulását jelentősen növeli. (kardiokozpont.hu)

stb.) vagy teljesen hiányzik, és légszomj, emésztőrendszeri tüne-

tek, bőséges verejtékezés helyettesíti.

Vajon ez szívfájdalom?

Nagyon valószínű	Kevésbé valószínű
a mellkas nagy részére kiterjed, főként a középső szakaszra;	helye pontosan meghatározható az ujjunk ráhelyezésével;
nyomás, égető- vagy szorító érzés a mellkasban;	az érintett rész tapintásával a fájdalom felerősödik;
másfelé sugárzik (váll, kar, nyak, állkapocs, gyomor)	befolyásolja a légzési mozgás vagy a köhögés;
nem befolyásolja jelentősen a testrész tapintása, a testhelyzet vagy a légzési mozgás;	a fájdalmas epizód nagyon rövid (néhány másodpercig tart);
fokozatosan nő az intenzitása (néhány perc alatt);	állandó és hosszabb ideig tart (több órán, napon át);
fizikai erő kifejtés, stressz, hideg váltja ki;	a has középső vagy alsó részében érzékelhető;
a páciens már több hasonló rohamot élt át eddig.	a lábakba sugárzik.

Sürgősségi beavatkozást igényel vagy sem?

Amint azt már egy előző cikkünkben is említettük, az ateroszklerotikus plakkok, amelyek elzárják a szív artériáit, lehetnek stabilak vagy instabilak. Amíg a plakk stabil, a kockázat alacsony, tehát nem jelent sürgősségi esetet. Viszont amikor egy páciensnél a

plakkok instabillá válnak, a következmények lehetnek komolyak, a kockázat pedig nagy. A szívizom infarktus esetében egy szívkoszorúér teljesen elzáródik, ez pedig már komoly orvosi sürgősségnek minősül. Az *instabil angina* esetében egy ateroszklerotikus plakk mérete váratlanul megnő, ami a közele-





dó infarktus fokozott kockázatát jelenti.

Az alábbi esetekben sürgősen kérjünk orvosi segítséget:

- ❖ ha a fentebb jellemzett anginás fájdalom olyan valakinél jelent meg, aki még nem tapasztalt ilyet;
- ❖ szokatlan – nagyobb intenzitású, több ideig (20 percnél tovább) tartó, szokatlan körülmények között (kis erőfeszítésre vagy éppen pihenés közben, előzmények nélkül) megjelenő – anginás roham egy olyan páciensnél, aki tudott róla, hogy angina pectorisban szenved;
- ❖ emésztőrendszeri zavarokkal (székrekedés, hányás, hányinger) társuló angina;
- ❖ légszomjjal vagy eszméletvesztéssel járó angina.

A szívfájdalom gyógyírja

Jó hír, hogy van megfelelő kezelés a mellkasi fájdalomban megnyilvánuló betegségekre. Erről bővebben a következő lap-számokban fogunk írni. E cikk végén hangsúlyozni szeretném az orvos felkeresésének a fontosságát. Csak akkor kaphatunk megfelelő kezelést, ha szakemberhez fordulunk, akit a mi segítségünkre képeztek ki.

Szívizom infarktus esetén minden perc számít. Egy infarktusos beteg, aki gyorsan kórházba jut, olyan kezelésben részesülhet, ami nagy mértékben csökkentheti a betegség szövődményeinek⁴

⁴ **Szövődmény:** betegség, terhesség folyamán vagy közvetlenül műtét után keletkezett, és a betegség, terhesség lefolyására vagy a műtét utáni gyógyulásra károsan vagy zavarólag ható (más) betegség, illetve a

megjelenését. Sok esettel találkoztam már, amikor a beteg későn jutott el orvoshoz, mert arra várt, hogy a fájdalom megszűnjön magától, vagy egyéb ok miatt tétovázott (éjszaka van, hétvége van, nincs kire hagyni a macskát vagy a tyúkokat).

Stabil esetekben sem javasolt a hosszú várakozás vagy a tudomány által nem igazolt módszerek próbálgatása. De ha már a népi bölcsességre hagyatkozunk, akkor én azt mondanám, hogy „jobb félni, mint megijedni”.

Dr. Bratu Ionel

szervezetnek valamely működési zavar. Példák: *A vörhennyel járó szövődmények. A betegség szövődményeként vesegyulladás lépett fel. Influenzája szövődmény nélkül múlt el.* (arcanum.com/hu)

Függelék

Az angina pectoris fajtái

Prinzmetal angina

Kialakulásának oka a koronária erek görcse. Gyakran nevezik *hajnali anginának*, mivel az esetek többségében a hajnali órákban jelentkeznek heves fájdalomokkal. Az EKG-n az ST-szakasz emelkedése látható. Nitroglicerin oldja a fájdalmat. Ez a legritkább angina-típus.

Stabil angina

Stabil koszorúér-betegség vagy más néven *effort angina*, melynek oka a koronáriák szűkülete. Ezt a szűkületet okozhatja atheroszklerotikus plakk, gócos vagy diffúz érgörcs, mikrokeringési zavar vagy a bal kamra

működésének csökkenése. Ezek a folyamatok vezethetnek a klinikai tünetek kialakulásához. A tünetek jellemzően fokozott fizikai megterheléskor jelentkeznek. Mellkasi fájdalom lép fel, mely sugározhat az állba, hátba, a lapockába, a bal vállba, a karba, illetve a kézfejbe. A fájdalom ritkábban szúró, nyomó jellegű, égő, fojtó és gyakran kíséri légszomj. Ha a fizikai terhelés csökken, a tünetek is enyhülnek. Gyógyszeres kezelésében a nitrátszármazékok az elsődlegesek (nitroglicerin, izoszorbid-dinitrát), melyek sublingvális formája pár perc alatt kifejti a hatását. Ez a leggyakoribb angina-típus.

Instabil angina

A nem stabil-angina vagy más néven *akut koronária szindróma* a szívizom egy részének heveny vér-, illetve oxigénellátási elégtelensége. Hátterében a leggyakrabban az atheroszklerotikus plakk megrepedése áll. A megrepedést követően néhány másodpercen belül kialakul az ér lumenét részlegesen vagy teljesen elzáró trombus. Ezen betegség infarktusként kezelendő intenzív osztályon. EKG alapján állapítható meg a kezelés módja.

(Forrás: hu.wikipedia.org)

A szójabab (2. rész)

A szójatermékek szerepe a betegségek megelőzésében

A kínaiak már ósidők óta használják a szóját nemcsak ételmi-szerként, hanem gyógyszerként is. Bár a szója nem „csodagyógyszer”, ma már nemcsak a tapasztalat, hanem a tudományos kutatások is igazolják azt, hogy a szójában olyan vegyületek vannak, melyeknek szerepük van bizonyos betegségek **megelőzésében és kezelésében**. A következőkben röviden ezekről a hatásokról lesz szó.

A szója és a rák

Sajnos, a rákkutatók még nem fedeztek fel olyan anyagot, amely segítségével a rák biztosan leküzdhető lenne. Úgy tűnik, hogy minden rendelkezésünkre álló fejlett technika mellett a rák elleni leghatékonyabb fegyver a meg-

előzés, amelyet a felvállalt életmód-változtatás hozhat meg.

Igaz, hogy jelenleg a legtöbb iparosodott országban, így Romániában is, a szív- és érrendszeri betegségek képezik az első számú elhalálozási okot, és ezek közül is a szívinfarktus. Egyes országokban azonban, a dohányzás és az állati zsírok fogyasztása csökkenésének köszönhetően ritkulnak a szívérrendszeri betegségek. Ám ugyanez a csökkenő tendencia sajnos nem tapasztalható a rákos megbetegedések területén.

A daganatos megbetegedések miatti halálokok felét a következő szervek rákos elváltozásai okozzák: tüdő, vastagbél, emlő és prosztata. Érdekes, hogy ezek a daganatok **nagyon sok harmadik világbeli országban rend-**

kívül ritkák, azonban gyakoriságuk egyre nő a magas kockázatú tényezővel járó országokba vándorolt első vagy második generációs népesség körében.

A nyugati országokban számos daganatos megbetegedés a környezeti tényezőknek a következménye, ami megelőzhető lenne. A táplálkozás az egyik legfontosabb életmódtényező, mely a vastagbél-, az emlő- és a prosztatárakos esetek **80 százalékáért** felelős. Még a tüdőrák megjelenési fázisában is szerepet játszhat az étkezés, habár annak legfőbb kiváltó oka a dohányzás. A dohányzás hozzájárul a szájüreg, a gége, a garat, a nyelőcső, a gyomor, a hasnyálmirigy és a húgyhólyag rákos megbetegedéseinek a megjelenéséhez is.

A rák általában a géneket alkotó dezoxiribonukleinsav egy vagy két mutációja folytán keletkezik. Ezek a mutációk lehetnek örökletesek vagy szerzettek. A mell-



Szója betakarítása, Tájföld



rák esetében például a BrCa1 és BrCa2 génekben végbemenő mutációk az emlőrák magas kockázatát hordozzák, a petefészek rák esetében ezek a gének az esetek csupán 2-3 százalékáért felelősek. A jelenlegi adatok szerint **a húsban levő heterociklikus aminok rákkeltőek**, vastagbél- és emlőrákot okozhatnak, ám nemcsak az állati eredetű, hanem **a növényi eredetű finomított termékek** (napraforgó-, a kukoricacsíra- és szójaolaj) fogyasztása is elősegítheti az emlőrák kialakulását.

Az élelmiszerek különböző összetevői azonban védő hatást fejthetnek ki, apoptózist, vagyis sejthalált indukálnak, visszaszorítják a spontán mutációkat antio-

tagbélrák kockázatát, de még a gyomorrák és a tüdőrák kockázatát is.

Az amerikai Nemzeti Onkológiai Intézet keretén belül 1990-ben tartott értekezleten elismerték, hogy a szója egy sor rákellenes anyagot tartalmaz, mint az izoflavonok (különösen a genisztein és a daidzein: 1 kg szójababban 2 g genisztein és daidzein van), a proteáz inhibitorok, a fitinsav, a béta-szitoszterolok és egyébek. Ezek az anyagok az alábbi ismert daganatellenes hatást fejtik ki:

- csökkentik vagy eltávolítják a mutációkat kiváltó szabadgyököket;
- legyőzik vagy megakadályozzák azokat a mutációkat,

– visszaszoríthatják a daganatok véreinek fejlődését.

A szójabab hatóanyagainak rosszindulatú daganatok elleni hatását számos esetben sikerült igazolni. Különösen a rákbetegségek megelőzésében van fontos szerepe a szójafogyasztásnak. Kimutatták, hogy prosztatatarákos betegekben a szójadiétára való áttéréssel a daganatot jelző speciális fehérjének (PSA – prosztata specifikus antigén) mennyisége átmenetileg csökkenthető, ami egyben a daganat átmeneti gátlását is jelentheti. A prosztatatarák mellett más, húgyutakat érintő daganatokban is hatékonyak bizonyultak a növényből nyert izoflavonok.

Emellett a babban található szaponinoknak is kimutatható volt a vastagbél daganatos sejteken a daganatellenes tulajdonsága. Sikerült izolálni egy olyan anyagcsoportot belőle, mely mesterséges körülmények között is képes gátolni a rákos sejtek növekedését és életciklusát. Feltételezik, hogy a hatásért felelős anyagok az élő szervezetben egy még hatékonyabb formára alakulnak át, és még hatékonyabbak lehetnek, mint pusztán sejteken tesztelve.



Zöldséges szójafasirt

xidáns hatásuknak köszönhetően, vagy csökkenthetik a sejtburjánzást.

Milyen szerepe van a szójának a rákbetegségek megelőzésében?

A szójakészítmények napenkénti fogyasztása csökkenti a mell-, a méh-, a prosztata-, a vas-

amelyek egy daganat kiindulópontját képezhetik;

- megvédik a dezoxiribonukleinsavat az oxidációtól;
- csökkentik az ösztrogénhatást, amely igen hasznos a mell- és a petefészekrák megelőzésében;
- megakadályozhatják a sejtburjánzást;

Ma már tudjuk, hogy a szaponinoknak rákellenes, koleszterinszint csökkentő, vércukorszint szabályozó és immunrendszert szabályozó hatása van. Úgy vélik, hogy fontos szerepük lehet a cukorbetegség, a szív- és a daganatos megbetegedések megelőzésében. Szaponinok találhatóak a



zöldségekben is, ám sokkal kisebb mennyiségben, mint a szójababban.

Szója-izoflavonok

A szójában a **fitoösztrogének** (növényi ösztrogének) egyik osztálya, és pedig az **izoflavonok** is jelen vannak. Ezért sokan azt hiszik, hogy a szójának ösztrogénszerű hatása van. Ez nem feltétlenül igaz. A fitoösztrogének ugyanazokhoz a receptorokhoz kapcsolódhatnak, mint a szervezetünkben termelődött ösztrogének,

de hatásuk gyengébb, tehát úgy működnek, hogy blokkolják a szervezetben levő erős ösztrogén hatásait.

A testben kétféle ösztrogén receptor található: alfa és béta. A szervezetben levő ösztrogén inkább az alfa receptorokhoz kapcsolódik, míg a növényi ösztrogének a béta receptorokat részesítik előnyben. A szójában levő fitoösztrogének hatása a különböző szövetekre attól függ, hogy milyen az alfa és a béta receptorok aránya.

Az emberi szervezetben lévő ösztrogénnek néhány szövetben pozitív hatása van, míg másokban erősen negatív. A magas ösztrogénszint például jót tehet a csontoknak, de növelheti a mellrák kialakulásának esélyeit. **Az ideális az lenne, ha egy úgynevezett „szelektív ösztrogén receptor modulátor” lenne a szervezetünkben, amely bizonyos szövetekben ösztrogénszerű, míg másokban ösztrogén elleni**



A szójatermékekben levő izoflavonok előmozdítják az ázsiai nők egészségét

hatásokat keltene. Úgy néz ki, hogy a szója fitoösztrogénjei pontosan ezt teszik. Csökkentik a mellrák kockázatát, miközben elősegítik a menopauza körüli nők tüneteinek enyhülését (izzadás, hőhullámok).

A szója fogyasztásának pozitív hatását figyelték meg azoknál a nőknél is, akiknél már kialakult a mellrák. A mellrákot túlélők szója-fogyasztását több tanulmányban is vizsgálták. A kutatók általában arra a következtetésre jutottak, hogy azok a mellrákkal diagnosztizált nők, akik a legtöbb szóját ették, jelentősen hosszabb ideig éltek, és az ő esetükben jelentősen alacsonyabb volt a mellrák kiújulásának kockázata, mint azoknál, akik kevesebb szóját ettek.

Egyetlen csésze szójatejben lévő fitoösztrogén napi fogyasztása akár 25 százalékkal csökkentheti a mellrák kialakulásának kockázatát. A túlélési arány javulása azoknál, akik több szójaterméket fogyasztottak, egyaránt vonatkozott azokra a

nőkre, akiknek a tumorjai reagáltak az ösztrogénre (ösztrogén-receptor pozitív mellrák) és akiknek nem (ösztrogén-receptor negatív mellrák). Ez a hatás fennállt mind a fiatal, mind az idősebb nőknél, függetlenül attól, hogy milyen gént örököltek. Annak, hogy az ázsiai nőknél mintegy ötször alacsonyabb a mellrák előfordulásának az esélye, mint az észak-amerikai nőknél, egyik magyarázata az, hogy az ázsiai nők több szóját fogyasztanak, mint az amerikai nők.

A szója rendszeres fogyasztása jelentősen csökkenti úgy a menopauza előtt, mint a menopauza utáni korban a mellrák kialakulását. Rákellenes hatásai főleg a karcinogenezis korai időszakában nyilvánvalóak. Az egyik szaktekinetely azt állítja, hogy bátorítani kellene a csecsemők étrendjében a szójafogyasztást.

A szójabab fogyasztásának rákmegelőző hatását a gyakorlat is bizonyítja, hiszen **azokon a területeken, ahol sok szóját fo-**

gyasztanak, lényegesen kisebb a rákos daganatok előfordulási gyakorisága.

A szója és a szív- rendszeri betegségek

A növényi táplálkozás rendszerint csökkenti a szív- és érrendszeri betegségeket. Ugyanez elmondható a szójabab fogyasztása esetében is.

Kimutatták, hogy a szójatermékek rendszeres fogyasztása esetén mind a szisztolés, mind pedig a diasztolés vérnyomásér-

számos tanulmány rámutatott, hogy az állati fehérjéknek szója-proteinnel való helyettesítéséhez a teljes koleszterinszint, valamint az alacsony sűrűségű lipoproteinek (LDL) és trigliceridek szintjének csökkenése, továbbá a magas sűrűségű lipoproteinek (HDL), vagyis a „jó” koleszterin szintjének megtartása társul. A szójaprotein szívérrendszeri védelmező hatásait leginkább a magas koleszterinszinttel rendelkező személyek tapasztalhatják. Ha a marhasültet szójával dúsítják, akkor koleszter-

terinszintje. A máj anyagcseréje szintén módosul a szójafogyasztás által: fokozódik az epesavak termeléséhez szükséges koleszterin-szintézis, így csökken a vér LDL-koleszterin szintje.

A szója nem csak ilyen módon csökkenti a szívérrendszeri betegségek kockázatát. A szójában levő izoflavonok (különösen a genisztein) antioxidáns hatást is fejtenek ki, módosítva az érlelmeszesedési léziókban levő anyagcsere-folyamatokat. A genisztein másik jótékony hatása, hogy leállítja az érlelmeszesedési elváltozásokban szerepet játszó növekedési faktorok működését. A felsorolást azonban nem merítettük ki. A genisztein visszaszorítja a sejtdéhidriót, a trombózis képződését az érlelmeszesedett léziók szintjén. A genisztein ugyanakkor növeli több enzim oxidatív hatását, így csökkenti a vérben lévő lipoproteinek oxidációját.

A szójában levő fitinsav megkötheti a vasnak egy részét a bélben, csökkentheti a felszívódását és a vér fehérje és lipidek oxidációját.

Röviden, az állati fehérjék szójaproteinnel való helyettesítése több állatnál, valamint embereknél is csökkentette az érlelmeszesedést, s így a szívbetegségek kockázatát.

A szója és a cukorbetegség

Érlelt szójatermékekből olyan anyagokat mutattak ki, melyek képesek gátolni a cukorbontásban szerepet játszó alfa-glükoszidáz enzim működését, ezáltal csökkentik a bélből felszívódó szőlőcukor mennyiségét, és következetesen segítséget nyújtanak a 2-es típusú cukorbetegségben szenvedők kezelésében. Elsősorban enyhe cukorbeteg-



Szója-alapú növényi szalámi

tékek jelentősen mérséklődnek. Érlelt, vagyis a fermentált szójakészítményekből olyan fehérjéket sikerült elkülöníteni, melyek képesek gátolni a szervezet egyik legerősebb érösszehúzó anyagának, az angiotenzineknek a keletkezését. Ezek alapján kijelenthetjük, hogy a szójabab fogyasztása egyaránt szerepet játszik a magas vérnyomás kezelésében, valamint megelőzésében.

Tudjuk, hogy a vér zsírtartalma, főleg az LDL koleszterinszint képezi a szívérrendszeri betegségek legfontosabb kockázati tényezőjét. A szójabab hatóanyagai igen kedvezően befolyásolják a vérzsírok szintjét. Az utóbbi időben

rinszint emelő tulajdonsága nem jelentkezik, sőt csökkenhet a káros vérzsírok mennyisége. Mindezt a szója rendkívül erős hatását igazolja e tekintetben. Ennek oka valószínűleg a szója speciális fehérjéiben, telítetlen zsírsavaiban, magas rosttartalmában és izoflavon komponenseiben keresendő.

A vérzsír szintjének csökkenése több mechanizmus révén valósul meg: a májnak az epe kiválasztása, a koleszterin és lipoproteinek májban végbemenő anyagcseréjének módosulása, és a hormonális rendszerre kifejtett hatás által.

A szójatermék-fogyasztás növeli az epesavak kiválasztását, ami által csökken a szervezet kolesz-

ségben szenvedők várhatnak ettől komolyabb eredményeket. A szójában lévő egyéb vegyületek, mint például a proteáz inhibitorok, a fitinsav és a szaponinok, valamint a rostanyagok szintén szabályozzák a vércukorszintet, úgyhogy a cukorbetegség megelőzésére és kezelésére egyaránt ajánlatos a szójatermékek fogyasztása.

A szója és a csontritkulás

A szóját sokan tartják a csontritkulás egyik ellenszerének. Felkeltette a kutatók érdeklődését az, hogy az ázsiai nőknél ritkábban fordul elő a csontritkulás, pedig náluk alacsonyabb a kalciumbevitel, és sokkal ritkábban alkalmaznak ösztrogén hormonkezelést, mint a nyugati országokban élő nők. Meg kell említenünk, hogy ahogy Japánban az étrend egyre inkább hasonlónak válik a nyugatiakéhoz, úgy növekszik a csontritkulásos esetek száma is.

A szójában található izoflavonok, vagyis a fitoösztrogének egyik alcsoportja, ösztrogénszerű hatással bírnak, ami elősegítheti a csontok épségének megőrzését. Újabban a szójaolajból sikerült elkülöníteni egy olyan anyagot, amely bizonyítottan segíti az elkopott ízületi porcok felépülését. Menopauza előtt álló nőknél is tapasztalták a szójafogyasztás és a csontsűrűség közötti pozitív összefüggést.

Nőgyógyászati hatások

A szójában található fitoösztrogének természetesen számos nőgyógyászati hatással is rendelkeznek. Tanulmányok támasztják alá, hogy a rendszeres szójafogyasztás alkalmas arra, hogy a menopauzában jelentkező jellegzetes tüneteket (izzadás, hevülések) jelentősen enyhítse. Több



Szójatej készítése hagyományos módon (a beáztatott szójabab összezúzása kézimalommal). Jiangsu tartomány, Kelet-Kína, 2011

vizsgálat eredménye is arra utal, hogy a szója ösztrogénszerű hatása biztonságos, nem növeli sem az emlőrák, sem pedig a vénás trombózis kockázatát, ugyanakkor nemcsak a fizikai tüneteket javítja a menopauzában lévő nőknél, hanem segíti a gondolkodási funkciók frissen tartását is. Mindezek alapján a szójabab a változó korban lévő nők egyik alapélelmiszere kellene, hogy legyen. A japánok nem is ismerik a hevülési tüneteket, még erre utaló szavuk sincs.

A szója és a korai pubertáskor

Vannak, akik azt állítják, hogy a szójaital gyerekkorban való fogyasztása korai pubertáskorhoz vezet. Ők azonban egyetlen lényeges statisztikai összehasonlítást sem tudnak felmutatni, amelyek összefüggést találnának a fitoösztrogének és a gyerekek idő előtti nemi funkcióinak kialakulása között.

Igaz, hogy jelenleg az iparosodott országokban az első menstruáció 3-4 évvel korábban következik be, mint 100 évvel ezelőtt,

ez azonban nem a szójatermékek fogyasztásának tudható be, hanem az állati fehérjékben és zsírban gazdag étrendnek.

Egy 30 éven át tartó tanulmány – melyet 2001-ben tettek közzé az *Amerikai Orvosi Társaság Szaklapjában* – következtetése az, hogy a csecsemők szójaitallal való táplálása nem káros az egészségre, sem a nemzőszervekre, összehasonlítva őket a tehéntejet fogyasztókkal. A szerzők arról biztosítják az érdeklődőket, hogy a csecsemőknek készült szójaitalok teljesen veszélytelenek.

Megjegyzendő, hogy ezek a szójatápszerek dúsítva voltak a megfelelő mennyiségű B₁₂-vitaminnal, melyet a házilag készített szójaitalok nem tartalmaznak.

Az izoflavonok (genisztein, daidzein és glycerin) bőségesen megtalálhatók a szójában. Pénz-

ügyi érdekek hatására azt sugallták, hogy ezek az alapanyagok nemzőképességi zavarokat, meddőséget és a pajzsmirigy működési zavarait okozhatják. A fentiekben bemutatott tanulmány cáfolja ezeket az állításokat. Nincsenek attól félni, hogy a szójaital veszélyes a csecsemőkre nézve izoflavon tartalma miatt. Miközben 100 g szójabab 42.000 mikrogramm izoflavont tartalmaz, 100 g szójaital csupán 250 mikrogrammot.

A szójában lévő izoflavonok ugyanakkor gyulladáscsökkentő tulajdonságuknak köszönhetően védő hatást fejtenek ki a vastagbélgyulladás és a gyomorhurut ellen.

A Német Vegyészek (kémikusok) Szövetsége arra a meggyőződésre jutott, hogy a genisztein nemcsak hogy nem káros, hanem az emberi egészség egyik serkentő tényezője.

A szója népszerűsége

A szója összetétele, tápanyagtartalma indokolja ősi keleti és újabban nyugati népszerűségét. A hatóanyagok ugyan nemcsak fajtától, hanem a talajtól és éghajlattól függően nagymértékben változnak (pl. a fekete magvú fajtáknak legmagasabb a fehérje-, legalacsonyabb a zsírtartalma, a sárga magvúak magas zsír- és alacsonyabb fehérjetartalmúak), mégis általában megállapítható, hogy „a szójabab az emberi szervezet számára nélkülözhetetlen tápanyagokat a legkedvezőbb összetételben tartalmazza, és a legértékesebb növényi fehérje forrása”.

(Folytatjuk)

Dr. Ósz Tibor, orvos,
mikrobiológus,
Maros megye
Tel. 0741 177 483



A hónap receptjei

Szójatej

Bevezető: szójatermékek

Amint az előző cikkből is láthattuk, a szójatermékek fogyasztásának számos, egészségünkre nézve pozitív hatása van. De melyek azok a szójatermékek, amelyek nálunk is beszerezhetők, és beépíthetők étrendünkbe?

A szójabab magas fehérje- és zsiradéktartalmából kifolyólag, e hüvelyeset a hús- és tejtermékek helyettesítésére szokták használni.

A húsos receptek helyettesítése legkönnyebben a száraz, texturált szójatermékekkel érhető el, úgy, mint a szójaszelet, granulátum és kocka. Ugyan-

akkor itt-ott (natúrboltokban és nagyáruházakban) kaphatók felvágottakat és egyéb hústermékeket pótló, utánzó termékek. A szójafehérjét tartalmazó vegetáriánus pástétomok pedig szinte minden élelmiszerüzletben fellelhetők.

A tejtermékeket pótló szójatermékek közül megemlíthetjük a szójatejet (soyjaitalt), az ebből készült szójatúrót (tofut), és szójajoghurtot. Mindhárom termék megtalálható az áruházak jó részében. Ma a szójatej otthon elkészíthető receptjét fogjuk megmutatni. Ezen ital nem csak a fe-

hér színe miatt nevezhető tejnek, hanem a komplett (teljes értékű, azaz mind a hús aminosavat tartalmazó) fehérjetartalma miatt is: helyesen elkészítve a tehéntejhez hasonlóan három százalék körül lesz a nyert ital fehérjetartalma (azaz, 100 ml-ben kb. 3 gramm), a zsiradéktartalma pedig 1–2 százalék körül. Ezen kívül nem tartalmaz koleszterint, így hát fogyaszthatják azok is, akik a tehéntejre érzékenyek. Másrészt, a tehéntejjel ellentétben, cukorral vagy mézzel édesítve nem okoz puffadást.

Ugyanakkor olcsó is, pl. egy kg, jelenleg kb. 15 lejért beszerezhető szójababból tíz liter szójatej készíthető – tehát 1,5 lejbe jön literje, míg a tehéntej ennél három-négyszer drágább.



Szükséges eszköz: egy minél erősebb botmixer.

Két liter szójatej elkészítése

Előkészítés: 200 gramm száraz szójababot jól megmosunk, majd 12 órára beáztatunk annyi vízbe, hogy jól ellepje. Ekkorra a szójabab kidagadt, s lemorzsolhatjuk róla, majd eltávolíthatjuk a külső héjak jó részét. Ezután az áztatóvizet leöntjük, s a szóját lemossuk, majd egy nagyobb méretű tálba tesszük. Előkészítünk két liter hideg vizet. A víz egy részét a szójababra töltjük, s a botmixerrel a nyers, beáztatott babot folyékony krémmé zúzzuk. Ezután a maradék vizet is hozzáadva, az egészet egy lábosba töltjük. Időnként kevergetve felforraljuk, majd lassú tűzön, gyakran kavarva 20–30 percig főzzük. A főzőedény legyen nagyobb, hogy a keletkezett hab ne fusson ki. Levesszük a tűzről, s amikor valamennyire kihűlt, még melegen átszűrjük egy másik edénybe egy sűrű, nagyobb méretű fémszűrőn. A szűrőbe több rétegű gézt is tehetünk.

A keletkezett fehér ital a szójatej. A szűrőben maradt paszta az *okara*. Ez utóbbiból különböző

módokon pástétom készíthető. A szójatejet kihűtjük, és jól lecsavart palackban néhány napig a hűtőben tárolhatjuk.

Hozzávalók:

- 1 hagyma
- 2 sárgarépa
- 1 zeller
- 1 paszternák
- 3–4 burgonya
- 1 kg karalábé
- 2 csomó kapor
- citromlé, savanyításra



Szójatej-italok

Melegen: Inka gabonakávéval, cukorral vagy mézzel. Ugyanígy kakaóval.

Hidegen: Turmixitalnak banánnal, vagy eperrel, mézzel édesítve. Lereszelt citrom vagy narancshéj talál hozzá.

Vaníliával (vaníliás cukorral) és mézzel.

Egyéb felhasználás

A szójatej a tejhez hasonlóan fogyasztható müzlivel, gabonapehellyel, és gyümölcscsel. Ugyanígy pudingot, tejberizset, vagy zabkását készíthetünk vele, mazsolával, mézzel, gyümölcsökkel. Másrészt a tejből szója-joghurtot is készíthetünk házilag, ám erre szükségünk van a speciális starter-porra (baktériumkultúrára).

Karalábéleves

– só, ízlés szerint

Elkészítés: A zöldségeket meghámozzuk, megmossuk, és felaprítjuk. A hagymát, sárgarépát, zellert és a paszternákot kevés olajban és vízben megpároljuk. Hozzáadjuk a kockákra vágott burgonyát, karalábét és kb. 2 liter vizet. A levest 25 per-

cig főzzük, amíg minden zöldség megpuhul. Ha szükséges, még sózzuk, majd lezárjuk a tüzet, hozzáadjuk a felvágott kaprot és ízlés szerint citromlevet. Tejfőllel tálalhatjuk.

Megjegyzés: a tejföl lehet növényi is.

Növényi tejföl kesudióból

Egy marék nyers kesudiót beáztatunk két-három órára annyi víz-

be, hogy jól ellepje. Ezután felturmixoljuk a vízzel együtt. Egy fehér, tejfölszerű, ízletes krémet nyerünk, amelyet egy kis citromlével savanyíthatunk.

Összeállította: **J. E.**



Utam Istennel

Kibédi Mihály vagyok. Marosvásárhelyen születtem 1981-ben, református családban. Egyetlen testvérem van, a nálam hat évvel idősebb, szeretett nővérem, Tünde. Gyerekkorom eléggé szép volt, nem szűkölködtem semmiiben. Kezdetben a kövesdombi 17-es számú Általános Iskolába jártam, majd később az asztalos szakon végeztem városunk faipari szakiskolájában. Gyerekként szerettem járni templomba, ifikre, de felnöve lassan kihűlt ebbéli vágyam, s elmaradtam. Ehelyett a kemény rock, meg a Death Metál zene kerített hatalmába. Jártam is az ilyenfajta koncertekre, ismerősökkel, barátokkal, s ugyanakkor valósággal imádtam a focit is – annyira, hogy e sportág minden egyes meccsét meg kellett néznem.

Tehát, a vasárnaponkénti templomba járásból lassan kiestem, s ehelyett fociztam

bajnokságban a Kövesdombon, hisz zajlott itt mini-foci bajnokság, sőt, saját csapatunk is volt néhány barátommal. Így telt az idő. Nem dohányoztam, ám sajnos kipróbáltam a drogot, és néha ittam is. Barátnőm akkoriban nem volt. Másrészt, az egész faipariban a mi osztályunk volt a legrosszabb.

Az osztályban két jó barátom lett. Az egyikük később Angliába költözött, de a másik, Ernő, aki padtársam is volt, itt maradt Erdélyben. Ő több tekintetben más volt, mint a többiek. Sokat segített nekem a tanulásban, ugyanakkor próbált jobb útra vezetni. Én

ugyanis a szakiskolai években nagyon rászoktam az internetre, sokat voltam a mIRC-beszélgetőhálózaton¹ (akkoriban nem létezett

¹ Az mIRC az IRC (Internet Relay Chat) beszélgetőcsatornák egy fajtája, melyet 1995-ben hoztak létre a Microsoft Windows program részére. E kommunikációs protokollokban több felhasz-

még a Facebook meg a többi), játékokat játszottam, sőt szerencsejátékoztam is.

– Jó lenne értelmesebb dolgokkal foglalkoznod! – mondotta, de én persze nem hallgattam rá.

Az iskolát követően a Mobex bútorgyárban kaptam állást, mint asztalos. Szabad időmben pedig folytattam a mIRC-en a barátkozást fiúkkal, lányokkal. Végül már saját csatornám is volt. A mIRC-en képeket nem lehetett küldeni, az illető hangját sem hallottad, csak írtunk egymásnak, de utána a valóságban is találkoztunk – szatmári, zilahi, marosvásárhelyi és egyéb helyről származó fiatalok. Abban a korban voltam, amikor nagyon szerettem volna egy komoly barátnőt, de a hosszú távú barátság sajnos nem jött össze. Volt olyan lány, aki az akkori legjobb barátommal csalt meg, és sok más lányban is csalódtam. Rengeteg fájdalom ért, és szívem kettétört.

A metálzenén, drogokon kívül bőven fogyasztottam a kólát meg a csokoládét is, úgy, hogy végül idegrendszerem károsodni kezdett. Egy éjjel, miután több

náló egyidejű, írásos kommunikációját teszik lehetővé a szobák vagy csatornák. Az IRC üzenetküldő protokollokba bárki szabadon beléphet, tehát nem meghívásos alapon működnek. Az utóbbi években a többi, fejlettebb ismeretségi hálózat (Twitter, Messenger, Facebook, Instagram, stb.) s az okostelefonok elterjedésével az IRC hálózatok felhasználóinak száma nagyon visszaesett.





mint egy liter kólát megittam, s a mlRC-en egy lány után nyomozva rájöttem, hogy ő is becsapott, rendkívüli csüggedés lett úrrá rajtam. Pszichésen összeroppantam, és kimentem az erkélyre, hogy a tizedik emeletről leugorva, véget vessek életemnek. Akkoriban még a szüleimnél laktam. Állodgáltam hát az erkélyen, készülve a magam elleni merényletre, amikor egyszer csak egy csendes hang szólalt meg az elmémben:

– Ne tedd, hisz ott vannak a szüleid, a testvéred, akik szeretnek téged... ne csináld!

Visszafordultam, és térdre estem. Keserűen sírtam, és imádkozni kezdtem Istenhez. Könyörögtem, adjon nekem egy megfelelő társat, aki fogadjon el, és szeressen úgy, amint vagyok. Ezután lassan megnyugodtam, és lefeküdtem.

Nem sok idő múlva a mlRC-en újabb beszélgetőtársra bukkantam. Egy lány volt, akivel rendszeresen írni kezdtünk egymásnak, s néhány hét után végül felhívott telefonon. Én kicsit mérges lettem, és lehordtam, amiért kezdetben nem szólalt meg (hanem, gondolom, előbb hallani akarta az én hangomat). De ő mégsem haragudott meg rám, hanem amikor meghívtam egy találkozásra, beleegyezett.

Szászrégeni volt, és valóban, eljött a nap, amikor Vásárhelyen találkoztunk. Elbeszélgettünk, sétálgattunk, majd leültünk egy padra, és így telt el egy néhány óra.

Az első randink tehát lassan a vége felé haladt. Ekkor ő megkérdezte:

– Ha adok neked egy könyvet, elolvasod?

– Figyu, én nem szeretek olvasni – feleltem – de azért elfogadom.



Lakónegyedem, a Kövesdomb tömbházai

Hazaérve, belenézttem. Egy kis, vékony könyvecske volt: *A kijegyzett könyv*. Valami hajóutazásról szólt, amerikiakról, úgy száz évvel ezelőtt. Az utasok a Bibliáról beszélgettek. Tetszett a tartalma.

Tovább beszélgettünk az új lányismerőssel. Elmondta, hogy ő nem református, hanem egy másik felekezet tagja, ahol tizenhat éves korában megkeresztelkedett. Meghívott, menjek el én is hozzájuk az imaházba. Adventista volt – de én addig még nem hallottam róluk.

– Jól van, elmegyek – mondtam – de csak akkor, ha te is eljössz velem a református templomba.

Ő ebbe beleegyezett.

Eljött hát a nap, amikor együtt mentünk el a marosvásárhelyi román adventista gyülekezetbe. Egy különleges program volt akkor, mely a zenéről – annak fajtáiról, hatásairól – szólt. Engem nagyon megragadott s elgondolkodtatott a téma. A szívemhez szólt, hiszen mint rockernek, a zene életem szerves része volt.

Telt az idő, s egy vasárnapon újra együtt voltunk, de most a re-

formátus templomba léptünk be, az alsóvárosiba, éppen úrvacsorai Istentiszteletre. Most már elérülöm a lány nevét: Emesének hívják. Ő tiszteletben tartott engem, meg a vallásomat, és nem próbált győzködni. Ült mellettem a templomban, de megnyitotta a padon levő Bibliát, és úgy hagyta. Amint ott ültem, odapillantottam, s észrevettem, hogy a Tízparancsolatnál nyitotta ki.² Rámutatott a negyedik parancsolatra, mely így szól: „Megemlékezz a szombatnapról, hogy megszenteld azt... de a hetedik nap a te Uradnak, Istenednek szombatnapja...” (8. és 10. vers).

„Hogy-hogy szombatnapról?” – csodálkoztam el magamban. „Hát nem a vasárnapról kell megemlékeznünk? Hát nemde a vasárnap a hetedik nap?” Úgy emlékeztem, a konfirmációkor erre tanítottak: a vasárnap a szent nap!

Nos, elhatároztam, utánajárok ennek. Én amolyan lázongó természetű ember voltam, s nem szerettem annyiban hagyni a dol-

² 2 Mózes 20. fejezet.



gokat. Tanulmányozni kezdtem hát a Bibliát, és számos embert kérdezgettem arról, hogy mi a véleményük. Ugyanakkor idegesség, nyugtalanság is úrrá lett rajtam, mivel nem láttam tisztán, és nem tudtam, mitévő legyek.

„Miért járok én vasárnap templomba, ha Isten tisztán mondja a Bibliában, hogy a szombat a szent nap? Ő a szombatot szentelte meg és különítette el, hogy ezen a napon találkozzon az emberrel, akit megváltott.”

Elkezdtem hát lassanként szombaton járni imaházba, leginkább a szászrégeni magyar adventista gyülekezetbe. Itt drága személyek vettek körül, különösen kettő, a presbiter, Baki Sándor és Nagy Lóránt, aki azóta is barátom. Emesén kívül ők azok, akik leginkább segítettek megértenem az Isten Igéjét s az Ő akaratát.

Előtted, e sorok olvasója előtt bizonyosságot teszek: nem tört rám senki erőszakkal, én személyesen jártam utána mindennek, kutatva a Bibliát, s e Könyvre ha-



A marosvásárhelyi Mobex bútorgyár munkásaként, 2000-ben

gyatkozva fogadtam el a szombatnap szent voltát. Ugyanakkor elmentem a kedves tiszteletes úrhoz is, és a kisházában beszámoltam neki arról, amit a Biblia alapján hittem.

– Ki szeretném hát kérni a tagságomat a református egyházból – mondtam.

Ő megértett, és így válaszolt:

– Legyen neked a te hited szerint.³

Nem próbált győzködni, nem haragudott meg rám. Isten áldja meg őt szolgálatában, szeretettel gondolok rá, és imádkozom érte, hogy sok embert vezessen az Istenhez.

Így vezérelt hát az Isten Lelke engem minden igazságra, és ma is folyamatosan tanít, hogy egyre jobban megértsem az Ő hatalmát, szeretetét, kegyelmét és hosszútűrését irántunk.

Amint már említettem, szombatonként Régenbe jártam imaházba, de itthon is. A munkahelyen nagyon rendes volt a mesterem, és megértette, hogy én többé nem megyek be szombaton, még ha sürgős munka is van. Persze voltak munkatársaim, akik hecceltek:

– Tudjuk mi, hogy csak egy lány miatt mentél az adventistákhoz, azért tartod a szombatot is!

De ez nem igaz! Él az Úr, hogy nem Emese miatt, hanem a Biblia alapján fogadtam el az Ő szent napját.

Időközben tanulmányozni kezdtem a Dániel könyvét, együtt a Jelenések könyvével. Régenben voltak keresztségre felkészítő órák is. Ezeket is részt vettem, de kezdetben nem azért, hogy megkeresztelkedjem, hanem hogy jobban megismerjem az Isten akaratát. Ám a végén Baki Sándor feltette nekem a kérdést:

– Mihály, szeretnél-e megkeresztelkedni?



Ahol konfirmáltam: a Marosvásárhely-Alsóvárosi református templom

³ Lásd Máté 8:13 versét – ezek Jézusnak a kapernaumi századoshoz intézett szavai.



Kereszttségemkor, 2009-ben, Emesével – akkor még csak udvaroltam neki

Nem tudtam nemet mondani, hanem csak egyetlen válasz jutott az eszembe:

– Mi gátol meg engem abban, hogy megkeresztelkedjek?⁴

Így hát eljött a boldog nap, amikor majd két évvel azután, hogy ezen, számomra új igazságokról hallottam, 2009. január 31-én átadtam magam felnőttkereszttség által Istennek. Huszonnyolc éves voltam ekkor. Következő évben pedig megkértem Emese kezét, és ő igent mondott. Azóta együtt élünk boldog házasságban, várva az Úr Jézus dicső, második eljövételét.

Ugyanakkor Sátán támadásai a kereszttségemmel nem értek véget. Az életem kezdett jó irányba változni, s voltak dolgok amelyekről könnyebben, mások pedig,

amelyekről nehezebben tudtam lemondani. De én haladok előre, és Istenben bízom, tudva, hogy Ő vezet engem, úgy a jó napokon, mint a rosszszakon. Elhagytam az italt meg a drogot, a világias zenét mellőzöm, a filmekről távol tartom magam. Csak Istent dicsőítő, vagy klasszikus, komoly zenét hallgatok. A húsról is lemondtam, s így már több mint nyolc éve, Emesével együtt vegetáriánusok vagyunk.

A megélhetés nálunk nem olyan könnyű, ezért egy időben Svájcba mentem ki dolgozni. 2020 elején azonban hazajöttem, ám amikor vissza akartam menni, már nem lehetett a járvány miatt. De ebben is Isten akarata nyilvánult meg, ugyanis már régóta szerettem volna az Ő szőlőjében dolgozni, és embereket hívni meg az Ő országába.

Tehát, itthon maradván, elkezdtem komolyan imádkozni egy munkahelyért, amely ha lehet, éppen az Ő szolgálatában legyen. Isten kegyelmes volt, és egy idő múlva ezen óha-

jom is teljesült – egy olyan állást kaptam, melyben a Róla szóló irodalmat terjeszthetem, embereket látogathatok, velük beszélgethetek a Bibliából, együtt imádkozva, és bátorítva egymást.

Most még valami eszembe jut. Emlékeztek a jó barátomra és osztálytársamra, Ernőre? Képzeljétek el, hogy a keresztységem után néhány évre rábukkantam a nevére lelkészeink listáján! Ekkor felhívtam, és nemsokára találkoztunk Marosvásárhelyen. Ő is nagyon örvendett annak, hogy annyi év után újból összefutottunk, s ezt mondtam neki:

– Én nem is tudtam, hogy te adventista voltál, s hogy még lelkész is lettél! De tudod-e azt, hogy most már én is adventista vagyok?

Kezdetben egyáltalán nem hitt nekem, mivel régen én olyan



Az imámra jött válasz: drága feleségem, Emese, akinek annyi türelme volt hozzám, s akivel együtt készülünk az örökkévalóságra Jézus oldalán

⁴ Lásd Cselekedetek 8:36 versét – így felelt a szerencsén komornyik, válaszul Filep evangélista igehirdetésére.



Jó barátommal, s egykori osztálytársammal, Magyarosi Ernővel a maroshévízi imházunkban

vicces ember voltam, s gondolta, most is csak tréfálok. Ezért több kérdést tett fel, hogy végül megbizonyosodjon: valóban testvérek lettünk az Úrban! Nagyon szép találkozás volt, és nem az egyedüli. Ez év januárjában újból összefutottunk Maroshévízen az imházban, s megismerhettem Emesét is. Boldogok vagyunk

amiatt, hogy most már mindketten egy célért élünk és szolgálunk!

Kedves Barátaim! Annyira hálás a szívem, amiért megismertem az egyedül élő, igaz Istent, Aki teljesítette szívem hő vágyát, és megáldott egy csodálatos feleséggel. Kimondhatatlanul örvendek an-

nak, hogy mindketten az Ő megváltott népéhez tartozhatunk, azokhoz, akik megtartják az Isten parancsolatait és a Jézus hitét.⁵ Arra vágyom, hogy nem csak szavaimmal, hanem cselekedeteimmel is bemutassam Krisztust az embereknek, hogy így minél többen megismerhessék Őt, és átadhassák Neki életüket, amíg még tart a kegyelem ideje.

János harmadik levelének első két versével búcsúszom tőletek, kedves olvasók:

„A presbiter a szeretett Gájusnak, akit én igazán szeretek. Szeretett barátom, kívánom, hogy mindenben jól legyen dolgod, és légy egészséges, amint jó dolga van a lelkednek.”

Ezt kívánom én is nektek, és minden szerettünknek. Az Isten kegyelme által. Ámen.

Kibédi Mihály, Szászrégen
Tel. 0740 830 682

Ha valaki hívni szeretne,
szívesen veszem!

⁵ „Itt van a szentek békeséges tűrése, akik megtartják az Isten parancsolatait, és a Jézus hitét.” (Jelenések 14:12)



A világ vallásai

Az iszlám

Bevezető

Az iszlám a második legelterjedtebb vallás a világon, aminek már több, mint kétmilliárd követője van.¹ Szentírása a Korán, amit Allah (Isten) szavának tartanak. A Koránt Mohamed diktálta le barátainak, őt hívei a legnagyobb prófétaként tisztelik. Az *al 'islam*

arabul *alávetettséget* jelent, tehát azt, hogy a hívő aláveti magát Allahnak. E vallás híveit *muszlimoknak*, vagy muzulmánoknak nevezük. Az arab *muslim* szó az *aslama: feladni, elhagyni* igéből ered. *Al-Muslimun: a muzulmánok közössége* pedig Isten (Allah) *alávetettjeit* jelenti.

Használatos a *mohamedán* megnevezés is, de ezt a nevet ők sértőnek tartják, mivel túl szek-

tásan hangzik. A muzulmánok az iszlám vallást az egyetlen igaz, ősi vallásnak tekintik, Mohamedben pedig egy Messiást látnak, aki egyben volt vallásalapító, és politikai vezető is. Mohamednek meggyőződése volt az, hogy a vallás és az állam elválaszthatatlanul fonódik egymásba, ennek köszönhető az, hogy a mai arab világban az iszlám nem csak vallást jelent, hanem egy civilizációt. Fő elterjedési területei Észak-Afrika, a Közel-Kelet, Közép-Ázsia, Malajzia, valamint a legnépesebb muzulmán ország, Indonézia. Mindezen országokat közös

¹ World population 2023, countrymeters.info/World#religion



nyelv, kultúra, hagyományok, vallás, erkölcs és jog köti össze.

A vallás alapeszméje az egyszülött Istenben és az utolsó ítéletben való hit:

„Allah az egyetlen;

Allah az örökkévaló;

Nem nemzett és nem nemzettetett;

És senki nem fogható hozzá.”

(Korán, 112. szúra 1–4. vers)

A Biblia szerint az arabok ősatya Izmáel, aki Ábrahámnak, a zsidók ősatyjának egyik fia volt. Ábrahám azt az ígéretet kapta Istentől, hogy nagy nép fog származni tőle. Sokáig vártak az ígéret beteljesedésére, de amikor meddő voltát felfogva Sára úgy gondolta, neki már nem lehet gyermeke, a szolgálóját, Hágárt küldte be Ábrahámhoz. Hágár szülte meg Ábrahám fiát, Izmáelt. Tizennégy évvel később végül Sára is fiút szült, Izsákot, a zsidók ősatyját. Viszály jött létre a két nő között, hogy melyik gyermek jogos az örökségre, ezért Sára megkérte Ábrahámot, hogy Hágárt és fiát küldje el. Isten Izsákot szánta Ábrahám utódjául, így ennek leszármazottai, vagyis a zsidó nemzet volt az, amely a szent vonalat képviselte.

Mohamed (570–632)

Mohamed életéről több, egymástól eltérő feljegyzés létezik. A legtöbb forrás szerint életét a Jézuséhoz hasonló csodák jellemezték. A tradíció szerint Isten már a teremtés előtt megalkotta Mohamedet, akinek lelke nemzedéken át vándorolt, amíg megtalálta a legkiválóbb népben a legelöllebb sarjat. Születését angyalok hirdették az egész világon, angyalok vigyáztak rá növekedése közben, minden cselekedetét áldás kísérte. Felnőtté válásakor

Az iszlám három irányzata: szunniták (kb. 90 százalék), síiták (*Siat Ali*: Ali pártja), 5–10 százalék, és a háridzsiták (1–3 százalék), ezek közül legtöbben az ibadizmus hívei. A főleg Szaúd-Arábiában létező wahabizmus a szunni iszlámon belüli fundamentalista mozgalom.

Izmáel meggondolatlan emberi döntés eredményeként született, ezért ő nem jogosult Ábrahám örökségére. Isten azonban nem hagyta el őt sem, ígéretét felette is betartotta. Miután Ábrahám elküldte őt és édesanyját, a pusztában, szomszágától fenyegetve Isten egy forrást mutatott meg Hágárnak, és közölte vele, hogy Izmáelt is nagy néppé teszi. Izmáel tizenkét fiától tizenkét harcos törzs származott (1 Mózés 25:12–18).

A genetika szerint is valószínű, hogy a mai arabok főleg Izmáeltől származnak, számuk pedig messze meghaladja a zsidókét (2021-ben kb. 400 millió arabot számláltak a földön, szemben a 15 millió, magát zsidónak vallóval – ezen utóbbiak fele az Egyesült Államokban él).

Gábrriel angyal látogatta meg, aki közölte vele küldetését. Csodákat tett, betegeket gyógyított, halottakat támasztott fel, például szüleit is. Ők pogányként haltak meg, de Mohamed feltámasztotta őket egy rövid időre, hogy felvegyék az iszlám vallást és ezáltal kiérdemeljék a paradicsomot.

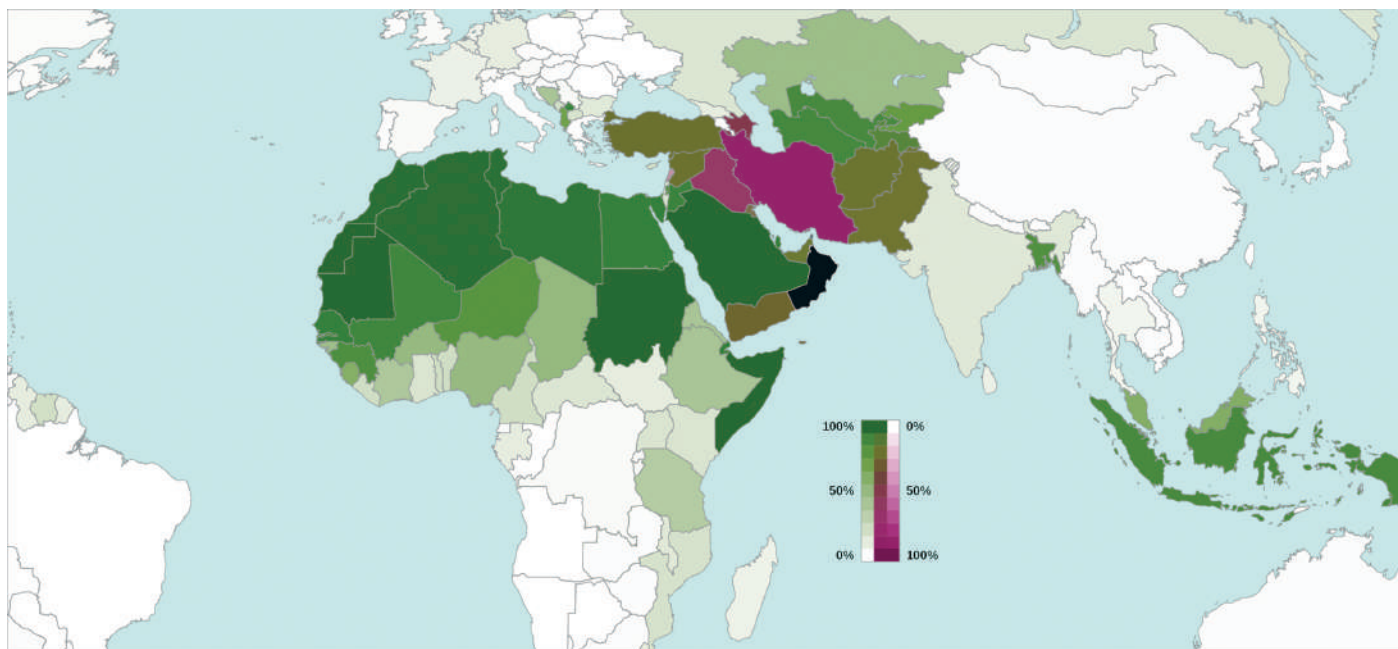
A valódi történelmi feljegyzések azonban egy lényegesen más személyről számolnak be. Ő tehetséges vallásalapító és kiváló államférfi volt, ám nem volt szigorú erkölcsű, vagy nemes lel-

kű szent, és világ fölé emelkedő bölcs sem. Hogy csodatevő sem, az már abból is kitűnik, hogy ő maga utasította el azokat, akik mindenféle csodát vártak tőle uralkodása alatt.

Mohamed i. sz. 570 körül született Mekkában. Szülei már gyermekkorában meghaltak, ezért rokonai nevelték fel. Tevekaraván-kísérőként, tevehajcsárként kereste a megélhetését, ám 25 éves korában, jóképű és tehetséges ifjú lévén, megtetszett egy 15 évvel idősebb, gazdag kereskedő özvegyasszonynak, Khadidzsának. Ez bizalmi állást ajánlott fel neki, majd feleségül is ment hozzá. E házasságból több gyermek született, a leghíresebb közülük a lányuk, Fatima (605–632).

Khadidzsa révén jómódú kereskedő lett Mohamedből, és sikeres üzleti utakat tett. Utazásai során megismerkedett mind a zsidókkal, mind a végítéletet hirdető keresztény vallással, és valószínű, hogy ennek hatására életében változás történt. Anyagi függetlenségét arra használta fel, hogy egyre intenzívebben elmélkedjen vallásos dolgokról. Magányosan, böjtölve igyekezett megismerésre jutni. Elvonult egy Mekka közelében levő barlangba, ahol – úgy vélik – kinyilatkoztatást kapott Gábrriel angyaltól. A többistenhitű arabok azonban nem lelkesedtek Mohamed tanításáért – miszerint Allah az egyetlen teremtő és világot fenntartó Isten, aki majd az ítélet napján igazságot tesz –, ezért kezdetben csupán a családja és néhány barátja követte őt.

Miután hittedesítő munkájának kudarcait felesége halála is tetőzte, elköltözött Medinába, azt remélve, hogy az ott élő zsidók támogatni fogják az új, monote-



A muzulmán világ. Zöld: szunniták, lila: síiták, fekete: ibadizmus (Ománban)

ista (egyistenhívó) vallást. Ezt az elköltözést *hidzsrának* nevezik, és ettől a dátumtól kezdődik az iszlám időszámítás. Medinában a zsidók elutasították Mohamed vallását, de itt megtelepedve, lehetőség nyílt arra, hogy békebíróként beavatkozzon az egymás ellen hadakozó törzsek küzdelmeibe, és kiterjessze hatalmát, míg fokozatosan Medina uralkodójává vált. Másrészt, uralma alatt számos rajtaütést szervezett a Mekkába tartó kereskedő karavánokon, semmibe véve az arab szent törvényeket.

Sikeres fosztogatásait látva beduin törzsek csatlakoztak az iszlámhoz, pusztán anyagi érdekekből. Ezek az incidensek csakhamar háborúvá fajultak, és a mekkaiak, látván ellenfelük növekvő hatalmát, kénytelenek voltak feladni a harcot. Így hát 627-ben a mekkaiak békeszerződést kötöttek Mohameddel, és megengedték neki és hívei seregének,

hogy elzarándokoljanak a városukban levő pogány szentélyhez, a Kábához (*al-Ka'bah: a Kocka – arabul*).

Ez a zarándoklat végül is nem volt más, mint Mekka harc nélküli átvétele.

meghagyta a jelenleg a szentély falába beépített szent, fekete meteorit-követ, ami a mai napig imádati tárgy a muzulmánok számára. A város lakói az örökölt ősi vallásból nem tudtak semmilyen jelentős eszményt szembeállítani, ezért hamar beletörődtek az új helyzetbe, és rövid időn belül ők maguk lettek az iszlám legbuzugóbb élharcosai.

A próféta dicstől övezetten tért vissza Medinába, és tekintélye oly nagyra nőtt, hogy mindenünnen érkeztek hozzá az arab törzsek követségei, hogy közzöljék vele csatlakozásukat az iszlámhoz. Ily módon sikerült néhány év alatt nemcsak a vallását elterjeszteni, hanem megszervezni egy új, teokratikus (istenuralmon



A Korán

Mohamed megnőtt hatalma új lehetőséget nyitott arra, hogy vallását elterjessze. Megtisztította a Kába szentélyét a bálványképektől. A képimádástól nem tudta teljesen eltiltani az arabokat, ezért

alapult) államot.

A nagy vagyon ellenére, ami hadizsákmányokból, valamint hívők és hitetlenek ajándékaiból gyűlt össze, Mohamed életmódja egyszerű maradt. Három szen-



vedélyt azonban megengedett magának: a jó ételeket, a drága il-latszereket és a nőket. Hite szerint Allah azzal a kiváltsággal ruházta fel őt, hogy korlátlan számú nővel köthessen házasságot. Kívánsága annyira hajtotta, hogy kedvenc felesége, Aisha (613–678) pl. hét éves volt, amikor kiszemelte, és kilenc éves, amikor az 52 éves próféta elvette. Mohamed, tíz évvel a Medinába való költözése után még egyszer elzarándokolt a Kábához, ahol elvégezte a vallási rítust, majd röviddel hazatérése után, egy Bizánc elleni hadjáratra készülve, 632-ben, 62 évesen meghalt.

A Korán

A Korán az iszlám vallás fő forrása, amit Allah Mohameden keresztül üzent. Mohamed 23 éven át kapott kinyilatkoztatásokat, ezeket jegyezték föl a próféta tanítványai (Mohamed ugyanis állítólag írástudatlan volt). Arab nyelven íródott, és úgy tartják, hogy csak ezen a nyelven hiteles a Korán. A mai napig minden muzulmán arabul olvassa a Koránt még akkor is, ha nem tud arabul, és nem érti a szöveget. Bármilyen nyelvű fordítást csupán értelmezésnek tekintenek.

Az *al-Qu'ran* arabul kihirdetést, felolvasást, recitálást jelent. A Korán prózában írott, szövege ritmikus. 114 fejezetből (szúrából) áll, melyek verseket tartalmaznak. A fejezetek a kinyilatkoztatás sorrendjében vannak elhelyezve, tehát a legrégebbi fejezet a 114-

es, ami Korán végén található, a legújabb pedig az első fejezet, ami a Korán elején. Terjedelmét tekintve az újabb fejezetek a leghosszabbak, tehát a Korán elején levő fejezetek akár 200-nál is több versből állnak, míg a régi, a korán végén levő fejezetek a legrövidebbek: csupán 4–5 vers a terjedelmük. **Tartalmát illetően a Korán rendezetlen.** A szúrákban keverten találhatunk elbeszélő, intő-figyelmeztető és törvény jellegű szövegrészeket, amelyek nem feltétlenül függenek össze egymással.

kívül nincs más isten, betiltotta a bálványimádást és hirdette az ítélet napját. Mohamed szoros kapcsolatot tartott a Jatrib városában élő zsidókkal, és sok szokást átvett tőlük: a böjtöt, a Jeruzsálem fele fordulást ima közben, a rituális tisztálkodást, a tiszta és tisztátalan ételek fogalmát, a körülmetélést.

Mohamed abban reménykedett, hogy a zsidók lelkesedni fognak az ő vallása iránt, azonban csalódott bennük, amikor rájött, hogy a zsidók nem fogadják el olyan prófétát, aki nem zsidó.

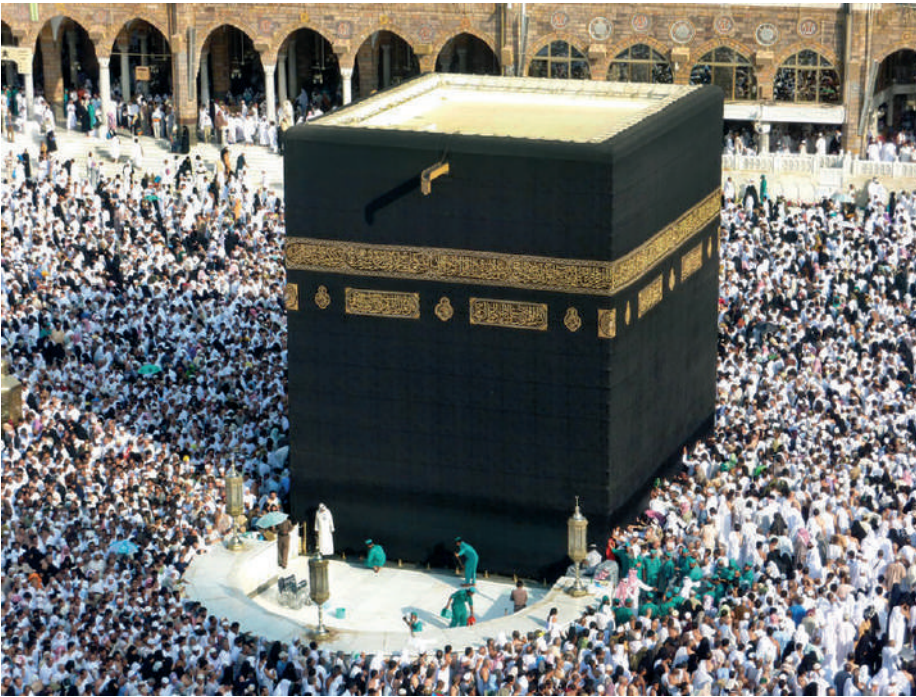


Az iszlám központja: Maszidsid al-Haram, a Kába-szentély köré épült mekkai Nagymecset Szaúd-Arábiában

Mohamed tanai

Az ősi arabok politeisták voltak, vagyis több istent imádtak. Főistenük Allah volt, további főbb isteneik pedig al-Uzzá, Allát és Manát. Emellett imádtak égitesteket, természetfeletti erőt tulajdonítottak a köveknek, gyakorolták a csillagjóslást. Mohamed volt az, aki az iszlám vallás ma ismert hitrendszerét megalapozta. Megtanította őket arra, hogy Allahon

Hitélete elején még azt vallotta, hogy a keresztények is lényegében ugyanazt tanítják amit ő, viszont később, amikor alkalma nyílt megismerkedni az Ó- és Újtestamentum részleteivel, elhárította magát tőlük. Hite szerint az Isteni személy csak egyetlen formában létezhet, nem fogadta el a szentháromság tanát. Azt is tagadta, hogy Jézus Isten fia lett volna, mert Istennek, vagyis Al-



A Kába-szentély a Hadzs idején

lahnak mindene megvan, nincs szüksége semmire, feleségre és fiúnemzésre sem (ő úgy értette, hogy a Biblia szerint Jézus az Atyától és Máriától származott, nemzés által). A szentháromság tanát tehát nemcsak tévesen ismerte, hanem primitív értelmezéssel vizsgálta. Istennek három személyiségét nem az Atya, a Fiú és a Szentlélek személyében fogta fel, hanem az Atya, a Fiú és Mária személyében. Istent egy közömbös (kény)úrnak képzelte el, aki kedve szerint jutalmazza meg vagy sem a muzulmán embert, és aki *előre elrendeli* az emberek sorsát (fatalizmus).

Így hát felfoghatatlan volt számára egy olyan Isten, aki annyira szeret, hogy alázattal leereszkedik a bűnös emberhez és áldozatot vállal a megmentéséért. A keresztényekkel és zsidókkal folytatott vitáiban sokszor kellemetlen helyzetbe került, mert az ősatyákról és Krisztusról szóló, Koránban leírt elbeszélései különböztek a Biblia történetétől. Pedig Mohamed elismerte a Bibliát, mint szent iratot, és a

Koránban található kijelentéseit állítása szerint ő is isteni sugallat alapján írta. Végül azzal védekezett, hogy a Biblia írói az írás igazi tartalmát titokban tartották, vagy meghamisították.

Ekkorra már annyira megszállárdultak gondolatai, hogy nem is állt szándékában elolvasni a Bibliát. A keresztényeket a zsidókkal együtt hitetleneknek nevezte, és remélte, hogy Isten megbünteti őket hazugságaikért. Tévedésüket abban látta, hogy megtagadják Allah egyedüliségét és megsértik magasztosságát azzal az állítással, hogy fiút nemzett. Ettől függetlenül Jézusnak kivételesen nagy tekintélyt tulajdonított, azonban állítása szerint nem őt feszítették keresztre, hanem valaki mást, aki hozzá hasonlított. Isten magához emelte őt, és majd az ítélet napján a hívők védelmében tanúként fog megjelenni.

Az iszlám vallásnak hat tétele van:

- **Az egyistenhit:** Allah az egyetlen Isten, csakis ő méltó az imádatra.

- **Próféták és szentek:** Egyenrangú prófétáknak tekinti a Bibliából ismert Ádámot, Noét, Ábrahámot, Jóbót, Lótót, és szinte az összes ótestamentumi ősatyát és prófétát, mellettük Keresztelő Jánost és Jézust is. Mohamedet tekinti utolsó, és legnagyobb prófétának.

- **Isten beszél:** Allah minden időben kinyilatkoztatta szavát: például Mózesnek a Tórát, Dávidnak a Zsoltárokat, Jézus által az evangéliumot, végül pedig Mohamednek a Koránt. Ez utóbbi érvénytelenné teszi a többi, mert a korábban kinyilatkoztatott könyvek az idők során veszítettek hitelességükből, illetve hozzáadtak részeket.

- **Angyalok és dzsinnek:** Az angyalok Allah szolgái, akik nem rendelkeznek szabad akaratallal. Az iszlám vallás nem ismeri el az elbukott angyalok létezését, ezek helyett dzsinnekben hisz, akik rendelkeznek szabad akaratallal, így lehetnek jók vagy rosszak.

- **Végső Nap:** Az iszlám vallásban központi helyet foglal a Végső Nap, amelyen Allah minden ember felett ítéletet mond. Angyalok fogják megvizsgálni az embert, és Allah könyörületességétől függően jutalmat vagy büntetést nyer a Paradicsomban, illetve a Pokolban.

- **Elrendelés:** Az iszlám elfogadja a szabad akarat létét, azonban azt tanítja, hogy Allah előre megírt mindent, ami történt, vagy történni fog, és az egyes emberek sorsát is előre megszabta.

Akárcsak a hittan, a kötelességekről szóló tan is a Bibliából és a zsidó vallásból ered, eltorzítva. Mohamed, hitélete kezdetén át-

vette a zsidók szokásait, beleértve a Jeruzsálem fele fordulást imádkozáskor. Ám a zsidókban való csalódása után saját ízlése szerint módosította ezeket az átvett szokásokat: imádkozás Mekka felé Jeruzsálem helyett, böjtölés Ramadán hónapjában a Jóm Kippur helyett. Újraértelmezte korábbi kinyilatkoztatásait, Ábrahámot a muzulmánok atyjának nevezi meg, igazi fia nem Izsák, hanem Izmáel. De ezzel nem elégedett meg Mohamed, hanem bosszúból végül kiirtotta egykori barátait, a jatribbéli zsidókat, a Koránban pedig e népet hamis váddal illette:

„A zsidók azt mondják: Ezsdrás Allah fia. ... Ezt mondják a szájukkal. Ez hasonlít azoknak a beszédéhez, akik korábban hitetlenek voltak. Allah átka legyen rajtuk! Hogy fordulhatnak el ennyire az igazságtól?!” (Korán, 9. szúra 30. vers.)

A Korán a zsidók szemére veti azt is, hogy állítólag szent írásaikból kitörölték a Mohamed eljövételét hirdető részeket.

Íme tehát az iszlám gyakorlatának követelményei (az iszlám öt alappillére):

❖ **A hitvallás (saháda):** miszerint Allah az egyedüli isten, Mohamed az ő prófétája.² Naponta elmondják, része a napi öt rituális imának is.

❖ **A rituális ima (szalát):** naponta ötször Mekka felé fordulva, összesen 34-szer kell

leborulni és elmondani a betanított imát arab nyelven.

❖ **A böjt (szaum):** évente egyszer egy hónapig (a Ramadán hónapjában) böjtölni kell napkeltétől napnyugtáig.

❖ **A jótékonykodás (zakát):** a muzulmán ember évente egyszer vagyonának 2,5 százalékát a szegényeknek adja a Ramadán hónap végén.

❖ **A zarándoklat (haddzs):** életében legalább egyszer a muzulmán férfinak, ha csak van rá lehetősége, el kell zarándokolnia Mekkába. A nők is mehetnek, de számukra nem kötelező.

Következtetés

A kötelességekről szóló tan miatt az iszlám vallás egy törvényalapú (avagy legalista) vallás. Vagyis az ember a telje-

nyös, azonban a hívő nem lehet bizonyos személyes sorsát illetően. A muzulmán ember csak *reméli*, hogy bejut a paradicsomba, *insallah*, vagyis „ha Allah is úgy akarja.”

Insallah

In sáa l-Láh (vagy: 'in sa'a Allah) : ha Isten akarja (szó szerint, arabul).

A muzulmánok, és egyéb vallású, arab nyelvet beszélők ezáltal fejezik ki azt, hogy Isten (Allah) akarata nélkül semmi sem történik.

A Korán 18-ik szúrájának eme kifejezése szállóigévé vált a muzulmánok számára. Ez a „ha” bizonytalanságban tartja a muszlim embert, ami arra készíti őt, hogy ne legyen könnyelmű, hanem komolyan vegye az iszlám tanításait. Mohamed egyik harcostársa és közvetlen utóda, Abu Bakr (573–634), az első kalifa például ezt mondta halála előtt lányának, Aishának, Mohamed kedvenc feleségének:

„Ah, kedves lányom, ez a nap szabadulásom napja, amikor elnyerem jutalmamat. Ha ez öröm lesz, akkor örökké tart, ha bánat és szenvedés, akkor sohasem szűnik meg.”

Ilyen bizonytalanság gyötörte hát azt az embert is, aki Mohamed után az iszlám történelem legvallásosabb embere volt, és akinek a pró-

féta azt ígérte: „Te megmenekülsz a tűztől.” Valójában a muzulmán sohasem tudja, Isten megbocsátt-e neki.

De mi a helyzet velünk? Ami minket, keresztényeket illet, a mi életünkben is létezik egy „ha”, vi-



A Kába keleti falába illesztett, ezüst foglalatú Fekete Kő

sítményével **érdemli ki** az üdvösséget.

„Ami jót előreküldtök magatoknak, azt jobban és nagyobb fizetség képében meglátjátok majd Allahnál” – olvasható a 73-ik szúra 20-ik versében. A muszlim hit szerint a jó cselekedet elő-

² Arabul: „Ashadu an la ilaha illa illah, wa ashadu anna muhammadan rasul ullah.” Szó szerint: „Vallom, hogy senki sem méltó imádatra, csak Alláh, és vallom, hogy Muhammad az Ő hírnöke.”

szont ez a feltétel nem Istennél van, hanem nálunk.

„Ha megvalljuk bűneinket, hű és igaz, hogy megbocsássa bűneinket, és megtisztítson minket minden hamisságtól.” (1 János 1:9)

A Biblia Istene a szövetség Istene. Isten a teremtés óta számos ígéretet tett, és mindig hű volt népéhez. Ez teljesen idegen a Korán Allahjától. Allah olyan fenséges, hogy **ő nem kötelezheti el magát**. Ő mindenható, semmi nem szab neki határt, így **saját szavát is megszegheti**. Ebből kifolyólag a muszlim ember is hazudhat, ha ezzel az iszlám ügyét szolgálja.

A Korán Allahot ezzel a hat jellemzővel ruházza fel:

- Egyedül való,
- Teremtő,
- Irgalmas,
- Büszke,
- Szuverén,
- Bosszúvágyó,
- Bíró.

A keresztény olvasónak feltűnhet, hogy ebből a jellemzésből **hiányzik a szeretet**. A Biblia Istene azonban „az irgalom Atyja” (2 Korintus 2:3) és „minden kegyelem Istene” (1 Péter 5:10). „Türelme hosszú, szeretete nagy.” (Zsoltár 103:8).

Fiát nem kímélve, elküldte Őt, hogy magára vegye bűneinket:

„Úgy szeretete Isten a világot, hogy egyszülött Fiát adta, hogy aki hisz őbenne le ne vesszen, hanem örök élete legyen.” (János 3:16)

Ő a szeretet Istene:

„Aki nem szeret, nem ismerte meg az Istent, mert az Isten szeretet.” (1 János 4:8)

Mindnyájunk üdvösségére vágyik:

„(Az Úr) hosszan tűr értünk, nem akarván, hogy némelyek elveszenek, hanem hogy **mindenki** megtérésre jusson.” (2 Péter 3:9)

Az iszlám vallás szerint azonban Allahnak a kifürkészhetetlen kedvétől függ az, hogy a bűnösnek megkegyelmez-e vagy sem. Sőt, a bűnt is ő olthatja bele az emberbe:

„Vajon igaz útra akarjátok vezetni azokat, kiket Allah tévelygésbe vitt? Akit Allah tévelygésbe vitt, annak soha nem találsz utat.” (4. szúra 88. vers).

Másrészt, Allah szándéka mindig rejtve van, ellenben Istenről így ír a Biblia:

„Mert nálad van az élet forrása, a te világosságod által látunk világosságot” (Zsoltár 36:10).

Allah = Elohim/Jahwé?

Mohamed állította ugyan, hogy Allah az egyedüli isten, de ő valóban a Biblia Istene lenne, akit a keresztények imádnak? Az „isten” szó arabul így hangzik: ilah. Az Allah név az al-ilah (magyarul „az isten”) kifejezésből jött létre.

Ez arra az istenre utal, akinek zarándokhelye a Kábában található. A Korán lapjai azonban bizonyítják, hogy az ott bemutatott Allah nem lehet ugyanaz az Isten, akiről a Biblia ír, hiszen a két jellem között lényeges eltérés fedezhető fel.

Ezt érzékelik a **kereszténységre áttérő** arabok is: amikor a Biblia Istenéről beszélnek, többé már nem Allahként említik, hanem „Rabb”-ként (magyarul „Úr”). A Koránban levő Allah valójában nem más, mint az ősi arab főisten, akit Mohamed felruházott a Biblia



A medinai Al-Masdzsid an-Nabawi (a Próféta Mecsete): itt van Mohamed próféta nyughelye

Istenének néhány tulajdonságával. Az ott leírt Allah csak részben hasonlít ahhoz az Istenhez, akiben a keresztény világ hisz, ezért nem helyes az a ma egyre divatosabb vélemény, miszerint a keresztények és a muszlimok **ugyanazt** az Istent imádják.

Sokan gondolják azt, és a muzulmánok maguk is vallják, hogy az iszlám tiszteli Jézust, ellenben e vallás Jézus Krisztusnak két alapvető tulajdonságát tagadja: Jézus

isteni voltát (azaz, Szentlélektől való születését), és engesztelő halálát. Jézus haláláról a Korán azt tanítja, hogy amikor a zsidók megakarták őt ölni, Allah túljárt az eszükön, és gondoskodott arról, hogy Júdás hirtelen úgy nézzen ki, mint Jézus, így a zsidók végül Jézus helyett Júdást feszítették a keresztre.

A Biblia szerint azonban Jézus Krisztus isteni volta és kereszthalála az a két oszlop, amin a bűnös ember szabadulása alapszik. Ő az „Isten Báránya” (János 1:29), aki „életét halálra adta” (Ézsaiás 53:12), és „a halál által megsem-



Muzulmán nők Isztambulban

misítette azt, akinek hatalma van a halálon, tudniillik az ördögöt.” (Zsidók 2:14) Ha Krisztus nem halt volna meg a bűnös emberért, akkor nem lenne lehetőség bűnbocsánatra.

Ennek tagadásával tehát az iszlám olyan vallás, amely (egyes hasonlóságok ellenére) ellenkezik a kereszténység alapvető tanításával.

Imádkozzunk hát a muzulmán világért, és azért, hogy muzulmán felebarátaink számtalan milliói is megismerjék a valódi Krisztust, és befogadják szívük-

be – velünk együtt – a szeretet Istenét.

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

Bibliográfia

Helmut von Glasenapp: Az öt világvallás, Gondolat Kiadó, Budapest, 1981

Benedikt Peters: Világvallások, Evangéliumi Kiadó, Budapest 2005.

Korán, Serdián Miklós György fordítása, 2014.

Egyéb, internetes oldalak.

László Attila, Kolozsvár

Függelék

Végezetül pedig tekintsük át az iszlám és a Biblia hasonló tanításait, felemlítve az eltéréseket is.

Mindkettő:

– az egy, Teremtő Istent vallja (ám az iszlám elutasítja a Szentháromságot).

– hisz abban, hogy halálunk után egy napon feltámad minden test, és akkor, az ítélet napján (arabul Yawm ad-Din, héberül Yom ha-Din) Isten ítélőszéke elé kell állunk.

– szerint egyetlen élet alatt dől el sorsunk (nincs reinkarnáció – legalábbis a muszlimok jó része szerint. Egy kisebbség azonban, mint a siiták és a drúzok, hisznek a lélekvándorlásban).

– kéri a hit terjesztését, a rendszeres imát, s a vallás szent könyvének olvasását (csakhogy, mivel a Koránt csak arabul tartják valódinak, így számos, arabul nem tudó muzulmán anélkül olvassa és tanulja meg kívülről a Korán szúráit, hogy értené azokat).

– hisz a Biblia ihletett voltában, ám a muzulmánok szerint a kezdeti, ihletett szavakat később megváltoztatták. Ekként a Biblia tanítása ma már csak annyiban fogadható el, amennyiben meg-egyezik a valódi, tökéletes kinyilatkoztatást tartal-mazó Korán tanításával.

– az embereket egyenrangúnak tartja (nincs kasztrendszer).

– hisz Jézus létezésében (ám a Korán Jézust csak egy embernek, egy prófétának tartja. A legna-gyobb próféta Mohamed).

– Ádámot és Évát, s ugyanígy Ábrahámot, Izsá-kot, Jákóbot és Mózeszt, és számos egyéb bibliai szereplőt valódi, történelmi személyeknek tart, sőt ezen utóbbi négyet prófétáknak ismeri el. Ugyan-akkor a Korán szerint Ábrahámnak nem Izsákot, hanem Izmáelt kellett a Mórija hegyén áldozatul vinnie.

– hisz az üdvözültek örök életében és boldog-ságában (habár a muzulmán Paradicsom eltér a bibliaitól).

– kéri a szegények megsegítését.

– elítéli az alkohol és egyes tisztátalan állatok fo-gyasztását. A Biblia tiltja a disznóhúst (3 Mózes 11), és a vizekből csak a pikkelyes-uszonyos halakat le-het megenni, ám a Korán, habár a disznót tiltja, de engedélyezi a rákok, kagylók megevését, s ugyan-így a Bibliában tiltott tevéét is.

– elítéli a paráznaságot (pl. a hinduizmussal s számos ókori vallással ellentétben nem létezik kul-tikus paráznaság sem), de engedélyezi a többne-jűséget.

– hisz az angyalok létezésében. Ugyanakkor a démonok az iszlámban nem fellázadt angyalok, hanem a rossz dzsinnek (szellemek).

– vár egy eljövendő Messiásra – az iszlámban Mahdi (*al-Mahdi: a vezérelt*), vagy Szabadító –, aki felszámolja a földi nyomort és szenvedést, bevezet-ve az egész földön az irgalom és az igazság uralmát.

(J.E.)

A reformáció története (4. rész)

Az északi országok

Hollandia

Hollandiában a pápai zsar-nokság már nagyon korán élénk tiltakozást váltott ki. Hétszáz év-vel Luther kora előtt két püspök bátran megbélyegezte a római pápát. E két püspök követként járt Rómában, és alkalmuk volt megismerni a Szentszék valódi arcát.

Századról századra mások is felemelték tiltakozó szavukat. Azok a korábbi, különféle neve-ken ismert tanítók, akik bejárták a különböző országokat, és akiknek jelleme a valdens misszionáriu-sok jellemét tükrözte, mindenhol hirdették az evangéliumot. Hol-landiába is eljutottak. Tanításaik rohamosan terjedtek. A valdens Bibliát vers formában lefordítot-ták holland nyelvre.

A Biblia „nagy előnye – jelen-tették ki –, hogy nem élcelődik, nincs benne mítosz, komolyta-lanság, megtévesztés, hanem az igazság szavát tartalmazza. Az igaz, hogy itt-ott kemény, de a jó és szent dolgok velejét és zama-tát könnyen fel lehet benne fe-dezni.”¹

Ezt írták az ősi vallás hívei a XII. században. Ekkor kezdte el Róma az üldözést. De a máglyák és kínzások ellenére a hívők szá-ma egyre növekedett, akik rendít-hetetlenül hirdették, hogy a Biblia a vallás egyetlen csalhatatlan te-kintélye. „Az embert nem szabad arra kényszeríteni, hogy higgyen,

¹ Gerard (Geeraert) Brandt (1626–1685): History of Reformation and About the Low Countries. 1. kötet, 14. oldal

hanem prédikálással kell meg-nyerni.”

Menno Simons (1496–1561)

Hollandiában Luther tanítá-sai kedvező talajra találtak, és buzgó, odaadó emberek pré-di-kálni kezdték az evangéliumot. Menno Simons is az egyik hol-land tartományból származott. Római katolikus nevelésben ré-szesült, és pappá szentelték, de egyáltalán nem ismerte a Bibliát. Nem is akarta olvasni, mert félt, hogy eretnekké teszi. Amikor önkéntelenül kételkedni kez-dett az átlényegülés tanában, e kételyben Sátán kísértését látta. Imával és gyónással igyekezett megszabadulni tőle, de hiába. Kicsapongással próbálta elhall-gattatni lelkiismeretének vádoló szavát, de nem sikerült. Egy idő után kutatni kezdte az Újtesta-mentumot. Az Újtestamentum és Luther írásainak olvasása

nyomán elfogadta a reformált vallást. Nem sokkal ezután egy szomszédos faluban tanúja volt egy ember lefejezésének, akinek azért kellett meghalnia, mert újra megkeresztelkedett. Mennot ez az eset arra készítette, hogy keresse meg a Bibliában a gyermekkeresztségről szóló tanítást, de nyomát sem találta. Azt azonban látta, hogy a Szentírás szerint a keresztség feltételei: a bűnbánat és a hit.

Menno kilépett a katolikus egyházból, és életét a felismert igazságok tanítására szentelte. Időközben mind Németországban, mind Hollandiában fanatikus emberek léptek fel. Képtelen és lázító tanokat hirdettek, amelyek sértették a rendet és az illendőséget. Erőszakoskodtak és lázítottak. Menno látta, hogy ezek a mozgalmak milyen szörnyűségekhez fognak vezetni. Erélyesen elítélte a fanatikusok téves tanításait és eszelős elgondolásait. Sokan voltak azonban olyanok, akiket a fanatikusok megtévesztettek ugyan, mégsem fogadták el a veszedelmes tanokat. A kereszténység ősi formájának még sok hitvallója volt; ez a valdens tanítások gyümölcse. Menno nagy buzgalommal és jó eredménnyel dolgozott köztük.

Huszonöt éven át utazgatott feleségével és gyermekeivel. Súlyos nehézségeket viselt el, és sokat nélkülözött. Sokszor még az élete is veszélyben volt. Bejárta Hollandiát és Észak-Németországot. Főként az egyszerűbb néposztályok között dolgozott, de befolyása



Menno Simmons. Cristopher van Sichem metszete, 1610

sokfelé kiterjedt. Tehetséges szónok volt, jóllehet nem sok iskolát járt. Rendíthetetlenül becsületes, alázatos, szelíd, őszintén és mélységesen vallásos volt, saját életével példázva azokat az elveket, amelyeket tanított. Bizalmat ébresztett az emberekben. Követői szétszórta és elnyomásban éltek. Sokat szenvedtek, mert ösztetévesszítették őket a fanatikus anabaptistákkal. De azért Menno munkája nyomán sokan megtértek.

Elnyomás a spanyol és Habsburg uralom alatt

Sehol sem tárták szélesebbre a kaput a reformált tanok előtt, és kevés országban álltak ki követői szörnyűbb büntetést, mint Hollandiában. Németországból V. Károly kitiltotta a reformációt, és örömmel küldte volna a reformált vallás minden követőjét a máglyára. De a fejedelmek bátran szembeszálltak önkényeskedésével. Hollandiában Károlynak nagyobb hatalma volt, és egyik üldöző rendeletet a másik után adta ki. A Biblia olvasása, hallgatása és prédikálása, sőt a róla való beszélgetés is máglyahalált vont maga után. Azért is halálbüntetés járt, ha valaki titokban Istenhez imádkozott, vagy nem hajtott térdet a bálványok előtt, vagy zsoltárt énekelt. Még az is halál fia volt, aki megtagadta „tévelygését”. Ha férfi volt, kard által halt meg; ha nő, élve eltemették. V. Károly és II. Fülöp uralkodása alatt ezrek pusztultak el.

Egyszer például egy egész családot állítottak az inkvizítorok elé azzal a váddal, hogy nem mentek



Egyesült államokbeli mennonita család a mennoniták Amish-ágából (Jacob Ammann követői)

el a misére, hanem otthon imádkoztak. Amikor arról faggatták őket, hogy mit csinálnak titokban, a legfiatalabb fiú így válaszolt:

„Térdre esünk, és azért imádkozunk, hogy Isten világosítsa meg lelkünket, és bocsássa meg bűneinket. Imádkozunk uralkodónkért, hogy uralkodása szerencsés legyen, és élete boldog; imádkozunk magisztrátusainkért, hogy Isten óvja meg őket.”

A bírák közül néhányan mélyen megrendültek. Mégis az apát és egyik fiát máglyára ítélték.²

Az üldözők dühe olyan nagy volt, akárcsak a mártírok hite. Nemcsak férfiak, hanem törékeny asszonyok és fiatal lányok is rendíthetetlen bátorságról tettek bizonysgot. „Feleségek a férjük máglyája mellé álltak, s miközben azok tűzhalált szenvedtek, vigasztaló szavakat mondtak nekik, vagy zsoltárokat énekeltek, hogy bátorítsák őket.” „Fiatal nők feküdtek élve a sírba, mintha csak éjszakai nyugovóra térnének, vagy indultak a vesztőhelyre a legszebb ruhájukban, mintha menyegzőjükre mennének.”³

Miként abban az időben, amikor a pogányság meg akarta semmisíteni az evangéliumot, a keresztények vére most is magvetés volt.⁴ Az üldözés növelte az igazság tanúinak számát. A nép tántoríthatatlan elszántságától feldühödött császár évről évre kegyetlenebb volt, de hiába. A nemes lelkű Orániai Vilmos (1533–1584) uralkodása alatt a forra-

dalom végül azt eredményezte, hogy Hollandia népe szabadon imádkozhatta Istent.

Dánia

Hans Tausen (1494–1561)

Piedmont hegyei között, Franciaország alföldjein és Hollandia



Hans Tausen szobra, Ribe, Dánia

partvidékén az evangélium előrehaladásának útját követőinek vére jelezte. Az északi országokban azonban békés fogadtatásra talált az evangélium. Skandináviába a Wittenbergből hazatérő

diákok vitték a reformált vallást. Luther írásainak kiadása nyomán a világhosszág tovább terjedt. Észak egyszerű, edzett népe elfordult Róma romlottságától, pompájától és babonáitól, és örömmel fogadta a Biblia tisztaságát, egyszerűségét és életadó igazságait.

Hans Tausen, „Dánia reformátora” parasztfiú volt. Már korán bizonyosságát adta éles eszének. Tanulni vágyott, de szülei körülményei ezt nem tették lehetővé. Ezért kolostorba vonult. Tiszta életével, szorgalmával és megbízhatóságával megnyerte a rendfőnök jóindulatát. A vizsgáztatáskor kiderült, hogy olyan képességei vannak, amelyekkel egyszer majd jó szolgálatot tehet az egyháznak. Lehetőséget kapott arra, hogy valamelyik német vagy holland egyetemen tanuljon. Az ifjú diák maga választhatott e két ország egyetemei között, egy kikötéssel, hogy Wittenbergbe nem mehet. Az egyház diákját nem veszélyeztetheti az eretnenség mérge – mondták a szerzetesek.

Tausen Kölnbe ment, amely akkor – mint ahogy ma is – a katolicizmus egyik bástyája volt. Itt hamar megundorodott a teológusok miszticizmusától. Ez idő tájt hozzájutott Luther írásaihoz. Csodálkozva és élvezettel olvasta őket, és nagyon szeretett volna közvetlen a reformátortól tanulni. Ha ezt teszi, kockázatot vállal, mert megsérti kolostorbeli felettesét, és elveszti támogatását. De csakhamar döntött, és nem sokkal ezután beiratkozott a wittenbergi egyetemre.

Amikor visszatért Dániába, ismét abba a kolostorba vonult, ahonnan elindult. Senki sem gyanította, hogy Luther követője lett.

² James A. Wylie: The History of Protestantism, 18. kötet, 6. fejezet.

³ Ugyanott.

⁴ Lásd: Tertullianus: Apologetika, 50. bekezdését.

Nem árulta el titkát, de igyekezett társait – előítéletük felkeltése nélkül – tisztább hitre és szentebb életre vezetni. Feltárta előttük a Bibliát, és megmagyarázta igazi értelmét. Végül pedig Krisztusról prédikált, aki a bűnös igazsága és üdvösségének egyedüli reménye. A rendfőnök, aki abban reménykedett, hogy Tausen Róma bátor védelmezője lesz, mérhetetlen haragra gerjedt. Azonnal átvitték Tausent egy másik kolostorba. Bezárták egy cellába, és szigorúan szemmel tartották.

Új őrzőinek rémületére nem-sokára számos szerzetes a protestantizmus hívének vallotta magát. Tausen a cella rácsain keresztül megismertette társaival az igazságot. Ha ezek a dán atyák tudták volna, mi az egyház szándéka az eretnekséggel, Tausen többé nem hallathatta volna hangját. De ahelyett, hogy eltemették volna valamelyik földalatti börtönben, elűzték a kolostorból. Most már nem volt hatalmukban. Egy éppen akkor kiadott királyi rendelet védelmet biztosított az új tan hirdetőinek. Tausen prédikálni kezdett. A templomok kinyíltak előtte, és az emberek özönlöttek prédikációira. Mások is prédikálták Isten Igéjét. A dán nyelvre lefordított Újtestamentum szélteben-hosszában terjedt. Bár a katolikusok ennek megghiúsítására törekedtek, erőfeszítéseik mégis e munka kiterjesztését eredményezték, és Dánia csakhamar hitet tett a reformált vallás mellett.

Ami Norvégiát illeti: e terület akkoriban a dán korona fennhatósága alá tartozott. Itt nehezebben bontakozott ki a reformáció, ám a dán reformátorok segítségével 1550 után itt is valódi reformok zajlottak le, és győzött a reformáció lutheri ága.

Svédország

Olaf és Laurentius Petri

Svéd ifjak, akik Wittenberg kútjából ittak, elvitték az élet vizét honfitársaiknak. Ketten a svéd reformáció vezetői közül, (latinosan) Olaf és Laurentius Petri (eredeti nevükön Olaf Persson, 1493–1551, és Lars Persson, 1499–1573), egy orebroi kovács fiai, akik Luther és Melanchton tanítványai voltak, a megtanult igazságot szorgalmasan továbbadták. Akárcsak a nagy reformátor, Olaf is felrázta a népet lelkesedésével és ékesszólásával. Laurentius pedig, miként Melanchton, művelt, meggondolt és higgadt volt.

Mindketten buzgó, nagy teológiai tudású, kegyes emberek voltak. Rendíthetetlen bátorsággal hirdették az igazságot. A katolikusok támadása nem maradt el. Papjaik nyugtalanságot szítottak a tudatlan, babonás nép között. Olaf Petrit gyakran megtámadta a csöcselék, és több alkalommal épp hogy csak megmenekült. E reformátorokat azonban a svéd király, I. Gusztáv (Gustav Erikson Vasa, 1496–1560) pártfogolta és védte.

A római egyház uralma alatt a nép elnyomásban élt, és elszegényedett. Nem volt Bibliájuk. És mivel pusztán szimbólumokból és szertartásokból álló vallásuk volt, amely nem gyújtott világosságot lelkükben, visszatértek

pogány elődeik szokásaihoz és babonás hiedelmeihez. A nemzet civakodó pártokra oszlott. A folytonos viszálykodás növelte mindnyájuk nyomorát. A király reformációt akart mind az államon, mind az egyházon belül, és örömmel fogadta e jó képességű emberek segítségét a Róma elleni harcában.

A svéd királynak és vezető embereinek jelenlétében Olaf Petri



Olaf Petri (Persson) szobra a Storkyrkan templom előtt, Stockholmban



Olaf és Lars Persson templom, Orebro, Svédország

megvédte a reformált vallás tanításait Róma képviselőivel szemben. Kijelentette, hogy az egyházatyák tanításait csak akkor szabad elfogadni, ha megegyeznek a Szentírással; hogy a Biblia olyan világosan és egyszerűen tárja fel az alapvető hitelveket, hogy mindenki megértheti őket. Krisztus ezt mondta: „Az én tudományom nem az enyém, hanem azé, aki küldött engem” (János 7:16). Pál pedig kijelentette, hogy átkozott lenne, ha bármilyen más evangéliumot hirdetne, mint amit kapott (Gal. 1:8).

„Akkor hogyan merészelnek mások kényük-kedvük szerint dogmákat csinálni – mondta a reformátor – és azt mondani, hogy ezeknek a megtartása szükséges az üdvösséghez?”⁵

Bebizonyította, hogy az egyház rendelkezései nem érvényesek, ha ellenkeznek Isten parancsolataival. Képviselte a nagy protestáns elvet, amely szerint „a



Gusztáv Adolf-emlékmű a breitenfeldi csata helyszínén (Gustav Adolph, Christ und Held - keresztény és hős)

Biblia és csakis a Biblia” a hit és a gyakorlat egyedüli mércéje.

Ezen az összecsapáson, jóllehet kevésbé ismert helyen folyt, kiderült, hogy „milyenek azok az emberek, akik a reformátorok segédek közkatónái. Nem írástudatlan, szűk látókörű, nagyhangú, vitatkozó emberek voltak. Távolról sem. Olyan emberek voltak, akik Isten Igéjét tanulmányozták, és jól tudták, hogyan kell forgatni azokat a fegyvereket, amelyekkel a Biblia arzenálja ellátta őket. Műveltségben megelőzték korukat. Ha figyelmüket csupán olyan ragyogó központokra irányítjuk, mint Wittenberg és Zürich, és oly illusztris nevekre, mint Luther és Melancthon, Zwingli és Oecolompadius, hajlamosak vagyunk azt mondani, hogy ők a mozgalom vezetői voltak, akiktől természetesen bámulatos képességek és nagy vívmányok várhatók, de ugyanez nem várható el a közkatónáktól. Nos, forduljunk csak Svédország ismeretlen színtere felé, és vizsgáljuk a kevésbé híreseket, a mesterektől a tanítványokig! Olaf és Laurentius Petrit! És mit találunk? Tudósokat és teológusokat, olyan embereket, akik jól ismerték az evangéliumi igazság egész rendszerét, és akik könnyűszerrel legyőzték az iskolák szofistáit és Róma méltóságait.”⁶

E vita eredményeképpen a svéd király elfogadta a protestáns vallást, és nem sokkal ezután a nemzetgyűlés is (a vasteras-i országgyűlésen, 1527-ben) állást foglalt mellette. Olaf Petri 1526-ban lefordította az Újtestamentumot a svéd nyelvre, majd később, a király kívánságára a két testvér vállalkozott az egész Biblia lefordítására is. A munka 1541-re fejeződött be. Így a svédek most

⁵ Wylie, 10. kötet, 4. fejezet.

⁶ Wylie, ugyanott.

először kaphatták anyanyelvükön kezükbe Isten Szavát.

Az országgyűlés pedig a következő rendeletet hozta: a lelkészeknek országszerte magyarázniuk kell a Szentírást; a gyermekeket az iskolában arra kell tanítani, hogy olvassák a Bibliát. Az evangélium áldott világossága feltartóztathatatlanul és biztosan eloszlatta a tudatlanság és babonáság sötét-ségét. A katolicizmus zsarnoksága alól felszabadult nemzet olyan erős és nagy lett, mint soha azelőtt. Svédország a protestantizmus egyik védőbástyájává vált.

Egy évszázaddal később, a legnagyobb veszély idején, ez a kicsi és mindeddig gyenge nemzet az egyetlen volt Európában, amely segédkezet mert nyújtani, és a harmincéves háborúban iszonyatos



**Gusztáv Adolf svéd király.
Jacob Hoefnagel festménye**

harcot vívó protestáns németek megszabadítására sietett. Úgy tűnt,

hogy már-már egész Észak-Európa újra Róma zsarnoksága alá kerül. Ekkor a II. Gusztáv Adolf (1594–1632) király vezette svéd seregek átkeltek a Balti-tengeren, és több csatában segítették a németeket abban, hogy határt szabjanak a pápaság sikereinek, türelemre bírja a protestánsok – mind a kálvinisták, mint a lutheránusok – iránt. Nekik köszönhető, hogy a reformációt elfogadó országok visszakapták a lelkiismereti szabadságot.

A fenti cikk **Ellen G. White: A nagy küzdelem** című könyvének (Advent Kiadó, Budapest, 1986) 13. fejezete alapján készült, további, internetes oldalak felhasználásával.

Összeállította:
Jancsó Erik

Függelék

A breitenfeldi csata (1631. szeptember 17.)

Ez volt a harminc éves háború első fontos protestáns győzelme. 23 ezer svéd és 16 ezer szász állt szembe a Katolikus Liga és a Német Római császárság 37 ezres seregével, a Lipcse melletti Breitenfeldnél. A protestánsokat Gusztáv Adolf király, míg a katolikus hadat Johann Tilly marsall vezette, aki addig szinte legyőzhetetlen volt. Tilly a csata után nem sokkal meg is halt, míg a svéd király rá egy évre, a lübecki csatában vesztette életét. A protestáns győzelem eredményeként a protestáns liga újabb szövetségeseikkel erősödött, és Svédország az európai nagyhatalmak közé került.

A harminc éves háború (1618–1648)

Európa történelmének egyik leghosszabb és legpusztítóbb, Közép-Európa területén zajlott konfliktusa, melyben az elején a vallási türelmetlenség, később pedig egyre inkább a politikai érdekek voltak az irányadó. A katolikus hatalmak rendkívüli erőfeszítése volt ez, melyben a reformáció teljes megsemmisítésére törekedtek. Kb. öt-nyolc

millió ember halálával járt – a fegyver, a háború okozta éhségek és a betegségek, járványok miatt. Németország egyes részeiben a lakosság egy harmada alá csökkent.

A protestáns német fejedelemségek oldalán a háború különböző fázisaiban a hollandok, csehek, svédek, dánok, norvégek, sőt az erdélyi seregek is álltak. A katolikus német fejedelemségek szövetségesei a spanyolok meg a Habsburgok voltak, a katolikus magyarokkal együtt. 1635 után a franciák beléptek a protestánsok oldalán (a német–római császárságot gyengítendő), míg a dán–norvég unió átállt a katolikus oldalra. Ugyanakkor Európa számos országából csatlakoztak zsoldosok mindkét félhez. A gonoszság és a mézárulás tetőfokára hágott. Például a breitenfeldi csata előtt pár hónappal, 1631 májusában Magdeburg kifosztása alkalmával a katolikus seregek a 25 ezres lakosság nyolcvan százalékát irtották ki, azaz húszezer embert.

A pusztítások özöne a weszfáliai békével zárult 1648 októberében, melyet Münster és Osnabrück városaiban írta alá a konfliktusban érdekelt felek (összesen 109 küldöttség vett részt, számos európai állam – beleértve a Pápai Államot is –, fejedelemség és érdekcsoport részéről).

Eredmény: a békepontokba foglaltak kijelentették a Német-Római Birodalmon belül a katolikusok és protestánsok jogegyenlőségét. Minden választófejedelemség szabadon megválaszthatta a választását, a *Cuius regio, eius religio* elv alapján. A kálvinizmus bevett vallássá vált a lutheranizmus és a katolicizmus mellett. Hollandia független állammá lett, végre hivatalosan is felszabadulva a spanyol és osztrák zsarnokság alól. III. Ferdinánd császár kezéből a választófejedelmekre szállt vissza a birodalom valódi kormányzási joga.

A Vatikán válasza: X. Incze pápa a *Zelo Domus Dei* című bullájában a békeszerződést ekként jellemezte: "Üres, alkalmatlan, kedvezőtlen, igazságtalan, gyalázatos, elvetemült, ostoba, tartalom nélküli és hatálytalan mindörökre."⁷

⁷ Larry Jay Diamond és társai: *World religions and democracy*, 2005. Lásd még a latin eredeti szöveget: *Bula Pontificia adversus Instrumentum Pacis Westphalicae* – 26. Novembris 1648. (A vesztfáliai béke hatálybalépése elleni pontifikális bulla). Forrás: wikisource.org/Zelo_Domus_Dei

Erdélyi Bibliaiskola

Tizenötödik rész: A keresztség

„Avagy nem tudjátok-é, hogy a kik megkeresztelkedtünk Krisztus Jézusba, az ő halálába keresztelkedtünk meg? Eltemettünk azért ő vele együtt a keresztség által a halálba: hogy miképpen feltámasztatott Krisztus a halálból az Atyának dicsősége által, azonképpen mi is új életben járjunk.” (Róma 6:3, 4).

Történet

A pelikánt a múltkori számban is említettük. Ez a hatalmas vízimadár, óriási, rugalmas erszényt visel a csőre alatt. Körülbelül másfél méteres hosszával, 2,5–3 méteres szárnyfeszítávolságával ő a legnagyobb úszóhártyás szárnyas. Ez a csaknem néma, gyorsan úszó madár hatalmas kolóniákban él, amelyek együttműködnek a halfogásban, a táplálékszerzésben.

Az egyik ilyen erős, méltóságos szárnyas hirtelen lecsapott egy afrikai asszonyra, aki csónakjában éppen halat szállított. A megrémült asszony ijedtében úgy ráütött a keze ügyében lévő evezővel a madárra, hogy az állat egyik lába meg a szárnya komolyan megsérült. Albert Schweitzer,¹

akinek a közelben volt az őserdei kórháza, miután értesült az esetről, gondjaiba vette a madarat, aki rövid időn belül felépült, és szabadon eresztették.

Azonban ez a pelikán, amely azelőtt a madárközösség tagjaként a vízben élt, most nem akarta elhagyni az orvost. Kiváló éjjeliórré vált. Erős csőre elijesztett minden arra ólalkodót. Hűségesen vigyázott és védte a doktort. A megmentője iránti hála megváltoztatta a pelikán addigi természetét.

Hiszed-e, hogy Isten iránti szereteted téged is képes megváltoztatni? Képessé tesz, hogy ne a

ránus lelkész, és orvos-misszionárius volt. Életének fő műve az 1913-ban Lambarénében (a mai Gabonban) alapított, több ezer beteg befogadásra alkalmas kórház, és az afrikaiakért végzett szolgálat volt.

gonoszt akard cselekedni, hanem szeress Istennek tetszően élni.

Hagyod-e, hogy Isten új emberré tegyen? Isten megváltoztatja vágyainkat, értékrendünket, viselkedésünket, ha alávetjük magunkat szeretetének. Megteszi értünk azt, amit mi képtelenek vagyunk magunkért megtenni.

Ha megint előlről kezdhetnénk...

„Ha újra kezdeném az életem, mennyire másként élnék!” Hányan mondtunk már ilyeneket! Valójában azonban kevesen szeretnénk csecsemők vagy kisgyerekek lenni, és újra végigtanulni az élet leckéit. Azonban a lélek világában ez nemcsak hogy lehetséges, hanem kívánatos és nagyon hasznos is. A természet világában a születés után elkerülhetetlenül jön a halál, de lelki világban az ellenkezője történik: **a halál után jön a születés!** Isten családjának ajtaja, az újjá születés, az alámerítkezés keresztség által, ami szimbolizálja ezt a születést.

Számos példát találhatunk a Szentírásban az alámerítéses keresztségre. Először is ott van maga Jézus és mások is a korai egyházból. Ezért nem sok kétségünk lehet afelől, hogy miért kell

¹ Alber Schweitzer (1875–1965) elzárszi származású, Nobel-békedíjas luther-



megkeresztelkedünk, hogyan és kinek lehet megkeresztelkedni. Jó néhány ige világos tanítással szolgál a keresztség jelentőségével kapcsolatban, elmondva, hogy mindez a megváltozott élet kezdetét jelenti, nem a végét.

Az alámerítéses keresztség az Isten családjához való tartozás szimbóluma. A keresztség a külső jele, szimbóluma annak, ami a szívben történt. A régi énünk meghal a bűnnek, és újjászületik Jézus Krisztusban.

A vízbe való alámerítés a régi én, vagyis az óember temetését, és az új ember megszületését – az új életre való feltámadást – jelenti, Jézus ereje által.

A halálnak és feltámadásnak ez a nyilvános hitvallása csak akkor történhet meg, ha valakinek az élete **már új irányt vett.** A halál után temetés jön – meghalni az éennek, és **meghalni a korábbi, bűnös életmódnak.**

Új élet – problémamentes élet?

Bár a keresztség meghalás a bűnnek, ez azonban sajnos nem azt jelenti, hogy soha nem fogunk elbotlani azután. De most, hogy újjászülettünk Jézusban, csak bocsánatot kell kérni bűneinkért – nem szükséges hát minden alkalommal alámerítkezni, amikor bűnbe esünk. A keresztség még nem jelenti azt, hogy most már rögtön tökéletesekké váltunk, vagy hogy Sátán többé sohasem fog megkísérteni minket. Jézus is erősen megkísértetett közvetlenül a keresztsége után



Albert Schweitzer és a pelikán

– de ellenszegült Sátánnak, mert teljes szívéből szerette az Atyát, és gyűlölte a bűnt. Ugyanígy kell nekünk is tennünk.

Amikor Jézus felemelkedett a vízből, utána rögtön imádkozott (Lukács 3:21). Ha valamilyen is szükség van az imára, akkor biztosan, amikor eldöntjük, hogy megkeresztelkedve, Isten

népének tagjai, és Krisztus biztonyságtévői leszünk. Így hát kérjük Istent, hogy vezessen és irányítson bennünket az új életünkben.

Keresztség és újjászületés

Mivel a keresztség a temetés szimbóluma (Kolossé 2:12), ezért teljesen alá kell merülni a vízbe.

Temetéskor az egész holttest a föld alá kerül – nem úgy temetnek, hogy szórnak, hintenek egy kis földet a holttestre, hanem a holtat jó mélyre a föld alá temetik. Ezért, mivel a keresztség tulajdonképpen a régi lényünk eltemetése, annak, aki megkeresztelkedik, teljesen alá kell merülnie a vízben.

A kereszten függő lator története (Lukács 23:39–43) azt mutatja, hogy keresztség nélkül is üdvözülhet az ember – ha már nincs rá módja. A filippi-beli börtönőr története viszont arról beszél (Cselekedetek 16:33), hogy ha van lehetőségünk, ak-



Keresztelő János megkereszteli a Megváltót

kor meg kell keresztelkednünk. Mindkét történet arról tanúskodik, hogy nem szabad elszalasztanunk egyetlen alkalmat sem azért, hogy rendezzük Istennel a dolgainkat.

Gondolkodjunk el a kérdésen: vajon az újjászületés és a kereszt-

ség ugyanaz a dolog? A kisbabák családba születnek. Ehhez hasonlóan, amikor lelkiileg újjászületünk, mi is egy családba születünk – Krisztus családjába. Ahogy az újszülötteknek is szükség van táplálékra, segítségre és irányításra, ugyanúgy a lelki újszülötteknek

is szükségük van gondoskodásra a gyülekezetben. Újszülöttekként segítséget kell kérnünk, és rendszeres lelki táplálékra van szükségünk. Miközben növekszünk Krisztusban, megosztjuk másokkal az Isten családjához való tartozás örömét.

Kérdések

Vajon a keresztség megváltoztatja az életünket is? Isten igényli, hogy mindnyájan megkeresztelkedjünk? És pontosan úgy, mint azt a Biblia leírja? Szükséges-e ez az üdvösséghez? Milyen fontos okot ad Jézus a keresztségre?

Megtalálhatjuk a választ mindezekre Isten Igéjében.

Töltsük ki a hiányzó részeket!

1. Amikor Jézus odament Jánoshoz, hogy az megkeresztelje Őt, János tiltakozott. Jézus azonban azt mondta: „Engedj most, mert így illik nekünk ~ ~ ~ ~ ~ Máté 3:15.

2. Mennybemenetele előtt Jézus parancsot adott a tanítványoknak, amelyhez egy ígéret kapcsolódott: „Elmenvén azért, tegyetek tanítványokká minden népeket ~ ~ ~ ~ ~ az Atyának, a Fiúnak és a Szent Léleknek nevében, ~ ~ ~ ~ ~, hogy megtartsák mindazt, a mit én ~ ~ ~ ~ ~; és ímé én ti veletek vagyok minden napon a világ végezetéig. Ámen!” Máté 28:19, 20.

3. Keress bizonyítékokat a következő igékben, amelyek azt mutatják, hogy Jézus is alámerüléssel keresztelkedett meg. Márk 1:9, 10; János 3:23; ~ ~ ~ ~ ~

Gondolkodjunk!

Miért **nem helyes** csecsemőket és kisgyermeket keresztelni? A keresztséget tanulás előzi meg, s ugyanígy a hitre jutás, bűnbánat, és az, hogy elfogadjuk Jézust személyes Megváltónknak. Mivel a csecsemők és kisgyermek nem képesek még felfogni ezeket a dolgokat, **nem lehet őket megkeresztelni**. A keresztség csak azok számára lehetséges, akik elég idősek ahhoz, hogy megértsék az igazságot, akik képesek megbánni bűneiket

és elfogadni Jézust megváltójuknak.

Vajon a keresztség után fontos-e egyháztaggá is válni?

„Mert hiszen egy Lélek által mindnyájan egy testté kereszteltettünk meg...” (1Kor 12:13)

A keresztség után nem vagyunk többé elszigetelt egyének, hiszen Krisztus egyházának tagjává válunk, csatlakozva az Ő gyülekezetéhez.

„Aki pedig szívesen vevék az ő beszédét, megkeresztelkednek, és hozzájuk csatlakozék azon

~ ~ ~ ~ ~

4. Amikor a vízbe merülünk és feljövünk onnan, két szimbolikus dolgot teszünk, ami Krisztussal is történt. Mik ezek a Róma 6:1–4 szerint? ~ ~ ~ ~ ~

~ ~ ~ ~ ~

5. Jelképesen mit temetünk el, amikor keresztségkor a hullámsírba merülünk? „Azért ha valaki Krisztusban van, új teremtés az; ~ ~ ~ ~ ~ ímé, újjá lett minden.” 2 Korintus 5:17

6. Milyen keresztségre van még szükségünk a vízzel való keresztség mellett? „János ugyan vízzel keresztelt, ti azonban ~ ~ ~ ~ ~ fogtok megkereszteltetni nem sok nap múlva.” Cselekedetek 1:5

7. Mi a keresztség három feltétele?
a. Márk 16:16 „Aki ~ ~ ~ ~ ~ és ~ ~ ~ ~ ~ idvezül; a ki pedig nem ~ ~ ~ ~ ~, elkárhozik.”

b. Cselekedetek 2:38 ~ ~ ~ ~ ~ és keresztelkedjete meg mindnyájan a Jézus Krisztusnak nevében a bűnöknek bocsánatjára...

c. János 15:8 ~ ~ ~ ~ ~; és legyetek nékem tanítványaim.”

a napon mintegy háromezer lélek.” „Az Úr pedig minden napon szaporítja vala a gyülekezetet az üdvözülőkkel.” (Cselekedetek 2:41,47)

Őszintén hiszem

Jelöld meg azt az állítást, amellyel egyetértesz!

◇ Hiszem, hogy fontos Jézus példáját követni a keresztséggel kapcsolatban.

◇ Meg vagyok győződve a Szentírásból, hogy az újszöveg-



ségi keresztség teljes alámerítést jelent.

◇ Hiszem, hogy a keresztséget bűnbánatnak és hitre jutásnak kell megelőznie, amelyek változást hoznak az életemben.

◇ Ahogy Jézus esetében is, számomra a keresztség mind a vízben való alámerítkezést, mind a Szentlélek keresztségét jelenti.

◇ Még nem mérítkeztem alá, de hamarosan szeretném követni Uramat, és megkeresztelkedni.



A Jordán, a folyó felső szakaszánál

Imádságom

Mennyei Atyám!

Hálás vagyok neked a gazdag életért, amelyet adtál nekem.

Segíts, hogy olyan céljaim és vágyaim legyenek, amelyek neked tetszők! Köszönöm, hogy napról napra formálsz az életem, szeret-

nék a tied lenni egy örök életen át. Jézus nevében. Ámen.

Farkas Győző,
lelkész, Zilah

Gondolat

„Sőt annak felette most is kárnak ítélek mindent az én Uram, Jézus Krisztus ismeretének gazdagsága miatt, akiért mindent kárba veszni hagytam, és szemétnek ítélek, hogy a Krisztust megnyerjem.” (Filippi 3:8)

A nemsokára bekövetkező nagy világválságban lehetetlen lesz megállnunk Isten mellett, ha ragaszkodunk bármihez is, ami e múlandó világhoz köt. Sátán a manipuláció nagymestere: hódolatunkat kívánja, azaz Isten törvényének áthágását, a bűnnel való kompromisszumot, és a lelkiismeretünk elhallgattatását – s e célból egyaránt használja mind a jutalom felkínálását, mind a fenyegetést.

Nabukodonozor babiloni király idejében a három zsidó ifjúnak a bálványkép előtti leborulását a további, jó fizetéssel járó tiszttség, vagy ha ellent állnak, a tüzes kemence járt. Dánielnek idős korában, habár vezető pozíciót töltött be a perzsa birodalomban, az oroszlánok vermével kellett szembenéznie, ha az Istenhez való hűséget választja. Mind a négyen Istenhez hűek maradtak, vállalva a veszedel-

met. Pál apostolnak is az evangélium hirdetése miatt Néró börtöne, majd a hóhér pallosa jutott. Mi miként döntünk majd? Vagy: ma melyik oldalon állunk?

Hányan törtek meg a kommunista diktatúra börtöneiben, a hatalom beépített embereivé, barátaik, hittársaik besúgójává válva! Mások bizonyos előnyökért, akár egy jobb falatért, „egy tál lencsért” adták el lelkiismeretüket. A globális diktatúrában a legundorítóbb börtönök, s a legkifinomultabb kínzások várnak mindazokra,

Hibakiigazítás

A 19–20. szám 9-ik oldalán, a „Karob - az egészségvédő élelmiszer” alcím második bekezdésénél: „a hét esszenciális zsírsav” helyett „a **nyolc** esszenciális **aminosav**” a helyes.

Tudomásom szerint felnőtteknél 8 esszenciális *aminosav* szükséges, nem hét, gyerekeknél pedig kilenc.

(Dr. Ósz Tibor)

akik számára ezt Isten megengedi. „Lesztek nékem tanúim... a föld végső határáig” – mondta az Úr az ő követőinek (Cselekedetek 1:8). Készen állunk-e a tanúságra, a mártíromságra – melynek végén az örök jutalom vár?

Zárjuk e gondolatokat Alekszandr Szolzsenyicin (1918–2008) szovjet disszidens *Gulág sziget-csoport* című könyvének néhány sorával:

„Amikor beléptél a börtönbe, hátra kell hagynod kényelmes

múltadat. Kezdetől ezt kell mondanod magadnak: ‘Életem véget ért, igaz, kissé hamar, de ez ellen már nincs mit tenni. Sosem fogok visszatérni a szabad életbe. Halálra vagyok ítélve. Most, vagy később meghalok – de minél hamarabb, annál jobb. Nincs többé semmi magántulajdonom. Szeretteim meghaltak számomra, és én is számukra. Mától kezdve teszem hasznavehetetlen és idegen. Csupán lelkem és lelkiismeretem az egyedüli értékeim.’ Egy ilyen

fogollyal szemben a vallatás meg-inog.”

Légy hűséges Megváltóddhoz! Ő melletted fog maradni a tüzes kemencében, míg a Gonosz teljes gépezete összeomlik és porrá lesz.

„Légy hív mindhalálig, s néked adom az életnek koronáját.” (Jelenések 2:10)

(J.E.)

Kolozs megyei asszony napi 24 órás beteggondozást vállalkok. Tel. 0745 305 731

Balatonfüredi kirándulás

Ez év **május 24–29 között** kirándulást szervezünk Balatonfüredre. Indulás Kolozsvárról, szerda reggel, túrabusszal. Visszaérkezés ugyanide hétfőn este. **Ára: 1000 lej/fő.**

A programból: Balatonfüred, Tihany, Veszprém, Székesfehérvár, Balatoni-hegyek meglátogatása. Balatoni hajózás, fürdési lehetőség. Szakszerű idegenvezetés. Szállás: panzióban.

További információ és feliratkozás: 0749 021 935, Jancsó Erik

Kedves Olvasók!

A Világ Reménye minimális előállítási költsége a 2023. január-június időszakra, azaz **hat hónapra 25 lej**, melyet terjesztőinknek lehet átadni. Köszönjük az eddigi támogatásukat!

Kedves Olvasók!

Ha tetszett ez a lap, és továbbra is szeretnék kapni, akkor a következő lapszám kézbesítéskor 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 **6 hónapra** (vagyis a 2023. január-június időszakra) **25 lej**.

Magyei terjesztési felelősök:

- ♦ Kovászna, Brassó: Márk Enikő, 0725 321 489
- ♦ 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

Minden eddigi lapszám elolvasható

és ingyenesen letölthető a

www.vilagremeny.ro honlapról.

Postacím: 400 107 Cluj-Napoca (Kolozsvár), str. Cuza Vodă (Postakert utca) nr. 12 Folyóiratunk ugyancsak megrendelhető Kolozsváron, a Cuza Vodă utca 16. szám alatti *Sola Scriptura Könyvesbolt*ban is.

Bankszámla: Asociația Pro Scriptura, CIF 37175079

Conturi Banca Transilvania:

RO72 BTRL RONC RT03 8390 6901 lejb, és RO22 BTRL EURC RT03 8390 6901 euróban.

ISSN/ISSN-L: 2784-0328

Készült: a *Viața și Sănătatea* Kiadó nyomdájában (Cernica út 101, Pantelimon, Ilfov megye)

A Világ Reménye egy magánkezelésű havilap, amelynek révén az élet különböző területeit szeretnénk megvilágítani a Szentírás által, annak jobb megismerésével együtt, előmozdítva az olvasók testi-lelki egészségét, és kiemelve ugyanakkor világunk, Erdély és a magyarság szellemi értékeit. Reméljük, hogy e folyóirat tartalma egyúttal mindnyájunk üdvösségét szolgálja.

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.