

UNITÁRIUS KALENDÁRIUM
2021

Unitárius kalendárium 2021



Kiadja a Magyar Unitárius Egyház
Kolozsvár
2020

Megjelent
a Bethlen Gábor Alap
támogatásával



A fedőlapon a kökösi templom.

Kiadja a Magyar Unitárius Egyház

Szerkesztette: dr. Andorkó Júlia Eszter

Havi fényképek: Czire Alpár

Grafikák: id. Bancsi-Rigó István

Jelentős évfordulók: dr. Kovács Sándor

A Magyar Unitárius Egyház egyházkormányzati névjegyzéke:

Szabó László, Bíró Sára Gyöngyvér

Rejtvények: Forrai Tibor

A *Létélesztő* c. sorozat Rácz Norbert Zsolt lelkész imáit tartalmazza,
amelyek a *Szabadság* c. napilapban 2020 március–júniusában,
a világjárvány miatt bevezetett első karantén alatt jelentek meg.

A *Ne hanyagoljuk el! Testünk 12 jelzése* c. sorozat darabjait
Andorkó Orsolya M. belgyógyász főorvos írta.

Műszaki szerkesztő: Virág Péter

Szövegkorrekció: Dénes Gabriella

Borítóterv: Idea Plus

Nyomdai munkák: Idea nyomda és kiadóvállalat, Kolozsvár

ISSN 2285 – 987X

ISSN-L 2285 – 987X

ELŐSZÓ A 2021. ÉVI KALENDÁRIUMHOZ

Bálint Benczédi Ferenc
püspök

1. **péntek • újév**, Fruzsina
2. **szombat • Ábel, Ákos**.....
3. **vasárnap • Benjámin**.....

4. **hétfő • Titusz**.....
5. **kedd • Árpád, Simon**
6. **szerda • Gáspár, Menyhért, Boldizsár** ●
7. **csütörtök • Artúr, Attila**
8. **péntek • Gyöngyvér, Virág**.....
9. **szombat • Etele, Marcell**.....
10. **vasárnap • Melánia, Vilmos**

11. **hétfő • Ágota, Barna**.....
12. **kedd • Erna, Ernő**.....
13. **szerda • a vallásszabadság ünnepe**, Csongor, Veronika ●
14. **csütörtök • Bódog, Edömér, Félix**
15. **péntek • Aurél, Loránd**
16. **szombat • Dániel, Gusztáv**
17. **vasárnap • Antal, Antónia**.....

18. **hétfő • Piroska**
19. **kedd • Sarolta, Sára**
20. **szerda • Sebestyén, Tímea** ◐
21. **csütörtök • Ágnes**.....
22. **péntek • Alfonz, Vince**.....
23. **szombat • Zelma**.....
24. **vasárnap • Erik, Erika, Hanga, Xénia**

25. **hétfő • Henrik, Pál**.....
26. **kedd • Aba, Paula, Vanda**
27. **szerda • Angéla**
28. **csütörtök • Karola, Károly** ○
29. **péntek • Adél, Eta**.....
30. **szombat • Gellért, Gerda, Noémi**.....
31. **vasárnap • Lujza, Marcella**

1782. január 1-jén Kolozsváron halt meg **Gejza József** lelkész, tanár, énekszerző, író. Nyomtatásban megjelent temetési beszédei, halotti versei nem mindennapi tehetségéről tesznek bizonyosságot. (1742-ben született Homoródalmáson.)

1883. január 2-án Bencédben született **Bencédi Pál** lelkész, teológiai tanár, író. (1966. június 9-én halt meg Kolozsváron.)

1601. január 3-án halt meg **Várfalvi Kósa János**, egyházunk negyedik püspöke. (Várfalván született.)

1720. január 4-én szülővárosában halt meg **Kolozsvári Dimjén Pál** iskolaigazgató, hittudós, orvos. (1655-ben született Kolozsváron.)

1946. január 7-én halt meg **Józan Miklós** író, műfordító, egyházunk 26. püspöke. (1869. december 6-án született Tordatúron.)

1636. január 13-án Kolozsváron halt meg **Thordai János** költő, az 1632-ben megjelent unitárius énekeskönyv szerkesztője. (1597-ben [?] született Tordán.)

1886. január 13-án Mészkön született **Gálffy Zsigmond** műfordító, igazgatótanár. (1958. december 26-án halt meg Kolozsváron.)

1885. január 15-én Torockón halt meg **Koronka Antal** unitárius lelkész, író. (1806-ban született Kövenden.)

1889. január 18-án Gyulafehérváron született **dr. Mikó Lőrinczné Zsakó Aranka**, az Unitárius Nőszövetség egykori elnöke. (Kolozsváron halt meg 1968. május 19-én.)

1902. január 18-án Marosvásárhelyen született **Szent-Iványi Sándor** lelkész, író, politikus, a Kolozsvári Teológiai Akadémia tanára, a Polgári Demokrata Párt alapító tagja. (1983. október 16-án halt meg az A. E. Á.-ban, Lancasterben.)

1786. január 21-én halt meg **Agh István** író, természettudós, egyházunk 17. püspöke. (1709-ben született Sepsiszentkirályon.)

1721. január 21-én halt meg **Bíró Sámuel**, egyházunk első főgondnoka. (1665-ben született Homoródszentmártonban.)

1778. január 22-én Bágyonban halt meg **Uzoni Fosztó István** lelkész, egyháztörténet-író. (1729-ben született.)

1899. január 22-én Székelyudvarhelyen született **Dobai István** lelkész, költő, a Tizenegyek egyik szerkesztője. (Meghalt 1938. szeptember 4-én Vargason.)

1. hétfő • Ignác, Kincső.....
2. kedd • Apor, Karolina.....
3. szerda • Balázs, Oszkár.....
4. csütörtök • Ráhel, Andrea, Csenge, Csengele ♣
5. péntek • Ágota, Ibla, Ingrid
6. szombat • Dorottya, Dóra.....
- 7. vasárnap** • Amanda, Tódor

8. hétfő • Aranka, Salamon
9. kedd • Abigél.....
10. szerda • Elvira, Gabriella
11. csütörtök • Elek, Dezső ●
12. péntek • Lilla, Lídia, Livia
13. szombat • Ella, Linda
- 14. vasárnap** • Bálint

15. hétfő • Kolos.....
- 16. kedd • húshagyókedd**, Julianna, Samu
17. szerda • Donát, Emőd.....
18. csütörtök • Bernadett, Ellák, Konrád, Zenkő
19. péntek • Ozsvát, Zsuzsanna ♣
20. szombat • Aladár, Álmos.....
- 21. vasárnap • húsvét előtti 6. vasárnap**, Eleonóra, Nóra

22. hétfő • Gerzson.....
23. kedd • Alfréd, Tas.....
24. szerda • Jázmin, Mátyás.....
25. csütörtök • Géza, Vanda
26. péntek • Edina, Izabella.....
27. szombat • Ákos, Gábor ○
- 28. vasárnap • húsvét előtti 5. vasárnap**, Elemér

1829. február 3-án Lengyelfalván született br. **Orbán Balázs** író, néprajzgyűjtő, történész, alapítványtevő. (1890. április 19-én halt meg Budapesten.)

1842. február 3-án halt meg Kolozsváron **Bölöni Farkas Sándor** útirajz- és naplóíró. (1795. január 15-én született Bölönben.)

1879. február 8-án Nyárádszentmártonban született **Pozsonyi Szentmártoni Kálmán** igazgató-tanár, népmesegyűjtő. (Kolozsváron halt meg 1968. július 11-én.)

1802. február 13-án Kolozsvárt halt meg **Pákei József**, a Kolozsvári Unitárius Kollégium tudós igazgatója, az egyház főjegyzője. (1759. november 10-én született Kolozsváron.)

1820. február 13-án Szentgericén született **Jakab Elek** történettudós, Kolozsvár történetírója, Dávid Ferenc egyházalapító püspökünk első monográfusa. (1897. július 22-én halt meg Budapesten, a Kerepesi temetőben pihent. 1900-ban exhumálták, és december 24-én a kolozsvári Házsongárdban temették el a város által adományozott, főút menti díszhelyre. Síremlékét 1901. szeptember 21-én avatták fel.)

1882. február 13-án Homoródjánosfalván született **Kiss Sándor** lelkész, író, fordító. (Kolozsváron halt meg 1973. december 3-án.)

1903. február 13-án Korondon született **Simén Dániel** lelkész, teológiai tanár, író. (1969. február 25-én halt meg Kolozsváron.)

1928. február 19-én halt meg **Ferencz József** lelkész, tanár, író, műfordító, egyházunk 23. püspöke. (1845. augusztus 9-én született Alparéten.)

1. hétfő • Albin, Levente
2. kedd • Lujza, Magor
3. szerda • Kornél, Kornélia
4. csütörtök • Adrienn, Kázmér
5. péntek • Adorján, Olivér
6. szombat • Frigyes ▴
- 7. vasárnap • húsvét előtti 4. vasárnap**, Tamás.....

8. hétfő • Zoltán
9. kedd • Fanni, Franciska, Gerő
10. szerda • Ildikó, Melissza
11. csütörtök • Kadosa, Szilárd
12. péntek • Gergely, Ince
13. szombat • Ida, Krisztián, Krisztina ●
- 14. vasárnap • húsvét előtti 3. vasárnap**, Matild, Pólka

- 15. hétfő • Kristóf, Lukrécia**.....
16. kedd • Henriett, Henrik, Zádor
17. szerda • Gertrúd
18. csütörtök • Sándor.....
19. péntek • József.....
20. szombat • Hubert, Klaudia, Mór
- 21. vasárnap • húsvét előtti 2. vasárnap**, Bence, Benedek, Benett ▴

22. hétfő • Beáta, Kevend, Lea
23. kedd • Emőke, Botond, Emese
24. szerda • Gábor, Karin.....
25. csütörtök • Mária.....
26. péntek • Emánuel
27. szombat • Alpár, Hajnalka.....
- 28. vasárnap • virágvasárnap**, Gedeon, Johanna, Koppány ○

29. hétfő • Jónás
30. kedd • Hunor, Magor, Zalán
31. szerda • Árpád

1853. március 1-jén Kolozsváron született **Pákei Lajos** építész-mérnök, Kolozsvár főépítésze. (1921. március 22-én halt meg Kolozsváron.)

1604. március 4-én Luslawicében halt meg **Socinus Faustus**, a lengyel anti-trinitarizmus legnagyobb teológusa. (1539. december 5-én született Sienában.)

1661. március 7-én halt meg **Beke Dániel**, egyházunk nyolcadik püspöke.

1819. március 8-án Szentivánlaborfalván született **Berde Áron** természettudós, lapszerkesztő, a kolozsvári Ferenc József Tudományegyetem rektora. (1892. június 25-én halt meg Kolozsváron.)

1913. március 9-én Bözödön született **Bözödi (Jakab) György** író, szociográfus, történész. (1989. november 25-én halt meg Budakeszin.)

1792. március 11-én halt meg **Suki László**. Végrendeletében minden vagyonát az unitárius egyházra hagyta. (1741-ben született.)

1571. március 14-én Gyulafehérváron halt meg **János Zsigmond**, Erdély első unitárius fejedelme. (1540. július 7-én született Budán.)

1888. március 14-én Homoródalmáson született **Zoltán Sándor** lelkész, író. (1979. június 24-én halt meg Budapesten.)

1882. március 20-án Fiafalván született **Kovács Lajos** lelkész, író, szerkesztő, fordító, Kovács Lajos püspök édesapja. (1942. október 20-án halt meg Brassóban.)

1724. március 23-án halt meg **Almási Gergely Mihály**, egyházunk 14. püspöke. (Homoródalmáson született 1654. január 11-én.)

1911. március 27-én Bánffyhunyadon született **Mikó Imre** jogász, műfordító, író, politikus, egyházunk főgondnoka. (Kolozsváron halt meg 1977. március 21-én.)

1888. március 28-án Nagymedésén született **Kiss Elek** teológiai tanár, író, lapszerkesztő, egyházunk 27. püspöke. (Kolozsváron halt meg 1971. december 7-én.)

1908. március 28-án Brassóban született **Szabó Sámuel** közíró, az egykori *Dávid Ferenc Ifjúsági Egylet* titkára, a Kévekötés szerkesztője. (Brassóban halt meg 1993. szeptember 19-én.)

1839. március 29-én Felsőbencéden született **Benczédi Gergely**, a Kolozsvári Unitárius Kollégium igazgató-tanára, író. (Kolozsváron halt meg 1906. december 13-án.)

1758. március 30-án halt meg **Szentábrahádi Lombárd Mihály**, az unitáriusok „szeme, szíve, szája”, egyházunk 16. püspöke. (1683-ban született Városlalván.)

1. csütörtök • Hugó, Szörény
2. **péntek • nagypéntek**, Áron.....
3. szombat • Keresztély, Richárd
4. **vasárnap • húsvét 1. napja**, Ambrus, Csaba ▮

5. **hétfő • húsvét 2. napja**, Kocsárd, Vince
6. **kedd • húsvét 3. napja**, Báborka, Edna, Édua
7. szerda • Orsolya.....
8. csütörtök • Dénes, Zselyke.....
9. péntek • Dömötör, Géza.....
10. szombat • Ezékiel, Zsolt.....
11. **vasárnap • Klotild, Leó**

12. hétfő • Gyula ●
13. kedd • Ida, Hermina
14. szerda • Tibor, Gusztáv
15. csütörtök • Tas
16. péntek • Bánk.....
17. szombat • Rudolf
18. **vasárnap • Ilma, Andrea**.....

19. hétfő • Emma
20. kedd • Tivadar, Töhötöm ◀
21. szerda • Zsombor
22. csütörtök • Noé, Noémi, Csilla
23. péntek • Béla
24. szombat • György, Györgyi
25. **vasárnap • Ajnácska, Márk**.....

26. hétfő • Boglárka, Ervin
27. kedd • Gyöngyi, Zita ○
28. szerda • Valéria
29. csütörtök • Tihamér
30. péntek • Kitti

1781. április 8-án halt meg **Fejérvári Sámuel** nyelvtudós, lelkész, tanár. (1721-ben [?] született.)

1792. április 9-én Székelyszentmihályon született **Nagyernyei Kelemen Benő**, az erdélyi modern mezőgazdaság úttörője, a zsibói Wesselényi-uradalom gazdasajtje, alapítványtevő. (Szucságon halt meg 1885. június 3-án.)

1684. április 16-án halt meg **Nagysolymosi Koncz Boldizsár**, egyházunk tizedik püspöke. (1624-ben született Nagysolymoson.)

1959. április 18-án halt meg **Szabédi (Székely) László** költő, író, újságíró, egyetemi tanár. (1907. május 7-án született Sáromberkén.)

1808. április 18-án Loughbourban született **John Paget** orvos, író, egyházunk lelkes támogatója, a kolozsvári *Angol Olvasókör* alapítója. (Meghalt Aranyosgyéresen 1892. április 10-én.)

1855. április 19-én Tordátfalván született **Boros György** teológiai tanár, író, egyházunk 24. püspöke. (1941. január 26-án halt meg Kolozsváron.)

1861. április 20-án Nagyajtán született **Nyiredy Géza** természettudós, a Kolozsvári Unitárius Kollégium természetrajz- és kémiatanára, a természetrajzi és vegytani laboratórium szorgalmas gyarapítója. (1914. június 17-én halt meg Kolozsváron.)

1874. április 20-án Tarcsafalván született **Ürmösi Károly** lelkész-esperes, író. (Kolozsváron halt meg 1953. február 6-án.)

1903. április 22-én Kolozsváron halt meg **Mózes András** lelkész, író, tanár. (1837. augusztus 3-án született Ürmösön.)

1868. április 23-án Firtosmartonosban született **Vári Albert** lelkész, teológiai tanár, író, az *Unitárius Irodalmi Társaság* elnöke. (Kolozsváron halt meg 1953. szeptember 22-én.)

1648. április 25-én Kolozsváron halt meg **Dálnoki Nagy Mihály** lelkész, a kolozsvári unitárius iskola igazgatója. (1612-ben [?] született Dálnokon.)

1913. április 28-án Kézdivásárhelyen született **Erdő János**, egyházunk 29. püspöke. (1996. július 27-én halt meg Kolozsváron.)

1737. április 30-án halt meg **Várfalvi Pálfi Zsigmond**, egyházunk 14. püspöke. Halála napján kelt végrendeletében külföldi peregrinációja során vásárolt könyveit a Kolozsvári Unitárius Kollégiumra hagyta. (1672 körül született.)

1. szombat • Fülöp, Jakab
- 2. vasárnap • Zsigmond**.....

3. hétfő • Irma, Tia, Tímea **♣**.....
4. kedd • Flórián, Mónika
5. szerda • Kocsárd
6. csütörtök • Eliz, Evetke, Frida, Tamara
7. péntek • Dalma, Gizella.....
8. szombat • Győző
- 9. vasárnap • Beáta, Gergely**.....

10. hétfő • Antónia, Jób, Míra
11. kedd • Albert **●**
12. szerda • Pongrác
- 13. csütörtök • áldozócsütörtök**, Imelda, Imola, Szervác
14. péntek • Bonifác, Julianna.....
15. szombat • Izsák, Zsófia
- 16. vasárnap • Botond, Mózes**.....

17. hétfő • Andor, Ede.....
18. kedd • Erika, Erik, Hanga, Szandra
19. szerda • Buda, Sára, Zoárd **♣**
20. csütörtök • Bernát, Hanna, Réka.....
21. péntek • Konstantin, Szilárd
22. szombat • Júlia, Renáta, Rita.....
- 23. vasárnap • pünkösöd 1. napja**, Dezső, Vilmos

- 24. hétfő • pünkösöd 2. napja**, Eszter
- 25. kedd • pünkösöd 3. napja**, Orbán.....
26. szerda • Aladár, Evelin **○**
27. csütörtök • Ágoston, Nándor.....
28. péntek • Emil, Csanád
29. szombat • Magdolna
- 30. vasárnap • Janka, Johanna, Zsanett**.....

31. hétfő • Angyalka, Marietta, Matild

1834. május 1-jén Hosszúaszóban született **Buzogány Áron** lelkész, kormánytanácsos. (Megg halt Budapesten 1888. február 25-én.)

1610. május 5-én született Memelben (Litvánia) **Valentin Baumgart**, a kolozsvári szász unitáriusok nagyhírű papja. (1672. január 13-án halt meg Kolozsváron.)

1907. május 7-én született Sáromberkén **Szabédi (Székely) László** költő, író, újságíró, egyetemi tanár. (Az állambiztonsági szervek zaklatása miatt 1959. április 18-án vonat elé vetette magát Kolozsváron.)

1689. május 12-én halt meg **Szentiványi Márkos Dániel**, egyházunk 11. püspöke. (1637-ben született Sepsiszentivánban.)

1829. május 14-én Kolozsváron halt meg **Sylvester György**, a Kolozsvári Unitárius Kollégium tanára. (1786-ban született Tarcsafalván.)

1925. május 15-én halt meg Kolozsváron **Péterfi Dénes** lelkész, író, műfordító. (1851. augusztus 30-án született Középpajtán.)

1871. május 20-án Bölönben született **Tóth György** jogász, szakíró. (1942. február 19-én halt meg Budapesten.)

1937. május 22-én Tordán halt meg **Balázs Ferenc** lelkész, író. (Kolozsváron született 1901. október 24-én.)

1859. május 25-én Tordán született **Kanyaró Ferenc** irodalom- és egyháztörténész, a Kolozsvári Unitárius Kollégium tanára. (Tordán halt meg 1910. március 21-én.)

1913. május 26-án Temesváron halt meg **Szentkatolnai Bálint Gábor** egyetemi tanár, nyelvész, utazó. (1844. március 13-án született Szentkatolnán.)

1892. május 29-én Marosvásárhelyen született **Tóth István** festőművész, a Kolozsvári Unitárius Kollégium rajztanára. (1964. május 21-én halt meg Kolozsváron.)

1813. május 30-án Nyárádgálfalván született **Szentiváni Mihály** költő, író, politikus, szerkesztő. (Kolozsváron halt meg 1842. december 10-én.)

1. kedd • Álmos, Edvárd, Tünde.....
2. szerda • Anita ▴
3. csütörtök • Klotild.....
4. péntek • Bulcsú, Ildikó
5. szombat • Angéla, Ferdinánd
- 6. vasárnap** • Délia, Norbert.....

7. hétfő • Róbert
8. kedd • Medárd
9. szerda • Annabella, Félix.....
10. csütörtök • Margit ●
11. péntek • Barna, Barnabás
12. szombat • Villó
- 13. vasárnap** • Anett, Antal, Tóbiás

14. hétfő • Alpár, Vazul
15. kedd • Izolda, Jolán, Zója, Vid.....
16. szerda • Juszтина.....
17. csütörtök • Laura
18. péntek • Arnold, Márkus ◀
19. szombat • Gyárfás.....
- 20. vasárnap** • Illés, Keve, Szilamér

21. hétfő • Alajos.....
22. kedd • Paulina, Krisztina.....
23. szerda • Zoltán, Szidónia.....
24. csütörtök • Avar, Iván, Kupán ○
25. péntek • Vilmos
26. szombat • János, Pál
- 27. vasárnap** • László.....

28. hétfő • Irén, Iringó, Leó
29. kedd • Péter, Pál.....
30. szerda • Tihamér

1661. június 2-án halt meg **Járai János**, egyházunk kilencedik püspöke.
1878. június 4-én Tarcsafalván született **Márkos Albert** tanár, tankönyvíró, műfordító. (Székelykeresztúron halt meg 1949. november 17-én.)
1863. június 11-én Tordátfalván született **Boros Sándor**, a Kolozsvári Unitárius Kollégium igazgatója. (1900. június 28-án halt meg Kolozsváron.)
1704. június 14-én halt meg **Kmita Andrásné Wilhelm Krisztina**, egyházunk jótevője. (1656-ban született.)
1797. június 15-én Torockószentgyörgyön született **Brassai Sámuel**, az utolsó erdélyi polihisztor. (Kolozsváron halt meg 1897. június 24-én.)
1914. június 17-én halt meg **Nyiredy Géza**, a Kolozsvári Unitárius Kollégium természetrajz- és kémiatanára. (1861. április 20-án született.)
1998. június 17-én Nagyváradon halt meg **László Gyula** régész, őstörténész, művészettörténész, képzőművész, egyetemi tanár. (1910. március 14-én született Köhalomban.)
1890. június 24-én Bágyonban halt meg **Kovács Dénes** lelkész, alapítványtevő. (Kövenden született 1830-ban.)
1879. június 25-én Szentábrahámon született **Fekete Lajos** lelkész, író, költő. (Brassóban halt meg 1945. április 23-án.)
1772. június 27-én Torockószentgyörgyön halt meg **Kénosi Tőzsér János**, a tordai iskola igazgatója, lelkész, egyháztörténet-író. (1708-ban született Kénosban.)
1811. június 28-án Nagyajtán született **Kriza János** író, költő, népköltési gyűjtő, egyházunk 22. püspöke. (1875. március 26-án halt meg Kolozsváron.)

1. csütörtök • Előd, Tibold
2. péntek • Ottó ▴
3. szombat • Kornél, Soma
- 4. vasárnap** • Berta, Bíborka, Rajmund
5. hétfő • Emese, Sarolta
6. kedd • Csaba, Ézsaiás
7. szerda • Donát, Evódia
8. csütörtök • Liza, Teréz
9. péntek • Ruth, Vera
10. szombat • Amália ●
- 11. vasárnap** • Lilla, Lili, Nella, Nóra
12. hétfő • Dalma, Izabella, Uzonka
13. kedd • Jenő
14. szerda • Örs, Ulrik
15. csütörtök • Henrik, Örkény, Roland
16. péntek • Enikő, Kármén
17. szombat • Endre, Elek, Lotti ◀
- 18. vasárnap** • Frigyes, Cecília
19. hétfő • Alfréd, Emília, Emike
20. kedd • Illés
21. szerda • Dániel, Léna
22. csütörtök • Mária, Magdolna
23. péntek • Lenke
24. szombat • Kincső, Kinga ○
- 25. vasárnap** • Jakab, Kristóf
26. hétfő • Anna, Anita, Panna
27. kedd • Olga
28. szerda • Ince, Szabolcs
29. csütörtök • Flóra, Márta
30. péntek • Judit, Jutta, Xénia
31. szombat • Heléna, Oszkár ▴

1592. július 6-án halt meg **Hunyadi Demeter**, egyházunk második püspöke.

1828. július 6-án Nyárádgálfalván született **Nagy Lajos** lelkész, tanár, egyházi főjegyző, a *Keresztény Magvető* egyik alapítója. (1910. május 19-én halt meg Kolozsváron.)

1869. július 16-án Kolozsváron született **Váradi Aurél** ügyvéd, hírlapíró, az Unitárius Teológiai Akadémia és a Kollégium felügyelő gondnoka. (1931. május 9-én halt meg Kolozsváron.)

1603. július 17-én a Brassó melletti csatában esett el **Székely Mózes**, Erdély második unitárius fejedelme. (1553-ban született Székelyudvarhelyen.)

1819. július 17-én Tordán született **Kőváry László**, Erdély történetírója. (1907. szeptember 25-én halt meg Kolozsváron.)

1866. július 20-án Felsőrákoson született **Ferenczy Géza** ügyvéd, lapszerkesztő, egyházunk főgondnoka. (Ürmösön halt meg 1935. március 11-én.)

1836. július 30-án Tarcsafalván született **Simén Domokos** teológiai tanár, író, műfordító. (1878. szeptember 9-én halt meg Kiskadácsban.)

1. **vasárnap** • Boglárka, Péter, Reményke
2. hétfő • Hajnal, Lehel
3. kedd • Hermina, Kira
4. szerda • Domokos, Kriszta.....
5. csütörtök • Zita.....
6. péntek • Berta
7. szombat • Ibolya.....
8. **vasárnap** • Gusztáv, László ●
9. hétfő • Emőd.....
10. kedd • Blanka, Lóránt, Lőrinc.....
11. szerda • Tibor, Zsuzsa.....
12. csütörtök • Klára, Sugárka.....
13. péntek • Csongor, Gertrúd.....
14. szombat • Marcell, Özséb.....
15. **vasárnap** Mária ◐
16. hétfő • Ábrahám, Aba
17. kedd • Jácint, Anasztáz
18. szerda • Ilona, Lenke.....
19. csütörtök • Huba
20. **péntek** • István
21. szombat • Sámuel
22. **vasárnap** • Menyhért ○
23. hétfő • Farkas, Szidónia
24. kedd • Bertalan, Delinke
25. szerda • Lajos
26. csütörtök • Endre, Mónika, Rita.....
27. péntek • Ellák, Gáspár
28. szombat • Ágoston, Mózes.....
29. **vasárnap** • Beatrix, Erna, Szabrina.....
30. hétfő • Rózsa, Róza ◑
31. kedd • Bella, Erika, Nimród.....

1691. augusztus 1-jén halt meg **Andreas Lachovius**, a kolozsvári lengyel unitárius menekültek papja. (A lengyelországi Mękarzowban született 1627-ben.)

1880. augusztus 4-én Benczéken született **Gyallay Pap Domokos** író, újságíró, szerkesztő, a Kolozsvári Unitárius Kollégium tanára. (Budapesten halt meg 1970. április 11-én.)

1915. augusztus 5-én Magyaroszváton született **Bodor András** történész, egyetemi tanár, a Kolozsvári Unitárius Kollégium államosítást megelőző utolsó igazgatója. (Kolozsváron halt meg 1999. október 4-én.)

1901. augusztus 7-én Alsójárán született **Ferenczi Sándor** természettudományi szakíró, a Kolozsvári Unitárius Kollégium tanára. (Sopronban halt meg 1945. március 29-én.)

1846. augusztus 8-án Fiafalván született **Kovács János** igazgató, tanár, utazó, a kolozsvári *Angol Társalgó Kör* alapítója és első elnöke. (1905-ben halt meg Kolozsváron.)

1574. augusztus 8-án halt meg **Johannes Sommer** humanista költő, a kolozsvári iskola tudós igazgatója. (A németországi Pirnában született 1542-ben.)

1862. augusztus 11-én Kolozsváron halt meg **Székely Mózes** püspökhelyettes, tanár, tankönyvíró. (1805-ben született.)

1836. augusztus 16-án Kolozsváron halt meg **Molnos Dávid** teológiai tanár. (Nagyajtán született 1778-ban.)

1882. augusztus 17-én Gyulafehérváron született **Zsakó István** elmeorvos, orvosi szakíró, az *Unitárius Irodalmi Társaság* alapító tagja. (Budapesten halt meg 1966. február 6-án.)

1632. augusztus 18-án halt meg **Radecki Bálint**, egyházunk hatodik püspöke. (A lengyelországi Danzigban született 1550 körül.)

1885. augusztus 20-án Küküllődombón született **Ütő Lajos** lelkész, író, lapszerkesztő. (Székelykeresztúron halt meg 1977. július 1-jén.)

1778. augusztus 21-én Abrudbányán született **Gedő József** irodalompártoló, alapítványtevő. (Kolozsváron halt meg 1855. augusztus 29-én.)

1786. augusztus 26-án Tordán született **Székely Miklós**, egyházunk 20. püspöke. (Kolozsváron halt meg 1843. október 9-én.)

1. szerda • Egyed, Egon.....
2. csütörtök • Rebeka, Dorina.....
3. péntek • Annamária, Hilda.....
4. szombat • Rozália.....
- 5. vasárnap** • Lőrinc, Szende.....

6. hétfő • Csanád, Zakariás
7. kedd • Ivor, Rege, Regina ●
8. szerda • Mária, Adrienn
9. csütörtök • Ádám
10. péntek • Hunor, Nikoletta
11. szombat • Regő, Teodóra, Zsolna.....
- 12. vasárnap** • Ibolya

13. hétfő • Ludovika ◀.....
14. kedd • Szeréna, Szerénke.....
15. szerda • Enikő, Debóra, Tünde.....
16. csütörtök • Edit.....
17. péntek • Gyula, Zsófia.....
18. szombat • Diána
- 19. vasárnap** • Vilma

20. hétfő • Frida
21. kedd • Ilka, Máté, Vadony ○
22. szerda • Ottó, Móric.....
23. csütörtök • Polixéna, Tekla.....
24. péntek • Gellért, Mercédesz
25. szombat • Adorján, Kende
- 26. vasárnap** • őszi hálaadás, Jusztina

27. hétfő • Albert
28. kedd • Vencel
29. szerda • Mihály ▶.....
30. csütörtök • Jeromos, Őrs

1797. szeptember 13-án született Székelykálban **Aranyosrákosi Székely Sándor** író, költő, egyházunk 21. püspöke. (Marosszentkirályon halt meg 1854. január 27-én.)

1763. szeptember 14-én Kissároson született **Körmöczy János**, egyházunk 19. püspöke. (Kolozsváron halt meg 1836. december 13-án.)

1559. szeptember 15-én Gyulafehérváron halt meg **Izabella királyné**, János Zsigmond édesanyja. (Krakkóban született 1519. január 18-án.)

1912. szeptember 16-án Tarcsafalván született **Benczédi Sándor** szobrászművész. (Kolozsváron halt meg 1998. január 1-jén.)

1856. szeptember 22-én halt meg Gagyban **Abrudbányai Szabó Sámuel**, a Székelykeresztúri Unitárius Gimnázium igazgató-tanára. (1756-ban született Abrudbányán.)

1893. szeptember 22-én Budapesten halt meg **Berde Mózsza**, az unitárius alapítványtevők fejedelme. (1815-ben született Laborfalván.)

1945. szeptember 26-án New Yorkban halt meg **Bartók Béla** zeneszerző, zongoraművész, népzene kutató. Felnőttkorában lett unitáriussá. (1881. március 25-én született Nagyszentmiklóson.)

1877. szeptember 30-án Marosvásárhelyen született **Kelemen Lajos** történész, levéltáros, egyházunk főgondnoka. (Kolozsváron halt meg 1963. július 29-én.)

2010. szeptember 30-án halt meg **Szabó Árpád** lelkész, teológiai tanár, egyházunk 30. püspöke. (Homoródszentpéteren született 1935. április 15-én.)

1. péntek • Malvin
2. szombat • Petra.....
3. **vasárnap** • Helga.....

4. hétfő • Ferenc, Hajnalka
5. kedd • Attila
6. szerda • Brúnó, Renáta ●
7. csütörtök • Amália, Márk.....
8. péntek • Etelka, Gitta
9. szombat • Dénes.....
10. **vasárnap** • Gedeon, Bendegúz.....

11. hétfő • Brigitta, Gyöngyi
12. kedd • Miksa, Rezső.....
13. szerda • Ede, Eduárd, Kálmán ◀
14. csütörtök • Beatrix, Helén, Livia
15. péntek • Rézi, Teréz.....
16. szombat • Gál.....
17. **vasárnap** • Hedvig, Hedviga, Rudolf.....

18. hétfő • Lukács
19. kedd • Ferdinánd, Nándor
20. szerda • Artúr, Irén ○
21. csütörtök • Orsolya, Zsolt
22. péntek • Előd, Szörény.....
23. **szombat** • Gyöngyvér.....
24. **vasárnap** • Ráhel, Salamon.....

25. hétfő • Blanka, Dália, Vilma
26. kedd • Demeter.....
27. szerda • Szabina
28. csütörtök • Kevend, Simon ▶
29. péntek • Melinda
30. szombat • Balza, Keve, Kolos
31. **vasárnap** • a reformáció ünnepe, Farkas, Kristóf.....

1692. október 2-án halt meg **Kövendi Nagy Mihály**, egyházunk 13. püspöke.
1798. október 3-án halt meg **Kozma Mihály** lelkész, egyháztörténet-író, a *Kénosi-Uzoni Históriajának* folytatója.
1811. október 7-én halt meg **Lázár István**, egyházunk 18. püspöke. (Torockón született 1742. szeptember 3-án.)
1837. október 7-én Kissolymosban halt meg **Augusztinovics Pál** alapítványtevő. (1763-ban született Szentábrahámmon.)
1886. október 17-én született **Csíkszentkirályi Bors Mihály** szindi földbirtokos, a huszadik század legnagyobb unitárius jótevője. (1937. január 8-án halt meg Szindén.)
1886. október 23-án Tordán született **Varga Béla** filozófus, író, egyházunk 25. püspöke. (Kolozsváron halt meg 1942. április 10-én).
1901. október 24-én Kolozsváron született **Balázs Ferenc** lelkész, író, költő. (1937. május 22-én halt meg Tordán.)
1981. október 24-én Székelykeresztúron halt meg **Lőrinczi László** lelkész, szervezettszervező, mezőgazdasági szakíró. (Felsőrákoson született 1898. október 27-én.)
1553. október 27-én a Kálvin János vezette Genfben vallásos meggyőződéséért máglyán elégették **Szervét Mihály** spanyol orvost, teológust. (A spanyolországi Villanueva de Sijenában született 1511. szeptember 29-én.)
1821. október 29-én Szentgericén született **Jakab József** szabadságharcos, akadémista. (Száműzetésben, Görögországban halt meg 1855-ben.)

1. hétfő • Itala, Marianna.....
2. kedd • Ella, Viktor.....
3. szerda • Ilka, Szilvia
4. csütörtök • Károly, Karola ●
5. péntek • Imre
6. szombat • Lénárd
7. **vasárnap** • Krizantém, Lázár, Rezső.....

8. hétfő • Lehel, Zsombor.....
9. kedd • Tivadar
10. szerda • Réka, Delinke.....
11. csütörtök • Márton ◀
12. péntek • Emília, Levente.....
13. szombat • Bulcsú, Szilvia.....
14. **vasárnap** • Aliz, Albert.....

15. **hétfő** • **Dávid Ferenc halálának emléknapja**, Lipót
16. kedd • Ödön, Margit.....
17. szerda • Gergő, Hortenzia, Hilda
18. csütörtök • Jenő
19. péntek • Erzsébet ○
20. szombat • Jolán
21. **vasárnap** • Ilma, Olivér.....

22. hétfő • Cecília, Csilla.....
23. kedd • Kelemen, Klementina.....
24. szerda • Emma, Flóra.....
25. csütörtök • Edina, Kata, Katalin, Karin
26. péntek • Virág
27. szombat • Elemér, Leonárd ▶
28. **vasárnap** • **advent 1. vasárnapja**, Kupán, Stefánia

29. hétfő • Taksony, Szabolcs
30. kedd • Andor, András.....

1690. november 5-én halt meg **Bölöni Bedő Pál**, egyházunk 12. püspöke.
1699. november 6-án halt meg **Petrichevich Horváth Ferenc**, az *Apologia Fratrum Unitariorum* szerzője.
1579. november 7-én a dévai várbörtönben vallásos meggyőződéséért mártírhálált halt **Dávid Ferenc**, egyházalapító püspökünk. (1520 körül született Kolozsváron.)
1873. november 11-én Várfalván született **Pálfi Márton** nyelvész, zenetanár, az új énekeskönyv szerkesztője. (1936. augusztus 11-én halt meg Kolozsváron.)
1909. november 13-án Kissolymosban született **Kovács Lajos** lelkész, teológiai tanár, író, egyházunk 28. püspöke. (Kolozsváron halt meg 1994. október 2-án.)
1726. november 14-én Kolozsváron halt meg **Keresztúri Sámuel** lelkész, tanár. (1680-ban született.)
1845. november 17-én Nagyszebenben született **Gyergyai Árpád** orvostudományi szakíró. (1881. január 27-én halt meg Kolozsváron.)
1806. november 19-én Bölönben született **Mikó Lőrinc** ügyvéd, a Kolozsvári Unitárius Kollégium tanára. (1872. március 10-én halt meg Kolozsváron.)
1804. november 21-én Dicsőszentmártonban halt meg **Petrichevich Horváth Ferenc** főgondnok, a *Marosvásárhelyi Konzisztórium* megszervezője. (1731-ben született.)
1643. november 22-én halt meg **Járai Sámuel** kolozsvári lelkész. (1590-ben született Tordán.)
1886. november 23-án Torockón született **Borbély István** teológiai tanár, irodalomtörténész. (1932. március 20-án halt meg Kolozsváron.)
1597. november 24-én halt meg **Enyedi György** tanár, teológus, író, egyházunk harmadik püspöke. (1555-ben született Nagyenyeden.)
1845. november 25-én Tordán született **id. Rédiger Géza** lelkész, költő. (1905. június 7-én halt meg Marosvásárhelyen.)
1723. november 27-én szülőfalujában halt meg **Désfalvi Simon Mihály**, egyházunk első főgondnoka. (1653-ban született Désfalván.)

1. szerda • Elza.....
2. csütörtök • Aranka, Melinda.....
3. péntek • Ferenc, Olívia.....
4. szombat • Barbara, Borbála, Boróka ●.....
- 5. vasárnap • advent 2. vasárnapja**, Vilma, Ünige.....

6. hétfő • Miklós.....
7. kedd • Ambrus, Ányos.....
8. szerda • Emőke, Mária, Márta.....
9. csütörtök • Györgyi, Leona.....
10. péntek • Judit.....
11. szombat • Árpád, Dániel ◀.....
- 12. vasárnap • advent 3. vasárnapja**, Gabriella.....

13. hétfő • Edda, Luca, Lúcia.....
14. kedd • Huba, Konrád.....
15. szerda • Dezső, Valér.....
16. csütörtök • Etelka, Aletta.....
17. péntek • Lázár, Olimpia.....
18. szombat • Álmos, Augusztina.....
- 19. vasárnap • advent 4. vasárnapja**, Nemere, Viola ○.....

20. hétfő • Apor, Otília.....
21. kedd • Tamás.....
22. szerda • Anikó.....
23. csütörtök • Győző, Viktória, Zete.....
24. péntek • Ádám, Éva.....
- 25. szombat • karácsony 1. napja**.....
- 26. vasárnap • karácsony 2. napja**, István.....

- 27. hétfő • karácsony 3. napja**, János ▶.....
28. kedd • Apor, Kamilla.....
29. szerda • Tamara, Tamás.....
30. csütörtök • Dávid, Zoárd.....
31. péntek • Szilveszter.....

1636. december 2-án halt meg **Csanádi Pál** teológus-orvos, egyházunk hetedik püspöke. (Kolozsváron született 1572-ben.)

1548. december 4-én Tordán született **Bogáti Fazakas Miklós** lelkész, zsoltárfordító, költő. (Kolozsváron halt meg a század utolsó évtizedében.)

1869. december 6-án Tordatúron született **Józan Miklós** író, költő, műfordító, egyházunk 26. püspöke. (Kolozsváron halt meg 1946. január 7-én.)

1955. december 8-án Homoródszentpálon halt meg **Vári Domokos** lelkész-költő. (1886. augusztus 16-án született Siménfalván.)

1810. december 15-én Providence-ban (Rhode Island, A. E. Á.) született **Ann Richmond** alapítványtevő. (1881. január 25-én halt meg.)

1841. december 26-án született **Sándor János**, a Székelykeresztúri Unitárius Gimnázium igazgató-tanára és jótevője. (Meghalt 1909. június 30-án.)

1869. december 27-én Szentgericén született **Gál Kelemen**, a Kolozsvári Unitárius Kollégium igazgató-tanára, pedagógiai, filozófiai és történeti szakíró. (Tatabányán halt meg 1945. február 10-én.)

1890. december 27-én halt meg **Dersi János** alapítványtevő. (1831 augusztusában született Küküllővárt.)

1879. december 28-án Siménfalván született **Ürmösi József** lelkész, író, a szövetkezeti mozgalom elkötelezett híve és szervezője. (Kolozsváron halt meg 1953. január 22-én.)

1879. december 29-én Homoródjánosfalván halt meg **Jánosfalvi Sándor István** lelkész, könyvgyűjtő, író, az *Utazás a két Homoród mentén* szerzője. (1804-ben született Lókodban.)

1911. december 30-án Sófálván született **Lőrinczi Mihály** lelkész, teológiai tanár. (Budapesten halt meg 1991. február 24-én.)

1925. december 31-én Budapesten halt meg **Perczel Ferencné Kozma Flóra** író, a budapesti Dávid Ferenc Egylet alapító tagja. (1864-ben született Baracs-kán.)

Keresztnevek és névnapok az unitárius naptárban

A, Á

Aba I. 26., VIII. 16.
Abigél II. 9.
Adél I. 29.
Adorján III. 5., IX. 25.
Adrienn III. 4., IX. 8.
Ajnácska IV. 25.
Aladár II. 20., V. 26.
Alajos VI. 21.
Albert V. 11., IX. 27., XI. 14.
Albin III. 1
Aletta XII. 16.
Alfonz I. 22.
Alfréd II. 23., VII. 19.
Aliz XI. 14.
Alpár III. 27., VI. 14.
Amanda II. 6.
Amália VII. 10., X. 7.
Ambrus IV. 4., XII. 7.
Anasztáz VIII. 17.
Andor V. 17., XI. 30.
András XI. 30.
Andrea II. 4., IV. 18.
Anett VI. 13.
Angéla I. 27., VI. 5.
Angyalka V. 31.
Anikó XII. 22.

Anita VI. 2., VII. 26.
Anna VII. 26.
Annabella VI. 9.
Annamária IX. 3.
Antal I. 17., VI. 13.
Antónia I. 17., V. 10.
Apor II. 2., XII. 28.
Aranka II. 8., XII. 2.
Arnold VI. 18.
Artúr I. 7., X. 20.
Attila I. 7., X. 5.
Augusztá XII. 18.
Aurél I. 15.
Ábel I. 2.
Ábrahám VIII. 16.
Ádám IX. 9., XII. 24.
Ágnes I. 21.
Ágoston V. 27., VIII. 28.
Ágota I. 11., II. 5.
Ákos I. 2., II. 27.
Álmos II. 20., VI. 1., XII. 18.
Ányos XII. 7.
Áron IV. 2.
Árpád I. 5., III. 31., XII. 11.
Avar VI. 24.

B

Balázs II. 3.
Balzsa X. 30.
Barbara XII. 4.
Barna I. 11., VI. 11.
Barnabás VI. 11.
Bálint II. 14.
Bánk IV. 16.

Beatrix VIII. 29., X. 14.
Beáta III. 22., V. 9.
Bella VIII. 31.
Bence III. 21.
Bendegúz X. 10.
Benedek III. 21.
Benett III. 21.

Benjámin I. 3.
Bernadett II. 18.
Bernát V. 20.
Berta VII. 4., VIII. 6.
Bertalan VIII. 24.
Béla IV. 23.
Bíborka IV. 6., VII. 4.
Blanka VIII. 10., X. 25.
Boglárka IV. 26., VIII. 1.
Boldizsár I. 6.

Bonifác V. 14.
Borbála XII. 4.
Boróka XII. 4.
Botond III. 23., V. 16.
Bódog I. 14.
Brigitta X. 11.
Brunó X. 6.
Buda V. 19.
Bulcsú VI. 4., XI. 13.

C

Cecília VII. 18., XI. 22.

Cs

Csaba IV. 4., VII. 6.
Csanád V. 28., IX. 6.
Csenge II. 4.

Csengele II. 4.
Csilla IV. 22., XI. 22.
Csongor I. 13., VIII. 13.

D

Dalma V. 7., VII. 12.
Dália X. 25.
Dániel I. 16., VII. 21., XII. 11.
Dávid XII. 30.,
Debóra IX. 15.
Delinke VIII. 24., XI. 10.
Demeter X. 26.
Dezső II. 11., V. 23.
Délia VI. 6.

Dénes IV. 8., X. 9.
Diána IX. 18.
Domokos VIII. 4.
Donát II. 17., VII. 7.
Dorina IX. 2.
Dorottya II. 6.
Dóra II. 6.
Dömötör IV. 9.

E, É

Edda XII. 13.
Ede V. 17., X. 13.
Edina II. 26., XI. 25.
Edit IX. 16.
Edna IV. 6.
Edömer I. 14.
Édua IV. 6.
Eduárd X. 13.

Edvárd VI. 1.
Egon IX. 1.
Egyed IX. 1.
Elek II. 11., VII. 17.
Elemér II. 28., XI. 27.
Eleonóra II. 21.
Eliz V. 6.
Ella II. 13., XI. 2.

Ellák II. 18., VIII. 27.
Előd VII. 1., X. 22.
Elvira II. 10.
Elza XII. 1.
Emánuel III. 26.
Emese III. 23., VII. 5.
Emike VII. 19.
Emil V. 28.
Emília VII. 19., XI. 12.
Emma IV. 19., XI. 24.
Emőd II. 17., VIII. 9.
Emőke III. 23., XII. 8.
Endre VII. 17., VIII. 26.
Enikő VII. 16., IX. 15.
Erik I. 24., V. 18.

Farkas VIII. 23., X. 31.
Ferdinánd VI. 5., X. 19.
Ferenc X. 4., XII. 3.
Félix I. 14., VI. 9.
Flóra VII. 29., XI. 24.
Flórián V. 4.

Gabriella II. 10., XII. 12.
Gábor II. 27., III. 24.
Gál X. 16.
Gáspár I. 6., VIII. 27.
Gedeon III. 28., X. 10.
Gellért I. 30., IX. 24.
Gerda I. 30.
Gergely III. 12., V. 9.

Gyárfás VI. 19.
Gyöngyi IV. 27., X. 11.
Gyöngyvér I. 8., X. 23.
György IV. 24.

Erika I. 24., V. 18., VIII. 31.
Erna I. 12., VIII. 29.
Ernő I. 12.
Ervin IV. 26.
Erzsébet XI. 19.
Eszter V. 24.
Eta I. 29.
Etele I. 9.
Etelka X. 8., XII. 16.
Evelin V. 26.
Evetke V. 6.
Evódia VII. 7.
Ezékiel IV. 10.
Éva XII. 24.
Ézsaiás VII. 6.

F

Franciska III. 9.
Frida V. 6., IX. 20.
Frigyes III. 6., VII. 18.
Fruzsina I. 1.
Fülöp V. 1.

G

Gergő XI. 17.
Gerő III. 9.
Gertrúd III. 17., VIII. 13.
Gerzson II. 22.
Géza II. 25., IV. 9.
Gitta X. 8.
Gizella V. 7.
Gusztáv I. 16., IV. 14., VIII. 8.

Gy

Györgyi IV. 24., XII. 9.
Győző V. 8., XII. 23.
Gyula IV. 12., IX. 17.

H

Hajnal VIII. 2.
Hajnalka III. 27., X. 4.
Hanga I. 24., V. 18.
Hanna V. 20.
Hedvig X. 17.
Hedviga X. 17.
Helén X. 14.
Heléna VII. 31.
Helga X. 3.

Henriett III. 16.
Henrik I. 25., III. 16., VII. 15.
Hermína IV. 13., VIII. 3.
Hilda IX. 3., XI. 17.
Hortenzia XI. 17.
Huba VIII. 19., XII. 14.
Hubert III. 20.
Hugó IV. 1.
Hunor III. 30., IX. 10.

I

Ibla II. 5.
Ibolya VIII. 7., IX. 12.
Ida III. 13., IV. 13.
Ignác II. 1.
Ildikó III. 10., VI. 4.
Ilka IX. 21., XI. 3.
Illés VI. 20., VII. 20.
Ilma IV. 18., XI. 21.
Ilona VIII. 18.
Imelda V. 13.
Imola V. 13.
Imre XI. 5.

Ince III. 12., VII. 28.
Ingrid II. 5.
Irénné VI. 28., X. 20.
Iringó VI. 28.
Irma V. 3.
István VIII. 20., XII. 26.
Itala XI. 1.
Iván VI. 24.
Ivor IX. 7.
Izabella II. 26., VII. 12.
Izolda VI. 15.
Izsák V. 15.

J

Jakab V. 1., VII. 25.
Janka V. 30.
Jácint VIII. 17.
János VI. 26., XII. 27.
Jázmin II. 24.
Jenő VII. 13., XI. 18.
Jeromos IX. 30.
Johanna III. 28., V. 30.
Jolán VI. 15., XI. 20.

Jób V. 10.
Jónás III. 29.
József III. 19.
Judit VII. 30., XII. 10.
Julianna II. 16., V. 14.
Jusztina VI. 16., IX. 26.
Jutta VII. 30.
Júlia V. 22.

K

Kadosa III. 11.

Kamilla XII. 28.

Karin III. 24., XI. 25.
Karola I. 28., XI. 4.
Karolina II. 2.
Kata XI. 25.
Katalin XI. 25.
Kálmán X. 13.
Kármén VII. 16.
Károly I. 28., XI. 4.
Kázmér III. 4.
Kelemen XI. 23.
Kende IX. 25.
Keresztély IV. 3.
Keve VI. 20., X. 30.
Kevend X. 28.
Kincső II. 1., VII. 24.
Kinga VII. 24.
Kira VIII. 3.
Kitti IV. 30.

Klaudia III. 20.
Klára VIII. 12.
Klementina XI. 23.
Klotild IV. 11., VI. 3.
Kocsárd IV. 5., V. 5.
Kolos II. 15., X. 30.
Konrád II. 18., XII. 14.
Konstantin V. 21.
Koppány III. 28.
Kornél III. 3., VII. 3.
Kornélia III. 3.
Kristóf III. 15., VII. 25., X. 31.
Kriszta VIII. 4.
Krisztián III. 13.
Krisztina III. 13., VI. 22.
Krizantém XI. 7.
Kupán VI. 24.

L

Lajos VIII. 25.
Laura VI. 17.
László VI. 27., VIII. 8.
Lázár XI. 7., XII. 17.
Lea III. 22., VI. 28.
Lehel VIII. 2., XI. 8.
Lenke VII. 22., VIII. 18.
Leona XII. 9.
Leonárd XI. 27.
Leó IV. 11.
Levente III. 1., XI. 12.
Léna VII. 21.
Lénárd XI. 6.
Lili VII. 11.
Lilla II. 12., VII. 11.

Linda II. 13.
Lipót XI. 15.
Liza VII. 8.
Lídia II. 12.
Lívia II. 12., X. 14.
Loránd I. 15.
Lóránt I. 15., VIII. 10.
Lotti VII. 17.
Lőrinc VIII. 10., IX. 5.
Luca XII. 13.
Ludovika IX. 13.
Lujza I. 31., III. 2.
Lukács X. 18.
Lukrécia III. 15.
Lúcia XII. 13.

M

Magdolna V. 29., VII. 22.
Magor III. 2., III. 30.
Malvin X. 1.

Marcell I. 9., VIII. 14.
Marcella I. 31.
Margit VI. 10., XI. 16.

Marianna XI. 1.
Marietta V. 31.
Matild III. 14., V. 31.
Mária III. 25., VIII. 15., IX. 8.
Márk IV. 25., X. 7.
Márkus VI. 18.
Márta VII. 29., XII. 8.
Márton XI. 11.
Máté IX. 21.
Mátyás II. 24.
Medárd VI. 8.
Melánia I. 10.

Melinda X. 29., XII. 2.
Melissza III. 10.
Menyhért I. 6., VIII. 22.
Mercédesz IX. 24.
Mihály IX. 29.
Miklós XII. 6.
Miksa X. 12.
Míra V. 10.
Mónika V. 4., VIII. 26.
Mór III. 20.
Móric IX. 22.
Mózes V. 16., VIII. 28.

N

Nándor V. 27., X. 19.
Nella VII. 11.
Nemere XII. 19.
Nikoletta IX. 10.
Nimród VIII. 31.

Noé IV. 22.
Noémi I. 30., IV. 22.
Norbert VI. 6.
Nóra II. 21., VII. 11.

O

Olga VII. 27.
Olimpia XII. 17.
Olivér III. 5., XI. 21.
Olívia XII. 3.
Orbán V. 25.

Orsolya IV. 7., X. 21.
Oszkár II. 3., VII. 31.
Otília XII. 20.
Ottó VII. 2., IX. 22.
Ozsvát II. 19.

Ö

Ödön XI. 16.
Örkény VII. 15.

Örs VII. 14., IX. 30.
Özséb VIII. 14.

P

Panna VII. 26.
Paula I. 26.
Paulina VI. 22.
Pál I. 25., VI. 26., VI. 29.
Petra X. 2.

Péter VI. 29., VIII. 1.
Piroska I. 18.
Polixéna IX. 23.
Pongrác V. 12.
Pólika III. 14.

R

Rajmund VII. 4.
Ráhel II. 4., X. 24.
Rebeka IX. 2.
Rege IX. 7.
Regina IX. 7.
Regő IX. 11.
Reményke VIII. 1.
Renáta V. 22., X. 6.
Rezső X. 12., XI. 7.
Réka V. 20., XI. 10.

Rézi X. 15.
Richárd IV. 3.
Rita V. 22., VIII. 26.
Rozália IX. 4.
Róbert VI. 7.
Roland VII. 15.
Róza VIII. 30.
Rózsa VIII. 30.
Rudolf IV. 17., X. 17.
Ruth VII. 9.

S

Salamon II. 8., X. 24.
Samu II. 16.
Sarolta I. 19., VII. 5.
Sámuel VIII. 21.
Sándor III. 18.
Sára I. 19., V. 19.

Sebestyén 1. 20.
Simon I. 5., X. 28.
Soma VII. 3.
Stefánia XI. 28.
Sugárka VIII. 12.

Sz

Szabina X. 27.
Szabrina VIII. 29.
Szabolcs VII. 28., XI. 29.
Szandra V. 18.
Szende IX. 5.
Szeréna IX. 14.
Szerénke IX. 14.

Szervác V. 13.
Szidónia VI. 23., VIII. 23.
Szilamér VI. 20.
Szilárd III. 11., V. 21.
Szilveszter XII. 31.
Szilvia XI. 3., XI. 13.
Szörény IV. 1., X. 22.

T

Taksony XI. 29.
Tamara V. 6., XII. 29.
Tamás III. 7., XII. 21., XII. 29.
Tas II. 23., IV. 15.
Tekla IX. 23.
Teodóra IX. 11.
Teréz VII. 8., X. 15.
Tia V. 3.

Tibold VII. 1.
Tibor IV. 14., VIII. 11.
Tihamér IV. 29., VI. 30.
Titusz I. 4.
Tivadar IV. 20., XI. 9.
Tímea I. 20., V. 3.
Tóbiás VI. 13.
Tódor II. 7.

Töhötöm IV. 20.

Tünde VI. 1., IX. 15.

U

Ulrik VII. 14.

Uzonka VII. 12.

Ü

Ünige XII. 5.

V

Vadony IX. 21.

Viktor XI. 2.

Valér XII. 15.

Viktória XII. 23.

Valéria IV. 28.

Villő VI. 12.

Vanda I. 26., II. 25.

Vilma IX. 19., XII. 5.

Vazul VI. 14.

Vilmos I. 10., V. 23., VI. 25.

Vencel IX. 28.

Vince I. 22., IV. 5.

Vera VII. 9.

Viola XII. 19.

Veronika I. 13.

Virág I. 8., XI. 26.

Vid VI. 15.

X

Xénia VII. 31.

Z

Zádor I. 16.

Zete XII. 23.

Zakariás IX. 6.

Zita IV. 27., VIII. 5.

Zalán III. 30.

Zoárd V. 19., XII. 30.

Zelma I. 23.

Zoltán III. 8., VI. 23.

Zenkő II. 18.

Zója VI. 15.

Zs

Zsanett V. 30.

Zsombor IV. 21., XI. 8.

Zselyke IV. 8.

Zsófia V. 15., IX. 17.

Zsigmond V. 2.

Zsuzsa VIII. 11.

Zsolna IX. 11.

Zsuzsanna II. 19.

Zsolt IV. 10., X. 21.

Egyházi ünnepeink 2021-ben

január 13., szerda: *a vallásszabadság napja*
február 16., kedd: *húshagyó kedd*
március 28., vasárnap: *virágvasárnap*
április 2., péntek: *nagypéntek*
április 4–6., vasárnap, hétfő, kedd: *húsvét*
május 13., csütörtök: *áldozócsütörtök*
május 23–25., vasárnap, hétfő, kedd: *pünkösöd*
szeptember 26., vasárnap: *ősz háláadás*
október 31., vasárnap: *a reformáció ünnepe*
november 15., hétfő: *Dávid Ferenc halálának emléknapja*
november 28., vasárnap: *advent I. vasárnapja*
december 25–27., szombat, vasárnap, hétfő: *karácsony*

Nemzeti ünnepeink

március 15., hétfő: *az 1848–1849-es forradalom és szabadságharc emléknapja*
augusztus 20., péntek: *az államalapító Árpád-házi Szent István király emléknapja*
október 23., szombat: *az 1956-os forradalom és szabadságharc emléknapja*

Húsvét időpontja a nyugati és a keleti szertartású egyházaknál (2021–2032)

2021. április 4. és május 2.	2027. március 28. és május 2.
2022. április 17. és április 24.	2028. április 16. és szintén április 16.
2023. április 9. és április 16.	2029. április 1. és április 8.
2024. március 31. és május 5.	2030. április 21. és április 28.
2025. április 20. és szintén április 20.	2031. április 13. és szintén április 13.
2026. április 5. és április 12.	2032. március 28. és május 2.

Jelentős évfordulók 2021-ben

455 éve

- 1566. január 20-án mondta **Dávid Ferenc** a kolozsvári nagytemplom szószékén az első unitárius szellemű prédikációt.
- 1566. március 15-én tartották az első hitvitázó zsinatot a lutheránus-kálvini és a Dávid Ferenc által képviselt szabadelvű reformációi irány között.
- 1566. április 24–27. napjain volt a gyulafehérvári első hitvita, János Zsigmond fejedelem és tanácsosai jelenlétében. Itt tették először nyilvánosan vita tárgyává az Isten egységét és háromságát.

450 éve

- 1571. január 6–14. napjain tartott marosvásárhelyi országgyűlés újra kimondta, hogy „az Isten igéje mindenütt szabadon prédikáltassék, a confessióért senki meg ne bántassék, se prédikátor, se hallgató.”
- 1571. március 14-én halt meg **János Zsigmond**, Erdély első unitárius fejedelme.
- 1571. szeptember 17-én az új fejedelem, **Báthory István** megtiltotta rendeletével a régi és új teológiai munkák engedély nélküli nyomtatását és terjesztését. Elvette az unitáriusoktól a gyulafehérvári nyomdát. Intézkedéseivel elkezdődött az unitáriusok háttérbe szorítása.

420 éve

- 1601. január 3-án halt meg **Várfalvi Kósa János**, egyházunk negyedik püspöke.
- 1601-ben **Toroczkai Máté** kolozsvári papot püspöknek választották.

415 éve

- 1606. május 30-án született **Linczigh János** céhmester, városbíró, emlékiró, Kolozsvár megmentője, aki élete kockáztatása árán óvta meg városát a török dúlástól. (Kolozsváron halt meg 1679. július 8-án.)

395 éve

- 1626-ban állította össze és adta ki **Radecke (Radeczki) Bálint** püspök az első egyházi rendtartást, a *Disciplina Ecclesiastica* címen ismert művet.

385 éve

- 1636. január 13-án halt meg **Thordai János** költő, az 1632-ben megjelent unitárius énekeskönyv szerkesztője. Írói munkásságának legjelentősebb része, a 150 zsoltár verses fordítása.
- 1636. december 2-án halt meg Kolozsváron **Csanádi Pál** teológus, orvos, unitárius püspök.

365 éve

- 1656-ban született **Kmita Andrásné Wilhelm Krisztina**, egyházunk jótevője. (Meghalt 1704. június 4-én.)
- 1656. március elsején halt meg **Jakab** deák (Vargyasi Jakab deák) a magyar unitáriusok kolozsvári kántora.

360 éve

- 1661. március 7-én halt meg **Beke Dániel**, egyházunk nyolcadik püspöke.
- 1661. június 2-án halt meg **Járai János**, egyházunk kilencedik püspöke.
- 1661. június 28-án temették el **Johannes Demianovics** lengyel papot.
- 1661. június 29-én temették el **János** deákot, a szász unitárius eklézsia kántorát.
- 1661. október 22-én temették el **Ráv (Szörös) Mátyást**, a szász unitáriusok egykori papját.

330 éve

- 1691-ben indult meg az ellenreformáció birodalmi támogatottsággal, a **Lipót**-féle hitlevél kihirdetése nyomán. Az ellenreformáció több mint másfélszáz évig tartott, egyházunkra súlyos megpróbáltatásokat hozott.
- 1691. május 20-án **Kövendi Nagy Mihály** udvarhelykörü esperest, derzsi papot püspöknek választották. (1692. október 9-én meghalt.)

- 1691. augusztus 1-jén halt meg **Andreas Lachovius**, a kolozsvári lengyel unitárius menekültek papja.

325 éve

- 1696. február 6-án állították fel a kolozsvári unitárius nyomdát **özv. Kmita Andrásné Wilhelm Krisztina** adománya segítségével.

305 éve

- 1716. március 30-án a **Habsburg**-hatalom katonai erővel elfoglaltatta a kolozsvári egyházközség valamennyi templomát a hozzátartozó javakkal együtt. Hasonló templomfoglalások máshol is történtek.

300 éve

- 1721. január 21-én halt meg **Homoródszentmártoni Bíró Sámuel**, az unitárius egyház első főgondnoka.

295 éve

- 1726. november 14-én halt meg **Keresztúri Sámuel** tudós pap, tanár. Több kötetet kitevő latin és magyar nyelven írt prédikációi, kommentárjai kéziratban maradtak.

250 éve

- 1771. május 28-án halt meg **Pálffy Benjámín** kollégiumi tanár.

240 éve

- 1781-ben jelent meg **II. József császár** *Tűrelmi rendelete*, amely az ellenreformáció önkényeskedéseit kívánta korlátozni, és a felekezeti békét szolgálni.
- 1781. április 8-án halt meg **Fejérvári Sámuel** nyelvtudós, lelkész, tanár. Egyéb szellemi kincsei mellett tizenhét kötet prédikációt hagyott az utókorra. (1721-ben született Kolozsváron.)

235 éve

- 1786-ban a nagyajtai zsinaton választották meg püspöknek **Lázár Istvánt**, akinek püspöksége alatt az évszázados elnyomás után céltudatos egyházépítői munka vette kezdetét.

- 1786. január 21-én halt meg **Agh István** író, természettudós, egyházunk 17. püspöke. Amsterdam, Leiden és Halle egyetemlein tanult, kéziratos teológiai jegyzetei mellett kolozsvári tanítványainak természetföldrajzi és fizikai jegyzeteket is készített. (1709-ben született Sepsiszentkirályon.)
- 1786. augusztus 26-án született Tordán **Székely Miklós** egyházunk 20. püspöke. (Kolozsváron halt meg 1843. október 9-én.)

230 éve

- 1791. február 14-én és április 16-án kelt **Suki László** főiskolai felelősgondnok (1741–1792) azon ajándéklevele és végrendelete, amelyben összes szerzeményét az egyháznak és a főiskolának hagyta. Ezáltal épülhetett fel a kolozsvári főiskola harmadik ingatlanja.

210 éve

- 1806. november 19-én született Bölönben **Mikó Lőrinc** ügyvéd, a Kolozsvári Unitárius Kollégium tanára. Főműve a kéziratban maradt unitárius kánonok gyűjteménye az egyház megalakulásától 1848-ig. (1872. március 10-én halt meg Kolozsváron.)

210 éve

- 1811. június 28-án született **Kriza János** író, költő, népköltési gyűjtő, egyházunk 22. püspöke. (Kolozsváron halt meg 1875. március 26-án.)
- 1811. október 7-én halt meg **Lázár István**, egyházunk 18. püspöke.

200 éve

- 1821. április 30-án az angol unitáriusok levelet küldtek az erdélyi unitárius egyháznak, amelyben ismertették történetüket, vallásukat, akkori helyzetüket. Ezzel a levéllel vette kezdetét az Angol Unitárius Egyházzal való kapcsolat.
- 1821. október 29-én született Szentgericén **Jakab József**, az író Jakab Elek öccse, szabadságharcos, akadémista. (Száműzetésben, Görögországban halt meg 1855-ben.)

205 éve

- 1816. január 13-án született Kolozsváron **Káli Nagy Elek** főgondnok. (1878. január 7-én halt meg Kolozsváron.)

190 éve

- 1831-ben **Bölöni Farkas Sándor** amerikai utazása során ismertette az ottani unitáriusokkal az erdélyi unitárius egyház történetét és hitelveit, az ő közvetítésével indult meg a levelezés a két egyház között.

185 éve

- 1836. július 30-án Tarcsafalván született **Simén Domokos** teológiai tanár, író, műfordító. (1878. szeptember 9-én halt meg Kiskadácsban.)
- 1836. augusztus 16-án halt meg **Molnos Dávid** teológiai tanár, fordító.
- 1836. december 13-án halt meg **Körmöczy János** püspök, filozófus.

180 éve

- 1841. november 5-én Kolozsváron született **Váradi Károly** pedagógus, iskolaigazgató, tanfelügyelő. (Meghalt 1886. augusztus 20-án, a Kozma Józseffel vívott párbajban kapott sebesülés következtében.)
- 1841. december 26-án Homoródalmáson született **Sándor János**, a székelykeresztúri Unitárius Gimnázium igazgató-tanára és jótévője. (1909. június 30-án halt meg, Székelykeresztúron temették.)

175 éve

- 1846. augusztus 8-án született Fiafalván **Kovács János** igazgató-tanár, utazó, a kolozsvári Angol Társalgó Kör alapítója és első elnöke. (Kolozsváron halt meg 1905. január 25-én.)

170 éve

- 1851. január 24-én Kolozsváron született **Ürmössy Lajos** hírlapíró. (Meghalt 1915. május 2-án.)
- 1851. augusztus 30-án született Középpajtán **Péterfi Dénes** lelkész, író, műfordító. (1925. május 25-én halt meg Kolozsváron.)

165 éve

- 1856. május 21-én halt meg **Szolga Ferenc**, a székelykeresztúri gimnázium tanára.
- 1856. szeptember 22-én halt meg **Abrudbányai Szabó Sámuel**, a Székelykeresztúri Unitárius Gimnázium igazgatója és tanára.

160 éve

- 1861. április 20-án született Nagyajtán **Nyiredy Géza**, a Kolozsvári Unitárius Kollégium természetrajz és kémia tanára, a természetrajzi és vegytani laboratórium szorgalmas gyarapítója. (Meghalt 1914. június 17-én Kolozsváron.)
- 1861. július 1. A tordai zsinaton **Kriza János** (1811–1875) teológiai tanárt püspökké választották.
- 1861-ben jelent meg a *Keresztény Magvető* című folyóirat. Első szerkesztői Kriza János és Nagy Lajos voltak.

150 éve

- 1866. július 27-én született Felsőrákoson **Ferenczy Géza** ügyvéd, lapszerkesztő, főgondnok, az Országos Magyar Párt tagja. (Ürmösön halt meg 1935. március 11-én.)

150 éve

- 1871. május 20-án született **Tóth György** jogász, szakíró, az egyház jogügyi bizottságának tagja. (1942. február 19-én halt meg.)

145 éve

- 1876-ban létesült az egyház első nyugdíj- és segélyező alapja.
- 1876. augusztus 11-én Székelyszentmiklóson született **Szentannai Sámuel** tanár, agrárszakember. Karcagon iskola őrzi a nevét. (Meghalt 1956. január 22-én.)
- 1876. augusztus 27-én az árkosi zsinat **Ferencz Józsefet** (1835–1928) választotta meg püspöknek.
- 1876. október 19-én **Baldácsi Antal** római katolikus vallású jótevő alapítványt tett a protestáns egyházak segélyezésére.

140 éve

- 1881. január 25-én halt meg szülővárosában, Providence-ben (Rhode Island, AEÁ) **Anna Richmond** alapítványtevő. (1810. december 15-én született.)
- 1881. január 27-én halt meg **Gyergyai Árpád** orvostudományi szakíró.
- 1881. március 25-én Nagyszentmiklóson született **Bartók Béla** zeneszerző, zongoraművész, népzene kutató. Felnőtt korában lett unitáriussá. (New Yorkban halt meg 1945. szeptember 26-án.)

135 éve

- 1886. január 13-án született Mészkon **Gálffy Zsigmond** műfordító, az Unitárius Kollégium igazgatója.
- 1886. augusztus 16-án halt meg **Vári Domokos** lelkész, költő, aki Siménfalván született.
- 1886. október 23-án született Tordán **Varga Béla** filozófus, teológus, egyházunk huszonötödik püspöke. (Kolozsváron halt meg 1942. április 10-én.)
- 1886. október 17-én született **Csíkszentkirályi Bors Mihály**, földbirtokos, főgondnok, a 20. század legnagyobb alapítványtevője.
- 1886. november 23-án született Torockón **Borbély István** irodalomtörténész, teológiai tanár. (Meghalt 1932. március 20-án Kolozsváron.)

120 éve

- 1896-ban megalakult az **Unitárius Lelkészkör**.

120 éve

- 1901. augusztus 7-én született **Ferenczi Sándor** természettudományi szakíró, a kollégium tanára.
- 1901. október 24-én Kolozsváron született **Balázs Ferenc** lelkész, író, költő, a *Tizenegyek antológiájának* egyik szerzője. (Tordán halt meg 1937. május 22-én.)

110 éve

- 1911. március 27-én Bánffyhunyadon született **Mikó Imre** jogász, műfordító, író, politikus, egyházunk főgondnoka. (1977. március 21-én halt meg Kolozsváron.)

- 1911. december 30-án Szentábrahámon született **Lőrinczi Mihály** lelkész, teológiai tanár. (Budapesten halt meg 1991. február 24-én.)

100 éve

- 1921. március 17-én hunyt el **Székely Ferenc** jogász, igazságügyi miniszter. (1842. március 11-én született Szombathelyen.)

90 éve

- 1926. június 13-án halt meg **Petrichevich-Horváth Kálmán**, az unitárius egyház főgondnoka (1892–1925), a kolozsvári kollégium felügyelő gondnoka.

90 éve

- 1931. január 12-én született Vargyason **Borbáth Károly** történetkutató. (1980. április 20-án halt meg Vargyason.)
- 1931. május 9-én halt meg szülővárosában, Kolozsváron **Váradi Aurél** ügyvéd, hírlapíró, az unitárius Teológiai Akadémia és a Főgimnázium felügyelő gondnoka, az Unitárius Irodalmi Társaság tagja. (1869. július 16-án született.)
- 1931. november 9-én halt meg Alagon **Kiss Ernő** irodalomtörténész, szerkesztő, a Kolozsvári Unitárius Kollégium tanára. (1868. július 27-én született Makón.)

85 éve

- 1936. augusztus 11-én halt meg Kolozsváron **Pálfi Márton** nyelvész, zenetanár, a máig használatban levő énekeskönyv szerkesztője.

80 éve

- 1941. január 26-án Kolozsváron halt meg **Boros György** lelkész, teológiai tanár, író, műfordító, egyházunk 24. püspöke. (1855. április 19-én született Tordátfalván.)

75 éve

- 1946. január 7-én halt meg Kolozsváron **Józan Miklós** unitárius püspök, író-költő.
- 1946. szeptember 15-én a székelykeresztúri zsinat **Kiss Elek** teológiai tanárt és főjegyzőt választotta meg püspöknek.

55 éve

- 1966. február 6-án halt meg Budapesten **Zsakó István** ideggyógyász, pszichiáter, az Unitárius Irodalmi Társaság tagja.
- 1966. április 23-án halt meg **Shakirov Sebestyén** unitárius vallásra áttért festőművész, a nagybányai festőiskola jeles tagja.
- 1966. június 9-én halt meg Kolozsváron **Benczédi Pál** teológiai tanár, könyvtáros, műfordító.

50 éve

- 1971. december 7-én halt meg Kolozsváron **Kiss Elek** lelkész, teológiai tanár, író, lapszerkesztő, műfordító, egyházunk 27. püspöke. (1888. március 28-án született Nagymedeséren.)

40 éve

- 1981. június 11-én elhunyt **Márkos Albert** zeneszerző. (1914. október 17-én született Székelykeresztúron.)
- 1981. július 10-én halt meg Kolozsváron **Kormos Gyula** újságíró, szerkesztő, író, műfordító. (1917. augusztus 8-án született Gyergyószentmiklóson.)
- 1981. október 24-én halt meg Székelykeresztúron **Lőrinczi László** vallástanár, lelkész, nevelő, szövetkezetszervező, mezőgazdasági szakíró. (1898. október 27-én született Felsőrákoson.)

35 éve

- 1986. május 26-án halt meg Kolozsváron **László Tihamér** fizikus, egyetemi tanár.

30 éve

- 1991. február 24-én Budapesten elhunyt **Lőrinczy Mihály** teológiai tanár. Hamvait június 7-én helyezték örök nyugalomra a Házsongárdi temetőben.
- 1991. szeptember 29-én hunyt el **Kelemen Imréné Bedő Boriska**, az Unitárius Teológiai Akadémia első nő lelkésze. (Férje, **Kelemen Imre** november 18-án hunyt el.)
- 1991. november 29-én hunyt el **Barabássy László**, az unitárius egyház főgondnoka.

25 éve

- 1996. június 7-én hunyt el **Szabó Dezső** lelkész, a Házsongárdban nyugszik. (1925. április 30-án született Kolozsváron.)
- 1996. július 27-én, Kolozsváron hunyt el **Erdő János**, egyházunk 29. püspöke. (1913. április 28-án született Kézdivásárhelyen.)



Székelý Kinga Réka

AZ ÖRÖKKÉ VÁLTOZÓ ÖRÖK VÁLTOZATLAN

Hála legyen a mindenható, egy, örök, igaz Istennek, napjainkra, a keresztény időszámítás 2021. esztendejében a politikai filozófiák és a tudományok eddigi szélsőséges vallásellenes kijelentései túlhaladottakká váltak. Említsünk csak két ilyen példát.

Túlhaladottá vált a francia forradalom (1789) ideológusai által elindított, a marxi világnézetben megkövesedett, s Kelet-Európában alkotmányi szintre emelt vélemény, miszerint a vallás a tömegek ópiuma, ezért a közösségeknek meg kell szabadulni minden vallástól, egyháztól, még az istenes gondolatoktól is, sőt üldözni kell őket, míg teljesen ki nem pusztulnak. Ennek mára vége. Kár, hogy szeretett szülőföldünkön ebbe az üldözésbe oly sokan belepusztultak, megtapasztalva a kommunista terrort.

A 19. században ugyancsak nyugati irányból indult a másik szélsőséges vallásellenes mozgalom, amely a tudományokat használta ítélőmesternek, s a pszichológia egyes irányzatai által próbálta érvényre juttatni véleményét, miszerint a vallásosság csak különböző neurózisok eredménye, amit gyógyszeres kezeléssel lehet és kell enyhíteni.

A nyugatinak nevezett civilizáció, vagyis a miénk túlélte ezeket a szélsőségeket, mint ahogy túlélte a vakhitet terjesztő egyházak terrorját is. Intézményes formában erőszakosan terjeszkedő hitről ma már nem beszélhetünk, de annál több erőszakos lélekfoglalás létezik egyének és mozgalmak révén.

A nyugatinak nevezett civilizáció valahogy eljutott a távol-keleti civilizáció ama szintjére, ahol természetes, organikus egységben, egymás mellett és egymást kiegészítve él a hit és a tudomány. Eljutottunk oda,

ahol a lelkiség és a spiritualitás szerves része a mindennapi, agyondigitalizált életnek. Azonban a Kárpát-medencében élő, magyar nyelvet beszélő közösségnek még mindig van egy olyan számottevő rétege, amelyik megrekedt valamelyik szélsőségben. Vagy annyira szekularizált, hogy azt sem tudja, ki az Újszövetség főszereplője, vagy annyira keresztény, hogy Szűz Mária magyar származását hirdeti, vagy annyira ezoterikus, hogy minden napra kiolvassa a jövődet a kávézaccból, vagy annyira babonás, hogy minden fekete macskát kiirtana a földről.

Életem során elenyésző számú ezoterikus felfogású emberrel és elenyésző számú mindent magyarító emberrel találkoztam. Számbeli többségben olyanokkal találkoztam életutamon, akik nagyon el voltak indulva a szekularizáció útján, akik a vallásos hitet nem lehetőségként élték meg, hanem idejétmúlt teherként. Ma is azok vannak többségben, akik az egyházi intézménnyel kapcsolatos kritikájukat nagyon hosszan tudják ecsetelni, de annál rövidebben tudják megfogalmazni, hogy lelki-ségüknek melyek a kulcsszavai.

Én már túl vagyok azon, hogy megpróbáljam Isten létét bizonyítani. Aki hitetlen, megrögzött tagadó, vagy a kétségbe vonás nagy mestereként érvel, nyugodtan hirdesse hitetlen, tagadó, kétségbeskedő elveit. Valahogy úgy képzelem el az ilyen embert, mint azt, aki folytonosan panaszkodik az emberi gonoszságra, miközben rendszeresen kap segítséget ismerős és ismeretlen emberektől.

Aki kereső, annak hajlandó vagyok beszélni a vallás lényegéről, Istenről, a több, mint földi valóság, több, mint anyagi valóság létéről. A kereső tetszik nekem, mert látom benne az alázatot, a holtig tanuló jó pap példáját, aki nem merészeli tagadni azt, amit nem ismer. Mert ahhoz, hogy valamit tagadni tudjunk, egyszer kellene ismerjük, különben a tagadás is egyfajta hit lesz.

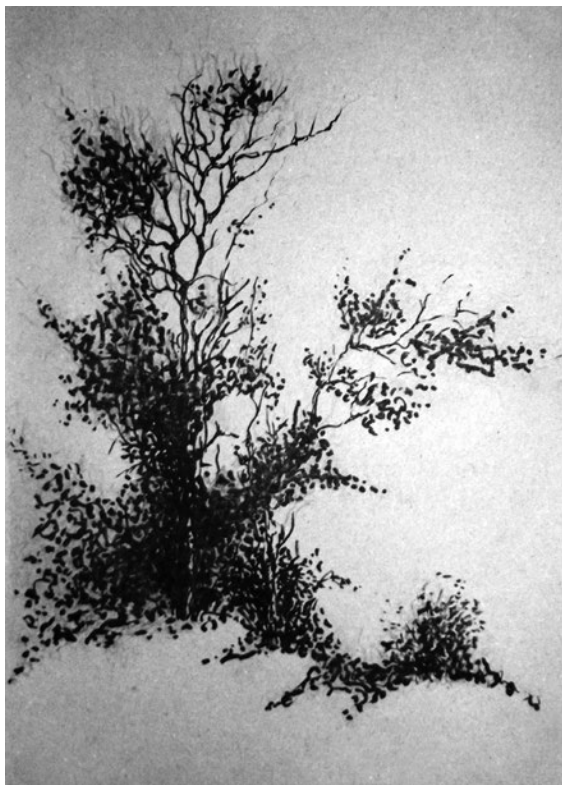
A megtalált hit betölti az élet-űrt. Olyan, mint egy váratlan, mégis létfontosságú ajándék, amit megkapunk. Hasonlatokkal élve: mint egy transzplantátum vagy mint egy hatóanyag, ami épp az utolsó pillanatban érkezik ahhoz, hogy túléljük halálunkat.

A hitet el is lehet veszíteni, mert hasonlatos az oxigénhez, az edelhez, az italhoz, amit elfogyasztunk, gyarapodásunk érdekében felhasználunk, elhasználunk. S aztán egyszer csak nincs több belőle, mert mind elhasználtuk.

Végül a hitet újra meg lehet találni, s olyan ez, mint az újraélesztés következtében az életbe újra belépő egyén, olyan ez, mint az elszakadt aranylánc, amit összeforrasztunk, s attól fogva sokkal jobban ügyelünk rá, mert tudjuk, elveszhet. A forrasztás emlékeztet az elvesztés fájdalomra és a megtalálás örömére.

Megnyugvással mondom, hogy a hit az életem lényege. Most is, ma is, amikor a világ egy vírusfertőzéstől szenved, most is, amikor összeütköznek hatalmas erejű ideológiák, amikor a globalizációt hirdető egy faluvá akarják zsugorítani ezt a hatalmas földet, amikor a kiválasztottságot hirdető mindenki mást el akarnak tiporni, most is, amikor a tudatlanság és a nemtörődömség megöli a természetet, s vele együtt az élővilágot és az embert is.

Hinnem kell, hogy Isten csak próbára tesz, de nem akar elveszejteni.



A Bírák könyve általunk, unitáriusok által ritkán használt szent irat az Ószövetségből. A 9. fejezetében olyan szemléletesen van megírva egy tanmesének is nevezhető beszéd, hogy ma is eláll tőle a lélegzetünk.

A háttértörténet arra vonatkozik, hogy egy királyfi, név szerint Abimélek, indíttatást érez arra, hogy megszakítsa az addig szokásban lévő uralkodási formát, a testvérek közös uralkodását, és arra vetemedik, hogy zsoldosokkal lemészároltatja hetven testvérét. A testvérek magas száma arra enged következtetni, hogy a királynak engedélyezve volt a többnejűség. Lényeg, hogy Abimélek megölette hetven testvérét, de a legkisebbet, Jótámot nem tudja legyilkolni, mert az elbújt. A mészárlás után azonban Jótám veszi a bátorságot és kiállván a Garizim hegyére, beszédet intéz a város polgáraihoz, akik segítettek Abiméleknek a testvérek meggyilkolásában. A tanmese a következő Jótám szájából: egyszer a fák elindultak, hogy királyt válasszanak maguk közül. Mondták az olajfának, légy te a királyunk, de az olajfa elutasította, hogy király legyen: nem fogok hajladozni a fák fölött, nem fogok uralkodni, az én értékem a gyümölcseimben duzzadó olajban van. Mentek a fügefához, hogy vállalja a királyságot, de ő is visszautasította azt, mondván, hogy az ő értéke is pompás gyümölcsseiben van, amelyek édesek, táplálóak. Mentek a szőlőhöz, de az is gyümölcsseinek értékére hivatkozva nem kívánt élni a királykodás lehetőségével. Végül a túskebokrot kérték fel, hogy legyen a fák királya, az pedig örömet vállalta, mert nem volt gyümölcsse, értéke más, csak a tuskéi. A túskebokor első királyi cselekedete pedig a fenyegetés volt: húzódjatok az árnyékomba, mert ha nem úgy lesz, akkor olyan tüzet csiholok magamból, hogy még a Libánon cédrusai is megémsztódnak. Jótám beszéde végeztével futva menekült, mert tudta, hogy az igazság fájni fog, s az ő feje is betörik, ha nem iszkol el.

Az egészséges vallásos hit, a lelkeség valójában az ember lényege. Az ember gyümölcsse, ha úgy tetszik, valami olyan érték, ami meghatározza őt, és nem engedi, hogy pótcselekvésekkel töltse életét. A hit segít az embernek ebben a világban hazaérkezni, otthonra találni, teljességet érezni, jól lenni.

Ez persze nem jelenti azt, hogy ezt a jólétet egy pillanat alatt meg lehet valósítani, sőt még azt sem jelenti, hogy ezt a jólétet mindörökké meg lehet tartani. Inkább azt jelenti, hogy hitben élni egyfajta kiteljesedés, mely magában foglalja a létezés okainak megértését, és az életfeladatok helyes értelmezését.

Egy világjárvány megaszalhatja a lélek gyümölcsét, a hitet, sőt el is tudja rohasztani azt.

A sok szenvedés és a behatárolhatatlan félelemérzés hallucinációba, tömeghisztériába tudja sodorni a közösségeket. 2020-ban mi is megtapasztalhattuk ezt a tömeghisztériát a karantén kezdetén, amikor megrohantuk az üzleteket és felvásároltuk a kékszeszt, a cukrot, a lisztet, az olajat és a WC-papírt. Később a C-vitamint. A kijárási tilalom elszakított a kedvenc helyeinktől, a templomtól, a piactól, a kávéháztól, a kocsmától, a színháztól vagy tóparttól, bérctetőtől, ahová ki szoktunk menni, hogy kiszellőztessük a lelkünket és az agyunkat. A világjárvány egy időre elszakított a közösségünkötől, az iskolától, a munkahelyünkötől. A világjárvány átütemezett, két lépéssel eltávolított a másik embertől, veszélyforrássá váltunk egymás számára mi, akik azelőtt megöleltük egymást, vagy kezet fogtunk egymással.

A hitről és a vallásról hosszasan tudunk filozofálni békeidőben, megéjtő bonyolultsággal tudjuk előadni, hogy miben hiszünk és mit tagadunk, hogy miben hiszünk leginkább és mit vallunk kevésbé. Kényelmes és biztonságos létfeltételek között barokkos díszítésű mondatokkal ecseteljük, hogy a jézusi evangélium központi helyet foglal el életünkben, hogy majdnem kívülről fújuk a Tízparancsolatot, a Hegyi Beszédet, az Aranyszabályt, és a Szeretet himnuszát. De amikor az orrunk előtt veszi le embertársunk az utolsó kiló lisztet, az utolsó kiló cukrot, az utolsó kenyeret a polcról, akkor nem jut más eszünkbe csak az Átokzsoltárok. Akkor ellenség mindenki, aki abban részesül, amiben mi hiányt szenvedünk. Akkor hitünk vakhitté alakul át és káini gyűlölettel üldözzük embertestvéreinket.

Az általunk hirdetett hitről, lelkiségről legigazabban életvitelünk, tetteink, beszélnek. Az viselkedett igaz keresztényhez méltóan, aki saját egészsége védelme mellett mások egészségére is tudott vigyázni, aki tudott adni lisztből, cukorból, fertőtlenítőből, bármiből, amit a másik ember hiányolt. Azt kell megkérdezni, hogy mily hatalmas Isten szeretete, aki be tudott kopogtatni az egyedül élők ajtaján, és fel tudta ajánlani, hogy segítségére lesz az egyedülállónak, a gyengének.

A világjárvány idején megismerhettük, hogy kire lehet számítani, kiben van egészséges hit, ki tudja szépen megélni a hitét, és ki az aki csak maszknak használta eddig a vallásosságot.

Jótám tanmeséjénél maradva a járvány okozta félelemben és a szenvedésben meg tudtuk tapasztalni, hogy ki milyen gyümölcsöt terem, és ki az, aki csak tüskét tud teremni és kínálni, de azt hiszi magáról, hogy ő a gyümölcsök gyümölcse.

Amikor az olaszországi és a spanyolországi túlszűfolt kórházakról kaptunk tájékoztatást, amikor láttuk, hogy még azok a betegek is, akik nem voltak lélegeztető gépen, milyen nehezen veszik a levegőt, éreztük, hogy milyen kicsinyek, kiszolgáltatottak, semmik vagyunk. Hatalmába kerített a feleslegesség érzése. Istennek nem számítunk, Isten számba sem vesz, nem kellünk neki, ilyen és hasonló érzések fogalmazódtak meg bennünk. Időnként belénk nyilallt az önvád, és szégyenkezve gondoltunk arra, hogy lehet, meg is érdemljük ezt a szenvedést. A sok lelki hányattatás között megesett, hogy elvesztettük hitünket. Azt a békebeli, kényelmesen szent hitet, hogy amikor az életünk akadálymentes, akkor Isten biztosan szeret, s ha szeret, biztosan megérdemljük szeretetét.

Az evangéliumokban gyakran olvasunk olyan példázatot, amely az elvesztett és újra megtalált kincsről, a hitről szól. A legismertebbek a tékozló fiú példázata és az elvesztett juhról szóló példázat. Én most az elvesztett drahmáról szóló példázatot elevenítem fel. Egy asszonynak van tíz drahmája, vagyis tíz pénze. Észreveszi, hogy egy hiányzik. *Vajon nem gyűjt-e lámpást, nem söpri-e ki a házát és nem keresi-e gondosan, míg meg nem találja?* (Lk 15,8) Aztán örömeiben összehívja barátainak és szomszédasszonyait, hogy vele együtt örüljenek a megtalált pénznek.

A vilá járvány veszteséget eredményezett az élet minden területén. Elveszítettünk sok idős, beteg embert, de sok fiatalt is, akik rossz egészségi állapotuk miatt ezt a vírust nem tudták legyőzni. Elveszítettük országhatárokat átívelő mozgásszabadságunkat. Elveszítettük türelmünket a korlátozások miatt, de azok miatt is, akik a korlátozásokat nem tartották be, akik mindig azt keresték, hogyan lehet a szabályokat kijátszani. A végpusztulást vizionálva, vagy csak egyszerűen azért, mert a megszokott vallásgyakorlatunktól elszakítottak, sokan elveszítettük hitünket is.

Isten kiáradó szeretete kellett ahhoz, hogy reménység-lámpásunk meggyúljon, hogy szétnézzünk az életünkben és konstatáljuk, hogy valami nincs rendben. Hogy valami egy időre eltűnt, és a mi feladatunk hogy azt megkeressük. Ki kellett seperjünk, meg kellett tisztítsuk lelkün-

ket a rárakódott sok rossz érzéstől, hogy újra megtaláljuk létezésünk aranyfedezetét, a hitünket.

A megvilágosodottak hálijával raktározom el a világjárvány eddigi napjait. Újra megtanultam világosan látni, észrevenni a bennünk formálódó és életvitelünk révén megnyilvánuló gyümölcsöt, a hitet. Újra megtanultam a tüskebokor árnyékában lapulni, s úgy létezni, hogy lehetőleg minél kevesebb tüskeszúrást kapjak. Újra megtanultam rádöbbseni az elveszett hit fájdalmára. Újra megtanultam összehívni barátnéimat és szomszédasszonyaimat, hogy velem örvendjenek a megtalált élet-pénzemnek, az újjászületett hitemnek. Újra megtanultam, hogy a hit halott, ha nincs megélve, ha nem övezik olyan cselekedetek, melyek egybecsengetnek annak tartalmával. Újra megtanultam, hogy a béke csendje mögött állandó harcok dúlnak, mert a jólét kényelme mögött árad harcot folytatnak különböző érdekcsoportok, és a harc kimenetelétől függ, hogy mi lesz a jelen életvitel divatja. (Így fordítom én az angol trend/trendy szót.) Az életvitel divatja változó. Időnként a csirkehús fogyasztása ajánlott, aztán csak a vegetáriánus étrend, időnként a tiszta disznózsír fogyasztása van előtérben. Egyszer a teljes kiőrlésű gabona, aztán a finomított liszt ajánlott fogyasztásra. Viseletnek ajánlott a bársony, a kendervászon, a lycra, a selyem, de volt idő, amikor csak a nejlon volt a divat. Időnként menő a hiphop szabad tánc, de ideje van a társasági táncoknak és a néptáncnak is. A forradalom előtti életvitel egyik fő jellemzője a templom mellőzése volt, aztán a kilencvenes évek elején újra divatba jött a templomlátogatás.

Különböző korokban és időszakokban változik életvitelünk. Változik annak tartalma és formája. Hitmegélésünk is változó. Életkörülményeink változása maga után vonja vallásosságunk, lelkeségünk megváltozását. Egy világjárvány meg tudja változtatni vallásos meggyőződéseinket is, bizonyos meggyőzések felerősödnek bennünk, mások elhalványulnak. Örök változatlan egy dolog marad minden körülmények között: az ember hit utáni vágya. Kiölhetetlen.

Rácz Norbert Zsolt**NE AGGÓDJATOK**

*„Ne aggódjatok tehát a holnapért, mert a holnap
aggódik magáért: elég minden napnak a maga
baja.” (Mt 6,34)*

Elszalasztottak a minap az üzletbe. Máskor nem szoktam örövendeni ennek a feladatnak, mert alig van olyan hely a világon, amelyben könnyebben eltévedek, mint a nagyobb élelmiszerboltok. Általában üveges tekintettel őgyelgek a polcok között, irigyen szemlélve a magabiztos, rutinós bevásárlókat, akik mindig tudják, hogy mi hol található. Most mégis örvendtem, mivel végre kimozdulhattam az önként vállalt kvázi-karanténból és a járvánnyal kapcsolatos teendőim közül. A lépcsőház előtt viszont mégsem az üzlet felé indultam, hanem – mint a gyerek, aki rossz jegyet kapott az iskolában, és a lehető leghosszabb úton megy haza, hogy elodázza a szembesülést – nagy kitérőt téve céloztam meg a boltot. Szoktam ilyen „túrákat” tenni máskor is. „Megjárom magam” – szoktam mondani, s ilyenkor mintegy számba veszem a belváros néhány meghatározó pontját. Most is ezt tettem: néztem az épületeket, figyeltem az embereket, s hagytam, hogy fussanak a gondolataim. Amint így bók-lásztam, arra lettem figyelmes, hogy mennyire másképp viszonyulnak egymáshoz az emberek. Mintha nagyobb ívben kerülnénk el egymást, mintha hosszabban és gyanakvóbban szemlélnénk a szembejövőt, jobban odafigyelnénk a közeledőre. Vagy csak én lettem gyanakvóbb, figyelmesebb, másokat kerülőbb, óvatosabb, mint máskor? Mindegy – gondoltam, s peregetek az elmúlt napok eseményei, a hosszú gyűlések, a különböző hatósági rendeletek és azok egyházi következményei, a tennivalók és a tervek. Mindez egy láthatatlan, de potenciálisan gyilkos vírus miatt. Lehet, hogy épp most lélegzem be a betegséget... Milyen furcsa ez a láthatatlan ellenséggel folytatott háború, amikor minden

lélegzetvétel felérhet egy telitalálattal. Vajon mi lesz ezután, mi lesz a családommal, a gyülekezetemmel, azokkal a kedves emberekkel, akik még vasárnap is olyan furcsán-gondtalanul néztek rám a templomban, és nem értették az óvintézkedéseket? Hogyan változik meg a világunk, amikor lejár a vész? Elképzeltem, amint az én sejtjeim – micsoda mérénylet – lehet, hogy pont ebben a pillanatban reprodukálják hihetetlen sebességgel az őket meggyilkoló parányi élőlényt. Valósággal látni véltem, amint szétterjed az ezer meg ezer vírus, hogy tüzes ostrom alá vegye testemet.

Így érkeztem az üzlet elé, ahol szép sorban várták az emberek, hogy az őr az ajtóban megértő arckifejezéssel rendre beengedjen. Mindenki között egy-egy bő méter, amit senki sem kellett betartasson, hiszen mindenki tudja már, mi a teendője... És ott álldogálva sajdukt belém a felismerés: ez a vírus nemcsak a testet, hanem az elmét is ellepi. A fertőzés nemcsak a testek között terjed bámulatos gyorsasággal, hanem talán még gyorsabban árasztja el az elmét, a tudatot. Amint gondolatsejtről gondolatsejtre haladva lepi el szellemünket, úgy fokozódnak a nem testi, de annál valószínűbb tünetek: félünk, aggódunk, gyanakszunk, menekülni akarunk, tagadjuk, reszketünk. Ez a járvány nemcsak a test baja, hanem ugyanolyan mértékben az elméé is. Ott is terjed, szaporodik és ostrom alá helyez.

Amint a test a vírusok hatására lázzal válaszol, úgy reagál az elme is a maga eszközeivel: aggodalommal, szorongással és félelemmel telik meg. És ugyanúgy, ahogy a láz bizonyos szintig hatékony, úgy a teljesen természetes aggodás és félelem is hasznos. De aztán mind a testi, mind a lelki folyamatok esetében megvan az a pont, amikor a tünet veszélyessé válik, hiszen a test és az elme pusztulásához vezethet.

Mindig némi fenntartással olvastam Jézusnak az alapgondolatként felvett szavait. Hiszen hogyan ne aggódjunk a holnapért? Hogyan legyünk olyanok, mint a liliumok vagy az ég madarai? Vajon nem olyan szentencia ez, ami jól hangzik háziszótteseken, könyvjelzőkön, de igazából megvalósíthatatlan a való életben? Talán csak most kezdek valamit érteni ebből a gondolatból, főleg ha szemügyre veszem magam körül a viszonyulásokat. Hiszen valóban vannak még mindig olyanok, akik nem tulajdonítanak nagy fontosságot e mostani helyzetnek. Gúnyt űznek az óvatoskodókból, s főlényesen nevetnek a félőkön. Ők valóban nem aggódnak, de nem hiszem, hogy Jézus helyeselné a viselkedésüket.

Másokat meg, ellenkezőleg, megbénít a félelem. Agyukat előnti a vírus rémképe, mint nekem bevásárlóutam folyamán, amikor mindenhol, minden sarkon, minden szembejövőben, minden pillantásban látni véltem a kórt. A hozzám hasonlóknak, akik most legszívesebben a paplan alá bújnának, mint a gyermek, aki tudja, hogy ott nem érik el a rémek, s végig hibernálnák ezt az időszakot, nekünk igenis van mondanivalója a jézusi gondolatnak. Mert ezek a rémek fokozatosan nőnek, s egy idő után már a lélegzetünket is visszatartanánk, nehogy utolérjen a „gonosz”.

Az ilyeneknek, mint az én bevásárló énem, szükségük van a jézusi hit erejére. Arra, amelyik azt mondja, hogy tégy meg minden óvintézkedést, persze, maradj otthon, moss kezet, hallgass meg minden jószándékú határozatot, és cselekedj aszerint. De közben azért maradjon meg a józanságunk. A bizalmunk, hogy túlleszünk ezen a helyzeten, mert velünk van Istenünk. A Jézus által hirdetett örömmüzenet nem az életet kockáztató vakmerőséget hirdeti, hanem orvosság arra a lelki vírusra, ami megbénítja az elmét. Mint a lélegeztetőgép a tüdőbetegnek a levegőt, pumpálja belénk a bizalmat, hogy képesek legyünk kordában tartani félelmünket.

Ez most egy borzasztó dráma, amelynek mindnyájan szereplői vagyunk. Aggódjunk és féljünk magunkért, és vigyázzunk másokra, de őrizzük meg józanságunkat, a mában járunk és ne a holnap vagy holnapután bajait vetítsük előre. Figyeljünk oda minden napnak a maga bajára, azaz kihívására, és szemléljük annak az embernek a bizonyosságával, aki tudja, hogy minden nehéz helyzetben Istene ott van vele, és nem hagyja el. Maradjunk a jelenben, és elménk egészségét őrizzük meg, mert ha e vírus ott kezd ki, akkor a testi kór esetleges érkezése már csak másodlagos kárt képes okozni. Ezért, mondom én is Jézussal, ne aggódjunk a holnapért, hiszen minden napnak megvan a maga baja, ehelyett őrizzük meg derűnket és józanságunkat, hogy az Istentől mindenkihez érkező hitsugarak hajnalt hasítsanak sokszor borús életegyükön. Ámen.

GELLÉRD IMRE

1920. január 3-án született Székelybethlenfalván. Gyerekkorának egy részét édesanyja rokonainál tölti egy udvarhelyszéki faluban. A teológiával párhuzamosan elvégzi a magyar–francia tanári szakot is. Első szolgálati helyén elindítja a dalárdát, egyházi ünnepek alkalmából templomi jeleneteket rendez. Ő maga is ír jeleneteket, elbeszéléseket. Tovább tanul, 1956-ban a Protestáns Teológiai Intézetben magiszterre avatják. Jelentős funkciókat töltött be egyházában, főtanácsai tag is volt. 1959-ben letartóztatják, és hétévi börtönre ítélik rendszerellenes tevékenység vádjával.

Ha a meghatározásoknak megfelelően kitöltötte a nagy hálót, másolja át az alsó számozásnak megfelelően a betűket a kis hálóba, ott Gellérd Imre utolsó szolgálati helyének a neve lesz a megfejtés.

VÍZSZINTES: 1. Lányunk férje. **2. Itt volt lelkész letartóztatásakor.** 14. ... Katalin, angol királyné, VIII. Henrik első felesége. 15. Árvita. 16. T Matematikai tételt bebizonyít. 17. Éneklő szócska. 19. ... Beach, floridai település. 20. Mexikói város. 22. Tanító. 23. Dimenzió, röviden. 24. Hamis indok. 27. Belga város. 29. Kanapé. 32. Téli sport. 33. Világító eszköz. 36. Magyarországi horvát népcsoport. 37. Vörös ..., viking vezér volt. 38. Dal. 40. Tupac ..., indián lázadó volt. **42. Ilyen szakos tanár is volt Gellérd Imre.** 45. K mezon. 47. Oxigén és szén vegyjele. 49. Semmi, latinul (NIHIL). 51. Sál két vége! 52. Nadrágszój. 53. Mobil telefonos üzenet. 55. Szintén ne. 56. Érzékeny növény. 58. Holt nyelv. 60. Kocsma része. 61. Afrikai nép. 62. Dacos szó. 63. Nagyon figyelmes. 64. Oszlopon nyugvó ívsor.

FÜGGŐLEGES: 1. **Ennek a bizottságnak volt sokáig az elnöke a lelkész a székelykeresztúr-udvarhelyi egyházkörben.** 2. Svéd aprópénz. 3. Tejipari melléktermék. 4. Helyeslő szó. 5. Nem áll. 6. Dalol. 7. Szegecs. 8. Harapásnyi étel. 9. Osztrák és olasz autójel. 10. Könyvet forgató. 11. ... Tapes, román uralkodó volt. 12. ... Miklós, Mikszáth hőse. **13. Ezzel a minősítéssel avatták magiszterre a lelkészt 1956-ban a kolozsvári Unitárius Teológiai Intézetben.** 18. Vörösinges Pál utcai vezér. (Feri) 21. Hibásan jegyző. 25. Krétai focicsapat. 26. Keresi a ... a csomót (szólás). 28. Győz. 30. Orosz folyam. 31. Horgászás közbeni művelet. **34. Ebben a faluban tölti a lelkész gyerekkorának egy részét.**

35. Japán elektronikai márka. 36. ... Francisco, amerikai nagyváros.
 39. Genf része! 41. 1101 római számmal. 43. Ebben az időben. 44. Becé-
 zett női név. 46. Máramarosi. 48. Kotló költi. 49. Pedagógus teszi. 50. El
 van rontva. 54. Angol Miklós. 56. Ritka családnév (MÖRÉ) 58. Becézett
 Mária. 59. Például: Lajos vagy Piroska.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
				3								S
14					9				15			
16							17	18	19			
20	21			22						23		
24		25	26	27		28		12	29		30	31
32		33		34			35	36				
37			11	38	39			40	41			
42		43								44		M
45	46			47	48	49		50			51	
52		2	53	54		55		1	56	57		
58				59	60			61			7	
62				63				64				5
										65	6	

			1	2	3	2	4	2	5	-	
	6	7	8	9	3	3	11	4	12	2	9



Andorkó Orsolya M.

MELLKASI FÁJDALOM

A leggyakoribb tünetek egyike a mellkasi fájdalom, ami igencsak ijesztő érzés – már önmagában is sokszor elegendő ahhoz, hogy orvoshoz forduljunk. Életkortól függetlenül vizsgáltsuk ki magunkat, ha tapasztaljuk magunkat ezt a tünetet. A mellkasi röntgenvizsgálat és EKG készítése a legfontosabb, hogy fény derüljön egy esetleges életet veszélyeztető állapotra, mint például szívinfarktus, tüdőembólia, légmell, többszörös bordatörések.

Mellkasi panaszokat okoz egy sor légzőszervi, szívérrendszeri, mozgásszervi, emésztőrendszeri, daganatos, valamint idegrendszeri és pszichiátriai betegség. Csak egy alapos orvosi vizsgálat tudja eldönteni, hogy a panaszunknak mi az oka. Ne késlekedjünk, mert a halogatás („majd elmúlik”, „most nincs időm”) akár az életünkbe is kerülhet egy hirtelen jelentkező mellkasi fájdalom esetén. Jelentkezzünk sürgős kivizsgálásra, ha a mellkasi fájdalom kisugárzik a bal karba, állkapocsba, valamint ha légszomj, hideg verejtékezés, szapora szívverés, köhögés, véres köpet is társul ehhez.



Kisgyörgy Benjámin

MEZSGYÉK

„Az ember magasra tör, mégis a mélységet szenved el: betegséggel, tragédiákkal. Ám az előtt, aki önként járja be a lélek lidérces éjszakájában az árnyak birodalmát, magától feltárul a mélység talapzatán nyugvó mennybolt magassága.”

(Rüdiger Dahlke)

Egyik percben még süt a nap, csiripelnek a madarak, a másikban meg minden diszharmóniába fullad.

Egyszerre hűvös lett és sötét. Kevesebb lett a fény. Mintha az is hátrahőkölt volna a szörnyűség láttán.

Ott, akkor Hozzá szóltam. (Pedig nem is hittem Benne igazán...)

Azt mondják, zuhanó repülőn kevés az ateista. A teista világ minden cinizmusa benne van ebben az egy mondatban. És igen... a bajban Hozzá szóltam én is. Neki meg egyik szeme sírt, a másik nevetett... azt hiszem.

És kérdeztem Öt. Nem válaszolt. (Nem szokása.)

Végül minden más lett. Gyengébb minőségűre változott a lét.

– Mihez kezdjek most magammal? (Ez itt a kérdés salonképesebb verziója.) – ezen töprengtem, s konokul néztem kifelé a fejemből. Ott, akkor, a bénulást követő első években úgy éreztem, hogy száguldó vonaton ülök, és tehetetlenül nézem, ahogy a saját életem elrohan az ablak előtt. És nem tehettem semmit. Ott voltam magatehetetlenül, fájdalommal kitömve, célok nélkül, reményvesztetten, magamba zárkózva. Magamba zárva...

Ez az én sztorim instant verziója. Semmi extra, csak egy a 7,8 milliárdból. És csupán azért került ide bevezetőként, hogy kicsit „színre lépjen” az ember is az írás mögül. Így – az életforma tükrében – remélhetőleg kicsit közvetlenebb, emészthetőbb és emberibb lesz az írásom.

Hamis biztonságérzetünk mindig, minden percben azt sugallja, hogy rendben vagyunk, jól vagyunk, és nem történhet valójában semmi rossz velünk. Nem érhet baj, mert vigyázunk magunkra, vigyázunk egymásra, résen vagyunk és alapvető életösztönünk arra sarkall, hogy lehetőleg túléljünk minden megpróbáltatást. (Ez az úgymond normális viselkedésminta.) Kicsinyes egónk már csecsemőkorunktól kezdve azon munkálkodik, hogy személyiségünket olyan formában építse fel, hogy az a lehető legjobb válaszokat adja a környezeti kihívásokra. És az anyagi világ illúziójába veszve sokszor eszünkbe sem jut, hogy legtöbb – mindennapi életünkben jelen lévő – dolog az általunk sokkal kevésbé érzékelhető, nem anyagi valóságban gyökerezik.

Vannak olyan élethelyzetek, amikre nemcsak hogy nem számíthatunk előre, de annyira idegenek az addigi életünk alatt begyűjtött ismeretsomagtól, hogy ha előre tudnánk is megnyilvánulásukról, akkor sem lennénk képesek ilyesfajta kihívásokra megfelelő módon reagálni.

Mit tehet az ember, ha mondjuk egy pillanat alatt teljesen elveszíti az uralmát fizikai teste fölött? Ha egy másodperc töredéke alatt a nyakától lefelé teljesen lebénul. Ha többé nem érez semmit, és nem mozdul az addig jól „szolgáló” test. Elárulom: nem sokat.

Emberekként úgy működünk, hogy ha tehetnénk, soha nem vállalnánk be semmiféle nagy léptékű változást. Szeretjük, vágyjuk a biztonságot, és nagyon kevés az a tudatos viselkedésforma, amikor önszántából kilép az ember a komfortzónájából bármiféle tudatos önépítés, személyiségcsiszolás céljából. Ezzel ellentétben a sors, az élet (vagy Isten), vagy a személyes karmánk (csak, hogy a kultúrkörök felidézése teljesebb legyen) néha produkál számunkra olyan kényszerítő élethelyzetet, amikor úgy érezhetjük, nincs beleszólásunk életünk folyamának irányításába. Amikor csak úgy megtörténnek velünk a dolgok.

Ezek mindig súlyosan megpróbálják, megviselik személyünket, lelki világunkat. Változásra, változtatásra kényszerítenek.

Ugyanakkor ezek a sorsfordulók magukban hordozzák a lehetőségét annak, hogy tudatosan mérlegelve (a bőrünkön belül történő dolgok tükrében) valamilyen módosítást léptessünk életbe a megéléseink, kész-

tetéseink, vágyaink, érzelmeink területén. Úgy gondolom, sőt meggyőződéssel hiszem, hogy a „legfelsőbb szervek” soha senkit nem hagynak magára. Az Isteni gondviselés valós, létező, tényekkel alátámasztható minőség.

Betegségben, vesztésben, testi-lelki megpróbáltatásban ösztönösen keressük a fogódzkodót, a kapaszkodót, a stabil pontot, ami segítene visszajutni valahogy elvesztett egyensúlyi állapotunkba. És tesszük mindezt értékrendünkől, világképünkől, intelligencia- és műveltségi szintünkől függően a kényszerítő körülmények hatására. Közhelyszámba megy – tudom –, de olykor igazán nehéz időszakok alatt, idézem: „megtaláljuk Istent”. (Jelentsen ez bármit is.)

Bénulásomat követő első években (ahogy ez megszokott) elég gyakran tisztelőtük tették nálam különböző felekezetek és gyülekezetek képviselői is. Derekas hittérítői munkát végeztek, nem kétséges. Rólam pedig lepergett mindenféle vallásos ájtatosság. Istenhitem gyerekcipőben járt.

Egy dolog azért megragadt a fülemben: többen is mondták, hogy azért élhettem túl, mert Istennek még terve van velem. Na, erre már fel-



kapta az egóm a fejét. Szép lassan keresgélni kezdtem minden irányba. Szerettem volna megérteni, mi ez az ámokfutása sorsomnak. Kerestem a válaszokat a sok miértre. Arra, hogy mi lehet e mögött a kegyetlennek tűnő, rám kényszerített változáshalmaz mögött.

Ma már tudom, hogy az ilyesfajta keresés egész életre szóló kaland. És biztosan tudom, hogy a változás mint olyan mindig hasznos. Mert a változások új dimenziókat nyitnak a fejlődő lélek előtt. És minél nagyobb a törés, annál nagyobb változást fog előidézni. Ennek előjele viszont mindig kétséges Istentől kapott szabad akaratunk tükrében.

Az ember, aki ma vagyok, nem létezhetne anélkül, aki valamikor voltam. Sorsszerűségek, a gondviselés és a szabad akarat gyakorlása csiszolta ilyenné személyiségem. És nem tudom elképzelni a világomat Isten nélkül (nem is igazán akarom). Kérdezhetné valaki, hogy mi változott meg azzal, hogy hosszú évek folyamatos keresése, munkája, alázatai, őrjöngései, elengedései és ragaszkodásai után érzem a Jelenlétet az életemben? Nos, a válaszom rövid: minden.

Életünk során legtöbbször eldönthetjük, mit gondoljunk, hogyan cselekedjünk. Nagyon kevés az olyan életszituáció, amikor nincs beleszólásunk a cselekménybe. Akik ma vagyunk, az a múltban meghozott döntéseink eredménye. Ahogy ma döntünk, az vetíti elő a holnapi önmagunkat.

- Ébredj! – szól a fájón ismerős hang. Évezredek visszhangja.
- Nem lehet. Nem tudok. Nem úgy...

Rácz Norbert Zsolt

LÉTÉLESZTŐ

*„Más példázatot is mondott: »Hasonló a meny-
nyek országa a kovászhoz, amelyet fog az asz-
szony, belekever három mérce lisztbe, míg végül
az egész megkel.«” (Mt 13,33)*

Ki gondolta volna, de nagy hiánycikké vált az élesztő! Olyannyira, hogy a világháló mindig viccelődő népe tréfát is faragott belőle: lisztes lány élesztős fiút keres! – mondja a járványkori társkereső. Ebben a nagy fejtelenségben mindenki péknek vizionálja magát, aki a soha meg nem élt hiány napjaiban a szükséget lerben süített kenyérrel csillapítja. Nemes gondolat – mit is mondjak! S ha nem megy, sebj, biztos van videó a YouTube-on, ami elmagyarázza, hogy mit is kell tenni... Vissza az alapokhoz, harsogja hangtalanul szólamát a még mindig könnyed jelen. Nagyanyáink módijában majd mi is feltaláljuk magunkat, mondja magabiztosan a saját felsőbbrendűségének tudatában nevelt 21. század. Mit mondjuk erre? Jól van hát, süssünk, varrjunk, foltozzunk – vissza az alapokhoz!

Most egy másik alaphoz szeretném kalauzolni az Olvasót. De van egy jó hírem is! Itt is jól jön az élesztő, csak nem olyan, mit nem talál a szupermarketben. Nem csigázom a kíváncsiságát, a vallásról akarok beszélni. De nem úgy, ahogy megszokta, nem a vasárnap délelőttök nyájas-nyúlós hangulatában, nem orrhagon elmondott rutinprédikációk stílusában, mert erre most már nincs idő.

Kezdjük mindjárt ott, hogy amikor tiszta kék ég takarja az életet, akkor könnyű vallásosnak lenni. Amolyan hétvégi hobbfoglalkozás, amit az ember kipipál teendői között. Isten, ima, templom, ünnep – persze, mindez fontos, bólintunk rá, de csak úgy, mint a pohártartó az autó műszerfalán: hasznos, de nem nélkülözhetetlen. Eljárunk, részt veszünk,

dagadó mellet mutatjuk az idegeneknek a templomot, és elmondjuk, hogy ez milyen szép, milyen fontos, milyen régi. Megtűrjük a papokat a rendezvényeinken, türelmesen végighallgatjuk sokszor kenetteljes, unalmas beszédeiket, sőt meg is dicsérjük egy-egy jól sikerült közhelydömping után: szép volt, tiszteletes úr! Mondom, amikor süt a nap, és a polgár békében legel, akkor könnyű vallásosnak lenni. Vagy legalábbis azt mímelni...

Aztán történik valami, és hirtelen beborul. Elüt az élet, ránk dől a gyász, csúszóssá válik a talaj, vagy – mint most – életveszélyes járvány üti fel fejét, és az ember magára marad. Ilyenkor olyan, mintha hirtelen egy üvegburát tennének a fejünkre, ami civilizációnk nyugtató hangjait kizárja, és az ember magára marad a beálló csendben. Először persze kikéri magának, követeli, hogy most azonnal valaki tegyen valamit, jöjjön az állam, a párt, a... De nem jön senki, és a csend kezd nyomasztóvá válni, mert a sűrű sistergésben lassan beszélni kezd a bent. Végletes kérdések fajulnak démonokká, és zuhanunk és zuhanunk. Lassan levetkőzünk megszokott szociális létünk minden zakóját, nyakkendőjét, elfakul a smink, lepattogzik a körömlakk, és a beálló némaságban kapkodunk. A tudós megvonja a vállát, az orvos vészjóslóan sóhajt, a politikus zavart mosollyal hebeg, miközben fejünk körül denevérszárnyon csattog a rettegés.

Most ugye, azt várja a nyájas olvasó, hogy a tiszteletes megvédi a mundért, s kimondja, hogy na, tetszenek látni, itt jövőnk be a képbe mi, a papok, az egyház, a vallás, és folyik egy többé-kevésbé jól megkomponált marketingszöveg. De – fájdalom – nem ez lesz! Nem itt jönnek be a papok, hiszen ők egy bekezdéssel feljebb már lemaradtak, a többiekkel egy sorban. Ha itt bármi „bejön”, akkor az csakis a lét elviselhetetlen könnyűsége – hogy Kundera nyelvi zsenialitását idézzük. A „Mi lesz most? Ki vagyok én? Mi értelme ennek az egésznek? Mi lesz, ha meghalok? Mi lesz, ha más hal meg?” jellegű kérdések fájdalmasan disszonáns kórusa. Azaz „bejön” a sivatag.

Jézus – áhá, itt bújik ki a szög a zsákból – negyven napig küzdött a sivatagban. De ő rendkívüli volt, legtöbbünknek több kell ennél. Negyven napig marcangolta magát, amíg kilábal belőle. Miből is? Hát az üvegburából, ami ránk nehezedik. És közben megtisztult minden szennytől, sallangtól, póztól, azaz ember lett, akinek egyedül van joga beszélni kovászról és kenyérről, no meg a mennyek országáról... Arról a folyamatos

kihívásról, amit tanítványa, Pál, a krisztusnak nevezett, és amit annyiszor vétünk el mindahányan. Arról a magról, amit csecsemőkorunkban a markunkban szorongatunk, de – amint szárazzá válik a tenyér – el is felejtünk. Arról a világról, ami a gondolat sziporkázásában és a cselekedet tűzében kovácsolódik valósággá. Arról a csodáról, ami a lecsupaszított és kismimizett és megkínzott emberek félelmet legyőző nyugalmból válik valósággá. Arról a naiv rácsodálkozásról, ami a kelő kenyértésztában Isten rejtélyes játékát és gondolatformáló erejét mutatja fel.

Ez az ima erről akar beszélni ebben a lecsupaszított korban. Azt akarja, hogy erősítsen és elgondolkoztasson. De nem akar meggyőzni, rávenni, megnyerni valaminek. Ez az imasorozat azt célozza meg, hogy önként vállalt kényszer-raboskodásunk során elgondolkozzunk, és igazi, őszinte imára hangolódjunk. Fogadja a kedves Olvasó ezeket a szösszeneteket vitaindítókként. A sivatag végtelenjében homokba rajzolt vonalakként, amelyhez viszonyulni lehet. Nem kijelentések, hanem A Kijelentés egy-egy zamata, amit ízlelni kell. Ha egyetértünk vele, jó, ha nem, akkor is jó! A lényeg az, hogy abból a gazdagságból, amit Bibliának hívunk, erőt merítsünk, azaz nézzük, amint a kovász hatására dagadni kezd a tészta. Hátha sül belőle kenyér is... Ámen!



Andorkó Orsolya M.

NEHÉZLÉGZÉS

A légzés automatikus élettani folyamat, tehát szinte nem is veszünk tudomást róla, csak ha zavarttá válik. A légzéssel valósul meg a szervezet sejtjeinek oxigénfelvétele, illetve az anyagcsere egyik végtermékeként képződött széndioxid kibocsátása. Oxigénhiányos állapotban minden egyes szervünk működése zavarttá válik, ezt legelőször az agysejtek szenvedik meg. Ennek első jele az aluszékonyság. Fontos tudni, hogy a nehézlégzés lehet valós jelenség, amikor is a beteg kapkodja a levegőt, kilégzéskor présel a mellkas („sípól”), a bőr kékessé válik, a vérgáz-elemzések is alátámasztják az oxigénhiányt. A nehézlégzés lehet szubjektív érzés is, ilyenkor az előbb említett jelek nem állnak fenn.

A nehézlégzés elsősorban a légzőszervek megbetegedésében lép fel, de számos szívbetegség is nehézlégzést okoz. A mellkasi sérülések is nehézlégzést okoznak (a beteg szaporán és felületesen lélegzik, mert a légzőmozgások, a mellkas tágulása erős fájdalmat okoz), de bizonyos idegrendszeri betegségekben, izomsorvadásban is nehezített a légzés. Szinte mindenki ismeri az asztmások nehézlégzését, a kilégzés megnyúlását és a jellemző sípolást. A súlyos szívbetegeknek is sípoló nehézlégzésük van. A tüdőgyulladás egyszerre okoz nehézlégzést és mellkasi fájdalmat, akár csak a szívinfarktus vagy tüdőembólia.

A nehézlégzésnél kulcsfontosságú, hogy fokozatosan alakul ki, vagy hirtelen lép fel. Függetlenül attól, van-e vagy nincs valamilyen krónikus betegségekünk, sürgős orvosi vizsgálatra van szükség. A fokozatosan ki-

alakuló nehézlégzés vizsgálata sem hanyagolható, főleg szívbetegек esetében.

A nehézlégzés mint szubjektív élmény pszichiátriai kórképekre jellemző, a pánikroham például sokszor egy nehézlégzés és fulladásérzet kíséretében jelentkezik. Ilyen esetben ki kell zárni a tüdő- vagy szívbetegséget.

Minden orvosi vizsgálat elsődleges célja, hogy azonosítsa a szervi megbetegedéseket, és ha ezek ki vannak zárva, akkor javasolt a pszichiátriai vizsgálat, illetve kezelés (gyógyszeres vagy pszichoterápia).

DURUZSOLÓ TÚZNÉL

Mint messzi China földjén vasúti bús karambol,
Ujságban furcsa hír csak, s nem tépi idegem,
Mert tán nem is való, oly messzi s idegen,
Úgy rémlik most az élet, amely röpül és rombol...

Emlékek látogatnak szelíd gyermekkoromból,
Tünődöm tűnt szobákon, szavakon, szíveken;
Emlék! sok drága szénrajz avatag íveken,
Szénnel a múlt üszkéből, finom porló koromból...

Duzzadva kél a hold künn az alvó, halvány dombról,
S ragyogva leng túl minden vak földi sokadalmon:
Zűrös vásár fölött szép, elszabadult ballon!

Nézem, s tünődő, álmos mosolyom kérdi: vajjon
A tűz duruzsol-e, vagy bánatomat hallom,
Mely karmait bevonta szivemben, és dorombol...

(1915)

SIMÉN DÁNIEL

1903. február 13-án született, 1969. február 25-én hunyt el a lelkész, egyházi író. Középiskolai tanulmányait a székelykeresztúri unitárius gimnáziumban végezte; az Unitárius Teológiai Akadémián 1928-ban szerzett lelkészi diplomát. Ezután az Egyesült Államokban tanult.



1940-től Kolozsvárt az unitárius teológia tanára: a gyakorlati teológia előadója; 1942-ben a Ferenc József Tudományegyetemen tanári vizsgát is tett, 1945-ben neveléstudományból és lélektanból doktorált. 1947-ben az főjegyzővé választották, 1959-ig volt tanár és egyházi főjegyző, ekkor Erdő János és Lőrinczi Mihály tanártársaival együtt koholt vádak alapján hét év börtönbüntetésre ítélték. 1964-ben szabadult, utána Aranyosgyéresen volt lelkész haláláig. Cikkeit, tanulmányait a *Keresztény Magvető*, *Unitárius Naptár*, *Unitárius Szószék* közölte. Fordításában jelent meg Simons Minot *Egy modern Istenhit* c. műve (Kolozsvár, 1937). Egyik kötete: *A lélek problémái* (Székelyudvarhely, 1939).

Írja be a következő, ábécésorrendben, betűszám szerint megadott szavakat a nagy hálóbba, majd másolja át a számozott négyzetek betűit az alsó, kisebbbe. Ha jól dolgozott a nagy háló sötétített soraiból megtudja, hogy hol volt segédlelkész, rendes lelkész, hol született és még melyik lapban közölt. A kis hálóban egy másik kötetének a címe lesz olvasható.

2 betűsek: AM, EB, DL, GA, IB, IT, HN, LA, NO, OL, RA, RS, TÉ, YO

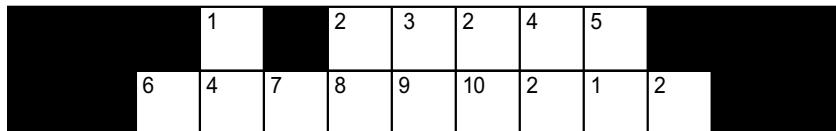
3 betűsek: AKI, APA, ATÉ, AVE, AZ A, DON, ÉLT, GŐZ, HÓD, ITT, NOS, ODA, OTA

4 betűsek: AGÁR, AMAZ, AMUR, ANNO, LAKÓ, MULT, OKOK, ORSI, RÓLA, SIMA, SONG, SZIK

5 betűsek: AKADÓ, ANIKÓ, AZÓTA, ÁNYOS, FAROL, LYONI, MOTOZ, ÓVODA, RIBÓZ, SZAKI

6 betűsek: ALAKIT, BUKÉTA, LETILT, ODAVAN

7 betűsek: ADAKOZÓ, ALANTAS, ÁTITATÓ, DROGOZÓ, ÉLET-ADÓ, KOMATÁL, OZSDOLA, RAKAMAZ, TÖNKÖLY



A MAGVETŐ

Egy öreg, ki néha (hogya a bohót tanítaná,
S eszére hozná) esztelent játszik vala,
Felül egy ladikra, mellyet egy evező legény
Félkézzel is lehajthatott, s megyen a folyón,
A gyülekezet, mely valami pompás ünnepet
Ülvén, csoporttal jára a vízpartokon,
Csak oldalaslag nézte, mit akar, s mit csinál,
Mikor ő marokra szedi, s marokkal szórja be
A vízbe a magot. – Erre a nép nagy kacajt
Üte; – Ő pedig: Hát nektek, úgymond, mi bajotok?
Miért kacagtok? mert, hiszem, ha engemet
Csak azért nevettek, hogy ideszórom a magot,
Magatokat is ki kellene úgy nevetnetek.
Minden pazárló úgy teszen, mint én teszek;
Minden sibarita úgy teszen, mint én teszek;
Minden könyv-író úgy teszen, mint én teszek;
Minden recensens úgy teszen, mint én teszek;
Minden mesélő úgy teszen, mint én teszek.

(1816)



Márk Attila

VERSIONES IN THEME...

A téma örök. Isten dicsőítése zenével, énekkel. A hang, az isteni teremtettség csodálatos adománya, mindig az emberi vallásos érzések kifejező eszköze volt. A levéltárak kutatása közben mindig két idézet jutott eszembe, amelyek újból és újból visszacsengtek fülembbe. „Semmi sem állandó, csak a változás maga” – mondta az ókori Hérakleitosz. „Nincs semmi bajom a változásokkal, csak szeretek nem ott lenni, mikor történnek” – vallotta az egyik ismert bűnügyi sorozat szereplője, Adrian Monk nyomozó. Olvasva az elmúlt idők tanúságát hordozó levéltári iratokat, mintha mindkét vélemény igaz volna egyházi zenénk vonatkozásán. E néma tanúk vallomásából szeretnék néhányat megosztani az olvasóval.

A reformáció kezdetén Luther Márton még azt vallotta: „Egész szívemből dicsérem és magasztalom a zene szabad művészetét, Istennek azt a szép és pompás adományát.” A vallásos megújulás későbbi hívei viszont nem tartották elégségesnek a német reformátor intézkedéseit:

„Luther[...] nem bocsátotta a Szentírás tiszta vizét mindenik énekbe, s így a régi seprő még nem tudott leüledni az edény fenekére.” – vallották Kénosi Tőzsér János és Uzoni Fosztó István. Sőt, a templomi orgonát egyenesen az Antikrisztus eszközeként tartották. Az 1567-ben, Gyulafehérváron kiadott *De falsa et vera...cognitione* című könyvükben az erdélyi és lengyel, unitárius elveket valló papok így fogalmaztak: „A misék megtisztítását először is az éneken kezdtük, s azt mindenféle trombitáktól és orgonáktól megszabadítottuk”. Ugyanabban az évben Dávid Ferenc püspökünk így vélekedett: „Azonképpen[az Antikrisztus] az Istent külömb külömbféle emberi játékokkal akarta tisztelni, tudniillik or-

gonákkal, csengetőkkel [...] Efféle hamis isteni káromlásokkal semmivé akarta tenni az igaz isteni tiszteletet és dicséretet, mely lélekben és igazságban vagyon.”

Természetesen az éneklést nem iktatták ki a liturgiából. A megreformált szövegű, hangszerkíséret nélküli (a capella) éneklés továbbra is fontos része maradt az istentiszteletnek.

Mivel az orgonálást, sípolást „babonaság vagy valami fertelmes indulatra való gerjedés” forrásának tartotta, Enyedi György püspökünk 1594-ben, egyik beszédében vallotta: „Mű azért elégedjünk meg az szájjal és szóval mondott dicséretekkel, és eképpen magasztaljuk az mi Istenünket.” 1606-ban, a kolozsvári zsinaton kimondták, hogy „a diákok és oskolamesterek serio (komolyan) tartózkodjanak a kocsmázástól és a zeneszerszámoktól, és a tanulányaikban szorgalmasak legyenek.”

Ennek ellenére van egy 17. századi híres kántorunk, akiről dr. Szendrey János írt ismertetőt, az 1892-es *Archeológia Értesítő* közölte: „Domboi Székely János 1667 sept. lett a kolozsvári collegiumban tógás diák. 1680. április 1-én iklódi Tholdalagy András unitárius főúrhoz ment kántornak, orgona és hárfajátszó mesternek. E művészete valamint szép éneke által annyira megnyerte patrónusa tetszését, hogy ez nemességet szerzett neki: a címér-levelet Apafy Mihály 1684 mart. 4-én állította ki Fogarasba.” A címet is leírta a szerző: „Ezen az orgona előtt áll maga Székely János. Ruházata hosszú, térden alól erő lilaszín mente v. dolmány, mely körös-körül szürke prémmel van szegélyezve, nadrága sötétszürke, csizmája fekete magyar csizma. Feje fedetlen. Kezével az orgonán játszik, és énekelni látszik. Az orgona tulsó oldalán a harangozó a fújtatót huzza.” A *Keresztény Magvető* átvette a cikket, hozzátéve: „Ez adatból kitűnik [...], hogy unitárius templomban is volt már a 17-dik században is orgona.”

Természetesen ez az állítás valótlan.

A reformáció első századában a kántor szó templomi előénekest jelentett, a kántorgyermek pedig a fiatalabb és idősebb gyermekeket, akik az iskolamester vezetésével énekeltek. 1839-ben Ozory Elek utazó így írta le a vasárnapi istentiszteletre készülő templomi gyülekezetet:

„Helyfoglalásomkor tüstént szemembe tűnt, hogy az egyház éjszaki részén a' karzatnak is karzata van, hova, mint öltözetükből és sajátságos arcvonásukból gyanítám, a' mesterlegények vannak felmagasztalva. Ennek irányába az egyház hátulján van' a' diákok s' éneklő-mester kar-

zata. Innen kiáltja le egy jótéteményes diák az ének egyes sorait, s a' mester, leghatalmasb torokkal a' világban, kezdi s végzi azokat."

A karzatok csak a 18. századtól jelentek meg a templomokban. Addig a templom piacán, többnyire a szószék előtt egy könyvtartó állvány állott, az éneklőszék, amely előtt a kántor énekeskönyvből kezdte és vezette a templomi éneklést. Több helyen találkoztam az Éneklő oltár kifejezéssel, mintegy hangsúlyozva, hogy az onnan megszólaló ének, énekelt ige Isten dicsőségét szolgálta.

Megmosolyogtató a pulpitus mögött szorgoskodó rektor vagy kántor leírása, amelyet Varga Gábor egyik tanulmányában idéz: „olly hangon kezd el énekét, millyenen a' fűrj szokta kezdeni. A' sorok végén egymásután szakadoznak el, mint fonalak, az egyes hangok- míg végre kikopik közülök a' kezdő hang, s' hosszan nyujtva a' véghangot egy nyekkenéssel köti a' másik sor elejéhez. Az ének legvégén még sok helyen megvan a' végczikornya, melly, mint némely állatoknak farka, két-három karikába kunkorodik fel coda-alakban az ének után, és sokszor olly hosszan nyulik el, hogy a' lelkész bátran fölmehet rajta a' szószékbe."

A 18. században a karzatok építésével a pulpitust átalakították, kettéfűrészelték vagy kettéválasztották, a felső rész, számmutató táblának átalakítva, a karzatra kerül. Gyönyörű példája a nyárádszentmártoni unitárius templomba látható. A karzatra költözött a kántor is. Az alsó, lábazati részt néhol „keresztelő medenceként” használták s tartották meg.

A 19. század elején, a református egyház után néhány évtizeddel újból megjelentek az orgonák a templomainkban. A kezdeti időszakban az éneklőmester és orgonista együtt is szolgáltak az istentiszteleten. Dávid István írja: „Karvezető és orgonista, éneklőszék és orgona – figyeljük meg a folytonos átalakulásban az állandót és az üzenetet: együtt. Együtt van a kettő folyamatosan."

De nem ment a váltás könnyen. Erre ékes példa Nagy József nagykirösi református orgonista esete, aki, miután az orgona 1856-ban megépült, igencsak megjárta a kántorral. A karéneket is vezető hatalmas hangú előénekes kántor, mintegy bizonyításként, hogy szükségtelen az orgona, „azt még eltűrte [...], hogy az orgona az előhangokat elfújja, de azután nekieresztette rettentő hangját s úgy agyon énekelte az orgonát, hogy meg nem hallotta hangját többé senki emberfia."

Egyházunkban az orgonista és előénekes kántor együtt szolgálásáról nem olvastam sehol.

Az orgona építését és használatát nehezen fogadták el, még az egyházi vezetők is. Kis Mihály vargyasi lelkész, esperes 1816-ban mint „az Udvarhelyszéki Tractus Seniora” írta Kolozsvárra: „A’ H. Almási Ekklesia orgonát akar építtetni, én kétszer megfordítottam, és mostis ezen felszeg jelentést kaptam, mellybe az orgonista Salariumáról s annak reparatiojáról semmi emlékezet nints...” Ugyanazon év május 20-án írt levelében az orgonaépítést szükségtelennek látta. Vallja: „F[első]. Rákos építte, már megis unta.” A „Venerabile Consistorium” (tiszteltetre méltó főtanács) 1814. évi határozatában kimondta, hogy „orgonát az Ekklesia rendes jövedelméből építeni szabad nem lészen az Ecclésiának terheltetések és kerülhetése tekintetéből. Azonban Privatusok magok költségén vagy az Ecclesia rend szerént valo jövedelmei kissebbítése kívül az e’ végre szolgáló fundusnak előre a Consistoriumnak léendő feljelentése mellett, az orgona conservatioja, és orgonista tartás aránt is előre gondoskodván, építhetnek.”

Több helyt az orgonázni nem tudó mesterek kérték orgona nélküli egyházközségekhez való áttételüket. Az első unitárius templomi orgonák között megépített oklándi orgona esetében a kántor kérte elhelyeztetését: „...t[ekintetes] mester látván, hogy a sz[ent] eklézsia orgonát épít és orgonálásra nem elégséges, egy kompetens eklézsiába való átteltetését ezen traktusba instálja. Úgy a tekintetes eklázsia is a p. vizit[atio] által a v[enerabile] consistoriumot egy orgonálásra alkalmas mester eránt instálja.” Lassan az orgona visszatért a templomokba, és alig háromszáz évvel a tisztítás után, Kriza János püspök 1871-ben levelében szólította fel a székelykeresztúri unitárius gimnázium igazgatóságát, a „hármonium” tanítására az iskolában.

A dicsőszentmártoni egyházközség levéltárában találtam meg a háromszéki esperes, Kis Mihály által 1864-ben megtalált, 1843-ban az Egyházi Képviselő Tanács által elfogadott iskolamesteri eskümintát, amely a háromszéki körben volt használatos: „Én N. N. esküszöm az egy igaz Istenre, a mi urunk Jézus Krisztus szent atyjára, hogy mind tanítói, mind énekezői hivatalomban híven és lelkiismeretesen eljárók, az egyházi s polgári törvényeket, előjáróim rendeleteit teljes tehetségem szerint megtartom, irántok tisztelettel és engedelmességgel viseltetem; az egyházi hivatal tisztességét szem előtt hordozván, magamat példaadó

erkölcsösséggel viselem, s a hívek vallásos épületét, a keresztényi szeretetet s békét fentartani s előmozdítani igyekszem; valamint semmi nemű titkos társulatokban sehol is beavatkozva nem vagyok, úgy ezután sem leszek. Isten engem úgy segéljen!”

Ezt az esküt azonban sokszor áthágták az énekvezérek, több egyház-községi levéltárban találkoztam panaszlevelek hosszú sorával, amelyekben az engedetlen vagy felkészületlen kántorok áthelyezését kérték a gyülekezetek.

1862-ben bölöni Mikó Lőrinc, „az Unitáriusok kolosvári főiskolájában az egyházjog és német nyelv r. tanára” összegyűjtötte a belső emberek egyenruhájára vonatkozó határozatokat. Ezek szerint: „Eklézsiiai köntösök legyenek papnak 6, Mesternek 3 f. büntetés terhe alatt./ Togába menjenek templomba, esketésre, temetésre./ Tisztességes ruhában járjanak, ném szerint Togában/ Hajokat, köntösöket szabják és szakállokat szabják a régi szép szokáshoz./ A ruházatban tartsák meg az illendőséget./ A formaruha legyen sötét, magyaros szabású, bajusz és szakál viselő./ A palást hivatalos szolgálat tételkorra törvényül tétetik.”

Viszont a kántori állások alacsony jövedelme miatt legtöbbüknek nem tellett szolgálati ruhára, a kisebb egyházközségekben szolgáló kántorok alig tudtak megélni szerény jövedelmükből. 1860-ban írta a désfalvi kántor: „nagyon keserves az én dolgom, hogy én fizessem a Status kölcsönt is és a Császári adot is a Semmiből mert 50 ötven 60 hatvan Véka gabonából baj ruházkodni adotis fizetni...”

1892-ben Györfi Ferenc véleménye szerint a közösségi éneklés nem részesült kellő gondozásban. Az *Unitárius Közlöny*ben írt cikke beszédes képet mutat a 19. század végi templomi éneklésről: „Melyik pap ne látta volna már azt, hogy templomokban az éneklés alatt a hallgatók közül sokan, folytonosan ide-oda tekingetéssel, valóságos szemlét tartanak a gyülekezet felett, vagy szomszédjaikkal suttognak, vagy némán bámulnak a semmiségbe”. Ő a gyermekek iskolai zeneoktatásában, a zene megszerettetésében látta a megoldást. Szempontjai – „éneklés közben a szöveg hangoztatása érthető legyen és az éneklés menete csak annyira lassu, a mennyire az egyházi jelleg megkívánja” – ma is érvényesek!

És elérkezünk a 20. századhoz – az első világháborúban a templomi orgonák nagy része elvesztette homlokzati sípjait, ezzel silányabbakká váltak. Volt, ahol gyorsan helyettesítették őket, vannak helyek, ahol még ma sincsenek pótolva...

Az orgonák kijavítására egyre ritkábban került sor, és rosszabb minőségű is lett a munka, ahol nem engedhettek meg maguknak jó mestert. Carl Einschenk brassói orgonakészítő, amikor a homoródalmási orgonát készítette, így vallott egyik levelében: „ez az eredmény a művészetnek, úgy kel dolgozni, mint a lövétei molnár (György Péter – M. A.) akkor legalább marad valami rajta, láttam locodon is, en már anál jobb orgonákat dobtam a tűzre mint a milyent ottan csinálnak.”

Az új századdal egy új kántor-énekvezér generáció nőtt fel. Régeni Áron, a későbbi árkosi énekvezér, 1913-ban, Kolozsváron egy új korálkönyvet állított össze, amelyet szinte napjainkig használtak a kántorok. 1924-ben Pálffy Márton szerkesztésében új énekeskönyv jelent meg. A szerkesztő a konzervatív székel unitárius vallásgyakorlást figyelembe véve, igyekezett a legkedveltebb régi istentiszteleti énekek változatlan formáját felhasználni. Újítás-változás, hogy beolvasztotta az énekeskönyvbe az addig külön megjelenő halotti énekeket. Ugyancsak az ő érdeme, hogy visszahozta a felekezeti köztudatba Bogáti Fazakas Miklós (16 sz.) és Thordai János (17. sz.) szöveg- és zeneszerzők életművét. Egy másik nevezetes kántor-tanítóról, Pálffy Ákosról így emlékezik meg Szabó Sámuel: „Sajnos a több százra tehető, néha újságszélre, vagy éppen kézbe kerülő papírra hevenyészett kottára írott dallama közül sok el is kallódott. Egy kézzel írott 262 sorszámig eljutott daloskönyve szerencsére megmaradt, s abból a Homoród-mentén különféle alkalmakkor ma is szívesen énekelgetnek.”

Napjainkban újra a változások idejét éljük, egyre kevesebb a kántor, a működő orgona és természetesen vannak újítási próbálkozások is. A mai egyházi zenének nem könnyű megtalálnia az arany középutat: egyfelől meg kellene menteni azt a mérhetetlen zenei kincset, amely templomi énekeinkben felhalmozódott, ugyanakkor – mivel minden generációnak megvan a maga zenéje – megkeresni azokat a zenei formákat, amivel jelenkori unitáriusaink szeretnék Istent dicsőíteni. Nem könnyű feladat. De vannak rátermett zenészek, lelkes pártfogók, és az idő a legjobb rosta, majd kiszűri mindazt, ami nem jelent értéket.

Rácz Norbert Zsolt

ITT VAGYOK

*„Majd az Úr szavát hallottam, aki ezt mondta:
Kit küldjek el, ki megy el követségünkben? Én
ezt mondtam: Itt vagyok, engem küldj!”*
(Ézs 6,8)

A *Pál utcai fiúk* című musical egyértelműen legismertebb slágere a *Mi vagyunk a grund* című, amelyben – a vörösingesekkel vívott nagy csata előtt – a főszereplők eléneklik valóban megható „csatadalukat”. A zene-szám elején, igen hatásos módon, mint az ókori eposzokban, névsorolvasás van, amelynek szerepe, hogy a harc előtt felsorakoztassa, egyben bátorítsa a hősöket. Nevük hallatán minden srác bátor, tiszta hangon, mint aki biztos a maga igazában, mondja: „Itt vagyok!” A jelenet magával ragadó, amint felcsendülnek a nevek, mi is ott találjuk magunkat Nemcsek mellett, s bár nevünket nem mondják ki, valósággal kívánjuk, hogy mondjuk mi is: „Itt vagyok!” Innentől kezdve a hallgató drámai alapállása és perspektívája egyértelmű. Az eseményeket immár a grundot védők szempontjából követi. Ha vektorokat kellene rajzolni, amelyek az energia irányát hivatottak jelölni, akkor ezek az erővonalak egyértelműen a Vörösingesekkel szembe mutatnának. Bár védekező műveletről van szó, az semmiképp sem nevezhető passzívnak. A hősök nemcsak fogadják a támadást, hanem lényegében meghatározói az eseményeknek. Idegen szavakkal: nem *reaktívak*, hanem *proaktív* viselkedést tanúsítanak. Megint másképp, bár védekezők, nem olyanok, mint egy várfal, ami megtöri az ellenfél lendületét, hanem hadsereg, amely előre lép, hogy biztos igazának tudatában küzdjön értekeiért.

Hasonló helyzetet vélek felfedezni az alapgondolatul választott bibliai versben. Ézsaiás próféta elhivatásának történetében, a kiválasztott ember szemei előtt, teljes dicsőségében mutatkozik meg az Úr. A leendő

próféta kétségbeesik, hiszen hite szerint a tisztátalan ajkú ember nem szemlélheti az Úr dicsőségét. Ám Isten angyala parázzsal tisztítja meg száját, jelképesen felavatva őt prófétai feladatára. Majd az Úr, ki idő feletti, tökéletes nyugalomban mintegy átnéz a parányi ember feje fölött, a nagy mindenségbe dörögve szózatát, kérdez: „Kit küldjek el, ki megy el követségünkben?” A próféta pedig, mint a srácok a grundon, előlép: „Itt vagyok, engem küldj!”

E kép is magával ragadja és a próféta pártjára állítja az olvasót. Ez alkalommal viszont nem egy játszóteret kell megvédeni, hanem egészen más léptéke van a dolgoknak. Összefoglalva, az Ószövetség szerint Isten szövetséget kötött Izráellel, ami röviden azt jelenti, hogy ha a nép betartja az Úr parancsolatait, akkor jólétben, biztonságban és boldogan élhetnek a számukra kijelölt földön. Ennek a teológiai alapállásnak igen izgalmas értelmezési lehetőségei vannak, de erről talán máskor! Most inkább azzal folytassuk, hogy az Úr sosem kényszeríti a népet a szövetség betartására (nem is kényszerítheti, hiszen akkor az már nem is szövetség lenne), hanem – küldöttei révén – vázolja az események kimenetelét. Ezek a társadalmon kívül álló személyek a próféták. Az Isten jelenlétének a letéteményesei, mondanivalójának a tolmácsai, akik intenek és bátorítanak, akik királyokkal szállnak szembe, s a kemény igazságot odavetik a sokszor gyermeketeg módon viselkedő nép arcába.

Az ézsaiási alapállás olyan tehát, mint a musicalben látható. Az Úr felteszi meghívó kérdését, nem egy embernek, hanem az egész emberiségnek, Ézsaiás pedig előlép, és válaszol: Itt vagyok! Tudatosan és bátran vállalja a se nem veszélytelen, se nem könnyű feladatot. Mintegy szembe megy az eseményekkel, mondván: „Jöjjön bármilyen nehézség, kihívás, külső hatalom vagy pusztulás, én az Úr igazságával állok szembe vele, mindig lépve egyet a baj felé!” A próféta nem várfal, a próféta hadsereg, amely a maga igazában és annak erejében bízva, akik őt elküldte, cselekvően lép az élet küzdőporondjára.

Tovább lépve, az emberi életben e szemszögből két alapvető viszonyulás létezik az eseményekkel kapcsolatosan. Az egyik reaktív, amikor úgy éljük az életünket, mintha azt egy moziszékből néznénk. A pergő események hatnak ránk, mi pedig pusztán cselekvéstelen elszenvetődő vagyunk mindennek. Eszerint igazán semmit sem teszünk, nem is tehetünk, hiszen a sors, a nagykönyv, a ki tudja micsoda, eleve meghatározta a végkimenetelt. A legtöbb, amit tehetünk, az a sópánkodás, a meghu-

nyászkodás, a vádaskodás, hogy miért pont mivelünk történik mindez. Ez a várfal-lét, amely ideig-óráig állja az ostromot, de hát – tudjuk – nincs olyan fal, amire ellenséges had ne tűzte volna ki lobogóját, nincs olyan erődítmény, ami ne rogyant volna meg az ágyútűzben... Így az ilyen viszonyulású ember is ideig-óráig bírja az élete ostromát, majd lassan megrepedezik, kilyukad, összedől.

Sokszor látunk ilyet. Az okvetlenül bekövetkező életnehézségek súlya alatt egyesek megecetesednek, elveszítik életörömüket, elszigetelődnek, mert velük mennyire elbánt az élet... Önmagukba roskadtak, olyanokká váltak, mint a hegyoldalon fájdalmasan sóhajtó várrom.

A másik viszonyulás a proaktív emberé, aki tudja, hogy jó és rossz egyaránt ér mindenkit. A gyászt, kudarcot, nehézséget senki sem kerüli el, s nem is az a helyes, ha elfutunk vagy másra hárítjuk a felelősséget, hanem ha tudatosan és bátran szembenézünk veszteségeinkkel. Feldolgozzuk a gyászt, és eltávozott szerettünket hordozzuk lelkünkben, tudva, hogy ő velünk és általunk él tovább. Összeszedjük az eltörött életkancsónk darabjait, s újraformáljuk magunkat a veszteség után. A legnagyobb vész órájában nem sopánkodunk, hanem bátorítjuk az elesetteket, bízunk és kitartunk, mint a sereg, amely szilárdan áll igazában. Az ilyen ember sosem törik össze végérvényesen, és nem ecetesedik meg, mivel olyan, mint a folyóvíz, amely minden akadályt kikerül, hogy medret találjon a maga számára.

E mostani megpróbáló idők újra elénk állítják a kérdést: „Kit küldjek el, ki megy el követségünkben?” A válasz rajtunk múlik. Menekülhetünk értelmetlen kérdések csigahéjába, önmagunkat emésztve-örölve, hogy miért pont mivelünk történik mindez, várva, hogy egy külső kéz elhárítsa a bajt, majd belesavanyodjunk abba, hogy mi milyen szerencsétlenek vagyunk. Vagy elfogadhatjuk azt, ami történik, az élet részének. Tudni, hogy most nem azért rossz, mert minket valaki büntet, hanem azért, mert néha egyszerűen sötét lesz a lét. Bátran vállalni a küldetést, azaz a prófétával mondani: „Itt vagyok!” Ki-kik maga dönt, hogy miként válaszol az élet nehézségeire: önsajnálamba süppedő áldozatként vagy a félelemmel, nehézséggel szembenező emberként. Te, testvérem, ha neveden szólít az élet, mit válaszolsz? Remélem azt, hogy „Itt vagyok!” Ámen.



Andorkó Orsolya M.

NEM SZÁNDÉKOS FOGYÁS

A testsúly egészséges embernél nagyjából állandó, 1-2 kg súlyingadozás nem számít jelentősnek. A testsúly elsősorban az egyénre jellemző anyagcsere függvénye, amit a szervezet neurohormonális rendszere irányít. Manapság, amikor a karcsúság jelenti sok ember ideálját, szinte nincs is olyan ember – nemtől függetlenül – aki ne fogyókúrázott volna. A fogyókúra több-kevesebb súlycsökkenést eredményez, és ha az egészséges testsúlyt sikerül megőrizni, sok esetben akár a túlsúlyos cukorbetegségben, ízületi és hátgerincproblémákkal küszködő, szívelégtelenségben és magas vérnyomásban szenvedők állapota jelentősen javul. Olyan mértékben, hogy akár bizonyos gyógyszereket ki is lehet hagyni!

Nem minden fogyás jelent jót. Ha nem változott az étrendünk, életmódunk, fizikai aktivitásunk mértéke, nincs nagyobb stressz az életünkben, az étvágyunk is rendben van, minden olyan súlycsökkenés, ami rövid időn belül meghaladja a testsúly 5%-át, orvosi vizsgálatot igényel. Pl. ha egy 60 kg súlyú fiatal nő 3 kilót fogy 10 nap alatt, már aggodalomra ad okot.

Természetes az, hogy télen kb. 2 kg-mal többet nyomunk a mérlegen, mert kevesebb a fizikai aktivitásunk és (sajnos!) a téli étrend meg az ünnepi finom falatok is plusz kilókat eredményeznek. A „téli háj” hasznos akkor, ha napokig nem ehetünk, éhesen kóborolunk a szélfúttá pusztában, ahogy az ősidőkben volt, de manapság nem így élünk: kellemesen fűtött szobánkban a fotelból nézegetjük kedvenc sorozatunkat, talán még némi finom rágcsalnivalót is magunk mellé veszünk. A mai ember-

nek egyszerűen nincs szüksége a téli pluszkilókra. Szerencsés esetben ez a pár kiló a tavaszi-nyári aktívabb időszakban lemegy. Ez nem kóros, főleg ha az egyénre jellemző az évszaktól függő ciklikus súlyváltozás.

Leggyakrabban pajzsmirigyproblémák okozzák a nem kívánt súlyvesztést, ezt követi a cukorbetegség, illetve pszichiátriai betegségek egy egész sora. Már a régi emberek is tudták, hogy a tüdőbaj *senyveszt*. A tuberkulózis manapság sem ritka, és nagyon alattomos lefolyású, jelentős testsúlyvesztést okoz. Általában a fertőző betegségek is fogyással járnak, de a megfelelő kezelés után helyreáll a testsúly. Az ízületi gyulladások, autoimmun betegségek is fogyást okoznak.

A stresszes élethelyzetek sok embernél jelentős fogyással járnak, de ennek éppen az ellenkezője is igaz lehet: azaz a stressz bizony hizlalhat, mert egyesek szervezete minden kis kalóriát raktározni kezd a stresszhormonok hatására. Az ősrégi élettani szabályozás táplálékfelvételre ösztönöz, hogy legyen miből túlélni, avagy izmainknak tartalékenergiát felhalmozni a meneküléshez vagy harchoz.

Fogadalom

(Cserkészfogadalom)

Szöveg és dallam: Fekete Levente
Kórusra átírta: Ercsey-Ravasz Ferenc

Szabadon
♩ = 60

Soprano
Hű le-szek e föld-höz mely táp-lál és el - ta - kar. Hű le-szek né-pem-hez

Alto
Hű le-szek e föld-höz mely táp-lál és el - ta - kar. Hű le-szek né-pem-hez

Baritone
Hű le-szek e föld-höz mely táp-lál és el - ta - kar. Hű le-szek né-pem-hez

S.
mely itt él - ni a - kar, Hű le-szek Is-ten-hez, ki min-dig szá-mon-tart.

A.
mely itt él - ni a - kar, Hű le-szek Is-ten-hez, ki min-dig szá-mon-tart.

Bar.
mely itt él - ni a - kar, Hű le-szek Is-ten-hez, ki min-dig szá-mon-tart.

S.
Gond-ban és ö-röm-ben ál - dás-sal ősz-sze-tart. Adj e-rőt, adj hi-tet, a

A.
Gond-ban és ö-röm-ben ál - dás-sal ősz-sze-tart. Adj e-rőt, adj hi-tet, a

Bar.
Gond-ban és ö-röm-ben ál - dás-sal ősz-sze-tart. Adj e-rőt, adj hi-tet, a

2

S.
baj - ban hű - sé - get, Ál - dott föld né - pé - nek re - ményt, új é - le-tet.

A.
baj - ban hű - sé - get, Ál - dott föld né - pé - nek re - ményt, új é - le-tet.

Bar.
baj - ban hű - sé - get, Ál - dott föld né - pé - nek re - ményt, új é - le-tet.

NYITRAI MÓZES

1913-ban született Mészkön. 1956 után családja négy tagjával együtt őt is letartóztatták. Tíz év börtönbüntetésre ítélték felesége feljelentésének elmulasztásáért. A házaspár az EMISZ támogatója volt. Szabadulása után tovább lelkészkedett. 2001. március 21-én halt meg, abban a Homoród menti faluban temették el, ahol letartóztatásáig lelkészkedett.

Itt volt lelkész letartóztatásakor Nyitrai Mózes	Ebben a faluban volt lelkész	Seben képződik	Ünnepé- lyesen átad	Keltez	Ögörög piactér	Kozák jelzője		
Hidrogén	szabadu- lása után							
Földhöz csapó	Nótázó							
Nagyon hosszú te- vékenység- re mondják								
Bodri háza		... Dani, Móricz-hős Virág része						
... Roy, Walter Scott műve			E nap Csáki... erdélyi falu		Más művből kimásol	Olasz autójel Dehogy!	Királyi megbízott Szálakra bontó	
Jelentése: kevés					Nyitrai rablarsa Orosz ortodox			Á
Azt csinálja, amit Tóték!						Sipos istenség Lócsmege		
Kiló	Errefele! ... és a varázsló (Mann)		Ilyen játék a póker Sugár					
Americium vegyjele		Gazember Német focikapus volt						
Tevő			Titán és bór Bróm és fluor			Fogó közepe! Arra a helyre		
Ellen- értéke			Kellemet- len szag Edény széle!			Északi férfinév 55, római számmal		
Bokros terület				Sok pénzt szán valamire Névelő				
	S						Ausztria autójele	



Szabó Csilla

MI VÁLTOZIK KÖRÜLÖTTÜNK? ÉS HOGYAN?

Néhány példa a természet hatalmas tárházából

Ha változásra gondolunk, általában valami nagy, gyors és látványos átalakulásra gondolunk, viszont a legnagyobb változásokat a természetes szelekción alapuló evolúció lassú munkája végezte és végzi ma is. Ez nem egy irányított folyamat, alapja a véletlen mutáció, majd az adott környezetben egy-egy előnyösebb jelleggel rendelkező egyed magasabb rátával szaporodik, és így gyorsabban elterjednek az ő génjei. Eme hosszú változás eredménye a mai változatosság. Hihetetlenül sokféle „stratégia” és „megoldás” alakult ki az élővilágban a szaporodásra és a túlélésre. Azért tettem idézőjelbe ezeket a szavakat, mert ez nem egy tudatos, előre megtervezett folyamat. A petétől a pillangóig, almafától az almaig típusú egyedfejlődési történeteket szerintem nagyon sokan tanulták biológiából. Ez alkalommal néhány olyan példa kerül terítékre, ami nem mindig fér bele a tanrendbe – a NECC-nek, a Nature Education Community Centernek, ahol magam is tevékenykedem, pontosan az a célja, hogy az iskolai kereteken túl ismertesse meg a gyermekeket a természettel –, viszont mindenki megfigyelheti otthona körül.

Mogyoróbokorral (*Corylus avellana*) mindenki találkozott, és talán sokaknak eszébe jut egy-egy hely, ahol mogyoró vesszőt faragott gyerekek korában – a mogyoró gyakori cserjefaj az országban. Éppen ezért tavasszal mindenki megnézheti a mogyorón a szélbeporzás iskolapéldáját. A szélbeporzás azt jelenti, hogy az érett pollenszemcsék (virágpor) a szél segítségével kerülnek át a porzóról (a virág hím részéről) a termő bibé-

jére (a virág női részére). A beporzás nagyon fontos, lévén a növények ivaros szaporodásának egyik sarkalatos eseménye. Ellentétben a virágos növények nagy részével, a mogyoró kétivarú növény, ami azt jelenti, hogy külön virágokon helyezkednek el a porzók és a bibék. A hím virágok összessége alkotja a sárga, hosszan lelógó barkákat, a női virágok termős virágzatot alkotnak, mely kisebb és felfelé áll. Na de miért van ez pont így? Mert így a szél könnyebben el tudja repíteni a pollenszemcséket a hím barkákról, és könnyebben rá is ragadnak a bibére (1. fotó).



1. A mogyoró hím és női virágzatai

A farkasalmafélék családja szintén izgalmas megfigyelni valókat tartogat beporzás szempontjából, azonban itt rovarmegporzással van dolgunk. A nálunk is előforduló, gyakori útszéli gyomnövény (burján) a közönséges farkasalma (*Aristolochia clematitis*), amelynek virága rovarcsapdaként funkcionál. A beporzó rovarok számára vonzó a virág alakja és színe, így közelebb repülnek, majd miután landolnak a virág peremén, csak előre vezet az út, a virág mélyére. Útközben a szőrsorok nem engedik visszafordulni az állatokat. Miután elérték és mocorgás közben rájuk tapadnak a pollenszemcsék, az akadályozó szőrök elhálnak és szabad az út kifelé. Az így összeszedett pollen ráragad egy következő virág



bibéjére és megtörténik a rovarmegporzás (2. fotó).

2. Közönséges farkasalma
(*Aristolochia clematitis*)

A zöld gyík (*Lacerta viridis*) szintén gyakori faj hazánkban, nászidőszakon kívül mind a hímek, mind a nőstények zöldes árnyalatúak. Nászidőszakban a hímek torka gyönyörű kék színben pompázik, hogy így felkeltsse a nőstény figyelmét, s elnyerje a kegyeit. A felületes szemlélő azt gondolná, hogy két külön fajról van szó, holott csak máshogy néznek ki a két periódusban (3. fotó).

A táplálék váltás szintén jól bevált stratégia az állatvilágban, például a kék cinege (*Cyanistes caeruleus*) a hideg idő beálltával rovarfogyasztásról áttér magfogyasztásra. Ez is egy apró változás, amely a közvetlen környezetünkben történik, és sokszor úgy elrohanunk mellette, hogy észre sem vesszük. A madáretet megfigyeléséhez a téli madáretetés nagyon jó kiindulópont, javasolom az olvasóknak a további olvasást a témáról innen: https://www.mme.hu/teli_madaretetes (4. fotó).



3. Hím zöld gyík (*Lacerta viridis*)



4. Kék cinege (*Cyanistes caeruleus*)
a kolozsvári Keleti Park egyik etetőjén napraforgó magokat csipeget

A karantén idején gyakrabban ültem ki a konyhaablakba nézelődni, és így sikerült lefotóznom több szögből is egy balkáni fakopáncsot (*Dendrocopos syriacus*) (5. fotó). A fakopáncsok láttán mindig eszembe jut, hogy az egyik természetismereti foglalkozásunkon, amelyet a NECC – Nature Education Community Center keretében szerveztünk iskolásoknak, az egyik gyereknek az volt a kérdése, hogy miért nem fáj a feje a fakopáncsok sok ütügetéstől. A megfejtés a koponyájuk szerkezetében rejlik. A fakopáncsok koponyája amellet, hogy szivacsos szerkezetű, saját biztonsági övvel is rendelkezik, és mivel kisebb a szubdurális tere (a kemény agyhártya és a lágy agyhártya közötti rész), ezért az agy nem tud nekicsapódni a koponyának.



5. Balkáni fakopáncs (*Dendrocopos syriacus*)
egy tömbház konyhaablakából fotózva Kolozsváron

A fent említett történetek egyszerűek, minden nap részesei lehetünk, és elgondolkodhatunk, hogy még mi minden változás zajlik a természetben az orrunk, szemünk, fülünk előtt. Szerencsére nagyon sok helyről tudunk informálódni, így ha egy-egy kérdés szöveget ütött a fejünkben, rögtön billentyűzetet ragadhatunk és megkereshetjük rá a választ. Természetesen lesz olyan is, amikor nem találjuk meg a választ, általában ez

az a pont, ami a kutatókat arra sarkallja, hogy tovább kutakodjanak, újabb és újabb kérdéseket feltéve, kísérletezve. Szerintem a hasonló jellegű kérdések miatt nagyszerű elfoglaltság a természetjárás és a természet megfigyelése minden érzékszervünkkel.

Remélem, mindenkinek megjött a kedve a természet és annak változásainak a megfigyeléséhez. Kellemes természetjárást kívánok!

Források

<https://www.plantarium.hu/2014/06/03/kozonseges-farkasalma-aristolochia-clematitis/>

<https://www.mme.hu/magyarorszagmadarai/madaradatbasis-parcae>

https://www.mme.hu/teli_madaretetes

<https://www.origo.hu/tudomany/20111027-kulonleges-koponyaja-miatt-nem-kap-agyrazkodast-a-fakopancs.html>

https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0026490&fbclid=IwAR1xsL2UJXW2fae3yvEKq bUtjTI3s_EJ010YdQ5GhktCI0SzR6xv4IiwPc

Rácz Norbert Zsolt

ÁLDOTT ÜNNEPET!

„Akkor bement a másik tanítvány is, aki elsőnek ért a sírhoz, és látott és hitt.” (Jn 20,8)

Úgy hagyatkozott, mint akinek kevés ideje maradt, de nem mondhatja ki a valóságot. Mint az anya, kit végső stádiumban visznek a kórházba, de még odateszi a tűzhelyre a holnapi ebédet: ő már nem lehet beülő, de azért maradjon az otthoniaknak.

– Ezt tegyétek az én emlékezetemre...

– Hogyhogy a te emlékezetedre, hiszen velünk leszel még!

– Rendben, de menjünk ki inkább a kertbe! Majd: Ti maradjatok itt, én meg amott egy kicsit távolabb imádkozom. Nem kérdezősködtek. Ismerték furcsa szokásait, magányos félrevonulásait, önmarcangoló imádásait. Elhelyezkedtek az olajfák mellett, fejükre tették a felsőruháikat, s egyre laposabbakat pislogtak az ünnepi vacsora után. S – mit tehet az ember – szemhéjuk lassan elnehezedett. Mi tagadás, érthető a helyzet: bárányhúst ettek, bort ittak, elálmosodtak. Ő viszont magányának teljes tudatában végre kiengedhette félelmeit. Senki sem hallotta, senki sem látta, csak a göcsörtös olajfák bólogattak az éjjeli szellő simogatására. Alatta, messze lent egy város aludta bormámoros álmát. Sokezer elringatott és kisemmizett lélek, akik négy pohár bor után elteltek az ünnepi bőséggel. Mellette kicsit távolabb majdnem egy tucat gyermekember, olyan pont, mint te, kedves Olvasó, bóbiskolt, küzdve a ritkán megtelő has álomkényszerével. Közöttük, pont a világ középpontjában pedig ott térdelt ő, az egyedül józan. Már otthonról való elindulásakor tudta, hogy egyszer majd forró homlokát valahol a város környékén kell a hús möhán pihentesse, de akkor még olyan távolinak tűnt mindez. Tudta, hogy amint szavát felemeli, olyan folyamatok lépnek működésbe, amelyeket csak ő ért, s amelyek rövidre zárják életét. De most elkezdődött a végjá-

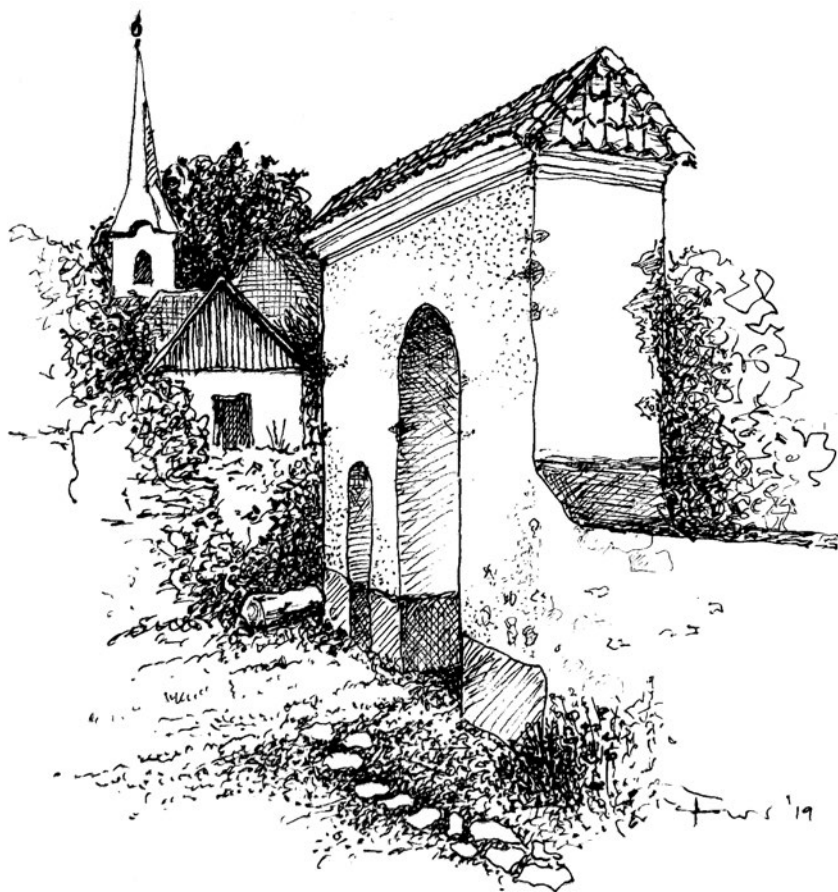
ték legvége, ahonnan már nincs visszaút. Persze az állat menekülne, messzi Egyiptomba vagy Szíriába vagy a szamaritanusok közé vagy végső soron haza. Leülni a szülőház küszöbére, várni a tanítványokat, oktatni a tudni akarókat, s lepergetni békében és nyugalomban azt a néhány tíz hátralevő esztendőt... De akkor az a majdnem egy tucatnyi gyermek, akiket most megint elnyom az álom, újra magányossá válnak vagy – ami még rosszabb – beleszédülnek a hivatalnokok mámorába, ahonnan nincs visszaút. Mester, ma tizenöt klienst szereztem neked. Tizenötször hány drachma a bérem?

Nem, ez zsácutca, az igazság perverziója, amit neki és csak neki meg kell tagadni. Mert ha kitart, és nem fél, akkor megint új irányt vesz az élet, s onnantól évezredekken át lesz majd olyan, aki ráhangolódik erre az üzenetre. Feladni nem szabad, kilépni nem lehet, a táncot végig kell járni, a drámát végig kell játszani. Vedd el tőlem e keserű poharat – nyögte a hajbókoló lombok alatt, de ha nem lehet – és tudom, hogy nem lehet – legyen meg a Te akaratod.

Aztán szélcsend lett. Még a fák is pihenhettek. Megbékélt a sorssal, jöjjön, aminek jönnie kell. A tanítás ideje lejárt, elmondott minden fontosat, végigjárta az utat, most már csak túrni kell. Odalent nyílt a kapu, bőrvértek csikorgását visszhangozták a dombok, mozgásba lendültek az élet fogaskerekei. Ott lent, a városban magukat igaznak gondoló főpapok sorsot vetettek élete fölött. Rájuk sem haragudott, hiszen ők is csak mellékszereplők ebben a játszmában. Ők csak azt teszik, amit tenniük kell. Ősi vérvonaluk tudatában óvják mindazt, amit megértettek ősapáik küzdelméből. Nem hibásak, csak balgák és vakok, de szidni őket már értelmetlen.

Visszalép hát felrezenő kicsinyeihez: ébredjetek, elkezdődött. Tudata tiszta, mint a rákosnak, akihez morfiuminjekcióval lép be a nővér. Tudja, hogy közel a vég, és kész a próbára. Együttérzéssel néz az árulóra, sajnálattal a bilincset szorongató, kakaskodó katonácskára. A nagytanács már csak nevetséges játék. A főpap teátrális ruhaszaggatása csupán szükséges, de lényegtelen epizód, a helytartó előtti kihallgatás pedig már-már megnyugtató beteljesülés. Az a tudat, hogy minden pont úgy zajlik, ahogy történnie kell. Nincs kihágás, nincs mellébeszélés, minden halad a maga természetes medrében. A római katona ostorcsapásai fájdalom-sak és mégis megnyugtatóak. Ennek pontosan így kell lennie...

Másnap a tömeg örömittas üdvivalgása, amely „feszítsd meg”-et kiált, pontosan olyan, mint egy héttel ezelőtti hozsannázása: mámoros emberek értelmetlen karattyolása csupán. Aztán az út a Golgotára, a vasszegek fájdalma, a könnyek, az ecet, a vér, az ordibálás – kellék csupán. Milyen szép innen fentről a világ – gondolja magában, amint szemében hunyni kezd az élet. Ajkán fájdalomcsillapítóként fogalmazódnak meg zsoltárszavak mindaddig, amíg a halálfelhő lezárja szemhéját: elvégeztetett. A meghaló elme lázálmában magasra emelkedik a város felé. Tekintete alatt az ország térképpé törpül, az idő viszont kitágul, még



az ég is megnyílik, s szabaddá váló lelke rigóként száll a keresztfá ágáról felfelé. Ajkán elgyötört mosoly, mert most érzi igazán azt, amit korábban csak sejtett. Most teljes bizonyossággal tudja, hogy nem fog meghalni, hiszen milliók életében dobog tovább útként, igazságként és életként. Szemét végképp lehunyja, s közben tudata szupernóvák robbanásaként ivódik bele kitörölhetetlenül a lét szövetébe. Ez az igazi Veronika-lepel, amelyet nem lehet laboratóriumban vizsgálni, ám mégis milliók számára nyújt bizonyosságot és lehetőséget.

Az ünnep után elfátyolozott arcú nők sietnek a sír felé. Kezükből ilatos olaj, keblükben olajos bánat. Mint a Moldamin, sajog bennük a veszteség. A sírhoz érve zsibbadtan néznek maguk elé. És bennük megy végbe a világtörténelemben először a csoda: Mit keresitek a holtak között az élő? Villan át lüktető agyukon az evolúciós kérdés. Nem halt meg, mondja egy angyalinak vélt hang. Tovább él, s egyszerre tűzként szikrázik végig bennük a felismerés. Jézus él! Mint beálló nyári vihar vagy az örület lila ködje önti el őket a felismerés öröme. Futva szaladnak a tanítványokhoz, akik kölélekkel bámulnak a padlóra: „Láttam az urat!” – mondja eszelősen a magdalai Mária. Mi is láttuk, hirdetik a többiek, és a kór járványként terjed a tanítványok között. Péter és János futva szaladnak, és látnak és hisznek. Megbizonyosodnak afelől, hogy tényleg él. Ott van velük, nem ismerik fel, de mégis egyfolytában ott van velük. Im már nem ígéreteként, hanem beteljesült valósággként ott marad közöttük az ember, aki már nem Jézus, a történelmi férfi, hanem Krisztus, a történelem fölötti végtelen embernyi lélek egybecsengő tudatában megmoccanó életerő.

Húsvét az eszelősek ünnepe. A hitben sült lelkek sercegő illata. A nem a halálra és igen az életre. Az élet ünnepe, de nem a halál megcsúfolásának árán, hanem önmagában, a lét-kettősségtől függetlenül. Húsvét mámor és eksztázis, beteljesülés és kihívás, halál és élet. Húsvét a másképp-lét lehetőségének a felkarolása és a hinni tudásra mondott igen a halál nemlegességének ellenében.

Ezek után pedig már csak egy mondat marad: Áldott ünnepet!



Andorkó Orsolya M.

GYOMORÉGÉS

A gyomorégés olyannyira hétköznapi tünet, hogy úton-útfélen reklámok népszerűsítik a gyomorsavlekötő szereket, amik szinte minden valamire való házipatika kellékei. A gyomorégés (orvosi nevén *pirozis*) gyakorlatilag akkor jelentkezik, amikor a gyomornedv visszafolyik a nyelőcsőbe (*reflux*). A gyomornedv a legsavasabb emésztőnedv, pH-értéke kb. 2. Összehasonlításképpen: a semleges pH 7-es értékű. A savas gyomornedv szerepe elsősorban antibakteriális, ugyanis nem sok élőlény marad életben ebben a savas közegben. Kivételt képez néhány parazita letokolt csírája, meg a *Helicobacter pylori*. A savas közeg elősegíti a fehérjék lebontását, azaz az emésztés első lépését. Régi megfigyelés az, hogy a gyomorsavhiányos egyének gyakran lesznek gyomorrákosok. Manapság a gyomorsavtermelést csökkentő gyógyszerek, az ún. protonpumpa-gátlók túlzott használatát éljük, és egyre gyakoribb a gyomorrák is!

A gyomorsavról akkor veszünk tudomást, ha az nem marad a helyén: a nyelőcsőbe folyik vissza. Mikor és miért folyik vissza a gyomorsav? Elsősorban akkor, ha a gyomor és nyelőcső közti záróizom (*cardia*) nem zár. Csecsemőknél ez az izom még fejletlen, ezért minden egyes szoptatás után normális, ha egy kicsit böfizik, több-kevesebb anyatejet fog visszabukni. Ez csak akkor ad okot aggodalomra, ha a pici súlya nem gyarapszik. Nagyobb gyereknél és felnőttél a záróizom túlevésakor nyílik meg, böfögés kíséretében, illetve olyan italok és ételek fogyasztása után, amik gátolják a záróizom működését (csökkentik az izom tónu-

sát). Gyomorégést okoz a dohányzás, minden szeszes és szénsavas ital, a feketekávé, fekete és zöld tea, a ráógumizás, csípős fűszerek, hagyma, fokhagyma, édességek, füstölt és nehéz, zsíros ételek.

A gyomorégést általában kiadós étkezés után tapasztaljuk meg, amit sokszor több-kevesebb alkoholfogyasztás is kísért. Ha ezt évente egyszer-kétszer észleljük, és utána nincs semmi gondunk, akkor egyszerűen el kell könyvelnünk a túlterhelt gyomor jelének.

A gyomorégés akkor igényel szakorvosi vizsgálatot, ha visszatérő jellegű, nem tudjuk magyarázni rossz étkezési szokásokkal, és ha jelentős testsúlycsökkenés áll fenn. Ugyanakkor ismert a gyomorégés stresszel való szoros összefüggése (nem véletlenül mondjuk: „eszi magát”!). A gyakori gyulladáscsökkentő-használat (derékfájdalom és más ízületi panaszok miatt) gyomorgyulladást, refluxot, akár gyomorfekélyt és vérzési is okozhat. Gyakori a gyomorégés a hiányos fogazat esetén is, az emésztési zavarok miatt.

Ha az orvosunk gyomortükrözéses vizsgálatra (*gastroszkopia*) küld, akkor általában nem ok nélkül teszi. Banálisnak tűnő gyomorpanaszok akár gyomor- vagy nyelőcsőrák tünetei is lehetnek, főleg, ha az illető nagy dohányos. A gyomorfekély diagnózisát manapság csak tükrözéses vizsgálattal fogadjuk el, és az előírt kezelés után mindenképpen ellenőrizni kell, hogy begyógyult-e. A be nem gyógyuló fekély általában már gyomorrákra utal. A gyomortükrözés során szövettani mintavételre is van lehetőség, ami igen értékessé teszi ezt a vizsgálatot.

SZÁNTHÓ-HARRINGTON VILMA

Szánthó Vilma volt az első erdélyi nő, akit unitárius lelkésszé szenteltek. Aldobolyban született 1913. január 15-én. A Community Church of New York lelkésze volt férjével, Donald Harringtonnal együtt. Betöltött tisztségei: vasárnapi iskola vezetője, társlelkész, a vallási nevelés igazgatója, egyetemi lelkész. Egész életében a magyar unitáriusokat népszerűsítette az amerikai unitárius univerzalista közösségekben. A lelkésznő rákban hunyt el 1982-ben.



Írja be a következő, ábécésorrendben, betűszám szerint megadott szavakat a nagy hálóbba, majd másolja át a számozott négyzetek betűit az alsó, kisebbbe. Ha jól dolgozott a nagy háló sőtétített sorából megtudja, hogy hol végezte Szánthó Vilma a teológiát, a kis hálóból pedig azt, hogy mi volt a chicagói gyülekezet neve, amelyet a férjével együtt szervezett meg.

2 betűsek: AK, AM, TY, UH, ÚR, VA, VE, WA

3 betűsek: A FA, ALÁ, AMA, ARA, EDE, ÉDI, ÉTA, IZÉ, OKT, RÉG, SIN, ZAK

4 betűsek: ALAK, ALVA, ANÓD, ANÓD, ÁTOK, DADA, DARA, ERRE, FÁMA, GERA, ÍRÓS, KÁLA, LÁDA, NÉVA, ADÁZ, OLOF, RADÓ, SOLT, TÁPÉ, TÉLI, THOT, TRÁK, TÖRT, ZAFT

5 betűsek: ADOMA, A PAPA, ÁMULÓ, DOBÁS, ETONI, ÉLEDŐ, KOBOZ

6 betűsek: AKARAT, ELALÉL, KALODA, KAZANY, NEVETŐ, PIKULA, SOMOZA, WALESA

7 betűsek: BARÁTOK, IDOMÍTÓ

8 betűsek: IGAZODIK, AKADÉMIA

11 betűs: BELESZALADÓ

Ifj. Ábrányi Emil

DAL AZ ÖREG TÖLGYRŐL

(részlet)

Áll a százados tölgy erdő sűrűjében,
Karcsú hajtások közt kérges ősi fa;
Reszketeg lombjával úgy áll köztük éppen,
Mint kis unokák közt nyájas nagyapa.

Nem mulandó ember –: a szabad természet
Volt elültetője sok száz év előtt;
Bölcsődala dörgés, zord dajkája vészek,
Ellenállva, küzdve, így kapott erőt.

Ha kihívó szélvész csattogott felette,
Fönséggel megrázta koronás fejét,
De ha kis madár jött, karjaira vette,
És titkolta mintegy zordon erejét.

Noha óriás volt, senkit meg nem sértett,
Nem kívánta göggel soha senkitől,
Hogy hajtson előtte húnyáskodva térdet,
Ünnepelje rangját és dicsérje föl.

(1892)



Balázsi Ágnes

ÉLTETŐ KAPCSOLATUNK A TERMÉSZETTEL

A természetkapcsolat az ember és a természet „többi része” – élő és élettelen világa – közötti kapcsolatot jelenti. Egy relatív új pszichológiai fogalomként vált, ami vizsgálja az egyén vagy a közösség kapcsolatát a természettel. Ez a fogalom tartalmazza a természetről alkotott gondolat- és értékrendszerünket, érzélemlővilágunkat, és felméri, hogy mennyire tartja az egyén vagy a közösség a természet részének magát.

Nemcsak az ember a természet része, hanem a természet is az ember része. A természet beleolvadt az emberiség kultúrájába és egyéni gondolatvilágunkba (psziché), így meghatározza a mindennapi tevékenységeinket, lelkiállapotunkat, más emberekkel és élőlényekkel való viszonyunkat, akár tudunk erről, akár nem. Számos kutatás foglalkozik ma a természettől való elszakadásunk következményeivel a mindennapi életünkben és a jövőre nézve. Nem a klasszikus környezetvédelemre gondolok itt, hanem az érzelmi és mentális egészségünk kérdéseit boncolgató tanulmányokra, illetve egy hosszú távon is fenntartható, természetközpon- pontú társadalmi rendszer megalapozását elősegítő eszmecserékre. Az elszakadást a természettől arra is visszavezethető, hogy a tudományról és az anyagi világról alkotott nézeteink „élettelennek” tették a természetet gondolatvilágunkban (pl. az élőlényeknek nincs lelke, a szélben, tűzben nem rejlenek üzenetek, az erdőlakók és tündérek világa haszontalan képzelgések szüleményei). Egyre több tanulmány ismeri el, hogy az érzelmi és mentális zavarokat okozó tünetegyüttesek visszavezethetők sok esetben a természettől való elszakadásra, vagy egy soha ki nem alakult kapcsolat tényére, főleg a fiatal generációk körében. Magyarán: gondolatvilágunkban megfosztottuk a természetet a szakrális (isteni, szent) je-

lentésétől, csonkítva ezzel saját emberi természetünket és kultúránkat is. Tárgyasítottuk a természetet, amolyan haszonélvezeti viszonyt kialakítva vele, és életvitelünket is ehhez igazítottuk. Bizonyára mindenki ismeri azon nézőpontokat, amelyek szerint az ember a teremtés koronájaként uralkodik a teremtet világ felett, vagy a megkérdőjelezhetetlen gazdasági-politikai alapigazságokat, amelyek szerint a természet erőforrásaival való mértéktelen rendelkezés a jólétünket szolgálják.

Ez az év a változások éve úgy személyes, mint társadalmi megközelítésből, hisz olyan élethelyzeteket, kihívásokat tapasztaltunk meg tavaly, amelyek próbára tették társadalmi rendszerünket és egyéni alkalmazkodási képességünket. A változás kényelmetlen folyamat, mivel kimozdít a megszokott helyzetekből, ugyanakkor hatalmas fejlődési lehetőséget is magában rejt. A változás által nézőpontváltás történik, egy régi felfogásból áttérünk egy új felfogásra. Ez a dinamika igaz a természettel való kapcsolatunkra és a jelenlegi globális ökológiai krízisre is, amit a világjárvány csak felerősített. Nyilvánvaló, hogy össztársadalmi és egyéni szinten komfortzónánkban vagyunk, amit meg kell haladnunk, hiszen a mostani kényelmes életvitelünk hosszú távon veszélyezteteti fizikai, ér-



zelmi és mentális jóllétünket, nem beszélve más élőlények fennmaradásáról. Sikeresek, egészségesek és kiteljesedettek szeretnénk lenni egy olyan élő rendszerben, amelyet láthatóan társadalmi berendezkedésünk és szokásaink károsítanak. Bár rengeteg tényleges adatunk, törvényünk és stratégiánk van a környezet rombolásának kiküszöbölésére, ezek gyakorlatba ültetése és így az eredmény is várat magára. A minket körülvevő környezet állapota teljes mértékben visszatükrözi a természetkapcsolatunkat, ami a világgépünkben (paradigmák), stratégiáinkban, intézményekben vagy gazdálkodási szokásainkban is megnyilvánul. Amint már említettem, globálisan ez a természetkapcsolat folyamatosan gyengül, sérült, ezért ez a dinamika nyilvánul meg a környezetünkben is.

Semmi újdonságot nem mondok, ha a természetkapcsolat változásának szükségességéről beszélek, hisz valahol mindannyian tudjuk, érezzük, hogy gyökeres változásra van szükség, nagyon rövid idő alatt. Pontosan látjuk ennek a reális esélyét is, ez szüli az elkeseredést, frusztrációt sok emberben pedig a beletörődést a tehetetlenségbe. Tudom, hogy a realitás világában mennyire elítélik az ehhez hasonló érzelmes gondolatokat, amelyek egy idilli világról álmodnak szebb jövőt. Mégis szükségesnek tartom a természetközpontú nézőpontok terjesztését, szorgalmazva ezzel a világról alkotott hitrendszerünk, felfogásunk reformját, illetve a társadalmi rendszerünk újratervezését.

Két nézőpont-végletet látok jelenleg elterjedtnek, amelyek szerintem akadályozzák a változást. Az első az, hogy az áldozat szerepében elszenvedjük a körülményeket, várva a megmentőt, így áthárítva a változtatás felelősségét tőlünk valami hatalmasabbra – a rendszerre, a Teremtőre, bárkire, csak nem mi kelljen viseljük a felelősség terhét. A másik az, amikor a bűnös szerepével azonosulva *mea culpát* (én vétkem) mormolunk, várva a jól megérdemelt büntetést a majdani sötét jövőben, így hárítva annak felelősségét, hogy ma, a mindennapi apró szokásainkon változtatva a jövő formálható. Talán a köztes út lehetne az *élni és élni hagyni* hozzáállás és egy egészséges természetkapcsolat, amelyben megéljük és értékeljük, hogy mi a természet része vagyunk és a természet a mi részünk, túl az anyagi szükségleteink kielégítésén.

Mielőtt bárkiben felmerülne, hogy „sötétzöld” környezetvédelmi nézetekkel akarom megmenteni a Földet, összefoglalom mi robbantotta ki bennem a változást. A karantén és a mindenhol áradó bizonytalan-

ság kimozdított a komfortos mindennapi mókuserékből. A természet szeretete és a hívogató ereje soha nem volt erősebb bennem, mint amikor a nagyvárosi szappandobozba kényszerültem. Azóta naponta ismerem fel azokat a halasztásaimat, amikor nem ennek a kapcsolatnak a javára döntök, hanem az önös érdekek, a gyors megoldások javára, amolyan automata üzemmód életvitelben. Három éve foglalkozom az ember és természet kapcsolatának kutatásával, de soha nem szakítottam elég időt és mélységet a saját kapcsolatom létfontosságának a gyakorlatban. Úgy hozta az élet, hogy idén kezdjek ököpszichológiát (ember és természet kapcsolatát elmélyítő, fejlődő tudomány)tanulni, amihez tökéletes esettanulmány volt a karantén ideje és a bennem zajló vívódások egy természetközponturn világ(kép) kivitelezhetőségéről. Magam is rabja vagyok a napjaink uraló gazdaságpolitikai és társadalmi szemléletmódoknak, de ott csírázik az erő, hogy ezeket a nézőpontokat megkérdőjelezzem és apró változtatásokat végezzek a saját életemben. Tapasztalom, hogy a természetkapcsolatról nagyon keveset beszélünk és egyre kevésbé éljük azt, amelynek hiányát legtöbbször tünetek is követik (pl. szorongás, zavartság, levertség).

Hasonló gondolatokkal szerencsére nem vagyok egyedül, és a változás egy új nézőpont fele már történik, ha lassan is. Valószínű, hogy az olvasóban is sok hasonló gondolat merült már fel és találkozott olyan nézőpontokkal, ahol a természetkapcsolat is fókuszba kerül. Soraimat, a következő erősítő gondolatokkal zárom: a változásban mindig megjelennek az új lehetőségek csírái, amelyek egy új nézőpont reménysugarai. A változás idő, azonban csak akkor történik meg, ha teszünk érte. Tehetünk azért, hogy a természettel való kapcsolatunkat megerősítsük, vagy helyreállítsuk úgy egyéni, mint társadalmi szinten. Mindannyian választhatunk olyan tevékenységeket, amelyekről tudjuk, hogy támogatják a környezet védelmét, megkérdőjelezhetjük olyan döntések szükségességét, amelyek a környezetben kárt tesznek. Találhatunk olyan helyi megoldásokat, vagy csatlakozhatunk globális kezdeményezésekhez, amelyek alternatívát nyújtanak a jelenlegi életvitelünkre. Hozzájárulhatunk a természetközponturn nézőpontváltáshoz a szűkebb, vagy tágabb környezetünkben. Kapcsolódjunk hát a természethez lényünk legbensőbb rétegeiben és találjuk meg azokat a lehetőségeket, ami által immár megélhetjük természetkapcsolatunk teljességét.

Rácz Norbert Zsolt

A TÉRKÉP

„Inkább keressétek az ő országát, és ezek ráadásként megadatnak majd nektek.” (Lk 12,31)

„Abban a Birodalomban a Kartográfia Tudománya olyan Tökéletességet ért el, hogy egyetlen Provincia térképe betöltött egy Várost, a Birodalom térképe pedig egy egész Provinciát. Idővel azonban ezeket a Hatalmas Térképeket nem találták kielégítőnek, és a Kartográfusok Kamarája akkora Térképet készített a Birodalomról, amekkora maga a Birodalom volt, és azzal pontról pontra egybeesett. A Következő Nemzedékek már kevésbé kedvelték a Kartográfia Tudományát, s úgy látták, hogy Fölösleges az a kiterjedt Térkép, és nem kis Könnyörtelenséggel a sorsát a Nap és a Tél Zord Hatására bízták. A Nyugati pusztaságokban még maradt néhány Rom a Térképből, most ott Állatok és Koldusok élnek; az egész Országban nincs más nyoma a Földrajztudománynak.” Ezt a néhány soros írást Borges mester vetette papírra hetven évvel ezelőtt. Az argentin Homérosz gondolatát egy francia gondolkodó, bizonyos Jean Baudrillard fűzte tovább lesújtóan nyers ítéletében korunkról, amely szerint a valóság elvesztette súlyát és jelentőségét. Csupán a látzat maradt életben. Látszatlétben mindahányan, s az évek szálltak, mint a percek... dúdolhatjuk Hobo ritmusára Faludy György szavai alapján a dallamot, aki egy másik francia bajkeverőnek, bizonyos Villonnak ugyane témáról való kocsmai fütyörészését ültette át magyar nyelvre. Finom bőr térképen lépkedünk, amit civilizációnak nevezünk, s ami többnyire pontosan elégséges ahhoz, hogy hétköznapi éberségünket eltompítsa: puha is, selymes is, nagy is. Csak éppen nem igaz...

Az elmúlt hónapok jelszava a „lelkiekben együtt”. Oh, hányszor elmondtam én is, amint belekacsintottam egy telefon lencséjébe, kamera retinájába hazudva a közösségi jelenlét látszatát. Pár nappal ezelőtt a

ballagó diákok lelkiekben együtt búcsúztak az iskolától, szombaton ugyanígy becézgették a néptelen somlyói nyeretget, most lelkiekben együtt ünnepeljük a Lélek ünnepét. Olyan ez, mint az átkosban, amikor kávézni indultunk egymáshoz, de csak cikóriára futotta. Ittuk, itták, fenntartva a látszatot, de belül elátkozva a híg lé jelképezte világrendet. Ballagott egy nemzedék Zoomon, Webexen, Facebookon, YouTube-on kesernyésen, a sírással küszködve hazudva pár hamis mosolyt a képernyőnek. Elszakadt a nagy térkép, s puha lábunkat sérti az alatta levő kő... Ha másra nem is volt jó, de e járvány akarva-akaratlanul szembe-sített a valósággal, illetve annak hiányával.

Nem mi vagyunk az első nemzedék, aki szembesül az emberi lét eme kettősségével, a valóság és látszat különbségével. Sőt, a borgesi kartográfusok valamikor nagyon régen, egy édeni (?) korban végezheték a munkájukat, mert írott történelmünk sorsfordulói mindig pontosan erre a kettősségre mutatnak rá. Hamvas Béla, René Guenonra hivatkozva valamikor a Jézus előtti hatodik századra teszi a fordulópontot, amikor térképpel vonták be a világot. Szerintük ekkor váltotta fel a közösségi



Petrus Plantius világtérképe (1594)

életet a kicsi jólét kora. Ezt a gondolatot Hamvas kínai mesterektől kölcsönzi, akik – szerinte – még receptálták a különbséget. Nem tudom, hogy igaza van-e, de az biztos, hogy írott történelmünk, művészetünk, filozófiánk, vallásunk, tudományunk, kultúránk folyamatosan e kartográfiai mestermunka körül forog. Ki dicsőíti, ki átkozza, de mindenki erről beszél.

Mindazonáltal mi vagyunk az első nemzedék, aki szintet lépett. A civilizációs térkép fölé nekünk sikerült legelőször vonni egy újabb, már nem bőr, hanem szilikonréteget, a virtualitást. S ebben a hihetetlenül lebutított bináris létben végre ráérezünk az egész hamis voltára. Először van alkalmunk nemcsak megsejteni a térkép hamis és szakadozott mivoltát, hanem élő, eleven módon megtapasztalni a valósághiányt. Találkozunk, de mégsem, beszélünk, miközben tudjuk, hogy minden hang, ami elhagyja torkunkat, milliárdnyi öntudatlan és nemlétező egyes és nulla formájában száguld az optikai kábelhálózaton keresztül, hogy aztán bár értelmes, de semmitmondó szavakká formálódjon egy hangszóró membránján keresztül. Végre felocsúdunk, s rájövünk, hogy létünk nagy része egy referenciapont nélküli álvalóságban játszódik. S mint a gyermek, kibe először dobban belé az elhagyatottság érzése, jön, hogy félelmünkben sikítsunk, zokogjunk, vagy csak csendesen magunk elé nézve ringatózzunk, saját vállunkat átölelve.

Pünkösd van. A nagy egység megtapasztalásának ünnepe, amikor Jeruzsálemben perzsák és médek (mit is kerestek ők akkor ott?) megértik Péter galileai akcentussal elmondott szavait. A nyelv alatti nyelven elmondott szózatot, ami ugyanúgy ébreszti öntudatára az ottlevőket, mint a koronavírus minket. „Mit tegyünk, atyámfiai, férfiak?” – kérdezik a hozzánk hasonló módon megrémült akkoriak. Péter a megtérést ajánlja nekik, ami viszont elsősorban Isten országának – az egyedül valóságosnak – a keresését jelenti. Isten országa nem egy hely és nem egy állapot. Éppen ezért szerekkel, tettekkel indukálni, esetleg okos akadémiákon megtanulni nem lehet. Isten országa a mindennel összefüggő valóság bibliai szimbóluma. A térkép alatti valóság neve, ami – bár feltöri néha a zsenge emberi talpat – mégis az egyedül értelmes létezési forma. S hogy ez miről szól – kérded – egyszerű: a nagy egység megéléséről. Azt írja a Biblia, hogy pünkösd előtt és után a tanítványok és a hozzájuk csatlakozók „egy szívvel és egy lélekkel” voltak együtt. Ezt gyakran úgy értik, hogy nagy egyetértésben éltek, s mindenüket megosztották egy-

mással. Valószínűleg ez így is van, de ez következmény, nem a lényeg. A lényeg az egy megtapasztalása, ami arra vonatkozik, hogy körülöttünk a nagymindenség egyetlen egységet alkot, amelynek mi is, a már nem és a még nem élők részesei vagyunk. Tetteink egyetemes meghosszabbítása, közösségi létünk univerzális megélése. Más szavakkal egyetlen pillanatban, egyetlen levegővételben leélni az életet, s az univerzum évmilliárdjaiban és felfoghatatlan gazdagságában felfedezni a monotonitást. Cusanus teózisnak, azaz megistenülésnek nevezte Nüsszai Szent Gergely majd Ál-Areopagita Dénes nyomán. A 14. századi nagymester – tanítóival egyetemben – nyilván tudatában volt, hogy a megistenülés itt nem lényegváltást, hanem szemlélet-kiegészülést jelent, a perspektíva átalakulását.

Nem, kedves Olvasó, nem vagyunk lélekben együtt a virtuálisan közvetített istentisztelet, ballagás stb. pillanataiban. Külön vagyunk, elszigetelve egy képernyő mögé, elzárva a közösségtől. Ezt nem szabad elhazudni magunktól. Amit viszont nagyon fontos lenne megtanulni, főleg így pünkösdi kapcsán, hogy majd, amikor majd újra lehet közösségben együtt lenni, akkor megéljük az egységet. Keressük a kiteljesítőt abban az egyszerű pillanatban. Az univerzumot a mellettem levő egyszerű ember egyszerű szembogarában, s örüljünk a valóságosan megélt ünnepnek. Ezáltal az idő is talán barátunkká szelídül, és a mindenség órája belesűrűsödik a pillanatba. Ámen.



Andorkó Orsolya M.

FEJFÁJÁS

A fejfájás a civilizált ember napjainak gyakori megrontója. Talán nincs ember, akinek soha nem fájt még a feje. A csúfolódó népi mondás, miszerint mindenkinek ott fáj, ahol a leggyengébb, ez esetben megszívlelendő. Orvosi szempontból nem a szellemi képességek mértékére utal a fejfájás, hanem arra, hogy az agysejtek testünk legérzékenyebben reagáló sejtjei az oxigén- és glukózhiányra, valamint a keringési zavarokra. A fejfájás nem önálló betegség, hanem *egy tünet*, amit ki kell vizsgálni.

Fejfájást okoz néhány hétköznapi életviteli probléma, mint pl. az oxigénhiány, éhség, kialvatlanság, tűző napon való tartózkodás, láz, nem elegendő folyadékbevitel. Nőknél a menstruációt megelőző héten jelentkezhet a fejfájás, ami elmúlik a vérzés kezdetekor.

Fejfájást okozhat minden olyan szervünk bántalma, ami a fejünkön van. A sor igen hosszú: koponyasérülés (régí és új!), az agy és burkainak betegségei, agyi érrendellenességek, a szem betegségei, különösen a rövidlátás, arcüreg- és fülbetegségek, foggyökér-problémák, nyakcsigolyák kopása. Mindezek mellett a vérnyomás, akár magas, akár alacsony, fejfájást okoz. Gyakori a fejfájás a vérszegénységben is, ugyanis az agy elégtelen oxigénellátása az oka.

A fejfájás a neurológia szakterülete – a neurológus felkeresését meg kell előznie egy alap-kivizsgálás, ugyanis ki kell zárni a fent említett szemészeti, fül-orr-gégészeti és belgyógyászati betegségeket.

Nem minden fejfájást kell agydaganatnak tulajdonítani. Sokan első lépésként máris koponya-CT-vel vagy mágneses rezonanciavizsgálattal

indítanak, legtöbbször szakorvosi konzultáció nélkül, saját (nem kevés!) költséggel számolva. Természetesen ezen igen magas szintű képalkotó eljárásoknak is megvan a helye a diagnosztikában, de nem kell mindig ajtóstul rontani a házba. Előfordul nem egyszer, hogy a páciens elvégezteti az agyi mágneses rezonanciás vizsgálatot, a kiértékelőből pedig nem ért meg semmit, végül csak orvoshoz kell fordulnia. Ha mégis leírnak egy minimális, de teljesen ártalmatlan elváltozást, éppen elegendő ahhoz, hogy az aggódó páciens bekerüljön egy mókuserékbe, orvostól orvosig szalad, utánanéző a világhálón, és máris szorong, hogy komoly betegsége van.

A fejfájások nagy hányada pszichés eredetű is lehet, de mint minden ilyen esetben, a szervi bántalmak kizárása után kell konzultálni a pszichiáterrel vagy pszichológussal.

Ha ritkán fájdul meg a fejünk, például mert kialvatlanok vagyunk, esetleg nem figyeltünk eléggé a folyadékfogyasztásunkra, még nem olyan nagy a gond, hiszen minden további nélkül javul az állapotunk, ha odafigyelünk a pihentető alvásra és a folyadékbevitelre. Ha napirenden kénytelenek vagyunk fájdalomcsillapítót szedni a fejfájás miatt, mindenképpen forduljunk orvoshoz.

DEÁK BERTA

1912-ben született Homoródújfaluban. A székelyudvarhelyi tanítóképző kivételesen művelt, eleven diáklánya pályadíjakat nyert, írásait lapok közölték. Családja tiltakozása ellenére 1933-ben beiratkozott a kolozsvári unitárius teológiára, ahol megismerkedett leendő férjével. Tanulmányait már a Lupényba kihelyezett lelkész feleségeként fejezte be. Férje mellett ingyen kántorizált, segédlelkészkedett és jegyzősködött. Minden erejével népéért dolgozott. Közeli kapcsolatban volt Balázs Ferencel. Az 1956-os forradalom és szabadságharc miatt megindult letartóztatási hullám áldozataként 25 év börtönt kapott.

Ha a meghatározásoknak megfelelően kitöltötte a nagy hálót, másolja át az alsó számozásnak megfelelően a betűket a kis hálóba, ott Deák Berta Balázs Ferencéről szóló írásának címe lesz a megfejtés.

VÍZSZINTES: **1. Háromszéki falu, itt járt Deák Berta zárdába.** 11. Hím disznó. 14. Megoldás keresés. 15. ... Schneider, filmsztár volt. 16. 950, római számmal. 18. A kilencedik hang. 19. Szőke lány becézése. 20. Salamon, becézve. 21. Szlovák, gúnyosan. 22. Valamit helyváltoztatásra kényszerít. 24. Időmérő eszköz. 25. Édesség. 28. Kemény hangsor. 29. Argon vegyjele. 30. Angol fiúnév. **31. Zsil völgyi település, itt is dolgozott Deák Berta, férjével együtt.** 34. Nőstény őz. 35. Kihalt madárfaj. 37. Kézben fog. 39. Számban megegyezik. 41. Magunk. 42. A telefon feltalálója (Graham). 45. A magasba. 46. Sajtjáról híres holland város. 47. Valamint. 48. lengyel város. 49. Levente, becézve. 52. Állóvíz. 53. A *Szomorú vasárnap* szerzője (Dezső) 54. Brassó megyei település. 56. Orosz autómódel volt. 61. Nobel-díjas indiai költő volt. 63. Belső szervez mesterségesen ürít. 64. Nincs benne semmi. **66. Udvarhelyszéki falu, itt is volt segédlelkész.**

FÜGGŐLEGES: **1. Magyarországi település, segédlelkészkedett itt is.** 2. Személyes névmás. 3. Romain ..., Nobel díjas francia író volt. 4. Rég élt előd. 5. Szoknyás nép. 6. Víznyelő. 7. Számszerű tény. 8. Vuk első zsákmánya. 9. Pest megyei település. 10. Nagyon gazdag ember. 11. Állatövi csillagkép. 12. ... Pellea, román színész volt. **13. Unitárius lelkész, Deák Berta férje.** 17. Savas hatású. 18. Osztálykönyv. 22. Csödör. 23. A Pál utcai fiúk játszóttere. 26. Ausztia sportjele. 27. Neki is van hely. 29. Rokon

elnevezése is lehet. 32. Keskeny híd. 33. Amerikai egyetem. 36. Francia folyó. 38. Molett. 40. Tiltás. **41. Kolozs megyei falu, itt is volt Deák Bert**a. 42. Könyvfedél. 43. A máj váladéka. 44. ... Angeles, amerikai város. 45. Táblára jegyző. 50. Legutoljára. 51. Kocsma része. 55. Hon. 57. Keleti uralkodói cím. 58. Vízi madár. 59. van ilyen szó is, rengés is, hatás is. 60. Kályha sütője. 61. Angol fiúnév. 62. Tetejére. 65. Rom szélei!

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14									15			
16	17		18	7			17				18	
20				21			6				23	
24			25	26		9		22		8	13	29
30			31		32			33	34			
35	36			37			38	39	40			
41		42	43	44		45			46			
47		48					49		50	51	52	
53					16			55				
56	2				54			11	5			
57			58	59	60		61				62	
63		4									3	
	10								64	65		
	66											

1	2	3	4	5	6	7	3	4	6	8	9	4
10	11	12	13	14	5	15	16	17	9	9	10	18

ÉLET

Élet lelke vagyon mindenben. Él e világnak
Roppant teste. Nagyobb és kisebb részei ennek,
Élnek. Nincs holt része az egészre nézve. Ha hólnak
Egyet-mást nevezünk: az holt is él az egésznek.
Csak kisebb neminek holt meg; s ez is él a nagyobbnak,
Visszatér a melybe: a föld, víz, levegő, só,
Nyílt kebelekre veszik pártolt részeknek apróját.
És az egész melly élt, lassann-lassann elenyészik.
Lesz soká, s a kötél melly őket az egybe kötötte,
Elszaggattatván az halállal egyik a mását
Esmérni nem tudja tovább, nincs arra a végre
Melyre egészbe elébb együvé rendelve valának.



Máthé Zsuzsanna

NYOLC ÉV EGY MŰVÉSZTANYÁN

Sokan egyetértenek azzal, hogy az elmúlt esztendő a változás éve volt. A nem fenntartható tevékenységek válsága azt sugallja, hogy az életmódunk átalakítása, a változtatás már nem csupán a távolabbi jövőre hasznáható dolog, hanem kényszer, amit nem lehet halogatni. Akkor derült ki sokak számára, hogy mennyire fontos a természet, a zöld, a friss levegő, amikor tavasszal a zárlat miatt tilos volt elhagyni a lakást. Számomra a változás másféle módon indult: nyolc évvel ezelőtt otthagytam a városi életet, hogy vidékre költözzek. Nemcsak egy faluba, hanem egy tanyára, egy kis falunak a legutolsójára, 1100 méter magasra, ahol csak néhány állandó szomszéd van.

Az első években nem volt tudatos ez a váltás, még sokat jártam vissza a városba, és erre-arra a nagyvilágban. Nem a városból akartam menekülni, inkább magától, fokozatosan kezdett kialakulni a lelassulás, egy más életforma. De ennek a gyökerei mélyebbre hatolnak, mert ki nem álmodozott kiskorában arról, hogy egy farmon éljen, az erdő mellett? Habár az élet egy kis tanyán jóval több munkát igényel, mint ahogy azt a filmekben mutatják, vagy ahogy a regények leírják, pont olyan izgalmas, meghitt és békés, mint ahogy sokan elképzelik. Nálunk néhány faházból, két veteményeskertből, gyümölcsösből és gyönyörű kilátásból áll a birodalom, amit Bio Művészanya néven ismernek (Organic Art Ranch) az érdeklődők. Azért választottuk ezt a nevet, mert mindketten a művészet felé hajlunk: a zenéléstől az írásig, fotózásig és festésig sok mindenre szakítunk időt, amikor tudunk. Nem csak mi szeretünk alkotni, de fiatal művészeket is gyakran fogadunk a tanyán, jártak már nálunk írók, költők, festők, grafikusok és zenészek is, például egy amerikai



rapper, aki indián kultúra által ihletett zenét és videókat készített nálunk, vagy egy ausztráliai író és történész, aki az ókori görög civilizáció meséit kelti életre a műveiben. Ugyanakkor ez a név a hely szépségét is magába foglalja: nyáron felhőkké párolog az eső a fák közül, és kettős szivárvány köti össze a völgyeket. Az ősz a legszebb; a zöld fenyők a lombhullató, vöröslő fákkal keverednek, és akkor érik be minden a kertben. Alkonyatkor a kis tavunkban a békák hangja altat el, hajnalban pedig a kakasaink ébresztenek.

Mi, én és a párom, nem vagyunk aktív természetvédők, de elgondolkodtat, és egyre inkább előtérbe kerül a fenntarthatóság mindenben. Most már kevesebbet utazgatunk nagyon messzi helyekre repülővel. Városiak vagyunk, közelebb szerettünk volna lenni a természethez, ám továbbra is megtartani kapcsolatainkat a városi környezettel. Önellátásra törekvés helyett inkább arra összpontosítunk, hogy a szomszédainkat segítsük a termékeik megvásárlásával vagy cserével. Mindketten úgy gondoljuk, hogy a természet a művészi ihlet egyik nélkülözhetetlen forrása. A tanyán a funkcionalitás művészséggel társul, és az esztétika ját-



szik fontos szerepet mindenben, a tanya megtervezésében, a kertészkedésben, a folyamatos tanulásban és a világ iránti érdeklődésben. Előtérbe kerül az együtt töltött idő, a zene, a nevetés és a nyugalom, a friss étel és a környék szépsége.

Egy átlagos napnak a nagy részét kint töltjük az udvaron, a kertben vagy a ház körül. Hagyományos módszereken alapuló, innovatív és modern módszereket alkalmazunk mindenben. Régi házakat használunk fel és építünk újjá. Amennyire lehet, a természetes, helyi anyagokat választjuk, például a környékről származó agyagot, követ, fát. Főleg olyan növényeket ter-

mesztünk, amelyeket ritkán lehet a piacon látni. A kedvenceink közé tartoznak a fűszernövények és a gyógynövények, például a kerti izsóp, az illatos turbolya, a kapucinusvirág, a borágó, az orvosi zilíz. A lila borsó, a piros virágú stájer bab és a hegyi szivárvány színű kukorica is pompázik a kertben, a lila vagy sötétzöld leveles kelfajták között. Annak ellenére, hogy 1000 méter felett vagyunk, tízféle paradicsomot és földicseresznyét is termelünk a melegházban. A magok nagy része, amit felhasználunk, ősmag.

Sok munka még egy ilyen kis helyet is fenntartani, mindig van valami javítani való, és az időjárás és az évszakok változása nagyon befolyásolja a mindennapokat. Emiatt a természet állandó változását nemcsak nyomon követjük, hanem mi is része vagyunk ennek. Ez azt is jelenti, hogy átadjuk magunkat a jelennek, a pillanatnak: azt eszünk, ami éppen a kertben nő, a tevékenységeket is az idő szerint tervezzük; napi tervek nincsenek, csak heti tervek. Időnként műhelymunkákat szervezünk, például gyógynövényes műhelyeket, amelyek visszavezetnek a termé-

szethez, miközben fenntartják a kapcsolatot a modern módszerekkel és a városi élettel.

Az egyik álláspontunk a Bio Művésztanyán az, hogy nem a radikális, hirtelen változásban rejlik a megoldás, hanem inkább a sok kicsin sok múlik hozzáállásban. Az emberek többsége még nincs felkészülve arra, hogy gyökeresen megváltoztassa az életét, erről a közelmúltban történt események, főleg a koronavírus-járvány is tanúskodnak. A kényelmet és a hétköznapi szokásokat nagyon kevesen hajlandók teljesen áttervezni. Viszont kisebb változásokra már fogékonyab-



bak az emberek, főként hogyha látják, hogy nem kerül sok energiába és időbe. Erre alapult sok rendezvényünk és nyitott kapus hétvégéink is, és az is, hogy kit fogadunk el önkéntesnek nálunk. Számunkra nem az a fontos, hogy hasonló gondolkodású embereket fogadjunk, nyitottak vagyunk bármilyen jelentkezésre, és az sem a célunk, hogy megváltoztassuk a vendégeinket és az életmódjukat. Azt reméljük, hogy valamilyen kis részt abból, amit alkottunk, magával visz mindenki, és remélhetőleg ők is továbbadják majd valakinek. Vendégként már nagyon sokféle ember fordult meg nálunk, a világ minden tájáról. Egy élettel teli nemzetközi társaságban sok mindent lehet tanulni egymástól.

Konkrét példával élve egy pár éve egy olyan csoport jött hozzánk, amely nagyon gazdag, nagyvárosi, külföldi férfiakból állt, akiknek a pénz és a vagyon tehert jelentett, és kíváncsiak voltak arra, hogy hogyan lehet megtalálni a boldogságot az egyszerűségben. Mielőtt megérkeztek volna, sokat beszéltünk arról, hogy vajon meg fogják-e találni a helyüket a mi nagyon rusztikus és egyszerű otthonunkban, hiszen ők a luxushoz



vannak szokva. A néhány nap során, amit nálunk töltöttek, nagyon összebarátkoztunk, és sokat beszélgettünk, közelebb kerültek a természethez, és megtapasztalhatták a mindennapok egyszerűségét és szépségét a kis tanyán. Magukkal vihetek egy tapasztalatot, amit később az ő teljesen más életükbe beleszőhettek: azt, hogy sokszor az egyszerűségben rejlik a megoldás, abban, hogy meg tudunk elégedni azzal, amink van.

Reméljük, hogy minél több embernek megmutathatjuk, hogy a pozitív változás lassan és fokozatosan, nem pedig azonnali, radikális lépésekkel érhető el. Elkötelezettséggel és kemény munkával sok mindent el lehet érni: azt a változást, amire vágyunk, vagy amire szükség van. A fenntartható lehetőségek kialakítása és az az életforma, ami a természethez közelebb áll, nem azt jelenti, hogy gyökeresen meg kell változtassunk mindent az életünkben, és feladjunk mindent, amit kellemesnek vélünk.

Számunkra a kis faluba költözés nem végleges választás, de már évek óta mindig ez tűnik a legjobb lehetőségnek, és a közeljövőre nézve is. Egyre ritkábban hiányzik a város, ugyanakkor pedig a városi időtöltések is kellemesebbek, mert jobban élvezhető az, amit egy városi környezet ad, hogyha nem kell tömegközlekedési járműveken, a forgalomban ara-

szolva, gyalogosok közt gyúródni minden nap. Úgy tűnik, hogy az ideális élet nem feltétlenül a városból való elköltözésben és a természethez való teljes visszavonulásban rejlik, hanem a kettő közötti egyensúly kialakításában. Nem tud mindenki vidékre költözni, de a vidéki élet bizonyos szempontjai bevezethetők a városi életbe is.

A változást sokan a jövőhöz kötik, fejlődéshez, úrutazáshoz. De igazából nemcsak a jövő felé lehet változtatni, hanem visszafelé is: a visszalépés a múltba, olyan tevékenységekbe, amelyek már lassan feledésbe merülnek, azoknak az átgondolása, újratervezése, újrahasználása és a lelassulás is egyfajta változás. Abból is lehet meríteni hasznos példát és értéket, amitől lehet, hogy mára már többen eltávolodtak. Sokan a nyugati civilizáció felé kíváncsiak, és abban látják az értéket, ami nincs itt, csak Nyugaton vagy máshol. Sajnos sokszor ez nem a fenntarthatóság követését jelenti, hanem a fogyasztóközpontúságot és a természettel való visszaélést. Pedig itt is lenne lehetőség változtatni és arra alapozni a változást, ami már a kezünkben van. Ezt igyekszünk megmutatni a Bio Művészanyára látogatóknak.

TISZTELJÜK NAGYJAINKAT!

210 éve született Kriza János

Kriza János 1811. június 28-án született Nagyajtán, Háromszék vármegyében. A család ősi fészke Torockó volt, ahonnan az apja is származott, aki lelkész volt. Már hároméves korában elveszítette édesanyját. Apjának a második házasságából még hét gyermeke született. Kriza nem sokáig maradt a szülői háznál. Kilencéves korában Torockóra került iskolába, ahol egyik nagynénjénél lakott. Torockón az unitáriusoknak kezdettől fogva virágzó alгимnáziuma volt, amelyben a gimnázium két alsó osztályát el lehetett végezni. Székelyföldről is a szegényebb szülők gyermekei közül sokan jöttek ide tanulni, ahol a lelkes torockói hívek gondoskodtak a szegény tanulók ellátásáról. Kriza öt évet töltött Torockón. Ez időben kedvelt olvasmánya volt a Biblia és a Hármaskör története. Nagy hatást gyakorolt lelkére egy kiváló papi végzettségű tanára, Sebes Pál, aki távoli rokonságban is volt Krizával.

A torockói iskola végeztével a székelykeresztúri gimnáziumba vitték, ahol a székely unitárius tanulók nagyobb körével ismerkedett meg. Vakációit Nagyajtán töltötte a szülői háznál. Erdővidék festői tájai nagyon hatottak költői hajlamú lelkére, később ezek ihlették legszebb verseit.

A keresztúri gimnáziumot kitűnően végezte, ahonnan a kolozsvári kollégiumba került. Itt is, mint Székelykeresztúron osztályzata minden tantárgyból minden osztályban jeles volt, vagy amint akkor nevezték: prima cum eminentia. Magánszorgalomból megtanult németül, franciául és angolul. A tanítás nyelve abban az időben még latin volt, s ezt is kitűnően beszélte. Az ő buzdítására alakult a kolozsvári főgimnáziumban olvasó- és önképző kör. Ez az önképző kör előbb *Viola*, később *Remény* címen lapot indított meg, amelyet a tanulók írtak és szerkesztettek. Itt Krizának már sok verse jelent meg, amelyek később költői hírnevét is megalapozták.

A kolozsvári unitárius kollégiumban bölcsészeti s a református kollégiumban a jogi tanulmányokat végzett.



28 éves korában elfoglalta Kolozsváron a lelkészi állást. Három év múlva megnősült. Ettől kezdve családjának, az irodalomnak és egyházának szentelte életét.

Négy gyermeke született, akik közül egy korán meghalt, egy pedig 27 éves korában. Ez mélyen megrázta a szülők lelkét.

Az irodalom szeretete a későbbi éveiben sem lankadt. Ő szerkesztette a *Remény* c. zsebkönyv első kötetét. Nagy érdemet szerzett a *Keresztény Magvető* című folyóirat megindításával, mely mai napig megjelenik. Ugyancsak nagy szol-

gálatot tett az irodalomnak a *Vadrózsák* c. többkötetes munka kiadásával, amelyben a székely népköltészet alkotásait, mese- és mondavilágát gyűjtötte össze. Irodalmi működéséért a Magyar Tudományos Akadémia és a Kisfaludy-társaság tagjai közé választotta. A lelkeszség mellett tanári munkát is végzett a kolozsvári kollégiumban. 1861-ben püspöknek választották, s mint püspök, bölcsen vezette egyházát.

Egész élete és jelleme a valódi keresztény életet tükrözi. Egyik életírója így jellemzi: „Haza- és emberszeretete, vallásossága, önzetlen jelleme, egyszerű, puritán lelke fölemelően hat.” Meghalt 1875-ben.

A Kolozsváron létrehozott Kriza János Néprajzi Társaság is emlékét őrzi, amely tevékenységét az ő szellemében fejt ki népünk kultúrájának ápolásáért.

Rácz Norbert Zsolt

KATAKOMBA

„Ez a kincsünk pedig cserépedényekben van, hogy ezt a rendkívüli erőt Istennek tulajdonítsuk, és ne magunknak: Mindenütt szorongatnak minket, de nem szorítanak be, kétségeskedünk, de nem esünk kétségbe; üldözöttek vagyunk, de nem elhagyatottak, letipornak, de el nem veszünk...” (2Kor 4,7–9)

Az első keresztények az ókori világ megvetetteiként éltek napjaikat. A legenyhébb viszonyulás feléjük a gúny volt. *Krisztianóinak*, azaz krisztuskáknak, felkentéknek csúfolták őket a körülöttük élők. Nyilván a legextrémebb viszonyulás az volt, hogy vadállatok elé vetették, sőt válogatott kínzásokkal ölték meg őket. Csodabogaraknak számítottak, nem is a meghaló és feltámadó vezetőjük miatt, hanem elsősorban azért, mert azt hirdették, hogy rabszolga és főúr ugyanazzal a mércével méretik, kardot ragadni, emberi életet oltani bűn, a vagyon és társadalmi előrehaladás csak látszat, a birodalom káprázat, de van egy másik ország, ami nem függ Rómától, hanem hatalmasabb annál, s amelyben a béke és igazság uralkodik mindenki számára. Ebben az országban a király – azaz Isten – nem trónon székelő nagyúr, hanem elsősorban szülő, aki asztalt terít gyermekei számára, s várja őket, hogy egyként részesüljenek a bőségben. Hirdették és vallották, hogy e világ mögött van egy igazibb, ami nyitva áll mindenki számára. Más szavakkal a mögöttes világot látták, és ezért készek voltak a legnagyobb áldozatra is. A mögöttes világ ma is létezik. Árnyként ott húzódik meg a politikai szándéktól és gazdasági érdektől meghatározott „valóság” mögött, csak meg kell látni... Ám sajnos ma sem látjuk igazán.

Az első keresztények az üldözések elől a nagyvárosok csatornáiba menekültek. Ezekbe a földalatti útvesztőkbe, ahová a légiósok sokat tapasztalt, de fensőbbségükben kifinomult szimata nem követte őket. Büdös kanálisokba bújtak, hagyva, hogy a bűz fedje el tisztaságukat. Ebben a perverz nyugalomban álmodták az új édent a világ számára. A csatornák találkozási pontjainál templomokat létesítettek, ahol a paradicsomot rajzolták meg naiv és gyermeteg eszközeikkel. Nem túlvilági gyönyörökről, hanem evilági méltányosságról álmodtak, miközben megtörték a kenyeret, és imádkoztak ehhez a furcsa Istenhez, aki nem akart beleszólni a világ eseményeibe, nem sarkallta harcra a katonákat, hanem békét és szeretet hirdetett.

Mintha meghatározná őket ez a sajátos kettősség. Vezérük és mesterek pusztai istállóban született, pásztorok és szegény emberek között, de érkezését mennyei angyalok hirdették. Vallásos életük egészét a szegénység jellemezte, de szertartásaik során Isten asztalánál voltak válogatott vendégek. Összejöveleik a félelem jegyében zajlottak, de a közönség egybegyűlése ember nem látta magasságokba emelte őket. Sár és gyöngy, érték és sötétség, illat és bűz, szegénység és remény kettősségben éltek naponta.

Ám a sokszor perverz, szélsőséges kettősség ellenére tolongtak hozzájuk a bízni akarók. Mert végre valakik ki merték mondani, hogy a király (a mi esetünkben a császár által megtestesített rend) meztelen. Igazságtalanságra épül, amelyet ez a szegényes öltözetbe burkolt csürhe le tud leplezni. A világ szomjazta az igazságukat, ők meg bővizű forrásként hirdették a másságot. Utálta is őket az „establishment”... Katonákkal vádásztak rájuk, kommunikációs apparátust működtettek ellenük, az elrettentés válogatott eszközeit vetették be, de mindhiába. A történelem kerekai mozgásba lendültek, s alig pár száz év alatt a katakombákban sínylődők a világ vezetőivé avanszáltak. És ez okozta a vesztüket: „Mert mit használ az embernek, ha az egész világot megnyeri, lelkében pedig kárt vall...?” (Mt 16,26) – visszhangoztak eredménytelenül az immár bazilikákban uralkodó, hatalomtól kövérré vált püspökök és diakónusok fülében a jézusi tanítások. Belepusztultak igazukba. Az igazság szabaddá tette őket, s a szabadság a hatalom rabságába vetette ismét közönségüket. A történelem fintora, hogy a kereszténység akkor bukott meg, amikor sikeressé vált.

Elgondolkodtató párhuzam... Civilizációnk, jelenünk, valóságunk akkor bukott meg, amikor sikeressé vált. Látszólag mindent elértünk, de elég volt egy szemmel nem látható akadály, egy pornál is kisebb küszöb, hogy minden rommá váljon. Mert kétségtelen: a világunk szétesett. Ami hatalmasnak tűnt, értelmetlenné vált, s ami kicsi volt korábban, hatalmasra nőtt. Látszólagos biztonságunk szertefoszlott, és az ember ismét katakombákba szorult. Otthonainkba menekültünk, ahol várnak ránk egyéni és emberi létünk bűzei és egyenetlenségei. Ki merne ma – ebben a magánzárka-életben – esküdni a hatalmasok hatalmára? Vezetőink vállukat vonogatják, hárítanak, és zavaros rendeletekkel próbálják palástolni a napnál világosabb tehetetlenségüket. A baj az, hogy elhittük, a legjobb az, ha rábízuk magunkat egy csoportra, akik helyettünk és értünk gondolkodnak, akkor nekünk is jó lesz. Na, ez, kérem, hamisnak bizonyult. Vissza a katakombába! Ez az új és egyedül értelmes jelszó. Vissza civilizációnk bűdös, de annál értelmesebb *cloaca maximájába*, ahol a félelem határozza meg a hétköznapot, és a bűz lengi be a szentséget, de legalább van szentség...

Vissza az alapokhoz! Az egyedüli értelmes jelszó, ami arról szól, hogy az életünk értéke olyan törékeny, mint a cserépedényben pihegő palánta. Pál még a katakombalét előtt ráérezett az akkor még civilizációmentes igazságra, amikor az egyedül célravezető sorokat tollba mondta: „Mindenütt szorongatnak minket, de nem szorítanak be, kétségeskedünk, de nem esünk kétségbe; üldözöttek vagyunk, de nem elhagyatottak, letipornak, de el nem veszünk...”

Amikor minden kötél szakad, érdemes előkaparni az alapokat. Ezekben a nehéz időkben erőnket csak Istentől származtathatjuk. Félni, aggodni lehet, de csüggedni, elbátortalanodni nem szabad! Ehelyett érdemes értékeinket csatasorba trombitálni, és elrendezni szép katonás sorba őket, hogy innen, az alapokról e vész lejárta után újra összerakjuk azt, ami darabokra hullt, s felépítsünk egy világot, ami jobb lesz, mint a korábbi. Kaptunk egy esélyt az újraindulásra, ezt ne rontsuk el! Ámen!



Andorkó Orsolya M.

LÁZ

A láz egy igen erős jelzés arról, hogy a szervezetünk harcol valami ellen. Legtöbbször fertőző betegségek állnak a háttérben. A testhőmérséklet 38°C fölötti értékét nevezzük láznak, a hőemelkedés 37°C fölötti, de 38°C alatti tartomány. A normál testhőmérséklet $36,8\text{--}37^{\circ}\text{C}$. A lázmérést végezhetjük a bőrön (digitális vagy szenzoros, „érintős” lázmérővel), csecsemőknél végbélen keresztül is. Az itt mért hőmérséklet normál értéke fél tizeddel magasabb, mint a kültakarón mért.

A láz élettani alapja az, hogy az aktiválódott fehérvérsejtekből ún. *pirogének* szabadulnak fel, amelyek a testünk hőszabályzó rendszerét serkentik a hipotalamuszban (ez egy agykéreg alatti terület). A láz ugyanakkor serkenti az immunrendszer „katonáinak”, a neutrofil leukocitáknak a működését, valamint a makrofág sejtek (falósejtek) tevékenységét a kórokozók elpusztításában.

Az immunrendszer minden idegen anyagot, legyen az vírus, baktérium, gomba, parazita, esetleg átültetett szerv, igyekszik „eltakarítani” vagy legalább ártalmatlanítani, többé-kevésbé sikeresen. Kevesen tudják, de a rákos sejtek is aktiválják az immunrendszert, mert az elfajult sejt ellen mindent bevet immunrendszerünk, hogy elpusztítsa. Meglepőnek hangzik, de a makkegészséges egyének szervezetében naponta képződnek rákos sejtek, de a jól működő immunrendszer elpusztítja ezeket. Azt is tudnunk kell, hogy nem létezik tudományos értelemben vett immunerősítés. A kiegyensúlyozott, egészséges táplálkozás, megfe-

lelő mértékű pihenés és a stressz kiiktatása a lehetőségeink szerint elég-
slegesnek bizonyul az immunrendszerünk ép működéséhez.

Az immunrendszer működésére negatívan hat a stressz, a pszichés
megrázkódtatások, a kialvatlanság, a fehérje- és vitaminszegény táplál-
kozás, valamint bizonyos gyógyszerek (kortikoszteroidok, más immu-
szuppresszív szerek) szedése.

A láz gyakorta rosszindulatú, daganatos betegséget jelez. Sok ún. azo-
nosítatlan eredetű láz hátterében rákos betegség áll – ilyenkor sok vizs-
gálatot el kell végezni a fertőzések kizárásáért. Láz jelezheti sok autoim-
mun betegség kezdetét, ugyanis az ilyen kórképekben az immunrendszer
éppen „túlteng”, vagyis a test saját szöveteit és szerveit támadja meg.

A láz igen nagy terhet ró a csecsemőkre, a kisgyerekekre, az idősek és a
krónikus betegek keringési rendszerére és szívére. Szinte mindig kiszá-
radást okoz, ami még súlyosabb kisgyerekeknél és időseknél. A lázas
kisgyereket sürgősen orvoshoz kell vinni, és ha a kiszáradás (*dehydratio*)
jeleit mutatja, infúziót kell kapnia a kórházban. Felnőttek esetében ha a
láz két-három napnál tovább tart, tanácsos orvoshoz fordulni és bizo-
nyos vizsgálatokat elvégezni. 38 °C alatti testhőmérsékletnél ne szed-
jünk lázcsillapítókat, mert pont az öngyógyító immunmechanizmuso-
kat gátoljuk! A krónikus betegeknek, főleg szív- és vesebetegeknek is
orvoshoz kell fordulniuk már a lázas állapot elején, mert önmagában a
lázcsillapítás nem biztos, hogy elég, főleg ha fertőző betegség áll a hát-
térben. A kezelés szinte mindig kórházban kell történnjen.

DR. LŐRINCZI MIHÁLY

1911. december 31-én született a beszterce-naszódi Sófalván. A kolozsvári katonai bíróság az unitárius tanárok perében 1959-ben hét év börtönre ítélte államellenes szervezkedés és tiltott iratok terjesztése vádjával. 1963-ban szabadult. 1980-ban történt nyugdíjazásáig Szinden volt lelkész. 1991. február 24-én hunyt el Budapesten, de a Házsongárdban nyugszik.

Ezt tanította Lőrinczi Mihály a teológián	Kolozs megyei falu, innen ment nyugdíjba	Kén vegyjele Srég	↖	Azaz Izomkötő	Azonnal	Német autójel				
Nulla	Együtt utazunk vele									
Gyalogsági fegyver						Ordit				
Fél évtized				Indok Népies lyuk						
Van ilyen adó is										
Latin „és”		Lúd Olasz folyam					Rövid, humoros történet	Maros megyei falu		Itt is volt lelkész Lőrinczi
Mestersé- ges takar- mány			Kazár nép volt Szerencse- istenő					Fluor vegyjele Skálahang		
Csavar				Halász- kunyhót fedő Paripa						
Valamint		Pajta Palást jelzője lehet			...király (Szent László) Magunk					
Giga		Halogén elem				E nap			Névelő	
A sugár jele		Szükséges				Gaz			Apró rovátka	
↗				Járom Gramm			Erre, középen!		Lokál	
Színével elűt Megrésze- gedik					Ipszilon Maros megyei autójel	Női név Hélium vegyjele				
Falusias női név				Busójárása híres Olasz autójel						
 B										T

JUNIUS¹

A hold az égen fehér fényben áll.
Falomb nem mozdul. Alszik a madár.
Nincs nyitott szem e csöndes éjszakában
csak az enyém, s az örök Istené.
Én innen nézek a csillagos égre.
Ő onnan néz az égből lefelé.

¹ sic!



Ferenczi Enikő

FÉLELMEINK ÁRNYÉKÁBAN

Minden új helyzet kihívás számunkra. Mert nem tudjuk előre kiszámítani, hogy mivel fogunk találkozni benne. Szembe kell néznünk az új helyzetben új arcunkkal, megszülető érzéseinkkel, kísértő gondolatainkkal, félelmeinkkel.

Váratlan helyzetek váratlan eseményeket teremtenek.

Egy konkrét helyzet jut most eszembe: egy hirtelen bekövetkező baleset különböző emberi magatartásokat, viselkedéseket hoz elő. Van, aki a vészhelyzetben is képes gyorsan gondolkodni és reagálni. Az ilyen ember az, aki megtalálja a gyors megoldást, aktív marad, és képes másokon is segíteni.

Van, aki teljesen „lebénul” és nem képes aktivitásra.

Van, aki ilyen helyzetben szó szerint elveszti a talajt: elájul, rosszul lesz, és mások segítségére szorul maga is.

Van, aki jajgat, kétségbeesik, és csak akadályozza azokat is, aki tenni tudnának valamit az ügyért.

És van olyan is, aki vészhelyzetben nagyszerűen helyt tud állni, erős és problémamegoldó, de a vész lejártá után, mintha később ütne ki rajta a félelem, összeomlik.

Sokfélék vagyunk. Erről talán annyira nem is tehetünk. De azért már felelősek vagyunk, hogy mit kezdünk az új helyzetek által generált félelmeinkkel. Érdemes számba venni őket, közelebb menni hozzájuk, ismerkedni velük, és megtanulni megszelídíteni őket.

Az egyéni terápiának is része a félelmeinkkel való tudatos szembenézés. Ahhoz, hogy az ember kiegyensúlyozott életet éljen, képes kell legyen eljutni arra a szintre, amikor már mer szembenézni ezekkel.

A spirituális szintre lépésben, ami szerintem az ember személyiség-fejlődésében a legmagasabb szint, már kötelező szembenézni legnagyobb félelmünkkel: a halálfélelemmel.

Így mindannyiunk feladata, hogy megvizsgáljuk, milyen félelmekkel találjuk szembe magunkat. Ez elég kemény önismereti munka. És lehet, hogy közben segítséget is kell kérnünk! Tegyük bátran! Nem szégyen.

Húsz éve dolgozom kórházlelkészként. A kórház az a hely, ahol a betegségekkel való szembesüléskor az ember gyakran találja magát szembe félelmeivel. Találkoztam nagyon erős emberekkel, akik mertek szembenézni félelmeikkel és harcolni velük, és szinte gyógyíthatatlannak minősített betegségeikből képesek voltak felépülni. És találkoztam olyanokkal, akik banális és kórházilag egyszerűnek minősített betegségeiket úgy élték meg, hogy összeomlottak, mert akkor szembesültek először halandóságuk tudatával (ezért nem szabad legyinteni, ha valamelyik ismerősünk épp egy mandula- vagy vakbélműtét közelségében kezd rettegni a haláltól), mert minden félelmünk alapjában a legerősebb félelmünkbe gyökerezik: a halálfélelembe. És találkoztam olyanokkal, akik félelmeik fogságában beidézték a legfélelmetesebbnek hitt betegséget, és áldozataivá váltak ezeknek. Ezért nagyon veszélyes rosszul és sokat foglalkozni azzal, amitől rettegünk, mert sokkal több dolog bevonására vagyunk képesek, mint gondolnánk. A szomorú az, hogy ezt főleg negatív irányban használjuk.

Soha ne legyintsünk az emberek félelmeire! Nem tudhatjuk, hogy ki mitől és hogyan retteg! Egy sötétségtől rettegő gyereknek hiába mondjuk, hogy nincs, mit félnie a sötétségben, ha ő egyszer fél bemenni a sötét szobába. Beszélgessünk vele, legyünk mellette, legyünk támasza, akivel megoszthatja a félelmeit, és együtt haladva talán legyőzhetjük azokat.

Egy terjedő vírus megjelenésére és terjedésére sem reagálhatunk legyintéssel! Mert ami létezik, az van. És azt háromszor is végig kell gondolnunk, hogy mások egészségéért is felelősek vagyunk. Hogy könnyed és felületes viszonyulásunk mások életébe kerülhet.

Felelősek vagyunk embertársainkért. És nem téveszthetjük szem elől azt sem, hogy félelmeinket is másként éljük meg. A koronavírus megjelenése új helyzetet teremtett, amelyet még nem éltünk át, új félelmeket mozgósított bennünk. Számunkra elképzelhetetlen dolgokat hozott elő: a megbetegedések magas száma, elhalálozások, gyors terjedés. Félelmek, hogy elkapjuk, és áldozataivá válunk. Szeretteinkért való aggodás. És

életterünk korlátozása, átalakítása is számtalan új helyzet elé állított. Az, ami eddig természetes volt, most korlátozás alá került. Ki hitte volna, hogy szabályozva lesz utcára lépésünk, nem utazhatunk ide vagy oda, hogy intézmények zárnak be és lehetetlenednek el? Egy teljesen új helyzettel szembesültünk, amire nem voltunk felkészülve. Sok mindent újraértelmeztünk, és remélem, hogy tanultunk új dolgokat az új megtapasztalásban. Óvatosabbak lettünk sok mindenben és sok dolog újra nagyon értékesé vált az életünkben.

Nyugodtan állíthatunk össze listát azokról a dolgokról, amikről azt hittük, hogy már természetes. Lehet az a neve, hogy: Nem hittem volna lista. Az enyém is hosszabb, de ezeken most elmerengek, mert frissek:

- Nem hittem volna, hogy a határátkeléskor olyan félelmeket élek újra, mint gyermekkorom kommunizmusában.
- Nem hittem volna, hogy az is eljön, hogy nem foghatok kezét templomból kijövet az ősz háláadás ünnepén. S hogy himnuszainkat maszk alól énekeljük.
- Nem hittem volna, hogy nem tudjuk tárt karokkal fogadni az előadásainkra jövőket, és nem vehetjük elő a pótszékeket! De a biztonságért tesszük, és elfogadjuk.
- Nem hittem, hogy a munkám úgy végzem, hogy nem látogathatom betegeinket, és csak telefonon tarthatjuk a kapcsolatot.

A sor egészen hosszú lehet. Most gyűjtögetjük össze ezeket.

Nehéz az, hogy nem tudjuk, hogy meddig tart. Ez is félelmeket mozgat. Mert hogy lehet bizonytalanban tervezni, bizonytalanban élni? De nem állhat le minden. Tervezünk és igyekszünk felkészülni a változásra. Tervezünk és tudjuk, hogy egy hír, utasítás áthúzhat mindent. De át kell menteni az átmeneti időt. Meg kell valahogy élni az átmeneti időt. A lehető legjobban: méltósággal és türelemmel. A fegyelemben való lét mellett figyeljünk arra, ami értékes. És ha lejár ez az egész, tudjunk hálásak lenni azért, ami nem is olyan természetes, hogy része életünknek.

Rácz Norbert Zsolt

ÚGY RAGYOGJON...

„Ti vagytok a világ világossága. Nem rejthető el a hegyen épült város. A lámpást sem azért gyújtják meg, hogy a véka alá, hanem hogy a lámpatartóra tegyék, és akkor világít mindenkinek a házban. Úgy ragyogjon a ti világosságotok az emberek előtt, hogy lássák jó cselekedeteiteket, és dicsőítsék a ti mennyei Atyákat.”

(Mt 5,14–16)

Sok évvel ezelőtt az aranyosszéki Várfalván szerveztük egyikét a miriádnyi ifjúsági rendezvénynek, amelyre befogadott e kies település. Egy késő délutáni, ritkán előforduló csendes percben a kultúrotthon udvarán álldogáltam. Innen be lehet látni az egész völgyet. Önmagában gyönyörű a látvány, ahogy a szem előtt kitarul a szikláktól keretezett lapos táj. Az Aranyos mellett fűzerként sorakozó falvak szigetek a megmunkált földtengerben. Balfelé, a sziklaoldalon Mészkö házai kapaszkodnak az alabástromba, majd a Tordaszentmihály utcáin megpihenő tekintet bátor ugrással szalad felfelé az elvesző látóhatárba. A kultúrotthon mögött bércek magasodnak igazi óriásvárként, s bár nem látszik, érezni lehet a Székelykő tömbjét, akár az alvó óriás mély, ütemes szuszogását. A levegő mindig párás egy kicsit, ettől minden sejtelmes, tündéri. Ám ami abban a pillanatban, ott megragadott, nem is a leírtak voltak, hanem a napsugarak. Óriási, fentről lefelé szélesedő, nyílegyenes fénykötegek. Valóságos fényharsonák, amelyek nem zúgtak, hanem zengtek. Igazi Já-kob-létrák, amelyek szívták a tekintetet felfelé. Mint egy gigászi gótikus katedrális pillérei, erősek, biztosak, de éteriek voltak. Lenyűgözött, elkápráztatott a látvány, s eszembe jutott, hogy a huszadik század harmincas éveiben ott, balkéz felől, Mészkon Balázs Ferenc is ezt láthatta, ami-

kor Isten völgyének nevezte Aranyosszéket. Azóta többször felfigyeltem e táj sajátosságára, s állítom, számomra szebb napsugarak nincsenek máshol a világon. Amikor alattuk áll az ember, már-már azon csodálkozik, hogy miképp lehet, hogy mégis árnyékot vet. Miért nem sütnek egész egyszerűen át rajtunk ezek a fénycsóvák. Mert egy dolog biztos: Aranyosszéken a napsugár tömörebb és erősebb, mint az emberi test. Mindazonáltal nem fenyegetnek, nem sisteregnek, égetnek, hanem egykedvűen hidat teremtenek ég és föld között.

Mindig gyermekkoromba ringatnak vissza. A Donát úti ház szobájába, ahol nyáron, délután jóval kisebb, de ugyanilyen tiszta sugarak ragyogtak be az ablakon. Illatát most is érzem, mert ennek a fénynek illata is van. Ha láttam őket, mindig leültem a szekrény mellé, az árnyékba, s onnan lestem, amint e napúton parányi tündérek lejtették a táncot. Por-szemcsék, kicsi rovarok verték vissza és engedték át a fényt önmagukon. Ha kezemet kinyújtottam, a fény megpihent a tenyeremben, s éreztem, amint fokozatosan áttör a bőrön, a húson, s csak egy picit kellett hunyórástak, már át is süttött rajta: én is áttetsző lettem, fénybe öltöttem.

Igen, fényrajongó vagyok! Napfényrajongó. Egy másik korban lehet, hogy pontosan ezért Apolló templomában szolgáltam volna a Héliosz-húzó istent. Megnyugtat és feltölt, amikor ősszel mézszínűvé festi a mindenséget, amikor télen szikrázik, nyáron éget, s tavasszal életre hívja a zimankós álomba szenderedő lelket. Fény nélkül nincs emberi élet, s ennek a mondatnak nemcsak a fizikai, vegyi implikációi fontosak számomra, hanem és elsősorban szimbolikus, spirituális volta miatt fontos.

E fényrajongásom magyarázza talán azt is, hogy az isteni jelenlétet ebben a világban mindig a napsugárral azonosítottam. Az, amit gondviselésnek nevezünk, pont olyan, mint a napfény. Diszkrimináció nélkül, teljes egykedvűségben ontja bárki számára önmagát. Ebben nincs gyarló érzelem, preferencia és nincs szegénység, csak pompa, fény, meleg, egyszerűan élet. A napsugarat nem hatja meg, hogy gazemberre vagy ártatlanra hull, szomorút vagy boldog embert ajándékoz meg melegeivel. Egyszerűen mindenki számára elérhető lehetőség: tessék, tégy vele belátásod szerint. Persze – akárcsak a napsugártól – a gondviselés elől is el lehet rejtőzni. Egyesek elsötétítik ablakaikat, elbújnak a fény elől. Ugyanígy egyesek a gondviselés elől is elrejtőznek, s akkor azt hiszik, hogy nincs is. Mély betonbunkerbe költöztetik életüket, ahol csak neonfény van, s innen jelentik ki nagy magabiztossággal, hogy olyasmi, hogy

gondviselés nem létezik. Persze ez csak azért van, mert ők csak a bunkert ismerik el létnek, ami oda nem szüremlik be, azt nem fogadják el.

Persze adott a másik véglet, a fényevők szektája, akiket annyira lenyűgöz a napfény, hogy azt állítják, ez elég is a teljes élethez. Nem kell más táplálék vagy erőforrás, elég csak a Nap energiája. Ugyanígy vannak olyanok, akiket annyira magukkal ragad a gondviselés jelenlétének ténye, hogy a józan ésszel ellenkező dolgokra is készek, majd Isten természetfeletti csodát tesz, s nekem nem lesz bántódásom – mondják.

Mindkét véglet vakság. Az egyiké a fénytagadó betonlakóé, a másiké a fényhabzsoló fanatikusé. Ám a végeredmény azonos: vakság mindkét oldalon. A gondviselésbe vetett bizalom, akárcsak a természetes fény-szeretet, nem vakságról szól, hanem arról a folyamatról, amely az adakozó és a befogadó között zajlik. Isten ontja a maga életigenlő gondviselését mindenkire, az ember pedig befogadja és asszimilálja azt annak érdekében, hogy ezáltal léte gazdagodjon. Nicolaus Cusanus, a középkor egyik utolsó szellemi hatalmassága fogalmazta ezt meg a maga tükrös párhuzamával. Szerinte mi, emberek olyanok vagyunk, mint egy összetörött tükör szilánkjai. Önmagunkban beteljesületlenek, darabkái egy egésznek, ám akik hordozzuk magunkban a teljesség nosztalgiaját. Másfelől a tükörszilánk a ragyogást ugyanolyan tisztán adja vissza, mint az ép elődje. Ugyanígy az embernek is – töredezettsége ellenére – az a feladata, hogy az Istentől kapott fényt visszaragyogtassa.

Most meglehetősen sötét az életünk. Félfelhetünk, s érezhetjük a napéhséget, a gondviselés jelenlétének a látszólagos hiányát. Pedig csak meg kellene állni ebben a karanténba zárt rohanásban, s széttekinteni a lábunk előtti világon, hogy meglássuk, bizony nem vészett ki innen a gondviselés, hanem vastag fényoszlopok kötik a földet az éghez. S ebben a gondviselés-fényben tobzódva ragyogtassuk vissza a világ felé a bennünk felgyűlő sugarakat. Ámen!



Andorkó Orsolya M.

HORKOLÁS

A horkolásról legszívesebben nem beszélne senki, mert sokan csak kellemetlen jelenségnek tartják, holott komoly egészségi problémák okozója hosszú távon. A régi bölcsesség szerint a hosszú házasság titka a külön hálószooba – bizony, a horkolás elviselhetetlen a hálótárs vagy szobatársak számára.

A horkolás anatómiai alapja az, hogy a lágy szájpad izmai ellazulnak, ezáltal a garat beszűkül és a ki-be légzés alatt áramló levegő megrezegteti a nyelvcsapot és a lágy szájpadot. Ugyanakkor az orrsövényferdülés is okozhat zajos légzést azáltal, hogy beszűkíti az egyik orrjáratot, így sípoló, magas tónusú hangot eredményez.

Kevesen tudják, hogy az esti nagyobb mennyiségű alkoholfogyasztás is horkolást okoz, ugyanis az alkohol nemcsak a gátlásainkat, hanem az izmainkat, így a garat és légyszájpad izmait is ellazítja. Tény, hogy a horkolás gyakoribb az idősebb férfiaknál, a dohányosoknál, és szinte minden elhízott ember, nemtől függetlenül, horkol alvás közben. A gyermekkori horkolás hátterében orrpolyipok (*adenoid vegetatio*), megnagyobbodott mandula és (sajnos!) az egyre gyakoribb elhízás áll.

A horkolás ún. jóindulatú formája csak átmeneti, nem találunk komoly szervi elváltozásokat, pl. egy jelentősebb mennyiségű, esti alkoholfogyasztás után vagy ha náthások vagyunk, alvás közben horkolhatunk. A nyugtatók vagy altatók szedése nagy valószínűséggel horkolást okoz, akárcsak a kezeletlen légúti allergiás betegségek.

Ami különösen figyelmet igényel, az alvási *apnoe*, amikor is kimarad a légzés az alvás alatt. Ennek gyakori tünete a horkolás, amelyet erős horkantások követnek. Az alvási *obstruktív apnoe* jelenti a felső légutak alvás alatti teljes elzáródását, ilyenkor előfordul, hogy akár 10 másodpercig sem kap az egyén levegőt, ami súlyos zavarokat okoz az agy működésében, ha sokszor ismétlődik. Ez az *apnoe* akár 100 alkalommal bekövetkezhet az alvás alatt, számos kóros következménye van a kialvatlanság és oxigénhiány miatt. Az alvási *apnoe* magas vérnyomást, érlemeszesedést, szívinfarktust, gutaütést, cukorbetegséget és hosszú távon elbutulást (*dementia*) okoz.

Jellemző a nappali aluszékonyság, koncentrációs zavarok, ingerlékenység. Az alvási *apnoe*-ban szenvedők a monoton munkavégzés alatt elalszanak – tehát alkalmatlanok a komoly, hosszú távú összpontosítást igénylő munkakörökre, mint pl. műszerek és gépsorok kezelése, vonat, autóbusz és teherautó vezetése. Ugyanakkor nagyon kínos és zavaró, ha színházi előadás, templomi szertartás, netalán tudományos értekezlet alatt valaki elszundít, amit szinte mindig erős horkantások kísérnek. Ez már az a pont, ahol mindenképpen fül-orr-gégész szakorvoshoz kell fordulni. A vizsgálat az arcüregek és felső légutak vizsgálatából áll, de ha így sem található a „bűnbak”, akkor gyógyszeres altatás során megtükrözik a felső légutakat, és így azonosítható a szűkület helye. Az alvási *obstruktív apnoe* azonosítására szükség lehet az ún. *alváslabor-vizsgálatra* (*polysomnographia*), amikor is a páciens egy éjszakára befekszik a kórházba, ahol az alvás alatt mérik a pulzusát, vérnyomását, a vér oxigén- és széndioxid- tartalmát, az alvási fázisok görbéjét és természetesen hangfelvétel is készül. Ezen vizsgálatokat erre szakképesített tüdőgyógyászok végzik, általában egyetemi központokban.

Az egyszerű horkolás kezelése elsősorban testsúlycsökkenést, altatók és alkohol fogyasztásának kizárását jelenti, illetve a légutakat szűkítő anatómiai struktúrák sebészeti megoldását. Azt is tudni kell, hogy nem minden anatómiai eltérés műthető. Léteznek bizonyos segédeszközök, ún. lágyszájpad-emelők, amit lefekvéskor a szájüregbe kell helyezni.

A közepesen súlyos és súlyos alvási *apnoe* kezelése az ún. pozitív nyomású légzésterápia által valósul meg: a páciens éjszakára egy oxigénmaszkkal alszik.

ERDŐ JÁNOS

1913-ban született. Teológia tanár, az unitárius egyház 29. püspöke volt. 1959-ben letartóztatták, és négy év börtönre ítélte a kolozsvári katonai bíróság rendszerellenes tevékenység vádjával. Tanult Oxfordban, volt az egyház főjegyzője, szerkesztette a *Keresztény Magvetőt*. A lelkesnevelést tartotta életcéljának. 1996. július 27-én hunyt el.

Ha a meghatározásoknak megfelelően kitöltötte a nagy hálót, másolja át az alsó számozásnak megfelelően a betűket a kis hálóból, ott Erdő János kötetének a címe válik olvashatóvá.

VÍZSZINTES: **1. Ez volt a püspök 1937-től a Kincses városban.** 14. Törvénytelenül pénzt csikar ki. 15. Kapus fülke. 16. Nedv. 17. Isten ostora. 18. ... Majoli, horvát teniszezőnő. 20. Női név. 21. Ki ... tud? vetélkedő. 22. Homorú. 23. Szól. 24. Rossz előjel. 26. Portugál gyarmat volt Indiában. 27. Nulla. 29. Habos ital népiesen. 30. Bosszús szó. 31. Szabásminta. 35. Elgondolás. 36. Vízben lubickol. 38. Angol hölgy. 40. Lenti helyre. 41. Kézzel int. 42. Chaplin felesége. 43. Romlott a zsír. 44. Bottal gyalogol. 48. Csokonai múzsjája. 52. Tollforgató. **54. Erdő funkciója a Teológiai Intézetben.** 56. Szertartás. 58. Megszégyenítés. 61. Lehetőség része! 62. Olasz költőnő volt. 64. tetejére. 65. Jelképe: galamb vagy olajág. **67. Itt hunyt el és nyugszik a püspök.** Vonatkozó névmás.

FÜGGŐLEGES: **1. Itt volt bebörtönözve a püspök.** 2. Gyerekek tévé műsora. 3. Szalagfűrés. 4. Pirosodik az alma. 5. Régi büntetés végrehajtó intézmény. 6. Dél-amerikai füves puszt. 7. Elbeszélő irodalom. 8. Főurak alkalmazottja volt. 9. Kripton vegyjele. 10. Görög betű. 11. Richard Strauss operája. 12. Cseh város. **13. A püspök szülővárosa.** 19. Latin köszönés. 23. Kétezer, római számmal. 25. Számodra. 28. Könnyen párolgó. 31. Fal szélei! 32. Lenti helyen. 33. Ott lent, népiesen. 34. Fagylaltozik. 37. Zloty, röviden. 39. Becézett Anikó. 40. Ünnepeyesen átad. 42. bukik, elesik. 45. Zeneművet megváltoztat. 46. Folyó Dél Afrikában. 47. Oxigén és jó d vegyjele. 51. Palackot zárunk vele. 53. Északi férfinév. 54. ..., hajrá, biztatás. 55. Bódult. 57. Fűszerez. 59. Biztonsági szerkezet. 60. Noé egyik fia. 69. Szántó eszköz. 62. Lakrészek! 63. Napos oldalak!

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14						15					16	
17						18		19	20			
21	1			22				7		23		
			13						10			
24			25	26			27				28	
			8									
29			30		31	32		33	34	35		
36		37				38	39			40		
9					4				12			
41					42				43			
44	45	46		47		48					49	
	11											
50			51	52		53	54		55			
				3								
56				57	58			59		60	61	
62					63		64		65			
			5									
66									67			LY
										2		

		1	2	3	4	3	5	6	7	6	
	1	7	8	9	4	10	11	8	12	3	13

MARKALF¹

Markalf, kinek feje tökkel ütött nem volt,
Egykor hegyes helyen többekkel gyalogolt.
Valahányszor hegyről alá kellett menni,
Lassan járt, jókedve búcsút látszott venni,
S viszont ha mely völgnél másik hegy kezdődött,
Gyorsan indult s szokott jókedve visszajött.
Hogy tudsz, monda neki egy utas, így tenni,
Völgynek szomorúan, hegynek vígan menni?
Szokásommá vált az, monda ő, barátom:
Lementemben én már azt a hegyet látom,
Mely a völgy fogytával viszont következik,
S orcámról a nyájas vígság elrejtezik.
S hegyre felmentemben arról gondolkodom,
Hogy közel lesz a völgy, s gyorsan kapaszkodom.

Jó s balszerencsédben hogy mértékletes légy
Te is, ha eszed van, mint Markalf tett, úgy tégy:
Jó sorsodban rettegj az ellenkezőtől;
Ha szenvedsz, minden jót várj a jövődőtől.

(1846)

1 A középkori Európában igen elterjedt tréfás történetek hőse, aki bölcsességi vetélkedésre áll ki a bibliai Salamon királlyal, és a maga humorosan pimasz modorában a feje tetejére állítja Salamon bölcs szentenciáit.



Nagy Gizella

A VÁLTOZÁSOK SODRÁSÁBAN

*„Nem úgy van, amint volt. A földön
Minden mindegyre változik.
Multam s jelenkorom két testvér,
S egymást tán meg sem ismerik.”*
(Petőfi Sándor: *Változás*)

Ajánló

Mindenki tudja, hogy változás nélkül nincs fejlődés. Azt is mindenki tudja, hogy földi életünk létünk megtapasztalt változásainak a függvényében alakul jól vagy rosszul. Ezért elsősorban azoknak ajánlom elolvasásra az alábbi nem tudományos írást, akik kicsit elmélkedni szeretnének a *természet-egyén-család* fejlődési és hanyatlási változásainak hasonlóságán.

Évszakok változásai

A természeti változásokat, mindaddig, amíg az ember nem avatkozott bele, elsősorban a tavasz, nyár, ősz és tél váltakozása határozta meg. Ma mindenki arra panaszodik, hogy felborult a természeti egyensúly. A ciklikusság még megvan ugyan, de a ciklusok időtartama lerövidült vagy meghosszabbodott vagy összerosódott. Az évszakoknak ugyanúgy, mint az egyén vagy a család életszakaszainak jól meghatározott feladatai vannak. Vegyük először a tavaszt. Néha túl sok benne a még viszkázivánczó tél vagy a már türelmetlenkedő nyár. Alig marad a

tavasznak ideje elvégezni a feladatát. Újjászületés, megújulás a változásban, a megdermedt élet ujjongó, örömteli, újra élettől pezsgő átváltoztatása lenne az ő feladata. A tavaszban, egy magabiztos életnek, együttélésnek kellene kialakulnia, akár a gyermekkorban vagy a családi élet első szakaszában. A beteljesedést, a megérettségre való átváltozást készíti elő a nyár. Van ideje, még nem rövidült le, inkább összemosódott az előző és következő évszakokkal, akár a felnőttkor vagy a családi élet középszakasa. Olyan az ősz, mint egy hosszú tanulmány végén az összegezés. Számbavesz, következtet, aztán a következő évszakban lezár. Beteljesít egy hosszú, sok munkával, várakozással teli álmot, hogy a következő ne érjen váratlanul. Ez lehetne a felnőttkor második szakasa, ahol az egyén és család élete a nagy, sok esetben visszafordíthatatlan elengedéseket éli meg. Ebben a szakaszban az összemosódás mind látványosabb, átnyúlik a következő szakaszba. Szaporodnak a veszteségek, de mintha félnének tudomást venni a befejező szakasz megérkezéséről, hirtelen olyan tevékenységekbe kezdünk, amiket már rég be kellett volna fejezni. Valahogy így van ez a téllal is. Hidege gyakran beledermek a tarka őszbe, hogy aztán hosszú, melankolikus haldoklásba váltson. Mintha csak szenvedni akarna, nem pedig belehalni egy kicsit a hosszú álomba. Mintha félne vagy nem akarná, hogy a frissen keményített, fehér hótakaró a tisztaságra emlékeztesse. Akik gyermekkorunkban még megtapasztalhattuk a farkasüvöltő, vastag hótakarós, kemény teleket, gyakran tesszük fel a kérdést: „Hol van már a talpunk alatt csikorgó egykori hó?” Elvitte a klímaváltozás? Vagy az ember birtoklási és teremtvágyának határtalansága? Mert ma már szeretünk istent játszani. Szeretjük hinni, hogy a világmindenség irányítása az ember kezében van.

Az egyén életének szakaszait vizsgálva induljunk ki a négy személyiségtípusból. Az alapot a Hippokratész–Galénosz-féle (Hippokratész időszámításunk előtt dolgozta ki, Galénosz 500 évvel később átdolgozta) négy őselemen alapuló tipológia szolgáltatta. *Föld vagy melankolikus típus*: érzelmei lassan és nehezen fejlődnek ki, negatív érzései elég tartósak, szomorú hangulatra hajlamos, ingadozó, nehezen dönt; *Víz vagy Flegmatikus*: higgadt, kiegyensúlyozott, nyugodt, nehezen hozható ki a sodrából; *Levegő vagy Szangvinikus*: bizakodó, életvidám, kedélyes, közlékeny, barátságos, könnyen felindul, de hamar lecsillapodik; *Tűz vagy Kolerikus*: lobbanékony, tartósabb, de gyors érzelmi reakciókra hajlamos, az indulatok sokszor elragadják. A két filozófus-orvos szerint a

négy őselemnek valamilyen módon tükröződnie kell a személyiségen belül. Nem véletlen tehát, hogy ha változásokra gondolok, akkor először a természet-egyén-család hármas jut eszembe. Ebben a hármasban nincs állandóság, csak ősi alapfeltevések. Minden és mindenki változik.

A <https://szinonimaszotar.hu/> digitális szinonimaszótár szerint a változás szinonimái: alakulás, fordulat, módosulás, átalakulás; növekedés, gyarapodás, előrelépés, haladás, fejlődés, emelkedés, modernizáció, innováció, előrehaladás, föllendülés, virágzás, prosperálás; apadás, enyhülés, fogyás, visszaesés, fogyatkozás, csökkenés, hanyatlás; fordulat, sorsfordulat, fordulópont.

Milyen sokféleképpen fejezhetjük ki szép magyar szavainkkal a változást! És, ha sorra vesszük a szavakat, láthatjuk, hogy ennek az egyetlen szónak a szinonimáiban, mint lépcsőfokok, életünk minden szakasza benne van.

Küszöbön a változás: az egyén életének lépcsőfokai

Az egyén életének változási, fejlődési fordulópontjai az Erikson-féle pszichoszociális fejlődési szakaszok szerint:

Bizalom vagy bizalmatlanság (első életév). Földi életünknek már a kezdetén megtanuljuk, hogy életünk működését alapvetően ez a két tényező befolyásolja. A túléléshez szükséges energiákat már életünk nagyon korai szakaszában gyűjteni kezdjük annak függvényében, hogy mennyit és mit kell magunknak kiharcolni az életben maradáshoz.

Autonómia avagy kétely (második életév). Ez a szakasz az elsőre épül. Ha az első életévben az abszolút bizalmat tapasztalja is a csecsemő, ez nem jelenti azt, hogy a másodikban már nem ronthatjuk el. A túlféltéssel, az önállósodási próbálkozások akadályozásával megtörhetjük a már kialakult bizalmat, saját képességeiben való kételkedés felé fordíthatjuk a gyermeket.

Kezdeményezés avagy büntudat (óvodáskor). Ebben a szakaszban szülőként bátoríthatjuk vagy elriaszthatjuk, esetleg büntudatot, szégyenérzetet kelthetünk a gyermekben azzal, hogy több és más teljesítményt akarunk tőle, mint amennyire valójában képes.

Teljesítmény avagy kisebbség (kisiskolás kor). Ebben a periódusban bontakoznak ki és fejlődnek a készségek, a felelősségvállalás képessége és a másokkal való együttműködés jó vagy rossz élményét is igazán

ekkor tapasztalják meg a gyermekek. A magatartásminták döntően befolyásolják, hogy a gyermek alkalmasságérzése milyen mértékben alakul ki a sikerek által, vagy a sikertelenség hogyan vezet a kisebbségi érzés kialakulásához. Az „én még ezt sem tudom...” kijelentés „de, én ezt is meg tudom...” kijelentéssé változtatásában a szülőknek felelősségteljes szerep jutott. Egy életre javíthatunk vagy ronthatunk gyermekünk személyiségének alakulásán.

Identitás avagy szerepkonfúzió (serdülőkor). Ebben a fejlődési szakaszban a gyermek fő feladata a személyes identitás megalkotása. A szerepkonfúziókkal való megküzdés sikere határozza meg, hogy saját magáról milyen identitásképet alakít ki az egyén. A szerepekkel való ütközések vagy boldog egymásra találások most már elválaszthatatlan útítársai lesznek az további változási szakaszokban.

Intimitás avagy izoláció (fiatal felnőttkor). A szakemberek vitáznak az identitás és intimitás korhoz kötött behatárolása fölött, hiszen vannak vélemények, melyek szerint épp az intim kapcsolatokban való részvétel befolyásolja az identitás kialakulását. Eddig lenne a tavasz.

A felnőttkor szakaszát az *alkotóképesség, avagy stagnálás* korának tekintik Erikson. A 40 éves kortól 65 éves korig terjedő időszakot tekinti a szakmailag legtermékenyebb, leglátványosabb megvalósítások időszakának. A férfiak általában 40 éves korukra jutnak pályafutásuk csúcsára, az asszonyok pedig ekkorra kezdik kiengedni szárnyaik alól a gyermekeiket és kezdenek néha szédületes iramban száguldani a szakmai kiteljesedés útján. Ez lenne a nyár. A késői szüléssel összemosódott a nyár a tavasszal, de főként az ősszel.

És végül elérkezik a nyolcadik, egyben utolsó szakasz, az *integritás (összevonhatóság) avagy kétségbeesés* szakasza. Ez az öregedés folyamata, ami sok visszafordíthatatlan változást hoz életünkbe. Ez lenne az emberi élet ősze és tele, összemosva. Ma már nem elfogadható az az elmélet, miszerint az ember mentális képessége a korrallal csökken. Az Atkinson-féle pszichológia könyv szerint kutatások támasztják alá, hogy az idősödő emberek nem olyan intenzitással dolgozzák fel az információt, mint a fiatalok (Cerella, 1985), de nincs bizonyíték arra, hogy az életkor előrehaladtával a tanulás képessége egyre csak csökkenne (Schaie és Willis, 1986). A kitartó gyakorlás az idős ember problémamegoldási készségeit növeli (Willis, 1985). Kirk I. Erickson és munkatársai egy 2009-ben megjelent tanulmányban leírják, hogy a napi egy óra aerobik

a hippokampusz térfogatának a növekedését segíti elő. Agyunk csikóhalacskához hasonlító része a hippokampusz meghatározóan felelős a memóriánk és a limbikus rendszerünk jó karbantartásáért. A több éves kutatási eredmények nem jelentik azt, hogy, aki ötven év felett hente 5 napon át aerobica jár, teljes mértékben megússza a demenciás megbetegedéseket, de a megelőzésnek egyik elengedhetetlen összetevője. Az említett kutatásban 59 és 81 év közötti személyek vettek részt, 109 nő, 56 férfi, összesen 165 személy. Bruce McEwen professzor kiegészítette, hogy a napi 1 órás ritmikus séta is része lehet a demencia megelőzésének. Legtöbb ember a mentális változásoktól, a leépüléstől fél. De a legtöbb ember szinte semmit vagy nagyon keveset tesz azért, hogy mentális egészségét jó állapotban jó hosszú ideig megtartsa. A vidéken élő idősödő nemzedéknek sokkal nagyobb esélye volt és van mentálisan jó karban maradni, hiszen a házon kívüli napi munkát csak akkor nem végzi el, ha fizikailag akadályoztatva van. A városban élő idősödő generációnak ez a lehetőség beszűkül.

A „háztartási” mozgás egyáltalán nem helyettesíti a fent leírtakat. Bagdy Emőke klinikai szakpszichológus a pszichofitness sorozat előadásában nemcsak felszólít a változáshoz szükséges változtatásra, hanem be is mutat néhány nagylendületű mozgást, néhány gyakorlatot, amik főként az idősödő korban jelentkező szorongásaink, félelmeink, leküzdésében, lehagolt lelkiállapotunk megváltoztatásában sokat segíthetnek.

Ciklusok a családi életben

A családi életciklus fogalmát Jay Haley szociológus vezette be, és felhívta a figyelmet arra, hogy a családi rendszer folyamatos változásokon megy át. Szerinte a legfontosabb ciklusok a következők: *az udvarlás szakasza, a házasság korai szakasza, a gyermek születéséig lenne a tavasz, a fiatal gyermekkel való bánás, a házasság középső szakaszának problémái lehetne a nyár, a gyermekek kirepülése a fészekből, a nyugdíjas évek eleje az ősz és végül az öregkor a tél.* Hill és Rodgers a családi életben 8 szakaszt különböztetnek meg. A házassággal kezdik, majd a gyermekek növekedési szakaszaihoz igazítják a családi élet ciklusait, végül pedig az öregedési szakaszt is kettőbe osztják. A magukra maradt, de még aktív szülők életének a szakaszára majd az utolsó, a nyugdíjazás utáni sza-

kaszra. A ciklikusság a családnál ugyanúgy változik, váltakozik, összemosisodik mint az egyénnél vagy a természetnél.

Zárogondolatok a változásokról

„Mint ismeretes, ma kb. negyvenéves koráig igyekszik mindenki »be-fejezetlen« maradni és megőrizni a változás lehetőségét.” (Buda Béla, 2002, 110. oldal) Az ember túl korán fel akar nőni, hogy aztán mégse akarjon igazi felnőtté válni akkor, amikor ideje lenne a felnőtté válásnak, és ha mégis elérkezik az a bűvös életkorközép, akkor minden erejével visszafele igyekszik, mintha nem akarná, hogy az élete egyszer véget érjen. Ezért mindent megtesz, hogy az öregedést elkerülje. Talán ezért van, hogy a bölcs, nagy öregek eltűnőben vannak. Helyükbe okoskodó, mindentudó örökzöldek tolakodnak, akik elfelejtik, hogy minden és mindenki változik. Talán ezért hallom olyan gyakran, hogy bezzeg a mi időnkben. Az évszakok ciklikus váltakozásának a zavarát mi, egyszerű, dolgozó polgárai a társadalomnak nem tudjuk befolyásolni. A saját életünk és a gyermekeink fejlődési szakaszainak a változásait is csak részben. A külső hatások annál inkább. De vajon baj az, hogy a kismamák vagy más csoportok okoskodása többet ér a szülő megtapasztalásánál; hogy az unokáinkat nem féléves koruk után kezdik felültetni; hogy a legtöbb gyermek úgy kezdi az első osztályt, hogy már olvas és ír; hogy az új generáció harmincéves korára már doktorátussal rendelkezik és legalább három munkahelye volt már; hogy nem huszon-, hanem harmincévesen szülik a nők az első gyermeket; hogy a gyermekek kirepülése után a szülők, főként az anyukák egyetemre iratkoznak és tovább tanulnak vagy napjaink embere minden eszközzel igyekszik elleplezni valós korát? És sorolhatnám tovább a korábban jól behatárolt ciklusokban történő változások összemosisódását. Nem tudom. Azt viszont igen, hogy a világ mostani értékrendje, iránya, technikai fejlettsége és változási normái nem fognak a mi ritmusunkhoz vagy elképzeléseinkhez visszaigazodni. A változások sodrásában élünk. Nekünk kell megtalálni a saját járható utunkat ebben a szédületes iramban és ezekben az összemosisódásokban. Ha mi, az idősödő generáció nem tudunk a jelenhez igazodni, változni, akkor két erő fogja az életünket naponta mérgezni. A múltunk, a veszteségeink miatti kesergés és a jövőtől való félelem. Nem marad erőnk minden új nap reggelén a világra táрни egy ablakot és felfe-

dezni újra meg újra valami modernebb ruhába öltöztetett régi csodát. Nem marad erőnk megküzdeni a veszteségek okozta nehézségekkel. Pedig hatvan felett mind több lesz belőle. Éger Edit Éva pszichiáter azt írja, hogy a döntés a mi kezünkben van. Dönthetünk úgy, hogy folyton siratjuk, ami elveszett, vagy megpróbáljuk kihozni a legjobbat abból, ami még megmaradt. Hiszem, hogy az utóbbi választása a legjobb segítő terápia.

Ez az írás az együtt gondolkodásért született. A vidéken élő földet művelő, tisztelő ember még érzi szívének együtt dobbanását a természettel. És nagyon jól tudja, hogy a természet változásainak, az évszakok ciklikus váltakozásainak mintájára alakult az ember és a család életvitel. Valamikor jól volt megalkotva és felépítve. De minden nemzedék valamit elront és nem tudom a következő mennyit tanul az előző hibáiból. Unokám szokta mondani, hogy „Mamika, a felnőttek mindent elrontanak!” Hát ezen is érdemes elgondolkodni. Vajon van még, amit helyre tudunk hozni?

Néhány érdekesség arra vonatkozóan, hogy minden csak változás kérdése

Rák, diéta, lelki élet, szemfényvesztés. Három divatos újkori szó? Nem. Csak a megnyilvánulási forma, a módszer változott. **Rák:** Kopp Mária Galénoszt (i. sz. 129–216) idézve az *Orvosi pszichológia* tankönyvben azt írja: „A mellrák és a melankólia közötti kapcsolatot már Galenus is felvetette”. A rák tehát nem új betegség, és az sem, hogy a lelki okaival is foglalkozunk. **Lelki élet:** A Bhágavata Purána (ami Istenre vonatkozik, a hinduizmus szent irata) 5000 (ötezer) évvel ezelőtt szanszkrit nyelven íródott, amiből kiderül, hogy már akkor foglalkoztak a lelki élet fejlődésével. **Diéta:** Időszámításunk kezdetén Galénosz a gladiátorok orvosaként tevékenykedett sok ideig. Nem vegyi anyagokkal, hanem jól kitanulmányozott diétával kezelte és tartotta jó erőben harcosait. **Szemfényvesztés:** Ez a fogalom is jó régóta létezik. Galénosz nem csak kezelője volt a gladiátoroknak, hanem tanítója is. Nem igaz, hogy csak akkor érhetett véget a küzdelem, amikor egyik harcos meghalt. A nézőknek kellett a látvány, a sok vér. Hát azt kaptak, amire vágytak. Szemfényvesztést. Az orvosok megtanították a gladiátoroknak, hogy hogyan kell a véres jelenetet megrendezni és a kulisszák mögött várták harcos

paciensüket, hogy a vérzést elállítsák. Legtöbb esetben sikerült is. A következtetés tehát: csak a körülmények, a módszerek, a technika, az elnevezés változik. És, attól lesz új a régi csoda, hogy változik.

Felhasznált irodalom

Rita L. ATKINSON et al., *Pszichológia*, második, átdolgozott kiadás (Budapest: Osiris Kiadó, 1999).

BAGDY Emőke, „Családi életciklusok és fejlődési sajátosságok” in BAGDY Emőke, KALO Jenő, POPPER Péter, RANSCHBURG Jenő, *A család: harmező és békeziget* (Budapest: Saxum Kiadó, 2007).

BUDA Béla, *A mentálhigiéné szemléleti és gyakorlati kérdései* (Budapest: Animula Kiadó, 2002).

Erik H. ERIKSON, *Identity and the Life Cycle* (New York: International Universities Press, 1959).

Edith Eva EGER, *A döntés* (Budapest: Libri Könyvkiadó, 2019).

Kirk I. ERIKSON et al., *Aerobic Fitness is Associated With Hippocampal Volume in Elderly Humans*, 2009, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3072565/>, letöltve: 2020. szeptember 3.

Mark GRANT, *Galen on Food and Diet*, <https://books.google.ca/books?id=typ3Kf68TYC&pg=PP9#v=snippet&q=society&f=false>, letöltve: 2020. szeptember 3.

KOPP Mária, BERGHAMMER Rita, *Orvosi pszichológia* (Budapest: Medicina Könyvkiadó Rt., 2005).

TÓPARTI GONDOLATOK

Nyugdíjas napjaim megízéítője a rendszeres olvasás mellett gyermekkoromból visszamaradt horgászszenvedélyem. Ez barátaim jóindulatú gondoskodásaként van jelen életemben, hiszen lakóhelyem kb. 15 km-es körzetében erdő közötti, út melletti természetes és mesterséges tavak teszik lehetővé, hogy áldozzak eme szenvedélyem oltárán. Kicsomagolom fiaimtól ajándékba kapott A kategóriás horgászfelszerelésemet, és ahogyan kezdem összeszerelni márkás dolgaimat, csoda történik. Garabonciám megragadja az emlékezés, és már nem ennél a tónál vagyok, hanem otthon, Homoródszentpéteren, a Nagy-Homoród Kicsi hídja alatt. Kezemben fűzfaágból készített hajlékony halászbót, varrócérna végén kikalapácsolt fejű gombostű... és, és az izgalom... Várom a kapást... amelyik ha be is jött, nem kecsegtetett mindig szerencsével, a gombostűnek nem lévén „szakállá”, na meg figyelni is kellett a híd gendázatára, és órák nem lévén, azt is kellett nézzem, meddig ér az árnyék a parton, mert nem halászni, hanem szénát forgatni voltam elküldve. Na de hátha kifogom az aranyhalat.

A mesevilág szépségei nem akarnak elengedni gyermekkoromból, és ha már hazatrappoltam, tovább dédelgetem ezeket az édes emlékeket. Mit lehetne kérni az aranyhaltól, ha csodával határos módon éppen én fognám ki? A három kérdés egyszerre túl sok és egyszerre túl kevés is... szorongatom a fűzfa botomat... s mire egyet pillantok, modern orsós halászbót van a kezemben... de akkor meg is világosodtam. Boldog voltam. Akkor is boldog voltam.

Ha most fognám ki az aranyhalat csak egy kívánságom lenne: boldogság. Amit elveszítettél, azt sohasem pótolhatja az, amid van. Ezért lehet bennünk az örökös boldogság utáni vágyakozás úgy, mint emberi alaptérkép. Arisztotelésztől kezdődően filozófiai irányzatok foglalkoztak a boldogság fogalmával, definíciókat fektettek le. Elgondolkodtató, hogy jog szerint először az alapító atyák által megfogalmazott Függetlenségi Nyilatkozatban van benne, miszerint minden embernek joga van a boldogságra való törekvése. Az arisztotelészi boldogságtan szerint a boldogság csak addig ér ameddig az elmélkedés ér. Akiben az elmélkedés

nagyobb mértékben van meg, az nagyobb mértékben boldogabb. Nem csak járulékosan, hanem éppen az elmélkedés alapján, hiszen ennek önmagában van értéke. Ha szerinte a boldogság elmélkedés, akkor elmélkedjünk. Mindenki a maga módján. Én ezt teszem. Boldoggá akarni válni nagyon nagy bátorság, ha életünk egyik ajtaja bezárul (tapasztalatból tudom), és egy másik nyílik ki. Vigyázni kell, ne tekintsünk sokat vissza, mert megtörténhet, nem vesszük észre azt, amelyik kinyílt előttünk. De arra is oda kell figyelnünk, hogy az általunk elképzelt szebb jövőendő nehogyan ellopja jelen boldogságunkat. Ezért kívánom segítségül hívni a jézusi boldogmondások útmutató, ész és érzelem kinyilatkoztatását. Első hallásra furcsa a sírókat, szenvedőket, boldognak nevezni... A lelki szegénység sem valami nyerő a mai standardok szerint. De... De a szelídek, az igazságra éhezők, a tiszta szívűek, a békét teremtők boldogsága arra enged következtetni, hogy ezt a képet összhangba hozva boldogtalanok, nagyon boldogtalanok lehetnek azok, akiknek még az sincs, akiket megsirassanak, akiket a szenvedés nem edzett és alakított át, mint vasat acéllá a gyarlóság tüze és a megtisztulás vize. És a lelki szegénységből is van feltámadás. Boldogság.

Ezért hát, kedves testvérem, aki olvasod ezeket a sorokat, ne akarj az lenni, aki nem vagy mások szemében. Életünk legnagyobb kihívása, hogy önmagunk legyünk egy olyan világban, amelyik át akar alakítani. Pedig valaki mindig szebb, okosabb, csinosabb, erősebb, sikeresebb, gazdagabb... lesz, mint Te. De ezért ne változtass magadon. Maradj önmagad, és hidd el nekem, az igazán hozzád tartozók szeretni fogják boldogságkereső valódi énedet. Nézd, én nem tudok beszélni, csak tátozok, mint a halak, de remélem így is megértettél és megértesz. Minden filozófia mellett ez is egyfajta boldogság. Nem tudom, az idén nyáron ki fogom-e az aranyhalat, de ha sikerülni fog... akkor biztos lehetsz, azt fogom kérni tőle, hogy mindannyian boldogok legyünk...

Rácz Norbert Zsolt

A KÉK

„Amikor eltelt ez az idő, én, Nebukadneccar, föltekintettem az égre, és értelmem visszatért. Áldottam a Felségest, dicsőítettem és magasztaltam az örökké élő, mert az ő uralma örök uralom, és királysága megmarad nemzedékről nemzedékre.” (Dán 4,31)

Belvárosi szolgálati lakásunk teraszáról nem lehet messzire látni. A horizontot tűzfalak és kémények zárják rövidre, így amikor itt kinézek, tekintetem okvetlenül felfelé irányul. Minden reggel kiülök erre az erkélyre, s önkéntelenül nézem az eget. S most, hogy elmúltak az esők csodálatosan kéklík minden nap felettem. Ittlakásunk folyamán volt bőven alkalmam megfigyelni e kékséget, amely mindig más tud lenni.

Tavasszal gyönyörű, megnyugtató mélykék. Tiszta a levegő, életszagú a világ, s még a belváros beton- és téglarengetegébe is virágillatot csempész a szél. Ez a remény kékje. Hangja a feketerigó dala, amivel előcsalogatja a Napot. Ilyenkor a tiszta, felhőtlen égbolt is hullámszik, mint a Földközi-tenger, amely mintha tükrözné a fenti boltozatot. Életeső hull ilyenkor belőle, kövér, de szemmel láthatatlan cseppekben itatja át a rávetülő tekintetet. Magához hív, sodor, könnyű játékszerként felkap, és serkenti, pezsdíti a gondolatot. Élünk – hirdeti magas hangon, és hömpölygésében megsimogatja az érintése alatt csilingelő fürtös orgonavirágot. Ilyenkor vonz, magához emel, kalandra, munkára hív, és ősi hajós-ként érzem, amint megragadom az erkély korlátját, hogy csodálatos események várnak rám. Ez az Odüsszeuszok ideje, Thészeusz hajója szeli a kék habokat, s andalít szerelemre, buzdít játékra és harcra. Ez a hősköltemény kora, a mámoros és sohasem komolyan vett viadalok ideje. Harcolunk gigászokkal, minotauruszokkal, küklpszokkal, de

küzdelmünk önnön izmaink megfeszítését, az inak rugalmasságát, a térd és a kar nevető bravúrját szolgálják. Májusban kitárt karral lehet csak imádkozni. Hagyni, hogy a tiszta kékség megmossa az arcunkat, és szélesen, amolyan zorbászosan belenevetni az imát a végtelen, vastag kékségbe. Ha rátekint az ember, nem is oxigénnel, hanem reménnyel telik meg mellkasa, és tudata tisztább lesz.

Nyáron legtöbbször fakó a kék. Bágyadtan hagyja, hogy a nap hevítse, s mintegy bocsánatkérően néz az alatta szintén tikkadóra. Mintha azt mondaná: „nincs mit tegyek, én is szenvedek”. Ez a tűrés kékje. Dallama halk, vontatott és lassú. Mintha valaki zsibbadt unalmában néha le-le-ütne egy-egy billentyűt a zongorán, és hagyná, hogy a hang lassan és céltalanul terjedjen szét a szobában. Ilyenkor hatására cukrot izzad magába a gyümölcs, és pirossá hevül az alma viaszos héja. Ráérős ez a kék, mint a napszámos, aki komótosan törli le homlokáról a verejtéket, és megmegpihen villája, kapája nyelének támaszkodva. Költészete is vontatott, álmos, mint egy indiai vallásos ének, mint egy arab szerelmes vers. Itala egy ropogós fröccs, ami pillanatok alatt melegszik fel a szájban. Szerelme lassú, finom, simogató, kéjes. Csak néha acélosodik meg, mint vérbő, idősödő urak, akik régmúlt tüzességüket borral hazudják vissza önmagukra. Ilyenkor elsötétül, nagyokat szusszan, s felhőkkel borítva villámot hány, dörög csak azért, hogy a rövid zápor után tavaszias tisztaságot hazudjon rövid ideig magára. E többnyire bágyadt kékségben az ima csendes, érlelődő és elmélkedő. Korszaka a jelen és fogalma a lét. Ha rátekint az ember, megtanul tűrni, és tudata tisztább lesz.

Ősszel aztán aranyossá változik. Igen, egyszerre két szín tündököl, táncol, kacérkodik egymással egy hatalmas mennyei harmóniában. Ez a lassú kék, az öregedés és a bölcsesség színe. Már nem akar, nem hív, mint tavasszal, nem érik, nem sóhajt, mint nyáron, hanem melléd telepedik egy domboldalon, s beszédbe elegyedik. Ilyenkor a legszemélyesebb, a legemberibb. Öregesen melléd ül, s a múltról mesél. Íze erős, mint a must, illata érett gyümölcsöket idéz. Költészete bölcselkedő, filozofikus, zenéje csendes dallam, hegedűk és csellók játéka, amit alátámaszt, bársonyossá csiszol néha egy-egy brácsahang. Ilyenkor összekulcsolt kézzel kell imádkozni, miközben az ember maga elé néz és elszámol. A próbára tett és a próbát kiálló hit ideje ez. Jóbé, aki megjárta a poklok poklát, és most gyermekei körében ad hálát minden levegővételért, ami neki megadatik a földön. Jó ilyenkor megsimogatni egy gyermekarcot és

beleveszni kicsiny szemtengerébe. Az ég is ezt teszi veled, és meghív, hogy vesszél el benne, szokd az örökkévalóságot. Ilyenkor betekinthetsz a végtelenbe, és tudatod tisztábbá válik.

Télen acélos és éles lesz. Szikrázik, fagyosan és keményen csendül, mint egy ércpajzs. Ez a hatalom kékje. Messze eltávolodik az embertől, és egykedvűen, büszkén néz el a fejed felett, egy csak általa ismert meszsésébe. Költeménye az óda, zenéje wagneri. Illata sincs, csak hidege. Eltávolodott e világtól, s zavarja, hogy egyáltalán köze kell legyen iker-testvérehez, a földhöz. Mintha bármelyik pillanatban képes lenne arra, hogy e kettősséget elszakítsa, és öntörvényű császárként lepattanjon róla. Az imádság ilyenkor fázósan görnyedt, reszkető, az ember felismeri kicsinységét, és párát lehelve sóhajtja ki önmagából lelkét is. A gyarlóság megtapasztalásának az ideje ez, a térdre ereszkedés kora, amikor a kényelmetlen hideg velőnkből ragadja ki a titkokat. Szikrázik az ég, egymást csiszoló kövek hangja hallatszik, és az ember előtt fenyegetően nyílik meg a végtelen. És a fagyos levegőben, amely bordákba hasít, tudatod tisztábbá válik.

Felnőtt korunkra mindnyájan Nebukadnecárrá örvülünk. Megannyi hiábavaló cselekedetünk megront, beszennyez, elbutít és balgává tesz. De alkalmunk adódik a megtisztulásra! Minden korban, minden időben fel kell tekinteni az égre, és az, aki kékíti annak végtelenségét, onnan rád köszön, és tudatod tisztábbá válik. Ámen!



Andorkó Orsolya M.

„PÖTTYÖS” KÉRDÉSEK. ANYAJEGYEK ELVÁLTOZÁSAI

Minden ember bőrén találunk több-kevesebb eltérő színű bőrelváltozást. Ezek száma meg mérete a kor előrehaladtával növekszik. A festékes anyajegyek minden életkorban előfordulnak és a tévhittel ellentétben nemcsak a napnak kitett bőrfelületeken. Tény, hogy a napfénynek kitett bőrön több elváltozás, folt jelenik meg, főleg idősebb korban.

Az anyajegyek már gyermekkorban is jelen vannak. Sokan tartanak az anyajegyek rákos elfajulásától, de csak kevesen teszik meg, hogy bőrgyógyász által megvizsgáltassák. Való igaz, hogy egyes anyajegyek elrákosodnak, de a rosszindulatú bőrdaganatok nagy része nem anyajegyből alakul ki.

Melyek azok a jelek, amikor fel kell keresnünk a szakorvost?

1. Az anyajegy *színének megváltozása*. Az anyajegy általában barnás színű, de ha fekete, kék, piros árnyalat jelenik meg benne, vagy akár elszíntelenedik, javasolt a bőrgyógyászati mikroszkópos vizsgálat.

2. Amikor az anyajegy felszíne sebessé válik, *könnyen bevérzik*. Ezek elfajulásra utalnak, és nagy valószínűséggel sebészi eltávolítás szükséges.

3. *Aszimmetria* esetén is szakorvosi vizsgálat szükséges. A normális anyajegy kerek. Ha új anyajegyünk jelenik meg, amely eleve szabálytalan, sürgősen mutassuk meg bőrgyógyásznak.

4. Új anyajegyek megjelenése. Az első anyajegyek általában 2-3 éves korban alakulnak ki. Felnőttkorban megjelenő, *gyorsan növő vagy színézódó* anyajeggyel ne késlekedjünk a vizsgálattal.

5. Ha az anyajegy *felszíne megváltozik*. Az anyajegyek felszíne sima kell legyen. Ha érdes vagy szőrösödni kezd, avagy pörkössé válik, könnyen kidörzsölődik és elfajulhat.

6. A már megszokott kis anyajegy *elkezd nőni*. Lehet, hogy túlaggód-tuk, és ez esetben is forduljunk bőrgyógyászhoz, mert tárgyilagosabban ítéli meg a dolgokat.

7. Bármilyen, *be nem gyógyuló bőrsérülés* is, főleg homlokon, háton, ajkakon orvosi vizsgálatot igényel.

DONALD SZÁNTHÓ-HARRINGTON

1914-ben született. 1938-ban fejezte be Amerikában tanulmányait, és holland ösztöndíjjal Leidenben tanult, beutazta Európát, eljutott Kolozsvárra is, ahol találkozott leendő nejevel. Házasságkötése után Chicagóban lelkész. A politikai életben is aktív volt, New Yorkban a Liberális Párt elnöke volt. Három doktori címet szerzett, egyet Kolozsváron. Küzdött az apartheid ellen, ellenezte a vietnami háborút. 1984-ben újránősült, 2005-ben bekövetkezett haláláig Erdélyben élt.

Ha a meghatározásoknak megfelelően kitöltötte a nagy hálót, másolja át az alsó számozásnak megfelelően a betűket a kis hálóba, ott annak az amerikai államnak a neve lesz a megfejtés, amelyikben született.



Donald Szánthó-Harrington (jobbra) az apartheidet ellenzőkkel 1947-ben

VÍZSZINTES: 1. **A lelkész első feleségének a neve.** 6. Amerikai város, itt volt lelkész feleségével együtt. 14. Mosópor márka. 15. Romlott a zsír. 16. Svájci város. 17. Anglia fővárosa. 19. Benedek ..., mesemondónk. 20. Negyven rabló babája. 21. Román kézilabdázó volt (Ghiță). 22. Térfogategység. 23. Zöldes szín. 25. Állam Védelmi Osztag, röviden. 26. Francia író volt (Émile). 29. Becézett Salamon. 31. A szobába. 32. Urak használták a korzón. 34. Orosz férfinév. 35. Erre, középén! **36. A lelkész második feleségének a neve.** 38. Ókori római viselet. 39. A legerősebb lap a tarokkban. 40. Orosz eredetű női név. 41. Rákfajta. 45. Hollókeselyű. 48. Ide szállít. 49. A szobába taszít. 50. Gríz. 51. vastagbőrű afrikai állat. 52. Vezeték nélküli adatátviteli eszköz. 53. Olajbogyó. 56. Hagyma fajta. 58. Fűcsonk. 60. Leonardo da Vinci híres képe. 62. Bánki ..., magyar feltaláló volt. 63. Ilona, falusiasan.

FÜGGŐLEGES: 1. **A lelkész könyve.** 2. Irodalmár tehetség. 3. Margarin márka. 4. Tengeri állat. 5. Lenti helyen. 6. Nátrium vegyjele. 7. Mókus. 8. Az Egyesült Királyság része. 9. Belga folyó. 10. Suliba járó, régiesen. 11. Becézett Mária. 12. A legkisebb madár. **13. Amerikai, az unitáriushoz hasonló vallás, létrejöttéhez hozzájárult a lelkész is.** 18. A Nílus mentén élő nép. 24. Semmirekellő, tekergő. 27. Nemes itóka. 28. Lamartine verse. 30. Szándékozik. 33. Róla és csapatáról Gajdar írt regényt. 34. Valódi. 37. Hajdú-Bihar megyei település. 41. Ion Popescu ..., román rajzfilmes volt. **42. A lelkész szülővárosa.** 43. Csiga fajta. 44. Céltalanul járkál. 46. Műszál féleség. 47. Szóban célzó. 48. Feltéve. 49. ... Ferenc, hazai író, költő, irodalomkritikus volt. 54. Foghús. 55. Világtalan. 56. A hajnal színe. 57. Fogoly. 59. Sindo Kaneto rajzfilmes babája. 61. Zsák közepe!

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14					15				16			
17					18	19				20		
21				22				7		23	24	
25		4		26	27		28	29	30			31
32		33						3	34			35
36			37		38					39		
40						41				42	43	44
45	46			47	48			49				
50		6			5					8		
53		54	55		56		57			58	59	
60						61		62				
1										63		

1	2	3	3	2	4	5	6	3	7	8	8	3
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

OLY SZÉPEK...

Oly szépek a nyárvégi esték,
A kék levegő csupa lágyság,
Az este megvetette ágyát,
Lefekteti kifáradt testét.

Nektek nem fáj az esték búja?
Az alkony mély szomorúsága?
Mikor mint egy nagy cyprus ága,
Búját az arcotokba fújja?

Ó, zárt ajtók, zárt ablakok,
Óraütések kongó hangja,
Rátok gondolok réveteg:

Sötét utcákon ballagok
S csendesen siratom magamba
Az eliramló életet.



Bartha Mária Zsuzsánna

RAGASZKODÁS ÉS/VAGY VÁLTOZÁS

Jó alaposan megcsapott a változás szele 2020-ban, mindenféle óvintézkedéseket kellett bevezetnünk életünkbe. Idén vajon milyen változások köszönnek ránk? Már arra is édes visszagondolni, amikor a női táskában nem a maszk szerepelt alaptartozékként, hanem a rúzs. Most az elkendőzésre alkalmas maszk és rúzs nélkül a változás és a régihez való ragaszkodás kapcsolatát boncolgatom.

„A lényegi változások belül kezdődnek. Lehet barkácsolni, rendezgetni a díszleteket magunk körül, vagy abban reménykedni, hogy majd jön egy ilyen partner vagy egy olyan munkalehetőség, vagy egy pénzes projekt, vagy végre lefogyok... De végül még a drasztikus fogyások, a jelentős testi változással járó plasztikai műtétek vagy a lottónyeremények utáni vizsgálatok is azt mutatják, hogy ha nem történik belső változás, akkor az illető egy bizonyos idő után ugyanott köt ki, ahol korábban tartott. Rendre az a tapasztalat, hogy nem a külsőségek számítanak igazán.”
(Buda László: *Mit üzen a lelked*)

Mély elkötelezettség és alázat szükségeltetik elfogadni a betegséget és a gyógyulást és az általuk hozott változásokat. Milyen csodálatos gyógyító játék, ha figyelünk testünk-lelkünk üzeneteire!

Ha sikerül megfejteni lelkünk üzenetét, ráébredhetünk, hogy tehetünk magunkért, környezetünkért, egymásért vagyis elhivatottan Isten földi munkatársai lehetünk. Nem is olyan egyszerű, könnyű a felelősség vállalása. Kilépni a város falain kívülre, elindulni idegen tájak felé veszélyes. Ugyanígy lelkünk tájait bebarangolni félelmetes.

Oly sok minden tart vissza az ismeretlen világ felfedezésétől. Jobb a megszokott, az ismert. A rómaiak kész várostervekkel érkeztek a meg-

hódított területekre. A légióban szolgáló katona és családja a birodalomban mindenhol azonos elvek szerint épített városokban érezhette otthon magát.

A lelki-testi egészség harmonikus állapota mutatja, hogy minden rendben van bennünk. Csak a változás állandó, tartja a régi mondás. Akár a folyamatos változás igényéhez is ragaszkodhatnánk, mivel úgy tűnik, ami nem újult meg, az romlik, elpusztul. Csakhogy ezt a komplex kérdést megérteni, körbejárni, megoldani komolyabb hozzáállást igényel. Életfeladat: Hogyan lehet jól részt venni a folyamatos változásban?

„Use it or lose it”. Használd vagy elveszted – ez az angolul frappánsan hangzó gondolat alaptörvény a biológiában, az életet és az élt tanulmányozó tudományban. Van-e merszünk ráhagyatkozni, hogy minden az életet, a fejlődést szolgálja? Őszintén-tisztán, mint a magzat, a kisgyermek, aki lényre teljes bizalmával fogadja a lényeges változásokat. Az első érintést, ölelést, levegővételt, az első kortyot. Ebből szépen kialakulnak az első tapasztalatok, majd minták, amelyek ismerőssé válnak, s később viselkedéssé szerveződnek.

Megerősít, amit már ismerünk, jobban tudunk a tapasztalatainkból tanulságot leszűrve eligazodni a világban.

Mélyen megérintett olvasmányélményeim közül Martin E. P. Seligman könyve a tanult tehetetlenségről. Hihetetlennek tűnt számomra, hogy az emberek nem változtatnak szorult helyzetükön akkor sem, ha lehetőség nyílik a szabadulásra. Nem élnek vele. A szerző a múlt század 60-70-es éveiben foglalkozott azzal, hogyan lehet mozgósítani a lelki erőt, a reménységet, hogyan lehet kilátni, meglátni a kiutat a kilátástalan helyzetekből.

Milyen jól érzékelteti nyelvünk, tehetős az, akinek van annyija, ereje, esze, gazdagsága, hogy megteheti, hogy változást hozhat létre.

Minden változás hordoz kockázatot. Az ismerthez, a régihez való ragaszkodásunknak ez az egyik összetevője, fő magyarázója. Oly sokszor hallottam, járt utat a járatlanért el ne hagyd. Ha jól értem, nem érdemes fölösleges kockázatot vállalni, ha van rá mód, akkor kötelező a járt úton maradni...

Milyen lesz a jövő? Milyen eredménye lesz a döntéseinknek? Ez a bizonytalanság jól mutatja, mennyire nem a mi terveink szerint működik a világ. „Ne aggódjatok a holnapért, majd a holnap aggódik magáért, minden napnak megvan a maga baja” (Máté 6,34) – idézhetjük Jézus

örökérvényű tanítását a hegyi beszédből. Hogyan mondhatjuk magunkról, hogy hiszünk Istenben, ha inkább félünk az ismeretlentől, mint bízunk abban, hogy Isten pontosan tudja, mi a jó számunkra? Hiszen az aggodás éppen a bizalomnak ellentéte!

Anatole France fogalmazza meg nagyon találóan: „Minden változásnak, még a legvágyottabbnak is megvan a maga szomorúsága, mert amit hátrahagyunk, az önmagunk egy része. Meg kell halnunk az egyik életünkben, hogy újat kezdhessünk.”

Fiatal koromban sehogy sem értettem, miért kell a menyasszonyt elbúcsúztatni a szülői háztól és elsíratni a lánságát. Hát nem az volt a vágya, hogy férjhez menjen? Én inkább örvideni fogok! Határoztam el nagy bizonyossággal tízévesen. Aztán ugyanúgy sírtam én is menyasszonyként, mert féltem, izgultam, hogy milyen lesz az új élet, az új család, a miénk a férjemmel és a reménybeli gyermekeinkkel.

Nem lehet belépni a vár kapuján, amíg oda nem érkezel. Természetes, ha van bennünk egy kis félelem a változástól. Ha túl sok, megbénít, cselekvésképtelenné tesz, visszahúzó erővé válik.

Ahogy sejtjeink megújulnak, mi is megújulunk lelki életünkben. Ha nem is mindig tudatosan, de mindenképpen változunk és zajlik körülötünk is a változás. Ha lefejtjük az értelmetlen ragaszkodás mintáit, a mélyebben levő sémák változásával újjászületik a megváltozott helyzethez illeszkedően a mi életünk is. A belső, lényegi, lelki változásban lehet tartani a versenysúlyt, a lottónyeremény is értékes-értelmes célokat szolgál, és talán felesleges plasztikai műtétre sem kerül sor. Erre a nyitott, gyermeki bizalomra utalhat Jézus, amikor arra biztat, hogy olyanná legyünk, mint a kisgyermek, ha be akarunk jutni a mennyek országába.

Ha van valami, amihez tudatosan ragaszkodom, az az, amit Mahátma Gandhitól tanultam: „Te magad légy a változás, amit látni szeretnél a világban!”

Rácz Norbert Zsolt**A TANÍTVÁNY**

„Amit tanultatok és átvettetek, hallottatok és láttatok is tőlem, azt tegyétek, és veletek lesz a békeesség Istene.” (Fil 4,9)

Ha azt mondom, szeretem a szülővárosomat, Kolozsvárt, nem érzékeltetem eléggé a hozzá fűződő viszonyomat. Kolozsvárt nem szeretem, hanem a részem. Annyira szeretem, mint a karomat, a bőrömet, a szememet: hozzám tartozik. A frissen lejárt szükségállapot idején képzeletben számtalanszor bejártam számomra fontos tereit. Ellátogattam főterére, a Fellegvárra, az Óvárba, benéztem a Magyar utca kapui által elrejtett csodaudvarokba, ahol évszázados ablakpárkányokra könyökölni most is húsos karú háziasszonyok, akik valószínűleg egyáltalán nem tudják, hogy sok nemzedékkel ezelőtt ugyanazzal a mozdulattal szuszszantak meg hajdan volt szász és magyar elődjek a múlt fedte, de most is ugyanolyan városban. Nem szeretem, hanem élem ezt a várost, s ő általam él. Éppen ezért mohón olvastam el mindent, mi kezem ügyébe került történelmével kapcsolatosan. Nevének már pusztá eredetét is homály fedi, mindazonáltal számomra mindmáig a legkedvesebb az a tudósok által elvetett feltevés, hogy emez Szent Skolasztika apáca nevéből származik. A feltevés Jakab Eleknél is megtalálható, aki a tudós Bonfinire vezeti vissza okfejtését, miszerint régen magyarul Szent Benedek nővérét Kolozsnek mondták volna. Bár Szent Skolasztikának nincs köze az iskolákhoz, neve mégis a tudással, az egyetemmel, az oktatással kapcsolódott össze. Ezért számomra Kolozsvár iskolavárost jelent. S bár történelmileg logikám nem állja meg a helyét, metaforikusan annál inkább stabil. Elég csak képzeletbeli túrát tenni a belvárosban, hogy rájövünk, mennyire talál e név. Az óvári klostromiskolától elindulva, könnyen fel-fedezi a közepesen jártas túrázó a különböző felekezetek jó nevű okta-

tási intézményeit, el egészen Erdély első egyeteméig vezetve az időn és téren átívelő sétát. Iskolaváros a javából a mi otthonunk, amelynek élete szervesen összefonódik a diákok és az őket oktató mesterek életével. Elég csak a korábban említett húsos karú háziasszonyokra gondolni, akik évszázadok óta drága pénzért ajánlják házukat és főztjüket a távolról ideérkező diákoknak.

Kolozsvár diákok nélkül üres kehely, amelybe régóta nem töltöttek bort: kívülről szép, értékes akár, de önmagában értelmetlen. A város életéhez szervesen hozzátartoznak a diákok, csínjeik, a hajnalig tartó tivornyák, a szesszió lázas, de mégis édes éjszakái, a vizsgaláz, a sikeres dolgozat, az elbukott mérce, az őszi újrázás, a kocsmasztal fölött összehozott világértelmezés. Ez a város! Mindig lázadó, friss és gyönyörű diákjaival és különösképpen tanáraival együtt. Évszázadok óta róják a járdákat világokat koponyáikban hordozó tudósok, akik napról napra katedrák mögé lépve oktatják a mindig változó, de mégis mindig ugyanolyan diákokat az élet nagy rejtélyeire. A skolasztika városa ez, s ha valakit még mindig nem győzött meg az érvelésem, akkor sétáljon el a mostani kényszerállapotban a Házsongárd temetőbe, s számolja meg, ha tudja azokat a tanárembereket, akik itt oktatták ki tudja, hány száz éven keresztül a mindig változó diákokat.

A pedagógia módszertana rengeteget változott az elmúlt évszázadok során, de az alaphelyzet ugyanaz maradt. Ott a tanár, aki koponyájában hordozza a tudást, emitt a diák, aki – ha erre rátermett – szívja magába azt. Az oktatás alaphelyzete a kérdészés művészete. A jó tanár nemcsak átadja a tudását, hanem felkelti diákjaiban a vágyat arra, hogy a még meg nem válaszolt kérdések felé úgy tekintsenek, mint a hegymászó a ködbe burkolózó csúcs irányába. A tanár nem átad, hanem meghív, nem zsibbaszt, hanem felpozícionálja a meg nem fejtett rejtély iránti vágyat. A kettő viszonya Diotima elmélete a vágyról és a beteljesedésről. Az oktatás alapján véve a szellem erotikája, ahol az egyik szomjazik, a másik pedig buján felbuzog, mint a forrás. Az oktatás mesterekről és tanítványokról szól. A két alapkategória viszonyában jön létre a tanítás csodája. Így volt ez mindig, s most sem lehet más. Maga a kereszténység is ezt az alaphelyzetet modellezi. A vallásosság csírája velünk született adottságunk, de az nem fejlődhet ki, ha nincs mellettünk valaki, aki öntözi és gondozza azt. Senki sem lesz vallásos magától, mindenkinek vannak tanítói, mesterei, akik kísérik az úton.

Jelenünkben viszont társadalmi szinten megfigyelhető, hogy a két nagy csoport viszonyában zavar következett be. Ma senki sem akar tanítvány lenni. Mindenki a mester pózában villog, s árulja a teljesen lapos és demokratikus térben legtöbbször sekély tudását. Pedig világunknak több tanítvány és kevesebb mester kellene. Több kérdés és kevesebb kijelentés, több rejtély és kevesebb megoldás. Napjainkban mindenki mindent tud, és kevés embernek a fejében merül fel az, hogy tanulni kellene. Süketek párbeszéde a jelenünk, ahol mindenki negédesen csacsog vagy csecsemő-ökölbe szorítja kezét, és kijelent, miközben semmihez sem ért igazán. És talán ez korunk legnagyobb tragédiája. A csend, a kérdés, az alázat hiánya. Kevesebb tanárra, több tanulóra van szükség. Kevesebb mester és több tanítvány kellene, akik inkább hajlandók hallgatni, kérdezni, mint nagy mellénnyel kijelenteni.

Számomra ez az időszak azt tanította meg, hogy maradjak többet csendben a Szent Skolasztika városában. Hallgassak többet, s csak akkor beszéljek, ha mondanivalómban biztos vagyok. Tanuljam a kérdés művészetét, mert jól kérdezni tudni kell, s bizony az a tudás alapja, nem a visszakézből odamondott válasz gyakorlata. S ha a hajdan volt és ma élő nagymesterek szólnak, akkor figyeljek oda, vitázzak velük bátran és szilajon, ahogy diákhhoz illik, de mindig kérdezve, soha nem kijelentve, mindig alázatosan, soha nem a mindent tudás birtokosaként, tudva azt, hogy ember és világ akkor növekszik, ha ebben a városban is tanulókként próbáljuk elsajátítani azt a nagy igazságot, amelyet a legkülöncebb oktatók hintenek el katedrák, szószékek vagy kocsmasztalok mögül. Ámen!



Andorkó Orsolya M.

ÁLLANDÓ SZOMJÚSÁG

A szomjúságérzet annak a jele, hogy a vérünk ozmolalitása megnő, azaz túltelített lesz, sok benne az oldott anyag. A magas ozmolalitású plazma bizonyos agyi receptorok stimulálása által okozza a szomjúságérzetet. Tehát a testünk eme jelzésének hanyagolása súlyos következményekkel jár.

Nagy valószínűség szerint a megfelelő folyadékbevitel esetén nem érünk állandóan szomjúságot. Étkezési szokásaink is befolyásolják a szomjúságérzetünket: ha szeretjük a sós és fűszeres ételeket, a szomjúság hamarosan jelentkezik. A rendszeres jelentős mennyiségű szeszesital-fogyasztás is szomjúságot okoz, mivel az alkohol vízelvonó hatású.

Az állandó szomjúságérzet, ami nem csillapodik a bőséges folyadékbevitel ellenére sem, a cukorbetegségekre utalhat, sokszor ez az egyetlen tünet. A vércukorszint mérése rögtön tisztázza a kérdést. A magas vércukorszint serkenti a veséken keresztüli glukózkiválasztást – mintegy kísérletként a vércukorszint normális értéken való tartására. Minél magasabb a vércukorszint, annál nagyobb az ürített vizelet mennyisége és a kiszáradás miatt van a kínzó szomjúság.

Hasonló hatásmechanizmus okozza az állandó szomjúságot a magas kalciumszint esetén is, ugyanis a szervezet a fölösleges kalciumot a vesén keresztül választja ki a megnövekedett vizeletmennyiséggel. A magas kalciumszint gyakori kísérője a daganatos betegségeknek, csontfájdalmakkal társulva szinte biztos, hogy már csonttáttétekkel állunk szemben, tehát egy előrehaladott rákos betegséggel kell megküzdenni.

Elég gyakran fordul elő, hogy a táplálék-kiegészítőkkal túlzott mennyiségű kalciumot juttatunk a szervezetünkbe, ezért megnövekedett vizeletkiválasztás lép fel, ami fokozza a szomjúságot, ugyanis csökken a szervezet folyadéktartalma.

Kevesen tudják, de a vesebetegségekben is, ha poliuriával járnak (a napi vizeletmennyiség több, mint 3-3,5 liter) jellemző a csillapíthatatlan szomjúság. Bizonyos endokrin kórképekben is a szomjúság vezető tünet, mivel legtöbbször napi 10-20 liternyi (!) vizeletürítéssel jár együtt.

Előfordul, hogy bizonyos gyógyszerek okozzák a szomjúságot, leggyakrabban a vízhajtók, egyes vérnyomáscsökkentők, illetve pszichotrop szerek. Ilyen esetben javasolt a gyógyszercsere, de csakis a kezelőorvossal való konzultáció alapján.

BEDŐ BORBÁLA

1913. október 26-án született, ő volt az Unitárius Teológiai Akadémia első, lelkészi oklevelet szerzett hallgatója. Férjével ők voltak az első unitárius lelkész házaspár. Tanult Londonban, volt Pesten gyakorló lelkész, férje letartóztatása után helyettes lelkész Oklándon, de soha nem szentelték fel. Nagyon sok templom kazettáinak festésében vett részt, férje kiszabadulása után Lupényba kerültek, ott évtizedeken át ingyen kántorizált, mert annak sem nevezték ki. 1991. szeptember 29-én hunyt el, sírja Oklándon van.



Írja be a következő, ábécésorrendben, betűszám szerint megadott szavakat a nagy hálóbba, majd másolja át a számozott négyzetek betűit az alsó, kisebbbe. Ha jól dolgozott a nagy háló sötétített soraiból megtudja, hogy hogy hívták a lelkésznő édesanyját, hol végezte iskoláit és azt, hogy milyen idegen nyelven beszélt az angolon kívül. A kis hálóban férje neve és egy híres rokon neve lesz olvasható.

2 betűsek: AS, RA, RE, SC, SN, TE, TE, VE

3 betűsek: ALÁ, ALM, ALS, AMI, APÓ, A TÓ, ELÉ, IDA, IGA, IME, IPA, ISK, ITA, LIE, ODA, ODU, ÓVÓ, TON, ÚTI, ZSA, ZSÓ

4 betűsek: ALÓL, ALBI, DÉDI, IRAK, LIRA, NÓZI, PAPA, RIOG, SOSE, TATA, TAVI, TURF

5 betűsek: AKELA, ALIGA, BEVER, LÓDIT, SNAKE

6 betűsek: ALAKUL, ÁDÁMOS, IKERIT, ÓVODÁS, SZERET, SZÓ-LAM

7 betűsek: CSAPÓDÓ, IGAZÍTÓ, ODAÉGET, ORIGAMI, TAKARÍT

8 betűs: NEKITART

9 betűsek: KITAPASZTALÁS, A MEGFESZÍTETT

Bányai Kornél

ŐSZI TŰZ

Halált hozó ősz máglyái ragyognak hegyeken s a rónán.
Szellős szölleinkben érett és ijesztő gyümölcsök zuhannak.
Tűz ünnepe! Mámoros szüret! Maradék aranya veri a napnak
végzetes vidékünk lángolását.

Zrínyiként, biztos halála előtt, díszeibe öltözött az ősz táj:
tarlókon, arcokon őszi tűz eleven friss fényei nőnek.
Szépen meghalunk mindannyian! ez sír füstölgő mélyén a mezőknek
s lobog a tűzvészes beteg égről.

Mindnyájan együtt, virággal a lepke és széllel a lombok,
elmúlunk mint a csillag: ég időtlen arcán nyári szeplő
S ahogy bor tűzébe tömörült a föld s szenes pincékbe az erdő -
csak változunk és helyet cserélünk.

Rettenve szórjuk magokba rejtett életünket s alvó ízeink
bocsátjuk mint tűzön piruló kenyér, máglyáin a halálnak.
Gyűjtött üszkeinkből forduló időknek új napjai szállnak
s jövődőt épít hős tékozlásunk.

Életet mardosó lángok ünnepén, halálosan tomboló szüretben,
rám ejti perzselt, szikkadtan zörgő karjait a vén diófa
s hogy ő is új tavaszra vetkezik a rikító őszi tűzben: homlokom beszórja
illatosan lobbanó levéllel.

(1926)





A PÁCBAN AZÓTA IS MINDENKI BENNE VAN

2020. augusztus 20-án a Kolozsvári Magyar Napok rendezvény részeként a Vallásszabadság Háza udvarán izgalmas kerekasztal-beszélgetés zajlott: négy lelkész, Boldizsár Beáta evangélikus-lutheránus, Dávid István református, Takó István római katolikus, Vitus-Bulbuk István református lelkész Rácz Norbert Zsolt unitárius lelkész moderálásával arról beszélgetett, hogy bizony, a pácban mindannyian benne vagyunk, közös felelősségvállalással küzdhetünk meg csak a koronavírus világjárványával. A beszélgetés résztvevői közül dr. Vitus-Bulbuk István összegezte az Unitárius Kalendárium olvasóinak gondolatait járványról, közösségről, felelősségről. (Az interjút a szerkesztő készítette.)

A koronavírus-járvány, amely 2019 decemberében ütötte fel a fejét a világban, s 2020 során pandémiává vált, az emberiség életének olyan vetületeire irányította a figyelmet, amelyről nem akartunk tudomást venni, nem tulajdonítottunk neki jelentőséget stb. Hogy látja, milyen területek, szempontok, kérdések jelentek meg, kerültek előtérbe, váltak problematikusná?

Ez a járvány és a különböző területeken megmutatkozó hatása valóban sok mindent előtérbe hozott. Ha egy szóban szeretném megragadni, akkor azt mondanám, hogy az a valami, ami most a felszínre került, hangsúlyossá vált, az a *sérülékenység*. Nem új keletű dolog ez, mindig is megvolt, és amióta ember az ember, az Édenkerten kívül mindig is kénytelen volt ezzel szembenézni. Sérülékenységünknek ez a tapasztalata emberségünk egyik legmélyebb és legelvitathatatlanabb sajátja. Az emberiség története a sérülékenységgel való megküzdés története. A nagy kulturális konstrukciók, a tudományos, politikai és gazdasági stratégiáink is jó esetben azt a célt szolgálják, hogy az egyéni és a közösségi



életet a lehető legbiztonságosabbá tegyék, illetve hogy felkészítsenek arra, hogy emberségünknek ezzel a legmélyebb sajátjával szembe tudjunk nézni. A koronavírus-járvány világossá tette, hogy ez a küzdelem nem ért véget, és talán azt is egyértelművé tette, hogy soha nem is fog. Az emberi élet vitathatatlan sérülékenységevel együtt az is világossá vált, hogy azok a konstrukciók, védelmi stratégiák is sérülékenyek, amiket kidolgoztunk és felépítettünk. Tehát amint kénytelenek voltunk szembenézni az emberi élet testi, szociális és spirituális esendőségével, elkerülhetetlenné vált az is, hogy rákérdessünk azoknak a tekintélyeknek az érvényességére, amikre eddig az egészségünket, anyagi biztonságunkat, szellemi, lelki tájékozódásunkat rábíztuk. A világhálón velünk szembe jövő, egymásnak sokszor ellentmondó információk áradata viszont csak még jobban elmélyítette az amúgy is meglévő létbizonytalanságot. A gazdasági, a tudományos és a politikai szféra, illetve a hozzájuk tartozó intézmények tekintélyének a megingása beláthatatlan krízissel jár együtt, ami hosszú távon természetesen akár produktív is lehet.

A járvány rámutatott arra, hogy az egyéni és a közösségi felelősségvállalás, felelős cselekvés mennyire fontos. Rámutatna arra, hogy ezt személyesen, illetve lelkészként hogyan élte meg? Mit látott, tapasztalt a környezetében?

A járványügyi intézkedések gyökeresen megváltoztatták egyéni, családi, szociális, gyülekezeti életünk ritmusát. A kezdeti időszak a nagy egymásra találás ideje volt. Több idő jutott azokra, akikkel amúgy is közelebbi a kapcsolatunk. Akik távolabb voltak, azokkal a világháló adta lehetőségeket kihasználva erősítettük és bátorítottuk egymást. Miközben féltettük egymást, nagyokat tudtunk nevetni is. Jobban tudtunk figyelni a szűkebb környezetre is. A mindennapi higiéniai szabályok betartásának fontossága egyértelmű volt. A testünk egészségének védelme mellett viszont legalább annyira fontos volt az is, hogy szellemi, lelki egészségünkre is oda tudjunk figyelni. Nagyszerű volt látni, hogy a fontosabb intézmények, mint például az iskola és az egyházközség is lehetőségeikhez mérten jelen tudtak és jelen kívántak lenni az életünkben. Szolgálattevő lelkészként magam is igyekeztem azt a szellemi, lelki szolgálatot elvégezni, amiért én ilyen körülmények között is felelősséggel tartozom. A fentebb említett személyes (egzisztenciális) és intézményi sérülékenység hangsúlyossá válása egyértelművé tette, hogy lekipásztorként a megváltozott életkörülmények mellett is jelen kell lennünk a gyülekezet tagjainak életében. A különböző fizikai és szabályzási korlátok kreatív megoldásokat szültek, a kapcsolatok személyesebbek lettek és intenzívebbek. Ez a fajta gyülekezeti szolgálat a kölcsönös egymásra figyelés gyakorlatán alapult. Soha ennyit nem imádkoztam másokért, és soha nem éreztem ennyire, hogy ennyien imádkoznának értem. Közelebb kerültünk ahhoz, hogy a saját sérülékenységünk fel- és elismerése mellett a gondviselő Istennek is nagyobb teret adjunk. Úgy gondolom, hogy ezzel a fajta lelki felelősséggel ugyanúgy tartozunk, mint ahogy azal is, hogy egymást a kritikus (és nem fanyalgó, vagy kötekedő) gondolkodásra serkentsük. Ennek a lelki és szellemi felelősségünknek eleget téve talán megóvhatjuk magunkat és egymást attól, hogy a koronként adódó, különböző egyéni, személyes és társadalmi krízisek káosszá dagdjanak bennük és közöttünk.

3. Hogy látja, tesz valamit az emberiség, a kis- és nagyobb közösség azért, hogy a koronavírus által felszínre hozott gondokat meg-

oldja? Mi az, ami tűzoltás, porhintés, mi az, ami valós megoldás, vagy legalább annak keresése? Az általatok elképzelt utópisztikus világban mit tennének az emberek egyéni és közösségi szinten?

Ha az egyház küldetését nézem, akkor egyértelmű és elsődleges feladatunk az, hogy önmagunk helyett, a személyünk súlya helyett, vagy az intézményeink és ideológiáink helyett az élő Istent engedjük szóhoz jutni. Senkit sem lehet megóvni attól, hogy az emberi mivoltához hozzátartozó sérülékenységgel szembenézzen, de mindenki megtanítható arra, hogy úgy éljen ebben a világban, hogy tekintettel legyen a körülötte lévők sérülékenységre. Meg kell tanulnunk közelebb kerülni ahhoz az Istenhez, aki velünk van akkor is, amikor a saját végességünkkel, terveink és álmaink foszladozásával szembetaláljuk magunkat. Minden olyan intézmény, társadalmi struktúra, politikai irányvonal, kulturálisan rögzült minta, ami semmibe veszi ezt az amúgy rá is jellemző sérülékenységet és esendőséget, nem csak hogy könnyen a megváltó szerepében tetszeleghet, de el is mélyíti azokat a sebeket, amiknek a gyógyítása érdekében létrejöttek. A legtöbb, amit emberileg tehetünk, hogy leszámolunk az utópiáinkkal, és elfogadjuk azt, hogy csak az a stratégia lehet a megfelelő, ami az életet, Istent engedi érvényre jutni.

Rácz Norbert Zsolt

KELJETEK FEL, ÉS ÉLJETEK!

„Amikor látta Jézus, hogy ott fekszik, és megtudta, hogy már milyen hosszú ideje, megkérdezte tőle: »Akarsz-e meggyógyulni?« A beteg így válaszolt neki: »Uram, nincs emberem, hogy amint felkavarodik a víz beemeljen a medencébe: amíg én megyek, más lép be előttem.« Jézus ezt mondta neki: »Kelj fel, vedd az ágyadat és járj!«” (Jn 5, 6–8)

Majdnem egy évtizeddel ezelőtt történt, de még mindig tisztán emlékszem az esetre. Az akkor már megszületett gyermekeink is jóval kisebbek voltak, mint most a legkisebb öccsük. Csendes, eseménytelen délután volt, amikor történetesen mind otthon voltunk. Egyszerre az egyik fiúcska hirtelen felült, s tisztán csengő hangocskájával, kivillantva gyöngyfehér fogait, a csínytevők villanásával a tekintetében belekiáltott a délutáni csendbe: „Keljetek fel, és éljete!” Majd visszaült, mintha mi se történt volna, újra elmerült legóival fantáziavilágába. Teológiai szakirodalmon felnőtt feleségemmel együtt döbbenten néztünk egymásra. Mi volt ez? Amolyan ószövetségi kijelentés, mint Sámuel elhívásának a története, esetleg közvetlen mennyei dorgálás valamilyen általunk fel nem ismert renyheségért? Óvatosan próbáltunk tapogatózni, s felderíteni e rejtélyes mondat forrását, de a beszélni még alig tudó poronty, aki az idősíkok formáit még nem merevítette le önmagában, aki a mese, az álom és a valóság között szabadon járt át, nem tudott számunkra kielégítő választ adni. Sokáig tanakodtunk feleségemmel ezen, mindaddig, amíg aztán egy magyar népmesét közösen nézve egyszercsak a kővé változtatott királyfikát a róka ezzel a mondattal hívta vissza az életre. Mi ta-

gadas, megnyugodtunk, felszusszantunk, a világ rendje helyreállt, de a mondat mindmáig egyféle mottóként maradt velem.

Először az gondolkodtatott el, hogy mennyire kontextusfüggőek a szavaink. Egy mondat, ami egy mese szövetében oly jelentéktelenül, magától értetődően fogalmazódik meg, teljesen átalakul, ha eredeti kontextusából kiragadjuk. Zavart okoz, és az értelmezési keret nélkül maradó elme szorgosan nekilát annak, hogy betöltse a homályos részeket. Azóta mindig eszembe jut ez az eszmefuttatás, valahányszor egy-egy prédikáció után valaki elmondja, mennyire jól esett neki a beszéd, majd egy olyan gondolatsort vázol fel, ami teljesen távol esik attól, ami a szándékom volt. Megvallom, kezdetben zavart, mert úgy gondoltam, hogy nem fejem ki elég világosan a mondanivalómat, zagyva a logikám vagy éppen elhomályosítja az eredeti szándékot a bokros mondatszerkesztés. Aztán mégis arra gondoltam, hogy talán az a helyzet a valósabb, hogy egy-egy éppen az adott személyt foglalkoztató mondat megakad a tudat ágán, s önálló életre kel, kiszakad a meséből, és egy másik szövegszövet része lesz.

Másfelől pedig fiam mondatához rögtön egy jézusi mondat tapadt hozzá: „Kelj fel, és járj!” A történet szerint van Betesdánál egy medence, amelynek víztükrét néha felkavarja egy angyal, aki pedig akkor lép be a vízbe, rögvést meggyógyul. Jézus egy béma embert néz, aki láthatóan egyre rezignáltabban szemléli önnön kiszolgáltatottságát: nincs embere, aki a vízbe segítse. Még a szenvedők között is létezik hierarchia. A kevésbé betegek vagy azok, akiknek vannak segítői, hamarabb részesülnek a gyógyulásból. A legkiszolgáltatottabbak és a magányosak egyre fásuló némaságba burkolóznak, majd szép csendesen el is tűnnek a mozgékonyabbak látószögéből. Ez társadalmunk egyik alapvetően fájdalmas, nagy makulája... Jézus viszont pont ezt a harmincnyelc éve szenvedő embert szúrja ki a betegek tömegében, a legmagatehetetlenebbet, az ágyán fekvő bémát. Ám a Mester nem azzal kezdi segítő szándékú munkáját, hogy tanítványait magához intve, felnyaláboltatja a beteget, hogy előre tolakodva őt vigyék be a medencébe, hanem először a világ látszólag legbutább kérdését fogalmazza meg: „Akarsz-e meggyógyulni?” Pedig ez az alap! Itt kezdődik minden. Számtalanszor láttam, hogy bár fennen zokog valaki, panaszolva önnön testi vagy lelki nyavalyáját, az ő baja a lényé részévé vált. Esze ágában sincs keresni a gyógyulás módját,

hisz boldogan élédegél a másoktól kapott részvéten és az önmaga termelte keserűségen.

Ez a beteg viszont nem ilyen. Közel negyven évvel ezelőtt megtalálta ezt a lehetséges megoldást, emberfeletti erőfeszítést téve eljutott a medence mellé, s ott rostokol magatehetetlenül. Nézi naponta, amint ki tudja hányan megmártóznak, s a gyógyulásban bízva, megkönnyebbulve térnek haza. Elképzelhetetlen ez a keserűség! Ott feküdni a gyógyulás küszöbén, de sosem lenni képes arra, hogy átlépje a partot: ez Szi-szüphosz büntetése. Másfelől az sem elhanyagolandó, hogy emberünk semmilyen más gyógymódot nem lát a maga számára. Betesdai csóltásban szenved: vagy az a medence vagy halálíg tartó bénaság, *tertium non datur*.

Jézus viszont radikálisan mást mond: „Kelj föl, vedd az ágyadat, és járj!” Itt most nincs alkalom kitérni arra, hogy ebben az egész történetben ez képezi majd a vita gyutacsát közte és az írástudók között, hiszen – szombat lévén – a beteg, ágya felemelésével tiltott munkát végez.

Szükségállapotos csipkerózsika álmunkból felébredve a napokban ez a kép fogalmazódott meg bennem. Esélyt kaptunk arra, hogy végiggon-doljuk életünket, és változtassunk némileg azon, ám a veszély elmúltával ugyanúgy és ugyanott folytattuk, ahol márciusban abbahagytuk: sietés, robotolás, ideges dudálás a forgalomban, folytonos önző tülekedés. Az egész világ egy bénán fekvő beteg. Látja a gyógyulás lehetőségét, de kívülről várja a segítséget, pedig csak fel kellene állnia. Persze, harmincnyolc évnyi fekvés után nem olyan könnyű felállni... Az embernek el-sorvadnak az izmai, az idegpályák elhálnak, bizonyára első lépései imbolygók, első napjai fájdalmasak voltak. Ugyanez igaz a világra nézve is. Nem könnyű megváltozni, de a jobbulás munkával, fájdalommal jár.

Mostanában többször is elfog a vágy, hogy mégiscsak másképp kel-lene élni, a rutin bénaságából fel kellene kelni, az életünk folyását ke-zünkbe kellene venni. Lehet, hogy egy kicsi gyerek ropogós tiszta han-gon el kellene mondja mindnyájunknak: Keljetek fel, és éljetek! Ámen!



Andorkó Orsolya M.

IZOMFÁJDALMAK

Szinte nincs is olyan ember, aki ne panaszkodott volna valaha izomfájdalomra, legtöbbször fizikai megerőltetés után. Az izomláz viszonylag „jóindulatú”, átmeneti fájdalom, amit a tévhitekkel ellentétben nem cukorfogyasztással, hanem pihenéssel és bőséges folyadékfogyasztással lehet orvosolni. Meg természetesen rendszeres edzéssel, így az izomlázat majdnem teljes mértékben kiiktathatjuk.

Az izomfájdalmak (*myalgia*) gyakori oka éppenséggel nem a megerőltető testmozgás, hanem az edzetlen, gyenge törzsizomzat és renyhe hasizom. Ez szinte minden ülő foglalkozású egyén leggyakoribb panaszja: fáj a háta, nyaka, dereka. A hosszas ülő munkát aktív pihenésnek – mint úszás és torna – kellene követnie.

Minden olyan izomfájdalom, ami a pihentetés után is tovább tart, mint 2-3 nap, kivizsgálást igényel, ugyanis komoly betegségek tünete lehet. A pajzsmirigybántalmak – legyen az túltengés vagy elégtelenség – gyakran az izomfájdalomban nyilvánulnak meg.

A láz is izomfájdalmakat okoz, ahogyan szinte minden fertőző betegség is. Ennek ismert példája a trichinellózis, ami igen fájdalmas izomgyulladást okoz. De mindenki ismeri azt a levertséggel és izomfájdalommal járó „nyitányt”, amit a légúti vírusfertőzések okoznak. Szinte minden vírusfertőzés izomfájdalmat okoz, legyen az vírusos májgyulladás vagy gyomor-bélrendszeri vírusos megbetegedés – ez utóbbi szinte mindig hasmenéssel jár.

A *fibromyalgia* rendkívül alattomos, mai napig ismeretlen eredetű betegség, jellemzője az egész testre kiterjedő fájdalom. Leggyakrabban a fiatal, aktív, munkaképes életkorúakat érinti, nagyrészt nőket. Diagnosztizálása a reumatológia szakterülete. Gyakran pszichés eredetűnek tekintik ezt a betegséget, de a társuló pszichés panaszok inkább az állandó fájdalom miatti idegkimerülésnek tulajdoníthatóak.

Az *érszűkület* jellemzően a lábikra és comb izmaiban jelentkező fájdalomban nyilvánul meg. Az angol nyelvben ezt „kirakatnéző betegségnek” hívják, utalva arra, hogy a beteg változó hosszúságú távot legyalogolva észleli az igen erős lábfájdalmat (minél kisebb a fájdalommentesen megtehető távolság, annál rosszabb a helyzet), ami megállásra készteti. Ilyen tünet jelentkezésekor minél hamarabb keressük fel orvosunkat. A kezeletlen érszűkület a láb elüszkösödését okozza, amit sajnos az amputáció követ.

Megemlítendőek az izomfájdalmak okaiként bizonyos gyógyszerek is: antibiotikumok, sztatinok, vérnyomáscsökkentők, vízhajtók – ha gyanakszunk, hogy az izomfájdalmunk gyógyszereink mellékhatásaként lépett fel, minél hamarabb konzultáljunk a szakorvossal.

VÖRÖS HERVADÁS

Erdő,
dércsípte lombod ájultan vonaglik.
Meghalsz,
reád lehelt a vörös hervadás.
De mért e vidám pompa? Mért
öltözködöl halál előtt a fényes
bíbornokoknak, részeg szeretőknek,
ifjú dühnek, kigyulladt lázadásnak
harsány színébe?
Oly ünnep-e zsibbadni, elfeledni
lármás kirándulókat és rigókat,
vizek zaját,
az élet édes-olcsó csengetyűit?
Oly jó nem élni?
Örülsz?

(1931)

RÁZMÁNY MÓR



1905-ben született, Kolozsváron elvégezte az Unitárius Teológiai Akadémiát, az Unitárius Püspökségen központi tisztviselő, főszámvevő volt. A kommunizmus első áldozata, 1951–52 között két évet töltött a Duna-csatornánál ítélet nélkül. 1976. október 29-én hunyt el. A Házsongárdi temetőben nyugszik.

Írja be a következő, ábécésorrendben, betűszám szerint megadott szavakat a nagy hálóbá, majd másolja át a számozott négyzetek betűit az alsó, kisebbbe. Ha jól dolgozott a nagy háló sötétített sorából megtudja, hogy hol hunyt el a lelkész, a kis hálóból pedig azt, hogy hol született.

2 betűsek: BA, BB, BR, DA, EL, GI, LŐ, ON, RÁ, RP, TZ, YR

3 betűsek: BAB, BÁR, DEF, ERŐ, EVŐ, FUT, ILE, INN, JÓD, KER, LEL, LER, LOS

4 betűsek: AKEN, CILA, ELEK, HOVÁ, IRÓI, KÉRŐ, ÓBOR, REBI, SIET, SOKK, TELT, URNA

5 betűsek: ALBANY, FADOB, HAKNI, INÓTA, KAZAH, KÖRÖN, KÖRIS, LONDON, NATUR, OLDAL, ÖLELŐ, TÖRÖL, UTÁLÓ

6 betűsek: BÁRÁNY, EMELET, MENÓRA, ÖSZTÖN, PÓRIAS, VAJ-BAB

7 betűsek: BELELÖK, FÉLÉDES, LEREKED, SÓVÁROG

11 betűs: KERESZTEZÉS

13 betűsek: BARBARA ÖRNAGY, EBOLI HERCEGNŐ

SZIKRATÁVIRAT

Testvérek! Emberek!
Közös veszélyben fogjatok kezet!

Bajtársak! Szenvedők!
Boruljatok le a Jóság előtt!

Bukottak! Győztesek!
Az Igazságban egyesüljetek!

Hívők! Kétkedők!
Az Ember vérzik: Szeressétek őt!

Harcosok! Álmodók!
Mindnyájatokban egy bús szív dobog!

Testvérek! Emberek!
Ne öljetek már! Ölelkezzetek!

(1921)



Sárkány Karola Dorottya

AZ ALAKVÁLTÁS A MAGYAR NÉPHITBEN

Változás, átváltozás. Mit is jelent? Mássá alakulást, amikor egy személy, élőlény, dolog fokozatosan módosul új tulajdonságok, sajátságok megszerzésével vagy a régiek elvesztésével.

A néprajzban és ezen belül a magyar hiedelemmondák között nem ritka az a történet, amelyben a boszorkány, a táltos vagy a tudós állattá változik, s állat alakban kínoz vagy kísért meg másokat, illetve állat alakban küzd meg másokkal. A néphit az állattá változás képességét főleg a boszorkányokhoz kapcsolja. Úgy véli, hogy a boszorkányok nemcsak önmagukat, hanem másokat is állattá tudnak változtatni.

A magyar boszorkányhit sajátos vonásokat őriz. Az 1728 előtti boszorkányperekben ugyanis még nem esett szó seprűnyélen való lovaglásról, boszorkánygyülekezetekről, annál inkább arról, hogy a boszorkány valakit lóvá változtat és nagy utakat tesz meg a hátán. A póruljárt boszorkányról vagy a megpatkolt boszorkányról szóló hiedelemmondák szinte mindenütt elterjedtek, és olyannyira kedveltek, hogy sok helyen népmeseként adják elő. E mondákban szó van egy kovácslegényről, aki egyre fogy. Éjjelente ugyanis egy asszony kantárt vet rá, ezzel lóvá változtatja és meglovagolja. Társa tanácsára a legény megelőzi az asszonyt; lóvá változtatja s mesterével megpatkoltatja. Másnap reggel betegen találják a kovácsnét, mivel kezén-lábán patkó van.

A boszorkányok magukat is átváltoztatják. Főleg macska vagy kutya képében jelennek meg másoknál, hogy a gazdát vagy hozzátartozóit beteggé tegyék, a tejét elvigyék, vagy hasonló rontást vigyenek végbe. Ilyenkor, főleg Szent György-nap éjszakáján (április 24.) a jószág tejhásmát igyekezett elvinni, ezért a gazdák valami szűrös tárgyat, több-

nyire boronát tettek az ajtóba, maguk meg vasvillával vigyáztak, hogy macska be ne lopózzon az istállóba. Emlegetnek liba, kacsa, tyúk, kotló, csirke alakban megjelenő boszorkányt is. A háziállatok közül érdekes módon a szarvasmarha nem szerepel mint a boszorkány lehetséges alakmása, csupán annak szarva, de úgy, hogy közben a boszorkány emberi testét megőrizte. A vadállatok közül a róka és a nyúl fordul elő gyakrabban mint átváltozási forma, ezek megfelelőit elsősorban nyugat felé lehet keresni és kimutatni.

Az átváltozásra a magyar szépirodalomban is találunk példát, vegyük csak Arany János *Vörös rébék* című balladáját, ami a népi életből vett példát dolgoz fel. Ez a nagyon is valóságos téma keveredik a varázslattal és a mágiával, ugyanis a tragikus történet egy babonás falusi környezetben játszódik. A ballada címszereplője egy gonosz vénasszony (a Rébék a Rebeka női név becézett változata), akit a közösség varjúvá változó boszorkánynak tart, s aki kerítőnő is. A tragédiát okozó eseményeket is ő indítja el, fekete mágia segítségével eléri, hogy egy fiú és egy lány házasságot kössön, aztán rosszra csábítja, házasságtörésre beszéli rá a szép, kacér, fiatal menyecskét.

*„Vörös Rébék általment a
Keskeny pallón s elrepült –”
Tollászkodni, már mint varjú,
Egy jegenyefára ült.
Akinek azt mondja: kár!
Nagy baj éri és nagy kár:
Hess, madár!”*

Az állattá változás a mesevilágban is gyakran előforduló motívum. A népmesék egyik csoportjában a hőst egy természetfeletti képességekkel rendelkező lény vagy személy változtatja állattá (sok esetben madárrá). A bűvös eszköznek is fontos szerepe van, de előfordul az is, hogy a hős ajándékba kapja annak képességét, hogy saját magát tudja átváltoztatni.

Láthatjuk tehát, hogy mennyire gyakoriak az állattá változásokról, visszaváltozásokról szóló mesék. Ezeknek a gyökere nagyon mélyre nyúlik vissza, hiszen a korábbi primitív vallások az isteneket, démonokat állatalakban képelték el, sőt nagyon sok törzs is állat őstől származtatta magát.



*Az asszonyok szerelmi varázslást hajtanak végre egy fiatalon
(forrás: nosalty.hu)*

A magyar népi hiedelemvilág másik alakja a táltos, aki jóindulatú és inkább segít, mint büntet. Tudását nem saját akaratából szerzi, hanem úgy kapja születésekor. A táltos tevékenységei közül ki kell emelni a révülést, amelynek során kapcsolatba tud lépni az ősök szellemeivel és a természetfeletti lényekkel. A másik jellemző tevékenység a táltos-viaskodás, ennek során bika, csödör, esetleg tüzes kerék képében meg kellett vívnia a szomszédos területek táltosaival.

A népi hiedelmekben előfordulnak olyan átmeneti lények, amelyek a természetfeletti és emberi világ között helyezkednek el, ide is, oda is tartoznak. Ennek az egyik legismertebb példája az emberfarkas. A farkassá változás az európai kultúrában igen régi írásos emlékekre vezethető vissza. A farkasember hiedelmei egész Európában és Észak-Ázsia nagy részén elterjedtek. A középkorban a hiedelmek nagy része áttevődött a kutyára is. A magyar néphit úgy tartja, hogy bizonyos pásztorok képesek a saját elhatározásukból farkassá változni. Az átváltozás időpontjai, időszakai többnyire a holdciklusokkal függnek össze. Az emberfarkasok

a téli napforduló idején, húsvétkor vagy újhold idején változnak farkassá. Ezzel kapcsolatos az „égitestfaló” természete, amit sok helyen említenek, ez arra vonatkozik, hogy egyes helyeken úgy tartották, hogy a nap és a hold fogyatkozását az emberfarkas okozza.

Az állatőstől való származást (totemizmus) a világ minden mitológiája tartalmazza. A mítoszok és a hiedelmek valójában arról tanúskodnak, hogy az ember és az állat között van valami lényegi azonosság. Az emberben is benne él az állat, intenzíven foglalkoztatják a képzeletünket. Mi sem bizonyítja jobban ezt, mint az, hogy a képekben gondolkodó gyerekek körében mennyire népszerűek az állatokról szóló mesék, történetek.

Rácz Norbert Zsolt

KEZÜNK MUNKÁJA

„Kezeink munkáját tedd maradandóvá, kezeink munkáját tedd maradandóvá.”

(Zsolt 90,17b)

A 90. zsoltár kétségtelenül a világirodalom egyik legösszetettebb, legmélyebb alkotása. Ezekből kifolyólag persze egyik legszebb alkotása is. Lényegében egy imáról van szó, de a fohász perspektívája teljesen fordított. Az imádkozó alany nem önmaga szemszögéből szólítja meg Istent, hanem (mármint amennyire ez emberileg lehetséges) felemelkedik a teljesség perspektívájára, s erről a magaslatról szemlélve írja le a földi életet. Szépen ívelő történetről van szó. Első mondata úgy lendül, mint a földfelszín elhagyó repülőgép: „Te benned bízunk eleitől fogva...”, majd fent, az isteni perspektívából írja le a térképszerűnek tűnő emberi életet. A nagyívú utazás a mennyei világ évezredekben mért idősíkjából szemléli az emberi élet néhány évtizedes parányiságát, majd – a téridő utazás végén – lassan visszahoz a földre, a kétszer megismételt kérdés révén: „Kezeink munkáját tedd maradandóvá...”

Úgy vagyok ezzel a zsoltárral és főleg annak utolsó sorával, hogy időről időre visszatérek hozzá. Írtam már ennek alapján alkalmi és vasárnapi prédikációt, keresztselési, esketési és temetési beszédet is, de valahogy mindig akad még bölcsességvíz ennek a meghatóan egyszerű mondatnak a kútjában.

Amit eleve kizárhatunk, hogy itt a név fennmaradásáról, a hírnévről lenne szó. Teljesen valószínűtlen, hogy egy ilyen léptékű, szerkesztésű és mondanivalójú művet pusztán azzal „vágott volna szájon” a szerzője, hogy na, legalább a hírnevünk maradna meg. A zsoltár monumentalitásához, hömpölygéséhez úgy illene egy ilyen zárszó, mint sasnak a verébvadászat. Amúgy, ha csak ennyi lenne, akkor az egész zsoltár egy nagy-

képű, elitista szóhalmaz lenne, mely szerint az emberi élet egyetlen célja az, hogy az egyén neve, híre minél hosszabb ideig fennmaradjon. De tévúton jár, aki ilyen zsinórral méri az emberi létet, hiszen a pusztá hírnév fennmaradása önző és pitiáner elvárás az ember részéről. A túlfűtött ego megnyilvánulása, amely nem éri be a kortársak elismerésével, az élet megélésével, hanem még azt is akarná a maga számára, hogy maga az idő is csodálva hajoljon meg előtte, s konzerválja alakját, arcát, tetteit a mindenkoriság számára. Ha ez így igaz lenne, az emberiség majd' száz százalékának a léte hiábavalóság lenne. Előzménye, színtere és csodáló közönsége a „nagyoknak”. De a zsoltár nem így beszél!

Fontos megfigyelni, hogy a teljes szöveg többes számban fogalmazódik meg. Egy egyetemes „mi”-ről van szó, rólunk, mindenkiről – ez a mi közös, nagy imádságunk, a híreseké, de azoké is, akinek nevét fejfájukról lesúrolja az idő.

A „kezeink munkája” valami másra utal. Valami visszatérő, mindenki számára adott dologról, amit Isten „maradandóvá” tehet. Talán helyesebb lenne, ha ezt az egyetemesen megfogalmazódó cselekvést onnan közelítenénk meg, hogy egyetlen emberi élet sem hiábavaló. Hogy mindenki potenciálisan hordoz magában egy olyan tanulságot – egy művet – aminek kifaragása, megfestése egy életen át tartó feladat, és ami nem függ a művészi tehetségtől, tudósi vénától vagy valamilyen más adottságtól. Nevezzük ezt a valamit tudatosságnak, annak, ahogy minden pillanatban a létezés teljességét éli meg az ember. Jelenlétnek a mindig adott helyzetben, lassan kiforró bölcsességnak, ami megnyilvánul tettekben, viszonyulásban, szavakban, ami hat másokra, s amelynek érése egyre tisztábban rajzolja ki az egyén szellemi életének arcélét. Ennek az érési folyamatnak végeredménye mindig a kiegyensúlyozott nyugalom, a harmónia a nagymindenséggel, ami nem az idegesség hiányát, hanem az otthonosságot jelenti a világban. Részévé válni nem a természetnek, nem a tudománynak, nem a társadalomnak, hanem a mindezekben és ezeken túl is jelenlevő világnak. Ritkán szólni, de mindig igazat. Lassan cselekedni, de mindig biztosan, figyelni a másikra, de nem azért, mert bármit is akarnánk tőle, hanem azért, mert a másikkal való kapcsolatban válik valóságossá az emberi lét. Derűssé válni, mint egy vasárnapi délután, amikor ritkán harsány, de mindig jóízű a nevetés.

Azt hiszem, ez a mi kezeink munkája, ezt megvalósítani, s majdnem biztos vagyok abban is, hogy az ilyen viszonyulás beleivódik az élet szö-

vetébe. Nem a név halhatatlansága hozza el az élet beteljesedését, hanem a tett tisztasága. A nevünket szinte biztosan elfelejtik, de tetteink hullámzása visszhangként akkor is benne marad az életben, amikor mi már nem vagyunk. Ilyen értelemben minden tett, ami a derűs tudatosságot felszínre hozza, egyben e zsoltár mondanivalója is. Így hát mi más mondhatnék, mint azt, hogy Atyánk, „kezeink munkáját tedd maradandóvá!” Ámen!



Andorkó Orsolya M.

SZÉKREKEDÉS VAGY MÉGSEM?

A bélműködés megváltozása igen gyakori jelenség, mondhatni szorosan összefügg a táplálkozásunkkal, az aktivitásunkkal és gyógyszerek használatával. Gyakori, hogy hosszú utazás, kórházi befekvés és minden más helyváltoztatás után átmenetileg székrekedés jelentkezik. Ez általában spontán, néhány nap alatt rendeződik.

Orvosi értelemben normálisnak számít a napi három, illetve heti három alkalommal történő székletürítés is. Tehát ha csak minden másnap van, az is normális, vagy hetente kétszer, az is, csak rendszeres legyen.

A zavart székletürítés, hasmenés és székrekedés váltakozása, haspuffadás az irritábilis bélszindróma vezető tünete. Ezt a betegséget sokáig pszichés eredetűnek tartották, de újabb kutatások szerint a bélflóra megváltozása okozza, amire rásegít a stressz, a nem megfelelő táplálkozás, a tápcsatorna fertőző betegségei, illetve bizonyos neurohormonális mechanizmusok. Jellemző módon a nagyon zavaró és fájdalmas tünetek mellett szinte sosem találunk kóros laboreredményeket, nincs a székletben vér, nincs testsúlycsökkenés. Az irritábilis bélszindróma nagyrészt fiatal nők betegsége.

Abban az esetben, ha a már említett bélpanaszok 50 éves kor után jelentkeznek, szinte biztosan szervi okokra vezethetők vissza. Ezért kell a vastagbéltükrözést (*colonoscopia*) elvégezni életkortól függetlenül bármilyen megmagyarázatlan eredetű haspuffadás, székrekedés, hasmenés, illetve e két tünet váltakozása esetén.

Az idős embereknél nagyon gyakori a székrekedés, ami egyrészt a kevesebb táplálék- és folyadékfogyasztás miatt alakul ki, de ágyban fekvőknél – a fizikai aktivitás teljes hiánya miatt – kimondottan jellemző. Bár csábító lehet hashajtók után nyúlni, de a helyzet rosszabbodhat: egy idő után hozzászokik beteg a hashajtóhoz, de az is előfordulhat, hogy igen erős hasi görcsöket okoz, ami végül orvoshoz viszi a beteget.

A vastagbélrák nagyon sokáig tünetmentes, a makacs székrekedés és fogyás azonban gyanúra adhat okot. Sokan még ezek ellenére sem fordulnak orvoshoz. A véres széklet azonban mindenképpen vizsgálatokat igényel.

Viszonylag gyakoriak a vastagbélpolipok, amelyek többé-kevésbé véreznek, így szerre vashiányos vérszegénység alakul ki. A polipokat általában a colonoscopia során vagy műtéti úton eltávolítják, mert idővel elrákosodhatnak.

Ha zavarttá válik a bélműködésünk, és emellett az alábbiakat észleljük, föltétlenül beszéljünk háziorvosunkkal, hogy előjegyezzen egy vastagbéltükrözésre:

- fogyunk
- vérszegények vagyunk
- hirtelen hányunk és nem tudjuk, mitől
- székrekedés váltakozása hasmenéssel
- vér van a székletben
- gyakori hasi görcseink vannak, amelyek nem szűnnek meg a bélgázok vagy széklet távozásával.

KELEMEN IMRE

1903-ban született Homoródkarácsonyfalván. Székelykeresztúron érettségizett. Lelkészi pályáját Homoródszentpálon kezdte. Az 1956-os események után letartóztatták és 15 év kényszermunkára ítélték, 1964-ben szabadult. 1991. november 16-án hunyt el, abban a faluban pihen, ahol negyed évszázadon át szolgált.

Itt végezte a teológiát a lelkész, és itt ítélték el a katonai törvényszéken	Kiló	Krétaifocicsapat	A pszihével kapcsolatos	Itt volt negyedszázadig lelkész	Kis bűnöző	Kigyóhang	Ritka férfinév	Magyar énekes	A sugár jele		Itt volt segéd-lelkész
										Spanyol autójel	
										Vízben tisztító	
	Hever								Mister		
	Itt volt lelkész nyugdíjig								A lejt váltja		
Francia város						Csomagoló-eszköz					
						Budapesti szálloda					
Urán vegyjele		Bódult Szikora Robi zenekara					... Sylvia, énekesnő Ezek a számok betűk!				
Nyomtató, angol eredetű szóval								Bibliai bárkás			
								Kocsonyás anyag			
Lángol			Magyar város lakója							Belga autójel	
			Szintén ne							A hegy leve	
Sürgető szó				Togó fővárosa					Sport-egyesület		
				Liter					Szemfény-vesztő		
Ipszilon		Alap-elgondolás				Készít					
						Hargita megyei tőzegláp					
				Amely tárgy				Hátulról támad			
				Megfelelő			Névmás	Tőszám-név		Dehogya!	
				Káplárból lett német kancellár			Szilágy megyei falu			Teller magyar tudós	
				A föld irányába							
				Oroz				Tokió régi neve			
							Egye!				
				Ez is volt Kelemen Imre							

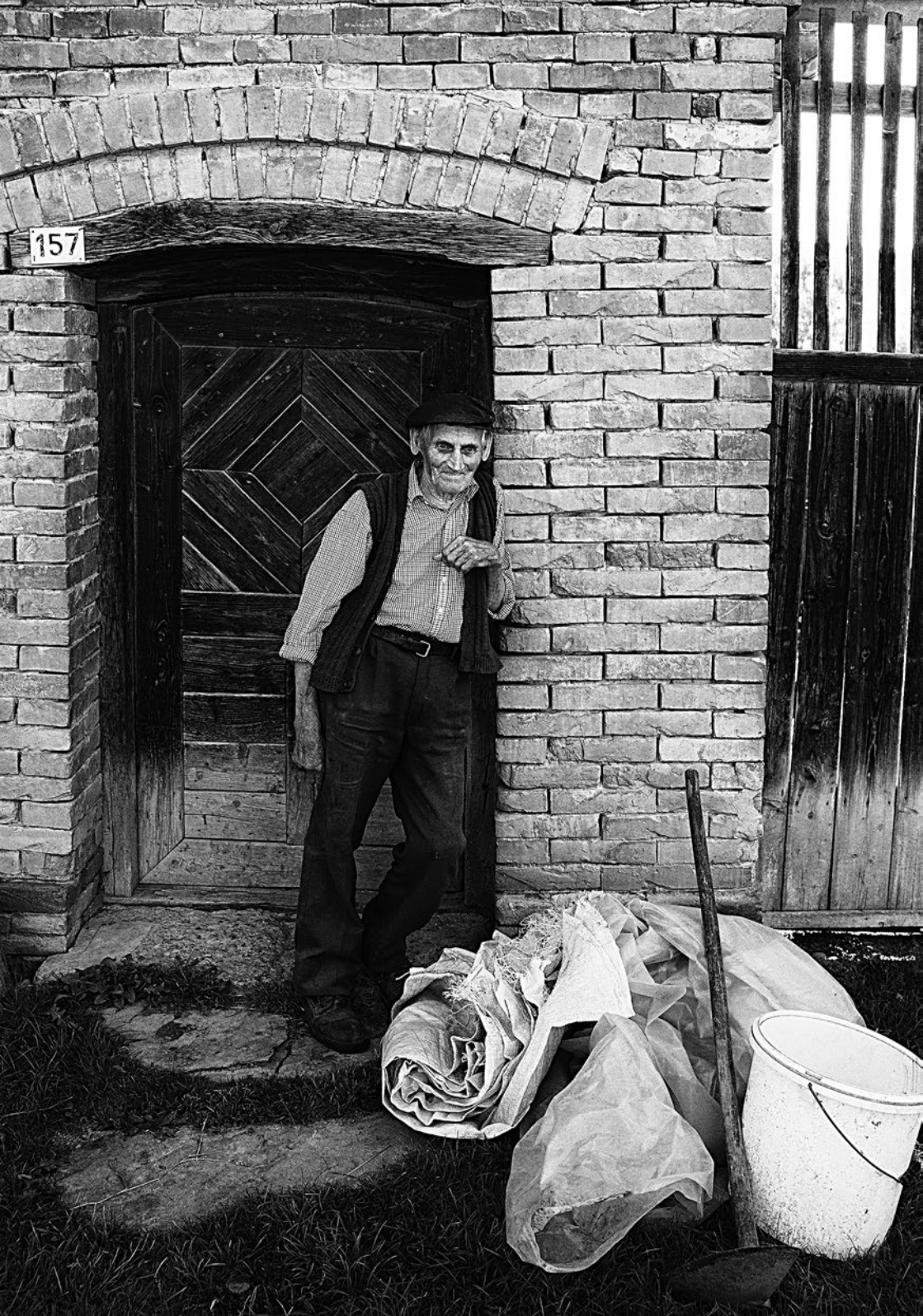
Csokonai Vitéz Mihály

AZ ŐSZ

(részlet)

Itt van már november didergő hónapja,
Hideg szele a fák ágait megcsapja,
Meghalva elhullnak a sárga levelek.
Játszadoznak vélek a kegyetlen szelek.
Az ajtónál álló télnek hideg zúzza
A zöld ligeteket s mezőket megnyúzza.
Hideg esső csorog, csepeg egész éjjel,
Fázékony Auster havat is hány széjjel.
A borongós égnek sűrű felhőzése
Házba zárt szívünknek kedvetlenedése.
Jer, barátom! minden únalmat üzzünk el
Az új boronn vidám beszélgetésünkkel.

(1789)



Pál János**ELVTELEN KISZOLGÁLÓ VAGY JÓZAN REÁLPOLITIKUS?
KISS ELEK PÜSPÖK EGYHÁZKORMÁNYZÁSA
A KOMMUNISTA RENDSZER IDEJÉBEN (1946–1971)**

A székelykeresztúri zsinati főtanács által 1946. szeptember 15-én megválasztott idén ötven éve, 1971. december 7-én elhunyt Kiss Elek püspök egyházi munkásságát a *Keresztény Magvető* folyóirat 77. évfolyamának 4. száma a következőképpen méltatta: lelkési szolgálatát a kissolymosi egyházközségben kezdte meg 1915. augusztus 22-én. Hat évig szolgált a gyülekezetben, ahol a „gondjaira bízott híveknek hűséges, áldozatkész pásztorja és sorsának megosztója volt az első világháború nehéz éve alatt”.¹ 1921. szeptember 1-jétől az egyházi főtanács a Teológiai Akadémia ösztövségi tanszékére nevezte ki, ahol huszonöt évig tevékenykedett. Teológiai tanárként a lelkészképzés és az intézet lelkes munkása volt, akinek „prófétai tűz égett lelkében, tüzet is tudott gyújtani hallgatói szívében”.² Hivatali teendői és széleskörű egyháziroddalmi munkássága mellett fontos egyházi tisztségeket töltött be: kissolymosi lelkészként a székelykeresztúri egyházkör jegyzője, a Teológiai Akadémia dékánja, az Unitárius Lelkészkör alelnöke, az Unitárius Irodalmi Társaság választmányának tagja, több éven át titkára, a Dávid Ferenc Egylet választmányának tagja és ügyvezető alelnöke, az Egyházi Főtanács és Egyházi Képviselő Tanács tagja, missziói és nevelésügyi bizottsági tag és előadó, az *Unitárius Egyház* című lap társ-, majd felelős szer-

1 *Keresztény Magvető*, 1. sz. (1971): 149. o.

2 Uo. 150.

kesztője, az *Unitárius Közlöny* és *Keresztény Magvető* folyóiratok társszerkesztője, az *Unitárius Evangélium* lap szerkesztője.³ Az egyházi irodalmat számos nagy értékű teológiai és pedagógiai munkával gyarapította, irányítója és fáradhatatlan munkása volt az unitárius teológia és egyház megújhódására irányuló mozgalomnak.

Közéleti tevékenységében „teljes meggyőződéssel állott a haladás és a népi demokratikus rendszer mellé”, és részt vett az ország új életének alakításában. Az egyetemes értékek szem előtt tartásával arra törekedett, hogy az emberiséget, az országot és a rajongásig szeretett egyházát szolgálja. Tagja volt a Békevédelmi Bizottság Országos Tanácsának és a román–Szovjet Baráti Társaság országos vezetőségének. Teológiai munkásságának elismerésül az Egyetemi Fokú Protestáns Teológiai Intézet, valamint a chicagói Meadville Lombard Theological School tiszteletbeli doktori címmel tüntette ki. Közéleti munkásságért az államtanács elnöksége a Haza felszabadulásának XX. évfordulója, a Haza felszabadulásának XXV. évfordulója éremmel, valamint a Köztársaság csillagrend második osztályú érdemrendjével tüntette ki.⁴

Olvasva a nekrológot szembetűnő, hogy a gazdag és szerteágazó egyházi munkásság mellett Kiss Elek püspök életrajzában olyan zavart keltő, ellentmondást tartalmazó mondatok is bekerültek, mint hogy részt vett az ország „új életének alakításában”, „teljes meggyőződéssel állott a haladás és a népi demokratikus rendszer mellé”, több alkalommal kitüntetésben részesült a hatalom részéről. A szocialista zsargon szellemében írott szókapcsolatok ugyanis a mai olvasatban a következőket jelentik: az unitáriusok püspöke meggyőződéssel és cselekvően is támogatta azt az államszocialista hatalmat, amelyik az alapvető emberi jogokat súlyosan megsértő totalitárius rendszert épített ki Romániában.

Kiss Elek és az általa irányított egyházvezetés hatalomhoz való viszonyulása nemcsak az érdeklődő utókor, hanem már a kortársak számára is vita tárgyát képezte. 1953 nyarán Lőrinczi László ürmösi és Májai Endre brassói lelkész között hosszabb, az unitárius egyház és állam viszonyát taglaló eszmecsere került sor, amelyet utóbbi a Securitate informátoraként jelentett az állambiztonság szerveinek. A két lelkész kö-

3 Uo.

4 Uo. 150–151.

zött elhangzó beszélgetés hiteles kordokumentuma annak az egyházi közvéleményt megosztó véleménykülönbségnek és belső feszültségnek, ami az egyházvezetés, illetve a püspök hatalommal szembeni magatartásából fakadt, és ami kimondatlanul ott húzódik a fentiekben részlete-sen bemutatott nekrológban is.

Az 1953. július 8-án készült tájékoztató jegyzék szerint az egyház és hatalom viszonyának kérdése a Bob Gabriel fedőnevű lelkész azon provokatív felvetésére került szóba, miszerint nem igaz Lőrinczi Lászlónak az egyház elvi egységére vonatkozó állítása, mert a hívek nem tudják, hogy melyik oldalra álljanak, miután az egyházkormányzat behódolt az államvezetésnek. Válaszában Lőrinczi szűklátókörűeknek és primitívek-nek nevezte azokat, akik ezt az álláspontot képviselik, majd Márton Áron magatartásának az elemzésébe kezdett, miután Bob Gabriel a római katolikus püspök rendszerrel szembeni hajlíthatatlanságát hozta fel pozitív ellenpéldának. Szerinte Márton Áron ellenállása nem vezetett eredményre, mert bebörtönözése miatt nem csak ő, hanem az egyháza is szenved, amelyet teljesen megbénítottak és megnyomorítottak. Nem szabad rövidlátónak és felszínesnek lenniük helyzetük megítélésében, bízniuk kell az általuk vezető pozíciókba választott személyek bölcsességében, akik erkölcsi feddhetetlenségüket már bebizonyították a múlt-ban. Óriási szerencséjük van például az államvezetéssel kapcsolatot fenntartó Bende Bélával, aki érett, kiegyensúlyozott ember, és alkalmas megfelelően felmérni a helyzetet, ugyanakkor az egyház döntéshozó intézményeiben sem lehet találni olyan tisztviselőt, akiben nem lehetne megbízni. Kiss Eleket nem lehet elítélni, nála bölcsőbbet, alkalmasabb személyt nem nagyon lehetett volna találni a püspöki tisztségre. Az egyházat lényegében ugyanazok a személyek kormányozzák, akik korábban, ezt elérni óriási taktikai bravúr volt, és a legnagyobb hiba lenne őket lecserélni vagy velük szemben bizalmatlannak lenni. Meg kell érteniük az idők jeleit, és alkalmazkodni kell azokhoz, mert a papság nagy veszélyben van. Nagyon kíváncsi volna a véleményére – mondta Lőrinczi Bobnak –, hogy vajon kik tudnák, és hogyan átvezetni helyettük az egyházat ezen a nehéz időszakon. Nagy elismeréssel van az egyházvezetés iránt, és szomorúan látja, hogy milyen tévesen ítéli meg a helyzetüket. Nagyon könnyű olyan embereknek tartani őket, akik azonnal behódolnak a kormánynak, de higgye el [ti. Bob], hogy éppen a püspöknek a legnehezebb ezt a szerepet eljátszani. Feltétlenül engedelmeskedniük

kell az egyházvezetésnek, mert bár vannak egyéni hibáik, de ennél szerencsésebb összetételű vezetőségük nem is lehetne. Nehéz történelmi időket élnek mindannyian, amelyben élet-halál harc folyik. Álljon az arcvonalba – biztatta Lőrinczi Bobot –, és akkor teljesen más lesz a véleménye az egyházat vezető személyekről.⁵

A hosszúra nyújtott bevezető után lássuk, hogy melyik nézőpont állt közelebb az igazsághoz: a hatalmat elvtelenül kiszolgáló vagy pedig a korabeli politikai viszonyokat helyesen felmérő és egyházkormányzását ezekhez az adottságokhoz igazító egyházfő volt-e Kiss Elek.

Mielőtt eme kérdéssor megválaszolásába vágnánk, szükséges pár mondatban ismertetnünk azt a politikai és közjogi rendszert, ami Kiss Elek püspökségének idejét meghatározta. A második világháború végét közvetlenül követő időszak a kelet-közép-európai államokban a szovjet típusú kommunista rendszer kiépítésének a szakasza volt (1944–1948). A gyakorlatban ez azt jelentette, hogy a Szovjetunió segédletével a hatalmat magukhoz ragadó kommunista vezetők ezekben az országokban az addig fennálló politikai, társadalmi, gazdasági és kulturális rendszer átalakításába kezdtek. A kommunista ideológia által eszmeileg, politikailag és gazdaságilag monolitikusnak/megbonthatatlanul egységesnek megálmodott új világot a nyers erőszak és a megfélemlítés alkalmazásával valósították meg. Sikerüket a szovjet katonai jelenlét szavatolta, miután a világháborúban győztes nagyhatalmak között a jaltai konferencia (1945. február 4–11.) keretében létrejövő megállapodás szerint Európának ez a térsége Moszkva érdekövezetébe került. 1946-ban tehát Kiss Elek egy olyan időszakban vette át a püspöki teendőket, amikor Romániában már a konszolidáció szakaszában tartott a politikai, szellemi, gazdasági, társadalmi pluralizmust nem ismerő, a kommunista eszmeiségtől eltérő nézeteket minden eszközzel üldöző, illetve eltaposó államszocializmus, amely ráadásul nemcsak hogy ateista volt, hanem a társadalmat dialektikusan kizsákmányoltra és kizsákmányolóra osztó társadalomszemléletében az egyházat az ellenséges társadalmi csoportba, a kizsákmányolókéba sorolta.

Mivel az egyház az ellenségnek kikiáltott pólushoz tartozott, ezért a kommunista pártállam számára két lehetőség állt fenn eme problémá-

nak a megoldására: a teljes megsemmisítés vagy pedig a hatalmi rendszerébe való beépítés az egyház teljes körű alávetése és ellenőrzése által. Romániában az egyházakkal szemben ez utóbbi módszert alkalmazták, így az unitárius egyházra is állandó nyomást gyakorolt a kommunista pártvezetés, hogy a hatalmat társadalomépítő munkájában szolgámódon kiszolgáló intézménnyé váljon.⁶

A román állambiztonság (Securitate) ügynökei által Kiss Elekről gyűjtött adatok szerint ebben a szorongatott és az erőviszonyok tekintetében merőben aránytalan helyzetben a püspök egyházvezetési stratégiáját – a nyílt szembeállítás helyett – a hatalommal való békés meg egyezésre alapozta, ahol azonban alkalmasnak látta a kritika és az ellenszegülés eszközeit, ott a hatalommal folytatott alkudozások során igyekezett is érvényesíteni azokat a rendkívül korlátozott lehetőségeinek függvényében. Ez utóbbira példa a kommunista rendszerrel együttműködő és annak támogatását élvező Izsák Vilmos vallásnár esete: a püspöknek sikerült megakadályoznia azt, hogy kolozsvári lelkész vagy tanár legyen a Protestáns Teológiai Intézetben. A közvetlen ellenállás kategóriájába sorolható a politikailag elítélt unitárius lelkészek, teológiai tanárok és hallgatók, illetve azok családtagjainak a segélyezése is, amit a hatalom egyáltalán nem nézett jó szemmel.

Ahhoz, hogy tárgyalásokra épített érdekvédő taktikája eredményes lehessen, a püspök jó kapcsolatok kiépítésére törekedett az egyház életét meghatározó pártállami intézményekkel (pl. Egyházügyi Hivatal) és vezetőkkel (Petru Groza miniszterelnök, Dumitru Dogaru, az Egyházügyi Hivatal főtitkára). Ennek a bizalomnak a megszerzéséhez két módszert alkalmazott: rendkívül óvatos, az állam által előírt szabályok szerint folytatta egyházfői működését, és ezt a magatartás az egyház tisztviselőitől is elvárta, másfelől pedig látványos hűséggesztusokat és kijelentéseket tett, amelyek sokakban – mint a bevezető sorokból is láhattuk – visszatetszést szült, és azt a téves képzetet alakította ki, hogy a püspök, mellőzve az egyháza érdekeit, teljesen elvtelenül szolgálta ki az államot.

6 Romániában a Nagy Nemzetgyűlés Elnöksége az 1948. december 1-jén kibocsátott 358/1948-as rendelettel egyetlen egyházat – a görögkatolikust – számolt fel, melyet beolvastott a Román Ortodox Egyházba.

Adódik a kérdés, hogy hatékonyak bizonyult-e a mindenféle felesleges provokációtól óvakodó, folyamatos tárgyalásokra/alkudozásokra és mérsékelt kritikára hangolt pragmatikus kormányzási taktika; ha nem is maradéktalanul, de sikerült-e érvényesíteni az egyház érdekeit? Ezzel kapcsolatosan idézzünk néhány, a püspök megfigyelési dossziéjában található dokumentumot. Radu Ioan ügynök 1968. november 15-én kelt tájékoztató jegyzékében például a következőket olvashatjuk: „De – folytatta Argay [Aladár evangélikus püspök] –, amikor Kiss püspök megy Dogaruhoz, minden kérését teljesítik, ha törvényesek, ha nevetségesek, ha törvényellenesek. Kiss püspök azzal dicsekedett Argay előtt, hogy a meghallgatása idején dr. Bodnăraş felhívta Dogarut, és Dogarun keresztül üdvözölte Kiss püspököt, elintézte Erdő János kinevezésének engedélyezését a teológiai tanári állásra, habár politikai okok miatt ítélték el.”⁷ A püspök eredményes lobbystevegyességét Onac Ioan tartótisztnek az Alexa fedőnéven informáló központi tisztviselő jelentéséhez fűzött megjegyzése is alátámasztja. Kiss Elek – írta Alexa – megpróbálja visszahozni a teológiára Lőrinczi Mihály és Erdő János elítélt tanárokat, és ebben a műveletében az Egyházügyi Hivatal felelős tisztviselői bátorítják és támogatják.⁸ A Vallásügyi Hivatal központi tisztviselőivel kiépített, jól működő kapcsolatrendszerre utal az az Adam ügynöktől származó, 1970. november 25-én kelt tájékoztató jegyzék, amely szerint a püspök már-már kérkedő hangnemben figyelmeztette a Brassai Sámuel Líceum igazgatóját és aligazgatóját arra, hogy olyan összeköttetésekkel rendelkezik a döntéshozás felsőbb szintjein, ami miatt nem ildomos vele ujjat húzni: „[...] csak napok kellenek ahhoz – mondta a püspök –, hogy megoldjam a minket érdeklő kérdéseket. Csak egyszer emeltem fel a szavam, hogy ne legyen buszmegálló a templomunk előtt, és a kérdés azonnal megoldódott. A termék problémáját/kérdését egyetértéssel kell megoldani, mert másképpen vannak más megoldások is, és végső soron úgyis mi fogunk győzni.”⁹ A tanárok úgy tartják – olvashatjuk a jegyzék-

7 ACNSAS. Fond informativ, I 235729. Vol. 3. 226. f.

8 ACNSAS. Fond informativ, I 235729. Vol. 3. 231. f.

9 Uo. 182. f.

ben –, hogy „nagyon szoros és baráti kapcsolatai vannak” az államvezetéssel, és így minden problémáját megoldják.¹⁰

Visszakanyarodva a Bob Gabriel és Lőrinczi László között elhangzó párbeszédre, utóbbinak kell igazat adnunk: unitárius egyházfőként Kiss Elek nem állt abban a helyzetben, hogy harcias álláspontra helyezkedjen az erőszakot kormányzási alapelvének tekintő totalitárius kommunista rendszerrel. Folyamatosan kényszerpályán mozgott, és az egyetlen lehetőség számára az volt, hogy a hatalommal olyan kapcsolatrendszert alakítson ki, ami biztosítja egyháza számára a működéshez szükséges feltételek. Az 1956-os magyarországi forradalmat követő letartóztatásoktól eltekintve – amikor tizenhét lelkészt, teológiai tanárt és hallgatót tartóztattak le – ezt a célkitűzést sikerült is megvalósítania.

¹⁰ Uo. 482. f.

Rácz Norbert Zsolt**TISZTASÁG**

Boldogok a tiszta szívűek, mert ők meglátják az Istent. (Mt 5,8)

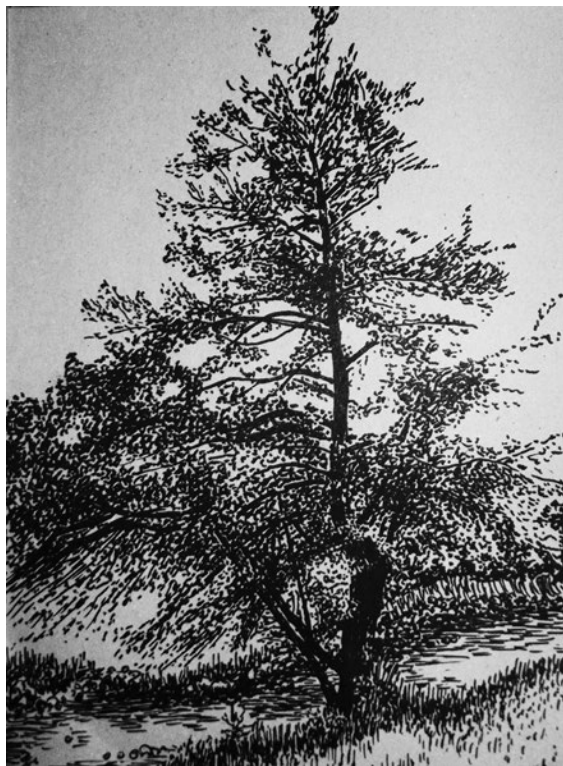
Napjaink egyik leggyakrabban elhangzó felhívása az, hogy mossuk meg a kezünket. Sőt, üzletekben, templomokban, vendéglők teraszán és minden más nyilvános helyen kézfertőtlenítő szerek vannak elhelyezve. Nincs semmi újdonság ebben, hiszen nyugati világunk immár évtizedek óta a testi higiéniát – igyekszem hozzátenni: nagyon helyesen – igen nagyra tartja. Bár országunk e tekintetben nem büszkélkedhet, de azért már magától értetődő az, hogy a lakásban kell legyen fürdőszoba. Im-már megszoktuk, természetessé vált a rendszeres tisztálkodás, ami egy-értelműen hozzájárul egészségünk megőrzéséhez. Az ápolatlan külső, a mosatlan, piszkos test és ruha kedvezőtlen bizonyítványt állít ki az adott személyről. Nyilván a gazdaság is követte a korszellemet, hiszen külön iparág ontja magából a különféle szappanokat, samponokat, balzsamokat, mosó-, mosogató- és fertőtlenítőszereket. Vendéglőkben elfogadhatatlan lenne a piszkos asztal vagy az alapvető higiéniái szabályoknak nem megfelelő konyha. Hányszor hallhatunk, olvashatunk arról, hogy a hatóságok bezáratták egyik vagy másik vendéglőt, mivel annak tisztsága elmaradt az elvárttól.

Bizony, mennyire más, amikor kilépünk civilizációnk földrajzi határai közül! Alapszabály az utazónak, hogy jobb nem látni, mi is történik a konyhában, inkább egye meg jóízűen a különleges falatokat, s ne fá-rassza magát azokkal a körülményekkel, amik „odabent” uralkodnak. Jobb nem tudni...

A tiszta és tisztátalan közötti merev különbségtétel viszont nem nyugati, huszadik századi vívmány. A Biblia meglepően sok része foglalkozik a tisztaság kérdésével, amit különféle szabályokkal próbál megóvni.

Izrael számára a tisztátalanság nemcsak higiéniai kérdés, hanem vallási, erkölcsi probléma. A Tóra megdöbbenő alapossággal írja körül azokat a helyzeteket, amelyek tisztátalanná teszik az embert. Szabályok vonatkoznak arra, hogy mit, milyen körülmények között szabad megenni, illetve hogyan lehet visszaállítani az akár véletlenül elvesztett tisztaságot. De ne gondoljuk azt, hogy ezek a szabályok csupán a lelki életre vonatkoznak! Ellenkezőleg! A Biblia írói számára test és lélek elválaszthatatlan egységet alkot. A testen megjelenő betegség, a bőr elváltozása a bűn jele ebben a gondolkodási keretben.

Jézus tanításának forradalmi újdonsága többek között abban is rejlik, hogy a Törvény előírásait „lazán kezeli” – mondanánk ma. Amikor tanítványai szombaton búzát rágcsálnak (egyértelmű tiltás vonatkozik erre, mert a kalász letépése munkának számít, ami tiltott szombaton), a



Mester nem feddi meg őket, hanem szembeszáll a megbotránkozó fari-zeusokkal. „Nem az teszi tisztátalanná az embert, ami bemegy a száján, hanem ami kijön a szájából, az teszi tisztátalanná az embert.” – mondja Máté evangéliumában. Az ő gondolkodásában az emberi lét középpontjának számító szív tisztasága az, ami igazán lényeges. Szerinte (is) a Tóra számunkra furcsa előírásai mind azt a célt szolgálják, hogy a központibb jellegű parancsokat kerítésként védjék. Az élet tisztaságának a megőrzése a fontos. Ebben segít a testi tisztaság, de e másodlagos kérdés nem kerülhet azonos szintre az elsővel, a lényegessel.

Manapság az evangéliumi tanításra alapozó keresztény kultúra eltörölte a különböző étkezési szabályokat, valamint a mindennapi életet megkötő, gyakran bizarr törvényeket. Mindazonáltal a jézusi tanítás sosem volt aktuálisabb. „Boldogok a tiszta szívűek, mert ők meglátják az Istent.” – mondja a Hegyi beszédben. Hihetetlen állítás... Ha az ember a szívének a tisztaságát megóvjá, magát az Istent láthatja. De mit is jelent mindez?

Számomra nincs jobb analógia erre, mint a gyermeki tisztaság újratululására vonatkozó felhívás. A gyermek nem címkéz, nem bélyegez meg első látásra, hanem nyitott kíváncsisággal fogadja a világ megannyi új megnyilvánulását. Ezzel szemben a felnőtt előítéletei mentén skatulyázza be az embereket és jelenségeket, általában bizalmatlansággal fordulva minden furcsa irányába. Nagy hiba ez...

De azt hiszem, van egy jó hírem is! Ahogy az ember testi tisztaságát visszaszerezheti mosakodással, úgy talán a szív tisztaságát is visszaszerezhetjük. Csak meg kell keressük azt a „szappant”, ami ezt lehetővé teszi. Talán a csend, a szemlélődés, a magunkkal szembeni őszinteség, az önvizsgálat az a zuhany, ami sok fáradtsággal, de valahogy mégis megtisztítja sokszor felismerhetetlenségig elkoszolódott szívünket. S aztán – talán – ha meg nem is látjuk, de jobban derengeni fog az Isten arca is a létködben... Ámen!



Andorkó Orsolya M.

VÉRES A VIZELET

A normális vizelet tiszta, szalmasárga színű, és soha nem tartalmaz vörösvértesteket. Orvosi értelemben akkor beszélünk *mikroszkópos hematuriáról*, amikor csak mikroszkóppal látható az a kevés vörösvértest a vizeletben, illetve a *makroszkópos hematuriáról*, amikor szemmel láthatóan véres a vizelet. Ilyenkor a vizelet színe halvány rózsaszínűtől téglavörösig változhat. Tudni kell azt is, hogy a természetesen vörös gyümölcsök, zöltségek vörösesre színezik a vizeletet (cékla, áfonya, rebarbara, szeder, berkenye). Egyes gyógyszerek is vörösesre „festik” a vizeletet, de erről a kezelőorvos vagy gyógyszerész legtöbbször felvilágosítja a beteget.

Nőknél nagyon fontos, hogy a vizeletvizsgálat a havi vérzés előtt vagy utána egy héttel történjen, ugyanis e két időpont között nagy valószínűséggel vér szivárog a vizeletbe.

A vér jelenléte a vizeletben kimutatható igen hosszú, nehéz fizikai munka után is, különösen a maratoni futóknál, de igazából nem tudjuk rá a magyarázatot.

Gyakori a felső légúti fertőzések társulása hematuriával, ez a Berger-kór. A fertőzés gyógyulásakor jellemzően kimarad a hematuria. Igen gyakori betegség, de szerencsére csak nagyon ritkán vezet végstádiumú vesebetegséghez, amikor a dialízis (művese-kezelés) létfontosságú.

A hematuria számos oka viszonylag könnyen kideríthető a rutin orvosi vizsgálatokkal, és jórészt ártalmatlan jelenség, aminek hátterében

gyakran vizeletfertőzés, vesekő, vesehomok, megnagyobbodott prosztata áll.

A véres vizelet jellemzője a sarlósejtes vérszegénységnek és egy sor autoimmun betegségnek, valamint a húgyúti daganatoknak, utóbbiainak már elég korai stádiumban.

Hasonlóképpen a jóindulatú prosztatamegnagyobbodásban (prostatadenoma), a prosztatákban is lehet véres a vizelet, amit mindenképpen urológus szakorvossal kell megvizsgáltatni. Amennyiben erős dohányosok vizelete lesz véres, felmerül a húgyhólyagrak gyanúja, tehát ne halogassuk a kivizsgálást. A dohányzás nemcsak a légúti és tápcsatornai, hanem a húgyutak rákos megbetegedésének is kedvez!

A vesetájék traumái, illetve erős hasi ütések, esések gyakran okozzák a vese sérülését, ami véres vizeletben nyilvánul meg. A fentiek ismeretében ne halogassuk az orvosi vizsgálatot, ha vért észlelünk a vizeletünkben.

KISS ELEK

1888-ban született, Kolozsváron érettségizett, majd görög–latin szakos bölcsezt és teológiai diplomát szerzett. Külföldi tanulmányok után kissolymosi lelkész, majd teológiai tanár volt. 1947-ben püspök lett haláláig, 1971. december 7-ig. Számos egyházi lap szerkesztője volt. Szorgalmazta a testvéregházak együttműködését.

	A püspök könyve	Énekes-madár-fajta	Ámit	Téli sport	Dunántúli focisapat	Íróeszköz	Szám is, betű is	Részvénytársaság	Taszit	Állás felszabadulása	Zorro jele
Amper											
Svéd autójel											
↗							Halotti lakoma				Itt is tanult a püspök
Hívó				11, németül			Adósságot lerővő	Oroszlánnév			
Van, németül				A Mars is ez				John ..., angol unitárius			
Ruhanyagot méretre vág					Oroz				A Styx szélei!		
					Irodai kapocs				Nátrium és kén		
Száját nyitogatja						Tolvaj (jiddis)					
						Színültig					
Úrmanó			Be nem ismerő								
			Csángó hangszer								
A püspök szülőfaluja											
Római egyes		Ezüst			Bibliai alak			Mosdó része!			
		Trója			A föld felé						
Rétes jelzője							Kis üveggyár				
Ház vége!											
↗				Spanyol autójel		Hungary					
				Francia pénz volt		Nehézség					
A fű színe					Bánat						
Chilei teniszező					Gát szélei!						
Vállát mozgatja											
↗ É											

