

GÖRÖGKATOLIKUS SZEMLELET

⊕ HIT ⊕ LÉLEK ⊕ ÉRTÉK A GÖRÖGKATOLIKUS SZEMLE MAGAZINJA



AZ EVANGÉLIUM VÉRTANÚJA

**BOLDOG
OROSZ PÉTER PÁL**

GÖRÖGKATOLIKUS
SZEMLELET
SZERKESZTŐSÉGE
XII. ÉVFOLYAM 3. szám
2025. ŐSZ
Ára: 800 Ft



■ OKTÓBER

1. Sz	✦ Az Istenszülő oltalma
2. Cs	Ciprián fszvt., Jusztina vtnő
3. P	Dénes fszvt.
4. Szo	Ananiás ap., Hierotheosz fp.
5. V	Pünkösöd u. 17. vas. – Karitina vtnő, Romanosz szé. – 8. h.
6. H	☉ Tamás ap.
7. K	Szergiusz és Bakhusz vtk.
8. Sz	Pelágia sza.
9. Cs	☉ Jakab ap., Alfeus fia – (Andronikosz és felesége szé.)
10. P	Elampiosz és Evlampia vtk.
11. Szo	Fülöp ap., Teofán hv. fp.
12. V	Pünkösöd u. 18. vasárnap – A hetedik egyetemes zsinat igazhitű atyáinak emléke – (Probosz, Tarakhosz és Andronikosz vtk.) – 1. hang
13. H	Kárposz és Papilász vtk.
14. K	Nazáriusz, Gerváziosz, Protáziosz és Kelziosz vtk., Kozma fp.
15. Sz	Lukiánosz vt.
16. Cs	Longinusz vt.
17. P	Ozeás pr., András vt.
18. Szo	☉ Lukács ap., evta.
19. V	Pünkösöd u. 19. vasárnap – Joel pr., Várusz vt. – 2. hang
20. H	Artemiosz nvt.
21. K	Hiláron szé.
22. Sz	Averkiosz fp., Az ezezusi hét vt.
23. Cs	☉ Jakab ap., az Úr rokona – <i>Nemzeti ünnep</i>
24. P	Aretász és tsai. nvtk.
25. Szo	Markiánosz és Mártíriosz vtk.
26. V	✦ Pünkösöd u. 20. vasárnap – Demeter nvt. – 3. hang
27. H	Ünz. – Nesztor vt.
28. K	Terenciusz és tsai. vtk., István szé.
29. Sz	Anasztázia vtnő, Ábrám szé.
30. Cs	Zénó és Zenóbia vtk.
31. P	✦ Boldog Romzsa Tódor fszvt. – (Sztákisz és tsai. apk., Epimakhosz vt.)

■ NOVEMBER

1. Szo	☉ Kozma és Damján ingy. orv.
2. V	Pünkösöd u. 21. vas. – Akindinosz és tsai. vtk. – 4. hang
3. H	Akepszimász, József és Etele vtk., György nvt. ereklyéi
4. K	Joannikiosz szé., Nikandrosz fszvt. és tsa.
5. Sz	Galaktion és Episztémé vtk.
6. Cs	Pál hv. fp.
7. P	A melitinéi 33 vt., Lázár szé.
8. Szo	✦ Mihály és Gábor főangyalok, és a többi égi erők
9. V	Pünkösöd u. 22. vasárnap – Onéziforosz és Porfiriosz vtk., Matróna sza. – (Teoktisza sza.) – 5. hang
10. H	Olimpász és tsai. apk., Oresztész vt.
11. K	Ménász, Viktor és Vince vtk., Tivadar hv. – (Sztefánisz vtnő)
12. Sz	☉ Jozafát fszvt. – János fp., Nilus szé.
13. Cs	✦ Aranyszájú János fp.
14. P	☉ Fülöp ap.
15. Szo	Guriász, Számón és Abibosz vtk. – Karácsonyi bünb. időszak kezdete

16. V	☉ Pünkösöd u. 23. vasárnap – Máté ap., evta. – 6. hang
17. H	Csodatevő Gergely fp.
18. K	Platón és Romanosz vtk.
19. Sz	Abdiás pr., Barlám vt. – <i>Allelujás nap</i>
20. Cs	Templombavezetés eü. – Gergely szé., Proklosz fp.
21. P	☉ Az Istenszülő templombavezetése
22. Szo	Uü. – Filemon és tsai. apk., Cecília vtnő és tsai.: Valerianusz és Tibor vtk.
23. V	Pünkösöd u. 24. vasárnap – Uü. – Amfilokhiosz fp. – (Gergely fp.) – 7. hang
24. H	Uü. – Kelemen fszvt., Péter fszvt.
25. K	✦ Templombavezetés ünz. – Katalin nvt. – Merkuriosz nvt.
26. Sz	Alipiosz szé., Győző szé. – <i>Allelujás nap</i>
27. Cs	Jakab nvt.
28. P	István és tsai. vtk., Irénarkhosz és tsai. vtk.
29. Szo	Paramonosz vt. és 370 vt. tsa., Filumenosz vt.
30. V	✦ Pünkösöd u. 25. vasárnap – András ap. – 8. hang

■ DECEMBER

1. H	Náhum pr. – <i>Allelujás nap</i>
2. K	Habakuk pr. – <i>Allelujás nap</i>
3. Sz	Szofoniás pr. – <i>Allelujás nap</i>
4. Cs	☉ Borbála nvt. János szé.
5. P	✦ Száva szé.
6. Szo	☉ Csodatevő Miklós főpap
7. V	Pünkösöd u. 26. vasárnap – Ambrus fp. – 1. hang
8. H	Anna csodálatos foganása eü., Patápiosz szé. – <i>Allelujás nap</i>
9. K	✦ Anna csodálatos foganása
10. Sz	Ménász, Hermogenész és Evgrafosz vtk.
11. Cs	Dániel szé. – <i>Allelujás nap</i>
12. P	✦ Szipiridon fp.
13. Szo	Eusztrátiosz és tsai. vtk., Lucia vtnő
14. V	Ősatyák vasárnapja – (Tirzusz és tsai. vtk.) – 2. hang
15. H	Eleveriosz fszvt.
16. K	Aggeus pr. – <i>Allelujás nap</i>
17. Sz	Dániel pr. és a három ifjú
18. Cs	Sebestyén és tsai. vtk. – <i>Allelujás nap</i>
19. P	Bonifác vt. – <i>Allelujás nap</i>
20. Szo	Karácsony e. szombat – Ignác fszvt. – Karácsony eü. kezdete
21. V	Őszöetségi szentatyák és Pünkösöd u. 27. vasárnap – Eü. – (Julianna vtnő) – 3. hang
22. H	Eü. – Anasztázia nvt. nvt.
23. K	Eü. – A kréai tíz vt.
24. Sz	Karácsony előestje – Eugénia vtnő – <i>Királyi imaórák – Böjti nap</i>
25. Cs	☉ Jézus Krisztus születése (Karácsony)
26. P	☉ Az Istenszülő emlékezete – Uü.
27. Szo	✦ István fődiakónus és első vt. – Karácsony u. szombat – Uü. – (Tivadar szé.)
28. V	Karácsony u. és Pünkösöd u. 29. vasárnap – Az Úr rokonai – Uü. – (A nikomédiai vtk.) – 4. hang – (A meg nem született életek napja)
29. H	Uü. – Aprószentek vtk., Marcell szé.
30. K	Uü. – Anizia vtnő, Melánia sza. – (Árvagondozó Zotikosz szé.)
31. Sz	☉ Karácsony ünz.

Felsőbb osztályba léphetünk

Volt egyszer egy monostor valahol a magas hegyek ölelésében. Nem különösebben híres, de aki járt ott, sosem felejtette el. A kis templom körül évszázados fenyők álltak őrt, harangja tompán kondult, amikor imára hívott. Minden év augusztusának utolsó estéjén a szerzetesek csendben elhelyeztek a templom ajtaján egy frissen font babérkoszorút. Nem dísznek szánták, hanem imádságnak. Egyetlen mondat volt ráírva a belefönt szalagra: „*Jóságod koszorújával koronáztad az évet*” (Zsolt 65,12).

A koszorút a templom ajtajáról mindig csak reggel vették le, amikor a nap első sugara végigsimította a köveket. Az egyik novícius megkérdezte a monostor előljáróját:

– Miért várjuk meg a napfelkeltét?

Az előljáró csak ennyit mondott:

– Hogy eszünkbe vessük, Isten nemcsak az elmúlt, hanem az új évben is minden reggel felkelti a napot, akkor is, ha mi fáradtak vagyunk vagy elfelejtettük ezt megköszönni.

Az egyházi év kezdete erre figyelmeztet minden hívőt: a hálaadás nem a múltal való szentimentális visszatekintés, hanem a jövő reményteli vállalása, mert tudjuk, hogy Aki eddig hordozott, továbbra is vezet majd. Az új esztendő nyitánya tehát nemcsak emlékezés, hanem döntés, hogy ismét Krisztus nyomába szegődünk.

A történetben szereplő zsoltárvers folytatását szintén érdemes idéznünk: „...kocsid nyomában jólét és bőség jár”. Ünnepek sora vár ránk ősszel és aztán tovább, amelyeken Isten „kocsija” mutatja az utat, előttünk járva. Mi pedig a nyomában haladunk, az üdvösség útját követve, amelyen a történések nem véletlenszerűek, hanem az Ő tervének részei.

És mit jelent a jólét, amit ígér? Nem anyagi javakat. Mert a bőség elsősorban az az állapot, amikor a szív nem szűkölködik a bizalomban. Amikor egy nehéz nap után is azt tudod mondani: „Legyen meg a te akaratom”. Amikor a vecsernye közben könnyeiddel küzdesz, de nem a bánat, hanem a béke hívja őket elő a szemedből.

Az egyházi év nem emberi találmány, hanem teológiai valóság, Isten eszköze. Ebben az időben élni annyit tesz, mint együtt lélegezni Krisztussal, vele örülni, vele szenvedni – saját kereszthordozásunkat az Ő világosságában szemlélni. Az ünnepek szokásos egymásutánja ezért nem ismétlés, hanem fokozatos előrehaladás a megszentelődés útján, mint ahogyan a tanulmányaikat sikeresen végző gyerekek évről évre felsőbb osztályba lépnek.

Ugyanazokat a stációkat járjuk végig, de minden alkalommal mélyebben, tudatosabban, Krisztushoz közelebb kerülve. Minden karácsony és minden húsvét új

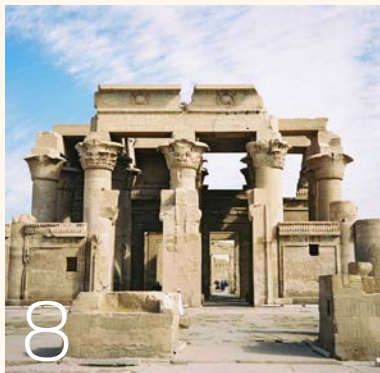
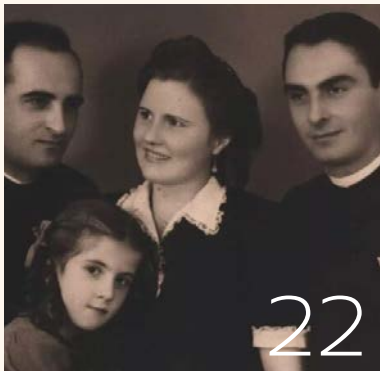
fényt vet életünkre, ha nyitott szívvel fogadjuk. Minden utrenye, Szent Liturgia és vecsernye meghívást intéz hozzánk: éljük át Isten jelenlétét az idő szövetségében. Minden tropár, konták és sztíhira ablakot nyit az örökkévalóságra.

A monostorban az ajtóra akasztott koszorú nem csupán dísz volt. Jelképe az időnek, amely Isten kezében van, és amelynek múlásával szentté lehetünk. Arra a győzelmi koszorúra emlékeztet, amelyről Szent Pál írja: „azon a napon megadja nekem az Úr, az igazságos bíró, de nemcsak nekem, hanem mindenkinek, aki örömmel várja eljövetelét” (2Tim 4,8).



- 1 Koncz Attila: Felsőbb osztályba léphetünk
- 4 Király András: A görögkatolikus egyházi év kezdete – szeptember 1.
- 6 Fülöp metropolita: Mit remélhetünk az új egyházi évben?
- 8 Koncz Attila: Tíz érdekesség, tíz idézet – Szent Atanáz püspök és egyháztanító
- 10 Verdes Miklós: Kegyelmet a malasztnak!
- 12 Koncz Attila: Egy ismeretlen ismerős – Nicea és az első egyetemes zsinat
- 16 Visszatértünk a Hiszekegy eredeti szövegéhez
- 17 Tóthné Espán Margaréta: „Kereszteltetik Isten szolgája...” – A keresztelés története a katekumenátustól a gyermekkeresztségig
- 20 A kereszt oltalmában – Időkapuszalába zárt dokumentumot találtak Debrecenben
- 22 Király András: 10 dolog, amit nem biztos, hogy tudtál Boldog Orosz Péterről
- 24 Tóthné Espán Margaréta: Egy éve papként Beszélgetés Gedeon Tamás atyával
- 28 Tellis Katalin: Katolikusok a nagyvilágban 1. Egyesült Arab Emírségek
- 30 Ivancsó Bazil: Mária-út – idén is!
- 34 Terdik Szilveszter: Proféták az ungvári székesegyház ikonosztázióján
- 38 Sütőné Görgényi Mónika: Élet a gyászban
- 39 P. Tóth Nóra: Ctrl+Z
- 40 Koncz Attila: „Műkedvelő vagyok, mert szeretem a jó műveket...” – Beszélgetés Bubnó Tamással
- 44 Baán István: Aki megpróbált járni a vízen
- 45 Vándor Ilka: „Fény a hosszú estékben” – Hogyan találjunk örömet és lelki egyensúlyt az őszi hónapokban?
- 46 Erdei Sándor: Békességteremtők a kortársbántalmazás ellen
- 48 Kondásné Török Zsuzsanna: Életünk története
- 50 Varró Szilvia: A munkáslány, aki meghalt hitéért
- 54 Tóthné Espán Margaréta: Adj vért, és ments meg három életet!
- 58 Bodnár Boglárka: Őszi vitaminpótlás – hogyan készülünk a hidegebb hónapokra?
- 60 Koncz Attila: Modern kórház a város szélén Fél évszázados jubileum Kisvárdán
- 64 Vándor Ilka: „Egy vértanú püspök bőrében” – Interjú Dér Zsolttal, a Romzsa Tódor-film főszereplőjével
- 67 Vándor Ilka: Könyvajánló
- 68 Obbágy Lacus: „A küzdelemhez kapunk erőt a Jóistentől!” – Beszélgetés Kocsán Petra válogatott labdarúgóval
- 72 Legeza Kata: Mozivászon előtt
- 74 Tóthné Espán Margaréta: Gyerekeknek
- 76 Tóthné Espán Margaréta: Ez történt... 2025. nyár
- 80 Erdei Sándor: Pásztori szeretet és vezetői felelősség – belső konfliktus és vezetéstámogató megoldások





MEGJELENT A

GÖRÖGKATOLIKUS SZEMLE

KIADÁSÁBAN, A HAJDÚDOROGI FŐEGYHÁZMEGYE,
A MISKOLCI EGYHÁZMEGYE ÉS A NYÍREGYHÁZI EGYHÁZMEGYE
EGYÜTTMŰKÖDÉSÉVEL

KIADJA A GÖRÖGKATOLIKUS METROPÓLIA
SAJTÓ- ÉS MÉDIAKÖZPONT
FELELŐS KIADÓ: KOCSIS FÜLÖP ÉRSÉK-METROPOLITA



HONLAPUNK CÍME: WWW.GOROGKATOLIKUS.HU
FACEBOOK.HU/SZEMLELETMAGAZIN

A SZERKESZTŐSÉG CÍME:

4400 NYÍREGYHÁZA, BETHLEN G. U. 21.

TEL: +3642/597-600/401 MELLÉK

INFORMÁCIÓ:

GOROGHIR@GOROGKATOLIKUSMETROPOLIA.HU

SZÁMLASZÁM: 10702064-72479962-51100005 CIB
(GÖRÖGKATOLIKUS METROPÓLIA SAJTÓ- ÉS MÉDIAKÖZPONT)

A SZERKESZTŐBIZOTTSÁG ELNÖKE: KIRÁLY ANDRÁS

FŐSZERKESZTŐ: KONCZ ATTILA

MUNKATÁRSAK:

JUHÁSNÉ SZABÓ ERIKA,

TÓTHNÉ ESPÁN MARGARÉTA,

VÁNDOR ILKA BORBÁLA

FOTÓK:

BAKOS ZOLTÁN, DOBOS KLÁRA,

GERNER ATTILA, KIRÁLY ANDRÁS,

ZADUBENSZKI NORBERT, SZABÓ SÁNDOR,

POLYÁKNÉ TÓTH NÓRA, BRÓDI-SZILÁGYI ILONA,

VARGA-JUHÁSZ BERNADETT,

VÁNDOR ILKA BORBÁLA, TRESTYÁNSZKY CSABA

ARCULAT, TÖRDELÉS: PROJEKT-TEAM DTP STÚDIÓ

NYOMDAI MUNKÁK: IMI PRINT KFT., NYÍREGYHÁZA

ISSN: 1416-793X

A GÖRÖGKATOLIKUS SZEMLE ÉS SZEMLELET MEGRENDELHETŐ
KÖZVETLENÜL A SZERKESZTŐSÉGTŐL, AMELYNEK
ELÉRHETŐSÉGEIN Részletes információ is kérhető.



NYÍREGYHÁZA, 2025



KIRÁLY ANDRÁS

A görögkatolikus egyházi év kezdete – szeptember 1.



A kereszténység keleti ágának hagyománya szerint az egyházi év nem januárban, hanem szeptember 1-jén kezdődik. Ezt a napot az egyház **indiktionnak** nevezi. A bizánci rítusú keresztények számára az ünnepek sorozata – amely az egyházi év folyamán követi egymást – Krisztus megváltó tevékenységének állomásait jeleníti meg és éli újra.

Az egyházi év rendjét a 325-ös, I. niceai egyetemes zsinaton határozták meg. A keleti egyház mind a mai napig ehhez a rendhez igazodik. A római katolikus egyház sem január 1-jén, hanem advent első vasárnapján kezdi az egyházi évet.

AZ EGYHÁZI ÉV HÁROM FŐ SZAKASZRA OSZLIK:

1. **Szeptember 1-jétől karácsonyig** – az Istenszülő születésétől Krisztus születéséig.
2. **Karácsonytól a mennybemenetelig** – Krisztus földi életének eseményeit tárja elénk.
3. **Pünkösdtől augusztus 31-ig** – a Szentlélek kiáradásától a liturgikus év lezárásáig.



Az egyházi év ünnepei két fő ciklusba rendeződnek: **állandó (fix dátumú)** és **változó (mozgó)** ünnepek sorába. A liturgikus események nem feltétlenül időrendben követik egymást, mégis egy belső lelki-logikai ívet követnek. A legnagyobb ünnep, a húsvét például minden évben más dátumra esik, és a tavaszi napjegyenséget követő első holdtölte utáni vasárnaphoz kötődik – ez a rend is az I. niceai zsinaton alakult ki.

A liturgikus év során az egyház minden nap segítséget nyújt híveinek: a zsolozsma imádságai, a Szent Liturgia, valamint az ünnepi szertartások az Istenhez való közeledés eszközei. Az ünnepekhez és az egyes szentekhez kapcsolódóan saját szentírási olvasmányokat jelöl ki az egyház, amelyek a tanítás célját szolgálják. A liturgikus rend bonyolult, évszázadok alatt formálódott. Egy-egy nap liturgiája teljes azonossággal csak 528 évenként ismétlődik, ezért sokféle liturgikus könyvre van szükség.

De miért pont szeptember elsejével kezdődik az egyházi év?

1. Az Ószövetségben is ősszel kezdődött az év.
2. A bizánci császárság idején szeptemberben számolták el a helytartók a termést a császárnak – ez volt a polgári év kezdete is.
3. A hagyomány szerint Jézus Krisztus ezen a napon kezdte meg nyilvános működését: a názáreti zsinagógában Izajás próféciáját olvasta fel és önmagára alkalmazta: „*az Úr lelke rajtam, mert fölkent engem*” (Lk 4,18–19).

Az ősegyház mindezt átvette, így szeptember 1-je az új egyházi esztendő első napja lett.

A természet rendje is ezt az időpontot erősíti. Az őszi mezőgazdasági ciklus végén a földműves pihen, testileg-lelkileg megnyugszik, az aratás és a betakarítás lezárult. A szeptember a vetés ideje, a jövő, a kenyér, az élet kezdete. Egyes magyar tájakon

a búzát „életnek” nevezik. A földbe vetett mag jövőt hordoz – így válik a szeptember az újrakezdés szimbólumává.

A liturgikus év első nagy ünnepe az Istenszülő születése (szeptember 8.), amely „örömet hirdet az egész világnak”. A záró mozzanat – bár kevésbé ismert – augusztus 31-én van: az Istenszülő öltönyének és övének elhelyezéséről emlékezik meg az egyház.

A liturgikus év során nemcsak a történések láncolatát követjük, hanem bekapcsolódunk Krisztus titokzatos testébe, az egyházba. Ez akkor válik teljessé, ha nemcsak követjük az ünnepeket, hanem meg is éljük, „megimádkozzuk” azokat. A templomba járók a liturgikus napok változásaiban – akár a szertartások szövegein, akár a szentírási szakaszokon keresztül – érzékelik az ünnepek váltakozását, és ezáltal a hétköznapiak is megszentelődnek.

A szeptember 1-jei ünnepi szertartáson az egyház külön imádsággal fordul Krisztushoz:

„Méltass minket, kik az új esztendőt megkezdjük, Emberszerető Krisztus, hogy kedved szerint fejzhesd is azt be! (...) az esztendő fordulóján tégy bennünket jobbá. (...) Méltass minket arra, Uralkodóink, hogy az esztendő kezdetével neked tetsző életmód elkezdését ajánlhassuk föl újévi áldozatul!”

Ez a nap alkalmat kínál arra is, hogy a tanulásra és nevelésre tekintsünk. Nem véletlen, hogy a tanév is szeptember 1-jén kezdődik, amely így az iskolákban is új kezdetet jelent. A tanítani induló Krisztus a példakép. Bármit tanítunk vagy tanulunk, a Krisztustól tanult becsületességgel adjuk át és fogadjuk, keressük az igazságot, a tudást – így teljesíthetjük a Bibliában hozánk szóló Isten első parancsát is: „*töltsétek be a földet és vonjátok uralmatok alá*” (Ter 1,28).



Mit remélhetünk az új egyházi évben?

A 2025-ös jubileumi esztendőben megboldogult Ferenc pápa buzdítására a remény zarándokaivá lettünk. Ezek szerint még néhány hónap van hátra ebből a reményből december végéig? Ha így volna, bizony eléggé reménytelenül zárulna ez a naptári évünk. Ferenc pápa meghirdette a remény jubileumi évét, és eltávozott körünkől. Eltávozott, és a remény üzenetét hagyta nekünk örökségül. Ezt a különleges évet már nem ünnepelhette végig velünk, de amit ezen keresztül át akart adni, azt megkaptuk, abban részesültünk.

A remény ugyanis nemcsak ajándék, hanem sokkal inkább feladat. Ugyanis addig van remény, amíg tudunk bízni Istenben, a Mindenhatóban. Az Istenbe vetett bizalmat pedig építenünk kell, azon dolgoznunk kell. Nem kapod meg, mint üveggolyót. De nem is tudod fölépíteni az egyes reménytéglákból. A bizalom a szívben virágzik ki. Gondoznunk kell szívünk kertjét, ha azt akarjuk, hogy megteremjen benne az Isten és a mások iránti bizalom. A növekedést az Isten adja, de a gondozást nekünk kell vállalnunk.

A jubileumi év üzenete tehát elültette bennünk a remény bizonyosságát, megrajzolta számunkra a bizalom feladatát. Így kell folytatnunk a naptári, ezzel a célkitűzéssel kell kezdenünk az új egyházi évet.

Oktatási intézményeinkben is ezt a mondatot kaptuk erre az egyházi évre: „A remény nem csal meg, mert a ránk árasztott **Szentlélekkel kiáradt szívünkbe az Isten szeretete**” (Róm 5,5). A remény tehát folytatódik, mégpedig a Szentlélek által a szívünkben. Miként a bizalmat is nem tárgyként kapjuk, hanem kivirágzik a szívünkben, úgy Isten a szeretetét sem csupán belé helyezi, hanem kiárasztja onnan. A szeretet árad, nem tud mást tenni, nem tud más lenni. Áradó szeretet kell, hogy betöltse az életünket, életterünket, családjainkat, közösségeinket, intézményeinket – s nyilván, nem csak ebben az esztendőben.

A remény akkor nem csal meg, ha ez az isteni szeretet élteni. Reményünk ugyanis nem tárgyiasítható, nem pusztán eseményekre vonatkozik. Ne abban reménykedjünk, hogy ez vagy az meg fog történni, vagy éppen nem történik meg. Abban áll a reményünk, hogy akiben bízunk, nem hagy el. Márpedig ebben tökéletes bizonyossággal reménykedhetünk. Bármi is történik, akár terveink szerint, akár nem, ami ér, ami jön, amit át kell élnünk, amit el kell viselnünk, abban mindig jelen van ő, aki az életünket a kezében tartja. Az iránta való ráhagyatkozó szeretet fog segíteni abban, hogy bízzunk benne, és ne akarjuk kivenni a kezéből akkor sem, ha éppen másként alakul, mint ahogy mi szeretnénk.

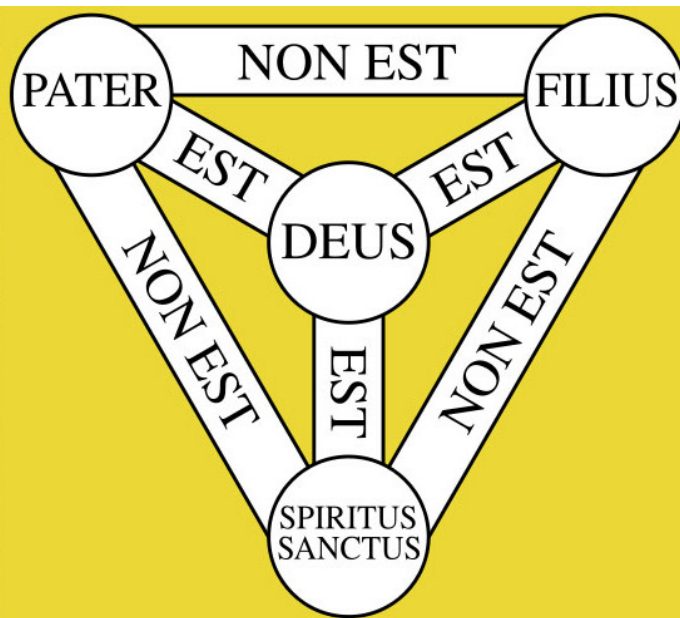
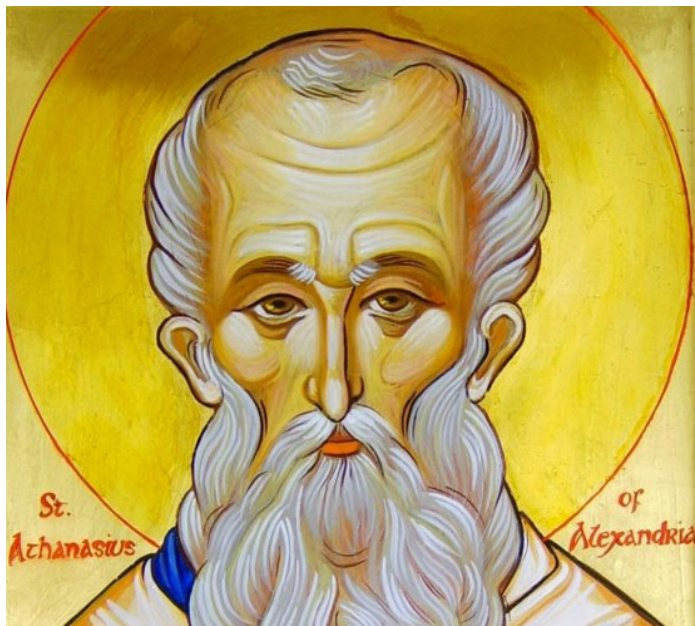
A krisztusi remény nem csal meg. Ez a remény nem hal meg. Ez a remény él, tovább él. Ez a remény éltet minket az új egyházi esztendőben is.



EGY TESTET ALKOTUNK VALLÁSOS MEGGYŐZŐDÉSÜNKBEN, ISTENTŐL EREDŐ ERKÖLCSI FEGYELMŰNKBEN ÉS KÖZÖS REMÉNYÜNK KÖTELÉKÉBEN. GYŰLEKEZETBE TÖMÖRÜLÜNK, ÖSSZEJÖVETELEKET RENDEZÜNK, HOGY MINTEGY HADSEREGGÉ FEJLŐDVE, KÖRÜLSÁNCOLJUK IMÁINKKAL ISTENT.

TERTULLIANUS





KONCZ ATTILA

Tíz érdekesség, tíz idézet – Szent Atanáz püspök és egyháztanító

Új sorozatot indítunk a Szemlélet hasábjain. Célja, hogy közelebb hozzuk olvasóinkhoz egyházunk történetének jelentős, de kevésbé ismert alakjait. Az első részben azt a tudós főpáosztort mutatjuk be, akinek nevét viseli az 1950-ben alapított felsőoktatási intézményünk, a nyíregyházi Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskola.

TUDDTAD...?

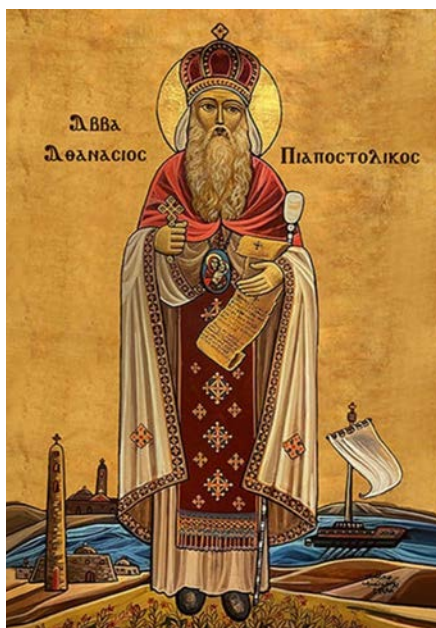
Szent Atanáznak (*298 k. – †373) több előneve használatos: a Nagy, illetve az Alexandriai jelzővel is illetik, hogy megkülönböztessék – többek között – Athoszi, Sinai-hegyi, illetve Paroszi Szent Atanáztól. Az Alexandriai kitétel születésének, illetve püspöki szolgálatának helyszínére utal.

Szent Atanáz írásai arról tanúskodnak, hogy nemcsak keresztény teológiát tanult, hanem jól ismerte Platón, Arisztotelész, Homérosz műveit és az újplatonizmus tanítását.

Szent Atanáz élete során többször száműzték az igaz tanításhoz való hűsége miatt. Ezért hosszabb időt volt kénytelen eltölteni Trierben, Rómában, Aquileiában, valamint rejtőzködni a sivatagi atyák körében.

Szent Atanáz meletianus ellenfelei (a thébai Meletiosz püspök szakadár cso-

portjának tagjai) gyilkossággal vádolták meg, és a palesztinai Caesareába zsinatot hívtak össze letételére. Tervük azonban meghiúsult, mert kiderült, hogy az állítólag megölt püspököt ők maguk



rejtették el egy kolostorban. A császár elismerését kifejező levéllel állt ki Atanáz mellett.

Szent Atanáz volt az egyik legnagyobb és legkeményebb ellenfele Ariusnak, aki azt tanította, hogy a Fiú nem egylényegű az Atyával. A hagyomány úgy tudja, hogy egy alkalommal a vita hevében Atanáz nem tudta türtőztetni magát, és pofon ütötte riválisát.

Szent Atanáz nevéhez fűződik az a lista, amely – a ránk maradt ókeresztény iratok közül – elsőként sorolja fel az Újszövetség könyveit a ma ismert kánon szerinti formában, cím szerint említve őket.

Szent Atanáz még életében megkapta kortársától, Nazianzi Szent Gergelytől „az Egyház oszlopa” és „az ortodoxia atyja” kitüntető elnevezéseket.

Szent Atanáz a börtönörök és a migrénes fejfájástól szenvedők védőszentje.

Szent Atanáz általában püspöki díszben ábrázolják, többnyire a négy nagy keleti egyházatya csoportjában, fedetlen fővel, ritkábban mitrával vagy szerzetesként, fehér hajjal és szakállal.

Szent Atanáz jellegzetes attribútuma a csónak (mivel a Níluson találkozott üldözőivel), illetve a sugárzó háromszög (az ariánusokkal szemben megvédett Szentháromság jelképeként).



GONDOLATOK SZENT ATANÁZTÓL

Isten, a világ teremtője túlradó szeretetében tulajdon Logosza, a minket üdvözítő Jézus Krisztus által saját képére teremtette az emberi nemet, s azt akarta, hogy az ember a kegyelem birtokában igazán boldog, halhatatlan életet éljen.

Az Úr szenvedett, hogy az embernek halhatatlanságot szerezzen: leszállt, hogy minket felmagasztaljon; halandóságba alázza magát, hogy ami halandó, halhatatlanságba öltözzék; a halálba ment, hogy nekünk halhatatlanságot adományozzon, s a holtakat élettel ajándékozza meg.

A rossz nem származik a jóból, nincsen is benne, s nem létezik általa. A jó nem lehet többé jó, ha a rosszal vegyülne vagy forrása volna a rossznak.

Miként azok, akik elfordulnak a naptól és sötét helyen tartózkodnak, úttalan utakon bolyonganak, a jelenlevőket nem lát-

ják, a távollevőket pedig jelenlevőknek képzelik, s bár néznek, mégsem látnak, éppúgy azok is, akik elfordultak az Istentől és lélekben elsötétültek, mint a részegek és vakok oly dolgokat képzelnek el, melyek nem is léteznek.

Csak az ember gondol kívül álló dolgokra, jeleníti meg magának a távollevőt, mérlegel és határozza el magát szabad ítélettel arra, amit jobbnak ismert meg. Az értelem nélküli teremtmények csak a jelenvalókat látják, és csak arra törekcszenek, ami szemük ügyébe esik, még ha ebből kár is háramlik rájuk. Így mindenki tapasztalja, hogy az emberi értelem más valami, mint a testi érzékek.

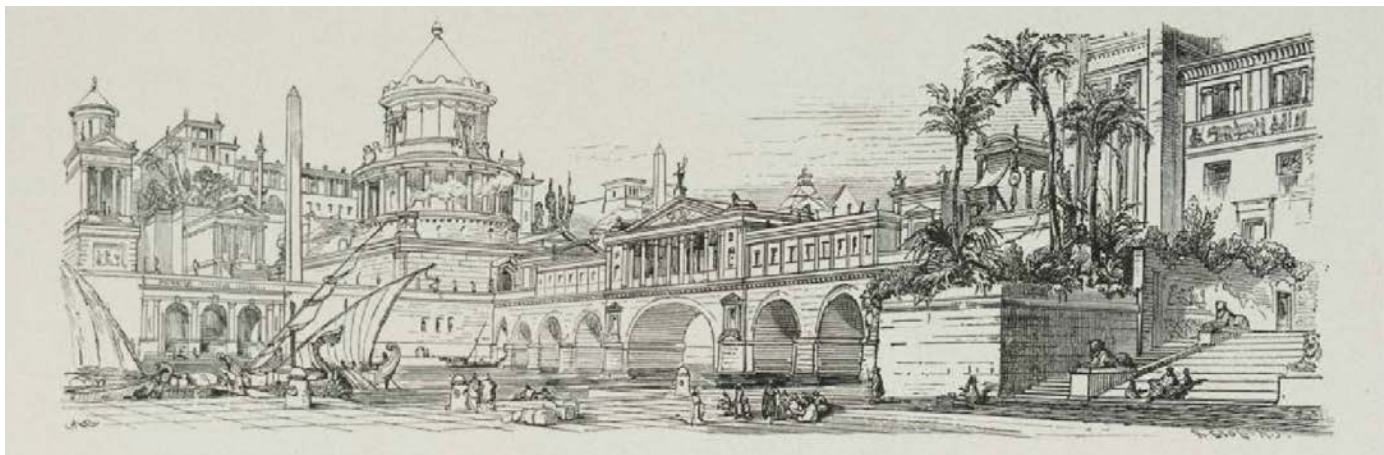
Ha a test természeténél fogva halandó, akkor a léleknek halhatatlannak kell lennie, hisz egészen más, mint a test. Ha továbbá a lélek az, amely a testet mozgatja, úgy ebből következik, hogy a lélek, mely magamagát mozgatja, a testtől való elválása, s ennek eltemetése után is önmaga mozgatja magát, vagyis tovább él, mert hisz mozgása nem más, mint élete.

Ha tehát a természetben nem szabálytalanság, hanem szabályosság, nem rendetlenség, hanem rend uralkodik, és mindenben összhang, józanul gondolkodva arra kell következtetnünk, hogy létezik egy Úr, akitől mindez származik, s aki ezt az összhangot létrehozta.

Mint mikor egy hatalmas király valamely nagy városba jön, s bár ott csak egy házban vesz lakást, mégis az egész városnak szerez becsületet, úgy, hogy nem támadja azt meg többé ellenség vagy rabló, hanem teljes tiszteletben tartja a benne, bár csak egyik házában lakó király miatt – így volt a dolog a mindenség királyával is. Az emberi nem elpusztult volna, ha az Úr és üdvözítő, Istennek Fia nem jött volna el a halálnak véget vetni.

Meghalt, mivel halandó volt, de feltámadt, mivel az élet volt benne, feltámadásának tanúi pedig az ő művei.

Ha az Úr nem lett volna emberré, mi nem váltattunk volna meg bűneinktől, s nem támadtunk volna fel a halálból. Meghalt testben, de ismét feltámadt, mert maga Isten volt e testben. Azért lett az Ige, mely Isten volt, testté, hogy testben megöletve, hatalmával minden embert életre keltsen.



Kegyelmet a malasztnak!

„...ὅτι ὁ νόμος διὰ Μωϋσέως ἐδόθη, ἡ χάρις καὶ ἡ ἀλήθεια διὰ Ἰησοῦ Χριστοῦ ἐγένετο.”

„... mert a törvény Mózes által adatott;
a malaszt és igazság Jézus Krisztus által lett.” (Jn 1,17)

Eszmélesemről kezdve papi életem során végig ezek a szavak – mindkét nyelven – húsvéti ünnepem, örömöm részét képezték, köztük különösképpen a malaszt kifejezés.

A teológiát elvégezve, a szükséges vizsgákat letéve, mégis sokáig hiányérzetem volt a kegyelemtan vonatkozásában. Hosszú évek múltán egyszer – hiszem, a Szentlélektől vezetetten – eszembe jutott húsvéthoz kötődően a malaszt, s ezzel együtt a görög megfelelője: a χάρις szó. A szótárt kézbe véve elámultam ennek a szónak hallatlan gazdag jelentéstartalman; gyönyörű magyar nyelvünk e szó tekintetében szégyenynek bizonyul; tíznel is több szóra van szüksége az egyetlen görög szó árnyalatainak megmutatására: kellem, kecs, bájt; kedv, kedvezés, kedveskedés; köszönet, hála, vonzalom; kegy, kegyelem, jóakarát, öröm, gyönyör (Soltész–Szinyei: *Görög–magyar szótár*).

E felismerésemet megelőző hiányérzetemet, s a megtalált válasz indoklását az alábbi idézet teszi érthetővé, melynek tartalmával teljesen azonosulni tudok:

„Jézushoz a héber hagyományból legközelebb a zsoltárok álltak. Alig van megnyilatkozása, melyben a zsoltároknak ne lenne célzást, ne használna belőlük szót, ne idézne belőlük sorokat. A zsoltárok egyik legfontosabb szava az, hogy *heszed*. A szó a görög *kharisz*nak és a latin *gratián*nak mélyebb árnyalatok nélkül és nagy vonalakban megfelel. Európában a nemzeti nyelvekben hasonló szó nincs. Kegyelemmel fordítják, teljesen értelmetlenül, durván és hamisan. A *heszed* olyan mérhetetlen hatalom, amely nem tud másként megnyilatkozni, mint gyengédség. A kegyelem tulajdonképpen a megenyhült szigorúság, az ítélő és bíró szigorúságának megszelídülése. A *heszed*ben ilyesmi nincs. Inkább az öröm szava. Héber köszöntés, amit Pál is használ: *heszed va-salom* szeretet és béke. Sokszor ujjongás, néha áldás, bizonyosság, gyönyör, elragadtatás afölött, hogy a világ színültig van *heszed*del, vagyis szeretettel teljes szelíd gyengédséggel. De a *heszed*, mint a *kharisz* és a *gratia*, kedvességet és bájt is jelent. Sok benne a mosoly és a simogatás, és ha az embert a *pneuma tész kharitosz* (*ruah neddibbah*) elragadja, nem képes maga körül elviselni boldogtalanságot és zavart, kétséget és homályt. *Heszed* az ítélet másik oldala, amikor a bíró emelvényéről lelép, a vádlottat magához szorítja és megcsókolja.

Az Evangélium azt mondja, hogy az Úr a Messiásra ruházta az ítélet jogát, és ezzel neki adta a *heszedet*, a szelidséget, a tapintatot és a bájt. Senkit soha meg nem bántott és mindenkinek megbocsátott. Hogy Isten mindentudó és mindenható, ez nagyrészt teológia. Ha Jézus Istennel beszél, úgy látja, hogy szelíd és kedves. Ezért Jézus mindenkit úgy szólít meg, mint akiben Isten lakik.”

Hamvas Béla: *Scientia sacra III.*, 100. old.

A kegyelem szóval kapcsolatos nehézségem, hogy nem érzem belőle azt a gyöngédséget, mellyel Isten felénk közelít, s engem örömmel tölthet el, – amelyet a héber *חַסֵד* (*heszed*), a görög *χάρις*, a latin *gratia* magában foglal; – félrevezetettnek érzem magam. A *χάρις*-ből kiindulva: bár valóban megvan benne a kegyelem tartalma, de az csupán egy töredéke az egésznek, s nem is a legjellemzőbb. Olyan ez, mintha a kenyert a liszttel jellemezném, a szívárványt a kék színnel azonosítanám; s miközben a valóságot mondom, mégis messze járok az igazságtól – tehát információval félrevezetem az igazságot keresőt.

Számomra a kegyelem az irgalom szinonimája, melyre mindhárom nyelvben külön szó szolgál: a héberben a *חַנּוּן* (*hanan* = megszán, könyörül) igéből származó *Hanna* (*חַנָּה*) névben ismerhető fel, a görögben: *ἔλεος*, a latinban: *miserericordia*. Ha a kegyelem szavunk – mai teológiai szóhasználatunkban – mindkét tartalmat megjeleníti, honnan tudom meg a zsidó nyelven vagy a görögül író szent szerző, vagy a kettőt helyesen megkülönböztető latin fordító eredeti szándékát? Elegendő-e, helyes-e a köznyelvben szinonim két szó egyikének teológiai elhatározással új jelentéstartalmat adni? S a Biblia felé nyitott olvasó erről hogyan vesz tudomást?

Ezek a nehézségeim a kegyelem fogalommal szemben.

Mi szól a malaszt mellett?

1.) Első becses magyar nyelvemlékünk már tartalmazza ezt a szót. Íme, a Halotti Beszédben:

„Ményi milosztben terömtévé elevé miü isémüköt Ádámot és aduttâ valá neki pârâdicsumot hâzoá.”

2.) Ugyanezen szövegből egyértelmű, hogy a malaszt jövevény-szó, mégpedig szláv eredetű. (Ne felejtsük, sok jövevény szavunk van a szláv nyelvből: pl. *drága*, *pecsét*, *mezsgye*, de legin-

kább a *kereszt* és (a latin *Christianus* szónak a szláv formájú [христианин]-ból magyarított) *keresztény* szavunk. Bizonyára nem erőltetett ebben annak bizonyítékát is látni, hogy nemcsak a kereszténységünk lényegéhez tartozó malaszt szó, de maga a kereszténységünk kezdete is kelethez, a keleti rítushoz köthető, keletről jött őseink megkereszteltként már hozták magukkal. (Ha nyugatról indult volna kereszténységünk, *miloszt* helyett bizonyára a *gratia* lenne első nyelvmelkünk része.)

3.) Az előbbieknél is lényegesebb, hogy e szó jelentésárnyalatában követi a héber *heszed*, a görög *kharisz* és a latin *gratia* szavakat. Az orosz nyelvben милый = dicső, jó, kedves; bájos, csinos, szeretetreméltó; милость = kegy, jóindulat, nagylelkűség; könyörület, kegyesség, (*vall.:*) kegyelem, malaszt.

A kegyelem, irgalom büntetést elengedő tartalmi megjelenítésére pedig a szláv nyelvben a помиловать = *megkegyelmez* igéből eredően a помилование = *megkegyelmezés, megkönyörülés* főnév szolgál. (Hadrovics-Gáldi: OROSZ-MAGYAR SZÓTÁR) Ezáltal a Biblia, a Szent Liturgia, vagy szertartásaink ősi szövegeinek fordításában az egyházi szlávban, – s feltételezem a többi szláv nyelv szóhasználatában is – nyomon követhető a két különböző tartalom.

Tudom, manapság nehéz a malaszt szót kimondani, gyermekeknek például az *Üdvözlégy*-ben helyes kiejtéssel és tartalommal tanítani, de odafigyeléssel a gyermekekkel is, a vallásukat megélt felnőttekkel is meg lehet értetni precízen megfogalmazott, következetes tanítással, annak helyes tartalmát. Azért fontos, hogy megértsük, ne feledjük: mi nem egyszerűen azok a bűnösök vagyunk, akiknek Isten magát kötelezve pillanatról pillanatra kénytelen megbocsátani, kegyelemben részesíteni, – hanem akiket szeretetben teremtett, s ÖRÖMHÍRÉNEK gyümölcseként fogadott fiainak tudhatjuk magunkat, eltölt minket malasztjával, s megváltó tetteivel üdvösségben, örök országában, örök örömben, s boldogságban akar minket részesíteni: „...a bíró emelvényéről lelép, a vádlottat – engem is, bízom benne!, – magához szorítja és megcsókolja.”

Nem lehetne a liturgikus szövegeinkben még meglévő néhány helyen meghagyni a malaszt szavunkat? Fontoljuk meg: érdekes-e feláldozni a korszerűség oltárán, liturgikus gyakorlatunkból teljesen kiiktatni a malasztot?

Én – fogadatlan prókátorként – kegyelmet kérek a malaszt számára!

(P.s.: Kb. negyven évvel ezelőtt lelkész barátom kérésére lefordította héberre a János-prológos 17. versét, melyben – dohogásomtól függetlenül – a χάρις-nak a *heszed*-et látta megfelelőnek.)



KONCZ ATTILA

Egy ismeretlen ismerős

NICEA ÉS AZ ELSŐ EGYETEMES ZSINAT

Ha máshonnan nem, hitvallásunk címéből mindannyian jól ismerjük a kis-ázsiai Nicea nevét. Görög formában is használatos, akkor Nikaiaként hivatkozunk rá. Éppen 1700 esztendővel ezelőtt adott otthont az első egyetemes zsinatnak, amelynek középpontjában a Jézus kettős, egyszerre isteni és emberi természetének értelmezésével kapcsolatos kérdések álltak, főleg az arianizmussal szembeni fellépés jegyében. A tanácskozás során kikristályosodott hitvallási formula, amit aztán Konstantinápolyban bővítenek ki az ősi hit részletesebb kifejtésével, ma is az egyik legfontosabb összekötő kapocs a keleti és a nyugati kereszténység között.

EGY VÁROS A TÖRTÉNELEM VIHARÁBAN

A hagyomány szerint a települést a bottiaiaiak gyarmatosították, és eredetileg Ankoré (Ἀγκόρη) vagy Helikóré (Ἑλικόρη) volt a neve, mások szerint viszont a Nagy Sándor seregéből – Thermopülai közelében, Lokrida Nikaiából – származó katonák alapították. Az utóbbi változat azonban még az ókorban sem terjedt el széles körben. Bármi is az igazság, a helyszínen létesült első görög gyarmatot valószínűleg a misiaiak pusztították el, és Antigonosz I. Monophtalmoszra, Nagy Sándor egyik utódjára (diadokhosz) hárult, hogy Kr. e. 315 körül Antigonéia (Ἀντιγονεία) néven újraalapítsa a várost, saját magáról elnevezve. Antigonosz köztudottan bottiaiai katonákat is letelepített a környéken, ami megerősíti a hagyományt, miszerint a várost ők alapították. Antigonosz veresége és halála után a Kr. e. 301-es ipszoszi csatában Lüsimumakhosz foglalta el a várost, és átnevezte Nikaiává (Νίκαια, más átírásban Nikaia vagy Nicæa) nem sokkal korábban elhunyt felesége, Nikaia tiszteletére. A görög mitológia szerint egyébként nevét egy hasonló nevű nimfáról kapta, akit Dionüszosz megrészegített és megerőszakolt.



Kr. e. 280 előtt néhány esztendővel a város a bithüniai királyok helyi dinasztiájának fennhatósága alá került. Ez jelzi felemelkedésének kezdetét a királyi udvar székhelyeként, valamint a rivális Nicomediával való vetélkedését. A két város vitája, hogy melyikük a bithüniai „első város” (metropolis) cím birtokosa, évszázadokon át tartott.

Bithünia többi részével együtt Nikaia Kr. e. 72-ben a Római Köztársaság uralma alá került. A város az egész római korszak alatt Kis-Ázsia egyik legfontosabb központja maradt, és tovább folytatta régi vetélkedését Nicomediával a bithüniai és pontuszi római helytartó székhelyének rangjáért. A földrajztudós Strabón úgy írta le a várost, mint amelyet tipikus hellenisztikus módon, nagy szabályossággal, négyzet alakban építettek, kerülete 16 stadion, vagyis kb. 700 × 700 méter, területe 50 hektár. Négy kapuja volt, utcái derékszögben keresztezték egymást a hippodamoszi várostervezés szerint, így a központi emlékműtől mind a négy kapu látható volt. Ez az emlékmű a gimnaszionban állt, amely leégett, de Plinius Secundus (ifjabb Plinius), amikor a 2. század elején kormányzó volt, újjáépíttette és még díszesebbé tette. Írásaiban egyébként gyakran említi Nikaia középületeit.

Hadrianus császár Kr. u. 123-ban látogatta meg a várost, miután azt földrengés sújtotta, és újjáépítésébe kezdett. Az új várost kb. 5 km hosszú sokszög alakú fal vette körül. A helyreállítás csak a 3. században fejeződött be, és a falak nem tudták megvédeni a várost attól, hogy a gótok Kr. u. 258-ban kifosszák. A fennmaradt számos pénzérme bizonyítja a császárok érdeklődését és a város hűségét; sok érme nagy ünnepeket örökít meg, mint az Olympia, Isthmia, Dionüszia, Püthia, Commodia, Severia, Philadelpia stb.

A kereszténység Konstantin császár (Nagy Konstantin) uralkodása idején, a 313-as milánói ediktummal lett törvényes vallás a Római Birodalomban. Konstantin támogatta az új vallást, privilégiumokat biztosított neki, és ő lett az első császár, aki maga is felvette – bár csak halála előtt, Nicomediában keresztelkedett meg. Az ő uralkodása alapozta meg, hogy a lakosság többsége kereszténnyé váljon, s a vallás 380-ban a birodalom hivatalos vallása lett.

A Nikaiai Hitvallást (görögül: Σύμβολον τῆς Νικαίας, latinul: Symbolum Nicaenum), amely kimondta, hogy Jézus azonos lé-



nyegű (egylényegű) az Atyaistennel, és amely az egyházi tanítás alapjává vált, a városban tartott első egyetemes keresztény zsinat fogadta el 325-ben.

A második itteni egyetemes zsinatot, amely 787-ben ült össze, VI. Konstantin császár és Iréné császárné hívta össze, s I. Hadrián pápa is részt vett rajta. A zsinat rendezte az ikonrombolás ügyét, és elismerte Jézus és a szentek képeinek tiszteletét. Emellett megtiltotta a püspökök világi kinevezését, ezzel megerősítve az egyház államtól való függetlenségét.

A 4. századra Nikaia nagy, virágzó város, katonai és közigazgatási központ lett. Itt hirdették ki Valens császár uralmát (364), és itt bukott el Prokopiosz lázadása (365). A város püspöksége ekkor függetlenedett Nicomédiától, és metropólia rangot kapott. Azonban a 363-as és 368-as földrengések, valamint Konstantinápoly felemelkedése a 4. század végére hanyatlást indítottak el. Justinianus császár a 6. században helyreállította több épületét, köztük Hadrianus vízvezetékét.

A város a 8. században az Opszikon katonai kerületnek lett fővárosa, és a 10. században zsidó közösség is élt itt. 1081-ben a törökök vették birtokukba, majd az első kereszties hadjárat 1097-ben egy hónapos ostrom után visszaadta a bizánciaknak.

A 12. században a stabilitás és fellendülés kora következett. A 13. század elején, a Latin Császárság megalakulása után, Nikaia Theodórosz Laskaris bázisává vált, aki 1208-ban császárrá koronáztatta magát, és megalapította a Nikaiai Császárságot. Itt működött száműzetésben a konstantinápolyi pátriárka is, amíg 1261-ben vissza nem foglalták Konstantinápolyt.

A 14. század elején a Bizánci Birodalom hanyatlása miatt Nikaia védelme meggyengült. A peleanoni csatában 1329. június 11-én elszenvedett vereség után a város 1331. március 2-án hosszú ostromot követően megadta magát az Oszmán Birodalomnak.

ARIUS ÉS AZ ARIANIZMUS

Arius (Líbia, 260 k. – Konstantinápoly, 336) Antiochiai Lukianosz tanítványa volt. 306 körül csatlakozott a Meletiosz-féle szakadáshoz, de hamarosan visszatért, és Achillasz alexandriai püspök pappá szentelte. 313-tól Alexandriában a Baukalisz-

templom papja lett. Tanításával szemben 320 körül püspöke zsinatot hívott össze, melynek 100 résztvevője elítélte Ariust, aki Caesareai Euszébioszhoz, majd Nikomédiai Euszébioszhoz menekült. Egy Nikomédiában összehívott zsinat visszahelyezte hivatalába. Arius ekkor *Thalia* című művében összegezte tanítását. Visszatért Alexandriába, de 324-ben az antiochiai, majd 325-ben a niceai zsinat elítélte. Nagy Konstantin Illíriába száműzte, de 328-ban visszahívta. 335-ben a tírusz-jeruzsálemi zsinat visszaadta hivatalát. Konstantinápolyban, az ünnepélyes kien-gesztelődés előtt hirtelen meghalt.

Az Arius által alapított krisztológiai eretnokség alaptétele szerint a Fiú nem egylényegű az Atyával. Ma már nehéz kimutatni, hogy Arius mit vett át elődeitől, s mi az ő saját tanítása, hiszen mesterének, Lukianosznak írásaiból is csak töredékek maradtak meg. Arius szerint az egyetlen örök létező Isten, aki nem lett sem teremtés, sem nemzés által. Ő ilyen értelemben az Atya, aki a világ teremtése céljából létet adott a Fiúnak, a Logosznak. A Fiú az idők előtt lett, közvetlenül az Atyától, ezért ő nem egyszerűen a teremtmények egyike, és nem az Atya lényegéből való, ezért nem egylényegű, nem homoousiosz vele. Más, mint az Atya, igazában nem is hasonló hozzá. Őt az Atya semmiből teremtette, ezért van kezdete, alá van vetve változásnak és tévedésnek. Arius ugyan néha úgy fejezi ki magát, hogy az Atya nemzette a Fiút, de ez az állítás csak a kegyelmi rendben vonatkozhat a Fiúra, nem a természet rendjében. A Logoszt csak annyiban lehet Istennek mondani, amennyiben részesedik a kegyelemben. Ezért ő nem is azonos az Atya bölcsességével és szavával, amelyről az Ószövetség beszél. Végeredményben tehát az Atya, a Fiú és a Szentlélek különböző, egymáshoz nem is hasonló személyek.

A későbbiekben az ariánus teológia nem sokat fejlődött. A viták, a helyi zsinatok és az egymást követő hitvallási formulák az eredeti tanítás egyes tételeit letompították, de ez nem igazi fejlődés, hanem inkább a politikai számítás vagy nyomás eredménye volt. Ariusnak különösen két követője törekedett arra, hogy az arisztotelészi dialektika segítségével tudományos rendszert állítson fel: az antiochiai Aetiosz és a küzikoszi Eunomiosz. Ők isteni alaptulajdonságnak az eredetnélküliséget vették, s azt csak az Atyára alkalmazták. Ebből következett, hogy a Fiú és a Szentlélek, amennyiben eredetük az Atyában van, nem lehetnek egyenrangúak vele, hanem csak teremtmények. Nem gondoltak arra, amit főleg a nyugati atyák kezdettől fogva hangoztattak,



hogyan az eredetnélküliség, a magátólvalóság az isteni lényegre vonatkozik, s ezt mind a három személy egyformán birtokolja, és egy is vele. A különbség csak a személyek relációiban van. A Fiú úgy születik az Atyától, hogy az Atya egész lényegét közli vele, mégpedig nem időben, nem egymásutániságban, hanem örök létében.

AZ ELSŐ EGYETEMES ZSINAT

Az Egyház történetében az első általános zsinat az volt, melyet Nagy Konstantin császár 325-ben Niceába hívott össze. Június 19-től augusztus 25-ig tartott ülésein 318 (többnyire keleti) püspök vett részt. A pannóniai tartományból Domnus stridói püspök volt jelen.

A zsinat három kérdésben határozott:

1. az arianizmus vonatkozásában,
2. a húsvét időpontjának kiszámításáról,
3. az egyiptomi Lykopolis püspöke, Meletius által okozott szakadás megszüntetéséről.

Az arianizmus volt az első nagy eretnecség, mely lokális jellelgen túlmenve egész országokra kiterjedt. E keleten keletkezett tévtanítás itt csak rövidebb ideig maradt életképes, de annál maradandóbb hatást tudott elérni a nyugaton, melynek népei túlnyomó részt annak hódoltak.

Az ortodox hittel ellenkező tévtant már a 318. és 321. évi alexandriai tartományi zsinatok siettetek kárhozatalni, s ennek kapcsán Ariust hivatalától megfosztani, csak hogy annyira népszerű maradt a világi híveknél, hogy tanainak gyors elterjedését

nem lehetett megakadályozni. Ezért tartotta szükségesnek a niceai zsinat azt, hogy Arius tévtanával szemben megállapítsa azt a dogmatikus tant, hogy a Fiú az Atyával egylényű. Ez a görög elnevezés szerint a „homousios” tana.

Az arianizmus főleg azokkal a költeményekkel és énekekkel terjedt, melyekben tanait dicsőítették. Így azután a püspökök ösztönszerűleg érezték, hogy az eretnek dalokkal igazhívó költeményeket kell szembeállítani. Ez az erőkifejtés vezetett az egyházi költészet és zene műveléséhez, melynek a görögöknél Nazianzi Szent Gergely, a szíriaiaknál Szent Efrém, a nyugaton Szent Ambrus milánói püspök és Nagy Szent Gergely pápa lettek mesterei.

E zsinat a Szentírás szavait kiforgatni törekvő Arius és követőivel szemben a niceai „symbolum” neve alatt ismert hitvallást állapította meg, mellyel minden további kétértelműségnek elejét kívánta venni.

A jelenlévő Caesareai Euszébiosz szerint a palesztinai Caesareában használt keresztségi hitvallást vették alapul, s ezt a belső elemzés is megerősítette, de a szintén jelenlévő Szent Atanáz szerint az ariánusok állításait szó szerint vissza akarták benne utasítani, ezért három kiegészítést fűztek bele: „az Atya lényegéből”, „született, nem teremtett”, és „egylényegű az Atyával”. Átvették a caesareai hitvallás kifejezéseit: „Isten az Istentől”, „világosság a világosságtól”, amelyek Órigenészig vezethetők vissza. A krisztológiai rész kifejezéseivel elűt a nyugati formuláktól, de be van ágyazva az ősi szentháromsági keretbe.

Ariusszal szemben kijelentették, hogy Jézus Krisztus a mi Urunk, valóban az Isten Fia, aki az Atyától az isteni lényegét örök nemzés alapján kapta, s így isteni természete egy az Atyával. Az egylényegű (homousiosz) azt jelenti, hogy lényege ugyanaz, mint az Atyáé, és semmiben sem különbözik tőle. Mivel a hitvallás elején az áll, hogy egyetlen Isten van, az Atya, s utána azt állítja, hogy a Fiú lényege azonos az Atyáéval, ezzel azt mondta ki, hogy szám szerint ugyanarról a lényegről van szó. Az örök nemzésben a lényeg nem sokszorozódik, a Fiú istensége ugyanaz, mint az Atyáé. E hitvallást a pápák és a zsinatok mindig úgy tekintették, mint az igaz hit kifejezését.

A niceai zsinatnak második elintézésre váró tárgya a húsvéti ünnep egyöntetű megülésének nehéz kérdése volt, melyre nézve két, egymástól eltérő gyakorlat fejlődött ki, nevezetesen a kisázsiai és a római. Az idő tekintetében annyiban megközelítette egymást e két gyakorlat, hogy a történelmi idő sorrendjének megtartására a megváltás nagy ünnepét a niszán hó 14. napjára tűzték ki, de nem azért, mintha a zsidó törvényt kötelezőnek ismerték volna el, hanem azért, mert Krisztus szenvedése akkor kezdődött.

A differenciák azután a közös kiindulási alap dacára onnan eredtek, hogy míg a római egyház a péntekhez és a vasárnaphoz ragaszkodott, mint amelyeken Krisztus meghalt, illetőleg feltámadt, addig a kisázsiai keresztények ama naptári dátumhoz alkalmazkodtak, melyen Krisztus kinszenvedése bekövetkezett, s ez a nap a niszán hónap 14. napja volt. Abban az esetben, ha





a niszán 14. napja péntekre esett, akkor mindkét párt egy napon ünnepelte a húsvétot, a többi esetekben azonban különböző időben.

A kis-ázsiai keresztények a húsvétot a tavaszi napéjegyenlőség utáni holdtölte napján ünnepelték, tekintet nélkül arra, hogy az a hétnek melyik napjára esett, s a holdtölte a zsidó niszán 14. napján volt-e. Mivel rendszerint egybeesett, ezért az ő húsvétjuk a zsidók ünnepével szokott egy időben lenni.

A nyugati egyház hívei azonban nemcsak a holdtölte, de ezzel együtt a péntek és vasárnap figyelembevételével számoltak, így Rómában a húsvétot a tavaszi napéjegyenlőség utáni holdtölte követő vasárnap tartották meg, és így megtörténhetett, hogy a holdtölte éppen vasárnapra esett, amikor is a húsvétot egy héttel később, vagyis a rá következő vasárnapon tartották meg.

A számítási differenciákat végül Dionysius Exiguus, Rómában élt szerzetesnek sikerült kiegyenlíteni, s a római számítást az alexandriaival összeegyeztetni (525-ben). Korábban Iulius Caesar a Sosigenes alexandriai csillagász számításai alapján készült, úgynevezett „Julián naptárt” léptette életbe, melyet a kereszténység is elfogadott. Ez viszont abban a csillagászati hibában szenvedett, hogy az év 11 perccel és 14 másodperccel hosszabb volt, mint a csillagászati év, mely differencia következtében a polgári időszámítás mindjobban eltért a Nap járásától, úgyhogy a tavaszi napéjegyenlőség, mely Iulius Caesarnál március 24-ére esett, a niceai zsinat idejében március 21-én volt. A szükségessé vált naptárjavítás kérdését XIII. Gergely pápa 1582. évi február 14-én kelt bullájával rendezte.

A harmadik tárgy, mely elintézésre várt, a Meletius lykopolisi (Thebais) püspök által támasztott vita, mely éppen úgy, mint a karthágói egyházban, akörül forgott, hogy lehet-e az egyházi üldözések idejében az Egyháztól elszakadt keresztényeket (lapsi), valamint a Szentírásokat az üldözőknek kiszolgáltató híveket (traditores) az Egyházba visszafogadni, mely kérdésben Meletius szigorúbb álláspontra helyezkedett, mint az alexandriai pátriárka.

Az egyházkormányzat kialakulásában ugyancsak szerepe volt a niceai zsinatnak azzal, hogy a pátriárkai és ezzel a metropolitai szervezetet létesítette. E zsinatig a püspökök nem voltak egymásnak alárendelve, s még a római püspök primátusa sem léphetett az üldözések alatt előtérbe. A niceai zsinat 6. és 7. kánonja aztán megállapította a főpüspökök sorrendjét is, mely egyházi beosztásnál abból a vallásos felfogásból indult ki, hogy az apostolfejedelem által alapított püspöki székeket pátriárkai rangra emelte. Így jutott első helyre Róma, ahol kétségtelenül Péter apostol alapított püspökséget; második helyre Alexandria, ahol a hagyomány szerint Márk evangélista alapította a püspökséget, de mivel ő az apostolfejedelem szellemi gyermeke volt, az egyiptomi hagyomány ezt az alapítást közvetve Szent Péternek tulajdonítja. Harmadik helyre került Antiochia, ahol Péter még azelőtt volt püspök, mielőtt székhelyét Rómába tette volna. Ezt a rangsort a következő konstantinápolyi zsinat azzal módosította, hogy a konstantinápolyi pátriárkát közvetlenül a római után helyezte, s ezzel azt az alexandriai és antiochiai pátriárkák elé helyezte.

Visszatértünk a Hiszekegy eredeti szövegéhez

GÖRÖGKATOLIKUS EGYHÁZUNK SZEPTEMBER ELSEJÉTŐL VISSZATÉRT A HISZEKEGY EREDETI, AZ I. (NIKAIÁ, 325) ÉS II. (KONSTANTINÁPOLY, 381) EGYETEMES ZSINATON MEGFOGALMAZOTT SZÖVEGÉHEZ. EZ A DÖNTÉS A HIERARCHÁK TANÁCSÁNAK HATÁROZATA, AMELY EGYHÁZUNK ŐSI HAGYOMÁNYÁHOZ ÉS AZ EGÉSZ KERESZTÉNYSÉG KÖZÖS HITÉHEZ IGAZODIK.

Az alábbi két változással térünk vissza a hitvallás eredeti szövegéhez:

1. A „Filioque” betoldás elhagyása

A Szentlélekről szóló részbe a nyugati kereszténység a VI. században illesztette be a „Filioque” szót („...az Atyától és a Fiútól származik”), hogy jobban hangsúlyozza a Fiú istenségét az egyre jobban terjedő ariánus eretnekséggel szemben. Azonban ez a kiegészítés nem szerepelt az eredeti, 381-ben elfogadott hitvallásban.

Az evangélium alapján Jézus így tanít: „Amikor eljön a Vigasztaló, akit én küldök az Atyától, az Igazság Lelke, aki az Atyától származik, ő majd tanúságot tesz rólam” (Jn 15,26). Ezt fogalmazta meg a zsinat is: „Hiszünk a Szentlélekben, Úrban és Éltestőben, aki az Atyától ered.”

Az utóbbi évtizedekben pápák és ortodox pátriárkák közösen is az eredeti szöveget imádkozták: például 1987-ben Szent II. János Pál pápa és Dimitriosz pátriárka, majd 1995-ben I. Bartholomaiosz pátriárka jelenlétében is a görög változat hangzott el, a „Filioque” nélkül. A Vatikán teológiai bizottságai többször is megerősítették, hogy a Konstantinápolyban megfogalmazott szöveg az egész egyház „egyetlen közös hitének” kifejezése.

Ezért szeptembertől mi is így imádkozzuk: „**hiszek a Szentlélekben, Urunkban és elevenítőnkben, aki az Atyától származik.**”

2. Az „egylényegű” kifejezés visszaállítása

A hitvallás Jézus Krisztusra vonatkozó része eddig így szólt magyarul: „...ki az Atyával egyvalóságú, ki által mindenek lettek”. Ez a fordítás azonban pontatlan. Az eredeti

ti görög és latin szövegben az „ὁμοούσιος” (homoúsziosz)/ „consubstantialis” szó áll, amelynek helyes fordítása: **egylényegű**. Ez fejezi ki legpontosabban, hogy a Fiú valóban ugyanazon isteni lényegét hordozza, mint az Atya. (A római katolikusok is ezt a szót használják.)



Hűség a hagyományhoz

A II. Vatikáni Zsinat tanítása szerint a keleti egyházaknak vissza kell térniük saját ősi hagyományaikhoz, ha valamikor eltértek tőlük (Orientalium Ecclesiarum 2., 6., Unitatis Redintegratio 16., 17.). Szent II. János Pál pápa bátorította is a görögkatolikusokat, hogy „fedezzék fel újra önazonosságuk hiteles hagyományait, és ahol szükséges, állítsák helyre az eredeti tiszta állapotot.” (Orientale Lumen 21.)

Ezért a változtatás nem újítás, hanem visszatérés az őseink által imádkozott szöveghez, amely hűséges a Szentíráshoz, az egyházatyák tanításához és az első zsinatok döntéséhez.

Hogyan imádkozzuk szeptembertől a Hiszekegyet?

A Hierarchák Tanácsának döntése alapján 2025. szeptember 1-jétől minden templomban és közösségi alkalmon az eredeti, helyreigazított szöveget imádkozzuk. Ennek érdekében minden parókiára és intézménybe imakönyv méretű segédlapok kerültek, amelyek tartalmazzák a Hitvallás helyes szövegét.

Hiszek egy Istenben, mindenható Atyában, mennynek és földnek, minden látható és láthatatlan dolgoknak teremtőjében.

És az egy Úrban, Krisztus Jézusban, Isten egyszülött Fiában, ki az Atyától öröktől fogva született, világosság világosságtól, igaz Isten igaz Istentől, aki született és nem teremtett, ki az Atyával egylényegű, ki által mindenek lettek. Aki miérettünk, emberekért és a mi üdvösségünkért mennyből alászállott és megtestesült a Szentlélektől és Szűz Máriától, és emberré lett. És megfeszítettett miérettünk Poncius Pilátus alatt, és szenvedett és eltemetett és feltámadott harmadnapon az Írások szerint. És fölment a mennyekbe és ül az Atyának jobbán, és ismét eljövend dicsőséggel ítélni eleveneket és holtakat, és az ő országának nem lesz vége.

És a Szentlélekben, Urunkban és Elevenítőnkben, ki az Atyától származik, ki az Atyával és Fiúval együtt imádtatik és dicsőíttetik, ki szólt a próféták által.

Hiszek egy, szent, katolikus és apostoli Anyaszentegyházban. Vallok egy keresztiséget a bűnök bocsánatára. Várom a holtak föltámadását és a jövőndő örök életet. Amen.



TÓTHNÉ ESPÁN MARGARÉTA

„Kereszteltetik Isten szolgája...”

– A keresztelés története a katekumenátustól a gyermekkeresztségig

Napjainkban a kereszteni családok számára természetes, hogy gyermekük pár héttel, hónappal a születése után a keresztség szentségében részesüljön. Az ősegyházban viszont kezdetben kizárólag felnőtteket kereszteltek. A beavató szentségek vételéig hosszú út vezetett, amit a hit iránt elkötelezettek a keresztenyüldözés idején is vállaltak.

Több évszázadon át a katekumenátus intézménye adott lehetőséget a zsidóságból vagy a pogányságból megtérő felnőtteknek a keresztség felvételére. Bár a felkészülésnek ezt a formáját lassan felváltotta a gyermekkeresztség, ma is vannak, akik felnőttként szeretnének csatlakozni a kereszteni közösséghez. Az elmúlt években Kocsis Fülöp érsek-metropolita az ősi hagyománynak megfelelően húsvét vigliáján végzett felnőttkeresztelet.



A katekumenátus kialakulásáról és a gyermekkeresztség kérdéséről **Nyirán Jánost**, a Görögkatolikus Metropólia fődiakónusát, a Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskola tanárát kérdeztem.

✠ **Az Evangéliumokból tudjuk, miként keresztelkedett meg Jézus a Jordán folyóban. Hogyan alakult ki később a keresztelés szertartása, és egyáltalán ki részesülhetett benne?**

Jézus, feltámadását követően e szavakkal fordul tanítványaihoz: „Menjetek, és tegyetek tanítvánnyá minden népet! Kereszteljétek meg őket az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében!” (Mt 28,19). Ezt a missziós parancsként ismert útmutatást az egyház mindmáig követi. Az Apostolok Cselekedeteiben olvashatjuk, ahogy Fülöp apostol megkereszteli Kandaké szolgáját. Találkozásukkor az etióp tisztviselő Izajás próféta könyvébe mélyed, míg Fülöp elmagyarázza neki az Írás jelentését, és „valamilyen” vízhez érve megkereszteli őt (vö.: ApCsel 8,36–39).

Az első századok kereszteni életéről szóló feljegyzések száma eléggé csekély, de azt biztosan tudjuk, hogy a 2–3. század során heves üldöztetések sújtották a híveket. Azok, akik vágytak a keresztségre, titokban tartották szándékukat, hiszen felfedésük esetén vértanúságra számíhattak. Néhány fennmaradt irat tanúsága szerint az első keresztenyek böjttel és imádsággal készültek a keresztség felvételére, mígnem lassan kialakult a katekumenátus „intézménye”. A katekumenek, azaz hitjelöltek, a közösség előljárója vagy egy tapasztalt hívő vezetése alatt készültek fel a keresztelésre. Arra vonatkozóan, hogy ki végezte a keresztelet, Jusztinosz 2. századi apológiájából nyerhetünk némi információt, mivel egy kereszteletési liturgiát is leír, ahol – még szó szerint – nem pap, hanem a közösség előljárója végzi a szertartást.

✠ **Miből állt ez a felkészülés?**

A katekumenátus időszaka hozzávetőleg három évig tartott (1. katekumenátus), és több szakaszra tagolódt. A beavató szentségekre való közvetlen felkészülés az adott nagyböjti időszakhoz kapcsolódott (2. katekumenátus), melynek végén a jelöltek részesültek a beavató szentségekben. Ez idő alatt a Teremtés és a Példabeszédek könyvéből vett olvasmányok segítették a jelöltek felkészülését, melyeket a közösség előljárója részletesen elmagyarázott számukra. A Teremtés könyvéből az ember teremtésének történetével és a legalapvetőbb teológiai fogalmakkal ismerkedtek meg, míg a Példabeszédek könyvének erkölcsi ta-



nítása útmutatást adott a keresztény életvitelhez. A felkészülés harmadik hetében kezdték el az ördögűző imádságokat, jelezve, hogy a keresztelek külön mozzanatait esetenként önálló szertartásként vagy más liturgiákhoz kapcsolódva történtek. Továbbá, bizonyos források szerint nagypénteken a pátriárka vagy a püspök buzdította a keresztelendőket, erősítve őket a készület időszakában. A 3. századtól egyértelműen tudjuk, hogy a keresztelek legkiválóbb időpontjának húsvét éjszakáját tartották, és a jelölteket Nagy Szent Bazil Liturgiáján keresztelték meg.

✠ Ha fellapozunk egy imakönyvet, nem sokkal a kerubének előtt elhangzik a felszólítás: „Jelöltek, mindnyájan távozzatok!”. Itt a hitjelöltek liturgiáját a hívők liturgiája váltja fel. Ez azt jelenti, hogy a kereszteleknek, a katekumenek nem lehettek jelen a teljes Szent Liturgián?

A hitjelöltek egykor nem vehettek részt az Eucharisztikus Liturgia szent cselekményein, hanem elbocsátották őket a szertartásról. „Az ajtókat! Az ajtókat!” felszólítás (a „Senki a jelöltek közül ne maradjon!” mellett) eredetileg azt is szolgálta, hogy kizárja a hitjelölteket a szertartás további részéről. Ettől a ponttól kezdve csak azok maradhattak a templomban, akik részesültek a beavató szentségekben: keresztelekben, bérálásban és szentáldozásban. Az ajtók bezárásáról a kisebb rendek tagjai gondoskodtak, biztosítva, hogy a jelöltek távozása után senki illetéktelen ne maradjon a templomban.

Napjainkban püspökeink döntése értelmében ezt a gyakorlatot már mellőzzük, vagyis már nem küldjük ki a hitjelölteket, de továbbra is hordozzuk őket imádságainkban.

✠ Napjainkban is hallunk felnőtt keresztségről, a katekumenátus intézménye viszont kezdeti formájában már nem létezik. Mi okozta a változást?

A 4. században Nagy Konstantin császár keletre helyezte át birodalma központját, így Konstantinápoly vált a fővárossá, és az uralkodónak köszönhetően a vallásszabadság is beköszöntött. Már nem kellett titokban tartani a keresztségre vagy a beavató szentségek felvételére irányuló szándékot. Ezzel együtt járt bizonyos mértékű „felhígulás” is, hiszen míg az üldöztetések idején csak a mélyen elkötelezett hívők vállalták a keresztelekést, most már szélesebb körben terjedt a hit. Ennek következtében nőtt a keresztények száma, és megjelent a gyermekkeresztség gyakorlata is, bár ekkor még nem feltétlenül csecsemőkre, hanem idősebb gyerekekre kell gondolnunk. Gyakori volt az is, hogy egész családok tértek meg és vették fel a keresztséget. Néhány liturgiatudós szerint a gyermekkeresztelekkel kapcsolatban az is feltételezhető, hogy a keresztelek gyermekek is jelen voltak a templomi szertartásokon, mivel, ha egy kisgyermeket kiküldenek, az édesanyja is távozni kényszerülne vele.

A 4. és 7. század között párhuzamosan volt jelen a gyermek- és felnőttkeresztelek gyakorlata. A hitjelöltség intézményes formája a 7. században szűnt meg, mivel egyre kevesebb lett a felnőtt korú keresztelendő. A csecsemőkeresztelek első írásos említésére a 12. századból maradtak fenn utalások.

✠ Az Egyházi Törvénykönyv szerint a keresztelekben lennie kell legalább egy keresztszülőnek. A katekumeneket is kísérte valaki a keresztényé válás útján?

Ahhoz, hogy valakit felvegyenek a katekumenek közé, elengedhetetlen volt egy megbízható személy ajánlása. Ez különösen fontosnak bizonyult a keresztényüldözések idején. Az első évszázadokban bizonyos foglalkozásokat kizáróknak tartották a keresztény hitté válás szempontjából. A színészek, táncosok, katonák, vagy azok, akik gyakran ontottak vért, nem kerülhettek be a katekumenek sorába. Emiatt is szükség volt valakire, aki kezkesedik a jelöltért és később is szemmel tartja életútját. Így alakult ki a keresztszülőség intézménye, amelyet egyházunk a mai napig nagy jelentőséggel kezel, és előírja, hogy a keresztelek legyen legalább egy katolikus (CCEO 685. kánon 1.§ 2.) keresztszülője (CCEO 684. kánon 1.§). Célszerűbb nyilvánvalóan, ha ez a keresztszülő görögkatolikus, hiszen az ő feladata, hogy kísérje a gyermek keresztény életének és hitbeli fejlődésének útját (CCEO 684. kánon 2.§). Számos eset bizonyítja, hogy



a keresztszülő valóban biztosíték lehet arra, hogy a gyermek megőrizze a hitét.

✠ **Az evangélium pontosan leírja, hogyan keresztelkedett meg Jézus: alámerült a Jordán folyóban. Napjainkban leöntéssel keresztelnek. A szertartás hogyan alakult át?**

Az alámerülés a keresztelés szimbólumaként azt jelképezi, hogy az ember meghal a világi élet számára, és igyekszik levetkőzni minden bűnét. Amikor Jézus, a Fiú alámerült a Jordán vizében, az Atya szózata hangzott el, és a Szentlélek galamb képében szállt alá. Jézus megkeresztelkedése tele van mély jelentéssel és szimbólummal. Az alámerítés azonban később problémássá vált, főként azokon a helyeken, ahol a templom közelében nem állt rendelkezésre természetes vízforrás, mint folyó vagy tenger, vagy az egyházközség nem tudott külön keresztelőmedencét építtetni, illetve kisebb templomokban nem volt lehetőség a megfelelő tér kialakítására.

Ennek következtében a keresztelés ezen formája az idők során háttérbe szorult, ám mind a mai napig létezik példa erre az ősi gyakorlatra. Nagyobb székesegyházak (mint például a lateráni bazilika) gyakran rendelkeznek keresztelőmedencével vagy kápolnával, ahol még mindig alkalmazzák az alámerítést. A mi egyházunk is ezen az úton jár: Fülöp metropolita atya kezdeményezésére a debreceni főszékesegyház felújítása során egy keresztelőmedence kialakításán is dolgoznak a kivitelezők.

Az alámerítés tele van gazdag szimbolikával. Igaz, hogy a keresztelést követően a gyermek meg kell, hogy száradjon, és a szülők talán aggódnak a megfázás miatt, mégis, aki ezt a formát választja, az mind a szülők, mind a keresztelendő, mind a közösség lelki épülését szolgálja.

✠ **Görögkatolikus keresztelőkön csak az lehet keresztszülő, aki maga is görögkatolikus?**

Nem, az a követelmény, hogy legyen legalább egy keresztszülő, aki katolikus felekezetű.

✠ **Ki nem lehet keresztszülő? Vagy, lehet-e keresztszülő az, aki nincs megkeresztelve?**

Keresztleetlen vagy nem katolikus krisztushívő természetesen jelen lehet a szertartáson, de csak keresztelési tanúként. Ez alól az ortodox keresztények kivételek, hiszen ők vállalhatják a ke-



resztszülői feladatokat, ám mindig egy katolikus keresztszülővel együtt. (685. kánon 3.§)

Hogyan készülünk a keresztszülővé válásra? Ima, gyónás stb.

A böjt és az ima mindig nagy segítség, és a lelki megtisztulás is fontos, mivel a keresztszülőnek a saját keresztény életével is példát kell mutatnia a keresztelendőnek.

✠ **Hány keresztszülőre van szükség (csecsemő és felnőtt vonatkozásában is)? Lehet-e több keresztszülő? Feltétlenül páros számú keresztszülő kell-e?**

Nincs maximalizálva a keresztszülők neme és száma, optimális, ha egy férfi és nő vállalja a keresztszülői feladatokat, akik közül az egyik (görög)katolikus.

✠ **Kinél jelentkezhet, milyen felkészítésben részesül az, aki felnőttként szeretne megkeresztelkedni?**

A keresztelkedésre a helyi parókusnál kell jelentkezni, aki maga vagy egy általa kijelölt személy végzi a felkészítést. Ez a felkészülés hosszabb időszakot is felölelhet. A debreceni főszékesegyház gyakorlata szerint a felkészülési időszak szeptemberben kezdődik, és a húsvéti virrasztásban éri el csúcspontját. Ekkor Fülöp metropolita atya az előesti vecsernye keretében alámerítéssel megkereszteli a jelölteket, majd a Szent Bazil Liturgián megkeni őket a szent müróval, és részesíti őket a Szent Eucharisziában.

Fotók: BSZI, Szabó Sándor



A kereszt oltalmában

– Időkapszulába zárt dokumentumot találtak Debrecenben

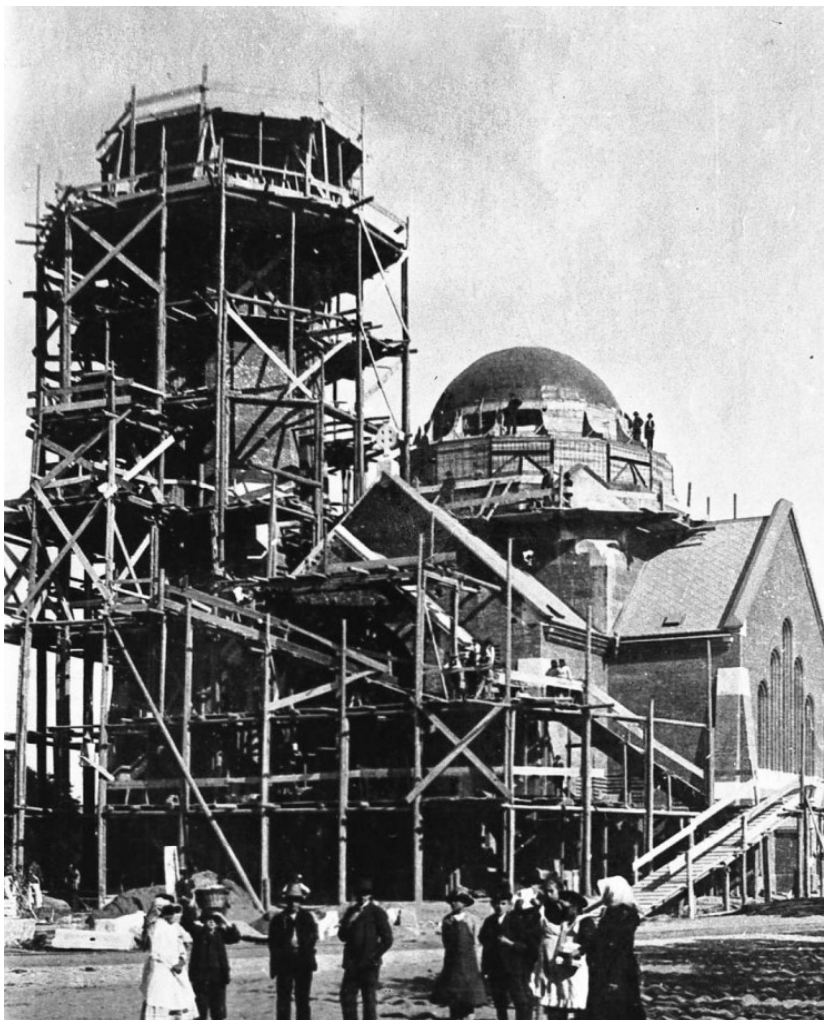
AZ ISTENSZÜLŐ OLTALMA
GÖRÖGKATOLIKUS FŐSZÉKESEGYHÁZ
FELÚJÍTÁSA KÖZBEN EGY 1908-BAN ELHELYEZETT
IDŐKAPSZULÁT TALÁLTAK A SZAKEMBEREK.
AZ ATTILA TÉRI TEMPLOM TORNYÁNAK TETEJÉN
TALÁLHATÓ KERESZT TÖVÉBEN LELEK RÁ
A MUNKÁLATOK SORÁN. A KAPSZULÁBAN
ELHELYEZETT IRATRÓL A GÖRÖGKATOLIKUS
METROPÓLIAI ÉS FŐEGYHÁZMEGYEI LEVÉLTÁR
MUNKATÁRSAI ÍRTAK ELEMZÉST.

A dokumentum, amely kifejezetten jó állapotban maradt fenn, 1908. november 19-én keletkezett Debrecenben, s több fontos, az első debreceni görögkatolikus templom építésében részt vevő, az építéskor jelen lévő személy nevét is megőrizte.

Az iratban Máthéi János, a bádógosmunkát végző vállalkozó tájékoztatja az utókort e fontos adatokról, s teszi mindezt egy olyan gazdagon díszített papíron, amelyet csak ritkán tarthat kezében az ember.

Senki figyelmét nem kerülheti el az a csodálatos, részletekben gazdag ábrázolás, amely a papír tetején található, elfoglalva annak mintegy egyharmadát. Ez – amint a kép szélén jól olvasható – Kleinfeller Károly munkája, aki grafikus, litográfus volt, s könyvnyomtatást működtetett Debrecenben. E különleges díszítés kimunkált betűkkel hirdeti Máthéi János légszesz- és vízvezetési vállalatát, feltüntetve annak legfontosabb adatait. A grafika másik felén látható korabeli fürdőszoba képe pedig az alatta lévő felirattal együtt jelzi az olvasónak, hogy a vállalat a bádógosmunkák mellett sok egyéb feladatot is elvállalt.

Visszatérve az irat tartalmára, s ezzel együtt a görögkatolikus templom építésében szerepet játszó szakemberekre, Máthéi kiemeli, hogy a templom terveit Bobula János budapesti műépítész készítette, a templom építését pedig Tóth István debreceni építész vállalta fel. Felsorolja azokat a személyeket is, akik jelen voltak a templom építésénél, így Vas Ferenc főpallért, Papp Ferenc alpallért, Nagy Sándor állásállért, valamint Fandler Mihály betonállért.

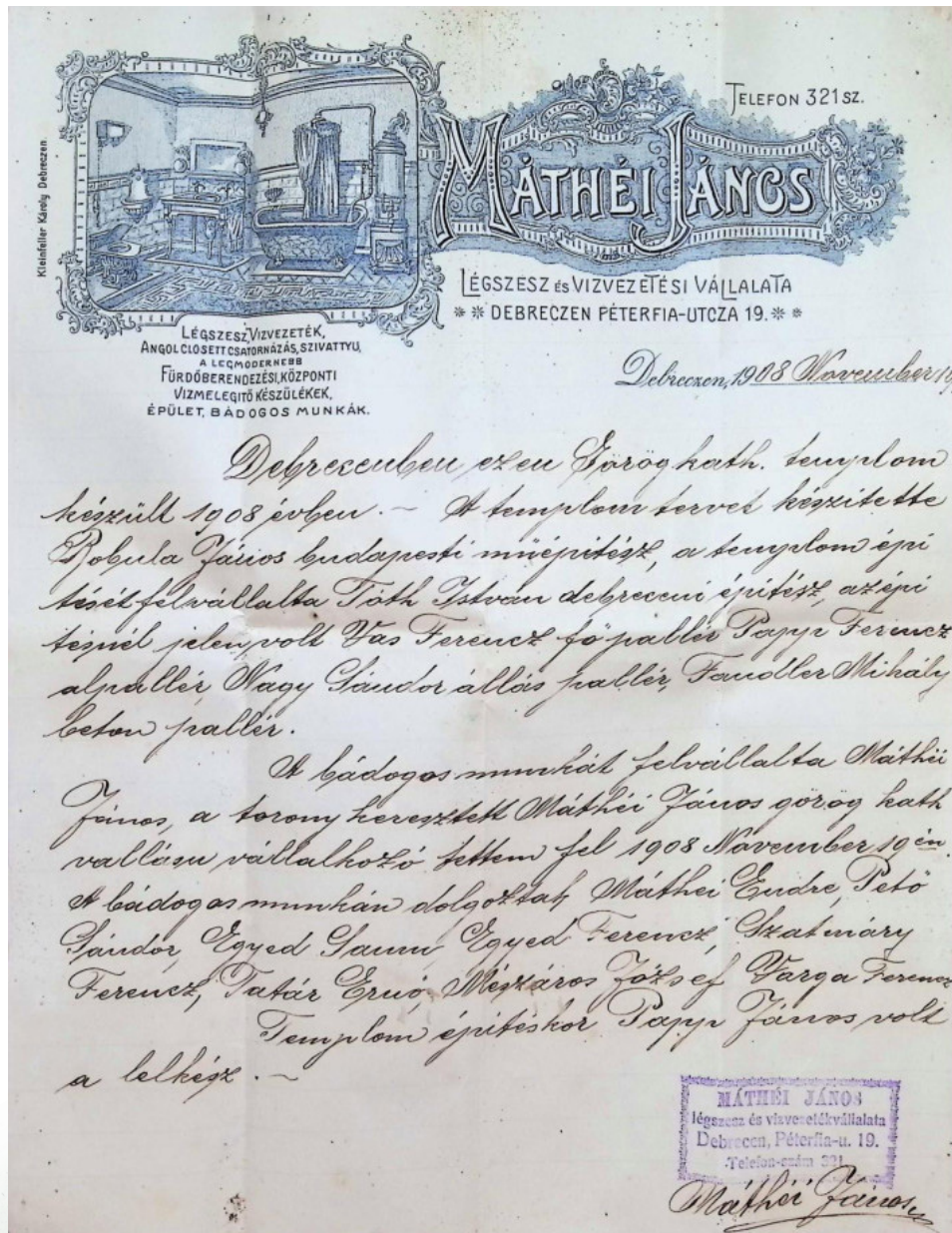


Az iratból megtudjuk, hogy a toronykeresztet maga Máthéi János tette fel az irat keletkezésének napján, azaz 1908. november 19-én, s fontosnak tartotta feljegyezni, hogy ő maga is görögkatolikus vallású. Ezután felsorolja azokat a személyeket, akik a bádógosmunkán dolgoztak: Máthéi Endre, Pető Sándor, Egyed Samu, Egyed Ferenc, Szatmáry Ferenc, Tatár Ernő, Mészáros József, Varga Ferenc.

Végül pedig a templom építéskor hivatalban lévő görögkatolikus parókus, Papp János nevét említi, aki 1899 és 1913 között szolgált Debrecenben. Először mint szervezőlelkész, hittanár, a debreceni görögkatolikus parókia 1902-es létrejöttétől pedig már mint lelkész segítette a helyi híveket.



Igazán különleges az iratra mintegy védőréteggént elhelyezett, kissé szakadt papír is, amely az Uranus mozgóképszínház műsoráról tudósít minket. S mintha csak azt próbálná igazolni, hogy a megtalált „emléket” valóban a bádogsmunkát végző Máthéinak köszönhetjük, az időkapszula dobozát abból a bádogból készítették el, amellyel a kupolát fedték.



A most megtalált irat igazán különleges, tekintve, hogy milyen jó állapotban maradt fenn, hiszen a templomtorony keresztjének védelmében túlélt két világháborút és számos nagy vihart is.

10 dolog, amit nem biztos, hogy tudtál Boldog Orosz Péterről

Szeptember 27-én a kárpátaljai Bilkén avatták boldoggá Orosz Péter Pál vértanú görögkatolikus papot, aki megannyi paptársával a szovjet egyházüldözés áldozata volt. Összegyűjtöttünk néhány érdekességet, melyek talán kevésbé ismertek az életéből.

1. Árván nőtt fel

Orosz Péter Pál 1917. július 14-én született Biriben. Élete szinte a kezdetektől nehézségekkel volt tele: kétéves sem volt, mikor elvesztette édesapját, kilencévesen édesanyját is. Ezután két rokon család nevelte fel Kárpátalján, először Kisszolyván, majd Szelkencén. A gyermekkor szomorú veszteségei megedzettek hitét, és mély istenkapcsolatot alakítottak ki benne.



2. A szegények papja volt

Egyszer egy boltostól új cipőt kapott, mert régi, rongyos cipőjét drótokkal tartotta össze. Amikor legközelebb találkoztak, Péter atya újra a rongyos cipőben járt. Megkérdezte tőle, miért nem hordja az új párt, talán nem tetszett neki? „Nagyon is jó volt” – felelte. „Éppen ezért adtam oda egy családapának, aki mezítláb állt hat gyermeke mellett a felesége temetésén.” Egy másik alkalommal egy malomtulajdonos öltönyt vett neki, de ő azt is odaadta egy nála szegényebb embernek. Még a legnagyobb nyári hőségben is reverendá-

ban járt. Amikor megkérdezték tőle, miért nem veszi le este, bevallotta, hogy azért, mert nincs inge. Azt is odaadta valakinek. Volt, hogy éhezett, mert ami étele volt, azt is a szegényeknek adta a hatalmas éhínség alatt.

3. Évekig bujkálva végezte lankadatlan papi feladatait

1942-ben szentelték pappá. 1944-ben Kárpátalját megszállta a szovjet hadsereg, elkezdődött az egyház szisztematikus üldözése. 1949-ben betiltották a görögkatolikus egyházat, ettől kezdve Péter atya a bujdosó papok vezéralakja volt. Főleg a Sztankó családnál bujkált – gyakran a szénakazalban. Éjszakánként faluról-falura járt, gyóntatott, keresztelt, esketett, beteget látogatott. A rendőrség többször őrizetbe vette és kihallgatta, sokszor fizikailag is bántalmazták. Soha senki nem hallott egy rossz szót sem tőle, még az ellenségeiről és az őt gyűlölőkről sem.

4. Mindenhol imádsággal köszönt

Péter atya bárhová lépett be, először mindig imára hívta a jelenlévőket. Inge zsebében hordott egy apró Istenszülő-képet, azt kitette valahova, és a lakókkal együtt imádkozott. Ez a kép, amelyet mindig magánál hordott, ma is megvan.



5. Jó pástorként minden elveszett bárányt megkeresett

Mindhova ment, ahova hívták, de kérés nélkül is segített. Volt egy férfi, aki húsz éve nem gyönt, azt mondta, nincs rá ideje a sok munka miatt. Péter atyát nem hagyta nyugodni a gondolat, ezért maga kereste fel a mezőn, ahol éppen dolgozott, és ott gyóntatta meg. Nem ismert akadályt, ha a lelkekről volt szó: ha kellett, gyalog, esőben vagy éjnek idején is elindult beteget, haldoklót látogatni.



6. Csodás események kísérték életét

Bujkálása idején többször is különös események történtek vele. Egyszer itélet-időben hívták haldoklóhoz, úgy szakadt az eső, hogy senki nem merte elkísérni. Egyedül indult útnak, és talpig szárazon érkezett meg. Maga sem tudta, hogyan ért oda szárazon. Máskor megáradt patak állta útját a sötétben. Imádkozni kezdett, s hirtelen azon kapta magát, hogy már a túloldalon botorkál. Hiába kérdezték, nem tudta, hogyan jutott át.



7. Sokan püspökként tisztelik

Még ma is tartja magát az az elmélet, miszerint Romzsa Tódor Orosz Pétert titokban püspökké szentelte, azonban erre semmilyen bizonyíték nincs. Tódor püspök, érezve a görögkatolikus egyházat és az ő személyét fenyegető veszélyt, 1945-ben valóban kérvényezte, hogy két papot titokban püspökké szentelhesse, akiknek személyét biztonsági okokból még a Vatikán sem ismeri, de ebbe a Szentszék nem ment bele. Engedélyezték viszont Chira Sándor püspökké szentelését, aki már egy évvel korábban is püspökjelölt volt, így személyét ismerték. Chira Sándor titkos szentelésére valószínűleg 1945. december 30-án került sor, ám semmilyen vatikáni forrás, levél, dokumentum nem szól arról, hogy Orosz Pétert püspökké szentelték volna, és azt sem tudjuk, hogy Tódor püspök órá gondolt-e, amikor két püspököt szeretett volna szentelni. (Péter atya akkor 28 éves volt, és mindössze 2 éve volt pap, Chira Sándor 47 éves volt és 25 éve volt pap.)

8. Megjövendölte a halálát

1953 júliusában, Péter és Pál apostolok ünnepe után így szólt kísérőjéhez: „Én már nem jövök vissza hozzátok. Most elbúcsúzom, és majd a mennyekben találkozunk.” Szavai szinte jövendölésként teljesedtek be: egy hónappal később mártírhalált szenvedett. Az unokaöcsének átadott miseszándékok között saját magáért is kért Szent Liturgiát, de magát elhunytként írta: hálaadás +Péterért...



Maradványainak megtalálása az ilosvai rendőrség garázsában, 1991

9. Több tragédia is történt azon a helyen, ahol megölték

Alsókaraszlón ma is ismerik azt a helyet, ahol éjszaka Pósik László lelőtte Péter atyát. A helyszínen később 12 közúti baleset és 4 haláleset történt.



10. Háromszor is eltemették

Meztelen holtteste két napig feküdt az ilosvai halottasház padlóján, majd titokban temették el egy mezőn. Nyughelye kitudódott, és valóságos zarándokhely lett, ezért a szovjet hatóságok titokban kiásták és az ilosvai rendőrség garázsának padlója alá betonozták, hogy soha ne találhassák meg. 1992-ben, 38 évvel halála után kerültek elő földi maradványai, akkor Bilkén méltó módon temették el.



Kelet fénye -

A görögkatolikus örökség nyomában

Alkalmak:

- 2025.10.11. 18:00

A bizánci rítus története és aktuális kérdései

előadó: Dr. Dobos András,

a Nyíregyházi Papnevelő Intézet rektora,

a Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskola tanára

- 2025.11.07. 18:00

A Kárpát-medencei görögkatolikusok története és sajátosságai

előadó: Dr. Janka György,

a Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskola tanára

- 2025.12.07. 18:00

Görögkatolikus - lét. Jelenkor és perspektívák a Magyarországi

Sajátjogú Metropolitai Egyház vezetőjének szemével

előadó: Kocsis Fülöp,

érsek-metropolita

Az alkalmakat vecsernye és agapé követi.

Egy éve papként

Beszélgetés Gedeon Tamás atyával

Vannak sikertörténetek, melyeknek főszereplője nyílegyenesen, elakadások nélkül halad a kitűzött cél felé. Vannak, akiknél az út döcögösebb, de a kitartás meghozza az eredményt. És olyanok is, akiknek az útja végül hosszabb-rövidebb időre elkanyarodik. Gedeon Tamás eddigi pályája kicsit talán mindezek keveréke.

„Tudtam, hogy nekem feladatom van az egyháznál”

Gedeon Tamás 1990. február 8-án született Miskolcon. A Fényi Gyula Jezsuita Gimnáziumban érettségizett 2009-ben, s még abban az évben megkezdte tanulmányait a Görögkatolikus Papnevelő Intézet és a Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskola hallgatójaként. A teológia szakot viszont csak 13 évvel később fejezte be. Nem sokkal ezután diakónussá, 2024. július 25-én pedig áldozópappá szentelték. Szentelésének első évfordulója alkalmából kérdeztem őt eddigi életéről, Tamás atya pedig őszintén mesélt elhívásáról, tanulmányai félbeszakadásáról és arról, hogyan lett diplomás szociológusból végzett teológus.



Miskolcon születtem és nevelkedtem a Miskolc-Diósgyőri Görögkatolikus Egyházközség tagjaként. Itt ministráltam két öcsémmel együtt, itt kaptam a hivatásomat is. Anyai nagyapám, Vatamány Sán-

dor pap volt, de édesanyám kilenc hónapos korában elhunyt. Anyai dédapámhoz, Hudáky Aladárhoz viszont különleges emlék köt. Obbágy Miklós atya készített fel az elsőáldozásra. Dédnagyapám ak-

koriban nyugdíjas papként segített neki a gyóntatásban. Számomra is meglepetés volt, de Miklós bácsi kihívta őt a gyóntatószékből és megkérte, hogy ő áldoztassa meg a dédunokáját.



Mikor fordult meg először a fejedben, hogy te is az ő hivatásukat válaszd?

Fiatalkoromban is ott motoszkált bennem, de az első ifjúsági gyalogos zárándoklatom volt a fordulópont 2007-ben. Akkor tudatosult bennem, hogy a családon, egyházközségen kívül is vannak olyan görögkatolikus fiatalok, akiknek fontos a hit. Kispapokkal, fiatal atyákkal is találkoztam, akik nagyon közvetlenek, barátságosak voltak mindenkivel. Ekkor gondoltam rá először, hogy a papság lehet az én utam. Ezt és a következő zárándoklatomat is az Istenszülőnek ajánlottam fel, hogy döntsük el együtt, merre tovább. A hívást éreztem magamban, de ez akkor még csak suttogás volt inkább, mint felkiáltás, később viszont egyre hangosabbá vált.

A környezetben élők hogyan fogadták a döntést?

Nem lepődtek meg. A szüleim, a családtagjaim látták, hogyan viszonyulok az egyházhoz. Nekem az volt meglepetés, hogy a közeli barátaim reakciója nem egy Húha! volt.

Tudott valaki tanácsokkal szolgálni a szeminárium kapcsán?

Miskolcra és a gimnáziumból is tanultak ott páran. Kikértem a véleményüket, hogy mi vár ott rám, mik a nehézségek, miben más egy szeminarista élete egy civil egyetemistához képest.

Mi volt a válasz az utóbbi kérdésre?

Például az, hogy a szemináriumban össze vagy zárva X számú ismeretlen fiúval, akikkel össze kell csiszolódni. A bentlakásos élet nekem teljesen ismeretlen volt. De hála a Jóistennek befogadó, barátságos, lelkiileg erős közegbe kerültem.

Hogy teltek az első évek?

2009-ben kezdtem el a szemináriumot. Mi voltunk az utolsó váci előkészítő évfolyam. Ekkor még római katolikus papnövendékekkel tanultunk együtt. Alapvetően római katolikus közegben telt ez az év. A nulladik év után következett Nyíregyháza, ami hatalmas váltás volt. Nyíregyházára kerülve volt bennünk egyfajta druk, hogy végre a sajátjainkkal leszünk együtt, de egy kevés félelem is, mert mi leszünk a legkisebbek. Lelkiileg persze nagyon sokat adott, hogy minden szertartást a saját rítusunk szerint végeztünk. Olyanokat is, amikkel Vácra nem találkoztunk.

A nehezebb út jó irány

Bár Tamás azon a bizonyos gyalogos zarándoklaton eldöntötte, milyen úton indul tovább, a szeminárium és a pappá válás között mégis nagy vargabetűt irt le az élete. Egy fegyelmi vétség miatt két évre felfüggesztették, és bár az egyháztól egy pillanatra sem távolodott el, tanulmányait más irányban folytatta.

Milyen érzések kavargtak benned a felfüggesztésed után?

Volt egy olyan fázis, amikor kerestem a választ a miértekre. De sem akkor, sem később nem lázadtam a Jóisten ellen. Tudtam, hogy nekem feladatom van az egyháznál, csak egy ideig nem tudtam, milyen pozícióban válhatok értékes tagjává.

Mik voltak a terveid arra a két évre?

Atanáz püspök atya azt tanácsolta, ne láblógatással töltssem az időt, hanem csináljak valamit, ami előre visz és kezdjek el tanulni. Újra érettségiztem magyarból, aztán felvételiztem a Debreceni Egyetem szociális munka szakára. Az egyetem mellett elkezdtem kántorként szolgálni Miskolc-Görömbölyön. De ez a hibrid megoldás, Debrecen és Miskolc egyszerre hosszútávon nem volt kivitelezhető. Innentől az Attila-téri székesegyházban segítettem be a kántori feladatokba. 2015 tavaszán fejeztem be a képzést.



Akkor úgy éreztem, a szociális szférával kell foglalkoznom, hogy valamikor eljussak az igazi hivatásomig, így elvégeztem a Miskolci Egyetem szociológia mesterképzését is. 2017 augusztusában házasságot kötöttünk Annával, és Debrecenben telepedtünk le. A következő évben megszületett Zsófi lányunk. Én állandó kántorként csatlakoztam a debrecen-csapókerti egyházközséghez és a közizagatásban kezdtem el dolgozni.

Két évre szólt a felfüggesztés, de jóval később folytattad a teológia szakot. Hogy kerültél végül vissza a képzésbe?

2019 tavaszán újabb meghívást kaptam a Jóistentől. A kántori tevékenység, a szertartások, az imádságos közeg ellenére kicsit óztkodtam tőle, hogy visszatérjek arra az útra. De családommal átímadkoztuk a dolgot. Végül arra jutottam, hogy hiába vagyok Gedeon, hiába vagyok Tamás – vagyis két olyan személy nevét viselem, aki kételkedett a saját szerepében, és próbált is kihátrálni belőle, azért biztos voltam benne, hogyha nehezebb is a papság felé vezető út, akkor is az lesz a jó irány. Fülöp atya rendszeres tanácsai, és feladatai megerősítettek az oltárhoz vezető úton. A teológiát levelező képzésen végeztem el. A diplomaosztó után pár héttel szenteltek diakónussá 2022-ben. Debrecen-Csapókertben szolgáltam diakónusként, később két lakásotthon lelki vezetőjévé is kineveztek.

Amikor Annával megismerkedtetek, már nem voltál szeminarista. Ő hogyan fogadta, hogy belőled pap, belőle pedig papné lesz?

Természetesen tudott a múltamról, és azt is, hogy az istenkapcsolatom, az imádság, a szertartások határozzák meg a mindennapjaimat. A megismerkedésünk is az egyházhoz kötődik, mert a fiatalok hittan-csoportjában találkoztunk először. Egy pap barátom felesége mondta egyszer, hogy valószínűleg nem volt még senki, aki a házasságkötéskor nem tudta, hogy pap-feleség lesz belőle. Anna nem is lepődött meg, amikor elmondtam a döntésemet, pedig ez nagyban megváltoztatta az életünket. De azóta is maximálisan kiáll mellettem és mindenben támogat. Úgy érzem, hogy legszívesebben minden szertartáson ott lenne.

Énekből dicséret

Két évet diakónusként szolgáltál Debrecenben. A papszentelés nem csak a feladatok terén hozott változást.

Már három gyermekünk volt, amikor Makóra helyeztek segédlelkésznek. A papszentelésem előtt kb. másfél héttel jártam ott életemben először, hogy ne teljesen idegenként érkezünk majd. Annyit tudtunk a parókiáról, hogy a szórványban van, s hogy egy ősi egyházközségbe kerülünk. A szertartásokat megosztjuk egymás között Bíró István atyával Makón és



a filiákban is. A programokat is közösen valósítjuk meg. Az ötleteimet hála a Jóistennek mindig nyitott szívvel fogadja.

Februárban elkészült a bölcsődénk. A többi feladatom mellett ott vagyok még lelki vezetőként.





pedig a szertartások végzése adja. Rengeteget készültem, hogy az Úr oltára előtt mutathassam be a legszentebb áldozatot. Hatalmas kegyelem, amikor ezt megtehetem. Ajándéknak tartom, hogy az Úristen részesülni hagy minket a szentségekben, és nagy kegyelem nekünk, papoknak, hogy ezt mi szolgálathatjuk ki. Nagyon pozitív élményt jelentenek a gyóntatások, mert annyira szép és bensőséges dolog, ha egy hívő le akarja tenni a bűneit az Úristen lábai elé, én pedig közreműködhetek abban, hogy feloldozást kapjon a bűnei alól és megtisztultan hagyja el a gyóntatófülkét.

Képek: Hajdúdorogi Főegyházmegye/BSZI,
Gedeon Tamás magánarchívum,
Makói Görögkatolikus Parókia

Milyen jelmondatot választottál a papszentelésedre?

„Teljenek be ajkaink dicséreteddel.” Tíz évig szolgáltam kántorként. Ennek az időszaknak a kulcsmozzanata volt az Isten dicsérete, és ezt éltem meg lelkileg is. Amikor az ember már nem nézi a kottát, nem arra figyel, hogy hol vannak a hajlítások, akkor a dallam a sajátjává válik, és a Jóistenhez felszálló ének tényleg dicséret lesz. A papi életem egyik feladata, hogy közvetítem az istendicséret szavait mindenhol az emberek között, hogy ők is dicsérhessék Istent akár énekkel, akár imádsággal.

Egy éve vagy felszentelt pap. Mik azok a jó és rossz élmények, tapasztalatok, amelyek hatással vannak a mindennapjaidra?

Az egyik legjobb barátom után kerültem Makóra. Kezdetben az okozott nehézséget, hogy az ő örökébe lépve hozzá is méltóan végezzem a szolgálatot. Illetve mivel sokáig a civil szférában dolgoztam, korábban nem hitoktattam. De hála Istennek hamar egymásra tudtunk hangolódni a hittanosokkal, és nagyon szép eredménnyel végezték el az első évet.

Hatalmas lelki töltetet jelent, ha egy egyházközségbe elhívnak lelkigyakorlatos vagy búcsúi szentbeszédet mondani. Sokáig voltam a „másik oldalon”, és ezek a tapasztalatok segítenek dönteni, hogy az imádságról, a megtérésről vagy más témáról beszéljek. A legnagyobb élményt



Az imádság iskolája - a szemlélődés tapasztalata

Alkalmak:

- 2025.10.01. 19:00
A szív imája - A Jézus ima
előadó: Kiss Attila Gellért
- 2025.11.05. 19:00
A képzelet imája - Ima a Szentírással
előadó: Nadine Salacz
- 2025.12.10. 19:00
A ritmikus ima - Szent Ignáci szemlélődés
előadó: Hiba György SJ

Az alkalmakat vecsernye és agapé követi.

Katolikusok a nagyvilágban 1.

EGYESÜLT ARAB EMÍRSÉGEK

Az ország lakosságának 76%-a muszlim, az iszlám az államvallás. Mégis több százezer hívő tartozik a katolikus plébániákhoz, évi kb. 340 elsőáldozó gyerekekkel templomként. Az Egyesült Arab Emírségekben vagyunk, ott is a turisták körében oly népszerű Dubajban. Jebel Aliban, azaz (korábban) Dubaj peremén, egy templomnegyedben kapott helyet sok, nem az iszlámhoz tartozó imaház, templom. Egymást érik az anglikán, Tamás-keresztény, kopt, szír ortodox és más felekezetek plébániái és parókiái, sőt, nagyobb indiai közösséget befogadó hindu és szikh szentély is áll itt, ugyanis a lakosok kb. 15%-a hindu és buddhista, de a zoroasztrizmus hívei és a drúzok is nagy számban jelen vannak. Kb. 9%, azaz megközelítőleg 850 ezren a Katolikus Egyház hívei. Közigazgatásilag a Dél-Arábiai Vikariátushoz tartozunk az Ománi Szultánságban és a Jemeni Köztársaságban élő katolikusokkal együtt.

Az Egyesült Arab Emírségekben összesen kb. tíz katolikus templom vár minket. Az itt lakó hívők többsége fülöp-szigeteki és indiai, de sok a latin-amerikai és az arab anyanyelvű is. A plébániához tartozók nagy száma miatt már szombat reggeltől elkezdnek „vasárnapi” miséket tartani, főképp angolul. Gyorsan megszámláltam: egy hétvége alatt Dubaj két katolikus templomában összesen 20 angol nyelvű szentmise van, s ezekhez még hozzáadódnak a rendszeresen tartott francia, koreai, lengyel, olasz, spanyol, tagalog, arab, több indiai nyelvjárásbeli, és egyéb nyelvű misék. Idő és hely tekintetében a mi templomunkban ezt úgy oldják meg, hogy amikor kisebb nyelveken tartanak miséket, akkor a templomot két részre osztják egy behúzzható fa fallal, és bevisznek egy asztalt az újonnan kialakított térbe, ami onnantól oltárként funkcionál. A templombelső egyik felében spanyolul, a másikban lengyelül szólnak az énekek. Nagy ünnepek alkalmával, vagy amikor már nincs hely az angol nyelvű misén, akkor megnyitják a templom fő hajója alatti hittantermeket is, amelyekben televízió keresztül követhetjük a szertartást, az áldoztatók pedig lejönnek hozzánk. Ha még ennél is nagyobb a tömeg, akkor a templom magas betonkerítéssel körbevett udvarába is kitesznek székeket és bekapcsolják a szabadtéri kivetítőket. Ez azonban csak télen, a kb. 20-22 fokban kellemes, hűvös máris izzadunk, nyáron pedig igyekszünk elkerülni a reggel 9 óránál későbbi miséket a hőség miatt.

A templomunk nem a legszebb és nem is a legmodernebb. A hagyományos helyi építészetet követő, lapos tetejű épület, amelyben folyamatosan jár a klíma. Ne keressünk benne barokk díszeket, sem művészi szobrokat, ki vannak téve viszont a



hívők anyaországában legismertebb és legnépszerűbb szentek portréi, így találkozhatunk Pió atyával, Szent Charbellel, Teréz anyával és társaikkal. Ha valaki szebb és tipikusabb katolikus templomot szeretne látni, akkor nézze meg pl. a Páduai Szent Antal-templomot Ras Al Khaimah-ban vagy a Dubaj régi városrészében álló Szent Mária-templomot, ha pedig modernet keres, akkor a 2023-ban felszentelt abu dhabi Szent Ferenc-templomba menjen el. Ez utóbbinak érdekes a története. 2019 februárjában lépett pápa első alkalommal az Arab Emírségek földjére. Ferenc pápa többek között egy vallások közötti találkozón vett részt, felkereste az abu dhabi Szent József-székesegyházat és szentmisét celebrált egy stadionban. Látogatása során El-Tayeb nagyimámmal együtt aláírt egy emberi testvériségről szóló dokumentumot is, amely a vallások közötti nyílt párbeszédet, megértést és elfogadást hangsúlyozta. E koncepció belül épült fel az ún. Ábrahámi Ház, azaz egy muszlim mecset, egy zsinagóga és egy katolikus templom hármából álló épületegyüttes. Kiváló példája az Emírségekben uralkodó vallások közötti békének. Ezek a szentélyek ismeretterjesztő és turisztikai szerepet is betöltenek amellet, hogy valóban működő imahelyekről van szó. Sok helyi és bevándorló itt lát először katolikus templomot belülről és olvas vallásunkról. Az is megdöbbenheti őket, hogy a hetedik és nyolcadik században az Emírségekhez tartozó szigeteken keresztények egy kis csoportja kolostorokat és templomokat alapított, amelyek maradványaira az utóbbi évtizedekben leltek rá, tehát a kereszténység régióbeli jelenléte egyáltalán nem újkeletű, bár már akkor is a bevándorlás követelménye volt.



Az abu dhabi Ábrahámi Ház katolikus temploma sokak életében az első templom, amelybe belépnek.



Egy hittanszert vesz részt az Assisi Szent Ferenc-templom udvarában



Szent Kapu az Egyesült Arab Emírségek egyetlen zarándoktemplomának bejáratánál Ras al Khaimah-ban



Halloween helyi katolikus alternatívája, amikor október végén a hittanosok szenteknek öltöznek be, azokról tanulnak és velük kapcsolatban különböző feladványokat oldanak meg

Hitélet szempontjából az Emírségek igen aktív, a vallás az iskolások mindennapi életében is jelen van. Az órarendekben iszlám (hittan)órák is találhatóak, melyekre minden muszlim gyerekek kötelező járnak, míg a többieknek eközben többnyire szabad foglalkozásuk van. Az iskola a beiratkozáskor a felekezeti hovatartozást is regisztrálja. Amikor a lányok a fények ünnepét, a diwalit tartják, akkor a kisebb gyerekek (valásúktól függetlenül) kis mécsesstartót készítenek és az egész iskola indiai dekorációkkal telik meg. A muszlim gyerekek kb. a 3-4. osztálytól kezdve nem esznek és nem isznak napkeltétől napnyugtáig az egyhónapos böjtjük, a ramadan alatt, osztálytársaik ezt már jól tudják és tisztelik. Húsvétkor és karácsonykor pedig semmi sincs, mindenkinek iskolaszünete van a tanév három részre tagolása miatt. Éppen ezért a feldíszített karácsonyfán kívül semmi mást nem lát a többség a keresztény ünnepből. S mivel ilyen furcsa módon van jelen a kereszténység, ezért (katolikusokat is beleértve) sokakat hallottam már csodálkozni, hogy tényleg megtalálhatók itt templomok? S még hittanórák is vannak?! Igen. A dubaji római katolikus templomokban a gyerekeknek lehetőségük van pénteken, szombaton vagy vasárnap hittanra járni, csupán a szüleik döntésén múlik, hogy beiratják-e őket. Az Assisi Szent Ferenc-plébánián angol, arab, francia, koreai, lengyel, malayalam, olasz és spanyol nyelveken lehet hittant tanulni. Az adott időpontban belül az angol nyelvű csoportokban minden korosztályt kb. két vagy három csoportra osztanak a diákok nagy száma miatt, egyenként kb. 40 fővel. Harmadik osztályban kerül sor az első gyónásra, míg negyedikben az el-

sőáldozásra, nyolcadikban pedig a bérmálkozásra. Az órákat főként önkéntes tanárok tartják, akiket asszisztensek segítenek, de vannak olyan szerencsés esetek, mikor idekerül egy képzett hittanár – a lengyeleknél ez a helyzet, sőt, ott kántor is van. Igaz, civilben más dolgoznak, tehát nem úgy jöttek ki, hogy az egyháznál fognak munkát kapni. A hittanórákhoz sok kreatív tevékenység kapcsolódik, pl. adventkor koszorúkészítő verseny volt, karácsonykor a gyerekek egy csoportja előadta a betlehemi történetet, máskor felöltöztek a kedvenc szentjüknek.

Míg a gyerekeknek a hittan jelenti a keresztény világhoz való kapcsolódást, addig a felnőttek számos csoporthoz csatlakozhatnak nemzetiségük, anyanyelvük vagy érdeklődésük szerint. Sok a program is, idén például a jubileumi évet ünnepeljük. A plébániáról havonta zarándokbusz indul az ország egyetlen kijelölt búcsújáró helyére, ahol a stációként kialakított standokat végigjárva lehetünk a remény zarándokai.

Dubaj alapvetően egy mesterséges, megalomán város, amelyben hónapról hónapra új épületek épülnek, új intézmények születnek és egyre modernebb szolgáltatásokkal könnyítik meg az életet. Jól esik egy ilyen változó világrendben visszatérni valami ismerőshöz, történelmihez, valami nem ember alkottához. Ilyen, amikor betérünk egy helyi katolikus templomba. Keresztényként a kisebbséghez tartozunk. Ilyen környezetben viselkedésünk és etikánk tanúskodik a hitünkről, a többség minket megismerve alakít ki képet magában a keresztényekről.

Mária-út – idén is!



Ma is dombosabb, mint gondoltuk – állapítjuk meg szinte minden nap Litvánia és Lettország tájain, miközben gyönyörködünk az út menti erdei fenyvesekben és nyírfaerdőkben. Nem tudjuk pontosan, hány kilométernél járunk, és nem is ez a fontos, hanem hogy úton vagyunk, imádsággal.

Az éves szokásos kerékpáros zárándokutat idén a balti országokba és Finnországba szerveztem, miután a Budapestről Rómába induló fiatalokat a szlovéniai Celjéig kísértem (sajnos nem tudtam végig, a részleges időbeli átfedés miatt). Mindennek előzménye volt, hogy 2022-ben Lengyelország legnagyobb Mária-kegyhelyétől, Częstochowától Litvánia legnagyobb Mária-kegyhelyéig, Vilniusig tekertünk. Az 8 nap és 800 km volt, és már akkor felvetődött, hogy ide még térjünk vissza valamikor, és folytassuk innen!

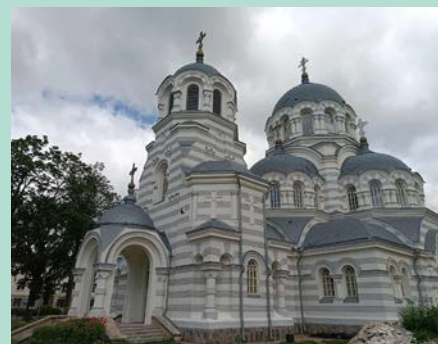
Idén folytattuk. Sport-zárándoklaton vettünk részt, ezért nem volt kérdéses a reggeli Szent Liturgia, a napi rózsafüzér, a szentek élete, az útba eső római katolikus és ortodox templomokba való betérés, valamint a reggeli biztató üzenet egy-egy szenttől. Kis csapatunk a következő

résztevőkből állt: Ivancsó Bazil (Tolcsva), Hegedüs Katalin (Fényeslitke), Csókáné Kiss Ágnes (Kistarcsa), Koncz Ákos (Szeged), Lehel Gábor és dr. Földesy Éva házaspár (Budapest), Kovács Éva (Sopron), valamint autós kísérőként Székely Gyöngyi (Martonvásár). Mivel Budapestről durván hosszú lett volna az út Vilniusig, nem vállalhattuk be egy nap alatt. A lengyelországi Suchowolában töltöttük az első éjszakát, ahol az 1984-ben vértanúhalált halt és XVI. Benedek pápa által 2010-ben boldoggá avatott Jerzy Popieluszko atya született. Egy koszortút is vittünk a sírjára lengyel és magyar nemzeti színű szalaggal.

A második napon Vilniusig utaztunk autóval, és onnan kezdődött a kerékpáros zárándokutunk. Lélekemelő volt újra látni a vilniusi Hajnal-kapu kápolnájának csodátevő Mária-kegyképét, és bár – vasárnap

lévén – Szent Liturgiára vagy parakliszra nem kaphattunk időpontot, a kegykép előtt azért el tudtuk énekelni a Salve Regina himnuszot. (2022-ben még tudtunk parakliszt imádkozni egy hétköznapi napon.) A kápolna külső falán a következő felirat olvasható: „Mater Misericordiae, sub tuum praesidium confugimus” („Irgalmasság Anyja, a te oltalmad alatt menekülünk meg”).

Vilniusban Nagy Dénes András, Magyarország Nagykövetségének első beosztott diplomatája fogadott és vezetett minket, valamint egy ebédre is meghívott. Itt ismertük meg a girát, egy kenyér alapú erjesztett, alkoholmentes észak-európai italt. Sokat megtudtunk Dénestől a litván szokásokról, a magyar-litván kapcsolatokról, és hogy a litvánok mennyire szeretik a magyarokat.



Litvániai szálláshelyeink a Pabradė melletti Merionys I, majd másnap Visaginas voltak. Visaginas egy 50 éves múltra visszatekintő, a szovjet korszakban létrehozott iparváros, ma is orosz többséggel. Római katolikus templomból egy van, itt tartottuk a reggeli Szent Liturgiát, ortodoxból kettő is; a szálláshelyünkhöz közelebb esőben az indulás után elimádkoztunk egy tized rózsafüzért. Az ortodoxia világa (amellyel a Baltikumban mindenütt lehet találkozni) mindnyájunkat jobban megérintett, noha római katolikus templomokból is láttunk szépeket.

Lettországba érkezve már az első nap elértük Aglonát, az ország legnagyobb Mária-kegyhelyét. Itt is számos csoda és imameghallgatás történt, ezért is zarándokolnak a lettek minden évben oda, többször is. Lettország vallási megoszlása már vegyes: a lettek enyhe többsége lutheránus (hazai szóval evangélikus), és a kisebbik fele római katolikus (szemben Litvánia többnyire homogén római katolikus lakosságával). Az oroszok mindenütt ortodox vallásúak, és mindenütt jelen vannak.

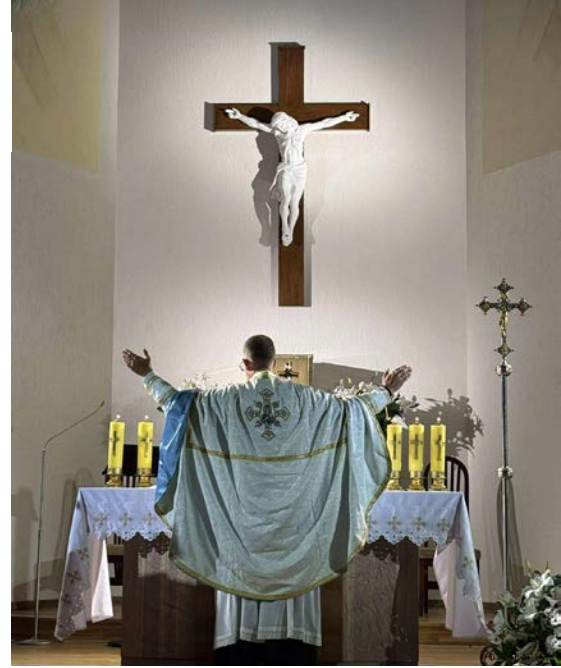
Szép élmény volt a kegytemplomban bemutatott reggeli Szent Liturgia, ahogyan a folytatás is: Madona és Smiltene voltak még a lettországi szálláshelyeink. Ott is minden reggel Szent Liturgiával kezdtük a

napot, és útszéli keresztelnél, római katolikus és ortodox templomokban egy-egy tized rózsafüzérrel folytattuk.

Utunk keresztülvezetett egy kettéosztott városon, amelynek a lett neve Valka, az észti neve Valga. Tudtuk, hogy az észtek már mind protestánsok. (A Rómától való távolság a reformáció egykori térnyerését is meghatározta, ahogy az a balti államokban ma is látható.) Az észti városrészen mégis áll egy római katolikus templom, a lett városrészen egy sem (valószínűleg a lettek templomáról van szó). Ennek a szovjet korszakban nem volt jelentősége, hiszen a határ is csak jelképes volt, így a lett katolikusok is mehettek templomba az észti részen. Ám a Szovjetunió széthullása és a határellenőrzés elindulása után már csak útlevéllel... Ma, a schengeni zóna miatt ismét teljesen szabad az átjárás.

Észtországban Valga után nem találtunk már katolikus templomot egészen a fővárosig. Szálláshelyeink Suislepa, Türi és Tallinn voltak. Észtország szinte teljesen sík, a korábbi dombok is eltűntek; inkább az óriásbögölyök elől kellett menekülnünk itt-ott, vagy a hirtelen és váratlanul lecsapó zivatarok elől, ami a Baltikumban jellemző tud lenni.

Tallinnba nagy öröm volt megérkezni, amelynek varázslatos középkori óvárosa



van. Egész este sétáltunk, és bár öt héttel voltunk már a nyári napforduló után, mégis éjjel körül kezdett sötétedni – ez a városnézésre is még jobb lehetőséget teremtett.

Másnap Tallinn görögkatolikus templomában kezdtük a napot. Igen, ilyen is van, és utunk során az első ilyen volt. Ugyanis létezik a fővárosban egy ukrán görögkatolikus diaszpóra, akiknek templomuk is van; 2000-ben szentelte fel Lubomir Husar püspök atya. Roman atya, a parókus szeretettel fogadott minket, ami azért is esett jól, mert mostanában a politikai feszültségek miatt nem mindig lehet tudni, hogy mi, magyarok mit várha-



tunk vagy nem várhatunk az ukránoktól. Roman atya részéről semmi jele nem volt az elhidegülésnek vagy akadékoskodásnak; már elsőre és azonnal hozzájárult a reggeli Szent Liturgiánkhoz, amikor e-mailben felvettem vele a kapcsolatot.

Ez a nap volt a pihenőnapunk – július 28. –, amikor a reggeli órákban meglátogattuk a csodaszép Alexander Nevszkij ortodox székesegyházat, ahol épp Szent Liturgiát tartottak, majd délelőtt Tallinnból áthajóztunk Helsinkibe. A hajón két bicajos lengyel lánnyal találkoztunk, akik három hetet terveztek tekerni Finnországban mindenfelé – igazi vagányság! A hajón nemcsak sétálni és enni lehet, vagy a Balti-tengerben gyönyörködni, hanem a két és fél óras menetidő alatt élő zene is szórakoztatja az utazókat a bárókban, koktélokkal, tánccal, és persze vásárlási lehetőség is akad bőven.

A finn fővárosban Székely Himanen Zita, Gyöngyi testvére fogadott és vezetett minket, megmutatva a város nevezetességeit. Zita 23 éve Tampere városában él, finn férje van, és jól beszéli a nyelvet. A finn főváros fiatalabb, mint Budapest, vegyes finn és svéd múlttal, nincs olyan sok nevezetesség, mint Budapesten, de attól még szép. Leginkább klasszicista stílusjegyeket hordoz magán.

A Helsinkiben töltött pihenőnapunk délutánján a Liszt Ferenc Intézet, a Magyar Kulturális és Tudományos Központ munkatársai és a Magyar Nagykövetség diplomatái fogadtak bennünket, friss házi pogácsával kínálva, és jó hangulatban beszélgetve. Mi beszámoltunk az eddigi utunkról, ők pedig a munkájukról, a finn-magyar kapcsolatokról, és a Finnországban élő magyarokról.

A nagykövetségnek köszönhetően július 29-én, a Helsinkiből való továbbindulásunk reggelén a római katolikus Szent Henrik-székesegyházban bemutatott Szent Liturgiára többen is

eljöttek az ott élő magyarok közül, köztük Kollár Zsanett, a nagykövetség sajtóattaséja. A székesegyház oltárában vannak elhelyezve a szent püspök ereklyéi. Igazán örömteli találkozás volt ez az ottaniakkal. Helsinkiben tökéletesen meg van oldva a kerékpáros közlekedés: mindenütt talál az ember kerékpárutat, és az aznapi 109 kilométerből 40-et szintisztán kerékpárúton tettünk meg, messze kint Helsinkiből is. Meglátogattuk a főváros másik római katolikus templomát is (mindössze kettő van), ott is elimádkoztunk egy tized rózsafüzért, majd mentünk tovább. A főváros tópartjain apácaludakat is láttunk, amelyek egyáltalán nem félték tőlünk. Az időjárás egyre felhősebb lett, és délután az eső is eleredt, ezért az utolsó 30 kilométert már alsóneműig elázva tettük meg. Ilyenkor arany szabály, hogy nem szabad megállni (egyetlen percre sem), és akkor nincs belőle megfázás.

Finnországban Somero és Säkyä voltak a szálláshelyeink. Someróban a protestáns templomban tartottuk a reggeli Szent Liturgiát, amelynek engedélye nagyon jólesett a helyi lelkészről. Ilyen sok helyütt elképzelhetetlen. Az ebédet (tejszínes lazaclevés fekete rozskenyérrrel) az utolsó tekerős napunk félútjánál, Loimaa kisvárosban Juhászné Várhegyi Teréziának köszönhetjük, aki 35 éve él Finnországban. Egyik fia, Juhász Antal egy darabon elkísért minket kerékpárral.

Säkyä-ban ismét találkoztunk Zitával, aki finom zöldséglevest és grillvacsorát készített nekünk. Az érkezés estéjén csónakkal át-eveztünk Kirkkokari szigetére, sportzarándoklatunk végcéljához, amely a Köyliö-tavon található. Szent Henrik, a finnek térítő püspöke e tavon halt vértanúhalált 1156. január 19-én, így ez a hely ma a protestáns Finnország egyetlen katolikus búcsújárárhelye. Minden év júniusában a maroknyi kis finn katolikus közösségek ellátogatnak a szigetre, ahol egy szabadtéri oltár is fel van állítva, és – többnyire a megyéspüspökkel – szentmisén vesznek



részt. Szerencsénkre ott találtuk a parton a csónakot, a közeli faházban pedig evezőket és mentőmellényeket, így nem volt akadálya a szigetre való látogatásunknak és ottani imádságunknak. Szent Henrik püspök tiszteletére a szabadtéri oltár mögötti kereszt talapzatán a következő felirat van felvéve finn nyelven: „Aki meg akarja menteni életét, elveszíti azt, de aki értem elveszíti életét, megtalálja azt” (Mt 16,25).

Bár a tekerésünk véget ért Kirkkokari szigetével, a hazaút három teljes napba telt, így ezen a három napon is vártak még minket lelki programok. Mivel Helsinkibe vissza kellett térnünk – hiszen ugyanúgy át kellett hajóznunk Tallinnba, mint ahogy jöttünk –, a finn fővárosban még megnéztük a csodálatos Uszpenskij-székesegyházat, Észak- és Nyugat-Európa legnagyobb ortodox templomát. Engedélyt kaptunk a Valóban méltó és a Miatyánk eléneklésére, amely olyannyira szépen sikerült, hogy a többi turista áhítatosan nézte, és többen videót készítettek az okostelefonjukkal. Estére Rīgába érkezve ismét városnézés volt a program.

Rīgában is Szent Liturgiával kezdtük a napot, az ottani ukrán görögkatolikus templomban – mert ilyen is van. Az ottani pap, szintén Roman atya ugyanolyan szeretettel fogadott minket, mint a tallin-

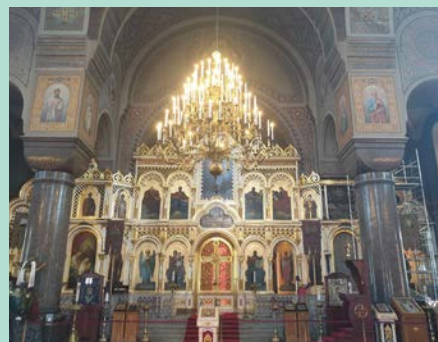


ni. Elhagyva a lett fővárost, Litvániában útba ejtettük a keresztok hegyét. Ez egy mindössze 10 méter magas dombocská, amelyen több mint százezer kereszt van elhelyezve. Mi is vittünk egyet, mégpedig bronzból készültet, hogy az időjárás körülmények ne tegyék tönkre egyhamar.

Nehéz leírni minden lelki élményt, amelyben részünk volt. A kerékpárral, közösen megtett mintegy 1000 km út, az imádságok, a templomok, a kalandok, a balesetmentes utunk... Mindössze egy kormány-

csapágyat kellett cserélnünk Helsinkiben Ákos biciklijén, és hogy mennyire gondviselés-szerű volt ez is: a főváros legprofibb műhelye a szálláshelyünkötől néhány száz méterre volt.

Köszönjük jóságos Istenünknek az összes gondoskodását, a drága Szüzanyának, és úti védőszentjeinknek: Boldog Jerzy atyának, Szent Kingának, Szent Hedvignek, és Szent Henrik püspöknek a közbenjárását!



Próféták az ungvári székesegyház ikonosztázióján

Templomainkban megszokottnak számít, hogy különösen a régi – a 18-19. századból, vagy a 20. század elejéről származó – ikonosztázióink rendszerint legalább négy sorból állnak: az alapképek felett az ünnepek, az apostolok, majd a próféták sorozata következik, s az egész együttest a kereszt-re feszítés kompozíciója koronázza. Ez a szerkezet, amelyet „magas ikonosztáz” névvel illetnek a szaktudományokban, nálunk pedig „teljes ikonosztáz-ként” emlegetnek, nem a mi vidékünkön, hanem a keleti szláv hagyományban, orosz földön jelent meg először, a tudósok többsége szerint valamikor a 15. században. Hozzánk a lengyel-ukrán területeken keresztül jutott el a 17. századra, s vált általánossá – mondhatni – egészen napjainkig.



Természetesen egy ilyen összetett, sok sorból álló ikonosztáz emeléséhez megfelelő nagyságú hely is szükséges. Amíg a kisebb léptékű fatemplomok és az azokat másoló, szintén szerény méretű kötemplomok voltak jellemzők vidékünkön, ilyen monumentális képfalakkal nem számoltunk. Ennek ellenére nem hiányoztak a próféták a korai ikonosztázokról sem. A 17. századig döntő többségében csupán két sorból (alapképek, és az ún. Deészis-sor) álló együttesek esetében gyakran a nagyméretű Istenszülő-alapképeken jelent meg általában tizenkét próféta. A 15. századtól ismert példákon rendszerint a következő prófétapárokat találjuk: Mózes – Áron, Dávid – Salamon, Gedeon – Jákob, Mikeás – Ezékiel, Ámosz – Izajás, Jeremiás – Dániel. Néhány esetben Mikeás helyett Zakariást festik meg, és Áron párjaként feltűnhet Melkizedek is. Ez utóbbi példákon Mózes párjaként Illés szerepel, de ritkán találkozunk Jónás és Bálám párosával, néha Habakuk és Joel prófétával. Ezek az ószövetségi szereplők szimbólumokat vagy feliratos tekercecset tartanak a kezükben: mind a két esetben Krisztus megtestesülésére és az Istenszülő szüzi tisztaságára vonatkoznak a próféciáik (vagy azok parafrázisai), illetve a próféta valamely jövődőlésére vagy tettére utaló jelek. Ikonosztázainkról a 17. századtól kezdve tűnt el ez az ikontípus, mivel már kezdtek megjelenni a képfalak tetején az önálló prófétasorok. Ezek gyakran nem önálló ikonokból álltak, hanem közvetlenül a fatemplomok boronafalára festett ábrázolások voltak, amiről számos példa tanúskodik, főképp Máramarosban. Az ősi Istenszülő-alapképformát elevenítette fel azonban Puskás László a vizsolyi templom, valamint Seres Tamás a nyíregyházi székesegyház ikonosztázán (előbbi 1994–1995, utóbbi 2010-es évek).

A 18. században a nagyobb méretű, szilárd anyagokból épített templomokban vált általánossá az az ikonosztáz-alapstruktúra, amelynek már valóban állandó része lett a prófétasor. Mária Terézia királynő 1775-ben a Munkácsi Egyházmegye központját a névadó városból Ungvárra helyezte át, ahol az egykori Drugeth-várat és a két évvel korábban felosztatott jezsuita rend javait engedte át a püspökségnek, hogy a már meglévő épületek felhasználásával – a királynő hathatós anyagi támogatásával – alakítsák ki a püspöki székhely új intézményeit. Az egykori jezsuita templomból így lett székesegyház, melynek pompás, rokokó stílusú ikonosztázát 1775 és 1778 között Franz és Johannes Feeg (Feck), bécsi tanultságú, Kassán letelepedett szobrászok faragták. A képállvány ikonjainak megfestésére 1778. április 30-án Bacsinszky András püspök Spalinszky Mihály festővel szerződött. A művész talán Galíciából származott és ott is tanult, első munkáit az 1750-es évekből ismerjük, s körülbelül 1790-ig volt aktív az egyházmegye területén. Mind a püspökök, mind a

baziliták előszeretettel foglalkoztatták, mivel a legképzettebb alkotónak számított a mi vidékünkön.

Az ungvári ikonosztázt az utóbbi években lemebergi restaurátorok szakszerűen helyreállították (1. kép, Legeza László felvétele 2025 fényes hetében). Néhány évvel ezelőtt, még a munka kezdetén kaptam egy fotósorozatot a prófétákról (Makarij Medvigy atya, egykori püspöki titkár jóvoltából, amit ezúton is hálásan köszönök). Ezek segítségével olyan részletek is feltáruulnak, amelyeket lenről, szabad szemmel nehéz lett volna észrevenni. Ha szemben állunk az ikonosztázzal, balról jobbra haladva a következő ószövetségi igazakat, istenösöket, prófétákat találjuk: 1. Gedeon bíra, kezében gyapjút tart, amely Krisztus szüzi fogantatására utal (2. kép); 2. Szofóniás próféta, nincs szimbóluma, turbánra emlékeztető fejfedőt hord (3. kép); 3. Zakariás főpapi ruhában, kezében füstölő, amely arra az illatáldozatra emlékeztet, melynek során az angyaltól hírül vette az Előhírnök születését (4. kép); 4. Jeremiás próféta idős, összekulcsolt kézzel az égre tekint (5. kép); 5. Dávid király hárfával, amely mint a zsoltárok szerzőjét tünteti fel (6. kép); 6. Mózes, kezében a két kőtábla és egy bot, amellyel vezette a népet (7. kép). A középtengely másik oldalán: 7. Ezékiel próféta (8. kép); 8. Izajás próféta, kezében az izzó zsarátnokot tartó fogóval, amellyel a szeráf ajkát érintette (9. kép); 9. Áron főpapi ruhában, kezében a kivirágzott „vesszővel”, amely itt különös módon leginkább tűzliliomra emlékeztet (10. kép); 10. Dániel szakálltalan ifjú, kezében az érintés nélkül levált sziklával (11. kép); 11. Habakuk próféta (12. kép); 12. Jákob pátriárka kezében az álmára utaló létrával, amely az Istenszülő eget és földet összekötő szerepét is szimbolizálja (13. kép).

Az ungvári ikonosztázon a prófétasor közepén egy feliratos táblát helyeztek el, amelyen görögül és egyházi szláv nyelven az „Áldott legyen az Úr neve mostantól és mindörökké” szentírású idézet olvasható (14. kép). A 112. zsoltár 2. verse sokunk számára ismerős, hiszen a Szent Liturgia záró papi imája után háromszor is felhangzik, de más szertartásokban is többször énekeljük. Szokatlan, hogy éppen itt tűnik fel az ikonosztázon ez a szöveg,

hiszen a hagyományos elrendezés szerint ezen a helyen az Istenszülő a Jellel-ikon szokott szerepelni. Ezen az ikontípuson az Istenszülő kitarja karját, keble előtt pedig a gyermek Jézus Emmánuelként látható egy kerek formájú képmezőben. Ez az ikontípus mintegy képileg foglalja össze, hogy kiben és miként teljesedik be a prófétáknak a Messiásra vonatkozó jövendölése, hiszen már az elnevezése is Izajás prófécijára utal. Különös, hogy a 18. és 19. századi ikonosztázaink többségén mégis hiányzik ez az ikon. A prófétasor közepén vagy nincs semmi, vagy más ábrázolás szerepel. Ritka kivétel a nyíraczádi ikonosztáz, amint látni fogjuk.

Spalinszky Mihály festő munkája lehet a sátoraljaújhelyi ikonosztázion képanyaga is Puskás Bernadett meghatározása szerint. Ennek a képfalnak 1759-ben készültek el a festményei. A próféták kerek formájú képmezőben, az oromzati kereszt két oldalán kaptak helyet. Míg Ungváron a próféták többségét csak a névfelirataiknak köszönhetően lehet egyértelműen azonosítani – mivel csak néhány tart valamiféle szimbólumot is a kezében –, addig Sátoraljaújhelyen nem csupán szimbólumokat, hanem még tekercseket is tart némelyikük. Balról jobbra haladva ezeket a prófétákat találjuk az újhelyi képfalon: 1. Ezékiel; 2. Szofóniás, kezében tekercs a következő prófécia részleteivel: „Zengj éneket, Sion leánya, ujjongj Izrael! Örülj és vigadj teljes szivedből, Jeruzsálem leánya!” (Szo 3,14a); 3. Jákob; 4. Habakuk, tekercsén olvasható: „Uram, eljutott hozzám a te híred, és én megrettentem tetteidről” (Hab 3,1a); 5. Áron, akinek a kezében tartott vessző itt rózsára emlékeztet (15. kép); 6. Mózes; 7. Dávid; 8. Zakariás; 9. Dániel, tekercsén a következő felirattal: „a hegyről emberi kéz közreműködése nélkül leszakadt egy kő” (Dán 2,45); 10. Salamon, kezében a jeruzsálemi templomra utaló modellel (16. kép); 11. Izajás; 12. Gedeon.

Még két olyan barokk kori ikonosztázra utalok, amelyeken jól azonosíthatók az egyes próféták. Nyíraczádon 1794-ben egy ismeretlen festő készítette el az egy évvel korábban, Zetz Mihály debreceni asztalosmester által faragott képfal ikonjait. Feltehetően a templom méreteihez igazodva, a felső sorban nem tizenkettő,





7. kép



8. kép



9. kép



10. kép



11. kép

hanem csupán tíz prófétát festettek meg az ovális formájú képmézökben. Az ószövetségi alakok nemcsak szimbólumokat tartanak a kezükben, hanem nevüket pontosan felírták irattekercseikre is. Lássuk, kik szerepelnek itt: 1. Jeremiás, kezében egy kicsi járommal (?); 2. Jákob létrával; 3. Salamon, kezében egy homlokzati tornyos keresztény templom modelljét tartja, amely a jeruzsálemi templomra utal (17. kép); 4. Dávid; 5. Zakariás főpap; 6. Áron, akinek tekerce alján az 1794-es évszám is olvasható; 7. Mózes; 8. Dániel, a levált sziklával; 9. Ezékiel, kezében a zárt ajtóval; 10. Gedeon, kezében a gyapjúval.

Egyértelműen az ungvári ikonosztáz mintájára készült a kenézli templom képfala a 19. század első éveiben. Képeivel 1806 tavaszára lett kész Viller Vencel kassai festő, aki az ungvári ikonosztáz munkálataiban mint aranyozó vett részt negyedszázaddal korábban. Úgy tűnik, hogy Spalinszky Mihály halála után ikonok festésével is foglalkozott. Művein jól érzékelhető az ungvári ikonosztáz festményeinek egyértelmű hatása. A kenézli próféták többsége is a székesegyházi mintát követi, bár a ruhák színe és egyéb részletek is különbözhetnek, időnként egy-egy Ungváron szereplő prófétatípus itt más névvel tűnik fel (például az itteni Jákob az ottani Mózesre emlékeztet). Kenézlőn balról jobbra haladva így következnek: 1. Áron, ugyanolyan tűzpiros liliomszerű virágot tart, mint az ungvári ikonosztázon; 2. Habakuk tekerccsel, szövege egyezik az újhelyiével; 3. Dávid király hárfával; 4. Izajás, tekercsén messiási idézet: „Íme, a szűz méhében fogan, fiút szül, és Emmanuelnek fogja hívni” (Iz 7,14b); 5. Dániel tekercsének szövege egyezik az újhelyiével; 6. Jeremiás, tekercsén idézet Báruk könyvéből (vö. 3,36;38): „Ő a mi Istenünk, hozzá senki sem hasonlítható. (...) Ezután megjelent a földön, és társalgott az emberekkel.” (18. kép); 7. Jákob a létrával; 8. Ezékiel, kezében próféciás tekerccsel, melynek szövege egy hosszabb vers részlete, ez utóbbi aláhúzva: „E napok elmúltával, **a nyolcadik napon, és azon túl is mutassák be a papok az oltáron égőáldozataitokat és közösségi áldozataitokat, s én kegyes leszek hozzátok – mondja az Úr, az Isten.**” (Ez 43,27) (19. kép); 9. Szofoniás tekercsének szövege egyezik az újhelyiével; 10.

Gedeon a gyapjúval; 11. Mózes a kötélákkal; 12. Zakariás főpap.

A kenézli ikonosztáz abból a szempontból is figyelemre méltó, hogy míg az ungvári példán egyik sem, itt több próféta irattekercset tart a kezében. Ungváron feltehetően a magasság miatt mellőzték az idézeteket, míg Kenézlőn több esély mutatkozott arra, hogy az értő tekintetek a lenről talán homályosan látszó tekercek üzenetét is felfejtsék. Minden bizonnyal a megrendelő parókus válogatta ezeket, de talán a festő által mutatott minták alapján.

Az ungvári ikonosztáz elkészülte pillanatától kezdve mintaadó szerepet töltött be a Munkácsi Egyházmegyében, amit időnként a püspökök kívánalomként vagy előírásként fogalmaztak meg körleveleikben a 19. század folyamán több alkalommal is. Ahogyan a nyugati festészet mintái egyre határozottabban kezdtek érvényesülni a képállványokon elhelyezett ábrázolásokon, úgy tünnek el a feliratok és a szimbólumok a felső sor prófétáinak képeiről. Ennek köszönhetően ma számos 19. századi ikonosztázon szinte lehetetlen megmondani, hogy melyik kép melyik prófétát ábrázolja. Azonban bizonyos esetekben épp az ungvári képfal mintaadó szerepe segíthet az azonosításban. Ilyen például a felsőzsolcai ikonosztáz, amelyet 1894-ben Spisák Gyula és Imre készítettek (20. kép). Az Abaújszántóról származó művészek a következő években több görögkatolikus templom (Alsóhunkóc, Tímár, Balsa), köztük bazilita kolostor (Máriapócs, Bikszád) számára is dolgoztak. A próféták szinte soha nem kaptak névfeliratot, így az ungvári székesegyház képfalának ikonjaival való összevetés jelent segítséget a meghatározásukban. Elképzelhető, hogy a Spisákok fényképeket kaptak erről az együttesről, vagy valamilyen formában lehetőségük nyílt közelebbről is tanulmányozni ezeket a kompozíciókat, melynek során másolatokat tudtak készíteni. Felsőzsolcán tehát balról jobbra haladva így következnek a próféták: 1. Gedeon; 2. Szofoniás; 3. Zakariás főpap; 4. Jeremiás; 5. Dávid király hárfával; 6. Mózes a két kötélákkal; 7. Áron kivirágzott vesszővel, amelyből itt fehér liliom lett; 8. Izajás; 9. Ezékiel; 10. Dániel a sziklával; 11. Habakuk; 12. Jákob.

A 20. század első évtizedeiben készült számos teljes ikonosztázon hasonló a helyzet: megvan a tizenkét próféta, de azonosításuk szinte reménytelen. Ezeknek a képfalaknak a jelentős hányada a budapesti Rétay és Benedek féle műipari intézet munkája. A festményeket ők főképp csehországi műhelyekből szereztek be. Szerencsére van arra is példa ezeken a sorozatokon, hogy a prófétákat is megnevezik, például a gadnai ikonosztáz



17. kép



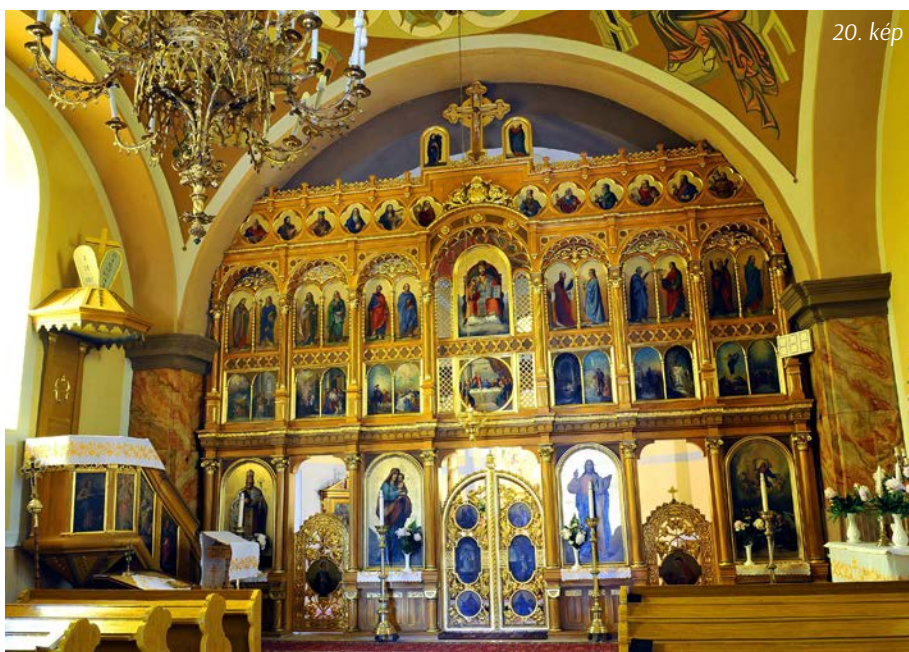
18. kép



19. kép

képein cirill betűs névfeliratok olvashatók, amelyek segítségével más, a feliratokat mellőző képállványok festményein látható őszövségi szereplők is meghatározhatók. Ezek a képek már nem a barokk hagyományt, hanem leginkább a 19. századi vallásos művészetet meghatározó irányzat, az úgy nevezett nazarénus festészet stílusát követik. Ezekben a sorozatokban rendszerint a következő prófétákat találjuk: 1. Izajás, 2. Ozeás, 3. Zakariás (kisprófeta), 4. Dániel, 5. Mózes, 6. Aggeus, 7. Sámuel, 8. Jeremiás, 9. Áron, 10. Dávid, 11. Ezékiel, 12. Mikeás, 13. Illés, 14. Gedeon és esetenként Jónás. A feliratokat néha szimbólumok, attribútumok is kiegészíthetik, de arra is van példa, hogy csak ez utóbbiak tűnnek fel a kompozíciókban.

Egyházunkban a 20. század utolsó negyedében indult meg az ikonosztázok tömeges építése. Számos formát, különféle szerkezeteket találunk ezeken az új építményeken. Ma is a teljes ikonosztázt tekintjük elvárásnak, bár több esetben anyagi, esztétikai, vagy más megfontolásból ez nem teljesíthető. Gyakran a próféták sora elmarad vagy csak részlegesen valósul meg. Természetesen van arra is példa, hogy az egész sor megvan. Bízunk benne, hogy a korábbi emléktanyag áttekintése segíti a régi művek jobb megértését, illetve inspirálóan hat az új emlékek tervezése során a megfelelő ikonográfiai program kiválasztásában és kidolgozásában.



20. kép



12. kép



13. kép



14. kép



15. kép



16. kép

Élet a gyászban



„Minden veszteség, minden búcsú
a halált gyakorolja” (Richard Rohr)



SZÓLHATNAK ROHR SZAVAI AZ ÉLET-
RŐL? LEHETSÉGES A VESZTESÉGEINK-
BEN NYERESÉGET TALÁLNI? LÉTEZIK,
HOGY A VESZTESÉGEINK HOZZÁAD-
NAK VALAMIT AZ ÉLETÜNKHÖZ?

Tizenöt évvel ezelőtt egy kedves kolléganóm édesapja váratlanul elhunyt. Az ő gyászát látva jött el életemnek az a pillanata, amikor ráébredtem, hogy erre bizony nekem is készülnöm kell. Néhány évvel később hirtelen, váratlanul veszítettem el szeretett keresztanyámat – igazán szép, különleges kapcsolat volt a miénk, így nagyon elevenen élt bennem a veszteség érzése. Akkor értettem meg, hogy életünkben minden oly törekeny, s hogy összes földi kincsünket elveszítjük idővel. És azt is, hogy bizony a legapróbb veszteségünk is a végsőre készít fel.

Vannak leckék, melyeket életünk során mindannyiunknak meg kell tanulnunk – az egyik legnehezebb ezek közül veszteségeink megélése, elfogadása és feldolgozása. Lelki gondozói munkám során nap mint nap szembesülök azzal, hogy oly sok küzdelmünk, elakadásunk mögött veszteségeink állnak. A velük való szembenézés, azok megdolgozása tapasztalatom szerint az élet felé vezetnek, hiszen közben az életért „dolgozunk”. S e komoly munka közben felfedezhetjük önnön halandóságunkat, azt, hogy mindenünket csak „kölcsonbe” kaptuk. És talán egyfajta kudarcnak tűnhet számunkra annak felismerése, hogy vannak veszteségek, melyeket sehogy sem kerülhetünk el, bármennyire is szeretnénk.



Bár a halandóságunkkal való szembesülés igen szorongató érzés, mégis magában hordozhatja egy aktívabb, tartalmasabb élet lehetőségét is, melyben megtanulhatjuk értékelni azokat az ajándékokat, amelyekkel nap mint nap elhalmoz bennünket az Élet. Ahogy David Kessler, az élet végével foglalkozó szakember üzeni: „*ha úgy érzed, hogy hatalmas veszteség ért, az csak azért van, mert olyan gazdagon megáldott az élet.*” Életem útjának azon szakaszát járom most, amikor zsigerileg érzékelem, hogy ez mennyire igaz. Hiszen én magam is nehezen élem meg a veszteségeimet, küzdöm velük. Lelki gondozóként már látom, hogy ezzel nem vagyok egyedül. Találkozom olyan mély gyászban lévő emberekkel, akik úgy érzik, nem élnek. Bár felkelnek, munkába mennek, mint mindenki, és teszik ezt egyfajta katatón állapotban, várva, hogy mindez elmúljon. De sajnos nincs olyan gyógyszer, amely elmulasztja a gyász okozta fájdalmat, szomorúságot és valahogy az sem segít, ha nem veszünk róla tudomást.

Mindannyiunknak a saját utunkat kell végigjárunk, hiszen mindannyian különbözőek, egyediek vagyunk – éppen ezért *mindannyiunk gyásza egyedi*. Ami közös, az a belső munka. Ami valóban munka, gyászmunka. S melynek eredménye annak megtapasztalása, hogy képesek vagyunk hatni a saját életünkre és érzelmi reakcióinkra, hogy nem kiszolgáltatottan, tehetetlenül éljük át életünk legnehezebb pillanatait.

Bár bonyolult, nehéz folyamat ez – az életet jelenti.

P. TÓTH NÓRA

Ctrl+Z

Sértettségében és haragjában nem búcsúzkodott, kinyomta a telefont. Még csengett a szobában indultatos hangja, ahogy fejéhez vágta azt a mondatot, amely már régóta zakatolt benne. Most végre kimondta. Ám az érzés, ami követte, aligha volt elégedettség. Nem adott megnyugvást.

Újra és újra lejátszotta magában a párbeszédet, s azzal vigasztalta magát, hogy most végre nem kell úgy tennie, mintha minden a legnagyobb rendben volna. Leült a géphez. A munka még nem ért véget, bár legszívesebben nemcsak cigarettához,

de valami erősebb italhoz is nyúlt volna. A nap hátralevő részében inkább a keze dolgozott, mint a feje. A billentyűzet gombjai engedelmesen szerkesztették készre a virtuális munkafelületeket, gyártották a táblázatokat, s küldték a mentésekkel felhőbe a dokumentumokat.

Tudta, hogy e beszélgetés után talán nem is fog többé szót váltani azzal, aki számára oly sokáig kimondhatatlanul sokat jelentett. A szemére hányt sértést nem fogja egyhamar megbocsátani. Pedig szentül meg volt győződve az igazságáról.

Két hónap telt el azóta. Nem keresték egymást, s haragjukból nem akartak engedni. A béke egyikük szívében sem vert gyökeret. A legjobb taktika az volt, ha nem gondolnak rá.

Az ismeretlen szám gyanúsán villogott a kijelzőn. A csendet kettévágó csörgés megjlesztette: összerendezve félreütött a billentyűzeten.

A tárgyilagos hang közölte a hírt: annak halálát, akivel immár sohasem fogja rendezni két hónappal ezelőtti veszekedését. A szavak lassan érkeztek, mintha sűrű ködön át hömpölyögtek volna felé: baleset... robbanás... kamion... totálkár... részvétem. Olyan váratlanul érte, hogy elfelejtett levegőt venni. Mire felfogta, a vonal már rég megszakadt, a jel sipolt idegesen a fülében.

Szeme a képernyőn ragadt, azon a kis hibán, amelyet a csörgés okozott. Ujjai gépiesen nyúltak a billentyűkhöz. Nyomta és nyomta a Ctrl+Z kombinációt. Az elrontott hibát már régen visszavonta a gép, sőt azokat is, amelyeket helyesen írt be. A parancs kattogása úgy hangzott, mintha az egész világot vissza akarná vonni. Ha mást nem is, legalább azokat a szavakat, amelyeket utoljára mondott neki.

Közben hosszan, hangtalanul peregtek könnyei.



„Műkedvelő vagyok, mert szeretem a jó műveket...”

BESZÉLGETÉS BUBNÓ TAMÁSSAL

Zenei pályájának fél évszázados jubileumát ünnepelte nemrég Bubnó Tamás, a Budapesti Énekes Iskola és a Szent Efrém Férfikar alapítója, a Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskola docense, akit idén kiváló művész címmel tüntettek ki. Az évforduló alkalmából – a rá jellemző módon – nem várt, hanem maga adott ajándékot az öt tisztelőnek azzal, hogy *Primissima* címmel megírta a remény oratóriumát, amely a budapesti bemutatót követően Debrecenben is nagy sikert aratott.

Nem tudom elképzelni, hogyan lehet ötven évet összegezni egyetlen műben...

Sehogy. Amit lehet, egy kicsit – mondjuk így – csendesíteni ezt a fél évszázadot, mert felsorolhatatlan, mi minden történt az életemben, a *Primissima* pedig arra szolgál, hogy megbékélést sugározzon, ami egyben öröm és hálaadás is. Tulajdonképpen ez utóbbi a legfontosabb. Küzdő és gyarló ember lévén sok mindent elkövettem életemben. Azt talán mondhatom, hogy hálát adni szerettem és szeretek, amikor csak tudtam, megtettem. Elégedett vagyok az életemmel, persze sokan mondják, lehetek is, de hát, mint minden más embernek, nekem is vannak buktatóim az életben. Az viszont biztos, hogy a zene egy fantasztikus világba vitt el már kisgyermekkoromtól fogva.

Az ötven évet egyébként onnan számítom, hogy befejeztem a „konzit”, a zeneművészeti szakközépiskolát Miskolcon, és véglegesen eldöntöttem, hogy az életem



további része a zene mellett, zenében, zenével teljen el, és elkezdtem Budapesten a főiskolát. Azóta is itt vagyok, és az önmagában nagyon nagy dolog szerintem, hogy ezt a vállalásomat tudtam teljesíteni. Sok más elhatározást az életemben nem sikerült, de a zene mellett való kitartás, és ezen keresztül az Isten felé való fordulás megmaradt.

Mi az, amire a magad szemszögéből, lelked mélyén a legbüszkébb vagy?

A nyitottság. Az, hogy állandóan képes vagyok befogadni és átgondolni dolgokat. Lehet, hogy hirtelen haragú ember lévén néha az első pillanatban azt mondom, hogy ó, hát ez *badarság, és ne már, gyerekek, vagy hogy ez nem az én utam, nem gondolnám, hogy nekem bármi közöm lenne hozzá*. Ilyen felforrások vannak, de aztán megbánom. Mert az élet annyi mindent hoz föl, és lehet, hogy az első pillanatban úgy érezzük az addig megélt dolgok alapján, hogy ez nem út, de amíg nem gondoljuk végig, addig teljesen fölösleges ezt kijelenteni, és az első pillanatban oly módon lépni egyet, hogy onnan már ne lehessen visszajönni.

Hasonlóan téves úgy gondolkodni, hogy nekem ez már megy, elértem egy fokot, és innen nem akarok tovább lépni. Mindig Pablo Casals van előttem, akihez elment a BBC riportere. Leültették a várószobában, és hallotta, hogy a mellette levő helyiségben valószínűleg egy tanítvány gyakorolgat. Végül aztán maga Casals lépett ki onnan, aki akkor volt 93 éves, a riportert



pedig elképedve kérdezte tőle: *Ez ön volt mester? Mire az öreg így válaszolt: Úgy érzem, még van hova fejlődöm.*



Volt egy nagyon kedves tanárom a Zeneakadémián, Simon Albert, aki sokszor elmondta, amit akkor nem értettem, hogy a zene hangokból áll. Ez tulajdonképpen úgy hangzik, mint egy tízparancsolat első tétele, valami olyasmi is egyébként. A lényege, hogy a zenéhez sok mindent hozzá lehet tenni, köríteni, de amitől nem lehet eltekinteni, ami mentén haladni kell, azok a hangok. És a hangoknak a megismerése, a velük való bánásmód olyan mérhetetlenül nagy tartomány, mint a világűr, nem lehet teljesen elsajátítani, csak előbbre haladni benne.

Rám is igaz: ha nem gyakorolsz, ha nem képzod a hangod, most 68 évesen, akkor nem tudsz énekelni, pont. Ez éppen úgy érvényes, mint az imádság esetében: ha az ember nem imádkozik eleget, akkor egészen más állapotba kerül, mint az, aki



rendszeresen imádkozik. Ezek nekem teljesen egyértelművé lettek időközben, és ha másért nem, ezért már megérte, hogy 50 éve itt vagyok.

Személyiségeddel és pályafutásoddal kapcsolatban egyaránt a legjellemzőbb tulajdonságod számomra a sokszínűség. Azért is fontos ez, mert úgy látom, hogy világunk ennek ellenében hat minden erejével.

Minden korszak, ami eddig volt, és minden ezután következő korszak, amiről nem sokat tudok, de szerencsére nem is az én dolgom, szembe megy a sokszínűséggel. Amit mondasz egyébként, érdekesen összecseng azzal, hogy az egyik nagymamám öccse kiváló képzőművész volt, akit én kisfiúként ismertem meg, és ő Színesnek hívott engem. Jó, ennek alapvetően az lehetett az oka, ami most már nem látszik, hogy nagyon vörös hajam és pirosposzsgás arcom volt...

Komolyra fordítva a szót, a sokszínűséget valóban próbáltam végig fölntartani, ami abszolút egybecseng a nyitottsággal. Sokféle szín van, és lehet, hogy nem tudod mindegyiket fölfogni, de el kell hinned, hogy létezik. Ez persze egy kettősség, hogy egyrészt én tudom, szerintem mikor jó egy hang, tehát van erről véleményem, de hogy nem tudok mindent a hangokról, az egészen biztos. És amikor valami olyan hatás ér, ami ellentmond annak vagy kiegészíti azt, amit eddig gondoltam a hangokról, akkor egy kicsit az ember elgondolkodik, hogy ó, Istenem, hát mennyi

minden van, és azért jó lenne még egy-két dolgot ebből felfedezni!

Van az a kifejezés, hogy iskolateremtő. Sok különböző kontextusban megjelentek, de számodra mit jelent, milyen rétegei vannak, és hogyan érzed a saját életedben megvalósulni?

Az iskola nekem olyan, mint egy műhely. Tehát ami a cipésznek a cipésműhely, a számítógépes szakembernek a szerviz, ahol meg kell ismernie az összes dolgot, ami a komputert működteti, milyen problémái, hátulütői, hibái lehetnek. Az iskolában ugyanez van, ott semmi mást nem csinálunk, mint megszerezzük és továbbadjuk a saját tapasztalatainkat.



Az énekes iskola tavaly volt 40 éves, és nagy öröm nekem ezt látni. Mert hány iskola vagy éppen iskolateremtő ember nem jutott el még a 40 évig se, nemhogy valamit működtessen ennyi időn át! Másrészt közben annyira átalakult, hogy valószínűleg a 40 évvel ezelőtti diákok nem találnák a helyüket a mai énekes iskolában.

A kor mindig olyan erősen nyomja rá a bélyegét az elvekre és a lehetőségekre, amilyen erősen csak tudja, néha meg is szünteti azokat. Nekem a legfontosabb jelen pillanatban, hogy nem szeretném, ha az énekes iskolai oktatás megszűnne. Ez egy olyan hozzáadott érték a közoktatáshoz, aminek a létezése nincs kötelező módon kőbe vésve.

Szerintem nagyon sok embernek tudunk átadni valamit, és ugyanez érvényes a Szent Efrémre is. Amikor elindult az együttes 2002-ben – lassan az is halad a negyedszázados jubileum felé –, gyakorlatilag én és a velem egykorú, negyvenes éveik közepén járó kollégáim álltunk össze, illetve az akkor már felnőtt, legkorábbi énekes iskolások. Ez volt az a hely, ahol a két világ találkozott: a mi saját világunk, akik soha nem voltunk énekes iskolások, és azoké, akik meg ott nőttek fel.

Ebből a kettőből keveredett ki a Szent Efrém sajátos hangja, és bár ez halványult ugyan, de ma is érezhető, hiszen a héttagú együttesben még mindig vagyunk hárman, akik az énekes iskolás világ alapítása során tanultuk meg egymás személyiségét a zenén keresztül. Ott vitatkoztunk



tunk, ott bántottuk egymást néha, és ott gondoltunk arra, hogy hát ebből nem lesz semmi, és ott mondták a diákok, hogy nahát ez a Tamás bácsi, csak tőle mentsen meg az Isten...

Biztos, hogy az iskolát nem mi teremtjük. Egyrészt nincs már olyan iskolatípus, ami ne létezett volna korábban a földön, másrészt nincs az az iskolatípus, ami tuti lenne. Nyilván a legfontosabb az elfogadás és a szeretet. Ez egy alapdolog, mert ha azok nincsenek, még a sok vitatkozás vagy veszekedés ellenére is, hogyha nem azok jelentik a kiindulópontot, akkor ott nem fog átmenni semmi. Illetve ami átmegy, az úgy tűnik el másnapra, ahogy kell.

Az iskolában is azt éreztem, a Zeneakadémián, meg a miskolci konziban is, hogy a jó tanárból árad a szeretet és egyben a felelősség számonkérésének kettőssége. Volt olyan tanárom, aki nagyon szeretni való volt, és ő is szeretett minket. Semmit nem éreztem abból, hogy valamit muszáj lett volna megtanulni nála,

bár ennek ellenére igyekeztem. De nekem azok a tanárok jöttek be leginkább, akik nem mentek el amellett szó nélkül, hogy egy főiskolás – mondjuk – az átmulatott éjszaka után úgy jelent meg reggel, hogy semmit sem tudott produkálni a szolfézs-, a zongora- vagy ütőórán. És aki ezt úgy elengedte, hogy *ja, hát én is voltam fiatal, nem szólok érte*, az szerintem nem viselkedett helyesen. Az iskola lényege az, hogy szeretem nagyon a gyereket, lehetőleg az összeset, még ha esetleg külalakra vagy stílusra nem is annyira állnak közel hozzám, de a fejlődésükről ugyancsak gondoskodom.

Mi is volt az a különleges vállalkozás, ami a jubileum kapcsán öltött testet?

Primissa – így hívják a művet. Az eredeti címe az lett volna, hogy *Missa primitiva*, mert igazából tulajdonképpen erről van szó, egy egyszerű mise, ami egyáltalán nem a liturgikus értelemben vett mise, hanem oratórium. A kereszténység korai időszakát felidéző művet próbáltam írni, és ehhez segítségül hívtam azokat a dallamokat, amelyek részben a magyar népekkincs, részben a gregorián, részben a világ különböző szakrális zenéinek a motívumai, amelyek aztán a fejemben összeálltak egy szép, hosszú darabbá.

Az oratórium végül 75 perces lett, ami a leghosszabb mű, amit írtam életemben, és a legfontosabb egyben, amelyen éveken keresztül dolgoztam, és belekomponáltam mindent, amit szerettem volna. Különlegessége, hogy a közönség is cselekvő részese az előadásnak, ami lehet, hogy soha nem jutott volna eszembe, ha nem vagyok gyakorló tanár. Nagy kérdés volt számomra, mennyire lehet bevonni egy teljesen ismeretlen zenei anyagba egy több száz fős közönséget, amelynek tagjai semmit sem tudnak a műről, hiszen ősbemutató, soha nem hallották. Viszont a mű csak úgy teljesezhet ki, hogyha a közönség vevő erre, ezekre az általunk énekelt litánia fennhangokra, amiket – ha csak egy kis jóindulat van benne, akkor – velünk együtt ismételt meg. Létre kell jönnie tehát egy közös tevékenységnek, ami, maga a *liturgia*, hiszen a görög szó eredeti jelentése az 'egy cél érdekében végzett közösségi tevékenység'.





Komponálás közben erre gondoltam, a nyugati és a keleti zenei világ összekapcsolására, amelyekben elég alapos ismeretekre tettem szert, hála néhány tanáromnak, elsősorban Dobszay Lászlónak. El is neveztem a remény oratóriumának, ami kettős jelentésű, mert persze az ember reménykedik egy szebb, jobb, megértő és nyitottabb világban, egy kevésbé bűnös vagy a bűnököt kevésbé az arcunkba toló világban. De ugyanakkor reménykedtem abban is, hogy a darabot elfogadja majd a közönség – és hát jelentem, sikerült.

Nekem fontos kapaszkodó, hogy egy olyan tudományban működöm – mert szerintem a zene tudomány, és nemcsak az, nyilván érzem és sok más minden, de tudomány is –, ami valóban az éden, és a *Primissimában* úgy kezdődik az első tétel, hogy énekeljünk, és próbáljuk a lelkünket tisztán tartani, hiszen ez az édenkert egyik csodája, ami körülvesz most minket. Így indul a mű, és nyilván tele van különböző görögkatolikus, tehát bizánci eredetű, illetve nyugati motívumokkal, lehetőségekkel. Egyéb-

ként az egésznek az alaphangja az öröm, az ujjongás, a minden bánatunk fölött való napirendre térés, és hogy jó élni, jó az Istent dicsérni, akit nagyon szeretünk – és hogy ezért a legjobbat nyújtjuk magunkból zeneileg.

Ezt próbáltam a műben végigvinni, hogy a lehető legtöbb tudást, amit összegyűjtöttem, a legértékesebbet oda tárjam egyrészt a Gondviselő elé, másrészt az emberek elé, akikkel együtt adjuk elő, és mondhatom, rendkívül jó sikerült. Nagyon-nagyon boldog vagyok, már vissza is néztem a felvételt, hogy nem valami érzéki csalódás áldozata vagyok-e, de nem.

Azt szoktam mondani, hogy műkedvelő vagyok, mert szeretem a jó műveket, még akkor is, hogyha az a sajátom. És az ösbemutatón úgy éreztem, hogy ez valóban az, tehát meg vagyok vele elégedve. Tele van persze fogyatékokkal, de olyan művet nem fogok tudni írni, ami hibátlan, mert az valószínűleg nem lehetséges ezen a földön – bár illik megpróbálkozni vele.



Aki megpróbált járni a vízen

Mi szűrődik be lelkünk ablakán, beragyogva a sokszor kifürkészhetetlen mélységeket? Sokan és sokszor keresik – sikertelenül. Van, aki megtalálta, bár sikerek nélkül, fáradtságos munkával. Így járt KOVÁCS JÁNOS is, jóllehet földi életében ez korántsem volt számára egyértelmű.

Serdülő korában ismerkedett meg a keleti liturgiával, és elbűvölte. Szeretett volna részt venni benne, tehetségéhez és körülményeihez képest. Nem a történelmi, még kevésbé a tudományos gyökereket kereste, hanem egészen sajátos útra lépett. Képzettsége szerint hangszerkészítő volt, a Zeneakadémia hangszerjavító műhelyében dolgozott. Különleges érzéke volt a „fához”, kezében több volt holt anyagnál, meg tudta szólítani és szólaltatni. Maga is megpróbált hangszereket készíteni – ezek igen magas színvonalú eszközök voltak (ezt szakemberek állapították meg, de világonkban csak a piaci forgalomban való részvétel jelenthet elismerést). Menedzser híján sosem kerülhettek nemzetközi forgalomba, ha mégis megesett, annak erkölcsi – és elsősorban anyagi – hasznát mások fölötték le. Fájt neki, de szerény ember volt, magába rejtette bűját, viszont ráakadt a „szolgálat útjára”, Isten dicsőségének névtelen keresésére. A fa, a deszka – mint az ikonok alapanyaga – nyúj-



totta számára az aszkézis lehetőségét. Az ikont meg kell alapozni – elsősorban nem anyagi eszközökkel, hanem imádsággal. A Rózsák terei, Sallai Géza vezette ikonfestő körben hosszú éveken át ő készítette elő azokat a deszkákat, amelyekre az ottaniak – kezdők vagy már tapasztaltabbak – bátran megörökíthették elképzeléseiket (nem sejtve, milyen munka és alázat „dolgozott elő” számukra). Nem voltak festői ambíciói, azonban megpróbálta „kivirágoztatni” lelkéből saját vízióit. „Népi ikonfestők” útját követte – ez nem népszerű azokban a körökben, ahol csak Rubljov jelent mércét.

Tisztelte az anyagot, rajta keresztül szellem sugárzott felé. Amikor a Zeneakadémiát felújították, a ruhatár pultjainak százötven éves deszkáiból szerzett egy darabot, és abból proszforapecsétnyomókat esztergált! Lelkesen mondta: „Ezt a fát még Liszt és Bartók ujjai érintették!” (Vajon hány pap tudja, miből is készült a liturgiáján felajánlott kenyérré nyomott IC-XC-NI-KA rajzolat?) Szótlanul is „magyar” volt. Mint ahogy

szerény is. Mindig ott lehetett látni állandó helyén a Rózsák terei templomban, a kórus alatt a padsor mellett állt több mint fél évszázadon át a vecseryén, egyikeként a ritka résztvevőknek. A józsefvárosi fiú (szül. 1949.) hűségesen ragaszkodott egyházához, amelyet ő választott, és minden körülmények között kitartott benne. Ápolta beteg feleségét, türte a bérházi földszinti sötét, egyszobás lakás kényelmetlenségét, a sikerek és megbecsülés hiányát. Mint Péter, elindult Krisztus felé az élet hullámzó tengerén, és hozzá kiáltott, amikor süllyedni érezte magát. Krisztus keze újból és újból megragadta, hogy ne borítsa el a bánat. 2024-ben lépett a dicsőség fényét árasztó Krisztus színe elé.

Örömét abban lelta, hogy festői alkotásai – Pantokrátor, oltárkereszt, körmeneti kereszt, kézikereszt, húsvéti ünnepi ikon – helyet kaptak a Molnár utcai Teológus Szent Gergely-kápolnában. Róla minden egyes Szent Liturgián történik hátalételes megemlékezés a proskomídiában.



„Szenteld meg, Uram, azokat, akik házad ékességét szeretik!”

„Fény a hosszú estékben”

– Hogyan találjunk örömet és lelki egyensúlyt az őszi hónapokban?

Ahogy rövidülnek a nappalok, és egyre korábban ereszkedik ránk a sötétség, sokan tapasztalják meg az őszi-téli időszak csendes kihívásait: csökkenő energiaszint, nyomasztó hangulat, magány vagy épp az a nehezen megfogalmazható érzés, hogy „valami hiányzik”. Pedig a hosszú esték nem feltétlenül a bezártság, a lehangoltság vagy az unalom időszakai kellene, hogy legyenek. Épp ellenkezőleg. A lelassulás, a csend és a meghittség különösen kedvez annak, hogy tudatosan forduljunk önmagunk és Isten felé – miközben örömet, derüt és belső egyensúlyt is találhatunk.

1. A csend ereje: ima, ige és lelki töltődés

A csend nem ellenség, hanem ajándék. Az őszi esték lassuló ritmusa segíthet abban, hogy végre kiszakadjunk a mindennapok zajából, és teret adjunk annak, ami igazán számít. Egy csendes félóra Istennel – legyen az zsoltárolvasás, egy hálaadó ima vagy egyszerűen egy belső beszélgetés – nemcsak a hitet mélyíti, de mentálisan is gyógyító erejű lehet. Egyes kutatások szerint a rendszeres lelkigyakorlatok, a hála gyakorlása és az imádság csökkentik a stresszt, növelik az elégedettség és a remény érzését is.

2. A kapcsolatok gyógyító hatása

Az ember társas lény, és ez különösen élesen jelentkezik akkor, amikor kevesebb külső ingert kapunk. Az őszi esték lehetőséget kínálnak arra, hogy mélyebb figyelemmel forduljunk szeretteink felé. Egy közösen eltöltött vacsora, társasjátékozás vagy egy őszinte beszélgetés többet jelenthet bármilyen extra vagy drága szórakoztató programnál. Ha nincs körülöttünk a családuk, akkor keressünk közösséget: az egyházközség vagy akár egy online közösség is segíthet. Ehhez szükség van egy kis bátorságra is!

3. Öröm a kis dolgokban: az „apró örömök” tudománya

Mentális egészségünk egyik kulcsa az, ha észrevesszük a mindennapokban rejlő szépséget. Egy bögre forró csoki, egy régi könyv újraolvasása, egy puha takaró alatti pihenés vagy egy illatos gyertya meggyújtása – ezek a látszólag apró dolgok valódi örömforrások lehetnek. Az „öröm az Űrban” az, amikor az ember lelki örömét



nem a külső körülmények, hanem a Krisztussal való lelki közösség és a benne való hit határozza meg, és amikor a teremtett világban és a jelen pillanatban találjuk meg Isten ajándékát. Ez a fajta figyelem és hála nemcsak lelkileg segít, hanem csökkenti a szorongást és segít a pozitív életszemlélet kialakításában.

4. Lélekápolás tanulással és kreativitással

Az őszi esték nemcsak a pihenés, hanem a fejlődés idejei is lehetnek. Talán most jött el az idő egy régen halogatott könyvhöz vagy egy új hobbihoz – legyen az kézimunka, írás, festés vagy akár egy új nyelv elsajátítása. A tanulás és az alkotás öröme friss energiát hozhat az életünkbe, segít kiszakadni a monotonitásból és új perspektívákat nyithat. Keresztényként ez a kreativitás Isten képmására való teremtettségünk egyik megnyilvánulása – amikor alkotunk, részeseivé válunk a teremtés folyamatának.



5. Mások szolgálata – kiút az önmagunk körül forgásból

Ha úgy érezzük, hogy kezdünk túlságosan befelé fordulni és csak a saját érzéseink körül zajlanak a gondolataink, arra gyógymód lehet mások szolgálata. Az öröm különös módon megsokszorozódik, amikor megosztjuk másokkal. Egy idős rokon meglátogatása, egy magányos szomszéd megkérdezése, hogy mire van szüksége vagy egy sütemény eljuttatása az egyházközségbe – mind olyan apró tündő, mégis fontos cselekedetek, amelyek nemcsak másoknak, de saját lelkünknek is segítenek.



Végül: az öröm választás is

Sokan úgy érzik, hogy az öröm vagy jön, vagy nem. De valójában az öröm nem mindig érzés, sokszor inkább döntés. Mi döntünk arról, hogy a sötétségben is keressük a fényt. Hogy hálat adunk akkor is, amikor nem minden tökéletes. Hogy időt szánunk arra, ami épít minket, ahelyett, ami csak elfoglal. Hogy beengedjük Istent a hétköznapi estéinkbe, és nem csak a vasárnapjainkba.

Ne feledjük! Ha tudatosan készülünk rá, akkor az őszi esték csendjében ott van a lehetőség megpihenni, elmélyülni és örülni újra és újra.

Békességteremtők a kortársbántalmazás ellen

A KORTÁRSBÁNTALMAZÁS (BULLYING) NAPJAINK EGYIK LEGNAGYOBB KIHÍVÁSA AZ ISKOLAI KÖZÖSSÉGEKBE. A GYEREKEK SOKSZOR NEMCSAK ELSZENVEDŐI VAGY TANÚI EZEKNEK A HELYZETEKNEK, HANEM AKTÍV ALAKÍTÓI IS. A JÓ HÍR AZ, HOGY A BÁNTALMAZÁS ELLENI KÜZDELEMBEN NEM VAGYUNK TEHETETLENEK: PEDAGÓGUSOK, SZÜLŐK ÉS DIÁKOK ÖSSZEFOGÁSÁVAL VALÓDI VÁLTOZÁST ÉRHETÜNK EL.

Összefogással a kortársbántalmazás ellen

A bullying elleni fellépés nem lehet egyetlen személy feladata. Bár a pedagógus kulcsszereplő a helyzetek felismerésében és kezelésében, tartós megoldás csak akkor szület, ha a szülők és a gyermekek is bekapcsolódnak a folyamatba. A diákokat meg kell tanítanunk arra, hogyan álljanak ki társaikért, hogyan kérjenek segítséget, és hogyan építhetnek olyan közösséget, amely az elfogadásra és a tiszteletre épül.

A bántalmazás elleni küzdelem egyik legfontosabb üzenete tehát az, hogy nem vagyunk egyedül. A közös felelősségvállalás és egymás támogatása nélkül nem tudunk hatékonyan szembenézni a problémával.

A magabiztosság és a kapcsolódás ereje

A bántalmazás megakadályozásának kulcsa a gyermekek önbizalmának és társas készségeinek erősítése. A magabiztos, önmagát értékesnek tartó gyermek sokkal nehezebben válik áldozattá, és kevésbé hajlamos arra is, hogy bántalmazóvá váljon.



Ehhez több területen kell fejlődést támogatnunk:

- **Kommunikáció és önérvényesítés:** a gyermek tanulja meg világosan kifejezni érzéseit és szükségleteit. Az „én-üzenetek” („Engem bánt, ha...”, „Félek, amikor...”) segítenek abban, hogy ne támadóan, hanem őszintén és hatékonyan lépjen fel.
- **Empátia és együttműködés:** közös játékok, csoportfeladatok és páros gyakorlatok során a gyerekek megtapasztalhatják, milyen mások szemszögéből látni a helyzetet. Az empátia fejlesztése segít abban, hogy ne riválisként, hanem társként tekintsenek egymásra.
- **Konfliktuskezelés:** dramatikus gyakorlatokkal, szerepjátékokkal megtaníthatjuk, hogyan lehet nemet mondani, hogyan kell segítséget kérni, és hogyan lehet biztonságosan kiállni másokért. Ezek a helyzetgyakorlatok életszerű tapasztalatot adnak, amelyből a gyerekek a valódi szituációkban is meríteni tudnak.
- **Felnőtt támasz:** a biztonságérzet alapja, hogy a gyermek tudja: mindig van mellette támogató szülő vagy pedagógus, aki meghallgatja és segít neki. Ez a háttér adja meg a bátorságot a cselekvéshez.
- **Pozitív közösségi élmények:** a megelőzés nemcsak a rossz helyzetek kezeléséről szól, hanem arról is, hogy a gyerekek megtapasztalják az együttműködés örömeit. Ha erős a közösség, kevesebb esély van arra, hogy bárki is céltáblává váljon.

„Boldogok a békességteremtők” – lelki üzenet a mindennapokra

A bántalmazás elleni küzdelemben nemcsak szakmai feladatunk van, hanem lelki küldetésünk is. A görögkatolikus hagyományban különösen erős Krisztus tanítása: „Boldogok a békességteremtők, mert ők Isten fiainak mondatnak” (Mt 5,9). Ez az üzenet túlmutat az iskolán: mindannyiunk feladata, hogy békességteremtők legyünk a családban, a közösségben, a munkahelyen és minden emberi kapcsolatban.



A pedagógus példát mutat, hidat képez gyermek és szülő között, segít megérteni a konfliktusok gyökereit, és irányt mutat a békés megoldások felé. A szülő stabil biztonságot nyújt, megerősíti a gyermek hitét önmagában. A gyermek pedig, ha megtanulja, hogyan állhat ki önmagáért és társaiért, maga is a békesség hordozójává válik.

Szakmai és lelki küldetés

Ha valóban meg akarjuk óvni gyermekeinket a zaklatás pusztító következményeitől, akkor békességtteremtőként kell jelen lennünk családban és iskolában egyaránt. Ez nem csupán pedagógiai feladat, hanem közös emberi felelősség is.

A kortársbántalmazás megelőzése és kezelése nemcsak a hibás viselkedések visszaszorításáról szól, hanem szívek és közösségek formálásáról. Ha megtanítjuk gyermekeinket bátor, együttérző és közösségépítő módon élni, akkor nemcsak a bullying kultúráját gyengítjük meg, hanem egy békésebb, szeretetteljesebb jövőt is építünk számukra.



SEMMI SE ZAVARJON,
SEMMI NE RÉMÍTSEN,
MINDEN ELMŰLIK,
ISTEN NEM VÁLTOZIK;
A TÜRELEM
MINDEN ELÉR;
ANNAK, AKI ISTENÉ,
SEMMI SEM HIÁNYZIK;
ISTEN EGYMAGA ELÉG.

Avilai Nagy Szent Teréz



Életünk története

Hogy miért életünk története? Mert az alábbiakban elmesélt mini zarándokutunk alapját az Isten és a kisfiunk iránti végtelen szeretet adta.

Már megismerkedésünket követően pár hónap elteltével biztosak voltunk abban, hogy a további életünket együtt képzeljük el, mint ahogy abban is, hogy a találkozásunk Isten akarata volt. Kevesebb, mint egy év telt el az első találkozásunk óta, amikor 2023 áprilisában Máriapócsban a Szűzanyát kértük, hogy életünket gyermekáldással tegye teljessé.

Ebben az időben, 2023. április 24-én, kezdték el a televízióban vetíteni a *Legyetek szeretettel* című filmsorozatot, mely Boldog Brenner János életét mutatta be. Már korábban is érdekelt bennünket a vértanú János atya életútja, és ez a sorozat csak még közelebb hozta hozzánk a szellemiségét.

Négyszemközt sokat beszélgettünk a jövőbeli életünkről, tervezgettük a majd hármásban töltött időt. Ennek a tervnek a része volt, hogy mi lesz majd, ha fiunk születik. Abban az első perctől biztosak voltunk, hogy a neve nem lehet más, csak János! Mindkettőnk felmenői között volt János, mindketten nagy tisztelői vagyunk Szent II. János Pál pápának és persze nagy hatással volt ránk Boldog Brenner János is.



A Legyetek szeretettel sorozatból többek között azt is megtudhattuk, hogy János atyát a családja otthon Jancsikának szólította, ez annyira megragadott bennünket, hogy elhatároztuk, hogy a majdani kisfiunkat mi is Jancsikának fogjuk hívni, ebből a megszólításból számunkra óriási szeretet és gondoskodás áradt és árad a mai napig.



Sokat gondolkodtunk azon, hogy hogyan tudnánk felvenni a kapcsolatot Boldog Brenner János atya testvérével Józsi atyával, hogy a személyes emlékei, elbeszélései alapján még közelebb érezzük magunkhoz az Ő Jancsikájukat. Ezen törekvésünkben ismét isteni segítséget kaptunk!

Magyarországi látogatása első napján, 2023. április 28-án Ferenc pápa a Szent István-bazilikában találkozott az egyház hazai képviselőivel, és tanúságtételeket hallgatott meg, többek között Brenner József atyát és egyedüli görögkatolikus papként apósomat, Kondás Sándor atyát.



Az apostoli látogatás idején férjem távolról, önkéntesként szintén részese volt az eseményeknek.

A pápalátogatást követően telefonon és postai úton is felvettük a kapcsolatot Brenner József atyával. Több levélváltás és telefonbeszélgetés után egyre nagyobb vágyat éreztünk arra, hogy személyesen is meglátogassuk.

Amikor 2023 júliusában megtudtuk, hogy gyermekünk lesz és pár hónap múlva biztos lett, hogy kisfiú, egyértelmű volt, hogy János lesz és az is, hogy el fogjuk vinni Szombathelyre. Erre az utazásra idén júniusban nyílt lehetőségünk, egy balatoni nyaralás keretében.

Korábbi beszélgetéseink alapján tudtuk, hogy Brenner József atya minden nap 11 órakor mond misét a szombathelyi Sárlos Boldogasszony-székesegyházban, ahol Boldog Brenner János vértanú áldozópap nyughelye is található.





2025. június 17-én a zarándoknapunkat a fenti helyen, József atya miséjén való részvétellel kezdtük. Már a székesegyházba belépve éreztük, hogy jó helyen vagyunk, Jancsikánk is így volt ezzel, mert pár perc elteltével elaludt.

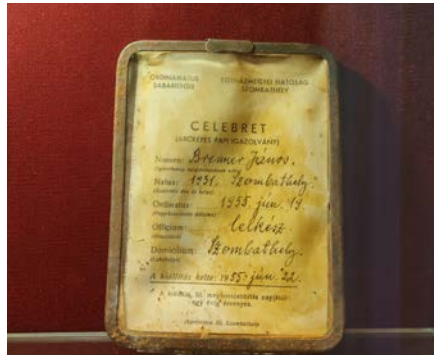
A szentmise végén volt lehetőségünk pár szót váltani Józsi atyával, amely nagy boldogsággal töltött el bennünket. Bemutattuk neki a mi Jancsikánkat és egy fényképet is készíthettünk vele. Nagy örömünkre szolgált, hogy ajándékba adott egy gyerekeknek készült imakönyvet a kisfiunknak, melybe pár sort is írt. Azt is megtudtuk, hogy gyerekkorukban, amikor szentmisére mentek, akkor ők is ezt kapták az édesanyjuktól, hogy türelmesen tudják követni a szertartást. Szeretettel őrizzük addig, amíg Jancsikánknak oda tudjuk majd adni.

A találkozás lezárását követően még a székesegyházban maradtunk. Megnéztük a főoltárt és a mellékoltárokat, elolvastuk János atya történetét, és a koporsója előtt imádkoztunk, elméltünk.

Napunk folytatásaként meglátogattuk a szomszédos szombathelyi Püspöki Palotát. Betekintést nyerhettünk az egyházmegye történelmébe a Szily János Egyházmegyei Gyűjtemény révén. Az igényes és interaktív tárlatvezetés kapcsán úgy éreztük, hogy mi is átéljük a történelmi eseményeket.

A tárlatvezetést követően egyénileg felezhettük fel a Boldog Brenner János vértanú pap életét bemutató kiállítást. Sok meghatató és megrendítő tárgy és emlék állt tárult élénk János atya rövid, de annál tartalmasabb életútja.

Napunk végén boldogan és hátaltel szívvel indultunk el a szállásunk felé.



Mindenkinek szívből ajánljuk, aki szeretne pár értékes órát eltölteni egy szép és lelki feltöltődést nyújtó helyen.

Másnap ellátogattunk Zalaegerszegre, a Mindszentyneumba, ahol nemcsak Mindszenty József bíboros, hercegprímás, esztergomi érsek életútját ismerhettük meg, hanem egy érdekes kiállítás keretében képet kaptunk a kommunista diktatúra alatti (1945-1990) egyházüldözésről is. Ez a kiállítás sokat segített nekünk, hogy még jobban megismerjük és átlássuk Boldog Brenner János vértanúságát is.

Nyiralásunkról még évekig tartó, értékes lelki táplálékul szolgáló emlékekkel, boldogan tértünk haza.



A munkáslány, aki meghalt hitéért

A katona a bunker belseje felé int: „Davaj, davaj” – mondja. Magdi szótlanul előre indul, két kezét zsebébe csúsztatva. A jobban rózsafüzér, a balban kisolló. 2025. szeptember 6-án Veszprémben boldoggá avatták Bódi Mária Magdolnát, a munkáslányt, aki 1945-ben vértanúhalált halt.

1945. március 23. A harcok a Veszprémtől tíz kilométerre lévő Litérhez közelednek. A 24 éves Bódi Mária Magdolna négy másik asszonnal és négy gyermekkel a kastély udvarán ásott óvóhelyen bújik meg. Már napok óta lövöldözést hallani, aknák csapódnak be, gránátok robbannak. A lövöldözés szünetében Magdi elszalad meglátogatni egy ágyban fekvő nénit, majd a szomszédban rejtőző fiatal lányokat vigasztalja.

A lányok rettegnek a haláltól, de ugyanannyira a szégyentől is:

EGYRE TÖBB RÉMTÖRTÉNETET HALLANI A NŐKET VÁLOGATÁS NÉLKÜL MEGERŐSZAKOLÓ SZOVJET KATONÁKRÓL.

Magdi könnyed derűvel biztatja a mélyen hívő lányokat: a testüket megölhetik, de a lelküket soha. Az egyik percben élünk, a másikban halottak lehetünk.

Majd visszatér a bunkerbe, varrja tovább a gyerekruhákat a szegényeknek. Az óvóhely lejárataánál két szovjet katona jelenik meg, egyikük kezében gépfegyver, a másikéban pisztoly. Magdi elsőként áll fel; a kendőt a fejébe húzza, hogy minél kevésbé látszódjon az arca. A katona a bunker belseje felé int: „Davaj, davaj” – mondja.

ÉN MOST MÁR MEGHALOK

Magdi szótlanul előre indul, két kezét zsebébe csúsztatva. A jobb zsebében rózsafüzér. A bal zsebében a kisolló, amit a barbaruhákhoz használt. Édesanyja látja, ahogy a zsebében keze rákulcsolódik az ollóra.

Feszült csend. Talán egy lövés is eldördül.

Rövid idő elteltével a lány megjelenik az óvóhely bejáratánál. Fején a kendő hátracsúszott.

„Annuska, meneküljön, mert magán lesz a sor! Édesanyám, menjenek innen, én most már meghalok” – mondja nyugodtan.

Az óvóhely másik kijárata felől őrzöngve közeledik a katona, a szeme alatti szúrta sebből vér szivárog. Magdi a szemébe akarta szúrni az ollót, amikor megtámadta, de a sötétben a szeme alatt találta el.



Bódi Mária Magdolna és édesanyja
fotó: bodimariamagdolna.hu

FEGYVERÉT MAGDIRA SZEGEZVE ORDÍTVA LŐ. MAGDI KEZEIT AZ ÉG FELÉ TÁRJA, ÉS AZT KIÁLTJA: „URAM, KIRÁLYOM, VÉGY MAGADHOZ!”

Öt lövés után Magdi még mindig áll, kezében a rózsafüzért szorongatva. A hatodiknál, ami egyenesen a szívébe fúródik, arccal előre esik.

Így ért véget Bódi Mária Magdolna rövid élete, aki Istennek tett fogadalmát, a tisztaságát védte, és feláldozta magát más asszonyok helyett.

Édesapja pár perc múlva ölelhette magához lányát, akinek teste még meleg volt. Egy pokrócba göngyölve temették el, nem jutott idő másra. Habár azokat, akikkel egy óvóhelyen volt, megmenette, aznap még nyolc másik nőt, köztük egy öt éves kislányt gyilkoltak meg a szovjetek a településen.



Fiatalok Magdi sírjánál, Litér (régí temető)
fotó: bodimariamagdolna.hu

ANYÁT A FIA ELŐTT, FELESÉGET A FÉRJE ELŐTT

„A szovjet katonák mindenhol erőszakoltak: templomokban, kolostorokban, az utcán. Nem törődtek azzal, hogy vannak-e szemtanúk: fiaik szeme láttára erőszakolták meg az anyákat, a férjeket kényszerítették, hogy nézzék végig, amint meggyalázzák feleségeiket. Azok számára, akik megpróbálták megvédeni a nőt, egyetlen büntetés létezett, a halál” – mondta el a Veszprémi Érsekség által szervezett *Bódi Magdi nyomában* című 2024-es konferencián Cristiana Marinelli.

Az olasz Cristiana Marinelli posztulátor, vagyis Magdi boldoggá avatási eljárásának római szakaszában ő képviselte a Veszprémi Főegyházmegyéjét, egyfajta projektmenedzsere az ügynek.

Elmondása szerint a szovjet csapatok rendkívül kegyetlenül alkalmazták a „győztesek törvényét”: fosztogattak, pusztítottak és példátlan fizikai és erkölcsi erőszakot követtek el férfiak, nők és gyermekek ellen. Mindeközben azt gondolták, hogy saját népükért állnak bosszút, mivel ezt sulykolta beléjük a sztálini diktatúra.



Szovjet katonák
fotó: Sovfoto / Getty Images Hungary

KISLÁNY, IDŐS, APÁCA ÁLDOZATOK

„Ehhez társult a fegyelem hiánya, a túlzott alkoholizálás, a nők megvetése, akik így a megalázás, bosszú és etnikai tisztogatás eszközeivé váltak. A bűncselekmények után a katonáknak nem kellett a megtorlástól tartaniuk, s így az idősek, kislányok vagy apácák ellen elkövetett egyéni és csoportos nemi erőszak büntetlen maradt.”

A Szentcsék által Magyarországra kinevezett nuncius, azaz

SZENTSZÉKI KÉPVISELŐ 1944 OKTÓBERÉBEN A SZENT-
ATYÁNAK ÍRT LEVELÉBEN SZÁMOLT BE A MAGYAR FAL-
VAKBAN A NŐK ELLEN ELKÖVETETT SZEXUÁLIS BŰN-
CSELEKMÉNYEKRŐL, ARRA KÉRVE A PÁPÁT, TEGYEN
VALAMIT.

(Angelo Rotta korábban kiemelkedő szerepet játszott a zsidómentésben is, biankó védleveleket állítva ki az üldözött zsidóknak.)

MAGDI TÖRTÉNETÉNEK KEZDETEI: TISZTÁZATLAN VISZONYOK

A tisztaságáért és hitéért életét áldozó Bódi Mária Magdolna életéről több könyv született: Oross István és Galambos Miklós könyvét P. Temesi József atya, Magdi lelki vezetőjének könyve követte (amiből a Veszprémi Érsekség remek podcastot készített). Szakács Péter atya Magdi életútja mellett már imádságokat is belefűzött Magdiról szóló könyvébe, Varga Tibor László, a Veszprémi Főegyházmegyei Könyvtár és Levéltár levéltárosa pedig korabeli dokumentumokra és visszaemlékezésekre építi *Sokszoros termést hoz* című művét.

Magdi szegény uradalmi cseléd szülők gyermekeként született Szigligeten. Származása terhét mindvégig cipelte: szeretett volna szerzetesnek állni, de törvénytelen gyermekként erre az akkor hatályos egyházjog szerint nem volt esélye. Édesanyja árván nevelkedett, édesapjának nem világos a származása, hadifogolyként kerülhetett Magyarországra, papírok nélkül. Ezért hiába éltek együtt édesanyjával, nem köthettek sem polgári, sem egyházi házasságot.

A könyvekből kiderül, Magdi családja nem volt különösebben vallásos, de a kislány korán kitűnt a hitbéli dolgok iránti érdeklődésével, mellyel más gyerekeket is imádságra „csábított”. Köveskálón, ahol éltek, csak ritkán volt mise, ezért Magdi rendszeresen a másfél órányi távolságra lévő szentbékállai templomba gyalogolt.

ÖSSZEKOLDULTA A GYEREKEK MELEG RUHÁIT

A kislány éles eszével és szorgalmával hamar kitűnt az iskolában is, bár családja anyagi helyzete miatt nem tudott továbbtanulni. Már tízévesen különös érzékenységet mutatott a betegek és a szegények iránt: egy helyi családnak nem volt pénze a gyerekek öltöztetésére,

MAGDI PEDIG ADDIG KOPOGTATOTT A FALUBAN, HOGY ÖSSZESZEDTE A RUHÁRA VALÓT.

17 évesen döntötte el, hogy Istent akarja szolgálni, és szerzetes lesz, de az akkori szabályok szerint ezt nem tehetette. Ezért más-hol kezdte el követni hivatását: Fűzfőgyártelepen a Nitrokémia Rt. munkásnője lett. A rakétákat, pirotechnikai eszközöket készí-



Bódi Mária Magdolna
fotó: bodimariamagdolna.hu

tő gyárban, ahol több ezren dolgoztak, hamar felfedezték Magdit. Amikor főnökei előléptették volna, Magdi visszautasította, mondván, a családos nőknek jár a magasabb fizetés.

1941-ben tett szüzességi fogadalmat: vállalta, hogy életét teljes tisztaságban éli, nem köt házasságot, Istennek szenteli magát.

KERESZTÉNY, DE ÍZIG-VÉRIG MODERN

Munkája mellett aktív volt több katolikus szervezetben. A Szívárdában, egy jezsuita ihletésű katolikus ifjúsági szervezetben gyerekek hitéletét egyengette, akik rajongtak Magdiért.

„Keresztény, de ízig-vérig modern nő volt” – mondta a Magdiról szervezett 2025-ös konferencián Tengely Adrienn. Az Eszterházy Károly Katolikus Egyetem oktatója Magdit a munkáslányok apostolának nevezte, aki azt vallotta: „Dolgozó leány vagyok, tehát nekem kell a munkásokat Krisztushoz vezetnem.”

Magdi csatlakozott a több tízezer taggal rendelkező Katolikus Dolgozó Leányok és Nők Országos Szövetségéhez, amelynek vezetője Slachta Margit, az első magyar női országgyűlési képviselő volt.

Az ő lapjuk volt a *Dolgozó Nő*, amely a történész szerint a keresztény feminizmus bástyájának számított: a kizsákmányolt, sokszor bántalmazott nőket támogatták érdekvédelemmel. „Hány agyondolgozott, kereső nő, hány megalázott dolgozó, hány gyermekeiért küzdő anya, hány hűtlenül otthagytott hitves tudna erről beszélni” – írták a nők kizsákmányolására utalva.

A fűzfői gyártelepen, majd Litéren Magdi vezette a DL-csoportokat.

AZ ELVETETT MAG TERMÉSE

1944 volt Magdi utolsó szilvesztere: lelkiatyját egy, a magvető történetét ábrázoló szentképpel ajándékozta meg, és azt írta rá: „Ígérem, hogy az elvetett mag sokszoros termést hoz.” Jézus, aki rendkívül színesen és az értelem mellett az érzelmre hatóan is beszélt, a jó földbe hullott maggal azokra gondolt, akik befogadják és megtartják Isten szavát, és termést hoznak.

Magdinak persze, fiatal lányhoz illően, voltak udvarlói.

”

Nekik Tóth Tihamér volt veszprémi püspök szüzi tisztaságról írt könyveit adta olvasásra, melyeket utána kikérdezett tőlük. Ezek után a komolytalan udvarlók már nem próbálkoztak tovább, a tisztaság szándékával közeledők pedig megértették, hogy már van „jegyese”

– mondja Varga Tibor László.

1945 januárjában Magdi lelkigyakorlatra hívta lányait, akiknek többsége hozzá hasonlóan élete végéig tisztaságot, azaz szüzes-

séget fogadott. Elmélkedtek, a Szentírást olvasták, beszélgettek, csendben voltak. Temesi József atya celebrálta a szentmisét, amelyen épp a halálról szóló olvasmány jött szembe.

Közösen imádkoztak azért, aki előbb hal meg közülük. Kisebb vetekedés alakult ki a lányok között, hogy ki távozik el elsőként. „Én fogok meghalni legelőbb” – jelentette ki komolyan Magdi.

A LÁNYOK MEGBESZÉLTÉK: TÖRTÉNJEN BÁRMI, A SZÜZESSÉGÜKÉRT, VAGY AHOGY ŐK FOGALMAZTAK, A SZENT TISZTASÁGUKÉRT KÜZDENI FOGNAK.

Akár az életük árán is.

Magdit meggyilkolása után a helyi temetőben temették el, István atya végezte a szertartást, két fiú ministrált. Varga Tibor László szerint halála meghozta azt, amiért életében imádkozott: a törvények megváltozásával szülei egybekelhettek, édesapja pedig, aki korábban alkoholizmusával küzdött, lánya mártírsága után gyónni és áldozni kezdett.

Édesanyja pedig azt mondta lányáról: „Nem voltunk méltók hozzá.”



Bódi Magdi sírja
fotó: bodimariamagdolna.hu

AZ ELSŐ MUNKÁSLÁNY, AKI BOLDOG LETT

A magyar szentek többnyire királyok, hercegek, királynők, szerzetesek vagy püspökök. Boldoggá avatták Magdi kortársát, Apor Vilmos püspököt, aki megvédte a szovjetek elől menekülő nőket, és ezért az életével fizetett. 2006-ban szintén boldoggá avatták Salkaházi Sárát, akit a nyilasok zsidók bűntudása miatt a Dunába lőttek. Folyamatban van Mindszenty József bíboros és Márton Áron püspök boldoggá avatási eljárása is.

DE MAGDI AZ ELSŐ EGYSZERŰ MUNKÁSLÁNY, AKIT BOLDOGGÁ AVATTAK.

A boldoggá és szentté avatás egyházi elismerés: azt igazolja, hogy az illető példamutató keresztény életet élt, lehet imádkozni hozzá, és a közbenjárását, azaz a segítségét kérni. Hitünk szerint ők üdvözültek, Istent színről színre látják.

Az első lépcsőfok a tiszteletreméltó (Venerabilis) titulus elnyerése – ekkor az illető még nem tisztelhető liturgikusan, de az élet-példája, lelki öröksége már követendő.

A következő fok a boldog (Beatus/Beata) – az ő közbenjárására már egy csoda történt, amit az egyház megvizsgált és hitelesített. Kivételt képeznek ez alól a vértanúk, náluk nem szükséges csoda (mert maga a vértanúság a csoda).

Vértanú pedig az, aki a hitéért hal meg, tehát azért ölik meg, mert nem tagadta meg keresztény identitását vagy erkölcsi meggyőződését, inkább vállalta a halált. A vértanúság pápai elismerése után a jelölt a boldoggá avatásig a tiszteletreméltó címet viseli.

A harmadik stáció, ha valakit szentté (Sanctus/Sancta) avatnak – életszentség esetén ez legalább két igazolt csoda alapján lehetséges. (Pár korábbi példa: vérzéses betegségből gyógyulás, májtumorból gyógyulás, immundeficiencia és életfunkciók leállása utáni felépülés.)

Magyarországon utoljára 2018-ban volt boldoggá avatás: Brenner János rábakethelyi kápláné, akit hitéért gyilkoltak meg 1957. december 14-én éjszaka.

BOLDOGGÁ AVATÁS – 80 ÉV UTÁN

Mindszenty József veszprémi püspök az öt hónapig tartó nyilas fogság után 1945 április végén tért vissza székvárosába. Oross István fűzfőgyártelepi plébános ekkor jelentette neki, hogy Bódi Mária Magdolnát tisztaságának védelme közben egy szovjet katonára meggyilkolta.

MINDSZENTY ÚGY VÉLTE, HOGY MAGDI HALÁLÁNAK KÖRÜLMÉNYEI VÉRTANÚSÁGRA UTALNAK, EZÉRT ELRENDELTE A TANÚK MEGHALLGATÁSÁT.

1950-ben a folyamat lezárult, de a kommunista diktatúra miatt az iratokat nem tudták Rómába küldeni. Két év múlva, a veszprémi Szent Anna szeminárium feloszlásakor a boldoggá avatási eljárás dokumentumainak nyoma veszett.

Végül 2011-ben Márfi Gyula veszprémi érsek határozatban nyilvánította ki szándékát a boldoggá avatási eljárás folytatásáról. Ismét összeült az illetékes egyházmegyei bíróság, éveken át hallgattak meg tanukat, akik közelről ismerték Magdi életét. 2017-ben adták át az iratokat a Vatikán illetékes hivatalának, a Szentek Ügyei Dikasztérium képviselőjének.

A fent már idézett Cristiana Marinelli elkészítette az egyházmegyei szakasz összegző jelentését (Positio), amelynek alapján 2023-ban a történelmi konzultorok, majd a Teológus Tanácsosok Testülete egyhangúlag kinyilvánította, hogy a vértanúság bizonyíthatóan megvalósult. 2024-ben a bíboros és püspök atyák rendes ülésükön egyhangúlag elismerték, hogy Bódi Mária Magdolnát Istenbe és az egyházba vetett hite miatt gyilkolták meg.

2024. május 23-án Ferenc pápa kinyilvánította Magdi vértanúságát.



Udvardy György érsek-metropolita
fotó: Veszprémi Főegyházmegye

MINDEN MEGGYALÁZOTT NŐ EMLÉKE

Udvardy György, a Veszprémi Főegyházmegyét vezető érsek-metropolita elmondása szerint a boldoggá avatás során komolyan vizsgálták, minek minősül Magdi védekezése, hogy megsebesítette a katonát. „Nem arra vagyunk hivatva, hogy bármit eltűrjünk, hanem hogy felelősen járjunk el az életünk és az élet méltósága érdekében. Egy családapa sem nézheti tétlenül, hogy meggyalázzák a feleségét vagy megöljék a gyermekeit.”

Dilemmát jelentett az is, hogy ugyanazon a napon több asszonyt is megerőszakoltak és megölték a településen.

„Amikor Magdit oltárra emeljük, rájuk is gondolunk, az ő emléküknél is áldozunk, az ő áldozatukat is elismerjük. Az ő életükről nem tudunk többet mondani, de ugyanúgy szenvedtek ők is, mint Magdi.”

BÍBOROS = MUNKÁSLÁNY

„A mai napon, 2025. szeptember 6. előtt Mindszenty bíboros úr és Bódi Mária Magdolna egyházi értelemben pontosan ugyanazon a szinten vannak, hiszen Mindszenty életszentségre törekvését elismerték: pont ugyanúgy Isten tiszteletreméltó szolgája, mint Bódi Mária Magdolna. Csak míg Magdi egyértelműen vértanú, ezért boldoggá avatható, Mindszenty bíboros esetében egy csodára várunk, amit az egyház elfogad” – mondja Udvardy György.

Az érsek maga is izgalommal készült Bódi Mária Magdolna boldoggá avatására.

„Az egyház lényege, hogy tagjait a szentség útján vezesse és támogassa. Ebben pedig óriási jelentősége van azoknak, akik szá munkra példamutatóan éltek meg hitüket. Hozzánk hasonlóan, mégis másképp küzdöttek, döntéseket hoztak, szenvedtek. Magdira csak részben igaz a munkáslány-sztereotípa: életszentségének nem az volt a veleje, hogy gyárban dolgozott. Hanem hogy hitében bátor volt, kezdeményező, mindig volt ötlete a jóra – és mindezt át tudta vinni abban a sem intellektuálisan, sem morálisan nem egyszerű közegben.”

(Forrás: Index.hu)

Adj vért, és ments meg három életet!

Minden ember ereiben ott csordogál
a lehetőség, hogy segítsen másokon

Ha a médiában bajbajutott emberekről olvasunk, sajnos gyakran megjelennek a segítsen más jellegű hozzászólások. Segítsen az, akinek van pénze; segítsenek a politikusok, az egyház, az önkormányzat és még sorolhatnám. De van egy formája a segítségnyújtásnak, ami sokak számára elérhető, nem kerül pénzbe, és ami által fél óra ráfordítással három ember gyógyulásához, sőt megmentéséhez járulhatunk hozzá.



Az önzetlenség legszebb formája – sokan így jellemzik a véradást. És valóban igaz is a gondolat, hisz minden véradó saját magából ad oda egy részt egy ismerősének vagy épp egy számára teljesen ismeretlen embernek. Jómagam fiatalkoromban a tévében látott „Adj vért és ments meg három életet” jelmondatra kaptam fel a fejem először, és hiába motoszkált bennem évekig a gondolat, mi fán terem a véradás, mégis csak akkor mentem el először, amikor egy ismerős kérte. Bár mondhatjuk, hogy „a csapból is ez folyik”, sokan a televízióban, rádióban, közösségi médiában, hirdetőtáblákon megjelenő felhívások hatására sem gondolnak rá, hogy ők is segíthetnek másokon.

Sok tévhit is él a köztudatban a véradás kapcsán. Pedig a szó szoros értelmében életet ment minden véradás, hiszen **a vér semmi mással nem pótolható, mesterségesen nem előállítható.**

Cikkünkben igyekszünk minden irányból körüljárni a témát, bízván abban, hogy lesz olyan olvasónk, aki csatlakozik a társadalmi felelősségvállalás egyik legszebb formáját gyakorlók köréhez.

MIÉRT ÉPP HÁROM ÉLET?

Magyarországon az Országos Vérellátó Szolgálat (OVSz) szakmai irányítása alatt zajlik a területi vérellátók munkája. Az OVSz létrehozásáról és feladatairól dr. Nagy Sándor szakmai főigazgató-helyettes beszélt magazinunknak.

Az első szervezett véradó állomások az 1950-es években nyíltak meg Magyarországon, jellemzően a nagy kórházak egyik osztályaként. A 80-90-es évek fordulóján 63 állomás működött az országban, egészen kicsi kórházakban is. Ennyi helyen viszont képtelenség volt megfelelni az egyre szigorúbb elvárásoknak, és biztosítani a legmodernebb technológiákat. Ez indította el a



dr. Nagy Sándor

közös gondolkodást egy egységes állami szervezet létrehozásáról. Az 1997-es egészségügyi törvényben pedig már kimondták, hogy Magyarország vérellátásáért az Állami Vérellátó Szolgálat felel. Az egyetemek és megyei kórházak fokozatosan átadták vérellátóikat az államnak. 2000. június 1-jén pedig megalakult az Országos Vérellátó Szolgálat. Az OVSz felel az egységes országos vérgazdálkodásért. A szervezet végzi a járó- és fekvőbeteg vérserológiai vizsgálatát, ami biztosítja, hogy a beteg a megfelelő vérkészítményt kapja. Ezeket mi osztjuk el a vérellátóink és a kórházi vérdepók között. A hemofiliában, vagyis veszületett vérzékenységekben szenvedők ellátása is a mi feladatunk. Mindezek mellett szervtranszplantációs kivizsgálásokat végzünk, koordináljuk a szervek kivételét és szállítását.

Jelenleg hány vérellátó működik az országban?

Minden vármegyeközpontban van területi vérellátónk. Az egyetemi városokban, Budapesten, Debrecenben, Szegeden, Győrben és Pécsen pedig régióközpontjaink működnek.

Naponta 40-60 helyszínen gyűjtünk vért, vagy mi, vagy a velünk együttműködő transzfúziós osztályok. A teljes vért még a levétel napján beszállítják a régióközpontokba, ahol 24 órán belül megtörténik annak feldolgozása, a vérkészítmények előállítása. A szükséges laboratóriumi vizsgálatok elvégzésére legfeljebb 36 óra áll rendelkezésre, ezt két budapesti laboratóriumban végzik.

Az OVSz évente közel 15 000 helyszínen biztosít lehetőséget véradásra, hogy aki segíteni szeretne, az megtalálja a legmegfelelőbb helyszínt és időpontot.

Mik azok a bizonyos vérkészítmények?

A feldolgozás során vörösvérsejt-, vérlemezke- és plazmakészítményt állítunk elő. Vagyis a donor által adott vér három beteg ellátásában segít. Innen is származik a szlogenünk: „Adj vért, és ments meg három életet!”

Amikor a vörösvérsejt-készítmény felhasználásra kerül, az OVSZ SMS üzenetben köszöni meg a véradást, és értesíti a véradót, hogy a vére kiszállításra került.

Országos szinten hány véradó jelentkezik a vérellátókban, és ez mennyire fedi le a szükségletet?

Az OVSz munkájának legfőbb partnere a Magyar Vöröskereszt. Ők szervezik a kihelyezett véradásokat, segítenek véradókat toborozni. Tavaly kicsivel több mint 400 ezer jelentkezést regisztráltunk. De nem minden jelentkező lesz végül alkalmas véradásra. Nagyjából 10-12% a kiszűrési ráta.

Nem adhat vért többek között: akinek a testhője 37,5 fok fölött van vagy az elmúlt 3 hétben volt 38 Celsiusot meghaladó lázas megbetegedése; alkohol vagy drog hatása alatt állt; mérgezés tüneteit mutatja; állapotos, az elmúlt 6 hónapban szült vagy megszakadt a terhessége; a véradást követő 12 órán belül extrém sportolást tervez, vagy magasban, veszélyes helyen végez munkát; az elmúlt egy éven belül valamilyen állat harapta meg vagy veszettség elleni oltást kapott; 1 hónapnál nem régebbi kullancscsípése van. A teljes lista megtalálható az ovsz.hu-n. A vizsgálatot végző szakember megtagadhatja a vérvételt, ha kétség merül fel a jelentkező válaszainak megbízhatóságában.

Hétköznapokon átlagosan 1600-1800 ember jelentkezik véradásra, és szükségünk is van legalább ennyire minden nap. **Vérkészítmények nélkül leállna az egészségügyi rendszer.** A vörösvérsejt-koncentrátum 35, a vérlemezke mindössze 5 napig tárolható, és erre a készítményre pont a legsúlyosabb állapotban lévő betegeknek, vérképzési zavarokkal, rosszindulatú megbetegedéssel élőknek, szerv- vagy összejtttranszplantációra váróknak van szükségük. Ha nem lenne elegendő véradónk min-



den nap, ez a készítmény egyszerűen elfogyna. Az Rh negatív vércsoportú készítményekkel nagyon óvatosan gazdálkodunk. A gyakori vércsoportoknál gyakrabban frissül a rendelkezésre álló mennyiség. Ha a vérkészítménynek vérszerológiai szempontból valamilyen különleges tulajdonsága van, például ritka antigéntulajdonsággal rendelkezik, azt a lehető legtovább őrzgetjük, hogy a leginkább rászoruló beteg kapja meg. A legritkább vércsoport az AB-. Lehet, hogy egy nap van 1500 véradónk, de közülük csak 20-30 rendelkezik ezzel a vércsoporttal. Egy bal eset, szülés közbeni vérvesztés vagy szervtranszplantáció el-képesztően magas vérigényt indukálhat. Ha például egy család sérül meg, közöttük magas lehet az ugyanolyan vércsoporttal rendelkezők száma. Ezért előfordulhat, hogy egy betervezett csípőprotézis műtétet például emiatt kell elhalasztani pár nappal.

Én Kárpátalján lettem véradó. A különböző műtétek előtt a beteg családjának véradókat kell toboroznia. Magyarországon van erre példa?

Ez a gyakorlat még a szovjet időkből maradt meg, de Magyarországon ez szigorúan tilos. Itt irányított véradásra van lehetőség. Ha valaki célzottan egy bizonyos emberen szeretne segíteni, kitölt egy erre vonatkozó űrlapot, amin feltüntetni a beteg nevét és TAJ-számát. Az irányítottan leadott vér egy virtuálisan elkülönített készletet jelent az adott személy számára. Persze ez nem azt jelenti, hogy konkrétan azt a vért fogja megkapni. Ezt úgy kell elképzelni, mint amikor az egyik bankfiókba betesszük a pénzt, és egy másikból vesszük ki. Naponta 200-300 személy irányított véradásra érkezik hozzánk. Sokan könnyebben rászánják magukat, ha egy ismerősnek van rá szüksége. Így új véradók is kerülnek a rendszerbe, de a lemorzsolódás is magasabb, sokan nem jönnek már vissza később, amikor egy idegen számára adhatnának vért.

SZEMÉLYES ÉRINTETTSÉGBŐL RENDSZERES VÉRADÓ

Személyes érintettség okán lett véradó a Nyíregyházán élő fiatalember, Gerő Péter, aki meghatározó dolgokat mesélt első véradásáról. Minden egy irányított véradást kérő Facebook-bejegyzéssel indult, aminek hatására nagyon sokan mozdultak meg egy beteg ember gyógyulásáért.

Soha nem jutott eszembe, hogy elmenjek vért adni, amíg egy kárpátaljai református lelkésznek, Zsukovszky Miklósnak nem volt szüksége véradókra. Akkor azt gondoltam, ha tudok segíteni, akkor kötelességem, hogy megtegyem. Egyrészt, mert földim, másrészt mert ő nagyon sokat tett a kárpátaljaiakért. Munka után indultam el a Nyíregyházi Területi Vérellátóba. Kicsit tartottam tőle, mert ez volt az első, de mindenki nagyon segítőkész volt. Ezután pedig a feleségem, Flóra is elment az első véradására, hogy segítsen a tiszteltes úrnak. Reménykedtem, hogy a tiszteltes meggyógyul, de sajnos elhunyt. Mindenképp az ő érdeme, hogy elmentem vért adni, és talán nem is tudott róla, hogy még a kórházból is karitatív munkát végzett. Az ő esete indította el bennem, hogy amikor eljött a Pelikán-napom, újra elmenjek. Akkoriban volt egy nagy vihar, amiben megsérült egy tűzoltó, így újra irányítottan indultam el vért adni. Így tudtam meg, hogy O- a vércsoportom, ami az egyik legritkább, és a hölgyek a véradóban ösztönöztek is, hogy mindenképp menjek máskor is. Ezt most már kötelességemnek érzem. Látom a fontosságát annak, hogy bekerüljön az emberek tudatába: szükség van véradókra.

Minden évben november 27-én ünnepeljük a magyar véradók napját.

TÉNYEK ÉS TÉVHITEK A VÉRADÁSRÓL

Hogy hogyan is történik a véradás, ki lehet és ki nem lehet véradó, arról dr. Csépany Norbert, a Debreceni Regionális Vérellátó Központ igazgató főorvosa, a Nyíregyházi Területi Vérellátó vezető főorvosa adott tájékoztatást.



dr. Csépany Norbert

Minden véradásra érkezőnek be kell mutatnia a TAJ-kártyáját, lakcímkártyáját és valamilyen fényképes igazolványt. Ha a felvételt megtörtént, mindenki kap egy egységes formanyomtatványt, úgynevezett donorkérdőívet, amiben többek között az aktuális egészségi állapotra, korábbi betegségekre, utazási szokásokra, orvosi kezelésekre kérdezzük rá. Ha ez megvan, újjbegyszűrésből ellenőrzik a kollégák a jelentkező hemoglobinszintjét. A hemoglobin a vérünkben található fehérjemolekula, ami az oxigénszállításért felel. Ezután orvosi vizsgálat következik. Itt megbeszéljük a kapott értéket, a kérdőívben adott válaszokat, rákérdeznek a jelentkező által szedett gyógyszerekre, korábbi műtéti beavatkozásokra, testékszerekre, tetoválásra, akupunktúrás kezelésre, végezetül megméri a jelentkező vérnyomását.

Az alkalmasság alsó korhatára 18, a felső pedig 65 év. A donor legalább 50, legfeljebb 140 kg testsúlyú személy lehet.

Ha a jelentkező minden szempontból megfelel, akkor jut el magához a vérvételhez. Ez egy nagyjából 8-10 perces folyamat. Mindenkitől 450 milliliter vért veszünk le, plusz az OVSZ vizsgálataihoz még 3-4 kémcsőnyire van szükség. Ilyen vérmennyiség elvesztése nem jelent kockázatot a donor egészségi állapotára.

Mi történik a levett vérral?

A levett vér minden területi vérellátóból az OVSZ régióközpontjába, esetünkben Debrecenbe kerül. Ott történik a különböző vérkészítmények, vagyis a vörösvérsejt, a trombocita és plazma előállítás. Vírus- és vércsoportszerológiai vizsgálatokra pedig a budapesti központba küldjük a mintacsöveket az ország egész területéről. Ha a teszteken bármiféle eltérést találunk, akkor hivatalos, postai levélben behívjuk a donort egy elbeszélgetésre, ahol tájékoztatjuk a talált eltérésről. Ennek fényében alakul tovább a donor útja. Az eltérésekből adódóan lehet, hogy csak egy bizonyos ideig nem adhat vért, de az is előfordulhat, hogy a későbbiekben sem.

Hány véradót fogadnak egy átlagos hónapban Nyíregyházán?

Havi szinten 1200-1300 véradó jelentkezik nálunk, a levett adagok száma pedig nagyjából 1000-1100.

100-200 jelentkező végül nem jut el a vérvételi helyiségbe. Mik a kizáró tényezők?

Azt tapasztaljuk, hogy akinek egy családtagja vagy ismerőse volt már vért adni, az nagyjából tudja, mi fog történni, de sokan itt szembesülnek vele, hogy személyes dokumentumokra is szükség van. Ezek nélkül senkit nem tudunk felvenni a rendszerünkbe.

Egészségügyi szempontból országos szinten az alacsony hemoglobinszint a leggyakoribb kiszűrési ok, ami a táplálkozástól, ki-pihentségtől, stressztől is függ, a nők esetében a menstruációs ciklus is hatással lehet rá. Ez három hónapos kiszűrést jelent, vagyis a donornak ennyi időt mindenképp hagyunk, hogy a szervezete regenerálódjon. Véradás után alapvetően is csökken ez a

szint, de ha már véradás előtt sem éri el a minimumot, az szédülést, fülcsengést, gyengeségérzetet, akár ájulást is eredményezhet. Ha pedig valaki eleve hajlamos az ájulásra vagy korábbi véradásán rosszul lett, akkor dönthetünk úgy, hogy nem veszünk tőle vért. Gyakori kizáró ok a vérnyomásprobléma és az inzulinnal kezelt cukorbetegség is.

A Véradók nevű Facebook-csoportban nemrég a 205-ik véradásáról osztott meg valaki képet. Nyíregyházán vannak hasonló rekordok?

A férfiak évi 5, a nők pedig 4 alkalommal adhatnak vért, két véradás között pedig legalább 56 napnak kell eltelnie. Sok donorunk már jóval száz fölött jár, ami azt jelenti, hogy az elmúlt 15-20 évben rendszeresen adott vért. Az első alkalommal és kerek számok elérésekor oklevelet kap a véradó.

Több évtizedes, rendszeres, önkéntes véradói tevékenységük elismeréseként a Magyar Vöröskereszt és az Országos Vérellátó Szolgálat felterjesztése alapján a Belügyminisztérium minden évben vármegyéenként egy személynek ítéli oda Pro Vita díjat.

A véradások számát az országos informatikai rendszerünk ellenőrzi és nyilván tartja. Az adatfelvétel után rögtön tudjuk, hogy az elmúlt 365 napban hány sikeres véradása volt az adott személynek, és hogy adhat-e már egyáltalán újra. Ha valaki megadja az e-mail címét, az OVSZ levélben értesíti, hogy eltelt a két véradás közötti kötelező várakozási idő. Ezt nevezük Pelikán-napnak.

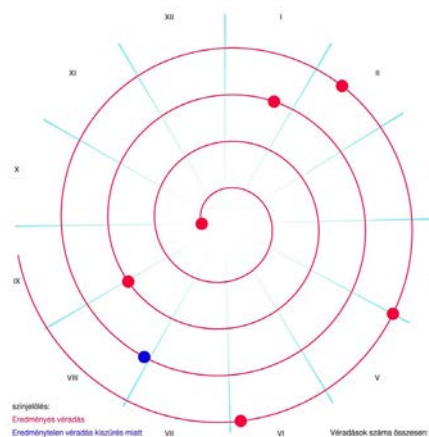
Említette, hogy változó ismerettel érkeznék a véradók. Tévhitekkel is találkozhatnak a munkájuk során?

Sokan azt gondolják, ha vérnyomáscsökkentőt szednek, akkor nem adhatnak vért, de ez téves. Cukorbetegség esetén, ha valaki csak gyógyszeres kezelést kap, nála is szóba jöhet véradás, de inzulinos kezelés mellett már nem. Műtétek, tetoválás és testékszer készítése, akupunktúrás kezelés után négy hónap várakozási idő szükséges, mert ezeknél magas a fertőzé-

2025.06.11

Idén a születésnapomra mást kérek – egy csepp jó szándékot!

33 éves leszek hamarosan, és már hagyomány nálam, hogy ezen a napon vért adok. Ez az a "ajándék", ami nem csak szép gesztus, de életeteket is menthet.... **Továbbiak**



si rizikófaktor. A tévhittel ellentétben az allergia sem minden esetben kizáró tényező. Ha bárkinek kérdése van a véradással kapcsolatban, az ovsz@ovsz.hu címre megírhatja, és választ is kap a kérdésére.

A nyíregyházi vérellátó munkatársaival rendezvényen és kihelyezett véradáson, például a máriapócsi görögkatolikus motorosbúcsún is találkoztam már. Gyakran települnek ki az épület falain túlra?

Hétfőn, szerdán és pénteken reggel 8-tól délután fél 4-ig, kedden és csütörtökön 8:00 és 17:30 óra között itt várjuk a véradókat. Ezen kívül a Magyar Vöröskereszt által szervezett kihelyezett és céges véradásokat is mi végezzük egész Szabolcs-Szatmár-Bereg vármegyében. Az OVSZ honlapján elérhető, hogy a következő két hétben hol lesz lehetőség véradásra.

A Nyíregyházi Területi Vérellátó (jelenlegi címe: Nyíregyháza, Szent István út 68.) 1963-ban kezdte meg működését. 2000. január 1-jén csatlakozott az Országos Vérellátó Szolgálathoz a Debreceni Regionális Vérellátó Központ tagjaként. Itt végzik a beteg és terhes vércsoport-szerológiai vizsgálatokat, innen látják el vérkészítményekkel a Jósa András Oktatókórházat és a kisvárdai kórházat. Emellett a nyíregyházi vérellátó bonyolítja le a kiszállásos véradásokat Szabolcs-Szatmár-Bereg vármegye területén.

Őszi vitaminpótlás

– hogyan készülünk a hidegebb hónapokra?

Az őszi gyönyörű évszak: színes falevelek, friss levegő, almás pite illat. Ugyanakkor ez az időszak jelenti a szervezet számára az egyik legnagyobb kihívást is. Rövidülnek a nappalok, hűvösebbé válik az időjárás, és egyre több a megfázásos, vírusos megbetegedés. Ilyenkor különösen fontos a megfelelő vitamin- és ásványianyag-pótlás – nemcsak a gyermekeknek, hanem a felnőtteknek is.

Ősszel több tényező is gyengítheti az immunrendszerünket. Egyrészt kevesebb friss, napérelte zöldség és gyümölcs áll rendelkezésre, másrészt csökken szervezetünk D-vitamin termelése, mivel kevesebb napfény éri a bőrünket. Emellett a gyermekek visszakérülnek a közösségbe, iskolába, óvodába, ahol könnyebben terjednek a kórokozók. Hidegebb időben több időt töltünk zárt térben, ami kedvez a fertőzések terjedésének. Ezért fontos, hogy tudatosan pótoljuk a hiányzó tápanyagokat.

LEGFONTOSABB VITAMINOK ÉS ÁSVÁNYI ANYAGOK ŐSZELEN

1. Vitaminok: Ősszel és télen a szervezet nem képes elegendő D-vitamint előállítani a napfényből. Felnőtteknek napi 2000 NE az ajánlott mennyiség belőle. A citrusféléket már az 1700-as években a skorbut egyik ellenszereként ismerték. Brit katonák figyeltek fel először arra a jelenségre, hogy szervezetükben a hosszú tengeri utak során a C-vitamin mennyisége jócskán lecsökkent: vérző ínyt, lassú sebgyógyulást, bőrelszíneződést tapasztaltak. Miután később felismerték, hogy a lime és a citrom jó hatással van ezen hiánybetegségekre, rendszeresen szállítottak magukkal ilyen gyümölcsöket hajóikon. A C-vitamin szerepe messze túlmutat pusztán a bőr és az íny védelmén. Antioxidáns hatásának köszönhetően segít megvédeni a sejteket a szabad gyököktől, csökkenti a rák kockázatát, sérüléseket követően gyorsabb a sebek gyógyulása, a csontok forrása és az izmok regenerálódása. Emellett megújítja a szervezet E-vitamin-tartalékait, és javítja a vas felszívódását. Napi ajánlott bevitel felnőtteknek 500–1000 mg, gyermekeknek 100–500 mg (életkortól függően). Kiváló C-vitamin-források őszen például a következő zöldségek és gyümölcsök: spenót, petrezselyem, homoktövis, brokkoli, sütőtök, paprika és paradicsom, narancs, citrom és gra-



pefruit, karfiol, savanyú káposzta, kelbimbó. Fontos tudni, hogy a C-vitamin érzékeny a levegőre, a vízre és a hőre. A zöldségek C-vitamin-tartalmának mintegy 25%-a egyszerűen megsemmisül már néhány perces főzés vagy gőzölés során is. Hasonló mértékű károsodás történik a zöldségek-gyümölcsök fagyasztásánál és kiolvasztásánál is. Ha hosszú ideig főzzük a zöldségeket vagy gyümölcsöket, a teljes C-vitamin-tartalom akár 50%-a is megsemmisülhet. A C-vitamin bevitelének legjobb módja a friss és nyers zöldségek és gyümölcsök fogyasztása, mivel csak így maximalizálható a ténylegesen bevitt C-vitamin tartalom mértéke.

2. Cink: A cink minden egyes sejtünkben megtalálható, legnagyobb arányban a haj és a szem tartalmazzák. Esszenciális tápanyag, azaz szervezetünk önmagában nem képes előállítani: megfelelő pótlásáról táplálkozás útján gondoskodhatunk. A cink szerepe szervezetünkben igen szerteágazó, számos élettani folyamat elengedhetetlen alkotóeleme. Támogatja immunrendszerünk védelmét a baktériumokkal és a vírusokkal szemben, valamint elősegíti a sebgyógyulást és a véráramlást. Részt vesz az A-vitamin normál anyagcseréjében, ezáltal hozzájárul az egészséges látás fenntartásához. Támogatja a haj, a bőr és a köröm normál állapotának megőrzését. Fontos feladata, hogy támogatja a kognitív funkciókat, ezáltal segíthet a depresszió és a szorongás tüneteinek enyhítésében. Cinkből a felnőttek napi szükséglete 8–11 mg, a gyermekeké 3–8 mg. A cink számos élelmiszerben megtalálható. Legnagyobb arányban a hús- és halfélék (különös tekintettel az osztrigára, a csirkére és a tengeri gyümölcsökre) tartalmazzák, kisebb mennyiségben megtalálható a babban, a mogyoróban, a tojásban, a teljes kiőrlésű gabonákban és a tejtermékekben is.

3. Omega-3 zsírsavak: Mivel az omega-3 zsírsavak is esszenciális tápanyagok, azaz a szervezet csak kevés hatékonysággal képes őket előállítani, a hiány kialakulása gyakori probléma – különösen azoknál, akik nem fogyasztanak rendszeresen tengeri halat vagy nem pótolják étrend-kiegészítő formájában.



A hiány nem egyik napról a másikra jelentkezik, hanem fokozatosan, és gyakran nehezen felismerhető tünetekkel jár, amelyek könnyen összetéveszthetők más állapotokkal.

A leggyakoribb omega-3 hiánytünetek:

- Száraz, viszkető, hámló bőr
- Fáradékonyság, alacsony energiaszint
- Memóriaproblémák, koncentrációzavar
- Ingerlékenység, hangulatingadozás
- Ízületi merevség, fájdalom
- Gyulladásos panaszok (pl. bőr, ízület, bélrendszer)
- Gyakori megfázások, legyengült immunrendszer

Az omega-3 zsírsavaknak fontos szerepe van az agy és az idegrendszer működésében. Magzati korban segíti az agy és látás fejlődését, felnőttekben támogatja a kognitív funkciókat és a lelki egyensúlyt. ADHD-s gyermekeknél javíthatja a figyelmet és csökkentheti az impulzivitást. Klinikai kutatások szerint alacsony omega-3-szint esetén gyakrabban fordulnak elő depressziós és szorongásos tünetek. Ezek az esszenciális zsírsavak védik a szív egészségét, javítják az érfunkciókat, és segíthetnek megelőzni a szív- és érrendszeri betegségeket. Felnőtteknek ajánlott napi adagja 250 mg. Gyermekek számára agyfejlődés és látás támogatására általában napi 100–250 mg javasolt, életkortól és testtömegtől függően. A tengeri halak (pl. lazac, makrél, szardínia) rendszeres fogyasztása fedezheti ezeket az igényeket, de a valóságban kevesen esznek heti 2-3 alkalommal zsíros tengeri halat, ezért étrend-kiegészítőkre gyakran van szükség.

4. Vas: Gondolta volna, hogy a vashiány a világ lakosságának közel 80%-át érinti? A vashiányos egyének közel harmada pedig vashiányos vérszegénységgel is küzd, melynek egyik árulkodó jele a krónikus fáradtság. Mivel egyre több az olyan életmódbeli tényező, mely növeli a szervezet vasszükségletét, ezért a vas-pótlás ma már szinte megkerülhetetlen. A vas legfontosabb feladata, hogy segítsen vérünknek az oxigén szállításában, mindezt pedig a vörösvérsejteken és a bennük lévő hemoglobinnal teszi. Ha vashiány következtében vashiányos vérszegénység alakul ki, akkor jelentősen lecsökken az egészséges vörösvérsejtek termelődése. Ráadásul, mivel vas szükséges a hemoglobin előállításához is, hiányában nemcsak kevesebb vörösvérsejt termelődik, de azokban sem lesz elegendő (oxigénszállító) hemoglobin. Ebből következik, hogy jóval kevesebb lesz az az oxigénmennyiség, ami el tud jutni a tüdőből az agyba, a szövetekbe, az izmokba, a sejtekbe, és innen már tényleg csak egy

lépés a krónikus fáradtság, a teljesítőképesség csökkenése, stb. A vas felnőtteknek ajánlott napi beviteli értéke átlagosan 14 mg. A nőknek több vasra van szükségük (18 mg), mint a férfiaknak (8 mg). A vas támogatja a növekedést és a kognitív fejlődés folyamatát. 3 éves kortól 10 mg az általánosan javasolt napi beviteli dózis. Ha „válogató” a gyermek, akkor növekszik a vashiányos állapot kialakulásának kockázata, ezért évente érdemes ellenőriztetni a vasszintet.

A vas két formában található meg az ételekben:

- Hem vas – jól hasznosul, főként állati eredetű ételekben (belsősegek, tenger gyümölcsei, jó minőségű marha- és bányahús).
- Nem-hem vas – növényi forrásokban található, pl. hüvelyesek, felszívódása gyengébb.

Ha táplálkozással nem tudjuk megoldani az elégséges vasbevittelt, vagy a felsorolt, vasszükségletet növelő állapotok ránk is jellemzőek, fontos, hogy biztonságos vaspótló készítményt válasszunk.

VITAMINPÓTLÁS TERMÉSZETES FORRÁSOKBÓL

Az étrend-kiegészítők hasznosak, de elsődlegesen mindig a táplálkozásból érdemes biztosítani a vitaminokat.



Ősszel ajánlott:

- Zöldségek: sütőtök, cékla, sárgarépa, kelkáposzta.
- Gyümölcsök: alma, körte, szőlő, szilva, birsalma.
- Mézek: akácméz, hársméz, virágméz. A méz nemcsak édes finomság, hanem természetes vitamin- és ásványianyag-forrás is. Tartalmaz B-vitaminokat, ásványi anyagokat (kálium, magnézium, vas), valamint antioxidánsokat, amelyek erősítik az immunrendszert. Enyhe antibakteriális hatása segíthet megelőzni a torokfájást és a légúti fertőzéseket. Ősszel érdemes reggelente egy teáskanál mézet langyos teába, citromos vízbe vagy zabkásába keverni. Gyerekeknél is biztonságosan alkalmazható egyéves kortól, de fontos, hogy ne forró italba tegyék, mert a magas hő tönkreteszti a benne lévő értékes enzimeket. A méz tehát nemcsak ízletes, hanem természetes módon járul hozzá a szervezet őszi vitaminpótlásához.
- Savanyított ételek: savanyú káposzta, kovászos uborka – a bélflóra támogatására.
- Magvak és diófélék: egészséges zsírok és ásványi anyagok forrásai.

Az őszi vitaminpótlás kulcsfontosságú a betegségek megelőzésében és az energiaszint fenntartásában. A megfelelő D-vitamin, C-vitamin, cink és omega-3 bevitel, valamint a tápanyagban gazdag étrend segít abban, hogy a szervezetünk felkészülten várja a hideg hónapokat. Felnőtteknek és gyerekeknek egyaránt érdemes tudatosan figyelni erre – így az ősz nem a betegségek, hanem a feltöltődés időszaka lehet.



Modern kórház a város szélén

Fél évszázados jubileum Kisvárdán

„Amit akartok, hogy veletek tegyenek az emberek, ti is tegyétek velük!” (Mt 7,12). Ennek a jézusi parancsnak a szellemében végzi munkáját a kisvárdai Szent Damján Görögkatolikus Kórház, amely idén ünnepli jelen formában való fennállásának fél évszázados jubileumát. Az intézmény küldetésnyilatkozatának megfogalmazása szerint a dolgozók meggyőződése, hogy a Jóisten mindig segít nekünk, de addig is a legjobb tudásunk szerint kell tennünk a dolgunkat, ott, ahol vagyunk, és azzal, amink van. Az évforduló alkalmából Hegyi Henrik főigazgatóval beszélgettünk a kórház múltjáról, jelenéről.



Hegyi Henrik

Melyek voltak az intézmény történetének legfontosabb határárkövei, amelyek révén eljutottunk a kezdetektől napjainkig?

Az 1890-es évek elejére tehető az az időszak, amikor Kisvárdán létrejött az ispotály, ami már egyfajta előzménynek tekinthető. A zsidó közösség szükségét érezte annak, hogy azokat a polgárokat, akik a városban és a környékén élnek, valamilyen szervezett formában egészségügyi ellátáshoz juttassák, ezért egy tízágyas, ispotálynak nevezett kórházat hoztak létre.

A 1900-as évek elején harminc ágyra növekedett a befogadóképesség, és további épületeket adtak át. Aztán jött egy időszak, amikor sajnos annyira leromlott a kórház állapota, hogy még az is szóba került, esetlegesen bezárják. A 60-as, 70-es évek viszont, amikor Magyarországon megjelent az igény, hogy új ágyakat kell létrehozni és kórházakat kell építeni, elindított bennünket a fejlődés útján – tulajdonképpen 1975-ben jött létre az az intézmény, ami jogfolytonos a mostanival.

Az egészségügy helyzete folyamatosan viták keretében áll nemcsak itthon, hanem a világ minden részén. A rendszerváltástól kezdve milyen pályáit írt le az intézmény?

Az volt a szerencse, hogy a Felső-Szabolcsi Kórház, ahogyan akkor minket neveztek, a Kisvárdai Önkormányzathoz tartozott. Az elődöm, Harsányi Imre igazgató, aki 20 évig vezette a kórházat, nagy hangsúlyt fektetett arra, hogy ennek a régióknak nagyon erős egészségügye legyen, és egy ehhez igazodó kórházi háttérrel tudjuk kiszolgálni a hozzánk tartozó körülbelül 80 ezer lakost. Az elmúlt 30 évünket egyetlen cél határozta meg: fejlődés, fejlődés.

Ennek a munkának köszönhető, hogy ugyan többnyire apró lépésekben, de folyamatosan tudtunk modernizálódni. Megújult például az élelmezés, az informatikai rendszer, most felújítjuk a traumatológiát, létrejött egy rehabilitációs tömb, kialakult egy krónikus ellátást biztosító épületegyüttes, és ezek – sok minden mással együtt – olyan komplexitást adnak a kórháznak, amiben minden olyan szakma megtalálható, amire alapvetően szükségük van a lakosoknak, amire pedig nem tudunk választ adni, azokat az eseteket tovább küldjük vagy Nyíregyházára, vagy Debrecenbe.

Az elmúlt évtizedekben újra hozzászoktunk, hogy az egyházak kilépnek a templomokból, és másfajta, kimondottan társadalmi, szociális szerepet is vállalnak. Ezt az oktatásban tapasztaljuk meg leggyakrabban, az egészségügyben sokkal szerényebb a jelenlét.

is képviselje azt a szemléletet, ami az egyházi működés természetes velejárója. A döntésben nagy szerepe volt Seszták Miklós akkori miniszter támogatásának, illetve Kocsis Fülöp érsek atya nyitottságának. A hivatalos döntés végül gyorsan megszületett.

Milyen szempontok alapján választották ki a névadó személyét?

A névválasztás üzenet: olyan szentet kerestünk, aki egyszerre kötődik az egyházhoz és a gyógyításhoz. Szent Damján – testvérel, Szent Kozmával – az orvos szentek közé tartozik, alakja a szakmai igényesség és a könyörület egységét jeleníti meg. A név nem csupán tábla a homlokzaton: iránytű a mindennapokhoz, amely arra figyelmeztet, hogy az orvosi tudás és az emberi méltóság tisztelete egyaránt a gyógyítás része.

Ráadásul érdemes szerintem korábbra visszamenni: 2016 áprilisában vettem át a kórházat, és már akkor úgy éreztem, a gyógyításban – azon kívül, hogy nagyon jó ápolóink, orvosaink vannak – hiányzik egy láb, hiányzik az a lelki megközelítés, amit csak az egyházak adhatnak meg, és akkor valamennyi kisvárdai felekezettől kértem segítőt, akik azóta teljesen beépültek kórházunk vérkeringésébe, és szinte mindennap ott voltak közöttünk, beteget látogattak, szentségeket szolgáltatottak ki.

Egyházi kórházzá pedig úgy válik egy intézmény, hogy folyamatosan azokat az elveket követi, amelyek nagyon fontos az egyház szolgálatában is: odafordulunk az emberhez, akit nemcsak ellátunk, hanem letöröljük a homlokáról a verejtéket és az arcáról a könnycseppeket, amelyeket a szenvedés, a fájdalom okoz, és elősegítjük a gyógyulásukat akár érintéssel,



Kisvárdán hogyan merült föl az ötlet, hogy egyházi fenntartásba kerüljön a kórház?

A görögkatolikus egyház Kelet-Magyarországon nagyon erős, sok híve él Szabolcs-Szatmár-Bereg, Hajdú-Bihar, illetve Borsod-Abaúj-Zemplén vármegyékben. Ezért aztán felmerült az igény, hogy ha már az egyház ebben a régióban nagyon erős szerepet tölt be az oktatásban, az időseket és hajléktalanellátásban, akkor vegye át a kisvárdai kórházat, és ezen a területen

Az iskolák esetében gyakran előkerül a kérdés: azon túl, hogy – mondjuk – táblát cserélnek az épületen, mi változik meg attól, hogy egyházi intézmény lett belőle?

Erre mindig nagyon egyszerű választ szoktam adni: semmi és minden. Mert természetesen azt botorság gondolni, hogy mivel 2021. július 1-től Szent Damján Görögkatolikus Kórház lettünk, akkor már július másodikán teljesen úgy működünk, mint egy eszményi egyházi kórház.

akár szavainkkal. Az egyházi jelleg abban tapintható leginkább, hogy miként fordulunk a beteghez, mennyire figyelünk oda rá, hogyan törődünk vele, tesszünk-e többet annál, mint hogy egyszer megkérdeztük, milyen baja van, és felírtunk neki egy receptet. Sokat teszünk azért, hogy azoknak, akiket gyógyítunk, többet adjunk magunkból, a lelkünkől, a hitünkől, és ezzel segítsük őket a gyógyulásban.



Az egyházi kórházzá válásnak a folyamatáról mondhatjuk tehát, hogy lezárult, vagy pedig ez egy folyamatos gondolkodás arról, hogyan lehetne még inkább elmélyíteni?

Ha időtávot szeretnék mondani, akkor ehhez még legalább 100 év kell, és még akkor sem fog lezárulni. Szerintem mindig fejlődünk kell, erősíteni önmagunkat, és nem csupán a formalitások betartására koncentrálni.

Ami számomra nagyon fontos, hogy tudjunk érzékenyebbé válni minden területen. Ha ma így cselekedtem, abból következően holnap hogyan tudok jobban cselekedni, még jobban figyelni a betegre, és mi az a kicsivel több, amit eddig nem adtam meg ennek a betegnek. Nem is szakmai tudásra gondolok elsősorban, hanem önmagunkra, a hitünkre, ahogy azt már korábban mondtam. És ez egy nagyon-nagyon hosszú, tulajdonképpen végtelen folyamat.

Néha ebben elgyengülünk, néha erősebbek vagyunk, nem mindig tudunk ugyanúgy viszonyulni a beteghez, ugyanúgy gyógyítani őt, de minden nappal ők is erősebbek lesznek, és mi is erősebbek leszünk.

Amikor ez az egész átalakulás zajlott, hogyan fogadták a dolgozók? Nem érzik tehernek a szemléletváltást?

Nem élük meg plusz feladatként. A mi kórházunk esetében az, hogy a lelki igazgatónk, Mosolygó Tibor atya már 2016 óta itt van közöttünk, sokat segített. Őt delegálta Fülöp atya hozzánk kórházi lelkészként, és a személyisége nagyon fontos volt abban a folyamatban, hogy a dolgozók számára elfogadható és sikeres legyen az átmenet.

Amikor az átadás-átvétel zajlott, lehetősége volt mindenkinek, aki nem akarta ezt vállalni, hogy fölmondjon, de nem volt olyan munkatársunk, aki ezt választotta volna. És azóta sem akadt

senki, aki azt mondta volna, a kórház egyházi jellege neki nem felel meg. Azt látom, hogy az a plusz odafigyelés, amikor Fülöp atya itt van közöttünk, mindenkinek igazi feltöltődés, és erőt ad számunkra, hogy tovább tegyék a dolgunkat.

Mit jelent, mit ad magának az intézmény vezetőjének, hogy lelki igazgató segíti a munkáját?

Bevallom, időnként szoktam önző lenni, mert hát egy főigazgató élete nem mindig egyszerű. Azt szoktam kicsit tréfásan mondani, ami egyébként sajnos teljesen igaz, hogy a rossz hírek mindig az én irodámban landolnak végül, bármelyik részét is érintik a kórháznak. A jó hírek viszont jóval ritkábban érnek el hozzám, ami az ember lelkét „megharapdálja”. És amikor azt érzem, én is fáradok, vagy nincs az a lendület, akkor Tibor atyával le szoktunk ülni beszélgetni, amiből sokat merítetek.

Nagyon fontos az életemben az a fajta iránymutatás is, amit Fülöp atyától szoktam kapni. Amikor adódik valamilyen kérdés, probléma vagy feladat, elmondom, én hogyan látom, aztán elmondja ő is, és akkor átérem azt a fajta gondolkodásmódot, amivel az egyházat, a görögkatolikus közösséget vezet, és amit nekünk még át kell vennünk. Nagy részét már megvalósítottuk persze, de még mindig sok a munka. Nekem személy szerint nagyon fontos, hogy ezt megkaphatom tőle.

Az intézmény mindennapjairól az volt a benyomásom, hogy egy élő, vitális és családi hangulatú helyről van szó, ami azért egy kórház esetében nem feltétlenül jellemző. Gondolom, ez szorosán összefügg a görögkatolikus jelleggel.

Úgy jellemezném ezt a helyzetet, mint amilyen a ruhaszövet. Minden és mindenki összefügg, illetve összekapcsolódik a munkánkban. Amikor bekerül hozzánk egy beteg, mondjuk a belgyógyászatra, akkor nagy valószínűséggel lesz valahol a környezetében egy olyan ápoló vagy orvos, aki az ő lakóhelyéhez közel él, vagy akit ismer. A családiasság ebből adódik, hogy a Kisvárdán és környékén élők nagyon összetartó emberek. A szabolcsi homokban semmit sem egyszerű megtermelni. Ha tehát az emberek mégis sok-sok évszázada megélnék itt, ahhoz nagyon kemény kötődés kellett egymáshoz és a földhöz is. Szerintem ez az a szövedék, ami ilyen szépen egybentartja ezt a kórházat.

Nagyon fontos, hogy az ápolóink is úgy tekintenek arra, ha egy beteget el kell látni, hogy akár az az ő édesapja, édesanyja, testvére, fia, lánya, bárkije is lehetne, ezért többszörösen figyelnek rá. Ezt lehet érezni nálunk, hogy ezek az emberek nemcsak bejöttek ápolni, hanem ők azt a hivatásuknak érzik, amire valamilyen egyszer igent mondtak.

Nagyon érdekes példa erre az egyik legnehezebb terület, a krónikus osztály története. Borzasztóan nehéz volt oda ápolókat találnunk a korábbi években. Utána azonban történt egy vezetőápoló-csere, és ma, amikor bejönnek hozzánk a fiatalok gyakorlatra, akkor ott kezdik el a szakmát tanulni, mert az alapokat ott nagyon szépen el lehet sajátítani. És csodák csodája, amikor végeznek, és megkérdezzük tőlük, milyen területre mennének,

nagy többségük a krónikus osztályt választja, úgyhogy ott gyakorlatilag nincs ápolóhiányunk.

És ez nagyon fontos dolog, mert nagyon kimerítő az ápolási terület a krónikus osztályon. Egyrészt nehéz a betegeket mozgatni, folyamatosan oda kell figyelni rájuk, hogy milyen igényeik vannak, és sajnos nagyon magas a halálozás is, emiatt pedig lelkileg is megterhelő a testi igénybevétel mellett. És mindennek ellenére olyan ápolói csapat jött létre, ahová nem nekünk kell átvezényelni az ápolókat dolgozni, hanem maguk választják ezt.

Ezek az emberek egymáshoz kötődnek, egymáshoz kapcsolódnak, és tudják azt, hogy igen, ez a mi kórházunk, ez a mi egyházi kórházunk, és jó érzés itt dolgozni, nagyon jó érzés közösen eredményt elérni.

A betegek szempontjából, illetve a visszajelzéseikből mit lehet leszűrni: az ő elképzeléseik, illetve valóságérzékelésük alapján mitől görögkatolikus ez a kórház, és mi alapján mondhatjuk, hogy jól működik?

Valóban, ez nagyon fontos kérdés. Nálunk is folyamatos polémia volt körülötte. Személy szerint nagyon hiszek abban, hogy kérdezzük meg a betegeink véleményét, és ennek több formáját is kidolgoztuk. Először egész egyszerűen kérdőívet adtunk ki papíron a járóbeteg-ellátásban megforduló pácienseinknek, vagy ha valaki ment haza a fekvőbetegosztályról, írásban kitöltötte. Most már egy elektronikus felületen, QR-kód segítségével is be tudják ezt olvasni, illetve ki tudják tölteni a betegek, akár amíg várakoznak. Ezt a gyakorlatot három-négy éve folytatjuk, és bizony nagyon sok negatív visszajelzést kaptunk. De tényleg, olyan szinten már, hogy azt mondták a munkatársaim, hogy ezt nem is volna szabad csinálni, hagyjuk inkább abba, annyira frusztráló és kiábrándító.

Én viszont azt mondtam, hogy épp ellenkezőleg, folytatnunk kell, mert szükséges látnunk, mit gondol a beteg, milyen igényei vannak, amelyeket mi esetleg nem ismertünk föl. Mondok egy egyszerű példát: a rehabilitáción a fürdőszobába tegyünk föl még akasztókat a ajtóra, mert oda tudják a köpenyüket felakasztani. Tehát sok probléma megoldása nagyon egyszerű, szinte semmi, csak mi ezt korábban nem vettük figyelembe, nem észleltük.

És ennek köszönhetően a korábbi rossz tendencia elkezdett megváltozni. A megfogalmazott kritikákra vonatkozó válaszun-
kat föltettük a honlapunkra: leírtuk, hogy köszönjük az észrevé-
telt, és erre mi ezt és ezt az intézkedést vagy változtatást hoz-
tuk. Az elmúlt időszakban, körülbelül másfél éve, folyamatosan
azt látjuk, hogy a betegek hangulata, elégedettsége jelentős
mértékben javult, sokkal több elismerést, dicséretet kapunk.

Ebben szerintem benne van, hogy mint egyházi kórház dolgo-
zunk, és érzik ezt a sajátos mivoltunkat, de benne van az is, hogy
a vélemények alapján folyamatosan változunk, és figyelembe
vesszük, amivel addig nem foglalkoztunk vagy nem törődtünk.

Azt gondolom, ebben az összefüggésben visszakanyarodhatunk
arra a kérdésre, hogy mitől egyházi egy kórház: attól, hogy mi,
a benne dolgozók hogyan bánunk a betegeinkkel, hogyan bá-
nunk önmagunkkal, és hogyan bánunk egymással. Ha mi oda-
figyelünk a többiekre, ezt látják a kollégák a kórház vezetőitől,
a főigazgatótól, az ápolási igazgatótól, az orvos igazgatótól, a
lelki igazgatótól, akkor a középvezetők is oda fognak figyelni a
munkatársaikra, ők pedig a betegekre.

Olyan ez, mint amikor elgurítunk egy tekegolyót: ha jó az irány
és megfelelő a lendület, a siker nem marad el. Igyekszünk mi
is folyamatosan optimalizálni, a lehető leghatékonyabban mű-
ködtetni a kórházat, és azt hiszem, ennek eredménye ma már
mindenki számára jól látható.



„Egy vértanú püspök bőrében”



Interjú Dér Zsolttal, a Romzsa Tódor-film főszereplőjével

Romzsa Tódor görögkatolikus püspök a kommunista diktatúra első éveiben Kárpátalján a hitéhez és népéhez való hűsége miatt vált célponttá. 1947-ben a szovjet titkosszolgálat merényletet szervezett ellene, majd a munkácsi kórházban brutálisan kivégezték. Szent II. János Pál pápa 2001-ben boldoggá avatta. Rövid, ám rendkívül erőteljes élete ma is aktuális kérdéseket vehet fel: mit kezdenek a mai harmincasok a felelősséggel, a hűséggel, a döntéseik súlyával? A film őszi bemutatója előtt a vértanú püspököt alakító Dér Zsolttal beszélgettünk.

Mesélnél arról, miként kerültél a filmbe, és hogyan esett rád a választás?

A nővéremék éppen Tenerifén éltek, és náluk voltam látogatásban, amikor megcsörrent a telefonom, hogy színészt keresnek egy főszerepre. Romzsa Tódor püspököt kellene eljátszani, mert az eredetileg kiszemelt színész kiesett valamilyen okból. A rendező, Bokor Attila azt kérte, hogy küldjek egy rövid videót, amiben bemutatkozom, és beszéljek arról is kicsit, hogy mit gondolok a hitről, a világról. A lapos tetőn, ahol jógázni szoktak a helyiek, felvettem a bemutatkozásomat, elküldtem, és nem sokkal később már jött is a válasz, hogy dolgozzunk együtt.

Ismerted a görögkatolikuságot? Tudtál egyáltalán rólunk valamit?

Vallásos családból származom, római katolikus neveltetést kaptam, a görögkatolikus közösséget sokáig „enyhe gyanakvással figyeltem a távolból”. Aztán egyszer betévedtem egy húsvéti liturgiára. Éppen akkor, amikor Aranyaszájú Szent János híres húsvéti köszöntésénél tartott a pap: *hogy bármelyik órában érkezel is, mindenkinek ott a helye az asztalnál*. Ez a gondolat – a feltétel nélküli befogadás és egyenlőség, ez a mélyen baloldali gondolat – nagyon megérintett.

Hogyan készültél a szerepre?

Elolvastam Puskás László *Romzsa Tódor élete és halála* című könyvét, és különösen megrázott Teofila nővér visszaemlékezése (*Mária-Teofila O.S.B.M. Őexcellenciája Főtisztelendő Romzsa Teodor munkácsi görögkatolikus püspök atya halálának története*), aki a püspök mellett volt a halálos ágyánál. Az ő története külön megérte egy nagyjátékfilmet.

Ezekből a visszaemlékezésekből nemcsak a püspök életútját ismertem meg – mert van egy különleges mágneses ereje az ő történetének –, hanem közben nagyon elkezdett érdekelni maga az ember is. Főleg az ellentmondásai, a küzdelmei, a szorongásai és a nehézségei, azok, amiken keresztül szerintem a legjobban meg lehet érteni és meg lehet közelíteni egy szentéletű embert, mert egy ikonnal nehezebb mit kezdeni, hiszen az inkább egy szoborba fagyott, idealizált kép.

Nem volt benned félelem, hogy egy vértanút kell alakítanod?

A nagyon nagy elhivatottsággal rendelkező emberek élete mindig feltérképezésre érdemes. A rendező, Bokor Attila pedig azt hangsúlyozta, hogy nemcsak jó színészt keres, hanem olyan személyiségű embert, akivel jól tud együtt dolgozni. A forgatókönyv

az előkészítés közben is sokat alakult, és Attila engedte, hogy itt-ott hozzászóljak a könyvhöz, ami nekem nagyon fontos, mert szeretek belekontárkodni mindenbe.

Mi fogott meg leginkább Romzsa püspök életében?

Az a hihetetlen felelősség, amit hordozott. Nemcsak a saját életéért, hanem minden papjáért és hívéért. Amikor kinevezett valakit egy faluba, tudta, hogy az illetőt elhurcolják, megölik. Minden döntése mögött ott volt a halál lehetősége. És mégis vállalta. Ez szerintem döbbenetes.

A forgatás adott neked valami személyes lelki élményt?

Minden munka során meg kell, hogy mozgasson valamit ott belül egy szerep. Már csak azért is, mert egy forgatáson a színész rengeteget ül, vár és nem csinál semmit. Egy munkát úgy jó végezni, ha az ember közben körbejárja magát, körbejárja a világot, gondolkodik, hogyan kapcsolódik a világképehez, megismer valami újat.

Ebben a munkafolyamatban sokat kaptam Maklár Ákos atyától. Amellett, hogy szakértőként nagyon precízen felkészített a liturgikus témákkal kapcsolatban, a vele való őszinte beszélgetések, a lelkesége és emellett a lazasága is sokat jelentett nekem.

Maklár Ákos atya Jevreinov püspök szerepében is feltűnt a filmben emellett, hogy szakértőként végigkísérte az alkotást.

A stábtagokkal is jó kapcsolat alakult ki?

Persze. A dizlettervezőtől a maszkmesterekig mindenki úgy segítette a munkát, hogy nekem már csak oda kellett állnom a kamera elé.



A film képi világának megteremtésén a filmvilág aranycsapatának nagy hármasa dolgozott. Máthé Tibor (Kossuth-díjas) operatőr mellett Rommwalter Richárd volt a fővilágosító, és az a Decsi István volt a focus puller, akinek a neve konkrétan beépült a szakzsargonba. Ő nem mérőeszközzel, hanem a kezével méri ki az optika és a színész közti távolságot, amikor élességet mér. Ezt hívják egy „decsiméternek”. Nagy megtiszteltetés volt együtt dolgozni ilyen szakemberekkel.

Volt különösen emlékezetes jelenet?

Igen, halottat játszani. Sajnos én nagyon nevetős vagyok. Ez van. Az egyik kollégám pedig szeretett improvizálni. Nagyon hülyén nézett ki, ahogy egy halott remeg a visszafojtott röhögéstől.

Milyen érzés, hogy Romzsa Tódor 33 évesen lett püspök, 37 évesen vértanú, nagyjából annyi idősen, mint te most? S volt e benned olyan gondolat, hogy ehhez képest hol tart a mostani harmincas generáció?

Ez nagyon fontos kérdés. A mi generációnk (az Y-generáció vagy milleniálók) egy küzdős, sokszor bizonytalan, halogató, önmagát kereső generáció. Nálunk, az utánunk jövő Z-generáció sokkal tudatosabb és bátrabb.

Ehhez képest Romzsa Tódor története különösen kontrasztos.

Mit gondolsz, megszólíthatja ez a típusú történelmi/vallásos témájú film a mai fiatalokat is?

Ez mindig az adott alkotástól függ. Ha ritmusában, képi világában is jól működik, akkor elérhet bárkit. Egy jó filmhez, annak a sikeréhez nem elég önmagában, hogy számunkra fontos témát



dolgozzon fel. Műalkotásként vagy terméként is működnie kell, és ehhez széles perspektívájú alkotásokra van szükség. Jó példa erre a lengyel rendező Jan Komasa *Corpus Christi* című filmje vagy Paolo Sorrentino *Az ifjú pápa* című sorozata. Nehéz kitörni a buborékból és nehéz jó filmet csinálni.

A filmezés és a színház mellett marad még valamire idő?

Igen, fontos ügyem a Mindenki Mozija „szociokulturális vándormozi”, amelynek egyik alapítója vagyok. Az volt az álmunk, hogy elvigyük a moziélményt azokhoz, akiknek erre egyébként nem lenne lehetőségük. Olyan közösségekhez megyünk el vetítésekkel és beszélgetésekkel, akik nem engedhetik meg maguknak a mozi luxusát. Bepakoljuk a kisbuszba a mozigépet, hangfalakat és megyünk, ahova hívnak. Ez egyben egy filmedukációs program is, amelyet teljesen önkéntes alapon és saját pénzünkből csinálunk, s amelyhez minden támogatást szívesen fogadunk.

Mikor láthatjuk a kész filmet?

Ez a film elsősorban televíziós alkotás, de van esély rá, hogy mozikba is bekerül. Emellett úgy tudom, hogy nevezik fesztiválokra, és van már külföldi érdeklődés is – például Mexikóból.

A filmet premier előtt már láthatta a közönség tavasszal Debrecenben, Nyíregyházán és Budapesten is. Díszbemutatója 2025. október 30-án lesz a budapesti Uránia Nemzeti Filmszínházban.

Fotók: P. Tóth Nóra, keesz.hu és Dér Zsolt magánarchívum



Dér Zsolt színművész, Junior Prima díjas. Filmes család sarja. Édesapja a Balázs Béla-díjas filmrendező Dér András. Édesanyja Dér Denisa, színésznő. 13 éves kora óta dolgozik színházban színészként. Középiskolai tanulmányait a Budapesti Egyetemi Katolikus Gimnáziumban végezte.

Az érettségi után előbb az ELTE-re, majd a Színház- és Filmművészeti Egyetem színész szakára járt, ahol 2017-ben diplomázott. 2017-2020 között a Katona József Színház tagja. Jelenleg szabadúszó filmszínész, rendező és kulturális projektmenedzser.

Fontosabb színházi szerepei:

Ottlik Géza: Iskola a határon (Medve)
Golding: Legyek ura (Jack)
Aiszkhülosz: Leláncolt Prometheusz (Prometheusz)
A.P. Csehov: Sirály (Trigorin)

Fontosabb filmes és televíziós szerepek:

Nyersanyag (magyar játékfilm)
Így vagy tökéletes (magyar filmvígjáték)
A Pokol élővilága (magyar filmhorror, gyártás alatt)
Sorstalanság (magyar filmdráma)
Oltári csajok (sorozat)
Golden Age (sorozat, gyártás alatt)

Valérie Perrin:

Másodvirágzás

Valérie Perrin francia író neve itthon a **Ferdinánd és Juliette** című, nagy sikert aratott regényével vált ismertté. 2018-ban írt **Másodvirágzás** című regénye (eredeti címén: *Changer l'eau des fleurs*) sem okoz csalódást az olvasóinak. A regényt először 2022-ben fordították le magyarra, s azóta több kiadást is megélt.

A könyv a gyász, a veszteség, a szerelem és az újrakezdés regénye, amelyben a főszereplő, Violette Toussaint temetőörként éli mindennapjait. Első pillantásra talán nem ígér felejthetetlen olvasmányt, hiszen mi sülhet ki egy olyan történetből, amelynek hőse látszólag egy hétköznapiabbnál is hétköznapiabb nő. És mégis, egy olyan, lassan kibontakozó, lebilincselő és magával ragadó történetbe csöppenünk bele, amely mély nyomot hagy az olvasóban.

A történet első pillantásra szomorúnak tűnhet: egy asszonyról szól, aki a halál közelében tölti a mindennapjait. Perrin azonban eléri, hogy a temető ne egy nyomasztó, hanem épp ellenkezőleg, egy nyugodt, békés hely legyen, ahol az élet folytatódik, és a múlt emlékei szép virágként pompáznak. Violette nem csupán a sírokat gondozza, hanem a hozzá forduló gyászolókat is vigasztalja, meghallgatja történeteiket. Ez a szerepe adja a könyv egyik legfontosabb rétegét: a temető egyszerre a vég és a kezdet, a gyász és a remény helyszíne is.

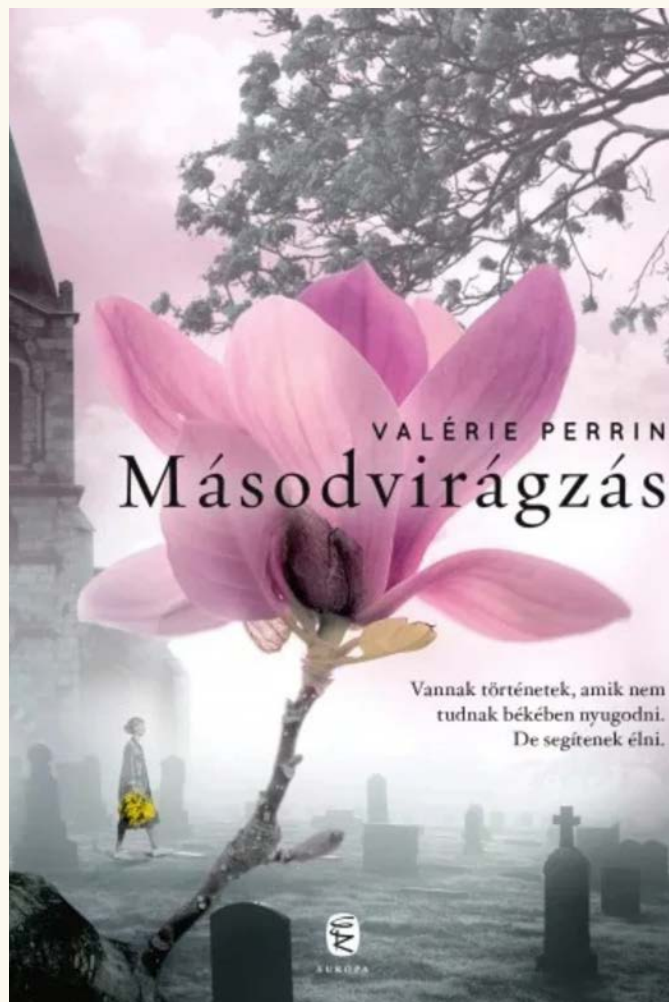
Violette Toussaint története lassan bontakozik ki a könyv lapjain. Perrin nem siet, apránként adagolja a főhős múltjának részleteit, így az olvasó fokozatosan ismeri meg a nőt, akit megvisselt az élet. Megtudjuk, hogyan lett árvaházi lányból temetőőr, hogyan ismerte meg élete szerelmét, és hogyan élt túl családi tragédiákat. A múlt és a jelen váltakozása, az emlékképek és a jelen történései, mint egy finom háló fonódnak össze, és egy összetett, hiteles karaktert építenek fel. A Másodvirágzás nem egy lineáris történet, inkább egy mozaik, amelynek darabjai fokozatosan állnak össze, hogy végül egy teljes képet mutassanak.

A könyv egyik legnagyobb erőssége a karakterek sokszínűsége. A főszereplő Violette mellett megismerhetünk más érdekes figurákat is: a temető három különös sírásóját, a segítőkész papot, a cinikus főnököt, de legfőképp Julien Seulet rendőrbíró, aki egy halott férfi hamvait akarja eltemetni Violette temetőjében. A rendőrbíró felbukkanása indítja el a cselekményt, és az ő keresése révén derülnek fényre a múlt titkai.

Perrin stílusa rendkívül érzékeny és költői, mégsem válik gicszsessé vagy érzélgőssé. A szavaknak ereje van, a leírások pedig annyira élénkek, hogy szinte érezni a virágok illatát, a nedves föld szagát, és látni a temető színeit. Az író kiválóan bánik az érzelmekkel, és képes arra, hogy az olvasó együtt érezzen a szereplőkkel, megértse a fájdalmukat és örömeiket.

A Másodvirágzás a gyász feldolgozásának útja is. Megmutatja, hogy a veszteségek után is van remény, és hogy az élet nem áll meg. Violette története arról szól, hogyan lehet újrakezdeni és a múlt fájdalmait a jövő építőköveivé tenni. A könyv üzenete, hogy a szeretet és a kapcsolatok, még ha nehezek is, mindig életetők, és a legfontosabb, hogy elengedjük a múltat ahhoz, hogy a jövőnk kibontakozhasson.

A **Másodvirágzás** egy rendkívül mély, gondolatébresztő és fel-emelő regény, s egyúttal fordulatokban is bővelkedik. Azoknak ajánljuk, akik nem riadnak vissza a mélyebb érzelmek boncolgatásától sem. A könyv egyszerre szomorú és boldog, tele van reménnyel és életerővel. Egy igazi gyöngyszem, amely méltán érdemelte ki a kritikusok és az olvasók elismerését.



„A küzdelemhez kapunk erőt a Jóistentől!”

– Beszélgetés Kocsán Petra válogatott labdarúgóval

Sosem fogom elfelejteni, hogy 12-13 évvel ezelőtt, amikor a Pázmány Labdarúgó Ligában fociztam, és volt egy női játékos a csapatunkban, az egyik meccsen az ellenféltől valaki azzal cukkolta, hogy „Mucika, maradj inkább a konyhában!” A lány csapatunk egyik legnagyobb spílere volt, és nem sértődött meg (gólpaszokkal és gólokkal vett elégtételt). A szebbik nem képviselői ma már futballoznak is! A kézilabda és a vízilabda női csapatsportágakban a magyar válogatott mindig a világ szűk elitjéhez tartozott. A magyar női labdarúgás még gyerekcipőben jár, de tehetségeink ebben a szakágban is vannak. Közéjük tartozik Kocsán Petra, aki Mátészalkáról indulva jutott el a legjobb magyar klubcsapatokig, a válogatottig és a Bajnokok Ligája szereplésig. Petra nagyszülei Tisztabereken élnek, ami szolgálati helyem, Rozsály egyik fiúja, így egy hazalátogatásakor interjút készítettem a 44-szeres válogatott középpályással. Ki tudja: Tony Curtis után egyszer talán Kocsán Petra is múzeumot kap szülővárosában, Mátészalkán!

Szeretsz interjút adni? Van ilyenkor benned lámpaláz?

Mama épp délelőtt kérdezte meg tőlem, hogy izgulok-e az interjú miatt. Amikor először álltam mikrofon vagy újságírók elé, természetesen volt bennem druk. Elég gyakran megszólaltatnak meccs után is, tv műsorokba is behívnak, szóval már nincs lámpalázam.

És mi a véleményed a meccsek utáni rögtönzött, spontán interjúkról? Sokan nem szeretik ezt a fajta kérdezz-feleleket.

A meccs utáni interjúkkal nincs bajom, bár egy elveszített bajnoki döntő után nem hiányzik a gyors értékelés. De ez is az élsporttal jár, higgadt fejjel kell odaállni, és csak azt mondani, amit szabad.

A riporterek tekintettel vannak az érzelmeidre?

Hála Istennek, mondhatom, hogy általában igen, a legtöbben ismernek is már minket, tudják, hogy kit, mikor, milyen lelkiállapotban lehet és érdemes megszólaltatni.

Egyre több tv-s közvetítést látunk női labdarúgó mérkőzésekről, a magyar bajnokságból is. Máshogy készülsz, ha tudod, hogy tv-s meccsen lépsz pályára?

Nem az élő közvetítés miatt lépek pályára más motivációval, hanem mert tudom, hogy azokat a meccseket adja a televízió, amelyek nagy téttel bírnak. Én inkább innen közelítem meg. Azt, hogy a televízió közvetíti a meccseinket, az évek alatt meg kell tanulni kizárni és nem szabad foglalkozni vele. Sok játékosban ez feszültséget szül, szerencsére engem nem szokott nyomasztani a gondolat, hogy most ország-világ láthatja, éppen bejön-e az a csel, berúgom-e a helyzetet vagy nem.

A négyéves Janka lányom, akinek jó a labdaérzéke és szerintem focizni fog, egyik nap az ölemben ült, és együtt néztük a női labdarúgó Európa-bajnokságot promózó reklámat, mikor megszólalt: „A lányok nem is szoktak focizni!” Talán még ma is sokaknak szokatlan, hogy létezik női foci is. Te miért éppen ezt választottad?

Manapság egyre több a női labdarúgó, és fejlődik ez a sportág is, de amikor elkezdtem focizni, még nagyon kevesen voltak benne. Négyéves koromtól kilencéves koromig fiúk között játszottam, mert nem volt lehetőség lánycsapatban játszani. Ma már van a nőknél is utánpótlás. Gyorsan ment a beilleszkedés, befogadtak a fiúk, szinte minden tornáról elhoztam valamilyen díjat.





Kocsán Petra válogatott labdarúgó

Mondhatjuk, hogy futballcsaládból származol, hiszen édesapád és nagyapád is kiváló labdarúgó volt. Ők sokat láthattak a futball árnyoldalából is. Szüleid soha nem akartak lebeszélni erről a sportágról?

Nemrég kezembe került egy újság, amiben egy Mátészalka-Diósgyőr NB2-es meccs tudósítása volt, amin 3-1-re nyertek apáék, és ő adta mindhárom gólpasszt. Apa és papa sosem akartak lebeszélni. Mama már inkább, ő a mai napig mondja, hogy hagyjam abba, mert megterhelő a szervezetnek. A tv-s meccseimet sem szereti nézni, idegtépő számára, amikor látja, hogy felrúgnak vagy lesérülök. Anya megbarátkozott a gondolattal, de néha szóba kerül már köztünk, hogy mikor hagyom abba, főleg, mert az utóbbi időben sérülékenyebb voltam.

Tényleg, mikor? Van már ezzel kapcsolatos elképzelésed?

27 éves vagyok, egy női labdarúgó nagyjából 30-31 éves korára van túl a csúcson. Remélem, van még pár jó évem, de egyre inkább érzem én is, hogy jobban oda kell figyelnem mindenre, a táplálkozásra, a regenerációra.

Műszaki menedzser szakból szereztél diplomát az egyetemén. Van már terved a futball utáni életre?

Nemrég volt az államvizsgám a második diploma után, közgazdász mesterszakos diplomát szereztem, marketing irányzattal. A tanulás mindig párhuzamosan folyt az élsporttal az életemben, mert női sportolónaként (és labdarúgónaként is) fontosnak tartom, hogy képezzük magunkat, hiszen véges a karrierünk. Remélem,

nagyon sokáig fogok még focizni, de gondolni kell a labdarúgó pályafutás utáni évekre is. A magánéletben is szeretnék majd karriert építeni, és úgy voltam vele, hogy amíg focizom, bár nem egyszerű, de addig inkább van időm tanulni, mint egy munkahely mellett. Vannak terveim, másfél évig jártam egy táplálkozási szakértői képzésre, úgy gondolom, ezen a vonalon szeretnék elindulni. Mindig tudatos voltam, a tanulást soha nem vettem félvállról. Maximalista vagyok, és mindig rossz érzéssel töltött el, amikor rossz jegyet kaptam.

Fogod nézni a női Eb-t? Szoktál nézni futballmeccset, illetve jársz-e kedvtelésből olyan mérkőzésekre, amin nem lépsz pályára?

Fogom nézni az Eb-t, mert érdekel. Más meccset ritkán nézek, nem is nagyon járok ki. ETO meccsre néha kimegyünk, kézenfekvő, hiszen Győrben élek. Szeretnék majd szeptemberben menni a magyar-portugálra, és néha megnézem a Liverpool meccsét Szoboszlai Dominik miatt, de nem vagyok nagy meccsnéző. Amikor nem a pályán vagyok, szeretek az élet más területeivel foglalkozni.

Mit csinálsz szívesen szabadidőben? Van egyáltalán ilyen? Van hobbid?

Szabadidőm a tanulás miatt kevés volt, ez most új szituáció lesz nekem, hogy sok időm felszabadul. Eddig az edzés és a tanulás váltották egymást. A barátokkal jó elmenni enni vagy kávézni egyet, szeretünk moziba menni, néha elmegyünk kézilabda meccsre. Győrnek idén is BL-győztes lett a kézilacsapata, kihasználjuk a lehetőséget, és olykor megnézzük őket élőben.

Tisztabereken beszélgetünk, a nagyszülői házban. Milyen gyakran tudsz hazajönni, és mit jelent Kocsán Petra számára Szatmár vidéke?

Sajnos már nem gyakran tudok hazajönni, hiszen a szüleim is elköltöztek Mátészalkáról, így 3-4 havonta és ünnepek alkalmával jövünk. Telik az idő, sajnos nagyapám nem lehet már velünk. Itt nőttem fel, minden nyarunkat itt töltöttük Tisztabereken mamáéknál. Amikor az iskolának vége lett, jöttünk mamáékhoz nyaralni. A két nagyszülő között mozogtunk. Kocsán mama szigorúbb volt, ha ő nem engedett meg valamit, akkor átmentünk Puskás mamához, és onnan már mehettünk is a Túr folyóhoz. Nagyon jó gyerekkorunk volt, amit mi még meg is élünk: nem volt telefon, kint fociztunk a kis soron a templom mellett, az öregek összegyűltek a kispadra, jött a fagyis kocsi. Nagyon jó élmények kötnek Tisztaberekhez és Mátészalkához is.

Gyermekéveidet Mátészalkán töltötted. Hogyan kerültél a fővárosba, és jelentett-e bármi nehézséget Budapest atmoszférája, a beilleszkedés?

13-14 évesen kerültem Budapestre. Sokszor belegondolok abba, hogy a mai 13-14 évesek hogyan tudnák megállni a helyüket egy idegen nagy városban, távol a szülői háztól. Nekem sem volt könnyű. Az első két hónapban minden este sírtam. Szerencsére a korosztályomból egyszerre többen kerültünk a Fradiba, ott voltunk egymásnak, és erősítettük a másikat. Az elszakadás nem



volt könnyű, de idővel megszerettem Budapestet is, és megtanultam felnőtt fejjel gondolkodni és látni a világot. Hazajönni viszont mindig jó, és szeretek nosztalgizálni. Sokat változott Tisztaberek az elmúlt 10-15 évben, de a falu alaphangulata megmaradt. Korábban szívesen segítettem uborkát válogatni, ma már inkább sétálok, vagy lemegyek a Túrhoz. Ez az életvezés pótolhatatlan!

Volt-e gyerekként kedvenc futballistád, példaképed? Esetleg ma van valaki, akire felnézel? (Akár sportoló, akár a magánéletből.)

Szerettem gyerekként Cristiano Ronaldót, de nincs kedvencem és kedvenc csapatom sem. A jó focinak, a jó meccseknek szurkolok. Nem vagyok fanatikus szurkoló, de szerintem, amit Ronaldo és Messi elértek, azt senki nem fogja tudni überelni.

A magánéletben édesanyámra nézek fel leginkább. Tudom, hogy milyen élete volt, milyen küzdelmeken ment keresztül, és hogyan állt talpra. Szüleimnek nagyon sokat köszönhetek, miattuk lettem az, aki vagyok. Ha csak fele olyan jó édesanyává válok majd egyszer, mint amilyen ő, már nagyon boldog leszek.

Ezek szerint tervben van az anyaság, ezt örömmel hallom. Utána visszatérnél még?

Ha egyszer úgy döntök, hogy szülni szeretnék, onnan már nem fogok visszatérni. Az anyaság és a család lesz az első!

Nem sokan mondhatják el magukról, hogy már 17 évesen hazájuk válogatottjában játszanak. Idén már tíz éve, hogy először pályára léptél címeres mezben. Mit jelent számodra a válogatottság, Magyarország?

2015 júniusában Szlovénia ellen mutatkoztam be, nagyon büszke voltam. Többek között olyan csapattársaim voltak például, mint a háromszoros BL-győztes Jakabfi Zsani. Akkor volt a legsikeresebb a válogatottunk, talán egyetlen gólon múlt, hogy kijussunk egy világeseményre. Kiegészítő ember voltam, de mindig megkaptam a lehetőséget. 2023 óta nem voltam válogatott, előbb a sérülések hátráltattak, utána meg nem sikerült visszaküzdenem magam. Jó lenne eljutni ötven válogatottságig, szép jubileum lenne, de ez nem csak rajtam múlik. A válogatottban egy gólt szereztem eddig, mert a nemzeti csapatban védekező vagy támadó középpályást játszottam. Hálás vagyok a Jóistennek az eddigi mérkőzésekért is! Szerintem minden gyerek azért kezd focizni, akár fiú, akár lány, hogy hazáját képviselhesse és pályára léphessen címeres mezben.

Hosszú éveket töltöttél el zöld-fehériben. Pályafutásod legszebb éveit a Fradiban töltötted?

A Fradinak mindig speciális helye lesz az életemben, ott nevelkedtem, ott lett belőlem felnőtt futballista. Az első kupákat, bajnoki címeket ott szereztem, jó volt a közösség, csodás éveket töltöttem ott, amit sohasem fogok elfelejteni. Sok csapattársammal tartom a kapcsolatot. És megemlíteném a kókai csapatot is, ahol talán a legjobb közösségbe csöppentem.



Mi nemcsak a foci pályán voltunk együtt, konkrétan együtt nőttünk fel, együtt jártunk edzésre, nagyon jól összekovácsolódtunk. Mindannyian 17 évesek voltunk, és ezzel a csapattal, ami a Fradi fiókcsapata volt, feljutottunk az első osztályba. A Fradi U17-es csapata volt, kb. 150-0 gólkülönbséggel nyertük a bajnokságot. A fejlődésünk szempontjából gyenge lett volna ott szereplnünk, ezért az NB2-ben indultunk, és már az első év után feljutottunk.

Egy rövid időszakot Németországban, a Hoffenheim csapatában töltöttél. Miért jöttél haza, miért nem vált be az a kaland?

A Hoffenheim 3. lett a Bundesligában. A Bajnokok Ligájában indultunk, ahol a legjobb 16-ig jutottunk, jó csapatunk volt. Barcelonában ott voltam a keretben, az Arsenal ellen pályára is léptem. Másfél évig voltam kint, az volt a klub történetének legsikeresebb időszaka, és ennek én is részesévé váltam. A németek mai sztárja volt a posztriválisom, Jule Brand, lehet az Eb-n is fogjuk látni. (Láttuk, az elődöntőig menetelő németek egyik legjobbjá volt – a szerk.)

Amikor odakerültem, többször játszottam kezdőként, aztán megsérültem és onnan nem tudtam visszaverekedni magam a csapatba. Lelkileg ez ledöntött. Ráadásul nagyon családcentrikus vagyok, és azt is nehezen éltem meg, hogy nem játszom, és még egyedül is érzem magam. Folyamatos feszültségben éltem, a szerveztem is jelezte, hogy én ezt nem akarom csinálni. A lelki problémáknak fizikai tünetei lettek. Valakinek való a külföldi karrier, vágyik rá, számomra kiderült, hogy én itthon sokkal teljesebb életet tudok élni és boldogabb is vagyok. Reálisan láttam magam: itthon nem kaptam olyan képzést, hogy fel tudjam venni a versenyt a német rendszerben nevelkedő labdarúgókkal, így azt éreztem, hogy az erőfeszítéseim nem biztos, hogy valaha kifizetődnek. Nekem itthon van a helyem, tanultam, építettem a karrieremet, és nem akartam olyan álmokat kergetni, amelyek nem a realitás talaján vannak. Sokszor feltettem magamnak a kérdést: mi ad többet, ha játszom még 50 meccset a Bundesligában, vagy ha látom még hússzor mamáékat az életben? Nekem az utóbbi fontosabb volt. Németországból egyálta-



lán nem tudtam jönni Tisztaberekre. Nekem az emberi dolgok is számítottak. Én BL-döntőbe nem tudtam volna eljutni, ezt a kezdetektől a helyén tudtam kezelni, akkor meg inkább kihasználtam az időt, amit a családommal tölthettem.

Megbántad?

Nem bántam meg, de rájöttem, hogy nem való nekem a légiós élet. Sokat adott az életemhez. Ha nem megyek ki, zavart volna, hogy nem próbáltam meg. Így legalább nem teszem fel magamnak a kérdést, hogy mi lett volna, ha... Voltam próbajátékon, megdolgoztam azért a szerződésért, és elmondhatom, hogy játszottam külföldön. Nem bánom, hogy kimentem, de azt sem, hogy végül hazajöttem.

És Győrben kötöttél ki.

Ahol nagyon jól érzem magam! Szeretek Győrben élni, szép város, kedvesek az emberek. Lett volna lehetőségem Ausztriába igazolni idén nyáron, egy BL induló csapat hívott, de nem akartam költözni. Győrben hosszú távon is el tudom képzelni az életemet.

Vannak barátaid a futball berkein belül?

Igen, most is együtt megyünk majd nyaralni. Kovács Laura, ő válogatott játékos, Süle Dóra, Vida Bogi és Savanya Csilla. Ők most csak csapattársaim, de korábban ők is játszottak a nemzeti csapatban. Jó játékosokkal és jó emberekkel vagyok körülvéve. Előny a pályán, hogy a magánéletben is barátok vagyunk. Tudjuk egymás gondolatát, ki hova szereti kapni a labdát, ki merre szokott mozogni.

Van más sportág, ami érdekel, amit szívesen kipróbáltál volna?

Egyetemen jártam teniszre, az a sportág komolyabban is érdekelt volna. Ha nem focizok, szerintem teniszeznék!

Szeretsz olvasni? Van kedvenc íród, könyved?

Szeretek olvasni, kedvencem nincs. Az elméleti, filozófiai könyveket nagyon szeretem, meg amelyek az emberi agy működéséről szólnak. Illetve a sportos könyveket: edzésről, táplálkozásról.

A sporthoz elengedhetetlen a hit. Hit nélkül nem érdemes felmenni a futballpályára sem. Ha nem hiszel a győzelemben, vereségre vagy ítélve! Mit jelent számodra a hit? Miből merítesz erőt életed nehezebb periódusaiban vagy egy-egy rosszul sikerült mérkőzés után?

Azt vallom, hogy minden úgy van, ahogy lennie kell. Minden akkor jön az életünkbe, amikor kell, és meg tudunk küzdeni vele, és ehhez a küzdelemhez kapunk is erőt a Jóistentől. A kudarcok is okkal történnek, és ezekből tanulni kell. Nemcsak a jó élményeket kell megélni, hanem a rosszakat is, mert attól fejlődhetsz. Nekem ez egyfajta hitvallásom is.

Milyen célod van még a labdarúgásban?

Idén egy góllal maradtam le a gólkirályi címről. Több góllal vezettem, de a téli felkészülés során megsérültem, tavasszal 4 meccset is kihagytam, és az utolsó fordulóban megelőztek. A gólkirályi címhez többször közel jártam már, de eddig még nem sikerült elhódítanom, remélem, lesz még lehetőségem megszerezni ezt a díjat. Vallom, hogy mindig tanítani akar bennünket a Jóisten. Volt még úgy is esélyem, hogy meccset hagytam ki, de a csatárok élete olyan, hogy néha befelé pattannak, néha meg kifelé gurulnak azok a fránya labdák. Legközelebb majd befelé pattannak.

Hol szeretnéd látni magad tíz év múlva?

Remélem, hogy addigra olyan munkahelyem lesz, amit szeretek, és ez nem pénzüggő. Pénzből nem lehet boldogságot venni, az embereknek muszáj megtalálniuk azt, amiben boldogok. Remélem, hogy én is megtalálom majd. Magamnak és szeretteimnek egészséget, nyugalmat és harmóniát szeretnék – bízom abban, hogy addigra nekem is lesznek gyermekeim. Egyébként én is ikerket szeretnék, ikerfiúkat!

Köszönöm szépen az interjút! Pályafutásod további szakaszához sok sikert, későbbi életedhez pedig egészséget és a Jóisten áldását kívánom!



A Sóösvény (*The Salt Path*) egy 2024-es brit életrajzi dráma, mely Raynor Winn azonos című memoárja alapján készült. A könyv a megjelenése évében, 2018-ban már kétmillió példányban fogyott el és szinte azonnal bestseller lett. Sikerének titka, hogy az emberek a jóléti társadalmakban is azonosulni tudtak azzal az érzéssel, amikor kihúzzák lábuk alól a talajt, és úgy érzik, mindenüket elveszítették. Ehhez nem kell eladósodni vagy halálos diagnózist kapni. Társadalmi és anyagi helyzetétől függetlenül a veszteség mindenkinek ismerős érzés. Azonban ennek a történetnek a szereplői egymást kivéve valóban mindenüket elveszítették.

„Az utakat sokáig nem érti meg az ember. Csak lépdél az utakon és másra gondol. Néha széles az egyik út, aszfaltos, néha rögös, barázdás, meredek. Az utakat sokáig csak alkalomnak tekintjük, lehetőségnek, melynek segítségével elmehetünk a hivatalba, vagy a kedvesünkhöz, vagy a rikkantó, tavaszi erdőbe. Egy napon megtudjuk, hogy az utaknak értelmük van: elvezetnek valahová. Nem csak mi haladunk az utakon; az utak is haladnak velünk. Az utaknak céljuk van. Minden út összefut végül egyetlen közös célban. S akkor megállunk és csodálkozunk, tátott szájjal bá-méskodunk, csodáljuk azt a rejtelmes rendet a sok út szövevényében, csodáljuk a sugárutak, országutak és ösvények sokaságát, melyeken áthaladva végül eljutot-tunk ugyanahhoz a célhoz. Igen, az utaknak értelmük van. De ezt csak az utolsó pillanatban értjük meg, közvetlenül a cél előtt.” (Márai Sándor)

pillant meg az asszony egy útikönyvet a polcon, amely a Délnyugat-Anglia partjainál végigfutó úgy nevezett sóösvényen vezet végig. „Talán csak el kellene indulnunk. Gyalogolni akármed-

A megélhetésre az egyetlen jövedelemforrásuk a heti 40 font állami segély, ami nagyon szerény lehetőségekre enged teret, így minden penny-re odafigyelnek. Miközben még maguk is gyászolják régi



A SÓÖSVÉNY

(*The Salt Path*)

Ez a rendkívül intim alkotás rengeteget taníthat nekünk szeretetről, életről, kiszolgáltatottságról, kitartásról, bátorságról és arról, melyek az igazán fontos dolgok az életben. A plakáton a cím alatt ezt olvashatjuk: „Élet. Egyszerre mindig csak egy lépés előre.” Milyen egyszerű receptnek tűnik: úgy haladj, hogy egyszerre csak egy lépést akarj megtenni! De vajon tényleg lehetséges ez akkor, amikor még út sem sejlik előttünk és célt sem látunk magunk előtt? Akkor is lépni kell bátran előre, amerre csak tudunk?

Raynor (Gillian Anderson) és Moth (Jason Isaacs) Winn egy vidéken élő farmer házaspár. Világéletükben gazdálkodtak, azonban egy rossz pénzügyi befektetés miatt eladósodnak és a hatóságoktól öt napot kapnak arra, hogy egy élet munkáját felszámolják és kipakoljanak a szeretett otthonukból. Bénultak, s szinte gondolkodni sem tudnak, hisz az otthonuk és a földjük jelentette a biztonságot. Amikor az ötödik nap reggelén a kilakoltatók megérkeznek, a pár bepánikol és bezárkózik. Rájönnek, hogy még nem állnak készen és fogalmuk sincs mit tegyenek. Ekkor

dig. Egyszerűen csak követni a partvonalat. Lesz időnk gondolkodni, rendbe szedni magunkat.” – ötlük fel benne váratlanul a gondolat. A férje támogatja a pillanat szülte hirtelen kezdeményezést, hisz maga sem tudja mitévők legyenek ebben a lehetetlen helyzetben. Egymás kezét fogva nyitnak ajtót a végrehajthatóknak és vállvetve néznek szembe a kilakoltatással. Az ingóságait bepakolják egy ismerős garázsába, aztán magukra öltve a túrafelszerelésüket nekiindulnak a több, mint 1000 km hosszú sóösvénynek.

Vállalkozásuk annál fogva még becsülendőbb és bátrabb, hogy nem sokkal a mindent megváltoztató bírósági végzés előtt Moth-nál egy ritka degeneratív halálos betegséget diagnosztizálnak, melynek korai tünetei között szerepel a lelassult, ügyetlen mozgás, izomgyengeség és izommerevség, amiket a férfi is tapasztal. Az orvosok az ebben szenvedő betegeknek azonban idővel beszédzavart, szellemi leépülést és teljes legyengülést jósolnak. Ezekkel a kilátásokkal kezdik meg a nem kis fizikai megpróbáltatást jelentő gyalogútjukat.

életüket, útjuk során számtalanszor kénytelenek szembesülni a hajléktalansággal járó szegénnyel és megvetéssel. Moth egyre rosszabbodó állapota is keservessé teszi a gyaloglást, de a házaspár tartva egymásban a lelket kitartóan megy előre. Nincs másuk, mint ez az út és nem sejlik előttük más cél, mint a sóösvény vége, így töretlen ebbe kapaszkodnak. A túra egy nagy belső utazás is egyben, s minden utazás annyit ér amennyit azonközben önmagunkban beutaztunk. Akárcsak a tájon, lelkükben is nagy utat „járnak be”, megélik a magaslatokat és mélységeket. A gyönyörű angol vidék a harmadik fősze-replő és sokszor visszatükrözi a férjben és feleségben zajló érzéseket.

A sóösvény teljes távját sikeresen teljesítik, és a gyaloglásnak köszönhetően Moth állapota sokat javul. A hónapokig tartó vándorút tapasztalatai megerősítik őket, s útjuk végére a férjben megszületik a gondolat, hogy visszatér az iskolapadba, hogy kitanulja a jövőt jelentő fenntartható gazdálkodást. Terve, hogy a diákhitelből szerényen megéljenek addig, amíg tanulmányai befejeztével – felhasználva az újonnan megszerzett gazdálko-

dási ismereteket – ismét dolgozni tud. A való életből tudjuk, hogy célja sikeresen megvalósult. A feleség eközben megírta útijegyzeteit, és kiadta *A sóósvény* című memoárt, amely sokakat inspirált és hatalmas siker lett. Ez egy nagyon szép élet írta történet arról, hogyan lehet a nulláról újrakezdeni és mindent elveszítve ismét talpra állni. Ehhez azonban ennek a házaspárnak be kellett járnia egy olyan belső utat, amely során rálelt az igazi szabadságra.

Raynor és Moth életének ezen szakasza sok tanulságot hordoz. Amikor ez a két elveszett lélek a kilakoltatáskor ijedtében és kétségbeesésében elrejtőzött a pincé-

miérteket, az ok-okozati összefüggéseket, hogy mi vezetett oda, mások hibáztatása tévút, nem visz előre. Ami történt, megtörtént – mondták bölcsen a régiek. Raynor és Moth útja során csak egyszer fordult elő, hogy a feszültség miatt elkezdtek egymás fejéhez vágni a történeteket, de a kijelentett vádló szavak hallatán, maguk is elszörnyedtek, s szájuk elé kapva kezüket szinte azonnal lezárták a vitát. Pontosan érezték, hogy sorstársak, csak egymásra számíthatnak. Íme a második megszívlelnivaló: (egy)más hibáztatása és az önsajnálát nem visz előre, csak hátráltat a megoldás keresésében, elveszi az energiát attól, hogy az igazán fontos dolgokra fókuszáljunk.

külhetne, de nincs pénze a buszjegyre. A feleség gondolkodás nélkül odaadja neki a szükséges összeget annak ellenére, hogy nekik is minden penny számít. Ha igazságtalanság, nehézség, baj ér bennünket, sokszor annyira nyom a kereszt súlya, hogy felhatalmazva érezzük magunkat arra, hogy csak önmagunkra fókuszáljunk. *„Elég nekem a magam baja.”* – mondják sokan elfordítva fejük más veszteségétől. A saját keresztünk cipelése miatt feljogosítva érezzük magunkat arra, hogy önzöek legyünk, pedig az igazi nagyság az, ha akkor is könnyebbé igyekezzük tenni más életét, ha a miénk épp nagyon nehéz.



ben, a kirándulás ötlete teljesen illogikus és lehetetlen felvetés volt. Külső szemlélőnek még abszurdnak is hathatott, hogy valaki mindent elveszítve, kezébe fog egy útikönyvet, s útra indul, hogy lesétáljon egy többszáz kilométeres turistaösvényt. Számukra ez mégis egy lehetséges lépést jelentett kimocnani abból a bénultságból, amibe kerültek. A házaspár szempontjából adott helyzetben egyedül az számított, hogy új célt tűztek ki maguk elé, még ha az rövidtávú is volt és teljesen értelmetlennek tűnő. A lényeg az volt, hogy egyáltalán léptek. Az első tanulság tehát, hogy mikor úgy tűnik, nincs semerre sem út, akkor nincs jelentősége sem az iránynak, sem a miérteknek, lépni kell amerre csak tudunk és majd abból születik valami jó. Nincs megfelelő és téves irány, helyes vagy rossz döntés: amerre megyünk, a Jó-isten abból fogja a legtöbbet kihozni.

Salma Hayek híres mexikói-amerikai színésznőt egy interjúban arról kérdezték, mi a boldog házasságának a titka. Így válaszolt: *„bármely helyzet adódik, nem az az első, hogy azt keressük ki a hibás, hanem a megoldásra fókuszálunk.”* Hiába akarjuk egy tragikus helyzetben tudni a

A film egyik csodája, hogy nézőként részesei lehetünk a két szereplő közti nagyon bensőséges szeretetkapcsolatnak és a töretlen egymáshoz ragaszkodásnak. Sok nehéz helyzetbe került pár és család fel sem méri, milyen nagy energiaforrás az, hogy számíthatnak egymásra, s ott vannak egymásnak a bajban. Összetartás helyett inkább széthúznak. Haldoklókhöz járó papok szoktak beszámolni a szeretetek jelenlétének elképesztő jelentőségéről. A síró gyermeket is, mikor karjába veszi anyja, pusztá jelenléte vigasztaló. Épp ilyen az Isten is. Sok esetben nem avatkozik bele tragédiáinkba, de ígérete vigasz: *„veletek vagyok a világ végezetéig”*. Tudnunk kell, hogy a jelenlétben erő van. Megtartó erő, így sok esetben, ha nem is áll rendelkezésünkre a megoldás, tisztában kell lennünk azzal, hogy jelenlétünk is gyógyít, megtart, feleml.

A túra közben az egyik faluba beérve, az asszony egy bántalmazott fiatal lányra figyel fel. Felajánlja neki, hogy menjen velük, s biztatja, hagyja ott agresszív barátját. A zavart lányka velük tart egy szakaszon, de aztán visszaindul. Elmondja, hogy egyedül a nagymamájához mene-

„Igazából örülök, tudom, hogy rettentő nehéz volt, de nem bánok semmit. Egyedül a betegséget. Azt elcserelném, de a többit nem. A ház és vele együtt minden, amikről azt hittük mi vagyunk és ezektől vagyunk egészséges, valójában menedék volt. És Isten tudja, mindenkinek kell menedék, de ez itt így együtt maga a szabadság.” – vallja be feleségének útjuk vége felé közeledve a férj. Bár furcsán hangzik, de a komfortos élethelyzetből, a kényelmes meleg szobából, teli hassal, a nem üres bankszámla tudatával kimondottan jót tesz a néző lelkének, hogy ennek a két embernek a szerencsétlen és kilátástalan sorsa eleinte felzaklat, feszültté tesz és elszomorít. Felrázza a lelkiismeretünket, újragondolásra készíti az általunk vallott értékrendet, s minden ezen negatívnak tűnő érzéseket követően emlékeztet arra, hogy melyek az igazán fontos dolgok az életben, és hogy az otthont nem a négy fal jelenti. Az egyik legmeghatóbb jelenet a film zárása, amikor a beteg férfi a felesége előtt biceg az egyik hegyormon, s meghatva annak erőfeszítéseitől a nő azt suttogja maga elé:

„Te vagy az otthonom”.

Foglalkoztató

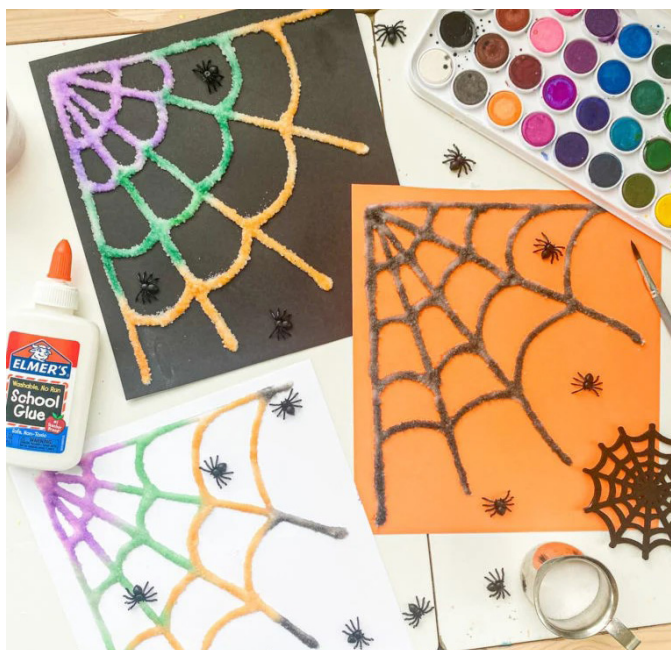
Sóval festett pókháló

ESZKÖZÖK: fekete kartonpapír, só, ragasztó (stift vagy folyékony), vízfesték, ceruza, ecset.

ELKÉSZÍTÉS: A ceruza segítségével rajzold meg a pókhálót. A vonalakat kend be ragasztóval. Olyan ragasztót válassz, amivel könnyebben tudsz vékony vonalakat húzni. Figyelj, hogy a ragasztós részek ne legyenek túl vastagok, ne érjenek össze. Elég, ha egyszerre csak a hálók negyedét ragasztózd be, nehogy idő előtt megszáradjon. A ragasztós részeket szórd be bőven sóval. A felesleget dobd a kukába.

Amikor a ragasztó megszáradt, a só felületét finoman fessd be tetszőleges színekkel. Ha a festék is megszáradt, a hálóra óvatosan helyezz kis pókfigurákat, vagy ha nincs, vágj ki párat papírból.

Forrás: <https://abcdelearning.com>



OSVÁTH ERZSÉBET

M E S E K U C K Ó

A fecskerepülőtéren

A Nyár gondolt egyet és nagy titokban összecsomagolt. Elvitte az égről a kéket, a fákról a zöldet, elvitte a virágok szép színes szirmát, a napsugarak melegét és elrepült messze tájak felé.

Az Ősz csak leste ezt. Mindjárt a Nyár helyére költözött, de nem egyedül. Magával hozta barátait, a mindig mérges Szelet és a hol pityergő, hol síró-rívó Esőt.

Hűvöstre fordult az idő. A legöregebb fecskék nagygyűlésre hívták össze az öregeket, fiatalokat a fecskerepülőtéren, a villanydrótokra.

A fiatal fecskék szüleik körül csivogtak. Nem értették, micsoda nagy esemény van készülöben, bár hallották már a fecskerekonszágtól emlegetni.

– Itt az ideje, hogy elköltözzünk.

De a kiscfcskék, akik itt születtek, nem tudták elképzelni, hogy itt hagyják puha fészüket, a gyerekeket, akikkel egy fedél alatt laktak. Az ő ereszük alól repdestek ki és be fészükbe, onnan kukucskáltak kíváncsian ki a fogócskázó, bújócskázó kislányokra, kislányokra. Megszerették őket, de a gyerekek is örültek nekik. A gyülekezés előtt nem sokkal azonban a kis fecskék furcsa dolgokat láttak, amikor bekandi-

káltak az ablakukon. Piros, kék, sárga táskákba könyveket, füzeteket rakosgattak. „Talán ők is elköltöznek?” – gondolták a kiscfcskék. Fecskemama akkor elmesélte nekik, hogy ilyenkor iskolába készülődnek a gyerekek, ahol – mondta büszkén – róluk is tanulnak.

– És mi hova költözünk? – kérdezték a kiscfcskék.

– Figyeljete csak, mindjárt megtudjátok – hangzott a válasz.

Valóban. A legöregebb fecske csendet kért és fecskenyelven érdekes dolgokat mondott a fiatal fecskéknek, amikor már megtelt a fecskerepülőtér:

– Ti, akik itt születtetek, nemsokára meglátjátok majd messze-messze másik hazátokat, a mi téli otthonunkat. Itt már hidegre fordult az idő – folytatta a bölcs öreg fecske –, és mi fecskék csak a meleget szeretjük, a napsugarat. Télen tollunk nem óv meg a hótól, fagytól, elpusztulnánk, ha itt maradnánk. Ott túl a tengereken, a másik hazánkban nyár van, amikor itt hideg a tél. Kék az ég, zöld a fű, simogató a napsugár. Ott is várnak, szeretnek minket a gyerekek. De nem leszünk hűtlenek ehhez a hazánkhoz sem. Amint meghalljuk a ta-



vasz csengetését, visszatérünk ide, a régi fészünkbe.

Az öreg fecske ezután elhallgatott. A fiatal fecskék elámultak azon, amit a másik hazáról, a tengerekről hallottak. Izgatottan várták már az indulás idejét. Nem kellett soká várniuk – mint egy titkos jelle – egyszerre repültek fel a fecskerepülőterekről, villanydrótokról, háztetőkről a fecskék.

Egyszer csak megpillantották lent a piros, sárga, kék hátításkás kis iskolásokat, amint búcsút integettek feléjük a magasba.

– Gyertek vissza nemsokára! – kiáltották.

De ezt már nem hallották a messze magasan szálló fecskék. Barátságos, fodros felhők kísérték őket, vigyáztak rájuk hosszú útjukon.

Foglalkoztató

Kartonhal

ESZKÖZÖK: kartonból készült tojástartó, erős olló, ragasztó, ecset, vízfesték, mozgó szem vagy fehér és fekete filc, fehér fonal, kisebb gally. (Keress egyet a földön, semmiképp se törj le emiatt egy ágat sem!)

ELKÉSZÍTÉS: Vágd szét a tojástartót úgy, hogy az egyes „fészkek” egyben maradjanak. A felső, szélesebb rész oldalaira vágj egy-egy nagyobb cikk-cakkot, hogy jobban hasonlítsanak a halpikkelyekre. Szükséged lesz egy farokúszóra is. A képen láthatod, hogyan készítsd el. Ha ezzel elkészültél, festd be mindegyiket azonos vagy akár különböző színűre.



Ha a festék megszáradt, mindegyik rész közepébe szúrj egy akkora lyukat, amin át tudod húzni a fonalat. Vágj egy legalább 250-330 centis fonalat. Az egyik végére köss görcsöt, aztán egyesével fűzd fel a színes részeket. Ez lesz a hal teste. Az utolsó részbe ellenkező irányból rögzíts egy darab tojástartót, és ragasztó segítségével illeszd rá a farokúszót.

A legfelső részre ragassz mozgó szemet. Ha az nincs, festékkal vagy filccel is megrajzolhatod a szemeket.

Ha elkészültél, a fonal szabadon maradt végét kösd egy botra, így olyan lesz, mintha azzal fogtad volna ki a haladat.

Forrás: Pinterest

KECSKÉS BÉLA

Költöző madarak

*Ők nem látnak deres telet,
havat hordó fergeteget,
még csak a nyár hervadását,
a kék-ködös őszt se látják.*

*Nap süt, mikor tovaszállnak,
zöldellnek még füvek, ágak,
s szüretelő vidám sereg
lepi el a szőlőhegyet.*

*Fészkeikbe, házaikba
kikeletkor térnek vissza,
várja őket nyiló határ,
rügyező kert, ragyogó táj.*

*Napfény: mikor útra kélnek,
napfény: mikor visszatérnek,
szép az idő, derűs, kedves –
boldogságuk mégse teljes.*

*Fájó szívvel szállnak messze,
verőfényes dél-földekre,
folyton folyvást visszavágyva
erre a szép Tisza-tájra.*



KÁNYÁDI SÁNDOR

Valami készül

*Elszállt a fecske,
üres a fészke,
de mintha most is
itt ficserészne,
úgy kél a nap, és
úgy jön az este,
mintha még nálunk
volna a fecske.
Még egyelőre
minden a régi,
bár a szúnyog már
bőrét nem félti,
és a szellő is
be-beáll szélnek,
fákon a lombok
remegnek, félnek.
Valami titkon,
valami készül:
itt-ott a dombon
már egy-egy csősz ül:
Nézd csak a tájat,
de szépen őszi.*



Június 3.



Június 14.



Június 23.



Június 10.



Június 20.



Június 24.

Június 3. Szakmai napot szervezett Nyíregyházán, a hittudományi főiskolán a Görögkatolikus Metropólia a Nemzeti Média- és Hírközlési Hatósággal és a Magyar Katolikus Újságírók Szövetségével közösen.

Június 7. A Görögkatolikus Metropólia debreceni székházában tartották meg a Szinodalitás magyarul országos színódusi találkozás-sorozat második alkalmát.

Június 9. A templom felszentelésének 25. évfordulóját ünnepték Csepelen. Az évforduló alkalmából püspöki Szent Liturgiát tartottak.

Június 10. Kocsis Fülöp érsek-metropolita Máriapócson pappá szentelte Feczák László Miklóst. Az újszentelt diszpozíciója alapján a Hajdúdorogi Székesegyházban teljesít segédlelkései szolgáltatást, illetve a Nagy Szent Bazil Oktatási Központ iskolalelkésze.

Június 12. Máriapócson rendezték meg a metropólia gyermekvédelmi intézményeinek gyereknapi összejövetelét, mely idén a főegyházmegye és a Szent Péter és Pál Görögkatolikus Gyermekvédelmi Központ szervezésében valósult meg.

Június 14. Debrecenben, a Görögkatolikus Oktatási és Képzési Központban szervezték meg a metropólia családi napját, melynek megszervezését idén a Főegyházmegyei Pasztorációs Iroda vállalta.

Június 17–18. A Miskolci Egyházmegye támogatásával több mint ezer ember láthatta két előadást a Magyarock Dalszínház legújabb musicalét, a Quo vadis-t.

Június 20. A Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskola által szervezett Országos Középiskolai Hittanverseny nyertes csapata és a csapat felkészítő tanára részt vehetett egy kiránduláson a Felvidéken.

Június 20. A Tokaj by Night Run éjszakai futóversenyen mindhárom görögkatolikus egyházmegye papjai egy közös papi csapatban képviseltették magukat.

Június 22. Tanévzáró és diplomaátadó ünnepséget tartottak a 75 éves Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskolán. A 2024/2025-ös tanév nyári záróvizsgaidőszakában 67 fő fejezte be sikeresen tanulmányait, és kapott diplomát az intézményben.

Június 23. Négynapos látogatást tett Michael Wallace Banach érsek, a pápa magyarországi nagykövete a Nyíregyházi Egyházmegyében, mely során az ott folyó munkát, az intézményeket, a munkatársakat ismerhette meg az egyházmegye püspökének, Ábel atyának, valamint helynökeinek kíséretében.

Június 23. Galambvári Péter, a Miskolci Egyházmegye bírósági helynöke, a Szent Atanáz Görögkatolikus Hittudományi Főiskola tudományos munkatársa sikerrel védte meg kánonjogi doktori disszertációját a Pázmány Péter Katolikus Egyetem Hittudományi Karán.

Június 26. Tanévzáró hálaadásra és közös imádságra gyűltek össze a Hajdúdorogi Főegyházmegye fenntartásában működő oktatási, nevelési és szakképzési intézmények munkatársai Nyíradonyban.

Június 29. Dunakeszin püspöki liturgiával egybekötött templombúcsút ünnepeltek, emellett nemrég fejeződtek be a templom belső festésének munkálatai és elkészült az ikonosztázion is.



Július 29.



Július 6.



Július 9.



Július 2.



Július 7–11.



Július 14–19.

Július 29. A görögkatolikus templom felszentelésének 200. évfordulóját ünnepelték Bujon. A bicentenáriumon tartott búcsúi ünnepséget Ábel püspök.

Július 29. – július 4. Százan érkeztek az idei Görögtűz táborba az ország minden részéből. A huszonkettedik alkalommal megrendezett tábor helyszíne a nagykállói Korányi Frigyes Görögkatolikus Általános Iskola, Gimnázium és Kollégium épülete volt, de minden napra jutott program városon kívül is.

Július 30. – július 3. Közel félszáz ember kapcsolódott be a három napon át tartó folyamatos imádságba az Irotán megtartott zsolozsmás napokon.

Július 2. Fülöp érsek-metropolita és Ábel püspök áldotta meg a szakolyi Szent Heléna Görögkatolikus Integrált Szolgáltató Központ új részlegét, az idősek otthonát.

Július 5. Tizenötödik alkalommal szervezte meg máriapócsi motoros búcsúját a Görögkatolikus Motorosok Közössége. Több mint 120 motor sorakozott fel a kegytemplom előtti téren, ahol az ünnepi Szent Liturgián Bőjte Csaba testvér mondott szentbeszédet.

Július 5. Az egyházmegye ifjúsági bizottsága szervezésében félszázan zárandokoltak el Szikszórol Sajóipfalára, a Miskolci Egyházmegye kegyhelyére. Útközben Atanáz püspök is csatlakozott a zárandoklathoz.

Július 5. Hernádvécseről, Encsről és Fügdöről kilencvenkilencen utaztak Mátraverebély-Szentkútra. Ekkor tartották a cigány közösségek zárandoklatát, amelyen közösen imádkoztak görög- és római katolikus testvérek.

Július 6. A templom új ikonfalát áldotta meg Ábel püspök Geszteréden. A Szent Liturgiát Ábel püspök vezette.

Július 7. Két püspök, mintegy harminc paptestvére, további papok, családtagok és hívek búcsúztatták dr. Soltész Mihály atyát, a hittudományi főiskola teológiai tanárát, aki életének 76., papságának 51. évében fejezte be földi zárandokútját.

Július 7–11. Ismét Debrecenben szervezték meg a metrópólia liturgikusének-táborát. A csapatok egész heti közös munkájának fő témája bizánci dallamvilágunk egy-egy szelete volt.

Július 9. Atanáz püspök áldotta meg az új görögkatolikus bölcsőde épületét Szerecsen. Ez az első görögkatolikus fenn tartásban működő intézmény a Hegyalja kapujában, melyben 26 gyermek elhelyezésére nyílt lehetőség.

Július 13. Percse teljeskörűen felújított görögkatolikus templomának megáldására került sor Atanáz püspök vezetésével.

Július 13. Ábel püspök útmenti keresztet áldott meg Ramocsaházán. A szertartás végén prosecióval vonultak a község hátráiba, ahol a helyi római katolikus plébánossal együtt imádkoztak.

Július 14.–19. Ismét Balatonföldváron találkoztak a görögkatolikus testvérek: az ország minden szegletéből érkeztek ismerős arcok, barátok. Több mint 400 résztvevője volt a metrópólia által megszervezett találkozónak.

Július 17–20. Zsolozsmás táborot tartottak Létavértesen. Az előadásokat Varga Csaba atya tartotta, aki arra tanította a jelenlévőket, hogy nagyon fontos az előkészület az életben és az imádságban is.



Július 17–20.



Július 29.



Augusztus 10.



Július 27.



Augusztus 2.



Augusztus 11–16.

Július 20. Ünnepi Szent Liturgiával emlékezett meg a vajdácskai görögkatolikus egyházközség fennállásának 100. évfordulójáról. Atanáz püspök a centenáriumi alkalomból Aranyuszájú Szent János ereklyét hozta el a templomba.

Július 20. Illés próféta ünnepén szentelte diakónussá Anton Pált Kocsis Fülöp metropolita. A nagylétei Szent Mihály és Gábor főangyalok templomba sok régi és új ismerős látogatott el, hogy személyesen gratuláljon Pálnak és családjának.

Július 20. Megtelt zarándokokkal Máriapócs: Illés próféta ünnepén búcsút tartottak. A főpapi Szent Liturgiát Ábel püspök vezette, vele együtt szolgáltak az oltár körül a kárpátaljai magyar híveket kísérő atyák. A hívek között idén is ott voltak a fiatal zarándokok, a 22+ útonlevői, valamint kárpátaljai magyar zarándokok, akik előző este érkeztek meg gyalogosan Beregsurányból, a békéért felajánlva útjukat.

Július 27. Több évig tartó felújítás után áldotta meg a nyírparasznyai görögkatolikus templomot Ábel püspök.

Július 28. – augusztus 3. Mintegy százötven görögkatolikus fiatal vesz részt a szentévi Jubileumi Ifjúsági Találkozón Rómában.

Július 29. – augusztus 2. Idén is Bodajkon szervezték meg a Görögkatolikus Papnevelő Intézet kispapjai által 1997-ben életre hívott Szent Damján Táborn. Idén 109 önkéntes segítő és 95 enyhe- vagy középsúlyos fizikai- vagy értelmi fogyatékossgal élő táborozó érkezett a falutáborba.

Augusztus 1. Kocsis Fülöp metropolita, nagykancellár dr. Galambvári Péter atyát nevezte ki a főiskola megbízott rektorává. A rektorhelyettesi feladatokat dr. Seszták István és dr. Szabó Péter fogják ellátni.

Augusztus 2. Mintegy kilencszáz vendéget vártak Levelekre a Nyíregyházi Egyházmegye családi napjára, amelyen igazi nyári pihenésre és egymáshoz való kapcsolódásra is volt lehetőség.

Augusztus 5. Vámospércsen nyitotta meg második szociális- és adományboltját a Hajdúdorogi Főegyházmegyei Karitás.

Augusztus 6. Úrszínváltás ünnepén Fülöp atya szentelte áldozópappá Gaál Richárdot a nyíradonyi görögkatolikus templomban.

Augusztus 10. Aranymiséjét ünnepelte Miló Miklós görögkatolikus áldozópap. Fél évszázados papi szolgálatáért jubileumi Szent Liturgián adott hálát Nyíregyházán.

Augusztus 10. Az Istenszülő elszenderedését, a görögkatolikus templom cím-ünnepét tartották Kállósemenben. A búcsún Ábel püspök megáldotta a Janka Gábor atya által festett új csokolóikont és a frissen elkészült templomkerítést.

Augusztus 11–16. Különféle színű kendőkkel jelölt zarándokkeresztek után gyalogolva több mint háromszáz fiatal zarándokolt el Debrecenből Máriapócsra. Az idei volt a 23-ik Ifjúsági Gyalogos Zarándoklat.

Augusztus 17. Az Istenszülő elszenderülésének ünnepét és a Görögkatolikus Metropólia megalakulásának tizedik évfordulóját ünnepelték Máriapócsra.



Augusztus 22.



Augusztus 27.



Augusztus 31.



Augusztus 24.



Augusztus 26–27.



Augusztus 31.

Augusztus 18. Hivatalosan is átadták Vámospércsen a Gondoskodó Szeretetet Szociális- és adományboltot.

Augusztus 18-19. Közel nyolcvan pedagógus, igazgató, igazgatóhelyettes, adminisztrációs munkatárs és lelki vezető gyűlt össze Máriapócsen a főegyházmegye Oktatási Irodájának meghívására, hogy lelki útvalóval és az új tanévvel kapcsolatos legfontosabb tudnivalókkal felvértezve készülhessen a szeptember 1-jére.

Augusztus 22. A máriapócsi bazilika kriptájában, püspöktársai körében helyezték örök nyugalomra dr. Keresztes Szilárd emeritus hajdúdorogi megyéspüspököt.

Augusztus 23-24. Megtartották a VII. Országos Cigánypasztorációs Lelkigyakorlatot Gyöngyösön. Püspöki tanítások, szentmisék és közös beszélgetések erősítették a hitet és a közösséget.

Augusztus 24. Püspöki Szent Liturgiára gyűlt össze a Kecskeméti Görögkatolikus Parókia közössége. A szertartás végén ünnepélyesen elhelyezték, Fülöp metropolita pedig megáldotta az újonnan épülő görögkatolikus templom alapkövét.

Augusztus 26. Nyíregyházán tartották a Nyíregyházi Egyházmegye fenntartásában működő oktatási-nevelési intézmények tanévnyitó értekezletét, amelyen mintegy negyven intézményvezető, vezetőhelyettes és szakember vett részt.

Augusztus 27. Ibrány adott otthont a VI. Tanoda Olimpiának, amelyen több mint 600 résztvevő gyűlt össze az ország 26 településéről. A rendezvényen tanodás gyerekek, kísérők és szervezők vettek részt, hogy együtt ünnepeljék a sport és a közösség erejét.

Augusztus 26-27. A Miskolci Egyházmegye hitoktatói kétnapos lelkigyakorlattal készültek az új tanévre Máriabesenyőn. A résztvevőknek dr. Papp Miklós atya tartott előadást *A pedagógus mint próféta* címmel.

Augusztus 29–31. Megtartották a Keresztény Roma Szakkollégiumi Hálózat XV. országos tanévnyitóját.

Augusztus 31. Mára már hagyomány Sajtópálfalán augusztus utolsó vasárnapján a Magyarországon élő ruszin közösségek

országos zarándoklata. Az ország különböző pontjáról, sőt a határon túlról is érkező ruszin nemzetiségű zarándokok együtt adtak hálát az elmúlt év kegyelméért, és kérték Isten áldását a szeptembertől kezdődő új egyházi évre.

Augusztus 31. A görögkatolikus templom születésnapját ünnepelték Lovópetriben. A szertartás során Ábel püspök áldotta meg a felújított templomkülsőt és keresztet.

Augusztus 31. Egy újabb gimnázium lett görögkatolikus fenntartású a szörványban, ezzel párhuzamosan pedig megalakult a Dunaföldvári Görögkatolikus Szervezőlelkiség. Az első Szent Liturgiát Fülöp metropolita tartotta augusztus végén, a Szent Anna-templomban, az egykori ferences rendi Barátok-templomában.



Pásztori szeretet és vezetői felelősség

– BELSŐ KONFLIKTUS ÉS VEZETÉSTÁMOGATÓ MEGOLDÁSOK

A lelkipásztorok szolgálatában sajátos kettős szerep jelenik meg: a lelkészi oda-fordulás és a vezetői döntéshozatal. A hivatásból fakad, hogy a pap a közösség minden tagja felé nyitott, meghallgat és kísér; ugyanakkor vezetőként olyan döntéseket kell meghoznia, amelyek a közösség egészének érdekeit szolgálják – olykor egyének sérelmére. Ez a kettősség a vezetélmélet nyelvén klasszikus szerepkonfliktus, amely tartósan hordozva túlterheléshez és kiégéshez vezethet.

A vezetői szerepkonfliktus lényege, hogy a vezető két, egymásnak ellentmondó elvárásnak kellene egyszerre megfeleljen. A lelkipásztor esetében ez a feltétel nélküli pásztori elfogadás és a szervezeti irányítás határozottsága közötti feszültségben jelenik meg. A modern vezetés-tudomány rámutat: ha a vezető tartósan egyedül viseli e kettős terhet, a szervezeti működés és a személyes hatékonyság is sérül. Ezért van szükség vezetéstámogató megoldásokra és a felelősség tudatos megosztására.

A Szentírás is világosan beszél erről. Mózes történetében láthatjuk, hogyan roskadt volna össze, ha Jetró tanácsát nem fogadja meg: „Nem jó az, amit csinálsz... Túlságosan kimerítet magadat és a népet is” (Kiv 18,17–18). A tanács lényege vezetélméleti szempontból a delegálás: a feladatok és felelősségek tudatos szétosztása, hogy a vezető a legfontosabb feladatokra koncentrálhasson. Ugyanezt az elvet találjuk az Apostolok Cselekedeteiben is, ahol az apostolok diakónusokat állítottak az „asztalok körüli szolgálatra”, hogy ők maguk az igehirdetésre és az imádságra összpontosíthas-

sanak (ApCsel 6,2–4). Ezek a minták a mai vezetés-tudományban is érvényes alapelvek: a vezetőnek a stratégiai és lelki fókuszot kell megtartania, míg az operatív feladatokban megfelelő munkatársakra és szakemberekre kell támaszkodnia.



Ezt a szemléletet hangsúlyozta Ferenc pápa és utódja, XIV. Leó pápa is. Leó pápa szerint a püspök elsődlegesen pásztor, nem menedzser; a menedzsmet kérdésekben kötelessége igénybe venni világi szakemberek tudását. Ez egybevág a korszerű vezetélméleti ajánlásokkal: a vezető nem mindenhez ért, de jó vezetővé az teszi, hogy felismeri, kinek a kompetenciájára kell támaszkodnia.

A gyakorlatban ez több szinten valósulhat meg. Egyházmegyei és plébániai szinten hasznos lehet gazdasági vezető vagy operatív igazgató bevonása a pénzügyi, jogi és szervezési ügyekbe. Ugyanígy érdemes szakmai fórumokat és tanácsadó testületeket működtetni, ahol világi szakértők segítik a döntéselőkészítést. Különösen fontos lehet vezető tanácsadó, coach igénybevétele a vezetői döntésekhez, aki külső szemmel támogatja a lelkipásztort abban, hogy döntéseit átláthatóan, helyzetfüggően és a közösség érdekeit szem előtt tartva hozza meg. Ezek az eszközök a modern vezetőfejlesztésben is bevált gyakorlatok, amelyek segítenek csökkenteni a vezetői magányt és a túlterheltséget.

A belső konfliktus – pásztori szeretet és vezetői felelősség között – természetes velejárója a lelkipásztori hivatásnak. Megoldása nem az egyik szerep feladása, hanem az, hogy a vezető felismeri: a feladatok megosztásával és a megfelelő szakmai támasz igénybevételével ő maga is hitelesebb pásztorrá válik. Így tudja megőrizni szívének tisztaságát, amire Leó pápa is figyelmeztetett: a főpásztor szíve akkor marad Istenre hangolt, ha nem kötik gúzsba az ügyviteli részletek, hanem a közösség életének lelki irányítására összpontosíthat.

A lelkipásztor tehát nem magányos küzdő. A belső konfliktus feloldásának útja az, ha a vezető pásztor mer támaszkodni munkatársaira, szakértő tanácsadókra és a közösség karizmáira. Így a szeretet és a felelősség egyensúlyban marad, és a szolgálat hosszú távon is fenntartható lesz.

(A szerző HR-szakember, munkaszervezeti mediátor, pásztorálistanácsadó-jelölt)



„Légy jó mindenkivel, mert minden ember folyamatosan vívja a saját harcát.”

(Szókratész)

Minden embernek megvan a maga problémája, ezért ha teheted, légy mindenkivel kedves, ne nehezítsd meg mások életét. Ha így teszel, a te életed is könnyebbé válik.



Szeptember 6-án Veszprémben XIV. Leó pápa képviselőjében Erdő Péter bíboros, prímás boldoggá avatta Bódi Mária Magdolna szüzet és vértanút több mint tízezer hívő előtt. Ferenc pápa tavaly május 23-án ismerete el Bódi Mária Magdolna vértanúságát.

„ANYASZENTEGYHÁZUNK
ÜNNEPÉLYESEN KINYILVÁNÍTTA
BÓDI MÁRIA MAGDOLNA
ÉLETSZENTSÉGÉT,
KETTŐS DICSŐSÉGÉT, A TISZTASÁG
ÉS A VÉRTANÚSÁG AJÁNDÉKÁT.”

MEGJELENIK

HAMAROSAN

Előrendelhető a Görögkatolikus Metropólia fali- és asztali naptára, valamint a Görögkatolikus Szemle Kalendárium a parókusoknál.

