



Élő kövek



1 Péter 2,5

RÁKOSCSABA FŐPLÉBÁNIA HAVI LAPJA –XVI/2. szám 2017. Böjtelő hava

GYERTYÁK A LITURGIÁBAN

A gyertyagyújtás, mindenekelőtt a halottkultusz területén (a démonoktól való védekezés céljából), a kereszténység előtt szokás, amelyet a keresztények némi habozás után átvettek. Azóta tartozik égő gyertya a halotti kísérethez, a felravatalozáshoz és a sírgondozáshoz, különösen a vértanúk sírjaihoz. A hívek a gyertya fényében Krisztus szimbólumát is látják, és emlékezteti őket a kezükben égő lámpást tartó éber szüzekre és szolgákra (Mt 25,1-12; Lk 12,35). Így égő gyertyát tartanak evangéliumi körmenet során, az újonnan megkereszteltek (és arra emlékezve) az elsőáldozók bevonulásakor, a húsvéti virrasztáskor és a gyertyaszentelői körmenetben. Az állami szertartásból alakult ki a tömjén és a gyertyák használata a pápai istentiszteletre való bevonuláskor. A menet élén vitt hét gyertya a Jel 1,12-re utalhatott. A gyertyatartókat az oltár köré állították. Ebből fejlődött ki az egész nyugati egyházban az a szokás, hogy szentmisék alkalmával égő gyertyákat állítanak az oltár köré. A XI. században kezdték a gyertyákat némi bizonytalankodás után az oltárra tenni. A XIV. századtól az *oltárgyertyák* már magától értetődőek voltak. Ma előírás, hogy a szentmisében az oltáron vagy az oltár körül minimum két (esetleg négy vagy hat, a megyéspüspök jelenlétében hét) viaszgyertya égjen. Ezeket nem pótolhatja mesterséges villanygyertya. A gyertyák a hozzátartozó gyertyatartókkal együtt a bevonulási körmeneten is szerepelhetnek. Az evangélikus közösségeken is rendszeresen használatosak az oltárgyertyák. A keleti rítusok azonban nem ismernek semmilyen előírt oltárgyertyát; legtöbbször a *prothésziszen* (miskellékek asztala) gyújtják meg a gyertyát, és az istentisztelet alatt az oltártérben egy hétágú gyertyatartón égnek gyertyák. Egyébként a gyertyák a mécsesek mellett igen népszerűek. A gyertyák önmagukban nincsenek megszentelve. A X. századtól mégis található szövegek a körmeneti gyertyák megszentelésére, és ezek a körmeneti kéréseket fejezik ki; mindenekelőtt Gyertyaszentelő Boldogasszony napján, február 2-án. Ebből fejlődtek ki általános áldóimák, amelyeknek azonban különösebb jelentőségük nincs.

FÁKLYÁK

Körmenetek és hasonló ünnepélyes alkalmak esetén, ahol erős légáramlatra lehetett számítani, több gyertyát összetekertek sokkanócú fáklyává. Manapság gyakran szokványos gyertyákat helyeznek szélvédő üvegbe, és azt látják el nyéllal. A ministránsok ilyen gyertyákkal kísérik fáklyavivőként az Eucharisziát vagy az ereklyét körmenetekkor. Hasonlóképpen a nagymisén, az eucharisztikus ima alatt a ministránsok két vagy több (6, 12) égő fáklyával állnak az oltár elé, hogy így fejezzék ki a hívek Isten trónja elé állásukat, amely mellett hét fáklya ég (Jel 4,5).

BABITS MIHÁLY: BALÁZSOLÁS

Szépen könyörgök, segíts rajtam, Szent Balázs!
Gyermekkoromban két fehér
gyertyát tettek keresztbe gyenge nyakamon
s úgy néztem a gyertyák közül,
mint két ág közt kinéző ijedt őzike.
Tél közepén, Balázs-napon
szemem pislogva csüggött az öreg papon,
aki hozzád imádkozott
fölém hajolva, ahogy ott térdeltem az
oltár előtt, kegyes szokás
szerint, s diákul dünnyögve, amit sem én,
s ő se jól értett. De azért
te meghallgattad és megóvtad gyermeki
életem a fojtogató
torokgyíktól s a veszedelmes mandulák
lobjaitól, hogy fölnövén
félszáz évet megérjek, háladatlanul,
nem is gondolva tereád.
Óh ne bánd csúf gondatlanságom, védj ma is,
segíts, Sebasta püspöke!
Lásd, így élünk mi, gyermek módra, balgatag,
hátra se nézünk, elfutunk
a zajló úton, eleresztve kezetek,
magasabb szellemek - de ti
csak mosolyogtok, okos felnőttek gyanánt.
Nem sért ha semmibe veszünk
s aztán a bajban újra visszaszaladunk
hozzátok, mint hozzád ma én
reszkető szívvel... Mosolyogj rajtam, Balázs!
ki mint a szepegő kamasz,
térdeplek itt együgyű oltárod kövén -
mosolyogj rajtam, csak segíts!
Mert orv betegség öldös íme engemet
és fojtogatja torkomat,
gégém szűkül, levegőm egyre fogy, tüdőm
zihál, s mint aki hegyre hág,
mind nehezebben kúszva, vagy terhet cipel,
kifulva, akként élek én
örökös lihegésben. S már az orvosok
kése fenyeget, rossz nyakam
fölvágni, melyet hajdan oly megadón
hajtottam gyertyáid közé,
mintha sejtettem volna már... Segíts, Balázs!

Hisz a te szent gégedet is
kések nyiszálták, mikor a gonosz pogány
kivégzett: tudhatod, mi az!
Te ismered a penge élet, vér izét,
a megfeszített perceket,
a szakadt légcső görcseit, s a fulladás
csatáját és rémületét.
Segíts! Te már mindent tudsz, túl vagy mindenem,
okos felnőttnél! Te jól tudod,
mennyi kínt bír el az ember, mennyit nem sokall
még az Isten jósága sem,
s mit ér az élet... S talán azt is, hogy nem is
olyan nagy dolog a halál.

BALÁZS-ÁLDÁS

Szebaszte vértanú püspökét (+316 körül) a középkorban mint segítő szentet tisztelték, és kérték közbenjárását. Emléknapján, február 3-án megáldották a *Balázs-vizet és gyertyákat* „szenteltek”. Torokbaj esetén, amelynek Balázs a legendájában említett csoda miatt különösen is patrónusa, megérintették ezekkel a gyertyákkal a betegek torkát. Ebből fejlődött ki a *Balázs-áldás* vagy *balázosítás* szokása, mely a XVI. században terjedt el: a pap a hívő nyakához két, egymást keresztező égő gyertyát tart, és elmondja az áldás szövegét: *Szent Balázs püspök és vértanú közbenjárására szabadítson meg téged az Isten a torok- és minden más bajtól az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében. Amen.*

DALOLJ!

Az éneklés pozitív hatásai

A hideg téli hónapok mindannyiunk immunrendszerét megdolgoztatják. Jó tudni, hogy nemcsak az egészséges táplálkozással, rendszeres testmozgással tehetünk egészségünkért, hanem az énekléssel is, amely bizonyítottan erősíti az immunrendszerünket. Ezzel az egyszerű, de mégis hatékony módszerrel nemcsak a stresszoldást segíthetjük elő, hanem szervezetünk védőrendszerét is erősíthetjük.

Vizsgálatok kimutatták, hogy éneklés után sokkal több citokin jelenik meg a nyálban, mely befolyásolja a termelődő ellenanyagok mennyiségét. Növekszik a kortizonszint is, amely a stresszhormonok lebontója. A kórustagok sokkal pozitívabbak, mint mások, és kevésbé depressziósak, mert az éneklés endorfint, azaz boldogsághormont szabadít fel.

„Éneklő kórházak” rendszeresítésével fölgyorsíthatók a gyógyulási folyamatok. Nagy sikerrel alkalmazzák a Parkinson-kór tüneteinek enyhítésére is. A feszes hangszálak fékezik a remegést, javítva a beszéd érthetőségét.

Párizs egyik sportklubja is alkalmazza az énektérápiát: a jókedvű edzések eredményeképpen fölfrissül a sportolók vérkeringése, javul a légzéstechnikájuk és a testtartásuk. A testtartásra jobban oda kellene figyelniük, mert a stresszes,

túlhajszott életmód görnyedtebbé tesz, kisebbeket lélegzünk és mellkasunk is ösz-
szébb szorul. Az éneklés ráncatlanít is: megdolgoztatja az arcizmokat, frissíti az
arcbőrt és javítja a vérkeringést is. Elalvás előtt sem árt dalolgatni egy kicsit, mert a
melatonin-termelés elősegíti a pihentető alvást, a normális vérnyomást és a test
természetes bioritmusának fönntartását. (Hetek, 2017. jan. 27. 39. oldal)

FŐPLÉBÁNIÁNK HIRDETÉSEI

- 1./ A mai nagymisére hirdetett koncert-program betegség miatt elmarad.
- 2./ Ma Balázs-áldást kaphatnak a misék után azok, akik pénteken nem lehettek itt.
- 3./ *Csütörtök* este 17 órakor a Farkas-házaspár történelemórát tart a tanteremben.
- 4./ *Szombat* este kb. $\frac{3}{4}$ 7-kor a Lourdes-i Szűzanya tiszteletére rövid ájtatosságot
és litániát tartunk a betegekért a tiszteletére szentelt kegykápolnában.
- 5./ Jövő vasárnap tartjuk a februári nagygyűjtést.
- 6./ Két hét múlva, február 18-án, szombaton du. $\frac{1}{2}$ 5-kor képviselőtestületi gyűlés;
ugyanaznap este 19 órától a református közösségi házban a *Rákosmenti
Nagyboldogasszony Közösség* farsangi bálja lesz 14-20 éves fiataloknak. Jegyek
regisztrálással 500,-, a helyben 800,- Ft. Részletek a plakáton olvashatók.

MISEINTENCIÓK

Szombat 18 h G	Élő Balázs; pro populo: élő híveink és adakozó jótévőink	É
<u>ÉVKÖZI 5. VASÁRNAP: Szent Ágota; február 5.</u>		
8 h G	+Kerekes Ferenc édesapa (3. évf.)	É
9 h Zs	A Kun- és a Sikari-család élő és +tagjai	É
10 h G	Élő András József és családja, vmint a Vargyas-család	K
Kedd 18 h	+Rozsman Istvánné Teréz OB.	É
Szerda 7 h	+Faragó Lászlóné Ildikó (1. évf.)	CS
9.45 h	+ <i>Rozsman Istvánné Teréz temetése Pestszentlőrincen</i>	É
Csütörtök 18 h	+Nikolett	É
Péntek 7 h		CS
11.15 h	+Szűcs Attila temetése a Köztemetőben	É
Szombat 18 h		É
<u>ÉVKÖZI 6. VASÁRNAP: február 12.</u>		
8 h M	Ad int. ord.	É
9 h G	+Illés Aurél	É
10 h Zs	+Szűcs Attila OB. (pénteken temettük)	É

Kiadja a Rákoscsabai Főplébánia Bp. XVII. kerület Péceli út 229 Tel: 256-85-32
Megjelenik havonta Felelős kiadó: Galambossy Endre plébános atya
Szerkeztő: rakoscsaba.foplebania@gmail.com
rakoscsaba.plebania.hu