

LÉLEKFRISSÍTŐ -

Istennel a hétköznapokban

Van, aki főz magának egy csésze teát és visszavonul esténként egyedül a nappaliba. Mások az íróasztalon veszik kézbe a Lélekfrissítőt, mielőtt elkezdenek dolgozni, vagy házimunka közben szakítanak egy negyedórát a csendességre. A korán kelők pedig élvezik a reggeli órákat, mielőtt minden rájuk zúdul. Mindegy, mikor és hogyan, de sok nőnek nyújt segítséget az alábbi sorrend, hogy Isten jelenlétében fellélegezhessenek.

Ráhangelődés

Megnyugszom és tudatosítom magamban: Isten itt van. Én itt vagyok. Isten előtt lehetek úgy, ahogy vagyok.

Elmélyülés

Nyitott testtartásban olvasom a bibliai szöveget. Többször is elolvasom, hangosan és halkán, hagyom, hogy hasson rám. Több fordítást is igénybe vehetek.

*Mert nálad van az élet forrása,
a te világosságod által
látunk világosságot.*

ZSOLT 36,10

Ráhagyatkozás

Időt hagyok magamnak, hogy átgondoljam és átérezzem a szöveget: Milyen gondolatokat és érzéseket vált ki bennem? Mely kérdéseket? Mi érinti meg szívemet? Hogyan szeretnék reagálni rá?

Kibontás

Mit mutatott meg Isten a szövegen keresztül? Hogyan bontakozhat ez ki az életemben? Milyen indítást viszek magammal a hétköznapokba? Felírhatok valamit, ami fontossá vált.

Január 1.

VASÁRNAP

EZÉKIEL 36,26 - AZ ÉV IGÉJE

Újrakezdés

Milyen gondolatokkal és érzésekkel indulunk neki az új évnek? Talán új esélynek tekintjük és örülünk annak, ami majd jön, vagy inkább bizonytalanul és gondterhelten nézünk a jövőbe? Amikor Izráel népe a fenti igeverset hallotta - amely számunkra a 2017-es év Igéje lett - elég kétségbeesett helyzetben volt éppen. Nem voltak jó kilátásai: Jeruzsálem és a templom, Isten lakóhelye akkoriban romokban hevert. A zsidó nép nagy része babiloni fogságban volt, idegenben kellett élniük. Ezékielt itt, a száműzetésben hívja el Isten prófétának. Küldetése kezdetén arra hívja fel a deportáltak figyelmét, hogy a fogság Isten ítélete népe felett. Izráel népe a történelme folyamán sorozatosan megszegte a Sinai hegynél Istennel kötött szövetséget. De mégis: Isten ítélete nem a vég! Inkább megtérésre vezet és egy új kezdetet tesz lehetővé. Isten

új szövetséget ígér népének, amely nem szünteti meg a régit, hanem lehetővé teszi annak betöltését. Ezért most Isten maga akar népében olyan szívet és lelket teremteni, amely képes az Úr mércéje szerint élni és Őt követni. Istennel ehhez alapvetően új teremtést kell létrehozni, hogy az ember képes legyen megállni az Ő szövetségében.

Ez csodálatos és felszabadító üzenet ma számunkra is. Nem kell saját erőnkől és saját lehetőségeinkkel megállnunk Isten előtt. Nem is tudunk. E helyett rábízhatjuk magunkat Isten kegyelmére, amelyet egyedülálló módon Jézus Krisztusban jelentett ki nekünk. Jézus Krisztus által kapjuk ajándékba a Szentlelket, aki megújítja lelkünket és szívünket. Ez a Lélek megszabadít, vigasztal, int és megváltoztat. Ebben bízhatunk, az Ő segítségével számolhatunk az új évre nézve is.



*Isten mondja:
Új szívet adok nektek,
és új lelket adok belétek...*

EZÉKIEL 36,26

Január 2.

HÉTFŐ

LUKÁCS 3,1-6

Nem légüres térben

Mielőtt Lukács evangélista belekezdene a „fel-nőtt” Jézus történetébe, még egyszer világossá teszi olvasói előtt: Tényleg így történt mindez! Nem kitalált történetről vagy személyről van szó, hanem mindez valóban megtörtént, mégpedig a „mi időnkben”. Ezért is sorolja fel Lukács részletesen kora vezető személyiségeit.

Másodsorban pedig szeretné megvilágítani zsidókeresztény hallgatósága előtt: hogy amit a továbbiakban elbeszél majd, az teljes összhangban áll a „mi” hagyományunkban olvasható ígéretekkel. Érthetővé válik, hogy keresztelő János fellépésével végre valóra váltak Ézsaiás próféta ígéretei. János az Ézsaiás által meghirdetett követ.

Lukács ezzel Jézus történetét fontos összefüggésbe állítja a zsidó hagyománnyal és tovább szeretné szőni azt. Szeretné meggyőzni zsidó hittestvéreit, hogy Jézussal végre bekövetkezett az, amire Izráel népe már régen vár (6). Lukács számára a Názáreti Jézus az Istentől küldött szabadító – és nem csak Izráel, hanem az egész világ számára!

Száma világos: Isten egy konkrét történésben és személyben jelent ki magát. Mit jelent mindez hitünk számára?

Január 3.

KEDD

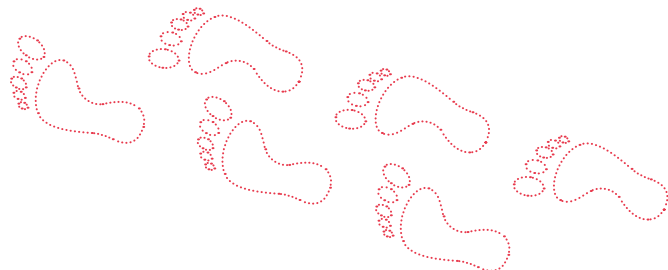
LUKÁCS 3,7-14

Mit tegyünk?

Egy új év kezdetén állunk. Ilyenkor sokan megfogadják, hogy változtatni fognak életmódjukon: abbahagyják a dohányzást, többet fognak sportolni, kevesebbet stresszelnek stb. Talán mi is ezek közé tartozunk. De általában már néhány hét múltán látszik, hogy mindezt nem olyan könnyű betartani. Talán „túl nagyot” fogadtunk meg? A mai bibliai szakaszunkat olvasva egy dolgot elleshetünk Keresztelő Jánostól: ő nem terhelte túl azokat az embereket, akik megkérdezték tőle, hogy mit tegyenek. Igaz, hogy keményen szembe-síti őket önmagukkal, de nem mondja nekik, hogy: „Mától kezdve csináljatok mindent teljesen másként, sőt váljatok teljesen új emberré!” Csodálkozom, hogy nem mondja a katonáknak: „Keressetek magatoknak más foglalkozást, hogy ne kelljen többé háborúba vonulnotok, és erőszakos tettekben részt vennetek!” János inkább kisebb falatokra osztja mondandóját, és nagyon konkrét válaszokat ad: „Adj a fölöstedből, ha van!” „Oszd meg a magadét másokkal!” „Ne végy el többet, mint ami jogszerűen kijár neked!” A már említett katonáknak pedig azt tanácsolja, hogy végezzék a feladatukat olyan „emberségesen”, amennyire csak lehet. Konkrét utasításokat ad. A kis lépések művészete munkálja az igazi változásokat. Ez a gondolat nekem is segít a hétköznapiakban.



Szeretnénk változtatni valamit az életünkön az új évben? Milyen konkrét lépéseket tudnánk tenni ennek érdekében?



Január 4.

SZERDA

LUKÁCS 3,15-20

Bátor szavak

Keresztelő János nagyon világos szavakkal hirdeti üzenetét hallgatóinak. Nem rejt véka alá véleményét még akkor se, ha olyan befolyásos személyről van szó, mint Heródes. Világosan megmondja Heródesnek, hogy helytelenül cselekszik. Egy olyan korban, amikor a „szabad véleménynyilvánítás” még ismeretlen fogalom volt, nem kis bátorságba került egy uralkodót nyilvánosan kritizálni. János számára viszont ez az egyetlen helyes hozzáállás: Nem tudja és nem is akarja elhallgatni, hogy nem csak a „kis emberek” követnek el Istennek nem tetsző dolgokat, hanem Heródes élete sem terem jó gyümölcsöket.

Mindig is voltak és ma is vannak olyan mély hitű emberek, akik elég erősek és bátrak ahhoz, hogy nyíltan beszéljenek az igazságtalanságokról. Egy aktuális példa erre Kräutler püspök, aki Brazíliában az emberi jogokért és a trópusi esőerdő megmentéséért küzd. Az ilyen emberek engem is bátorítanak. Arról tanúskodnak, hogy a hit nem csupán magánügy, ahogyan azt manapság sokan hangoztatják. A hitnek igenis hatást kell gyakorolnia a társadalmi és politikai életre. Még akkor is, ha ez nem népszerű, és kellemetlen következményekkel jár. János saját bőrén tapasztalta meg ezt az igazságot.

*Szeretettek vagyunk:
Ez identitásunk és lényünk magja.*

BRENNAN MANNING

Január 5.

CSÜTÖRTÖK

LUKÁCS 3,21-22

Kulcsélmény

Vannak pillanatok az életünkben, amikor találkozzunk egy különleges emberrel vagy valami olyan döntő fontosságú élményben van részünk, hogy az még nagyon sokáig hatással van ránk és döntéseinkre. Ezek a pillanatok nem várt irányváltást okozhatnak. Az ilyen pillanatokat gyakran „kulcsélmény”-nek nevezzük. Ezekben a pillanatokban egy mély igazság válik nyilvánvalóvá. Valami ilyesmit élhetett át Jézus is a fentemlített helyzetben. Szó szerint megnyílt felette az ég! Ez olyan mély lelki élmény volt számára, amely egész további földi életét meghatározta. Atélte,

hogy Isten egészen közel jött hozzá és erősen érezte szeretetét. Akkor ott nyilvánvalóvá vált valódi identitása: Ő Isten szeretett Fia.

Ezzel a pillanattal vette kezdetét Jézus nyilvános működése. Ezt az óriási szeretetet Jézus nem tudja és nem is akarja magának megtartani, hanem szeretné megosztani. El akarja mondani, meg akarja mutatni és éreztetni mindenkivel: Isten téged is szeret! Te is az Ő szeretett gyermeke vagy. Nem kell semmit sem tenned érte. Elfogadhatod ajándékként és ebből a szeretetből élhetsz.

Január 6.

PÉNTEK

LUKÁCS 4,1-4

Pusztai idők

A Szentlélekkel telve Jézus most valószínűleg „jó formában” van. Az lenne természetes, ha nem veszítene időt, hanem azonnal belekezdene a munkába. De mit tesz ehelyett? Isten Lelke Jézust először is a pusztába vezet. Vajon miért? Mert a pusztai idő a próbatétel ideje, amely erőssé és állóképessé tehet minket is. Viszont pont ezekben az időkben vagyunk a legnagyobb támadásoknak kitéve. Erről tanúskodik mai Igeszakaszunk is. Meggyengülve könnyű zsákmánnyá válhatunk. A pusztai időkben ott rejlik a kísértés, hogy Istentől független kiutakat keressünk, csak hogy megszabaduljunk a nyomás alól.

Gyakran abban áll a kísértés, hogy egzisztenciális szükségleteink kielégítését – amelyek éppen a sivatagi időkben a legerősebbek – saját kezünkbe vegyük. Jézus esetében a fizikai éhség az, amit azonnal enyhíthetne, ha engedne a kísértésnek.

Nálunk talán a szeretetre, az elismerésre és a biztonságra való éhség az, amit látszólag Isten nélkül is gyorsan kielégíthetünk. Jézusnak egy lényeges ismeret segít ellenállni a kísértésnek: Az, ami most olyan csábítóan tűnik, rövid ideig csillapítja ugyan éhségemet, de nem tud igazán és hosszú ideig megelégtetni!



Hol van ott életünkben a kísértés, hogy önhatalmilag elégtünk ki (belső) éhségünket? Tudatosítsuk ma magunkban, hogy senki és semmi nem ér fel azzal, amit Jézus kínál nekünk!

Január 7.

SZOMBAT

LUKÁCS 4,5-8

Hatalomhétség

Jézus megkísértésének története nagy hatással van rám, mert kevés szóval a lényegére tapint mindannak, amibe Istennel fenntartott kapcsolatomban sorozatosan belebotlok. Ezen kívül megmutatja, hogy bár Jézus Isten Fia, de egyszers- mind hús-vér ember is volt. Ezért aztán semmi emberi nem idegen Tőle. Ismeri harcaimat és megért engem!

Ma arról a csábító ígézetről van szó, amelyet a hatalom sokakra gyakorol.

Én nem vagyok tipikusan hataloméhes ember, de én is ismerem a kísértést a hatalom gyakorlására. A kísértést, hogy saját kezembe vegyem életemet, uralkodjam emberek és helyzetek felett, hogy ellenőrzésem alatt tartsak dolgokat. Jó érzés tudni, hogy én tartom kézben a kormányrudat. De bármennyire is nemesek a szándékaim: szövegünk világossá teszi, hogy hatalomra törekedni szó szerint azt jelenti, hogy az ördöggel kötök szövetséget. Ha én akarok uralkodni, azzal kétségbe vonom Isten uralmát. Isten felé helyezem magamat és azt állítom, hogy nekem jobb ötleteim vannak az életemre és sikereimre nézve. Azt állítom, hogy én tudom a legjobban, mi jó másoknak. Jézus erről világosan megmondja a véleményét (8)!



Mely emberek vagy helyzetek felett akarunk uralkodni? Szeretnénk ezt elhagyni és megvallani azt, hogy egyedül Isten az Úr?

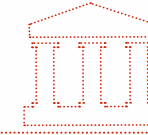
Január 8.

VASÁRNAP

LUKÁCS 4,9-13

Egy masszív provokáció

A Jézusra nehezéző nyomás egyre növekszik. Ellensége az első kísértésnél még „csak” egy beszélgetésbe kezdett Vele. Második alkalommal már kényes helyzetbe vezette. A harmadik kísértésnél aztán Sátán teljesen kipakol: „...a templom párkányára állította...” Jézus nem önszántából ment erre a helyre, hanem akaratán kívül kötött ki egy olyan helyzetben, ahol végleg elveszítheti állóképességét. Már megint elhangzik az ismert mondat, amely kétségbe akarja vonni pozícióját: „Ha Isten Fia vagy...” Már maga az ajánlat is kétségbe vonja és alássa a bizalommal teljes Apa-Fiú kapcsolatot. Masszív provokáció az ősrégi kérdés értelmében (1 Móz 3,2). „Csakugyan azt mondta Isten...?” Jézus néven nevezi ezt a kísértést, ami nem más, mint egy szemérmetlen és túlzó provokáció, mindannak az elferdítése és kifordítása, amit Isten mondott. Az ellenség ezzel lelepleződik és visszavonul – de csak átmenetileg! Ez számomra azt jelenti: Jézus mindvégig kísértésnek volt kitéve, és ez az én életemben sincs másként.



Január 9.

HÉTFŐ

LUKÁCS 4,14-21

A közös nevezőt keresni

Úgy tűnik, mintha Lukács mindent előlről kezdene. A következő eseményt ezzel a fél mondattal vezeti be: „Jézus a Lélek erejével...” A sivatag-élmény tehát semmit nem vett el Jézus teljhatalmából. Éppen ellenkezőleg! Galileai fellépése nagy hatást gyakorol az emberekre. Szülővárosában, Názáretben is kíváncsian várták, mit mond majd nekik ez a fiatal ember, akit már gyerekkora óta ismernek. Jézus első fellépéseihez a minden zsidó számára ismert helyszínt, a zsinagógát keresi. Jézus nem extravagáns és feltűnő színdarabot szeretne eljátszani, hanem megszokott életükben és normális vallási környezetükben akar találkozni az emberekkel. Először a közös nevezőt keresi, és nem szégyell beilleszkedni az általánosan gyakorolt kegyességi szokásokba. Pedig Isten Fiaként könnyen megkérdőjelezhetné volna az általános tanítást és némely vallásos szokást. De nem határolódott el, hanem új tartalommal töltötte meg azt, amit itt élnek és tanítanak (21): annak a beteljesedése, amit már régen vártok, itt áll előttetek teljes életnagyságban!

*Legyetek józanok, vigyázzatok,
mert ellenségetek, az ördög,
mint ordító oroszlán jár szerte,
keresve, kit nyeljen el:
álljatok ellene a hitben!*

1 Péter 5,8-9a