

## A BÉKESSÉG SZELLEME

Fábián Attila élőben elhangzott tanításának nyers szövege  
Budapest, 2026. január 25.

Nagyon jó itt állni előttetek, mert békesség van közöttünk. Az a békesség, amely mindent értelmet felülhalad, ugyanakkor mindannyian a hétköznapi életünkben meg vagyunk időnként kísértve gondolatokkal, érzésekkel, amelyek nem a békességet erősítik bennünk, hanem az aggodalmat akarják növelni. A félelmet akarják elplántálni bennünk és azt akarják bizonyos külső tényezők, külső hatások, hogy nyugtalanodjunk. Isten békessége, amely minden értelmet felülhalad, bennünk él, bennünk van, de az a téves elképzelésünk van sokszor, hogy ezt valahonnan kívülről kell, hogy várjuk. Valahogyan kívülről kell, hogy ránk szálljon az a békesség, amelyet Isten úgy tervezett el, hogy ne külső módon gyakoroljon ránk hatást, hanem belülről gyakoroljon ránk hatást úgy, hogy mi hatást gyakorolunk kifelé. Mire gondolkodok? Arra gondolkodok, hogy a Római levél 5,5 verse egyértelműen, nagyon határozottan mondja, hogy a Szent Szellem kitöltetett a mi szívünkbe.

### Róma 5,5.

**5. A reménység pedig nem szégyenít meg; mert az Istennek szerelme kitöltetett a mi szívünkbe a Szent Szellem által, aki adatott nekünk.**

A szeretet kitöltetett a mi szívünkbe. Bennünk van, bennünk él a Szent Szellem. Az Örökkévaló, a Mindenható, aki teremtette az eget és a földet a szelleme által, benne él a bensőnkben. A szellemünkkel eggyé vált, ahogy írja ezt az Ige, hogy egy Szellem vagyunk Ővele. Nagyon sok bibliai igevers tanúskodik arról és beszél arról, hogy Isten Szelleme milyen tulajdonságokkal bír az életünk felett. Az egyik ilyen lényegre törő alapvetés Vele kapcsolatban az, hogy Ő a békesség szelleme. A mai tanításnak azt a címet adtam, hogy: *A békesség szelleme*. Akit jobban meg kell ismernünk ahhoz, hogy a hétköznapi életünkben is egyre erőteljesebben nyilvánuljon meg ez közöttünk, mert annyira sok minden van a világban, ami pontosan arra irányul, hogy ezt a békességet, ezt a nyugodalmat, ezt a határozott kiegyensúlyozottságot, ezt a nem „aggódom semmi felől, mert biztonságban és békességben vagyok” tudatot, érzést, lelkületet kirabolja belőlünk és megfosszon ettől. Azt mondja Pál apostol szeretett fiának, Timótheusnak, aki nem biológiailag volt az ő fia, hanem úgy tekintett rá, mint szellemi atya a gyermekére, hogy te nem a félelem szellemét kaptad. Nem a félelemnek, a rettegésnek, az aggódásnak, a kilátástalanságnak, a reménytelenségnek a szellemét, hanem a józanságnak, az erőnek és a szeretetnek a szellemét – olvassuk ezt a Timótheus levélben. Talán nem baj, ha a szemünk megnyugszik az Igén és odalapozva te is a saját Bibliádban – ha itt van – olvasod, ha nincs itt a Bibliád, akkor pedig a kivetítőről olvassuk együtt.

### 2Timótheus 1,7.

**7. Mert nem a félelem szellemét adta nekünk az Isten, hanem erőnek és szeretetnek és józanságnak szellemét.**

Én hiszek abban, hogy ez igaz és, hogy az ebben való megértésben lehet növekedni, fejlődni. Nagyon sokféle módon gondolkoznak az emberek a békességről, próbálják azt megszerezni maguknak. Többféleképpen lehet békességet szerezni, többféleképpen lehet a békességre eljutni. Vannak erre technikák, vannak erre okkult praktikák, vagy csak egyszerűen vannak pszichés, meditációs gyakorlatok és mindenféle olyan elképzelés, amely bizonyos fajta békességet képes adni. Vannak ezek között olyanok, amelyek nagyon becsapósan hazudnak neked a békesség természetét illetően és vannak olyan dolgok, amelyek természetes békességet adnak, a lelked békességét. De amit Jézus mondott, hogy az én békességemet adom nektek, az a békesség nem egy természetes békesség, hanem természetfölötti. Nyilvánvaló és egyértelmű, hogy ha otthon a családot téged körbevesz és szeret, az téged békességgel tölt el. Ez nem egy ördögi dolog, de nem is természetfölötti. Az, hogy jó fizetésed van és vannak megtakarításaid és a gyermekeid szükségait bőszégesen be tudod tölteni, az nem egy ördögtől való rossz dolog. Az, hogy gondoskodtál anyagilag bizonyos értelemben az életről, nem egy rossz dolog és ad egy bizonyos fajta természetes békességet, de Jézus nem erről beszél. Az, hogy a fizikai állapotod most rendben van és meg tudsz

csinálni minden munkát a kertben, el tudsz végezni minden ház körüli munkát, ez egy nagyon jó dolog, de nem ez az a békesség, amiről Jézus beszélt, mert az Ő békessége természetfölötti. Az a békesség, ami kívülről jön a mi irányunkba, ami el tudja önteni a lelkünket azáltal, hogy kimegyünk egy tópartra, vagy egy folyópartra és gyönyörködünk a teremtett világban, vagy gyönyörködünk abban, hogy a cinkék a sárga kis begyűkkel a kis magokat csipkedik otthon a téli etetőből, vagy gyönyörködünk a szép havas tájban. Ez a békesség kívülről jön és addig van ez meg bennünk, amíg valami ezt meg nem kísérti, ami lehet valamilyen gondolat, valamilyen érzés, vagy valamilyen külső körülmény és meg nem próbál minket ebből kimozdítani. Nem kell messzire menni a havas tájat nézve, ha le van taposva a hó és megfagy, akkor az csúszik, ugye? Hányan tudjátok, hogy csúszik a letaposott hó? És már jön is a gondolat, jön is az érzés, jön is a félelem, ha megengedjük, hogy jaj, mi lesz velem, ha elesek? Természetesen az ember legyen bölcs és ne legyen vakmerő, mert nem kell ostobának, elbizakodottnak lenni, hanem józannak kell lenni és jól kell megválasztani a cipőt, hogy odafigyelve saját magára, a lépéseire, az ember ne essen el. De sokan úgy félnek és úgy rettegnek dolgoktól, oly mértékben igazsággá válik az érzelmeikben ez a félelem, hogy teljesen eluralkodik felettük és jön a pánik, a pánik után jön a teljes stressz, aztán megjelennek különféle betegségek az ember életében egy olyan dologtól, ami megkérdőjelezte azt a békességet, ami van bennünk.

A természetes békességünk ingadozik. Egyszer így érezzük, egyszer úgy érezzük. Egyszer nagyon kedves velünk mindenki és olyan nagyon jó a közösség és olyan nagyon jó a hangulat, aztán valaki valamit mond, amivel nem értesz egyet, vagy esetleg valaki megbánt, megsért és az a békesség, amiről úgy gondoltad, hogy örökké tart, azonnal elpárolog. Megkérdőjeleződik benned egy csomó dolog, hogy eddig ezt én nem így éreztem, most miért van ez? És tönkre mehetnek így kapcsolatok, szülő-gyerek viszony, házastársi kapcsolatok, szolgálati kapcsolatok, baráti viszonyok, mert van valami, ami azt a békességet, amiről úgy gondoltad, hogy ez az igazi békesség, ezt megkérdőjelezi.

De Jézus nem erről a békességről beszélt. A józanságnak, az erőnek, a szeretetnek szelleme, az a békességnek a szelleme is. Jézus azt mondta, hogy én adok nektek békességet, az én békességemet, az én békémet adom nektek. Ez méltó arra, hogy ezen elgondoljunk, mert Ő azt mondta, hogy nem úgy adom ezt nektek, mint ahogy a világ adja, ne nyugtalankodjék a ti szívetek, se ne féljen! Ne féljen, mert nem a félelem szellemét adtam, hanem a békesség szellemét. Ne féljen, mert nem az aggodalomnak szellemét adtam, hanem a békesség szellemét. Hány ember van a világban és keresztény is, akik mikor találkoznak egy beteg emberrel, akár egy fertőző beteg emberrel, egy vírusos, egy náthás emberrel, vagy egy olyannal, akinek a testét elborítják a fekélyek, akkor van egy bizonyos távolságtartás. Jaj, ne gyere közelebb, ne ölelj meg, ne adj puszit, nem akarok hozzád érni, mert elkapom! Mert van egy ilyen természetes félelem bennünk, hogy jaj, csak nehogy ezzel engem olyan állapotba hozzon, mint amiben ő van. Én nem akarok abba az állapotba kerülni, jön a gondolat, jön a félelem, jön a megkísértés. Ez a természetes létünk hétköznapi részéhez hozzátartozik és azt mondja Jézus, hogy én az én békességemet adom nektek. Azt a békességet, amely odament a leprához, a fertőző beteghez és rátette a kezét a testére. Pedig a törvény is előírta, hogy nem szabad, hogy tisztátalanná válik az, aki hozzáér a tisztátalanhoz.

Ezt mondta a törvény, de Jézus ezt a törvényt, amit Ő maga adott, felülírta a saját cselekedetével. Ebből is látszik, hogy Jézus nagyobb a törvéynél. Felette áll a törvénynek. Nem eltörölte a törvényt, hanem egy helyes értelmezést adott neki azzal, hogy azt mondta, hogy az én békém nagyobb, mint az a félelem, amit ti átéltek akkor, amikor kiáltotok, hogy jaj, tisztátalan, tisztátalan, leprás, fertőző beteg, influenzás, náthás, covidos, bármilyen! Ezt a békességet, ami Jézusban volt akkor, amikor megérintette, átölelte a leprást, ezt a békességet adta nekünk. Ez nem egy természetes békesség, ez a Szent Szellem békessége, ami kitöltetett a mi szívünkbe. Amikor rálépünk a jégre télen és csak egy-két centis a jég alattunk, akkor biztos lehetsz benne, hogy az beszakad és elmerülsz és van egy bölcs hozzáállás, egy természetes tartás az emberben, ha józan, hogy ne menjen rá a két centi vastag jégre, mert hideg lesz neki utána a tapasztalat.

De Jézus úgy járt a vízen, hogy az nem volt befagyva. Úgy járt a vízen, hogy alatta volt nyolcméteres vízoszlop. Ő azzal a békességgel járt a vízen, amelyet nekünk adott. Méltó ez arra, hogy elgondolkodjunk. Arra vagyunk elhívva, hogy fizikailag sétáljunk a nagy vízen? Nem. Jézusról és Péterről olvasunk, hogy járt a vízen, de senki másról a Bibliában, de az a békesség, amivel Ő a vízen járt, ugyanúgy bennünk van. Az a békesség, amely volt benne akkor, amikor lecsendesítette a háborgó tengert, ugyanúgy bennünk van. Az a békesség, amellyel aludt a hajó hátuljában, ugyanúgy bennünk van. Amikor a Galileán egyik oldalról a másik oldalra eveztek át a tanítványok, Jézus fáradt volt egy hosszú nap után és aludt, de nem a vihar keltette Őt fel. Nem a háborgó tenger, nem az, hogy becsaptak a hullámok és vizes lett a ruhája és az arca. Ez nem ébresztette fel Jézust. A tanítványok keltették Őt fel. Jézus békessége minden értelmet felülhalad és ez a békesség bennünk van!

Tehát kérdezzük meg magunktól, hogy mi az, amit ebből érvényre juttatunk akkor, amikor külső nyomások, hatások, jogos, vagy jogtalan támadások, mindenféle érzéseket felkavaró gondolatok és emberek és dolgok, amikkel szembesülünk, háborgatják a lelkünket. Hol ez a békesség? Vagy miből kellene merítenünk ahhoz, hogy az a békesség, amiben most nyugodalomban vagyunk, hogy ez uralkodjon felettünk életünk minden napján? Ott van bennünk és az a helyzet, hogy a békesség nem feltétlenül csupán egy érzés, sőt, a békesség nem egy érzés, hanem a békesség egy személy. A békesség egy szellem. Szent Szellem, mint ahogy a félelem is szellem, félelem szellem. A békesség is szellem, a békesség szelleme, a Szent Szelleme Istennek, az isteni tökéletességével, teljességével benne van a bensőnkben.

Az elménk, az agyunk, a gondolataink nagyon sokszor háborognak. Mindig hatást gyakorolnak az érzelmeinkre. Mindig a gondolataink vannak hatással az érzelmeinkre. Mindig azért érzed úgy magad, ahogy érzed éppen aktuálisan, mert annak megfelelően gondolkodsz. Nem azt mondom, hogy ezentúl minden egyes emberhez, akinek folyik az orra, köhög, lázas és fertőző beteg, oda kell menni és a nyakába kell borulni. Nem ezt mondtam, hogy mindenkinek ezt kell csinálni, ugyanakkor ki merem jelenteni, ha Isten békessége uralkodik feletted és ez a békesség nagyobb, mint a fertőző betegség. Az ember elgondolkodhat, hogy minek nyitom meg magam. Ebben legyél bölcs! Ha úgy érzed, hogy ez az erő nem kellőképpen munkálkodik belőled kifelé, akkor ne lépd át a saját hitedet! Ne lépd át azt, amennyi megértésed, kinyilatkoztatásod van, legyél bölcs és tarts két lépés távolságot! Semmi probléma nincs ezzel. Azzal van a probléma, ha az ember elbizakodott, túl bizakodott, mert büszkévé válunk, hogy nekünk van valamink, amit igazából nem is működtetünk és akkor utána csodálkozunk, hogy nekünk is folyik az orrunk. Az én békémet adom nektek, mondja Jézus.

**János 14,26–27.**

**26. Ama Vigasztaló pedig, a Szent Szellem, akit az én nevemben küld az Atya, Ő mindenre megtanít majd titeket, és eszetekbe juttatja mindazokat, amiket mondtam néktek.**

**27. Békességet hagyok néktek; az én békességemet adom néktek: nem úgy adom én néktek, amint a világ adja. Ne nyugtalankodjék a ti szívetek, se ne féljen!**

„Nem úgy adom én néktek, amint a világ adja.” Tehát a világ is tud adni békességet? Abszolút igen. Kedvenc példáim között szerepel az, hogy milyen békességgel tölt el az, hogy minden hónapban megkapod a fizetésed. Nagyon jó békességgel tölt el, hogy minden hónapban megkapod a nyugdíjadat, még ha az esetleg nem is nagy. Sokkal nagyobb lenne benned a békétlenség, ha nem kapnád meg, csak félévente egyszer, akkor is csak egy havit. Hogy éreznéd a békét, az mennyire lenne stabil, nyugodt és határozottan kiegyensúlyozott? Ugye? A világ is ad békességet. A szép havas erdőben sétálni, amikor ropog a hó a talpad alatt, szép és jó. Amikor végre elolvad a hó, még nagyobb békesség tölt el, mert nem kell félni a csúszós járdától. Lehetne sorolni, mi minden ad nekünk békességet. A biztos anyagi háttér, hogy van étel a hűtőben, hogy van a kandallóban elég fa, amit be tudsz rakni és nem fogsz fázni, vagy éppen van gázellátás, vagy van áram a konnektorban. Ezeket annyira természetesnek vesszük, annyira hozzászoktunk, hogy teljesen magától értetődőnek gondoljuk. Ezek adnak egy olyan külső támaszt, ami segít nekünk az életben való boldogulásban.

De minden, ami a világban van és látható és kézzelfogható, minden kivétel nélkül fel van ruházva azzal a ténnyel, hogy változhat. Minden, ami látható, változhat és változik is, de Isten békessége, amit Ő adott, nem változik, mert Isten maga a békesség és Istenben nincs változás vagy változásnak árnyéka. Ezért az ember, amikor a külső körülményeiben nem jól áll, amikor az ember a külső hatásokat szemléli és azt mondja, hogy háborúság van körülöttem, úgy érzem magam, ahogy Péter, amikor körbenézett a viharos tengeren, hogy „elborítanak a hullámok és nagyon mély a víz alattam, én amúgy is ember vagyok, nem tudok a vízen járni és olyan kilátástalan most hirtelen minden” – Isten békessége akkor is ott van és uralkodhat felettünk. Milyen nagy békesség megtapasztalás volt vajon Péternek, hogy amikor elkezdett süllyedni a háborgó tengeren és talán már fuldoklott is, akkor Jézus utánanyúlt és felemelte. Mit érezhetett akkor? Úgy gondolom, hogy ez a megtapasztalás az ő számára az egész életére kihatott. Amikor elkiáltotta magát, hogy Jézus, segíts rajtam, könyörülj rajtam, légy segítségemre! – ez nem egy hitteli kijelentés, nem egy erős hitmegvallás volt. Egy kétségbeesett, félelemmel teljes, aggodalommal teljes kiáltás, hogy „segíts rajtam, mert itt fulladok meg mindjárt!” Jézus kinyúlt, beszálltak a hajóba és a vihar elült. Ők pedig csodálkoztak mindannyian, hogy ki ez az ember, akinek még a viharon és a tengernek a hullámain is hatalma van?

Az a békesség, amit ott ők megtapasztaltak fizikailag, az kiáradt bennünk és kiáradt közöttünk és ez a békesség az, ami a világnak nincs meg és soha nem is lesz meg neki. Nem képes befogadni a világ ezt a békességet. Akkor lesz képes befogadni, hogyha hitre ébred Jézusban. Nincs más mód, hogy ez a békesség belénk kerüljön és uralkodjon felettünk, csak ha ezt a békességet megismerjük, hogy minden rossz körülmény ellenére, vagy minden rossz helyzet ellenére tudunk békességben járni. Mikor, ha nem most van igazán nagy szükségünk erre? Vagy mikor nincs szükségünk erre a békességre? Ez a békesség minden értelmet felülhalad. Azt mondta Jézus itt a János 14,27-ben, hogy rátok hagyom azt a békességet, amiben én jártam. Nektek adom. Nem úgy adom, ahogy a világ, nem fogom visszavenni, ez nem fog megváltozni, ez nem fog erőtlenné válni, mert a békesség egy személy. Ő egy személy, aki bennünk él. Ő azt mondja: „Adok olyan békességet, ami nekem van. Adok olyan békességet, amiben én jártam az életemben és a szolgálatomban. Adok olyan békességet, amit látsz akkor, amikor látsz engem szolgálni. Adok olyan békességet, ami bennem volt akkor, amikor megérintettem a fertőző beteget.”

Ez a békesség nem szállt el Jézusról és a betegség és a bűn nem nyomta el ezt a békességet, hanem ez a békesség volt és uralmat vett. Erőt, hatalmat vett a betegségen és a leprás meggyógyult. Ugyanez a békesség van bennünk, semmivel sem gyengébb, semmivel sem kisebb, semmivel sem másodosztályúbb, mint Ő. Mennyire vágyik arra, hogy mi az Ő erejében járjunk, az Ő kijelentéseiben járjunk. Jézus itt van és mindenkinek ezt kínálja fel, hogy járjunk ebben a békességben, de egy dolgot kér mellé: „Ne nyugtalankodjék a ti szívetek, se ne féljen! Békességet hagyok néktek; az én békességemet adom néktek: nem úgy adom én néktek, amint a világ adja. Ne nyugtalankodjék a ti szívetek, se ne féljen!” Van ebben az Igében egy olyan rész, ami Őrá tartozik, ami az Ő felelőssége, ami az Ő szavahihetősége, az, hogy Ő adja nekünk ezt a békességet és van egy rész, ami a mi dolgunk, ami a mi feladatunk, az, hogy ne nyugtalankodjon a szívünk és ne féljünk!

Úgy gondolom, nem biztos, hogy ez így van, de itt van egy fokozás ebben. A nyugtalankodás és a félelem egy olyan fokozás, hogy először csak jönnek a gondolatok, nyugtalankodunk és ha megengedjük magunknak ezt a nyugtalankodást, hogy ebben éljünk, akkor bejön a félelem, mert ajtót nyitottunk és a félelem elkezd uralkodni rajtunk. Ez egy olyan területe az életünknek, amellyel mindannyian szembesülünk. Nincs ember a földön, még a leggazdagabb családokba születők között sem, a legegészségesebb genetikával rendelkezők között sem, a legjobb körülmények között élők sem mondhatják el magukról, hogy ne kísértené meg őket valamilyen módon, valamilyen mértékben a nyugtalanság és a félelem. A gazdag ember is tud félni. Nem attól fél, hogy nem lesz elég pénze, hanem esetleg attól fél, hogy elveszíti.

Számtalan útja-módja van annak, ahogy a sátán megkísért bennünket ezen a területen, de mindegyik úgy indul, hogy jön egy nyugtalanság, egy békétlenség, egy háborgás az ember elméjébe, ami elkezd hatást gyakorolni az érzelmeinkre és elkezdjük magunkat rosszul érezni. Az az igazság, hogy

időnként a Szent Szellemnek is van munkája, ami hasonlít erre, csak az nem kívülről jön, hanem belülről. Belülről nyugtalanít valami, ami arra mutat és arra készít fel, hogy állj meg és ne menj tovább azon az úton, mert az egy rossz út. Jön egy piros lámpa, jön egy figyelmeztetés, jön egy meg nem magyarázható szellemi dolog ott bent, hogy ne menj arra tovább, ne csináld ezt tovább, ne halogasd tovább!

A másik megnyilvánulása, amikor a békességével vezet minket, amikor bizonyágot tesz a mi szellemünkkel együtt, hogy jó az az irány, csináljuk csak, arra menjünk tovább, ne hagyjuk abba! De különbséget kell tennünk és ezt meg kell tanulnunk, hogy milyen az, amikor kívülről jön a félelem és milyen, amikor ez az alapértelmezett állapota a Szent Szellemnek bennünk, hogy békességben van és ez felháborodik bennünk, mert Isten vezetésének egyik kulcs momentuma az, hogy Ő a békesség Szelleme és Ő békességben vezet minket. Amikor ezt a szellemi békességet megtanuljuk, hogy milyen, ha élünk ebben a békességben, ha ismerjük ezt a békességet, akkor könnyen felismerjük, ha ez valami miatt megbomlik bennünk. Nem kívülről, hanem belülről, mert akkor ott a figyelmeztetés: ne menj arra tovább! Ha kívülről van békétlenség, kívülről van nyomás, kívülről van gondolat, az egy másik dolog, annak ellen kell állni! Néha ez a kettő passzol és kívülről is vannak olyan dolgok, amelyek segítenek nekünk abban, hogy állj-t parancsoljunk az életünkben bizonyos dolgoknak, de ez a belső békesség, ez a belső bizonyosság az alapértelmezett állapota az ember természetes lényének, amikor éljük az életünket Krisztusban.

Amikor azt mondja Jézus, hogy ne nyugtalankodjék a ti szívetek, akkor arra utal, hogy ne engedd meg semminek, hogy hatást gyakoroljon kívülről erre a békességre. Ne engedd meg a rossz időjárásnak, a nagy gázszámlának, a beszóló testvérnek, az arrogáns munkatársnak, vagy bárkinek azt, hogy ezt a békességet, amely benned van, felülírja! Sőt, ez a békesség uralkodjon oly mértékben rajtad, hogy ezek a kívülről jövő kísértések, félelem hullámok egyszerűen lepergjenek rólad! Ezt senki nem fogja tudni megtenni helyetted. Nem tudja megtenni helyetted a pásztorod, nem tudja megtenni helyetted édesanyád, a házas társad, senki sem, hogy ne nyugtalankodjék a ti szívetek és ne féljete, ez mindenkinek személyes, egyéni feladata és felelőssége.

Amikor egy piciny gyermek felnő, ő is sokszor fél ettől, attól, amattól. Meg kell tanítanunk a gyermekeinket arra, hogy bízzanak. Amikor van az emberben egy természetes tartás, egy józanság a saját erejét, képességeit tekintve, az nem hiba és nem baj, mert teljesen józan vagy akkor, amikor nem állsz ki a kamion elé, amikor az nyolcvannal száguld feléd, azt mondva, hogy neked olyan békességed van, hogy fölteszed a kezed és fizikailag meg tudod állítani. Nem tudod megállítani. Ez azt jelenti, hogy félünk attól, hogy a kamion elüt?

Bizonyos az, hogy az ember józan, így is megfogalmazható, hogy nem merünk kiállni a villamos elé sem, de ez nem félelem, ez bölcsesség, de amikor az ember nem mer valamit megtenni, mert fél bizonyos dolgoktól, bizonyos helyzetektől, akkor korlátozza saját magát és korlátozza magát Istent is. Ne hagyj nyugtalankodni a szíved! Azt mondod, hogy ez nehéz. Nehéz, mert állandó nyugtalanság, állandó stressz vesz körül mindenhol, mindenhol a félelem jön, mindenhol a problémákat hallom és annyi zavar és annyi betegség van körülöttem, és pénzhány is van és még az apósom se segít nekem, az anyósomnak se vagyok a kedvence és mindenfélét lehet mondani, ami lehet, hogy így is van, de semminek nem kellene a nyugalomunkból kikökkentenie minket.

**Máté 11,28–30.**

**28. Jöjjetek énhozzám mindnyájan, akik megfáradtatok és megterhelgettetek, és én megnyugosztalak titeket.**

**29. Vegyétek föl magatokra az én igámat, és tanuljátok meg tőlem, hogy én szelíd és alázatos szívű vagyok: és nyugalmat találtok a ti lelkeiteknek.**

**30. Mert az én igám gyönyörűsége, és az én terhem könnyű.**

Meg kell magunktól kérdezzük azt, hogy ha azt mondjuk, hogy nehéz az élet, akkor miért nehéz az a számunkra? Akkor lehet, hogy Jézusnak ezeket a szavait nem értettük meg, vagy nem abban az időben járunk és amiatt nehéz az élet.

Van itt egy szó, amin ugyancsak érdemes elgondolkozni, ami azt mondja, hogy könnyű. Az én igám könnyű. És azon is érdemes elgondolkozni, hogy azt mondja Jézus, hogy gyertek hozzám mindannyian, akik megfáradtatok és én adok nektek valamit. Nagy gazdagságot, nagy pénzt, jó kapcsolatokat, átütő erőt, egy csomó mindent, amire vágysz, én odaadom neked. Nem ezt mondja! Ha megfáradtál, gyere hozzám és adok neked nyugalmat. Nyugalmat a te lelkednek. Ha nyugalomban van a lelked, akkor nem tudsz keserű lenni, akkor nem tudsz belesüppedni az önsajnálatba, a fájdalomba, a kilátástalanságba. Nyugalom, nyugi! Egyszer valaki azt mondta, hogy nyugodj meg, mert attól megnyugszol! Igazság ez, még ha viccesen hangzik is. Nyugodj meg, mert attól megnyugszol!

Nagyon gyakran jön az életünkben olyan külső hatás, ami miatt képesek vagyunk szorongani, nyugtalanodni. Jönnek hírek, jönnek hiányról jelentések. Az ember kinyitja manapság az internetet, bármilyen platformot és szembe jön vele az a másodosztályú kultúra – hadd nevezem így –, amely fröcsög és gyűlölködik. Beszívódott ez a közbeszédbe, a politikába, a társadalmi életbe. Az embert ez is nyugtalanítja, hogy milyen világ az, amiben élünk! Mi az, ami körbevesz minket? Mi az, ami körülöttünk van? Normális dolog ez, hogy ez vesz minket körül?

És amikor főlháborítanak dolgok, akkor nyugodtan beszélj saját magadhoz! Nyugodtan szólj a saját lelkedhez, hogy nyugodjál meg! Azért is jó saját magadhoz szólni időnként, sőt ezt megtanulni, mert van úgy, hogy más nem mondja ezt neked. Lehet, hogy más nem szól hozzád, mástól nem hallasz ilyet, ezért halld meg a saját szavaidat! Amikor Isten Igéjét kimondod, akkor Isten beszéde szól hozzád, szól a te szívedhez és képes lesz arra, hogy uralkodjon feletted. Ez a te felelősséged! Ne hagyj nyugtalanodni a szíved! Ne hagyj, hogy békétlenségben legyél! Ne hagyj, hogy elborítsanak az érzelmek! Ha hagyod, akkor utána jön a félelem, akkor utána jön a kilátástalanság érzése és jön az, hogy mi lesz velem, mi lesz velünk? Még egyszer olvasom a János 14,27-et.

#### **János 14,27.**

**27. Békességet hagyok néktek; az én békességemet adom néktek: nem úgy adom én néktek, amint a világ adja. Ne nyugtalanodjék a ti szívetek, se ne féljen!**

Ha hagyjuk, hogy jöjjön a félelem, akkor utána jön a pánik, utána jön az, ami eluralkodik felettünk. Orvosilag is bizonyított, hogy a krónikus félelmek, a stressz, a nyomás a lelkünkben fakadóan hatást gyakorol a testünkre és előidézik bennünk betegségeket. Ez a békétlenség, ez a feszültség, nyugtalanítás azt hozza elő, hogy a testünkben lévő sejtek, az idegrendszerünk, az egész genetikai állományunk – nem tudom ennek pontosan, mik a meghatározásai, de elkezdnek rendellenesen működni. Nem úgy kezd el működni, ahogy Isten megteremtette. Nem segíti elő azt, hogy regenerálódjanak, hosszú távon jól éljenek és felfrissüljenek, hanem azt segíti elő, hogy rombolják magukat, föllázadjanak Isten szava ellen és ártsanak neked. De neked megvan az a hatalmad a saját tested felett, amit, ha nem juttatsz érvényre, akkor nem biztos, hogy valaki más meg fogja tenni helyetted. Mi vagyunk azok, akiknek a teste egy ajándék! Nincs senki más a teremtett világban, akinek lehetősége lenne erre. Az angyaloknak nincsen testük. Fizikai testük. Ez egy kiváltság. Egy időre kaptuk. A bűnbeesés miatt romlandó és egy ideig vagyunk ebben a testben, de vigyáznunk kell rá! Isten megadta hozzá az eszközt és a módszert, hogy nevezem így, megadta hozzá a képességet és az erőt, ami benne van a szánkban – a hit beszéde. Szólunk a testünkhöz, hogy figyelj ide, neked működnöd kell! Úgy, ahogy azt Isten megteremtette, úgy ahogy Jézus Krisztusban, a megváltásban érvényre jutott a gyógyulás, működjél tökéletesen! Ha kapar a torkod, ha fáj a fejed, a derekad, a csontod, az ízületed, vagy bármi – szólhatsz hozzá!

Ahogy Jézus szólt a lázhoz, úgy te is szólhatsz a szemedhez, a fogadhoz, az ínyedhez, az ízületeidhez, bármihez, mert hallja! A teremtett világ hallja azt, amit Isten kimond a száján és amikor kimondod az Igét, akkor az Igének engedelmeskednie kell a kimondott szóra!

Amikor békétlenségben vagy, akkor szólj a lelkedhez, hogy lelkem, nyugodjál meg, legyen békességed! Ezt tudatosan kell végeznünk. Nem kell engednünk, hogy az érzelmeink elsodorjanak minket, mint ahogy, ha felülsz egy lóra és elkezd száguldani és már nagyon gyorsan vágat, akkor már

nagyon nehéz megállítani, de amikor még csak elkezd futni, akkor az elején még sokkal könnyebb visszafogni és azt mondani neki, hogy: hó, állj meg!

Ugyanígy vannak az érzelmeink is, fölkorbácsolódnak, fölháborodnak, mint a tenger és nagy hullámokat vernek és akkor sokkal nehezebb hozzá szólni. Ha csak kicsit csöpög a csap, könnyebb elzárni, mint, amikor ömlik az egész rendszerből a víz. Így vagyunk mi is összerakva. Ne nyugtalankodjék a ti szívetek, se ne féljen! Nem szabad ezt megengednünk, mert ha megengedjük, akkor egy hatás van, amit ez eredményez. Mi lehet az? Egy negatív előjelű, keserű, beteg, depressziós, fájdalmas hatás, ami abba az irányba mutat, hogy tönkre tegyen téged, hogy megöljön.

A nyugtalanságnak, a békétlenségnek, a háborúságnak egy célja van, hogy tönkre tegye az életedet! Semmit nem lehet vele megváltoztatni. Úgy is mondhatnám, hogy a nyugtalanság egy mérég, ami beül az ember szervezetébe és előbb-utóbb szétterjed benne, károsítja a szerveit, az egész életét. Mérég, egy toxikus anyag.

Bár azt mondjuk erre, hogy ez egy lelki dolog, vagy szellemi dolog, vagy nem kézzel fogható dolog, mégis megnyilvánul kézzel fogható módon az ember testében, a sejtjeiben kimutatható. A nyugtalanság mérég, mégsem állunk ellen neki. Mint ahogy nem veszel be naponta egy kanálnyi hypót a szádba, mert mérég az a szervezetednek és nem adagolsz magadba olyan dolgokat, amelyekről tudod fizikailag, hogy ártanak neked.

A nyugtalanság ugyanilyen mérég! Ugyanilyen hatást akar gyakorolni rád, de a békesség Szelleme pedig egész nap azon munkálkodik, azon dolgozik, hogy ezt felülírja és Ő benned nem halványul el. Olyan ez egy kicsit, mint amikor van egy nagyon fényesen világító lámpa az ember belsőjében, de azt egy sűrűn szőtt pokróccal letakarod. Annak a lámpának az ereje, a fénye, nem szűnt meg, csak nem jön át azon a pokrócon. Ott van az benned, csak el van fojtva. Ott van az benned, működni akar és működik is benned, csak el van takarva. Az elménkben lévő lepel, az elménkben lévő erődítmények, az elménkben lévő gondolatok azok, amelyek eltakarják ezt a békességet, de nyugodj meg, mert a nyugalom ott van benned! A nyugalom ott van a szellemedben, ott van belül, ki van töltve beléd és semmiben nem szűkölködsz a nyugalom területén. A nyugalom orvosság és nagyon sokszor az emberek mégsem ezt szedik, hanem a háborúságot.

Egész héten mondhatod magadnak, egész héten kijelentheted az Igét saját magad felett, hogy ne nyugtalankodjék a szívem! Mint ahogy Dávid mondta, hogy áldjad én lelkem az Urat! Áldjad én lelkem az Urat, el ne feledkezzél az Ő jótéteményéről! Áldjad én lelkem az Urat! Mondta ezt akkor, amikor a külső hatások, a külső tényezők mind-mind arra adtak volna inkább okot, hogy nyugtalankodjon, mert üldözték, mert halálra keresték, mert kivetett volt az országból. Bűnözők vették őt körül, barlangban lakott, menekülnie kellett, nem királyi palotában szolgálk hozták elé az ételt, hanem siralmas körülmények között bátorította magát és kijelentette, hogy a békesség Istene az én Istenem! Áldjad, én lelkem, az Urat!

Ehhez kell egy tudatosság, hogy fókuszáljunk Jézusra. Azt is jelenti, hogy tudatosan eltereljük a figyelmünket bizonyos dolgokról. Az elménk egy harctér. Azt akarja a sátán elérni, hogy arra fókuszáljunk, amit ő vetít elé. Az a kép, az a videó, az az elképzelés, az a jövőkép, az a látás, amit ő vetít elé, amit látunk a képzeletünkben, az napirenden legyen, oly mértékben be legyen betonozva az elménkben, a szemünk előtt, hogy mindent kitakarjon és mindent elfedjen.

Ehhez képest Isten meg azt mondja, hogy ne erre tekintsünk! Nem mondja azt, hogy valljuk meg, hogy ez nincs, nem mondja azt, hogy úgy hagyjuk figyelmen kívül ezt, hogy tudomást sem veszünk róla, hanem azt mondja, hogy ne erre nézz, ne erre tekints, hanem nézz Jézusra!

Nem lehet egyszerre előre is nézni meg oldalra is. Nem lehet egyszerre előre is meg hátra is nézni. Vagy Jézusra nézünk, vagy nem Jézusra nézünk. Amikor Jézusra nézünk – és ez egy tudatos határozott, mindennapos erőfeszítés a részünkről –, annak következményei vannak. Az a következménye, hogy elváltozunk az Ő hasonlatosságára. Ezt mondja a Biblia. Nincs olyan, hogy nem változunk el, miközben Jézust nézzük. Ha nem változunk el, akkor nem Jézust nézzük.

## **2Korinthus 3,18.**

**18. Mi pedig az Úr dicsőségének visszatükröződését mindnyájan fedetlen arccal szemlélvén, ugyanazon ábrázatra elváltozunk dicsőségről dicsőségre, az Úrnak Szellemétől.**

Fedetlen arccal szemlélvén. Mit jelent ez, hogy fedetlen arccal szemlélvén? Lehet így nézni Jézust, vagy akár nézni bármelyikünket? Nézz úgy a melletted ülőre, hogy itt van előtted egy ilyen fekete dosszié. Látod őt? El van fedve az arcod. Amikor tisztán látod Jézust, amikor tisztán látod, hogy milyen Ő, amikor tisztán látod, hogy mennyire szeret téged, hogy mennyire áldott vagy, hogy milyen munkát végzett érted, akkor nincs más lehetősége a lelkednek, mint hogy elváltozzon. Itt ez nem az újjászületésről szól, hanem arról a mindennapos hétköznapi életről, amelyben a közösségünk Vele épül. Ha nincs változás, akkor nem Jézusra nézünk.

Nem kell azt mondogatnunk állandóan, hogy harag van bennem, neheztelés van bennem, keserűség van bennem, mérges vagyok! Lehet, hogy így is van egyébként, de nem kellene kijelentenünk és az identitásunk részévé tenni azt, hogy én türelmetlen vagyok, én nyugtalan vagyok, nekem ilyen a természetem, mindig is ilyen voltam, mindig is ilyen feszült hangulatú és állapotú voltam. Lehet, hogy ilyen voltál, de az újjászületés által a szellemed már nem ilyen és a lelked, amit örököltél, a temperamentumod, a viselkedésed, az pedig változhat és változnia is kell!

Fedetlen arccal szemlélve Jézust az ember elváltozik az Ő hasonlatosságára! Tehát egyre inkább békességgel teljes leszel a hétköznapijaidban, egyre inkább nyugodt leszel, egyre inkább szeretetteljes leszel, egyre inkább megbocsátó leszel, egyre könnyebben fogod kezelni az életed nehéz dolgait. Ha Jézusra nézünk és Őhöz elváltozunk, Őhöz hasonlókká válunk, akkor egyre inkább megnyilvánul az életünkben Isten természete. Ezek vagyunk mi. Jézus határoz meg minket és az határozza meg az életünket, amit Ő mond úgy, hogy mi ebben a világban élünk.

Élhetünk a világban úgy, hogy a negatív, rossz hatások fölött vannak az érzelmi kvalitásaink, az érzelmi állapotunk, az anyagi helyzetünk, a testünk állapota. Ezt még a 91-es zsoltár is kijelenti, hogy elesnek mellőlem ezren, jobb kezem felől tízezen. Úgy, hogy az előtte lévő Igék arról szólnak, hogy mindenféle betegség, meg gonoszság van a világban, de mi mégis megállunk és hozzánk nem is közelít. Ez békességgel lehetséges csak. Egyszerűen csak Őrá kell nézni! Ez nem akaraterővel működik. Nem úgy működik, hogy saját magunkat megfogjuk a hajunknál fogva és kiemeljük magunkat a vízből. Ez senkinek nem megy.

Ez nem arról szól, hogy én magam összpontosítok csupán a saját erőmre, a saját elképzeléseimre és rendkívül nagy önfegyelemmel magamat megfegyelmek, hanem arról szól, hogy Őt nézem és Ő megváltoztat engem. Ez nem írja felül azt, hogy ne legyünk rendkívüli módon fegyelmek, vagy ne legyünk rendkívüli módon elszántak, de tudd meg, hogy a saját erő sohasem elegendő ahhoz, hogy Isten erejében járjunk! Saját erőből nem lehet elérni azt a szintet, amit Isten tud csak egyedül könnyedén odaadni. Saját erőből kínlódunk, próbálkozunk és eltelik egy év, öt év, tíz év, húsz év és elérünk valamit húsz. vagy harminc év alatt és akkor jön Isten és egyet csettint és egy pillanat alatt odaadja ennek a kétszeresét és azt mondja, hogy eddig is ment volna ez! Mit kínlódsz te annyit saját erődből? A saját erőnkre való támaszkodás oda visz el bennünket, hogy nyugtalankodunk, feszültek vagyunk, mert úgy érezzük, nem elegendő, amit tettünk.

Nem elegendő az erőfeszítésem, nem vagyok elég jó, többet kellett volna tennem! Lehetséges, hogy így van, sőt bizonyára, de amúgy sem a mi erőnk végzi el azt a munkát, amire Isten elhívott minket, hanem az Ő ereje. Egyszerűen csak Őre kell nézni! Egyszerűen csak azt kell tenni, amit Ő mond, pont! És a Szent Szellem átváltoztat, ezt mondja ez az igevers. Nézzük Őt és a Szent Szellem átváltoztat minket!

Nehezen fér bele ez a gondolatainkba, az elménkbe. Nehezen megy be ez az ember képi világába. Azt mondja itt még az Ige, illetve másik igehelyen, hogy ahol az Úrnak Szelleme, ott a szabadság, de van egy ellenségünk ezen a földön, aki pont az ellenkezőjét akarja annak, hogy mi szabadságban járjunk. Ezért újra és újra hallani kell erről és ezzel kell elfoglaltnak lennünk, nem a háborúság gondolataival! Mindig lesz lehetőség háborogni. Mindig lesz lehetőség nyugtalankodni. A világ, ami körbevesz minket, nem a jó irányba halad és nem lehet azt mondani a láthatók alapján sem, hogy majd jobb lesz. Vannak felvillanások, vannak emberek és sokszor az ember szíve felvi-

dul, amikor lát egy-egy fiatal, vagy lát egy-egy olyan megnyilatkozást, ami azt mondatja velünk, hogy nincs még semmi veszve, vannak még normális emberek, vannak még tisztességes emberek, vannak még mögöttünk lévő generációk, olyanok, akik komolyan gondolják az Úrral való járást. Ne legyünk elkeseredve! Mégis, összességében a világ nem a világbéke és a teljes ellátás felé halad, hanem a káosz felé, egyre inkább. Ez elég egyértelműen látszik pl. az értékrend, az erkölcs stb. területeken.

Nagyon sokszor, úgy gondolom, hogy ott rontjuk el, hogy ezt a békességet mi magunk akartuk megteremteni saját erőből, de az a békesség, amely természetfölötti és Őbelőle fakad, az egyszerűen egy olyan békesség, amit meg kell ismerni csak és bele kell lépni. Ez nem belőlünk fakad! Ez Istentől fakad! A Vele való személyes kapcsolatból fakad. Ez fakadhat a Biblia olvasásból, fakadhat abból, hogy dicsérjük Őt a szavainkkal, az imáinkkal, vagy énekkel, dicsőítésekkel. Sokféle módon tud ez a békesség megnyilvánulni belőlünk, de ha mi akarjuk nagyon az életünket a békesség irányába hajtani, akkor Isten azt fogja mondani, hogy csináld! Tedd meg és juss vele addig el, amíg el tudsz jutni! Ha te dolgozol, akkor Isten pihen és hagyja, hogy csináld. Ha te pihensz, akkor Isten dolgozik helyetted. Ha mi megpihenünk, akkor Isten elkezd dolgozni az életünkben.

Pálnak mondta az Úr, hogy az én erőm erőtlenség által végeztetik el. Az én erőm azáltal van elvégezve benned, hogy te erőtlen vagy, hogy nem akarsz te annyira erős lenni a saját erődből, hanem az én erőmben vagy te erős. Az én erőmben vagy te bátor. Az én erőmben vagy te kiegyensúlyozott. Az én erőmben vagy te bölcs. Énáltalam van ez benned meg, nem a saját erődből. A 2Korinthus 12,9 mondja, hogy az én erőm erőtlenség által végeztetik el.

Jézus életében volt több nap, amelyről elég sokat olvashatunk, de van egy nap, mondhatni huszonnégy óra, ami elég jól körbe van írva. A Márk evangélium 4-ben olvasunk erről, amikor is a magvetés példázatával elkezd tanítani azokat, akik Őt körbe veszik. Ha végignézzük az Ő életét és elgondolkozunk azon, hogy tanít és tanít és türelmes és elmagyarázza, aztán amikor befejezte a magvetés példázatát és megmagyarázta, akkor elmond egy másik példázatot. Amikor azt is elmondta, akkor azt olvassuk, hogy sok más példázatot mond. Egész nap példázatokban beszél. Mondja, mondja, mondja és nem fárad el, nyugalomban van és van erre ideje, mert rászánta erre az idejét. Azt mondta a tanítványoknak, hogy na, srácok, hajóra föl, most átme gyünk a túlsó partra! Kapernaum környékén volt bizonyára, ott, ahol ezt a magvetés példázatot mondta. Egész nap ott töltötte az időt, majd azt mondta, hogy na, fiúk, átme gyünk a hajóval! Ez nem egy nagy hajó, inkább egy kis lélekvesztőnek gondolnánk mi. Ismerjük a történetet, jön a vihar.

Jön a vihar, amely oly mértékben dobálja a kis csónakot, hogy a tanítványok, akik harcedzett, vizet megjáró halászberek, elkezdnek félni, hogy itt nekik most végük van. Ebbe ők most belepusztulnak. Nekik vége itt az életüknek, mert olyan vihar jött a Galileára hirtelen, amilyen vihar tud jönni a mi kis Balatonunkra. Hirtelen északról jön a szél, felháborítja a hullámokat, becsapott a víz a csónakba, és Jézus mit csinál? Aggódik és stresszel és azt mondja, hogy jaj, nem kellett volna elindulnunk az útra? Láthattam volna azt, hogy milyen jelek vannak a horizonton, hogy gyűlnek a viharfelhők. Nem! Mit csinál? Alszik. Amikor az ember alszik, akkor általában nyugalomban van, nem? Vagy te szoktál úgy aludni, hogy közben remegsz és stresszelsz és aggódsz? Nem. Az ember teste számára az alvás a nyugalom állapota. A nyugalom pozíciója. Amikor alszol, nyugodt vagy. Most nem arról beszélek, amikor rosszat álmodsz, hanem arról, hogy amikor lehajtod a fejed este, reggelig a tested regenerálódik, a lelked is próbálja ezt tenni. Nem mindig sikerül neki. Sokszor ugyanolyan ingerülten ébredünk reggel, mint amilyen mérgesen lefeküdtünk este, de ettől függetlenül Isten úgy teremtette meg a testet, hogy életünk közel egyharmadát ebben a nyugalmi pozícióban töltjük. Belegondolok abba, hogy mi lenne velünk, ha még ez sem lenne nekünk, ha úgy élnénk a testben, hogy nem lenne ez a nyugalmi állapot az életünk egyharmadában. A kétharmadát meg nyugtalanságban éljük sokszor.

Tehát ott van Jézus és ami rá jellemző ebben az állapotában az az, hogy nyugodt. Nagyon szemléletes, hogy ebből a nyugalmi pozícióból, ebből a nyugalmi állapotból nem zökkentette ki, hogy vizes lesz a ruhája és, hogy hánykolódik a csónak. Nem tudom, hogy ki az, aki volt már hajón nagy

hullámok között? Tengeri betegsége volt-e már valakinek? Az ember gyomra forog, a feje fáj és szédül a nagy hullámok miatt, mert nem lát fix pontot, minden mozog körülötte és az ember beleszédül és jaj, ki kell állni a hajó elejére és nézni a partot, hogy egyszerűen ne jöjjön ki a vacsora belőled, de Jézus alszik, teljesen nyugalomban van.

Ez egy nagyon jó példája annak, hogy a háborúság milyen hatást gyakorol a nyugalmi emberre, ha az a nyugodt ember valóban megéli a nyugalmat, semmilyen hatást nem gyakorol. Jézus nyugodt volt és nem volt képes a vihar felébreszteni Őt. Bizonyára mélyen aludt, de itt ennek van egy mély tartalma, úgy gondolom, de a tanítványokra nem ez volt a jellemző. A tanítványoknak kivillant a jelző a fejükben és villogott a piros, vagy sárga szíréna, hogy félelem, félelem, elsüllyedünk, meghalunk, vége mindennek! Az aggodás és a kézzelfogható rettegés miatt felébresztették Jézust. Jézus mit mondott ekkor nekik? Keressük meg az Igében!

**Márk 4,35–41.**

**35. Azután monda nékik azon a napon, amint este lett: Menjünk át a túlsó partra.**

**36. Elbocsátván azért a sokaságot, elvitték Őt, úgy amint a hajóban volt; de más hajók is voltak vele.**

**37. Akkor nagy szélvihar támadt, a hullámok pedig becsapnak vala a hajóba, annyira, hogy már-már megtelék.**

**38. Ő pedig a hajó hátulsó részében a fejaljon aluszik vala. És fölkelték Őt, és mondának néki: Mester, nem törödsz vele, hogy elveszünk?**

**39. És felkelvén megdorgálá a szelet, és monda a tengernek: Hallgass, némulj el! És elállt a szél, és lett nagy csendesség.**

**40. És monda nékik: Miért vagytok ily félénkek? Hogy van az, hogy nincs hitetek?**

**41. És megfélemlének nagy félelemmel, és ezt mondják vala egymásnak: Kicsoda hát ez, hogy mind a szél, mind a tenger engednek néki?**

Jézusnak nincs olyan probléma, Jézusnak nincs olyan pánikhangulat, Jézusnak nincs olyan csúszós út, Jézusnak nincs olyan politikai, vagy gazdasági helyzet, ami kibillentené Őt a békességből és azt mondta, hogy én ezt a békességet adtam nektek! Azt is mondta, hogy ebben járni könnyű, mert ez az én igám, ez az én terhem, amit én nektek adtam. Gyere, tanuld meg tőlem, hogy szelíd és alázatos vagyok és én megnyugosztalak. Ebben járni könnyű! Az ember ilyenkor vakarja a fejét, hogy hát itt valamit nem nagyon értek. Hogy lehet ez könnyű? Nincs ennél nehezebb dolog a világon! – gondoljuk mi. Így is van, ha saját erőből akarunk ebben járni, hogy magunkra erőltessük a békességet, akkor az egy hamis békesség lesz, az egy elbizakodott békesség lesz, az egy megtévesztett békesség lesz, de ha Jézusra nézünk, akkor az Ő békessége uralkodik felettünk. Nekünk nem a saját békességünkben kell járni, hanem az Ő békességében. A mi saját békességünket a világból nyerjük, de Ő nem úgy adja, mint ahogy a világ adja, hanem máshogyan és az képes arra, hogy mindenképp lett való legyen. Nincs az a válsághelyzet, ami ki tudná Istent mozdítani a nyugalomból. Elképesztő, hogy ez bennünk, mindannyiunkban ott van! Bennünk van.

De nincs még vége a napnak, átérnek a túlsó oldalra, aztán találkoznak valakivel, aki a bibliai leírások szerint a leginkább démonizált ember a bibliai lapokon. Mi történik Jézussal? Megijed? Mert ott egy ember, aki leszaggatja magáról a láncokat, ott egy ember, akinek habzik a tekintete, a szája, a homloka, nincs ember, aki le tudná Őt fogni és aki körülötte van, fizikai értelemben életveszélyben van? Jézus egy mondattal elintézi a dolgot. Nem aggodik, nem stresszel, nem problémázik, nem esik kétségbe, nem mondja azt, hogy jaj, most mit csináljak, hogy kell ezt a helyzetet kezelni, mi az, amit nekem most csinálni kell ebben a helyzetben? Tudta, hogy ki Ő, tudta, hogy a Szent Szellem benne van, tudta azt, hogy milyen hatalma van, tudta azt, hogy milyen erővel szolgál, és tudta azt, hogy azoknak a démonoknak menni kell!

A történetben látjuk, hogy disznónyájba mentek a démonok, elpusztultak az állatok, belementek a tengerbe. Az első dolog, amit olvasunk erről az emberről, hogy az elméje kitisztult. Olvasd el, nem olvassuk most el. Ül az ember a földön, vagy egy kövön és az elméje tiszta. Tiszta a gondolkodásmódja, józan, nyugodt, békességgel teljes, látszik rajta, hogy megváltozott benne valami. Lát-

szik rajta, hogy az, ami az elméjére hatást gyakorolt, megszűnt. Ül, nyugalomban van, nem stresszel, nincsenek kirohanásai, nincsenek már benne olyan dolgok, amik miatt tette azokat, amiket tett, ül és csodálkozik körülötte mindenki. Ez történik és még a huszonnégy órán belül vagyunk körülbelül.

Aztán mit mond Jézus? Menjünk vissza a tengeren! Na, gondolhatta magában a sok tanítvány, hogy most éltünk túl egy viharos átkelést, menjünk inkább körbe gyalog! Nem, engedelmeskedünk Jézusnak, menjünk vissza. Nem írja itt a Biblia, hogy újra viharon kellett volna keresztülmenniük, de ha megint vihar tört volna a Galileai tengerre, akkor bizonyára Jézus azt is kezelte volna.

Átmennek és mi történik, ki jön szembe velük? Jairus, a zsinagógafő, egy előljáró, akinek a lánya halálos beteg. Gondold el, egy napon belül vagyunk. Példabeszédeket prédikált egész nap Jézus, túl vannak egy éjszakai, háborúsággal teljes, viharos átkelésen. Bizonyára dolgozni is kellett, mert a sok vizet ki kellett merni a csónakból, mert majdnem megtelt. Ott van ez az örült, aki tele van démonnal, megszabadul. Jönnek vissza és akkor jön Jairus, hogy gyógyítsd meg az én lányomat! És Jézusnak van rá ideje! Nem nyugtalanodik, nem látjuk azt, hogy stresszel, nem mondja, hagyjatok már kicsit engem megnyugodni. Hadd pihenjek már le, hát fölébresztettek éjszaka a kedves tanítványaim, nem tudtam kipihenni magam rendesen. Hatalmat kellett gyakorolnom, erőt kellett gyakorolnom, hú, de le vagyok fáradva! Dehogyan, semmi ilyesmit nem olvasunk. Jairus kijelenti a hitét, hogy gyere, tedd az én lányomra a kezed! Jézus elindul Jairus háza felé és akkor mi történik? A történetet mindenki ismeri, jön a tizenkét év óta vérfolyásos asszony, aki megérinti hátulról a ruhája szegélyét. Ahogy a ruhája szegélyét megérinti, érzi Jézus, hogy erő áramlott ki belőle.

Ez azt jelenti, hogy Jézusnak kevesebb ereje lett? Egy akkumulátorból kiárad az erő, mert feltölti az autót, vagy egy világításba megy az erő. Jézusból is így áradt ki az erő? Nem gondolnám, hogy a Szent Szellem ereje kevesebb lett volna utána benne, de Jézus foglalkozik vele, teljes békességben, teljes nyugalomban, nem dorgálja meg, hogy mit képzelsz te, hogy érhetsz hozzám, neked tisztátalanként nem szabad hozzáérned egy tiszta emberhez! Ez volt a törvény, az a törvény, amit Ő mondott. A leprás sem mehetett oda senkihez, megérinteni az egészséges embereket. Egy vérfolyásban szenvedő nőnek sem szabadott odamenni senkihez. Ő az életét kockáztatva, mindent felülírva hátulról ért Jézus ruhájához és Ő nyugodtan, békességgel teljesen foglalkozik vele és azt mondja, hogy nagy hit van benned. Legyen neked a te hited szerint, meggyógyultál! Nem mondja így szó szerint, hogy nagy hit van benned, de ez egy nagy hit. Jézus békességgel teljes, volt ideje erre és semmi nem tudta kimozdítani Őt abból, amiben élt és járt. Ez a békesség bennünk van. Ez a bölcsesség is bennünk van. Pál apostol úgy fogalmaz a Korinthusi levélben, hogy Krisztus értelme bennünk van. Sokkal több van bennünk, mint amit használunk, úgy gondolom.

Azt hiszem, hogy elég elfoglalt volt Jézus, mert azt mondja a Biblia róla, hogy több csodát tett, többet végzett el abban a három évben, mint amennyire elegendő lenne végtelen mennyiségű könyv. Tehát egy pörgős élete volt, igen sok munkát elvégzett, pedig egy viszonylag kis fizikai területen élte az életét, de nem látjuk, hogy ez a pörgős élet nagy stresszt gyakorolt volna rá. Nem látjuk azt, hogy a nyomás és az elvárás miatti idegeskedés kizökkentette volna Őt, hanem azt látjuk, hogy nyugalomban van.

Az ószövetségben a zsidóknak az volt az ígéret, hogy bemennek a tejjel-mézszel folyó földre, és ott fogják élni az életüket. A mi újszövetségre előre mutató prófécia az, hogy mi bemegyünk a nyugalom földjére. A nyugalom helyére. A békesség földjére. A mi ígéretünk a nyugalom földje. Ha át tudjuk állítani az elménket arra, hogy ne aggódjunk, mert minden rendben lesz, akkor a győzelem már a miénk. Ha az elménket nem tudjuk átállítani erre, ha az elménket nem tudjuk kordában tartani, akkor a negatív, rossz érzelmeink uralkodni fognak felettünk. Ha aggódunk akár a tüneteink miatt, akár a hibáink miatt, vagy a pénz miatt, vagy amiatt, hogy bizonyos dolgok nem időben jönnek az életünkbe, akkor nem a nyugalom földjét vettük birtokba. Ha elfeledkezünk bizonyos dolgokról, akkor sokszor sok minden saját magától megoldódik. Nem lehet ezt mindenre ráhúzni, tudom nagyon jól, de a pihenés, az a mi munkánk. Az a cselekedet, ami az ószövetségi törvény alatt a szövetségben élők munkája volt, az az, hogy tegyék meg a törvényt, csinálják a törvényt, cselekedjék meg a törvényt, hogy azáltal élni tudjanak. Nekünk ma, újszövetségi hívőként, keresztényként a mun-

kánk az, hogy pihenjünk. Az a feladatunk, hogy bemenjünk ebbe a nyugalomba. A Zsidókhöz írt levél nagyon jól beszél erről.

Nincs már időm arra, hogy ehhez Igéket felolvassak. A legfőbb munkánk a pihenés munkája. Ez nem azt jelenti, hogy lógatjuk a lábunkat, nem így kell pihennünk, hanem úgy kell pihennünk, hogy nyugalomban végezzük azt, hogy engedelmeskedünk Istennek, hogy békeességben tesszük ezt, hogy belépünk abba a nyugalomba, hogy nem nekem kell erőlködnöm, hogy elérjek valamit Istennél, mert Ő már elérte helyettem és elérte értem. Én munkálkodok, én teszem a dolgomat fizikailag, a munkahelyemen, otthonomban, bárhol, a gyülekezetben és csinálom a dolgot, de ezt békeességben teszem, úgy, hogy megpihenek abban, hogy a tényleges munkát Ő végzi el. Ő adja a növekedést.

Meg kell tanulnunk lelassítani sokszor. Jézus soha nem sietett sehova, nem látjuk azt, hogy rohant volna. Nem látjuk azt, hogy állandóan kapkodott volna, vagy állandóan azon nógatta volna a tanítványokat, hogy menjünk már, haladjunk már, haladjunk már! Nyugodt volt. Mondhatni, hogy gyorsan haladt, de úgy is lehet mondani, hogy lassan haladt. Éveket szolgált. Isten képességeiben benne van, vagy benne lehetett volna az, hogy az egész megváltói munkát elvégezze egy hét alatt. Nem? Hiszen nem az volt a legfontosabb az Ő részéről, hogy nagyokat prédikáljon és mindenféle példabeszédeket mondjon nekünk, a legfontosabb cél az volt, hogy föláldozza magát, hogy Ő legyen az áldozati bárány. Ez volt az elsődleges célja. Ezért imádjuk Őt, ezen keresztül jön az üdvösségünk, nem a csodálatos tanításai, vagy az erkölcsi útmutatásai miatt. Azok mind-mind mellékes dolgok, de Ő éveket töltött azzal, hogy nem sietett, nem rohant és nekünk is meg kell tanulnunk lelassítani. Nem kell feltétlenül görcsösen ragaszkodnunk minden elképzelésünkhöz, hanem adjuk át a terhünket, a problémánkat neki.

#### **1Péter 5,7–8.**

**7. Minden gondotokat Őreá vessétek, mert néki gondja van reátok.**

**8. Józanok legyetek, vigyázzatok; mert a ti ellenségetek, az ördög, mint ordító oroszlán szerte jár, keresve, kit nyeljen el:**

Kiket keres az ördög? A nyugtalanokat. Ne nyugtalanodjék a szívetek, minden gondotokat Őreá vessétek, ne nyugtalanodjatok! Kiket keres a sátán? Kiket vesz ki a tömegből? Az aggódókat, a félelemmel teljeseket, a stresszelőket, a feszülteket, a szorongókat. Engedd el a félelemmel teljes gondolataidat! Engedd el a szorongásokat, engedd el a bajaidat! Engedd el azokat a dolgokat, amikhez olyan nagyon ragaszkodsz! Megnövelheted-e a termetedet egy arasszal az aggódással? Meg tudod-e védelmezni a gyermekedet az úton, amikor autót vezet, azzal, hogy aggódsz érte? Nem! Sokszor az imáink nem hittel teljes imák, hanem félelemmel teljes imák. Jaj, csak nehogy valami baja legyen! Ez nem a hit szava, ez a félelem szava, a kilátástalanság, az erőtlenség szava. Szeresd a gyermekedet, engedd el és bízd őt az Úrra és vedd őt körbe hittel, a hit szavaival, a hit-imáival! Jaj, csak nehogy valami rossz dolog történjen! Ha ilyen érzések vannak benned, akkor ezt kezeld, menj el a hit szavával, írd felül és jelentsd ki a hitedet! Az Úr olyan Isten, aki képes arra, hogy védelmet adjon nekünk. Ő a védelmező Isten! Dicsőség Neki ezért! Ámen! Halleluja!

Imádkozzunk:

*Mennyei Atyánk, dicsérünk Téged a Te Igédért, dicsérünk Téged azért, aki vagy, aki bennünk vagy, aki körülöttünk vagy, aki közöttünk vagy, aki mozdulsz közöttünk. Köszönjük a Szent Szellemedet, aki a kijelentés Szelleme és a békeesség Szelleme bennünk. Azért imádkozunk, Atyánk, hogy legyen megértésünk arról, hogy ki Ő bennünk, hogy Ő hogyan munkálkodik bennünk és közöttünk, hogy érvényre tudjuk juttatni az újjászületett szellemünkben lévő teljes potenciált, a Szellem erejét, hogy megnyilvánuljon az életünkben a Te békeessed, ami minden értelmet felülhalad. Hogy megnyilvánuljon a családjunkban, a munkahelyünkön, a teljes környezetünkben, hogy az emberek lássák azt, hogy mi látunk Téged, hogy elváltozunk és elváltoztunk a Te hasonlatosságodra és, hogy ez a békeesség kívánatos legyen mindazok számára, akik látnak bennünket, akik vizsgálnak bennünket, akik esetleg megvetnek bennünket. Lássák meg azt a természetfölötti Istent bennünk, aki Te vagy. Azért imádkozunk, Atyánk, hogy egyre inkább tudjunk járni a Te Szellemed békeességében, ahogy*

*Rád tekintünk, ahogy Téged nézünk, úgy elváltozunk a Te hasonlatosságodra. Köszönjük ezt Neked, a Jézus nevében. Ámen!*

\*A függőleges vonallal jelzett igeversek más fordításból származnak.  
A felhasznált bibliai versek a King James kiadás számozását követik.