

# A böjt jelentése és gyakorlata

Alapige: Lukács 4,1-2

Kedves Testvérek!

Ma kezdődik el a böjti időszak. Jézus böjtölését alapul véve 40 napig tart az egyházban, egészen húsvét hajnaláig. Annyit tudunk róla, hogy a böjt bizonyos dolgoktól való tartózkodást jelent elsősorban. Már maga a szó „húsvét” sokat elárul a korábbi hagyományokról. Nem eszünk sokat, vagy nem eszünk húst, vagy nem eszünk nehéz megterhelő ételeket. Régen lehet, hogy gyakorolták a böjtöt, de mi a helyzet ma? Különböző családok hagyományaiba betekintve, van, aki csak nagypénteken, van, aki heti egyszer, van, aki többször, van, aki egész negyven napon át képes bizonyos szabályokat vagy hagyományokat betartva böjtölni. Így tehát a böjt sokszor csak egyfajta átvett hagyományként él az életünkben, mondjuk így kifejezett tartalom nélkül. Ha most megkérdeznék itt bárkit a gyülekezetben, hogy mi is a böjt valóságos jelentése a számára, vajon milyen válaszok születnének? Te mit felelnél erre testvérem? Mit jelent neked az a szó, hogy böjt?

A böjtről sokféle elképzelés kering. HA beszélünk a régiekről, beszéljünk az újakról is! Az internetes keresőbe beütve azt a szót, hogy böjt a következő kifejezések dominálnak találatként: méregtelenítés, fiatalodás, egészség, wellness, életmód, diéta, fogyókúra... Ez nem véletlen. Főleg a mai kultúránkban, ahol az élvezetek kínálata határtalan, köztük az ételek, italok széles választékában bárki kedvére válogathat, bármit és bármennyit fogyaszthat, természetes ellenhatásként jelenik meg az önmegtartóztatás, a méregtelenítés, a fogyás kívánsága. De ha belegondolunk, ezek így önmagukban rendkívül önző dolgok. Félreértés ne essék, hasznos és egészséges, ha valaki figyelmes és fegyelmes az étkezésében... De valóban csak ennyi lenne a böjt? Önmagunk karbantartása? Egészségügyi program? Tavaszi méregtelenítés? Egy néhány hetes fogyókúra?

Azt látjuk, Jézus más célok miatt ment a pusztába és böjtölt negyven napon keresztül. De mi is ez a cél? Felkészülés. Előkészület. A szolgálatra. Jézus mielőtt elkezdte küldetését, elkezdte az Isten országáról szóló igehirdetését, előbb böjtöl. Miért volt erre szükség? Egyáltalán nem magától értetődő az, hogy Jézus megkeresztelkedik, és aztán böjtölni megy. Jézusnak sem az előbbire sem az utóbbira nem volt szüksége, mivel a jánosi keresztség a bűnbánat és megtisztulás keresztsége volt, a böjt pedig szintén a bűnbánattartás egyik kifejezési formája volt abban a korban. Jézus viszont nem volt bűnös, így ezekre nem lett volna szüksége, de mégis beállt a sorba. A bűnös emberek sorába. Szolidaritást vállalt velünk és megmutatta, hogy igenis gyakorolható és hasznos pl. a böjt gyakorlata. Miért böjtölt Jézus a pusztában 40 napon keresztül? Mert Isten közelében akart lenni (ahol senki és semmi más nincs), mert az Atya közösségében kívánt teljes mértékben felkészülni a rá váró feladatokra.

Első tanítása tehát a mai igének: a böjt ugyan látszólag testi, de a maga mélységében és tartalmában lelki folyamat. A böjt kivételes és értékes alkalom az istenkapcsolatunk ápolására, mélyítésére.

Ennek a történetnek a bevezetője még arra is megtanít minket, hogy Szentlélek nélkül nem is lehet igazi böjtöt tartani. Jézus ***Lélekkel telve tért vissza és ment el a pusztába.*** Azaz minden, ami ma arról szól, hogy légy egészségesebb, légy fittebb, légy karcsúbb csak testi dolgainkat érintik. Félreértés ne essék, a Léleknek nagyon fontos, hogy vigyázzunk a testünkre, de éppoly fontos, hogy vigyázzunk a lelkünkre. A böjt elsődleges célja pedig az, hogy a Szentlélek vezetésére hallgatva a böjt gyakorlatával Istenhez kerüljünk közelebb, a böjt segítségével őt ismerjük meg jobban. A böjtben lelkünk Isten után kiált, Isten közelségére vágyik.

Hogyan böjtöljünk hát mi? Hogyan adjunk jelentést ennek a szónak, hogy böjt? Mit értsünk alatta, avagy böjtöljünk-e egyáltalán? Néhány gyakorlati tanítást szeretnék ezzel kapcsolatban főleg a Biblia alapján adni, hogy segítsen minket a gondolkodásban és a gyakorlatban egyaránt.

1.

A böjt a bűnbánat gyakorlata, a nagyböjt a bűnbánat időszaka. Kérjük először is Isten Lelkét, hogy vezessen bennünket a böjtben. Mutassa meg, miben van szükségünk változásra, hol kell formálódnunk, hol van szükségünk alázatra és bűnbánatra. A Biblia tanítja azt, hogy böjtöt akkor tartottak, amikor bűnbánatot tartottak, vagy valami nagy nélkülözésben vagy szomorúságban voltak. És itt már találkozik is a böjt testi gyakorlata a lelki tartalommal. Amikor nem eszünk és a szervezetünk jelez, a gyomrunk korog és szinte fáj ott benn az üresség, akkor ez az üresség érzete emlékeztet bennünket a lelki hiányosságainkra, lelki ürességünkre. **Bűneink nem másak, mint lelkünk hiányai, Lelkünk Isten nélküli területei. Ahol Isten nincs jelen, ott**

**nincs más lehetőség, befészkei magát a bűn.** De ez a folyamat legtöbbször nem igazán észrevehető, sőt mi magunk nyugtatjuk önmagunkat, hogy minden úgy a legjobb, ahogy van az életünkben. Azaz fel sem tűnik számunkra, hogy lelkünknek hiánya van. Pl. amikor dédelgetünk egy rossz érzést, egy sérelmet, saját igazságunkat védjük az utolsó vérig, fel sem ötlük bennünk, hogy de jó lenne, ha Isten betöltené ilyenfajta hiányainkat, és adna nekünk teljes békességet, teljes türelmet, teljes szeretetet a másik ember elhordozásához, elfogadásához. Amikor támadunk, védekezünk, magunkba roskadunk, vagy a felhők tetején járunk, talán eszünkbe sem jut, hogy lelki hiányosságaink vezérelnek. A családi szenvedések legtöbbször nem azért történnek meg, mert üres a pénztárca, vagy üres a bankszámla, hanem azért mert üres a szív. És emiatt szenvednek házastársak, gyerekek és szülők. Az üresség fáj ott legbelül.

A böjtben a szervezet jelez. Valami hiányzik. Az érzés nem túl jó, sőt kínoz, leginkább gyötör. Szükségem van ételre. De ha ez a kízó érzés rám támad, amikor ehethétem van, akkor a testi érzés máris bekapcsolja a tudatot, a lelki területeken is megszólal a riasztó: lelkileg is azért szenvedek, mert hiányaim vannak. Ilyenkor pedig a testi éhség minden kínjával és gyötrelmével együtt egy jó dolog eszközévé válik. A Lélek imádságra vezet általa. A böjt és az imádság elválaszthatatlan. A böjt igazi lelki haszna pedig ez lesz, hogy az éhség odakényszerít Isten elé, hogy a magam töredékes és hiányos testi-lelki állapotomban, hogy könnyörögjem és kérjem Istent, könnyörüljön és töltsön be az Ő Lelkével még inkább. Lelkileg tegye teljessé az életem, hadd tudjak sérelmeket megbocsátani, hadd tudjak régi nehezteléseket elengedni, rosszindulatot, irigységet, kárörvendést nem gyakorolni. Isten képes arra, hogy megtöltsön üres szíveket, kihűlt kapcsolatokat újra fellemelegítsen, szeretetet adjon oda, ahol nincs. A böjt tehát imádságra indít.

2.

A böjt gyakorlatáról Jézus is tanít. Azt mondja, míg jelen van a vőlegény, addig nem szoktak böjtölni. Azaz a lakodalom ideje nem a böjt időszaka. Ugyanakkor fordítva is igaz, furcsa is lenne a dinom-dánom, az örömnappal, ha nincs ott az, akinek örülünk. De amikor még nincs jelen a vőlegény, akkor mindenki böjtöl, pont azért, hogy a jóllakottságtól, a telített érzéstől el ne nehezdedjen a szeme vagy a teste és el ne aludjon. Azért böjtölnék, hogy ébren legyenek, amikor a vőlegény érkezik.

A mi böjtünk arról szól, hogy Jézus nincs még itt velünk a maga teljes testi valóságában. Örömrünk most még nem teljes, hiszen várjuk őt, hogy bármely nap visszaérkezzen. Amikor böjtölünk, amikor az éhség egyre csak kínoz minket, akkor maga az érzet arra emlékeztet, hogy Jézust várjuk szakadatlan, mint visszaérkező vőlegényt. Ez is egy lelki-tartalmi eleme a böjtnek.

3.

Testvérek még egy dolgot elmond nekünk ez a rövid igevers. Aki böjtre vállalkozik, csatába megy. Mégpedig a Sátánnal kerül szembe. A Sátán ugyanis mindenütt ott van, ahol a területei veszélybe kerülnek. A böjt lelki folyamat, Isten Lelkének munkája a mi lelki épülésünkre. A Sátán ekkor harcba vonul és kísért mindennel, amivel csak tud. Éppen ezért fontos, hogy aki böjtre szánja magát, mégpedig Istennek tetsző böjtre az csakis a Szentlélek erejében és egyedül Benne bízva tegye meg. Testileg az ember építheti magát, akár izomkolosszussá is válhat, de lelki téren egyedül csak a Szentlélek képes minket erősíteni és építeni. A mi erőnk kevés. Kell egy erőforrás, akitől erőt kapunk. A Szentlélek Krisztus erejét továbbítja nekünk. Krisztusét, akinek az egész élete lemondás és önátadás volt. Krisztus erejét, aki a Sátánt legyőzte a feltámadás hajnalán. Csak akkor tudunk böjtölni, ha tudjuk, ha hisszük, hogy Krisztus feltámadt, ha hisszük, hogy Krisztus a győztes.

Így számunkra a böjt nem csak arról szól, hogy mikor ehetünk végre húst, hanem arról, hogy mikor örülhetünk végre teljes szívvel a feltámadás hajnalán a feltámadott Úrnak. Erre készülünk a következő hetekben lelkileg, bűnbánatban, várakozásban, a győztesek seregében.

Kedves Testvérek! Természetesen senki számára nem kívánom előírni, hogy böjtöljön. De akit a Lélek arra vezet, hogy mégis ezt tegye, ilyenkor nagyon javasolt és tanácsos, ha van egy közösség, aki támogatóan mellettünk áll, ha van egy lelki vezető, aki kísér ebben a küzdelemben. Így hát arra biztatom mindenkit, hogy aki arra szánja magát, hogy böjtöljön, jelezze felém, ha többen leszünk akár, szervezünk a gyülekezetben olyan alkalmakat, ahol együtt tudunk imádkozni, lelki élményeinket megosztani, egymást közösségben is erősíteni.