

# GÖRÖGKATOLIKUS HÍRLEVÉL



**MISKOLCI  
EGYHÁZMEGYE**

VI. évfolyam 3. szám

2018. március

## Nagyböjt harmadik vasárnapja- Kereszthódolás

*"A te kereszted előtt leborulunk Krisztus és a te szent feltámadásodat dicsőítjük."*

Nagyböjt harmadik, kereszthódoló vasárnapja nagyböjt felezőpontja. Holtpont. Sportolók jól ismerik ezt. Fizikai törvény, olyan állapot, ami külső beavatkozás nélkül nem tud elmozdulni.

A kereszthódolás nagyböjt harmadik vasárnapján böjtünk holtpontjáról való elmozdulását Krisztus keresztye jelenti. Előttünk a cél, az értünk meghalt és feltámadt Úr, megtöri a böjti fáradtságunkat, elrestült elménket-lelkünket kibillenti, szinte előre tol minket, és segít a célra figyelni.

Szlovákiában reneszánszát éli a tátrai túrázás. Kicsik és nagyok, fiatalok, idősek, nagyon sokan mennek ki hétvégeken a tátrai nemzeti parkba. Sok szép csúcs közül hármát-négyet én is megmásztam már. Vannak rövidebb-hosszabb túrák. A nagyobb túráknál több mindenre kell figyelni. Ne legyen felesleges kacat nálunk, csak épp annyi a hátizsákban, ami szükséges. Pont annyi víz, ami pótolja a vízvesztéseget. Pont annyi felszerelés, ami a terepviszonyokhoz kell, mert a sok élelem, túl sok víz, túl sok kacat megterheli a hátizsákot, amit cipelni kell. És az erőt is be kell osztani. Olyan tempót kell felvenni, amit tudunk tartani, mert ha gyors a tempó, hamar elfáradunk, és visszafordulunk, ha túl lassú, az szintén fárasztó, nem érünk célba. És nemcsak időben kell felmenni, hanem le is kell jönni a hegyről még naplemente előtt. Sok mindenre oda kell figyelni, önmagunkra, másokra, tempóra, hová lépünk, mibe kapaszkodunk. Egy dolog biztos a Tátrában: ha a fele távot elérted, onnan már könnyebb mentálisan, és egyre nehezebb fizikálisan.

Kicsit ehhez a magashegyi túrához hasonlítom ezt a mostani időt. Elértünk egy magasabb pontot. "Tengerszint" felett vagyunk lelki értelemben. Visszatekintve gyönyörű az eddig megtett út, de még nincs vége. Túl vagyunk a felén, átléptük a holtpontot, a folytatáshoz a kereszt adott erőt. Mentálisan, lelkileg megerősödünk, mert látjuk, hogy nehéz távunkat Krisztus már legyőzte, előrefutott értünk. Merítsünk erőt belőle. Keresztjéből. Feltámadásából. Mert ő legyőzte a világot. Ez az Ő ereje bennünk. Erőnk a gyöngeségben is.

A pogány monda szerint Odüsszeusz hazatérésekor, hogy el ne tévessze az irányt, árbócra köttette magát, nehogy elcsábuljon a szirének hangjától. Nézzünk föl a keresztre, lélekben kötözzük magunkat Krisztushoz, és célba érünk. Hogy a böjt futását bevégezzük...

Kovács Lajos

## Egyiptomi Szent Mária, a bűnbánat modellje

Ez a gondolat foglalkoztat: egyiptomi Szent Mária, hogyan vált példaképpé? Vajon mindenkinek el kell menekülnie a pusztába, a hegyek közé, lakatlan területekre, hogy változtasson az életén?

Nincs szükségünk arra, hogy mindnyájan elmeneküljünk, de szükségünk van egy példaképre, aki megmutatja, hogy megingathatatlan elhatározással és Isten kegyelmével együttműködve meg tudjuk változtatni az életünket. Hogyan tudunk eljutni erre a döntésre? Mária életének- ezt a részét kell jobban szemügyre venni és követni.

Hogyan lett szentté Mária? Mikor hozta meg ezt a döntést? Hogyan változtatta meg az életét?



Az Úr segítette ebben, mert annak ellenére, hogy heves szenvedélyek járták át a testét, soha nem gondolta, hogy örökre így marad a bűnnek egy keserű száműzetésében. Az Úr megkönyörült rajta és eljött hozzá, hogy létrejöjjön ez a kapcsolat. Tehát bárki közülünk, akik lelki vagy testi szenvedélyek rabságában sínylődünk, nekünk is meg van a lehetőségünk az Istenhez való visszatérésre, nem kell, hogy a kétségbeesés áldozatává váljunk.

Azt mondom, hogy nincs hatalmunk ellenállni a rajtunk uralkodó szenvedélyek erejének? Nem tudunk ellene fellázadni? Egyre jobban csökken az akaraterő bennünk? Ne csak a nyelveddel kiáltst Istenhez segítségért, hanem a szívedben is kérjed őt! Uram, adj nekem bűnbánatot, Uram még halálom előtt ments meg! Ahogyan a kisbaba ki van szolgáltatva és bepólyálva fekszik a bölcsőben, nem tud megmozdulni, de az anya szíve megmozdul, amikor hallja őt sírni. Az Úr is ilyen, nem engedi, hogy hiába sírjunk, nem felejt el a mi segítségkérésünket. Ekkor hasonlítok Szent Máriára. Az Úr föltámadásának templomába nem tudott belépni, mert valamilyen láthatatlan erő mindig visszalökte, de elfogadta Isten ítéletét és elkezdett sírni-sírni, Isten pedig meghallotta az ő bánatát. Az Ő nagy jósága megrázta a szívét és érezte, hogy leesnek a láncok róla, amik eddig fogva tartották. Isten kegyelme megérintette és rálépett - amely már rég eltűnt- a jóság és szabadság útjára.

Nagyon értékes ez a pillanat, amikor az ember megérti, eddigi élete szörnyű voltát, de mostantól máshogy fogja vezetni életét. Az ember, amikor hallja a feloldozást, akkor erős ígéretet tesz arra, hogy életében ragaszkodni fog Istenhez. Szent Mária is így tett, nem késlekedett a döntésben, hogy majd holnap változtatok az életemen, úgy döntött, hogy most azonnal. A kegyelem azonnal kiold a szenvedélyeink gyűrűjéből. De ha valaki úgy dönt, majd később, talán holnap, ugyanúgy benne marad az ördögi körben. Ahogy Péter apostolról a börtönben azonnal lehullottak a láncok, amikor az angyal megjelent, és ha ott maradt volna, újból rákerültek volna a láncok. Az angyal kivezette őt a börtönből, ahogy Isten kegyelme is kivezet minket.



Ezt a döntést nem lehet halasztani, mert ez most változtatja meg az életünket. Ne késlekedjél, most jött el a kedvező idő!

A megingathatatlan elhatározásában Szent Mária azonnal kiegyenesedik. Elindul a pusztába, a Jordánon túlra, ahol a magány, böjt, imádság az ő társai. Azonnal fáradtságos munkával folytatja életét. Sokan már átestünk ezen, sokan menekültünk meg ezzel a szilárd elhatározással. De ez a küzdelem folyamatos, hiszen az ördög folytonosan kísért, hogy visszatérjünk eddigi kényelmes életünkhöz és ne tegyünk elegendő erőfeszítést az üdvösségünkért. Ezt az új életet, amit Krisztus ajándékoz, folyamatosan erősíteni kell, ami nem nélkülözi az erőfeszítést és az egyház szentségeit. Ezért fontos a szentségekben való részesülés, ahol közvetlenül kapjuk Isten kegyelmét, az aszketizmus, amelyben a szenvedélyeink ellen küzdünk és a mellettünk lévő embert megsegítjük, akiben magát az Urat látjuk. **Válassz jó lelki vezetőt, aki támogat és segíti ezt a küzdelmedet!**

Pacsai János

## Sajópálfalai Zarándokház márciusi programja

Minden hónap első hétfőjén 15-18 óra között Jézus-ima találkozó lesz Sajópálfalán a Zarándokházban, melyre hívjuk és várjuk a szemlélődő (kontemplatív) ima iránt érdeklődőket.

# Leveled érkezett

## Mit kell tennünk gyónás előtt?

Nézzünk Krisztus apostolaira! Péter megtagadta Krisztust, Júdas elárulta Őt. Péternek meg lett bocsátva, Júdas meghalt. Pedig mind a kettő ugyanannak az apostoli méltóságnak a hordozója, ugyanaz volt a tanítómesterük, Jézus Krisztus. Mi mentette meg Pétert, és mi pusztította el Júdást? Technikailag szólva, Júdas is bevallotta a bűnét, csakhogy ő az írástudókhoz és a vénekhez ment: „*én vétkeztem, elárultam az ártatlan vért*” – és a templomba dobta a harminc ezüstöt. A bűnök felsorolása nem elég? A szívemnek kell megszakadnia, és alázattal az élő Istenhez futni.

Júdást nem az élő Istenhez kötötte az életét, hanem a pénzhez, kétségbe esett, s miután vallomást tett, felakasztotta magát.

Pétert Kaifás udvarában látjuk, ahol háromszor tagadta meg Jótevőjét: „*Nem tudom, ki ez az ember!*” A harmadik tagadásnál a kakas eszébe juttatta Krisztus próféciaját, **és szíve megrendült**, s alázattal nézett Jézusra. Otthagytta a főpap társaságát, és bő könnyekkel kifizette keserűségét, őszinte, valódi könnyei, mély büntudatról tanúskodnak. A hagyomány szerint Péter egész életében, amikor hallott egy kakashangot, visszaemlékezett bűnére, és szeme bőséges könnyeket ontott. Péter nem esett kétségbe, hanem az alázat révén isteni irgalomba kapaszkodott. Péter komoly leckét ad az életünkhöz, hogy ne engedjünk a bűn sötétségének, hanem forduljunk vissza Istenhez. Az élő Istenben való hit nem enged kétségbeesésbe rohanni. Az Isten szeret, s ha megbánjuk szívünkben a bűnt, felismerjük, hogy célt tévesztett életünk, Ő megbocsát, bármilyen súlyos is ez.

**A kétségbeesés az ördög munkája**, győzelme az emberi szív fölött. Amikor süllyedünk, csak Isten segíthet rajtunk, ahogyan Péter kiáltott: „*Ments meg, Uram!*” Érdemes utánoznunk Péter apostolt egy másik szempontból is. Amikor rájött az ő bűnére, azonnal elhagyta azt a helyet. Vajon, amikor rádöbbenünk a bűnünkre, akkor elhagyjuk azt a helyet, és el akarunk menni gyónni, vagyis visszatérni Istenhez? Gyere ki arról a helyről testeddel, szíveddel, elméddel, ahová szenvedélyeid vonzottak! Péter elhagyta a főpap szolgáit, mi is hagyjuk el azok barátságát, akik a bűnre vezetnek, vagy támogatnak kísértés idején a bűn felé. Amikor Péter egyedül maradt visszatért önmagához, átélt a bűn nyomorúságát, kifosztottnak érezte magát, elhagyta Krisztust és ettől szenvedett és keservesen sírt. Ezért szükséges készülnünk a gyónásra! Mielőtt megvalljuk bűneinket, önmagunkhoz kell visszatérni, hogy Istenre találjunk.

Lepjünk ki a mindennapi élet tumultusából, egy rövid imával gyűjtsük össze a gondolatainkban a bűneinket, ha lehetőség van írjuk le egy papírlapra, hogy ne zavarjon a felejtés gondolata. Igazságos bíróként vizsgáljuk meg lelkiismeretünket, engedjünk utat a könnyeinknek, így tisztábban láthatjuk jelenlegi helyzetünket és pontosabb lesz a diagnózis életünk állapotáról.

„*Az alázatos szívet Isten nem veti meg*” (Zsolt 50,17). Az igazi bűnbánatban szükség van a könnyekre, hogy Isten bocsánata tisztára mossa szívünket. Valóban a bűnbánat mély érzelem, sírás, ezt meg kell tennünk, mielőtt elmegyünk gyónni. Ne aggódjunk, évek folyamán lassan megjönnek a könnyeink is.

Összefoglalva, a gyónásunkat megelőzi a személyes imádság, a csend és magány, a bűnbánatunkat komoly figyelem kíséri az értelmünk részéről, az elkövetett bűncselekmények miatt bánkódom, és szilárd döntést hozok, hogy Istenhez sietek, hiszen Isten kegyelme tudja orvosolni mindezeket. Ez is egy imádság, mert hálát adok, hogy Isten nem sértődik meg, hanem érettünk, bűnösökért elküldte Fiát, hogy kiszabadítson a bűn fogságából, és a Lélek szerint nekem ajándékozza a kegyelmet, amelyben úgy mozgatja szívünket, hogy bizalommal fordulhatunk az Atyához, aki nagyon várja már visszatérésünket.

Szeretettel Lelkiatyád

## Gyereksarok

### Süssünk, süssünk valamit... "Feltámadás-zsemle"

A következő receptet mindenképpen a gyermekekkel együtt érdemes elkészíteni, hogy saját szemükkel lássák a "csodát". Ez a kis finomság egyszerű, de látványos módon mutatja be Jézus feltámadását.

#### Hozzávalók a tésztához:

- 50 dkg liszt
- 5 dkg vaj
- 1 tojás
- 2-3 dl tej
- élesztő (2,5 dkg friss)
- 10 dkg cukor



#### Hozzávalók a töltelékhez:

- pillecukor, fahéjas cukor, 1 dl tej

Az élesztőt langyos tejben felfuttatom, és a többi hozzávalóval együtt tésztát dagasztok. Egy óra alatt duplájára kelesztem. Ezután a fehér pillecukrot egy pillanatra tejbe mártom, majd fahéjas cukorba forgatom és félreteszem egy tányérra. A kelt tésztát kinyújtom és háromszögekre osztom. Mindegyik háromszög közepébe egy pillecukrot helyezek és jól belegöngyölöm a tésztába, különben a cukor sütés közben kifolyik belőle. Tojássárgájával lekenem a zsemléket és 170 fokon kb. 15 perc alatt pirosra sütöm őket. Ha elkészült kettévágom a zsemlét, hogy láthatóvá váljon, a zsemle belseje üres!

**“Ne féljetek! Ti a keresztre feszített názáreti Jézust keresitek.**

**Feltámadt, nincs itt! Nézzétek, itt van a hely, ahová temették. ” Mk 16,1-7**

**Forrás: <https://gyereketeto.hu/konyha/feltamadas-zsemle/>**

Bárányné Nagy Melinda

# A Kegytárgybolt Ajánlata

**Minden hónapban egyes termékeket akciós áron kínálunk.**

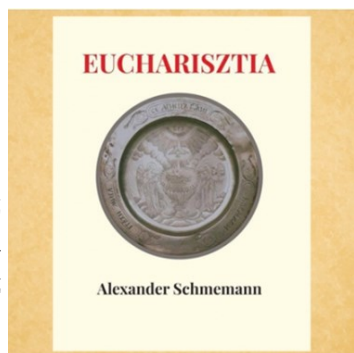
**Márciusban 10 000 Ft feletti vásárlás esetén  
meglepetés ajándékkal kedveskedünk.**



Klimakosz Szent János Krisztus után a VI. században élt szentéletű atya, akit jobbra az általa megírt műről ismerünk, s aki a nevét is erről a lelki élet fokait bemutató írásról kapta. Az igen nehéz és kemény aszkéta élet küzdelmes útját mutatja be, amely nekünk, a civilizációban elpuhult lelkeknek talán riasztónak is tűnhet. Ősi hagyomány, hogy a monostorokban ezt a 30 fejezetből álló lelki írást a szerzetesek az év legkeményebb időszakában, a Nagyböjtben olvasták föl.

Ezekkel a gondolatokkal ajánlja a szerző a könyvet.

“Ez a könyv, amelyet most az olvasó a kezében tart, nem a liturgikus teológia kézikönyve, nem is tudományos értekezés. Ez a könyv inkább afféle elmélkedéssorozat az Eucharisziáról. Ezeknek az elmélkedéseknek forrása azonban nem a tudományos elemzés, hanem saját – legyen az bármilyen szerény és korlátozott – tapasztalatom.



A Jézus meséskönyve, a Biblia az elmúlt évtized talán legjobb gyermekbibliája.

Nyitva tartás:

Hétfőtől-péntekig 9<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>

# Missziós Iroda

## MOCORGÓ

### Baba—mama foglalkozás

Szeretettel várunk minden anyukát és babáját (0-3 éves korig),  
a Missziós Irodában!  
(3526 Miskolc, Szeles utca 35.)

#### Márciusi foglalkozás időpontja:

2018. 03. 06. (kedd): 16:30-17:15

2018. 03. 20. (kedd) 16:30-17:15

Ölbeli játékok, mondókák, énekek,  
kötetlen játék, beszélgetés...

Érdeklődni lehet: Bárányné Nagy Melindánál 06-30-630-5202



## Vers

### Sík Sándor

#### Légy csendességben!

Légy csendességben: Isten hogyha hív,  
Halkan szólít, mint pásztorhangu síp.  
Kelj fel, és indulj engedelmesen,  
Kutyuska-vígan, bárány-csendesen.

Ha futni verne vesszős szenvedély,  
Ne gondolj vele: menj és mendegélj.  
Ha futva hágy el bárki, meg se nézd:  
Csak el ne vétsd a csilingelést.

Ne nézz se jobbfelé, se balfelé:  
Csak az egyenes út az Istené.  
Hátad mögött ha mennydörög, se bánd,  
Te csak sűrödj a hívó síp iránt.

Ha éjbe vész is előtted az út,  
Megsimogasd a síró kisfiút,  
Ha sívó örvény örvénynek kiált,  
Te kikerüld a szepegő csigát.

A hangos ember érőt nem teremt;  
Az erőszaknál erősebb a csend.  
Ha szeges-öv, ha véres máglyaláng:  
Te mosolyogj, és mondd, hogy Miatyánk.

S ha tán a hang a véres Hegyre vitt,  
Hol elveszik a világ bűneit,  
Szelíden lépj a szegezők elé:  
A nyíró béres is a Pásztoré.

## **Aktualitások**

### **HRAMOTA**

A Nagyböjt közeledtével eljött az elhunytjainkról való közös megemlékezések ideje.

Hramotát, halotti megemlékezést 2018-ban a következő szombatokon tartunk:

Február 3.

Március 3.

Március 10.

Május 19.

### **Szent Efrém fohásza**

Életem Ura és Uralkodója,  
ne engedd hozzám a jóra való restség,  
könnyelműség, pénzvágy  
és megszólás szellemét!  
Ajándékozd inkább szolgádnak  
a józanság, alázatosság,  
állhatatosság és szeretet lelkét!  
Igen, Uram és Királyom,  
add, hogy megismerjem bűneimet  
és meg ne ítéljem felebarátomat,  
mert Te áldott vagy mindörökké,  
Ámen.

## **GÖRÖGKATOLIKUS HÍRLEVÉL**

A cikkeket vagy véleményüket a következő e-mail címre várjuk: [missziosiroda@gmail.com](mailto:missziosiroda@gmail.com)

Kéziratokat nem őrzünk meg és nem küldünk vissza. Lapzárta: előző hónap 25.

Kiadja: A Miskolci Egyházmegye Missziós Irodája — MI

Ezt a hírlevelet Csoma Zsuzsanna szerkesztette. (tel.: 06 30 9577069)

Felelős kiadó: Juhász Géza első helynök (tel.: 06 30 7426266)