

„Pál, Isten akaratából Krisztus Jézus apostola a Krisztus Jézusban való élet ígérete szerint, Timóteusnak, szeretett fiának: Kegyelem, irgalom, békesség Istentől, a mi Atyánktól és Krisztus Jézustól, a mi Urunktól. Hálát adok Istennek, akinek őseimhez hasonlóan tiszta lelkiismerettel szolgállok, amikor szüntelenül, éjjel és nappal megemlékezem rólad könyörgéseimben, és könnyeidre emlékezve látni kívánlak, hogy öröm töltsön el. Eszembe jutott ugyanis a benned élő képmutatás nélküli hit, amely először nagyanyádban, Lóiszbán és anyádban, Eunikében lakott, de meg vagyok győződve arról, hogy benned is megvan. Ezért emlékeztetlek téged, hogy éleszd fel magadban Isten kegyelmi ajándékának tüztét, amely kézrátételem által van benned. **Mert nem a félelem lelkét adta nekünk Isten, hanem az erő, a szeretet és a józanság lelkét. Ne szégyelld hát a mi Urunkról szóló bizonyágtételt, se engem, az ő foglyát, hanem szenvedj velem együtt az evangéliumért, Isten ereje által.** Mert ő szabadított meg minket, és ő hívott el szent hívással, nem a mi cselekedeteink alapján, hanem saját végzése és kegyelme szerint, amelyet még az idők kezdete előtt Krisztus Jézusban adott nekünk.”

II. Timóteus 1, 1-9

Kedves Testvérem!

Körülbelül másfél-két héttel ezelőtt vettem észre, hogy beteg vagyok. Elkaptam a vírust, ami most nagyon sok magyar embert megfertőzött, sőt a világon több millió embert megfertőzött. A következő tüneteket éreztem magamon, amiből tudtam, hogy elkaptam a betegséget: összeszorult a gyomrom, szinte gombócba ugrott össze. Alig tudtam enni ettől a gombóctól. A második tünet az volt, hogy a hírekben a legrosszabb információkra fókuszáltam és a legrosszabbat vizionáltam. A harmadik tünet pedig az volt, hogy nagyon feszült és ideges lettem. Ez kihatott mind a családi kapcsolataimra mind a lelkeszi szolgálatomra.

Mindenkit megnyugtatók, nem a koronavírust kaptam el. De mégsem tudok megnyugtatóni senkit, mert ez a vírus sokkal veszélyesebb a koronavírussal. Ez a félelem vírusa. Ezzel szemben még inkább védtelenebbek vagyunk. A bezárt iskolák, óvodák, a megszűnő munkahelyek, a pár napja bevezetett kijárási korlátozás, a határok lezárása, a rémisztő statisztikák: hány diagnosztizált fertőzött van, hányan haltak meg, ez mind a félelem vírusának terjedését szolgálja. Egyre inkább erősödik bennünk a belső bizonytalanság, a szorongás, ami növeli a fezsültséget, a haragot, az indulatokat.

Nagy öröm számomra, hogy sikerült megtalálnom a gyógymódot. Megvan a védőoltás ez ellen a betegség ellen. Kb. egy héttel ezelőtt egy bibliai íge jutott az eszembe, ami napról napra, újra és újra visszatért, nem hagyott nyugodni: **„Mert nem a félelem lelkét adta nekünk Isten, hanem az erő, a szeretet és a józanság lelkét.”**

Félelem lelke. Azt gondolom, ebben a helyzetben ez nagyon is ismerős a számunkra. Az eredeti szövegben egy különös kifejezést találunk a félelemre: bizonytalanság, bátortalanság, gyávaság, rémület, csüggedés. Az a fajta lelkiállapot, ami megbénítja a cselekvőképességet, ami kételyt ébreszt, aminek hatására lefagyok. Timóteusnak nem véletlenül erről írt Pál apostol. Fiatal emberként lett Timóteus megbízva az efézusi gyülekezet vezetésével. Sok nehézséggel, kihívással küszködött a gyülekezetben. Fiatal kora miatt volt, aki nem fogadta el vezetőnek. Lenézte. A tévtanítókkal sok harca és küzdelme volt. És ott voltak még az üldözések is. Nagyon nehéz, sőt kilátástalannak tűnő helyzetben volt Timóteus. Jól ismerte a félelem lelkét, tudta, mit jelent a belső bizonytalanság, mit jelentenek a kételyek.

Mi is tudjuk, mit jelent a belső bizonytalanság, a félelem az ismeretlentől. Nem tudjuk, megfertőződünk-e. Nem tudjuk, hogy megmarad-e a munkánk. Lesz-e pénzünk áprilisban, májusban? Mi lesz a nyárral? Mi lesz a családommal, a szeretteimmel? Tehetetlennek és eszköztelennek érezzük magunkat ebben a helyzetben.

Ahogy Timóteust bátorította Pál apostol, úgy most minket is bátorít Isten az Ő Igéjén keresztül: nem a félelem lelkét kaptátok tőlem. Ennek két bátorító üzenete van számunkra: Az első,

hogy a félelem nem Istentől van. Ő soha nem adna félelemet az embernek, nem kínozná ezzel. A második, hogy Isten, aki a világmindenség Ura és Teremtője, nagyobb a legnagyobb félelmünkénél is. Hatalmasabb a koronavírusról is, sőt a legveszélyesebb vírusról is. És adja az Ő Szentlelkét nekünk, hogy ezzel győzzük le a félelmet. Az erő a szeretet és a józanság lelkét adja a félelem ellen, mint biztos gyógymódot. Olyan védőoltást, ami elpusztítja a félelmet.

Az erő lelkét. Az erő itt dinamikusságot jelent. Tettre készséget, cselekvőképességet. A félelem megbénít, megbilincseli a gondolatainkat, jeges kézzel markolja a szívünket és megkötözi a kezünket. Isten ereje pedig leveri ezeket a bilincseket és kötelékeket. Cselekvőképességgel, készségekkel ruház fel. Megmutatja, hogy jelen helyzetben, saját korlátaid között, mit tudsz tenni. Most arra nézel, hogy mit nem tudsz megtenni, mit nem lehet csinálni ebben az állapotban. Isten pedig arra irányítja a figyelmedet, amit meg tudsz tenni, ami lehetőséged van ebben a helyzetben. Új lehetőségeket mutat neked, amikre eddig nem is gondoltál.

Szeretet lelke: az apostol az agapéről beszél. Ez kifejezetten Isten szeretete. Az a szeretet, amivel az embert szereti. Az áldozatos szeretet, mely elküldte Jézus Krisztust, hogy megváltson bennünket az örök kárhozattól. Ezt az áldozatos szeretetet kapjuk meg a Szentlélektől. A másokért cselekvő szeretetet kapjuk meg. A félelem és a pánik önzővé tesz minket. Beszűkülünk és csak magunkra tudunk gondolni. Isten szeretete pedig megnyit minket a másik ember felé. Érzékennyé tesz a másik emberre.

A két héttel ezelőtti pánikvásárlás jól mutatja, hogy milyen önző és esztelen az ember, ha a félelem lesz úrrá rajta. Nem tudom, hogy vagytok vele, de én nem tudnék most mit kezdeni tíz kiló liszttel, tíz liter olajjal és vagy negyven guriga WC papírral. De amikor a roham elindult, engem is megkísértett: valami bennem is megmozdult, hogy gyorsan, tegyem én is ezt, mert majd nekem nem jut, nem marad! Nehezen győztem le ezt a késztetést. Pénteken már közölték a pánikvásárlás forgalmi adatait: a pánikvásárlás során 57 milliárd forintot költöttünk.

Erről jelenségről, a pánikvásárlásról, az elmúlt napokban több pszichológus is írt cikket, miért csináljuk, hogyan működik. Isten szeretete pedig ebből az önzőségből elindít az önzetlenség felé. Önmagamból kivezet és a másikhoz vezet. Arra hív meg, hogy vegyem észre mások szükségleteit, nehézségeit és segítek. Ne én legyek a fontos, hanem ő.

Józanság lelke. Most a saját bőrünkön tapasztalhatjuk ezt a kifejezést: a félelem elveszi az ember esztét. A félelem erőteljesen befolyásolja az ítélőképességünket, a gondolkodásunkat, a világról alkotott képünket. Megzavarja a döntéseinket. Összezavar minket. Ezért is van szükségünk a józanság lelkére. A józanság alatt a józan paraszti ész szoktuk érteni. Ez gyakorlatiasságot jelent, élettapasztalatot, egyfajta népi bölcsességet. Két lábbal állok a földön, megvetem a lábam, stabil vagyok, realista, megfontolt, higgadt, nem vagyok elhamarkodott, nem esek kétségbe. Erre nagy szükség van. **De az Isten Szentlelkének józansága sokkal több józan paraszti észnél.** A Szentlélek józansága isteni tisztánlátást jelent. Olyan megfontoltságot, amit csak ő tud megadni. Azt a nézőpontot, amilyen nézőpontból ő látja az életemet és az egész világot és a jelenlegi helyzetet. Az isteni józanság betekintést jelent Isten nézőpontjába. Ezen keresztül mutatja meg Isten, hogy kezében tart mindent és mindenkit. Nincs mitől félnem. Akár megbetegszem, akár nem. Akár most halok meg a vírustól, akár száz éves koromban végelgyengülésben, mindenféleképpen az ő kezében vagyok. Krisztus által meg vagyok váltva, bűnbocsánatom, feltámadásom és örök életem van. Ezt senki el nem veheti tőlem, főleg nem a koronavírus! Ahogy egyik kedvenc bibliai igénk is mondja: „**Ha Isten velünk, ki lehet ellenünk?**” Ez a józanság segít abban, hogy a félelemtől beszűkült tudatállapotunk kinyíljon és hátra lépünk egy lépést. Rátéekintsünk a nagy egészre és lássuk Istent és az ő gondviselését.

Isten el akarja venni a félelmünket és az Ő Szentlelkét, az erő, a szeretet és a józanság lelkét adja nekünk. És egyben arra hív, hogy mindezt bátran adjuk tovább. Hirdessük minél több embernek. Ahogy Pál arra hívta meg Timóteust, hogy ne szégyellje az evangéliumot, sőt vállalja vele együtt az evangélium hirdetéséből fakadó szenvedést, úgy minket most arra hív Isten, hogy annak a csodáját, amit Szentlelke által átélünk, ne tartsuk meg magunknak, hanem osszuk meg egymással! Beszéljünk erről másoknak! Ne rejtjük véka alá, ne szégyelljük, hanem pont most,

ebben a vészterhes időben hangosan és bátran beszéljünk erről. Legyünk most még inkább Jézus Krisztus tanúi!

Fontos, hogy mindezt egyszerű, hétköznapi dolgokon keresztül vigyük be az életünkbe. Tegyük azért mi is, hogy Isten Szentlelke minél erőteljesebben megmutassa számunkra az Ő erejét, szeretetét és józanságát, amit hirdetünk ebben a világban.

Imádkozz naponta! Bár közhelyesnek tűnik ez, de az ima az egyik legjobb lehetőség arra, hogy mindig kapcsolatban légy Isten Szentlelkével, megéld azt, amit Ő akar adni neked. Minél szorosabb kapcsolatban vagy Istennel, annál nagyobb tér jut az életedben az Ő Szentlelkének és annál kevesebb hely marad a félelemnek.

„Nagy az ereje az igaz ember buzgó könyörgésének.” - olvashatjuk Jakab levelében. Könyörögjünk a járvány mihamarabbi megszűnéséért, a betegekért, az elhunytak hozzátartozóiért, mindazokért, akik azért dolgoznak, hogy megfékezzék a járványt és azokért is, akik azért dolgoznak, hogy semmiben se szenvedjünk hiányt. Imádkozzunk hittel, hogy Isten meghallgassa imáinkat és nem érzéketlen az ember szenvedését látva.

Olvasd a Bibliát! Ez is közhelyesnek tűnik, de a mostani állapotban még inkább megélheted, hogy Isten az Ő Igéjén keresztül megszólít téged. Vigasztal, bátorít, reményt ad, vezet téged. Olyasmit mutat, amit bibliaolvasás nélkül nem vennél észre.

Ha jön egy újabb félelemhullám, akkor ne hagyd, hogy elsodorjon! Figyelj Istenre, tekints rá. Kérd a segítségét!

Mindezt pedig ne csak egyedül gyakorold, hanem családdilag. Imádkozzatok együtt, olvassátok közösen a Bibliát és támogassátok egymást, ha valaki fél a családból, érezze a többiektől jövő törődést, együttérzést! Fontos reformátori örökségünk a családi áhítat, a közös bibliaolvasás, imádság. Az elmúlt évtizedekben sok keresztyén családban ez háttérbe szorult, eltűnt. Most jó lehetőségünk van hogy ezt felelevenítsük, visszahozzuk családjainkba. Vagy ha nem volt eddig, akkor elkezdjük. Évekkel ezelőtt olvastam valahol: **az a család, amelyik együtt imádkozik, együtt is marad.** Az összezártság, a bizonytalanság sok fezsütséget szül. Könnyen rámehet a házasságunk, a családuknk. Ne hagyjuk! Erősítsük ezeket a kapcsolatainkat!

Cselekvő és áldozatkész szeretettel szeressünk másokat! Most nem találkozhatunk egymással, de fel tudjuk hívni egymást. Készítsünk listát azokról az ismerőseinkről, rokonainkról, akik egyedül vannak, magányosak. Hívjuk fel őket rendszeresen! Az időseknek és szegényeknek való segítségnyújtás megengedett a kijárási korlátozás alatt is. Ha tudunk olyasvalakiról a környezetünkben, akinek egy bevásárlással, némi étellel, gyógyszerárba menéssel tudunk segíteni, tegyük meg! Segítsünk azoknak, akik elvesztették vagy el fogják veszíteni a munkájukat. Adományozzunk nekik! Az utcán élők most szinte semmilyen segítséget nem kapnak. Gondoljunk rájuk is, vigyük nekik ételmet!

Mutassuk meg ezekkel a tettekkel a családuknkban és a környezetünkben Isten szeretetét. Mutassuk meg ezáltal, hogy akiben hiszünk az ennek a világnak az Ura. Mutassuk meg megváltónkat, Jézus Krisztust ezáltal. Most lehetőséget kapunk arra, hogy ne csak beszéljünk arról, akiben hiszünk, hanem a tetteink által is megmutassuk őt ebben a vészhelyzetben. Mindezt pedig nem dicsőségvágyból, nem jópontokért tesszük, hanem egyedül Isten még nagyobb dicsőségére. Nem feledve Pál szavait, melyeken keresztül maga Isten bátorít minket : **„Mert nem a félelem lelkét adta nekünk Isten, hanem az erő, a szeretet és a józanság lelkét.”** Ámen.