|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Elem tartalma:** **Valóban elfogadom?**  A „Szentségek” tábor második előadása | | Kategória: előadás |
| Szerző(k): Észak-Dunamenti Nagyboldogasszony Közösség | | Esemény: Tábor |
| Kapcsolódó téma: Szentségek | Kapcsolódó előadás: **Szentek legyetek, mert én, az Úr, a ti Istenetek szent vagyok.  Lev 19,2 – a Szentségek tábor négy lelkészi előadása** | |
| Régió: Észak-Duna | Település: Nagymaros | Időpont: 2022. 07. |

Kapcsolódó anyagok:

2022\_07\_szentsegek\_ajándékok\_Istentol\_negy\_foeloadas\_ossz\_tabor

2022\_07\_szentsegek\_tema\_es\_esemenyosszegzo\_ossz\_tabor

Törzsanyag:

**II. Második előadás: Valóban elfogadom?**

A beavató szentségek (keresztség, bérmálás, Oltáriszentség)

„Valóban elfogadom? De mit is? Azt a sokat…!” A beavató szentségek által ajándékok garmadával halmoz el Isten. A keresztségben válunk a mennyi Atya gyermekévé, az egyház teljes jogú tagjává. Jézus önmagát adja nekünk az Oltáriszentségben. A Szentlélek kiáradása által a Lélek adományaival is gazdagodunk a bérmáláskor. Mindezek életünk valódi növekedését szolgálják. Botor dolog lenne ennyi ajándékot (kegyelmet) bontatlanul ott hagyni.  Csomagoljuk ki együtt úgy, hogy mélyebben megismerve ezen szentségeit kinyílhasson szívünk az Ő végtelensége felé.

**II.1 A keresztség**

Nagy Lajos francia király egyszer egy kis francia falu templománál megállt. Sokáig imádkozott, majd egy nagy adományt hagyott ott. Kérdezték tőle kísérői, hogy miért tette. Azt válaszolta, hogy számára ez az egész világ legkedvesebb temploma. Nem értették. Miért nem Párizs vagy Reims, ahol koronázása vagy házasságkötése történt? A válasza a következő volt:  „Amit itt kaptam, azt soha senki sem veheti el tőlem. Itt lettem Isten gyermeke, amelyből minden hatalmam és boldogságom fakad. A koronám elgurulhat, a családom hátat fordíthat nekem, de Isten szeretete sohasem hagy el.”[[1]](#footnote-1)

Érdekes, hogy Nagy Lajosnak ennyire meghatározó élménye a megkeresztelkedése.  Legtöbbünket kisgyermekkorában kereszteltek meg. Igazi emlékünk nincs is róla, maximum fényképek, videók, családi elmesélések, a keresztlevél. Ebből adódóan természetesnek vesszük mindezt. Könnyen előfordulhat, hogy nem is tulajdonítunk komolyabb jelentőséget mindennek.  Holott súlya nagy, amelynek érdemes tudatában lenni mindannyiunknak. **A keresztség az első a szentségek sorában, az első és legfontosabb szentség**, e nélkül érvényesen felvenni más szentséget nem lehet. **Ez a keresztény élet kezdete, az egyházba vezető kapu. A keresztség új életet jelent Krisztusban**. Az újjászületés, a megvilágosodás szentsége. Mint első szentség eltörölhetetlen jegyet hagy a lelkünkben. **Eltörölhetetlen, senki sem tudja elvenni, örökké tart. Mindebből következnek, hogy tudatosan elfogadjuk Istenhez tartozásunkat.** Jézus ezzel a gondolattal kezdte működését: „Beteljesedett az idő, és már közel van Isten országa (királysága).” Mk 1,15 Mintha belépnénk egy királyságba, ahol az Ő ereje és védelme alatt állunk. Fontos megjegyezni, hogy Isten nem alattvalóként hív meg, hanem gyermekeként az Ő családjába, ami az egyház.[[2]](#footnote-2) Ettől kezdve bátran mondhatjuk: **„Isten, te vagy az én Istenem  mindörökké, ezt tőled kaptam, és te sohasem veszed el tőlem. A tied vagyok, és senki és semmi sem tud elszakítani tőled!”[[3]](#footnote-3)**Mély tartalmat és jelentőséget hordoznak e mondatok.

**II.1.1 A keresztség eredete**

Az Újszövetségben két lényeges hely van, amely a keresztség szentségének az alapja. Az első **Jézus megkeresztelkedése a Jordánban** (Mk 1,9-11)[[4]](#footnote-4). Ott Ő maga ad példát a keresztségben való újjászületés fontosságára. Igaz, neki erre nem volt szüksége második isteni személyként, de ennyire közel jött hozzánk emberekhez, hogy ezt is vállalta. A másik fontos pont az Mt 28,19-ben[[5]](#footnote-5) található. Itt ad **Jézus küldetést az apostoloknak, hogy kereszteljenek meg minden embert**. Mint már fentebb említettük, a keresztségben újjászületünk. A Szentírásban több helyen is említésre kerül a Lélekben való újjászületés fontossága: Jézus mondta: „Bizony, bizony, mondom neked: Aki nem vízből és (Szent)lélekből születik, az nem megy be az Isten országába. (…) újjá kell születnetek” Jn 3,5-7; „Aki hisz és megkeresztelkedik, üdvözül…” Mk 16,16.

**II.1.2 Ki keresztelkedhet meg?**

**Minden embert meg lehet keresztelni, aki még nem vette fel a keresztséget. Egyetlen feltétele van, hogy a Krisztusba vetett hitet kereszteléskor nyilvánosan meg kell vallani.** Ebből fakad, hogy Isten ismerete nélkül nem reális, hogy bárki is megkeresztelkedjen. Fontos, hogy előtte megismerje Istent, hitünket, kapcsolódjon keresztény közösséghez. Ezek nélkül nem lenne hiteles és valódi az illető Isten melletti elköteleződése. Ha kisgyermeket keresztelnek, ott a szülők vallják meg a hitet a gyermek helyett, és ígéretet tesznek, hogy a gyermeküket vallásosan fogják nevelni. Ez esetben felmerülhet a kérdés, hogy miért nem hagyják felnőni, és ha felnőttként fontos lesz számára a keresztény hit, akkor majd megkeresztelkedik. Érthető felvetés, de nem teljesen valid. Ez olyan, mintha a szülők megvárnák gyermekük felnőtté válását, és akkor bíznák rá a döntést, hogy kiválassza, mely iskolában szeretne tanulni. Nem reális, hiszen tudás nélkül felelős döntést nem tudna hozni. A hit is hasonló. Továbbadása szintén a szülők felelőssége ugyanúgy, mint a gyermekük felnevelése. A test, a szellem és lélek egybe tartozik, nem szabad hagyni egyik másik fejlődésének háttérbeszorulását sem. Egyházunknak fontos a gyermekkeresztelés. Ennek egyetlen oka van: mielőtt még mi döntenénk Isten mellett, Isten már döntött mellettünk. Ha valaki kisgyermekként vette föl a keresztséget, azt későbbi életében „ratifikálnia” (megerősítenie) kell. Ez fejezi ki a tudatos elköteleződést.

**II.1.3 A keresztség kiszolgáltatása**

**A keresztségnek a látható jele a vízzel való leöntés, és a következő szavak elmondása a keresztelést végző által: „N. megkeresztellek téged az Atya a Fiú és a Szentlélek nevében.”  A láthatatlan kegyelem (ajándék), amelyet közvetít, a bűn eltörlése.** Csecsemők esetében az áteredő bűnt törli el, mivel ők még nem képesek tudatosan elkövetni bűnt. A felnőttek esetében az áteredő- és az addig elkövetett személyes bűnöket is lemossa. A szentségben kapott kegyelem által válunk Isten gyermekévé és az Egyház tagjává (ezt már korábban említettük).

**A keresztség kiszolgáltatója pap vagy diakónus, de szükség esetén bárki, aki meg van keresztelve.** Ha megkereszteltként találkozok egy haldoklóval (pl.: baleset, amikor nem lenne mód pap odaérkezésének a halál beálltáig). Ha az illető kifejezi, hogy szeretne megkeresztelkedni, akkor az „N. megkeresztellek téged az Atya a Fiú és a Szentlélek nevében.”  forma használatával meg keresztelhetem.

Felmerülhet a kérdés, hogy mi lesz azon emberekkel, akik nem találkoznak a kereszténységgel, az egyházzal, és nem ismerhetik meg közvetlenül Jézust. Isten minden ember üdvösségét akarja, senkiről sem mond le! **Vágykeresztségben részesül, akinek nem volt alkalma arra, hogy megismerje Krisztust és a keresztény hitet, de becsületes szívvel keresi Istent, és a lelkiismerete szerint él.** Ezen emberek üdvözülhetnek. Erre nem szabad kibúvóként tekinteni! Mi, akinek volt-van lehetőségünk megismerni az evangéliumot, nem dőlhetünk hátra megnyugodva, hogy igazából keressük Istent, de hát az egyház stb. miatt inkább távol maradunk. Lehetnek ellenérzéseink sok minden miatt, de ez ne azt eredményezze, hogy eltávolodunk, hanem sokkal inkább sarkalljon arra, hogy ha nem is értünk mindent, akkor fektessünk energiát abba, hogy jobban megismerhessük, megérthessük. Merem garantálni, hogy a mélyebb ismeret segít helyre tenni a kezdeti furcsa, érthetetlen, feleslegesnek tűnő, akár kényelmetlen dolgokat is, amelyek miatt egyszerűbb lenne nem az egyházunkban élni.

**II.1.4 Mit tesz hozzá életemhez, hogy meg vagyok keresztelve?**

- Ha elfeledem, akkor nem eleget, de ha tudatosan élem meg, akkor annál többet. Isten megerősít a vele való kapcsolatomban, a hozzátartozásomban, az ő gondoskodásában.  Egy hasonlat segíthet ennek megértésében: Életünk olyan, mint egy út. Meg kell tennünk 3000 km-t, hogy elérjünk úti célunkhoz (kb. Budapest - Lisszabon táv).  Mindenki gyalog indul neki a nagy útnak. Vannak megállók, pihenőhelyek, ahol működik egy klub, akik a betérőket szolgálják, segítik őket, hogy könnyebben haladhassanak tovább a hosszú úton. Azok az utazók, akik szívesen lesznek klubtagok, kapnak egy gyors autót, és már azzal utazhatnak tovább a hosszú úton. Útközben a szabad helyekre ők is felvehetnek gyalogosokat, akiknek szintén könnyebbé válik így az útjuk. Autóval is meg kell állni néhányszor, de feltöltődni mindig jó. Legyünk őszinték, nem éri meg?

- Keresztényként a mindennapjainkban sokszor megtapasztalhatjuk a keresztséget.  Amikor Istent szívemből, őszintén Atyának hívom (akár a Miatyánk elimádkozásakor), akkor tudatosan megtapasztalom, hogy Isten szeretett gyermeke vagyok valóban. A keresztségben Isten fiává fogadott.

- Valahányszor, amikor az Istenbe vetett hitünkből fakadó remény által képesek vagyunk előre nézni életünkben (nehéz, fájdalmas helyzeteiben is), akkor szintén keresztségünket tapasztalhatjuk meg.

- Amikor Jézus Krisztus szerint döntünk bármilyen komoly etikai, erkölcsi helyzetben, akkor is keresztségünket aktualizáljuk. (Pl.: Ismerve Jézus hozzáállását Mária Magdolnához nem hagyjuk annyiban, ha valakit szóval vagy tettekkel is zaklatnak, bántalmaznak osztályunkban, környezetünkben stb.)

- Későbbiekben keresztszülők lehetünk, amely felelősséget jelent. Leendő keresztgyermekünk támogatását vállaljuk emberileg, és ami még fontosabb a hitbeli növekedésben. Sose feledjük: „**Élő hitre csak az tud nevelni, akinek élő hite van.**”[[6]](#footnote-6)

Ez csak néhány eshetőség, helyzet, amikor a keresztségünket a mindennapjainkban megéljük. **Az „itt és mostban” tapasztalhatjuk meg keresztség szentségének működését.** Minél tudatosabban figyelünk, annál többször lesz módunk mindezt megfontoltan megtenni, amely mindig megerősíti Krisztushoz tartozásunkat. Az élet forrása a mindennapokban.[[7]](#footnote-7) Sok  példát hozhatnánk még, de **fontosabb, hogy saját életünkben képesek legyünk felismerni a  sok adódó helyzetet, amikor Krisztushoz tartozásunk valódi erőforrás, ajándék.** Itt az idő átgondolni!

**A keresztség szentsége[[8]](#footnote-8)**

**Elnevezései** alámerítés, fürdő (görögül: baptiszmosz); az újjászületés, a megvilágosodás szentsége

**Előképei** a víz, Noé bárkája, átkelés a Vörös-tengeren, átkelés a Jordán folyón, a fiúgyermekek körülmetélése, az elsőszülött fiú bemutatása a jeruzsálemi templomban

**Alapítása** -Jézus megkeresztelkedik Jánosnál a Jordánban

-Jézus elküldi az apostolokat, hogy kereszteljék meg az embereket (Mt 28,19)

**Anyaga** a vízzel való leöntés

**Szertartása** -vízben való alámerítés, vízzel való leöntés háromszor -a keresztnév kimondása

-„az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében”

**Kiszolgáltatója** püspök, pap, diakónus, halálveszélyben bárki, aki meg van keresztelve

**Felvevője** bárki, aki még nem keresztelkedett meg és szabad akaratából szeretne

**Feltételei** a keresztény hit megvallása (csecsemők esetében a szülők, keresztszülők által)

**Hatása** -megbocsájtja az áteredő bűnt és minden személyes bűnt -a megszentelő kegyelemben részesít

-Isten gyermekévé és az egyház tagjává tesz

-eltörölhetetlen jegyet (karaktert) ad

**II.2 A bérmálás**

„Aki megkeresztelkedett, az megkapta már a kegyelmi élet “csíráját”, részesedett Jézus, a Szentháromság életében, s így megkapta a Szentlelket is.”[[9]](#footnote-9) E kijelentés kapcsán felmerülhet a  kérdés, hogy miért is van szükség a bérmálásra? A válasz a következő: **ami a keresztségben megkezdődött, azt a bérmálás erősíti meg**. Ha valaki gyermekként lett keresztelve, akkor ő felnőttként ekkor vállalja nyíltan a krisztusi életet és a hozzákapcsolódó küldetést. Erre az elköteleződésre a Szentlélek válaszul új módon tölti el, megerősíti, és képessé teszi a nagykorú keresztény életre.

**II.2.1 A bérmálás eredete**

Az Újszövetségben olvashatjuk: „Mikor pedig az apostolok, akik Jeruzsálemben voltak, meghallották, hogy Szamaria befogadta az Isten igéjét, elküldték hozzájuk Pétert és Jánost.  Amint odaérkeztek, imádkoztak értük, hogy elnyerjék a Szentlelket, mert az még egyikükre sem szállt le, csak meg voltak keresztelve az Úr Jézus nevében.” ApCsel 8,14-16 Az Apostolok Cselekedetiben is láthatjuk, hogy a Szentlélek kiáradása nélkül a keresztség nem teljes.

**II.2.2 A Szentlélek ajándékai**

**A bérmálásban Jézus Lelkét adja nekünk**, amely több területen pozitív hatást fejt ki életünkben. **Ekkor elnyerjük a Szentlélek ajándékait, elmélyül istengyermekségünk, erőssé tesz a hit melletti tanúságtételben, szorosabban egyesít Krisztussal és az Egyházzal.  Ha valóban komolyan gondoljuk krisztuskövetésünket, akkor e szentség felvétele elengedhetetlen.** Ha úgy vesszük fel e szentséget, hogy nincs meg bennünk a személyes odaadás, ha elzárjuk lelkünket a Szentlélek elől, akkor Ő nem tud működni bennünk. S ha a bérmálás után nem törekszünk a nagykorú keresztény életre, akkor nem is tapasztalhatjuk meg kegyelmi hatásait.

**E szentség kifejezetten a Lélek ajándékairól szól**, amelyek megerősítenek abban, hogy hitünk szerint éljünk. Segít a Szentlélek ösztönzésének befogadására, vagyis sokkal tisztábbá válik az a csatorna, amin keresztül megtapasztalhatjuk Isten vezetését életünkben.  Megkereszteltként ekkor nyerjük el a Szentlélek hét ajándékát (láthatatlan kegyelem). Látható jele pedig a kézrátétel és a krizmával (szent olaj) való megkenés. A püspök vagy megbízottja szolgáltathatja ki.

**A Szentlélek hét ajándéka:[[10]](#footnote-10)**

- **a bölcsesség** (belső fény, képesség arra, hogy Isten „logikájával” gondolkodjunk)

- **az értelem** (a lényeg meglátása, a dolgok megértése)

- **a tudomány** (a világ értelmének felfedezése)

- **a tanács** (a kételkedés, a bizonytalanság idején segítség a helyes döntés meghozatalában)

- **a lelki erősség** (képesség, hogy végigjárjuk a megkezdett utat, kitartsunk meghozott döntéseinkben)

- **a jámborság** (a másik ember iránti szeretet, jóságos magatartás, szelídség)

- **az Úr félelme** (felelősségérzet Istennel szemben döntéseimért, tetteimért)

A felsorolt ajándékok nem azonnal változtatják meg életünket a bérmálást követően, hanem lépésről lépésre Isten elegendő kegyelmet ad a mindennapok kihívásaiban, döntéshelyzeteiben, hogy ajándékai révén egyre erősebbé váljunk, valóban a jót válasszuk, stb. Imádságban kérhetjük a Szentlelket mindig, hogy az adott helyzetben érezzük erejét, működését, segítségét

életünkben. A hét ajándékát „állandó használatra” adja.

Kis kitekintés: A Szentírásban találkozunk a **karizmákkal is, amelyek szintén a Lélek adományai**. Ezek olyan **„különleges képességek”, amelyeket a keresztény ember Isten dicsőségére, a közössége javára, az egyház szolgálatára kap.** Nem egyéni céljaink megvalósításához kapjuk őket, hanem kizárólag mások szolgálatára. Minden keresztségben részesült ember legalább egy vagy több karizmát kap a Lélektől. Nem saját hűségünktől, teljesítményünktől függ, hogy melyeket kapjuk meg. Adományait (karizmák) Isten saját terve szerint osztja szét, hogy az egyház, Krisztus titokzatos teste növekedhessen általa.

A karizmákról a Róm 12-ben, 1Kor 12-ben és az Ef 4-ben találunk részletes leírásokat, felsorolásokat (pl.: hit, gyógyítás, tudás, prófétálás, nyelveken szólás és annak magyarázata  stb.).[[11]](#footnote-11) Az említett igehelyeken Pál apostol nem pont ugyanazokat a karizmákat említi. Ez arra utal, hogy Isten igen változatosan oszt belőlük. Kevésbé a pontos számuk, sokkal inkább a céljuk a lényeges: használatuk révén az egyház növekedése.[[12]](#footnote-12)

**Isten nem bíz meg egyikünket sem olyan feladattal, amihez ne adna megfelelő adományokat (karizmákat).** Fontos kérni Istent, hogy felfedezhessük, melyekben is részesültünk általa. A felismerés másik módja gyakorlati: ha egy szolgálati területen örömömet lelem a szolgáltomban, és jelen van a gyümölcsözőség, akkor kaptam hozzá karizmát Istentől.  Olyan területeken viszont ne akarjunk „aktívkodni”, ahol nincs adományunk.[[13]](#footnote-13) A kapott  karizmáinkat ki kell bontakoztatni. Nem egyből tudjuk profin használni őket. A bérmálkozás révén megvalósuló keresztény nagykorúságunk egyfajta garancia minderre, mivel biztosítva lesz a „terepünk”, ahol karizmáink használatában fejlődhetünk az egyházban való elkötelezettségünk által.

A teológusok az adományokat többféleképpen csoportosítják. Egy példa a C. A. Schwarz által készített hármas csoportosítás. A felsorolás segíthet saját adományaink felismerésében is.[[14]](#footnote-14)

**A Lélek adományai (karizmák)[[15]](#footnote-15)**

**Fejlesztő Hozzájáruló Megújító**

művészi kreativitás kézügyesség

adakozás

vendégszeretet

tudás

cselekvő irgalom

zene

szervezőkészség

önként vállalt szegénység bölcsesség

apostoli szolgálat lelkigondozás evangelizálás segítségnyújtás vezetés

misszió

szolgálat

pásztori szolgálat egyedüllét

tanítás

szabadítás

megkülönböztetés

hit

gyógyítás

nyelveken szólás magyarázása csodatévő hatalom

imádkozás

prófétálás

szenvedés

nyelveken szólás 

**II.2.3 Ki bérmálkozhat?**

Isten nagyvonalú. A bérmálás szentségében elhalmoz ajándékaival. **Ha még nem vagyunk megbérmálva**, lehet fel is ébredt bennünk a vágy erre. **Ez akkor lehetséges, ha lelkünkben valóságosan vágyunk a Szentlélekre és kegyelmi ajándékaira, ha az egyházi közösség felnőtt tagjaként akarunk élni, és ha érezzük a krisztusi küldetés felelősségét, és ha örömmel készek is vagyunk vállalni azt.** Mindennek vállalásához bizonyos érettségre van szükség, így alsó korhatára egyházmegyénkben a 16. életév. Nem ritka, hogy valaki már felnőttként bérmálkozik. Sosem késő! Megbérmáltként immár nem csupán passzív „fogyasztók” leszünk a közösségben, hanem magunk is tevékenyen részt veszünk annak építésében. Továbbá kifelé is képviseljük az egyházát, és tanúságot teszünk hitünkről.

**II.2.4 Hogyan válhatnak érzékelhetővé életemben a kapott ajándékok?**

Megbérmáltként aktívan tehetünk azért, hogy minél érzékelhetőbben láthatóvá váljanak a Lélek ajándékai életünkben. Néhány tipp:

- Azokban a pillanatokban, amikor úgy érezzük, hogy hitünk gyengül, és a vigasztalanság eluralkodik rajtunk, akkor emlékeztessük magunkat arra az erőre, amelyet a bérmáláskor a Szentlélek kiáradásával kaptunk meg. Bátran imádkozzunk ilyenkor:  **„Szentlélek, újítsd meg a bátorság, az erő, a hit és tanúságtevés ajándékát, amit a bérmálás napján kaptam!”[[16]](#footnote-16)**

- **Bátran merjünk tanúságot tenni!** Az Apostolok Cselekedeteiben sok helyen olvashatjuk, hogy a tanítványok önmagukon lepődtek meg, amikor ellenállhatatlanul beszéltek az evangélium örömhíréről. Tudták, hogy ez a Szentlélek műve, nem önmaguk ereje. Ezt mi is megkaphatjuk, ha bátran merünk Isten ügye mellett kiállni. Ha imával kérjük a Szentlelket, meg fogja adni a kellő erőt nekünk is.

- **Vállaljunk szolgálatot!** A plébániánkon, régiós vagy más keresztény közösségünkben bátran kezdeményezzünk. Keresünk lehetőségeket arra, hogy szolgálatokat végezhessünk. Nem kell profinak lenni. Ha van egy terület, ahol szívesen tevékenykednénk, akkor bátran vágjunk bele. Ha tiszta szívből jön az indíttatás, akkor nagy valószínűséggel kaptunk is hozzá karizmát. Fontos, hogy felfedezzük saját karizmáinkat (adományainkat), hogy kibontakoztathassuk közösségeink és egyházunk számára, és ezzel együtt mi magunk is fejlődhessünk.

**A bérmálás szentsége[[17]](#footnote-17)**

**Elnevezései** bérmálás, konfirmáció (mindkét szó jelentése: megerősítés)

**Előképei** Isten Lelkének kiáradása az Ószövetségben; illatos olajjal való felkenés

**Alapítása** Jézus az utolsó vacsorán ígérte meg a Szentlelket, aki pünkösdkor áradt ki az apostolokra

**Anyaga** a homlok megkenése olajjal

**Szertartása** a püspök kitárt kézzel Szentlélek hívó imát végez, majd kézrátétel közben krizmával megkeni a jelöltet („N, vedd a Szentlélek ajándékának jelét!”

**Kiszolgáltatója** püspök, vagy megbízásából pap

**Felvevője** mindenki, aki meg van keresztelve

**Feltételei** A bérmálkozónak a kegyelem állapotában kell lennie (vagyis előtte gyónást végeznie, ha szükséges), készen kell állnia a Szentlélek fogadására

**Hatása** -a Szentlélek sajátos ajándékait adja

-elmélyíti a keresztség kegyelmét (istengyermekség, tagság az egyházban) -erőssé és készségessé tesz a hit melletti tanúságtételre

-eltörölhetetlen jegyet (karaktert) ad

**II.3 Az Oltáriszentség (Eucharisztia)**

A harmadik beavató szentség, amellyel foglalkozunk, az Oltáriszentség. Ahogyan az előző részben olvashattuk, a keresztségben az Atya gyermekeivé és az egyházunk tagjává válunk. **Az Oltáriszentségben (más néven Eucharisztia) Jézussal találkozhatunk földi életünk során a legbensőségesebb módon az Ő asztala (oltár) körül.**

Könnyű kérdés következik. Mi az a tevékenység, amit a legtöbb családi vagy baráti összejövetelen általában mindig megteszünk közösen? Meg van a válasz? Igen, az együttétkezés. A kulináris élményeken túl ilyenkor igazán az a fontos, hogy együtt vagyunk.  Egy közösséget alkotunk az asztal körül. Megünnepeljük összetartozásunkat, egymás iránti szeretetünket. Régebbi korokban a legnagyobb megtiszteltetésnek számított, ha egy vendéget meghívtak a család asztalához. Kifejezték ezzel, hogy befogadták. **Meghatározó, fontos része életünknek az asztalközösség, a közös étkezés.[[18]](#footnote-18)**

**II.3.1 Az Oltáriszentség eredete**

Jézus a zsidó húsvét ünnepe előtt (csütörtökön) tudta, hogy másnap mi vár rá. Ki fogják végezni. Utoljára lehetett együtt aznap este tanítványaival, így egy pászka vacsorára hívta meg őket. Szeretett volna tapinthatóan, érezhetően velük és követőivel maradni. Az asztalközösséget (mint forma) választotta, hogy látható jelét adhassa a köztük maradó, szeretetteljes jelenlétének kifejezésére. A Szentírás így beszéli el: **„Most a kenyeret vette kezébe, hálát adott, megtörte és odanyújtotta nekik ezekkel a szavakkal: „Ez az én testem, amelyet értetek adok. Ezt tegyétek az én emlékezetemre.” Ugyanígy a vacsora végén fogta a kelyhet is, és azt mondta: „Ez a kehely az új szövetség az én véremben, amelyet értetek kiontanak.”** Lk 22, 19-20 Tanítványai ekkor még nem értették, miért mondja ezen szavakat Mesterük, de néhány nappal később miután Jézus feltámadt, és megjelent nekik, akkor már nem volt kérdés.

Az utolsó vacsora leírása mind a négy evangéliumban megtalálható. Ekkor alapította meg Jézus az Eucharisztia szentségét. **Az apostolok és azóta a keresztények a kenyértörésben emlékeznek meg Jézus áldozatáról, amely által megváltott mindannyiunkat a halálból az örök életre.** Ez a cselekedet nem csupán gondolati, a múlt felidézése (Jézus nemcsak emlékezetben szeretett volna övéi között maradni), hanem **mindenkor valódi jelenlét.** Jézus valóságosan jelen van a szentmise áldozatában. Az által adja önmagát a legnagyobb ajándékként nekünk, hogy a kenyeret és bort saját testének és vérének mondta.

**II.3.2 Miért kenyér és bor? Hogyan válik Jézus testévé és vérévé?**

Némileg groteszk felvetés, de Jézus miért nem egy exkluzívabb élelmiszert választott, amelyben jelenvalóvá lehet (pl.: kaviár)? A válasz egyszerű, pont az exkluzivitást akarta elkerülni. Nem „x” évente egyszer szeretne szívünkbe költözni, hanem akár minden nap. Ennek kifejezése a kenyér és bor, amely az akkori világ (manapság is) legalapvetőbb, legmindennapibb étele és itala volt. **Folyamatosan szeretne életünk részese lenni, hogy végtelen szeretetével táplálhasson.**

Hogyan lesz a kenyér test, a bor vér? Ez a titok, a szentség lényege, amelyet Szent Ágoston így ragad meg**: „Egyszerre jel és valóság”. A jel: a kenyér és a bor, a valóság: test és vér.** Emberi logikát meghaladó, mégis Jézus szavai szerint a hitünk alapját képező igazság ez. Az **átlényegülés**sel (transsubstantiatio) a kenyér és a bor fizikailag érzékelhető tulajdonságai „színei” nem változnak meg. Az bor és az ostya illata, íze, állaga nem változik. A lényegük viszont igen! Már nem szőlőből készített bor és lisztből sütött kenyér, hanem Jézus valóságos teste és vére, amit magunkhoz vehetünk (megehetjük). Isten így a lehető legközelebb jön mindannyiunkhoz, akik részesülni vágyunk Ő magából, ajándékaiból.[[19]](#footnote-19)

**II.3.3 Csak szentmisén!**

A kenyér és a bor átlényegülése nem akárhol, akármikor és akárki által történik. **Csak szentmise keretében a felszentelt pap által elismételt az utolsó vacsorán Jézustól elhangzott szavak által történik meg** (pl.: saját szavamra otthon ez nem fog megvalósulni).  Az Oltáriszentségben teljesen egyesülünk Jézussal, ami által egymással is szorosan eggyé válunk. Az Eucharisztia forrása egyházi közösségeinknek. Az Eucharisztia közös ünneplésével valósul meg legtökéletesebben az Egyház, amely Krisztus titokzatos teste (a szentség erejéből jön létre). A szentmise így válik egyben keresztény életünk csúcsává és forrásává egyben. Jézus áldozata (önmaga életét odaadva váltott meg minket a bűn rabságából, örök életet szerezve mindannyiunknak) teljes valójában jelenik meg e szent cselekedetben.

**A szentmisében jelenvalóvá lesz a végtelen, mégis sokszor csak egy formális eseményként éljük meg.** Minden alkalommal ugyanaz történik. Az Ige (szentírási részek felolvasása és magyarázata), az Eucharisztia ünneplése és a communio (áldozás). Ha csak a felszínre figyelünk, valóban monotonná válhat. Tény, jelen korunk pörgő mindennapjai egyre magasabbra tornásszák ingerküszöbünket. Ezért fontos, hogy a szívünkben ott legyen a vágy a mély bemerítkezésre a szentmise történésébe. Könnyű elkalandozni, ami gátjává lesz a valódi találkozásnak Istennel és keresztény testvéreinkkel. Ahogyan a tanulásban, sportban, zenében is tapasztalhatjuk, nem válunk profivá automatikusan az első alkalommal egyikben sem. **Az imádságos Istenre figyelő jelenlétet gyakorolni, tudatosan figyelni, megélni kell.** Ez által képes csak növekedni. A lelki szemeink csak így képesek egyre többet meglátni a szentmisében megjelenő isteni gazdagságból. Másképp nem megy, fontos a vágyakozó kitartás. Nem szabad engedni a kísértésnek, hogy feladjuk![[20]](#footnote-20)

**II.3.4 Hála és remény**

**Az Eucharisztia szó görög eredetű, „hálaadást” jelent.** Minden alkalommal vasárnaponként vagy akár hétköznap is hálát adni gyűlünk össze a templomban. Megköszönni mindazt a mindennapokban kapott sok jót, amivel Isten megajándékoz. A hála lelkülete formálja szívünket. Segít felismerni, hogy mennyi mindent kapunk nap mint nap. Ezt sokszor természetesnek vesszük, de korántsem az! Isten jónak teremtette a világot, amiből az is fakad, hogy az egész teremett világban az egyensúly, a rend, a jó dominál (pl.: nem zuhan össze random az univerzum). Ezt a jóságot igenis fontos felismerni, és hálával lenni. **A hála kinyitja szívünket. A jó meglátásával az öröm és a remény gyümölcsei kezdenek el növekedni a szívünkben.** Így még több jót fogunk tudni felfedezni, megélni, cselekedni. Mondhatjuk, hogy ez túl szép, az élet nem ilyen egyszerű... Vannak napok, amikor nem süt a Nap, amikor borongós az idő. Igaz, az életünkben vannak nehéz időszakok, amikor minden kilátástalannak, értelmetlennek, depresszívnek látszik. A tanítványok is Jézus kereszthalálát követően hihetetlen módon elcsüggedtek. Oda lett minden. Akiben addig hittek, nincs többé. A messiásukat megölték, akire életüket alapozták. Az a három nap kínzó lehetett. Kilátástalan, sötét, üres, fájdalommal teli, érthetetlen. **Az abszolút nagybetűs megsemmisültség húsvétvasárnap fordult át az élet teljességébe, amikor újra találkoztak feltámadt mesterükkel.** Akkor értették meg, bizonyosodtak meg mindarról, amiről korábban Jézus beszélt nekik, hogy az Emberfiának életét kell adnia, hogy megválthassa az emberiséget.

**Keresztényként már a birtokunkban van ez a bizonyosság. Jézus bebizonyította feltámadásával, hogy Isten mindenek felett áll.** Nincs az a rossz, vagy kilátástalanság, amelyet Ő ne tudna felülmúlni, hiszen valóban legyőzte a halált. Ennek tudatában képessé válunk a nehézségekben is megtalálni Istent, az Ő segítségével küzdeni. Jézus tudja, mi a szenvedés. Keresztre feszítésekor elképzelhetetlen kínokat élt meg. Ő Istenként nem felette áll az emberi szenvedésnek, hanem teljesen magára vállalva részesedett benne. Osztozik velünk, így a nehéz időkben nem csak megveregeti a vállunkat, és annyit mond: „Jól van, jól van…  Tarts ki, lesz majd jobb is.” Ő valóságosan átérzi, belép szenvedésünkbe, és mi is egyesülhetünk az övével, amikor a keresztútját járta értünk.[[21]](#footnote-21) Ebből fakadóan jelenik meg bennünk a  szenvedések közepette is a hála és a remény. Tudva és biztosan remélve mindazt, hogy ez az állapot nem állandó, nem marad mindig így. **A fájdalmainkat odaadva, Ő benne bízva, Isten képes életet fakasztani a legnagyobb kilátástalanságunkból is. Mi önmagunkban képtelenek vagyunk erre.**

**II.3.5 Az Oltáriszentség életünk forrása**

Elmondhatjuk tehát, hogy az Oltáriszentség életünk valódi forrása. Jézus személyesen mindannyiunkért adja önmagát! A testi tápláltság fontos. Ha csak hetente egyszer - kétszer ennénk, gyorsan összeomlana emberi szervezetünk. **Nem tesz jót lelkünknek sem, ha éheztetjük.** Ezért fontos, hogy ne csak hébe-hóba, hanem **rendszeresen éltessük az Élet forrásával, Jézussal.** Amikor áldozunk, nem akárki tér be szívünkbe. A legnagyobb Úr, maga az Isten. Amikor otthonunkba vendég látogat, felkészülünk méltó fogadására (takarítás, főzés stb.). A lelkünk felkészítése a Jézussal való találkozásra ugyanilyen fontos. Az elsőáldozáskor vesz lakást Jézus szívünkben. Onnantól kezdve minden szentáldozás valódi találkozás, betérés, vendégül látás. **Fontos tehát, hogy ne méltatlan körülmények (a bűn szennyei) közé kelljen érkeznie Jézusnak (ahol nincs neki valódi helye), hanem olyan „térbe”, ahol szívünk igazán Őrá várakozik, vágyakozik.** Szent Pál erre külön felhívja figyelmünket a 1Kor 11,26- 27-ben.[[22]](#footnote-22)

**Isten önmagát adja táplálékul. Ennél nagyobb ajándékot el sem képzelhetünk.** Ráadásul nem is szökőévente egyszer, hanem akár mindennap. A szentmisében nem nekünk kell erőlködni, hogy gondolatban visszaemlékezzünk arra, hogy Jézus mit tett tanítványaival, hanem Ő ér el minket Húsvétjával belépve mindennapi életünkbe. Tetteiről, csodáiról, tanításáról

hallunk, majd megjelenik az oltáron megváltásunk szent titka, az Ő keresztáldozata. Végül a szentáldozásban az Oltáriszentséget magunkhoz véve valóságosan találkozhatunk vele a kenyér és bor színe alatt. A kenyér, amely Jézus testévé lett nem átmenetileg vagy szimbolikusan válik azzá, hanem teljes egészében. Ezért az áldozás után megmaradt kenyeret (szentostyát) a tarbenákulumban őrizzük. Jézus így mindig valóságosan jelen van a templomban (örökmécs jelzi is). **A szentmise olyan, mint a közös családi asztal megterítése és a közös ünneplés. Máskor is betérhetünk Isten házába, amikor csendes találkozásra vágyunk Jézussal az Oltáriszentségben. Mint amikor egy barátunkkal csendben, boldogan, nagy dolgok nélkül töltünk együtt időt (szentségimádás).[[23]](#footnote-23)**

**II.3.6 Mi is tehetünk azért, hogy találkozásaink Jézussal mélyülhessenek?**

Az Oltáriszentség felfoghatatlan ajándék Jézustól. Ennek ellenére könnyen felszínessé, automatikussá, üressé válhat a vele való találkozás (szentmise). Hozzáállásunk, jelenlétünk könnyen megkophat. Mit tehetünk azért, hogy ne pillanatnyi kedvünk legyen az úr?

- Az első és legfontosabb annak tudatosítása, hogy **Jézus rendszeresen (minden vasárnap) vár asztala köré**. Ne mondjuk nemet meghívására. A szentmisén való figyelmes jelenlét segít összeszedetten a lényegre, vagyis Őrá figyelni. Ha elkalandoznak gondolataink, bátran térjünk vissza a jelenbe, a közös ünneplésbe.  Minden alkalommal **bátran kérjük Jézustól, hogy adja meg mindazt a kegyelmet, amire valóban szükségünk van. Hiszen Isten előbb tudja, mire van igazából szükségünk, mint mi magunk.**

- A szentmise előtt már érdemes összeszednünk, hogy **személyesen mit teszünk (lélekben) az oltárra saját áldozatunkként Isten elé (mit ajánlok fel)**. Ezek lehetnek a napi, heti örömeink, fájdalmaink, kéréseink. Isten mindenünket szívesen fogadja, és cserébe örömet, vigaszt, gyógyulást, növekedést ad.

- Akkor tudjuk valóban befogadni kegyelmeit, ha a szentmisén nem csak nézők és hallgatók vagyunk, hanem szívvel-lélekkel részt veszünk az Ő áldozatában, és mi  magunk is szentáldozáshoz járulunk.[[24]](#footnote-24) Ha régen végeztünk szentgyónást, és halálos  bűn tudatában vagyunk, akkor a bűnbánat szentsége segít újra közel kerülni Jézushoz.

- A méltó találkozáshoz elengedhetetlen a rendszeres szentgyónás, a szentmise előtti egy órás szentségi böjt megtartása.

- **A szentáldozást követően Jézust szívünkbe fogadva bátran beszélgessünk vele.** Dicsőíthetjük Őt, hálát adhatunk neki, megkérdezhetjük, Ő mit mond nekünk (többféle módón lehet: aznap elhangzott olvasmányok által, a belső csendünkben megérezve, stb.)  A lényeg, hogy valóban a vele való találkozásra figyeljünk az áldozást követően, és ne minden másra (kik áldoznak, vagy mit csinál épp x, és y, stb.).

- Érdemes törekednünk a minél rendszeresebb szentáldozásra, hetente vagy akár sűrűbben is.[[25]](#footnote-25)

- A szentmise végeztével Jézus megbízást ad, hogy az evangélium örömhírét vigyük el a világba. Küldetésünk van! **Az Eucharisztiában Jézus megerősít és késszé tesz a tanúságtételre**. Erőt ad az Ő tanításának mindennapi megvalósításához családunkban, munkahelyünkön, iskolában, környezetünkben. **Félnünk nem kell, mert Jézus valóságosan velünk van!**

**Az Eucharisztia szentsége[[26]](#footnote-26)**

**Elnevezései** Eucharisztia, szentmise(áldozat), az Úr vacsorája, kenyértörés, szentáldozat, szent liturgia, Oltáriszentség

**Előképei** a zsidó húsvéti vacsora (széder), a pusztában kapott manna, Jézus kenyérszaporítása

**Alapítása** Jézus az utolsó vacsorán a kenyér és a bor átadásával alapította meg az  Eucharisztiát

**Anyaga** a kenyér és a bor

**Szertartása** a szentmise keretében változik át a kenyér és a bor Krisztus testévé és  vérévé; szükség esetén (betegség, utazás, paphiány stb.) szentmisén kívül  is szentáldozáshoz lehet járulni

**Kiszolgáltatója** püspök és pap misézhet; rajtuk kívül áldoztathat diakónus, akolitus, és  mindenki, aki erre egyházi megbízást kapott

**Felvevője** minden megkeresztelt ember, aki már volt elsőáldozó **Feltételei** az áldozáshoz járulónak a kegyelem állapotában kell lennie (vagyis szükség esetén gyónnia kell), közösségben kell lennie a katolikus  egyházzal; lelki összeszedettség, a szentségi böjt megtartása

**Hatása** -Jézus valóságosan jelenvalóvá válik az Oltáriszentségben -megajándékoz minket Isten minden kegyelmével és áldásával

-támogat minket földi életutunkon

-már most az örök élet örömeinek előízét adja

**II.4 Összefoglalás**

**A keresztség, a bérmálás és az Oltáriszentség a bevezető vagy más néven a beavató szentségek.** Valóságosan bevezetnek a keresztény életbe. A keresztség az első és legfontosabb szentség. Ez az alapja az istenkapcsolatunknak. Istentől kapunk lehetőséget arra, hogy éljünk, hogy örök legyen az életünk. A bérmálásban Isten megerősít abban, hogy teljes életet éljünk.  Az Oltáriszentségben Krisztus táplálja a lelkünket. Eledelt ad ahhoz, hogy tudjunk haladni az élet útján.

Az őskeresztény időkben, amikor csak felnőtteket kereszteltek e három szentséget egyszerre szolgáltatták ki, húsvét vigíliáján a katekumeneknek (hittanulók). Mint korábban említettük, a felnőtt megtérők esetében ma is sokszor együttesen szolgáltatják ki. Akik keresztény családba születnek, ott a három bevezető szentség felvétele időben szétválik. Keresztséget születésünk után kapjuk meg, 9-10 év körül az elsőáldozáskor megvalósul az első találkozásunk Jézussal az Oltáriszentségben, aztán 16 éves korunkat követően a bérmálkozásra készülve, már tudatosan elköteleződünk hitünk mellett, és befogadjuk a Szentlélek ajándékait.

**Hatalmas, végtelen, felfoghatatlan, de mégis a miénk lehet! Isten mindannyiunknak oda szeretné adni önmagát!** Az első előadás elején olvasható példára visszautalva: nagy öröm lehet a legújabb Iphone 13-at megkapni, de 100 sőt 1000 ajándék Iphone is semmi a szentségekben elnyerhető kegyelmekhez képest. **Kérdés, valóban elfogadjuk-e?** Ha még nem tettük meg, eljött az ideje, hogy újraértékeljünk ezt-azt az életünkben.

**FONTOS! A szentségek kapcsán a legfontosabb az, hogy akarjunk rendszeresen élni velük. E tekintetben nem a tárgyi tudás az elsődleges cél, hanem a belőlük fakadó kegyelmi élet kialakulása a lelkünkben. Előadóként olyan szemüveggel nézzük az itt leírtakat (mind a négy előadás), hogy a hallgatóság lelkében a szentségek vételére ébredjen a vágy. A ”3T” (tudás, tapasztalat, tanúságtétel) legyen egyensúlyban. Kevesebb infó, minél több Lélek! :)**

**Az előadás kapcsán a következők bemutatása a cél:**

- a bevezető szentségek tömör ismertetése

- a szentségek által közvetített kegyelmek felismerése saját életünkben - tudatosan mit tehetünk azért, hogy e szentségek ereje megmutatkozhasson mindennapjainkban

- +1: a szentségi életre való lelkesítés személyes példákon keresztül

(További hasznos infók: Youcat 194-223. pontok)

**II.5 Kiscsoportos feldolgozási szempontok:**

**Amire érdemes személyesen és csoportban is reflektálni:**

- Milyen emlékeim vannak a keresztelésemről, elsőáldozásomról, bérmálkozásomról? - Mit jelent számomra keresztségem?

- Van-e keresztgyermekem? Hogyan tudom őt és a szüleit segíteni?

- Mikor volt olyan, amikor valóban jelen tudtam lenni a szentmisén és meg tudtam élni a találkozást Jézussal az Eucharisztiában! Mi segített ebben?

- Mikor éreztem magam a legjobban és legrosszabbul szentmisén?  - Mi tud befolyásolni abban, hogy részt veszek-e szentmisén?

- Ha már bérmálkoztam, mit jelentett számomra? Most hogyan gondolok rá? - Kérem a Szentlélektől, hogy folyamatosan működjön az életemben? Érzékelem ajándékainak bontakozását bennem?

- Milyen karizmákat kaphattam a Lélektől? Tudom-e őket használni a keresztény közösségem építésére?

1. (Böjte, 2010, old.: 22)  [↑](#footnote-ref-1)
2. (Lejtényi, Pavelczak-Major, & Dr. Török, 2019, old.: 113 [↑](#footnote-ref-2)
3. (Martini, 1995, old.: 12) [↑](#footnote-ref-3)
4. „Azokban a napokban történt, hogy eljött Jézus a galileai Názáretből, és megkereszteltette magát Jánossal a Jordánban. Amikor feljött a vízből, látta, hogy megnyílik az ég, és a Lélek galamb alakjában leszáll rá. Szózat is hallatszott az égből: „Te vagy az én szeretett Fiam, benned telik kedvem.”” Mk 1,9-11 [↑](#footnote-ref-4)
5. „Menjetek tehát, tegyétek tanítványommá mind a népeket! Kereszteljétek meg őket az Atya és a Fiú és a Szentlélek nevére” Mt 28,19 [↑](#footnote-ref-5)
6. (Böjte, 2010, old.: 40)  [↑](#footnote-ref-6)
7. (Martini, 1995, old.: 9-11 [↑](#footnote-ref-7)
8. (Lejtényi, Pavelczak-Major, & Dr. Török, 2019, old.: 116) [↑](#footnote-ref-8)
9. (Találkozás a kereszténységgel, dátum nélk.) [↑](#footnote-ref-9)
10. (Lejtényi, Pavelczak-Major, & Dr. Török, 2019, old.: 118) [↑](#footnote-ref-10)
11. „A Lélek megnyilvánulásait mindenki azért kapja, hogy használjon vele. Az egyik ugyanis a bölcsesség ajándékát kapja a Lélektől, a másik a tudás adományát ugyanattól a Lélektől, a harmadik a hitet kapja ugyanabban a  Lélekben vagy pedig a gyógyítás adományát szintén ugyanabban a Lélekben. Van, aki csodatevő hatalmat kap, van, akinek a prófétálásnak vagy a szellemek elbírálásának képessége jut osztályrészül. Más különféle nyelveket vagy pedig a nyelvek értelmezését nyeri el ajándékul. Mindezt azonban egy és ugyanaz a Lélek műveli, tetszése szerint osztva kinek-kinek.” 1Kor 12,7-11  [↑](#footnote-ref-11)
12. (Schwarz, 2017, old.: 54)  [↑](#footnote-ref-12)
13. (Schwarz, 2017)  [↑](#footnote-ref-13)
14. A Lélek adományainak mélyebb tanulmányozására ajánlom: Christian A. Schwarz: A Lélek ajándékainak 3 színe c. könyvet.   [↑](#footnote-ref-14)
15. (Schwarz, 2017, old.: 89) [↑](#footnote-ref-15)
16. (Martini, 1995, old.: 18) [↑](#footnote-ref-16)
17. (Lejtényi, Pavelczak-Major, & Dr. Török, 2019, old.: 120)  [↑](#footnote-ref-17)
18. (Lejtényi, Pavelczak-Major, & Dr. Török, 2019, old.: 121) [↑](#footnote-ref-18)
19. (Lejtényi, Pavelczak-Major, & Dr. Török, 2019, old.: 122-123) [↑](#footnote-ref-19)
20. A videó segíthet megérteni, milyen nagy esemény is a szentmise. Amit a szemünkkel látunk, az csak a felszín.  Youtube: The Veil Removed – Film, link: https://www.youtube.com/watch?v=OOLZDaTgIaM [↑](#footnote-ref-20)
21. A Zsidókhoz írt levél így ír Jézusról: „Főpapunk ugyanis nem olyan, hogy ne tudna együtt érezni gyöngeségeinkkel, hanem olyan, aki hozzánk hasonlóan mindenben kísértést szenvedett, a bűntől azonban mentes maradt.” Zsid 4,15 [↑](#footnote-ref-21)
22. „Valahányszor ugyanis e kenyeret eszitek, és e kehelyből isztok, az Úr halálát hirdetitek, amíg el nem jön. Ezért aki méltatlanul eszi a kenyeret vagy issza az Úr kelyhét, az Úr teste és vére ellen vét.” 1Kor 11,26-27 [↑](#footnote-ref-22)
23. (Lejtényi, Pavelczak-Major, & Dr. Török, 2019, old.: 123) [↑](#footnote-ref-23)
24. (Dr. Rédly, Őrfi, & Pusztai, 2016, old.: 143)  [↑](#footnote-ref-24)
25. A saját példámon keresztül merem ajánlani. Amióta naponta fogadhatom így Jézust, érzem, hogy sokkal könnyebb a mindennapokban is megmaradni az Ő közelségében. A vele való kapcsolatom sokkal intenzívebben mélyül így, fejlődik imaéletem. Minőségileg sokkal jobbá vált az életem, önmagammal és másokkal a kapcsolatom. (szerző)  [↑](#footnote-ref-25)
26. (Lejtényi, Pavelczak-Major, & Dr. Török, 2019, old.: 124) [↑](#footnote-ref-26)