

## Nagyböjt

A Nagyböjt a keresztény bűnbánati időszak. A Nagyböjt negyven napja alatt az önmegtagadás, az imádság és a jó cselekedetek útján arra törekszünk, hogy szívünket életünk szétszórtságából Istenhez emeljük, és az ő szeretetével tanuljunk jelen lenni a világban.

A keresztény ember jónak tartja és szeretni szeretné a világot – de úgy, ahogyan az Atya szereti. Ezért a böjt célja kissé kiszakadni a világból, és fölemelkedni az Atya szeretetéhez – majd onnan vissza a világba, de már másként.

A Bibliában a böjt mindig a szövetségi gondolkodásba van beágyazva. Célja, hogy az ember Isten rendelkezésére álljon, mégpedig osztatlan szívvel. Tehát nemcsak a test fegyelmezéséről van szó, hanem a szellem készségességéről, a lélek figyelméről, az egész ember Isten felé fordulásáról. A dolgok feláldozása (termény, bárány) mindig távolságvételt jelentett a javaktól, hogy az ember ne legyen rabja semminek, hanem készségesen forduljon Istene felé.

Krisztus példája alapján a keresztény böjtre nem a nagy látványosság, a heroikus erőfeszítés a jellemző, hanem a bensőségeség: rejtetten böjtölni, a szív közepében az Atyával lenni, és főképp szolgálni. A keresztény böjt alapmintája Krisztus böjtje, amelyben lemond istensége ragyogásáról, hogy emberi alakban szolgáljon. A keresztény böjt célja tehát nem annyira a valamiről való lemondás, hanem a szorosabb Krisztus-követés és a szolgálat.

A böjt értelme lehet szívünk összeszedettségének elérése: a világban, a mindennapi teendőinkben szétszóródunk. Szükségünk van arra, hogy „fölemeljük szívünket”. A böjt, miközben felemel Istenhez, előhívja a legigazibb éneket is. Aki közel kerül Istenhez, az kerül közel igazi önmagához.

A böjt a magány pásztora is. Jó egyedül lenni, összefésülni a gondolatainkat, kiengesztelődni a sebeinkkel. Alkalom ez arra, hogy Istenhez közelebb kerülve feltegyük életünk nagy kérdéseit, és keressük a válaszokat, melyeket senki sem tud megfogalmazni helyettünk. A magány tehát az éberséghez, a döntésekhez, az elszántság felszításához kell. A böjtnak ez a célja: élni tanít.

Az ember testi-lelki egység, ezért a böjtjének is testinek és lelkinak kell lennie egyszerre. Fontos a megtartóztatás az ételben, italban, és lényeges lehet a virrasztás vagy a korábbi ébredés, a napi séta, a kártékony szokások (dohányzás, alkohol) elhagyása is. Ám a szellem szétszórtsága a testénél észrevétlenebb és tartósabb, ezért veszélyesebb. A test fegyelmezése mellett ezért a szellem, a figyelem, a lelki energiák összpontosítására is gondolni kell. Krisztus biztosan jobban örül, ha a látható, testi böjten túl a gondolkodásmód, a szív, az érzelmek is böjtölnek. Üzenjünk hadat rossz gondolatainknak, ne ítélkezzünk, ne pletykáljunk. Fontos lenne teológiát olvasni, teológiai igazságokon elmélkedni, reményt vinni másoknak. A lélek osztatlan figyelmének erősítéséhez hozzá tartoznak a szertartások, a liturgiák, a virrasztások, a találkozások, a csöndek is.

A böjt a bűnbánattartás időszaka. Minél közelebb kerülünk a Világosságához, Krisztus világosságához, annál tisztábban látjuk a bűneinket. A böjt a bűnbánattartás, a szentgyónás ideje is. Foglalkozunk a gondolati bűneinkkel, a családdromboló magatartásunkkal, a strukturális bűnhöz való hozzájárulásunkkal és a bűnrészességgel. Azzal, hol és hogyan járunk hozzá mások büntelenségéhez vagy bűnös tetteihez. A szentgyónás kiengesztelődés Istennel: ő elkezdi a megbocsátást, hogy aztán könnyebben kiengesztelődjünk önmagunkkal és embertársainkkal. Krisztus magatartásával hihetetlen alázatról ad példát.

Ma a kényelem, a jólét, a humanista boldogságfogalom magával ragadó ereje fenyeget. Krisztus boldogságfogalma földrengést jelent: nagypéntek óta az a boldog, aki azon a helyen van, ahol az Atya szeretné, akarja, és ott igényesen szeret. Kitart a nehézségekben, akár a kereszten is. Ha kell, tanít, ha kell, keresztre száll. Ha kell, miniszter, ha kell, daganatos beteg. Ha kell, családanyaként, ha kell, egyedülállóként szeret. Az Egyház egyik feladata, hogy felhívja a figyelmet a kényelem, az önmagára figyelő jólét tompító hatásaira.

Az Atya szeretetével kívánjuk szeretni a másik embert, a világot és önmagunkat. Ám az, hogy igazán tudjunk szeretni, ajándék. Ezt az ajándékot reméljük húsvétkor, ezért tartjuk a tenyerünket koldusszegényen. A mi dolgunk, hogy engedjük magunkat elbűvölni, elragadtatni. A végtelenül hatalmas, bölcs és szerető Isten majd úgy lep meg bennünket, ahogyan jónak látja.

Forrás:

A böjt indítéka a szeretet – Beszélgetés Papp Miklós morálteológussal (részlet) 2017. március 12.

Trauttwein Éva/Magyar Kurír

### **Az egyház, a húsevés és a böjt**

”Ne végy részt a nagy evők lakomáin, se azok tobzódásain, akik hússal tömik magukat”.  
(Példabeszédek 20,23.)

A húsevés tilalma az egyházi böjtben teljesebbé válik. Nem kizárólag zsidó szokás, a régi egyiptomiak, perzsák, görögök, indiaiak és mohamedánok vallásaiban is megtalálható. A nyugati egyházak általános előírt legismertebb böjtjei: az adventi böjt minden szerdán és pénteken, advent első vasárnapjától kezdve karácsonyig, a negyvennapos „nagyböjt” pedig hamvazó szerdától húsvétig tart. A húson kívül a tojás, tej, vaj, állatszír tilalma böjti időben az egész keresztény világban egészen a XVIII. század elejéig, sőt, több helyen a XIX. század közepéig tartott. Az egyház szigorú böjti előírásaira jellemző, hogy V. Pál pápa 1617-ben a nagyböjt kezdetén a következő rendeletet adta ki: Senkinek sem szabad Rómában a nagyböjt egész ideje alatt állatot levágni, vagy húst árulni, kivéve néhány mészáros, akik a betegeket és

lábadozókat látják el hússal, de csak könnyű bány, borjú, vagy kecskehússal.

Hazánkban is nagy volt a szigorúság. Fennmaradt levéltári bizonyíték van arra, hogy 1611-ben a nagyszombati tartományi zsinat és ezzel együtt a Magyar Püspöki Kar engedélyt kért az Apostoli Széktől, hogy a magyar katolikusok nagyböjtben tejet és tojást is fogyaszthassanak. Az engedélyt azonban sokan nem vették igénybe, csak halat és olajos ételt ettek – a böjtös eledelék zsírral való elkészítését csak 1870-ben engedélyezte IX. Pius pápa. Az egyházi személyek étkezésére vonatkozó szabályok csupán a 21 éven aluliaknál nézik el a gyakori böjtölést, a 21 éven felülieknek viszont azt ajánlják, hogy lehetőleg minden nap csak egyszer lakjanak jól. Itt is lehet azért „kiskaput” találni: „Kivételt alkothatnak a súlyos, kemény munkát teljesítő laikus testvérek, a tanyákat télen gyalog járó paptestvérek és hasonlók. Ezek naponta kétszer is jóllakhatnak, de többször ők sem.”

Forrás:

Horváth Dezső írása alapján

### **Vatikáni Zsinat a Nagyböjtről**

„A Szent Negyvennapnak két jellegzetes belső tulajdonsága van: egyrészt és elsősorban ez a keresztségre való előkészítésnek és az arról való megemlékezésnek, másrészt pedig a töredelemnek az ideje. ezért kell, hogy a hívők ebben az időben nagyobb buzgósággal hallgassák Isten igéjét, több időt fordítsanak imádságra, hogy így készüljenek a húsvéti misztérium ünneplésére.”

Az Egyház nemcsak megemlékezik Krisztus húsvéti misztériumáról, hanem a liturgiában megújítja azt, hogy a hívők egyesülhessenek Megváltójukkal és felfoghassák az Ő kegyelmeit. A Nagyböjt az évenkénti tavaszi tisztulás és lélekújulás ideje. Krisztus harcba szállt a Sátánnal: böjtölése által, a kísértés visszaverése által, tanítása és gyógyító csodái által, legfőbbképpen pedig önként vállalt kínszenvedése és kereszthalála által. A Kereszten látszólag vereséget szenvedett, de valójában halálának percében rontotta le a Sátán birodalmát.

A Nagyböjt sajátos gyakorlatai a böjt, az irgalmasság, és az imádság.

Az ételböjt az ember létfenntartási ösztönét teszi próbára, főként a hús elhagyásával, figyelmeztetve felszögez minket Krisztus keresztségére. Az Egyház Hamvazószerdára és Nagypéntekre ír elő szigorú böjtöt, Nagyböjt minden péntekére hústól való tartózkodást. Figyelmeztet az önként vállalt további böjtölésre.

A nagyböjti irgalmasság kettős jelentéssel bír. Adni és megbocsátani. A böjt akkor értékes Isten előtt, ha a böjttel megtakarított pénzből, időből, egyéből segíteni tudjuk a szegényebbeket. Az

irgalmas szeretet egyben bűnbánati cselekmény. Megbocsátani őszinte szívből, semmi viszonzást, hálát nem várva, szintén bűnbánati cselekmény, mert Krisztus ennek függvényévé tette az Ő bocsánatát. „Bocsásd meg a mi vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek.”

Az imádságban, elmélkedésben, a lelki olvasmányokban a lélek közvetlenül Istenhez emelkedik. A Nagyböjt a liturgikus imádságok, közösségi imádságok, egyéni imádságok, templomlátogatás, vallási tanulás és olvasás megszentelt időszaka.