

## 7/24 társadalom



### SZOMBAT DÉLUTÁN

E HETI TANULMÁNYUNK: 1Mózes 2:1-3; 4:1-17; 2Mózes 20:11;  
2Sámuel 7:12; Jeremiás 45:1-5; Márk 6:30-32

„Sóvárog, sőt eleped a lelkem az Úr udvarai után. Testem és lelkem ujjongva kiált az élő Istenhez” (Zsolt 84:3, RÚF).

Tik-tak, tik-tak, tik-tak, ketyegett az óra egyenletesen és irgalmatlanul. Már csak két óra volt szombatkezdésig. Mary nagyot sóhajtott, amikor körbenézett kis lakásában. A nappaliban a gyerekek játékaik még szerteszét heverték, a konyhában kész felfordulás volt, Sarah, a legkisebb lány lázasan feküdt az ágyban, ő pedig megígérte, hogy másnap köszönteni fogja az embereket a gyülekezetben, tehát harminc perccel a megszokott idő előtt kell elindulniuk otthonról. Vágyakozva gondolta magában, hogy *bárcsak nyugalmat találhatnék holnap!*

Mary férje, Josh ugyanakkor épp sorban állt egy boltban a város túlsó felén, a heti bevásárlást intézte. Már megint nagy tömeg volt, hosszú sor állt a kasszáknál. Mintha mindenki ugyanakkor ment volna vásárolni. *Pihenem kell, nem folytathatom ezt így megállás nélkül*, sóhajtott magában Josh. *Többnek kell lennie az életben ennél!*

Az életünket a csúcsforgalom, a munkaidő, az orvosi időpontok, a konferenciahívások, a bevásárlás és az iskolarendszer uralja. Állandó világi kötelességeink dobpergése azzal fenyeget, hogy elvesz, ami igazán fontos, akár tömegközlekedéssel járunk, akár robogóval, akár egy kisbusszal fuvarozzuk a családunkat.

Hogyan találhatnánk nyugalmat a sok sürgés-forgás közepette?

## FÁRADTAN ÉS KIMERÜLTEN

Olvassuk el 1Móz 2:1-3 szakaszát! Miért teremtette meg Isten a pihenés napját, mielőtt még bárki elfáradt volna?

Isten már azelőtt létrehozott egy emlékeztetőt, hogy az emberiség belevette magát az önként vállalt feszült életébe, mert így akarta felkelteni a figyelmünket. A nyugalomnapon megáll az idő, hogy élvezhessük a napot. Ilyenkor csak úgy *lehetünk*, nem kell dolgoznunk, örülhetünk a fű, a levegő, a vadvilág, a víz, az emberek ajándékának, de kiváltképp az összes jó ajándék Teremtőjének.

Ez nem egyetlen alkalomra szóló meghívó volt, ami érvényét veszítette az Éden kertjéből való száműzetés után. Isten azt akarta, hogy meghívása kiállja az idő próbáját, ezért már a kezdetektől beleszötte az idő fonalába a szombati pihenést. Mindig érvényes a meghívás, újból és újból megérkezik, hogy minden hetedik napon nyugalomban ünnepeljük a teremtést.

Gondolhatnánk, hogy a mindenféle munkát megspóroló eszközeink segítségével nekünk kevésbé kellene elfáradnunk, mint azoknak, akik kétszáz éve éltek. Ugyanakkor ma még kevesebb lehetőségünk van a pihenésre. Eszeveszetten elfoglaltak vagyunk, a munkánkon kívül is. Úgy tűnik, állandó a lemaradásunk. Mindegy, mennyi feladatot végzünk el, egyre több van hátra.

A kutatások is azt mutatják, hogy kevesebbet alszunk és mind többen függnek a koffeintól. Gyorsabb telefonjaink, számítógépeink és internetkapcsolatunk van, még sincs soha elég időnk.

**Mit árulnak el a következő bibliaversek a pihenés jelentőségéről? 2Móz 23:12; 5Móz 5:14; Zsolt 4:9; Mt 11:28; Mk 6:31**

Teremtő Istenünk tudta, hogy testi pihenésre is szükségünk lesz. Ciklusokat épített az időbe: az éjszakát és a szombatot, hogy fizikailag is megnyugodhassunk. Ha elfogadjuk Jézust mint az életünk Urát, akkor vegyük komolyan azt a kötelezettségünket is, hogy időt kell találnunk a pihenésre! Elvégre a szombat parancsolata nem csupán javaslat, hanem parancsolat!

**Mi a helyzet a saját zaklatott életünkkel? Mit tehetünk azért, hogy mind testi, mind lelki értelemben jobban átéljük azt a nyugalmat, amit Isten biztosítani akar nekünk?**

## ÜZEMANYAG NÉLKÜL

Valóban gondot jelent, hogy a fizikai kimerültség miatt keveset alszunk és kifáradunk. Viszont még aggasztóbb, ha úgy érezzük, hogy kifogyunk az „érzelmi üzemanyagból” is. Az pedig nyilvánvaló, hogy teljesen elcsüggedünk, ha az érzelmi megpróbáltatásokhoz alváshiány is társul.

Báruk, Jeremiás írnoka is gyakran érezhetett így az utolsó, viharos jeruzsálemi évek során, mielőtt a babiloniak elpusztították a várost, majd káosz, szenvedés és pusztulás szakadt a lakosokra.

**Olvassuk el Jer 45:1-5 részét! Állapítsuk meg, milyen lehetett Báruk érzelmi állapota!**

---

El tudjuk képzelni, milyen érzés lenne, ha Isten kifejezetten hozzánk szólna? Báruk egyenesen az Úr trónterméből kapott üzenetet (Jer 45:2). A beszámoló szerint a júdeai Jójákim „negyedik esztendejében” történt, körülbelül Kr. e. 605-ben vagy 604-ben. Jer 45:3 verse remekül összefoglalja, hogy mit érez az ember, akinek „kifogyott az üzemanyaga”.

Annak alapján, amit erről az időszakról a Szentírásból tudunk, Báruk panaszkodása korántsem volt nyafogás. Jó oka volt a csüggedésre és az érzelmi kimerültségre. Sok rossz dolog történt, és még többre kellett számítani.

**Mit mondott Isten Báruk fájdmára és panaszára? Olvassuk el Jer 45:4-5 verseit!**

---

Arra emlékeztet Isten válasza, amit Báruk tényleges bajára adott, hogy az Ő fájdalma sokkal nagyobb az írnokéénál. Ő építette Jeruzsálemet, aminek a lerombolása következett. Szőlőskertként ültette el Izraelt (Ézs 5:1-7), mégis ki kell húznia gyökerestül, száműzetésbe készült küldeni. Az Úr nem ezt kívánta népének, de az ellene való lázadásuk miatt ennek meg kellett történnie.

Ám Báruk alagútja végén már látszott a fény. Isten megtartja majd az életét – a pusztítás, a száműzetés és a veszteség közepette is.

**Olvassuk el ismét, amit Isten Báruknak mondott! Milyen általános üzenetet vonhatunk le abból a magunk számára? Azaz végső soron mit üzen itt nekünk az Úr, függetlenül az adott helyzetünktől?**

## A NYUGALOM ÓSZÖVETSÉGI MEGHATÁROZÁSA

Természetesen mindannyiunknak szükségünk van pihenésre, éppen ezért találhatjuk meg ezt a gondolatot az egész Bibliában. Isten tevékenységre alkotott minket, amit azonban pihenésnek kell megszakítania. A héber Ószövetségben példának okáért számos kifejezés utal a pihenésre. Isten megpihent az újonnan teremtett hetedik napon 1Móz 2:2-3 szakasza szerint, amire ott a *sábbat* ige vonatkozik: „abbahagyni a munkát”, „megpihenni”, „szabadságra menni” értelemben. Ugyanezt az igét találjuk 2Móz 5:5 versében, és úgy lehet fordítani, hogy „valakit rávesznek a [munkából való] pihenésre”. A haragos fáraó vádolta Mózeset: „*abba akarjátok hagyni ezekkel*” (RÚF) a munkát. A héber *núah* ige utal a negyedik parancsolatban (2Móz 20:11; 5Móz 5:14) Isten hetednapi, szombati megpihenésére. „Pihenésnek” fordítják ezt a szót Jób 3:13 versében is, vagy 4Móz 10:36 versében képies értelemben a szövetség ládájára utalva úgy, hogy „*megáll*”. 2Kir 2:15 verse megjegyzi, hogy Illés lelke „*megnyugodott*” Elizeuson. A *sáqat* szintén fontos igei alak, „megnyugodni”, „megkönnyebbülni”, „elcsendesedni” jelentéssel. Józs 11:23 versében fordul elő, amikor a háború után a föld megnyugodott Józsué kezdeti honfoglalása végeztével. A kifejezés gyakran jelzi a „*békét*” Józsué és a *Bírák könyvében*. A *rága`* ige is többször utal pihenésre. Amikor Mózes *ötödik könyvében* Isten az engedetlenségtől óv, elmondja Izraelnek, hogy nem találnak nyugalmat a száműzetésben (5Móz 28:65). Jer 50:34 versében ugyanennek az igének a műveltető alakja fordul elő, és azt mutatja be, hogy az Úr képes nyugalmat adni.

**Olvassuk el 5Móz 31:16 és 2Sám 7:12 versét! Milyen nyugalomról van ezekben szó?**

Mindkét vers a *sákab* igéből származó szót alkalmazza, ami konkrétan azt jelenti, hogy „lefeküdni”, „aludni”. Dáviddal kötött szövetségében Isten megígéri a jövődöbéli királynak, hogy „*Ha majd letelik az időd, és pihenni térsz őseidhez, fölemelem majd utódodat*” (2Sám 7:12, RÚF). A pihenést jelző különböző héber igék hosszú (és itt nem teljes körű) felsorolása segít megértenünk, hogy a nyugalom teológiai gondolata nem egy vagy két adott szóhoz kapcsolódik. Pihenünk egyénileg és közösségileg, ami fizikai, szociális és érzelmi módon is hat ránk. Ez nem csak a szombathoz kötődik.

**A halál mindenképpen az ellenségünk, amit Isten egy nap majd el fog törölni. Miért vigasztaló a gondolat, hogy a halottaink most nyugszanak, még ha most gyászoljuk is őket és hiányoznak nekünk?**

## NYUGALOM AZ ÚJSZÖVETSÉGBEN

A nyugalomnak az Újszövetségben található gyakori alakja az *anapauó*, „pihenni”, „ellazulni”, „felüdülni”. Jézus a pihenésről szóló egyik legismertebb állításában, Mt 11:28 versében is ezt használja: „*Jöjjetek énhozzám mindnyájan, akik megfáradtatok és meg vagytok terhelve, és én megnyugvást adok nektek*” (RÚF). Ez utalhat fizikai pihenésre is (Mt 26:45). Pál a korinthusiaktól búcsúzva kifejezte, hogy mennyire örül barátai érkezésének, akik felüdítik a lelkét (1Kor 16:18). A *hészükhadzó* szintén olyan ige, ami a nyugalmat jelöli. A tanítványok szombati pihenésére vonatkozik, mialatt Jézus a sírban nyugodott (Lk 23:57). Viszont a csendes életet is jellemezheti (1Thesz 4:11), illetve azt, ha valakinek nincs ellenvetése, ezért hallgat (ApCsel 11:18). Zsid 4:4 versében a görög *katapauó* igével („megszűnni”, „megpihenni”, „pihenni”) jellemzi azt, amikor a teremtés után Isten megpihent a hetedik napon. Ezt visszahangozza a Septuaginta, az Ószövetség görög fordítása. Érdekes módon *A zsidókhöz írt levél* 4. fejezetében fordul elő ez a szó a legtöbbször az Újszövetségben.

**Olvassuk el Mk 6:30-32 szakaszát! Miért mondta Jézus a tanítványainak, hogy vonuljanak félre és pihenjenek meg, noha annyi missziós lehetőség vette őket körül? Figyeljük meg a 6. fejezet teljes szövegkörnyezetét, amikor erről a kérdésről gondolkodunk!**

„*Jöjjetek velem... és pihenjete meg egy kissé*” (Mk 6:31, RÚF)! Jézus ezt nem ajánlatként, hanem felszólító módban mondta, ami így utasítás vagy parancs alakját ölti. Krisztus törődött a tanítványai testi és érzelmi jólétével. Épp akkor értek vissza egy nagy missziós útról, amire párosával küldte el őket (Mk 6:7). Mk 6:30 versében az áll, hogy izgatottan tértek vissza. Rengeteg érzelm kavaroghatott bennük. El akarták mesélni Jézusnak a győzelmeiket és a kudarcaikat, Ő azonban először félrehívta őket, hogy pihenhessenek. Márk rövid magyarázatot fűzött ehhez: „*Mert olyan sokan mentek hozzá, hogy még enni sem volt idejük*” (Mk 6:31, RÚF). Komoly kihívást jelent a tanítványoknak, ha túlterheli és teljesen lefoglalja őket Isten műve. Krisztus arra emlékeztet bennünket, hogy vigyáznunk kell az egészségünkre és az érzelmi jólétünkre, ezért bele kell terveznünk a pihenést is az életünkbe.

Hogyan segíthetünk, illetve könnyíthetünk a gyülekezetünk lelkészeinek, presbiterének vagy bárki másnak a helyzetén, aki belefáradhat az Úr munkájába? Mit tehetnénk, hogy kifejezzük az értékelésünket és felajánljuk a segítségünket, és így megpihenhessenek?

## A NYUGTALAN VÁNDOR

Olvassuk el 1Móz 4:1-12 részét! Mitől lett Kain „*bujdosó és vándorló*” (1Móz 4:12) a földön?

A Szentírás nem magyarázza meg külön, hogy Isten miért „*tekintett*” (RÚF) Ábelre és az áldozatára, Kainra pedig és az ő áldozatára nem (1Móz 4:4-5), de tudjuk az okát. „Kain zúgolódva lépett Isten elé. Nem hitt a megígért áldozatban, és abban, hogy szükség volna áldozatok bemutatására. Ajándéka semmiféle bűnbánatot nem fejezett ki. Úgy érezte, mint ahogy most is sokan, hogy Isten tervének pontos követésével elismerné gyengeségét és azt, hogy megváltását teljesen a megígért Megváltó engesztelésétől várja. A függetlenség útját választotta. Saját érdemeivel jött” (Ellen G. White: *Pátriárkák és próféták*. Budapest, 1993, Advent Kiadó, 46. o.).

Isten kijelentette, hogy Kain „*bujdosó és vándorló*” lesz a földön, de nem Ő tette azzá, ez inkább a saját bűnének és engedetlenségének a *következménye* volt. Nem talált nyugalmat Istenben, és rájött, hogy erre sehol máshol nem lelhet rá, legalábbis valódi nyugalomra nem.

Úgy is lehetne még mondani azt a héber szót, ami fordításban „*rátekintett*” (1Móz 4:4, RÚF), hogy „*közletről megvizsgált*”, „*alaposan átgondolt*”. Az Úr nem annyira az áldozatot, hanem inkább az áldozatot bemutató személy lelkületét vizsgálta meg alaposan és közletről. Nem szeszélyesen utasította vissza Kain gyümölcsáldozatát. Ez valójában azt mutatja, hogy gondosan megfontolta és mérlegre helyezte Kain jellemét, lelkületét és szándékát. Jó példája ez a vizsgálati ítéletnek.

Olvassuk el 1Móz 4:13-17 szakaszát, majd írjuk le, hogyan reagált Kain Isten ítéletére!

Nyugtalanokká válunk, amikor megpróbálunk elszaladni Isten színe elől. Dolgokkal, emberi kapcsolatokkal vagy akár túlhajszolt étellel igyekszünk pótolni az isteni kegyelem iránti vágyakozásunkat. Kain dinasztiaát és várost alapított. Mindkettő szép teljesítménynek minősül, nagy eltökéltségről, tetterőről árulkodik, de végül semmi értelme sem lesz, ha a dinasztia istentelen, a város pedig lázong.

Még ha el is kell szenvednünk a bűneink következményeit, hogyan tanulhatjuk meg elfogadni a kereszttel felkínált bűnbocsánatot?

**TOVÁBBI TANULMÁNYOZÁSRA:**

„A rabbik felfogása szerint a vallás tartalma mindig a lázas tevékenykedés. Ragaszkodtak bizonyos külső cselekedetekhez, hogy kimutassák fensőbb-séges kegyességüket. Lelkük így elszakadt Istentől, önelégültségük növekedett. Ma is fennáll ugyanez a veszély. Mihelyst fokozódik az ember aktivitása és Istenért végzett munkáját siker koronázza, megjelenik a veszély, hogy emberi tervekben és módszerekben fog bízni. Egyre kevesebb lesz az ima, megcsappan a hit. A tanítványokhoz hasonlóan minket is fenyeget a veszély, hogy szem elől tévesztjük függésünket Istentől és tevékenységünkéből akarunk üdvözítőt faragni. Szüntelen Jézusra kell tekintenünk, s felismernünk, hogy az Ő ereje végzi a munkát. Miközben komolyan dolgoznunk kell az elveszettek megmentéséért, időt kell szakítanunk az elmélkedésre, imádkozásra, Isten Igéjének tanulmányozására is. Csak a sok imával megvalósított és Krisztus érdemeivel megszentelt munka bizonyul végül elégségesnek, jónak” (Ellen G. White: *Jézus élete*. Budapest, 1989, Advent Kiadó, 301. o.).

**BESZÉLGESSÜNK RÓLA!**

- 1)Elképzeltető, hogy túlságosan elfoglaltak vagyunk, akár éppen azzal, hogy Istenért jó dolgokat tegyünk? Gondoljunk a Jézusról és a tanítványairól szóló történetre Mk 6:30-32 szakaszában, és beszéljük meg, mi minden következik ebből a mi szombatiskolai csoportunkra nézve!
- 2)1899-ben megdöntöttek egy sebességrekordot. Valaki óránként 63,44 kilométeres sebességgel haladt a kocsijával, és még túl is élte, beszámolt róla! Ma természetesen ennél sokkal gyorsabban közlekednek az autók. A mobiltelefonjaink processzorai jóval gyorsabbak az egy nemzedékkel ezelőtt készített, leggyorsabb, hatalmas számítógépeknél. A légiközlekedés is folyamatosan gyorsul, gyorsabb, mint valaha volt. A lényeg, hogy ma mindent gyorsabban teszünk, mint a múltban, mégis mire megyünk vele? Továbbra is sürgetést érzünk, nem pihenünk eleget. Mit árul ez el az emberi természetről? Miért tette Isten olyan fontossá a pihenést, hogy az egyik parancsolatba is belefoglalta?
- 3)Térjünk vissza még egy kicsit ahhoz, hogy Isten már az Édenben, a bűn előtt elrendelte a szombatot! Igen érdekes teológiai következtetéseket lehet ebből levonni. Ezek szerint mennyire volt szükség a nyugalomra már a bűntelen, tökéletes világban is?



## „TANULJÁTOK MEG TŐLEM...”

„*Tanuljátok meg tőlem, hogy én szelid és alázatos szívű vagyok: és nyugalmat találtok a ti lelkeiteknek*” (Mt 11:29).

„Be kell iratkoznunk Krisztus iskolájába, hogy szelidséget és alázatot tanuljunk Tőle. A megváltás folyamán készül föl a lélek a mennyre. Ez a felkészülés Krisztus ismeretét jelenti. Felülemelkedést jelent a sötétség fejedelmének iskolájában tanult eszméken, szokásokon, gyakorlaton. A léleknek meg kell szabadulnia mindentől, ami ellenkezik az Isten iránti hűséggel.

Krisztus szívében tökéletes harmónia honolt Istennel, és a béke is tökéletes volt. Sohasem kábította el a dicséret, nem törte le sem a bírálat, sem a csalódás. A leghevesebb ellenállás és a legkegyetlenebb bánásmód mellett is megőrizte rettenthetetlen bátorságát. Állítólagos követői közül azonban sokak szíve aggódik, remeg, mert félnek Istenre bízni magukat. Nem vetik alá magukat teljesen, mert visszarettennek az ilyen mérvű alárendelés következményeitől. Pedig ha ezt nem teszik meg, nem találhatnak békességet.

Az önszeretet hoz békétlenséget. Ha odafentről születünk, ugyanaz a gondolkodás hat át bennünket is, ami Jézust - ez készítette, hogy megalázza magát és megmentsen minket. Ekkor nem keressük a legmagasabb polcot. Arra vágyunk, hogy Jézus lábainál ülhessünk, Tőle tanulhassunk. Megértjük: munkánk értékét nem az szabja meg, hogy mekkora port verünk fel, mekkora zajt csapunk a világban, vagy milyen aktívak, buzgók vagyunk a magunk erejéből. Munkánk értéke azzal arányos, amilyen mértékben a Szentlélekből részesülünk. Az Istenben való bizodalom szentebb magasságokba emeli az elmét, úgyhogy nyugalomban őrizhetjük meg lelkünket” (Ellen G. White: *Jézus élete*. Budapest, 1989, Advent Kiadó, 273-274. o.).