

Zsolt 121

*Tekintetem a hegyekre emelem: Honnan jön segítségem? Segítségem az ÚRtól jön, aki az eget és a földet alkotta. Nem engedi, hogy lábad megtántorodjék, nem szunnyad az, aki védelmez téged. Bizony nem szunnyad, nem alszik az, aki védelmezi Izráelt! Az ÚR védelmez téged, az ÚR a te oltalmad jobb kezéd felől. Nem árt neked nappal a nap, sem éjjel a hold. Az ÚR megőrzi téged minden bajtól, megőrzi életedet. Megőrzi az ÚR jártodban-keltesben, most és mindenkor.*

Mt 6,31-34

*Ne aggódjatok tehát, és ne kérdezzétek: Mit együnk? – vagy: Mit igyunk? – vagy: Mit öltünk magunkra? Ilyesmikért a pogányok török magukat; a ti mennyei Atyátok pedig tudja, hogy szükségetek van minderre. Keressétek először Isten országát és az ő igazságát, és mindezek ráadásaként megadatik majd nektek. Ne aggódjatok tehát a holnapért, mert a holnap majd aggódik magáért: elég minden napnak a maga baja.*

Igyekszem nem túl gyakran arról beszélni, hogy hogyan készülök egy prédikációja, nehogy unalmassá váljon, de most muszáj ezzel kezdenem. Már hetekkel ezelőtt elkezdtem keresni, hogy miről is beszéljek a ballagáson. Viszont hiába is keresgéltem, nem éreztem azt, hogy megtaláltam volna azt az üzenetet amit Isten rám bíz. Ráadásul a hosszú hétvégén azt terveztük feleségemmel, hogy túrázni megyünk, és nagyon nem szerettem volna, ha ebben az időszakban, ami a pihenésé lenne prédikáció írással kellett volna foglalkoznom. S ezért aztán megkettőzött erőfeszítéssel igyekeztem megírni ezt a ballagási szentbeszédet. Írtam is valamit, de már közben is éreztem azt, utána meg még inkább, hogy nem jó. S akkor azt az ígét kaptam Istentől, hogy ne aggodalmaskodjatok a holnapért, a holnap majd aggódik magáért... Ez nekem egyszerre jelent itt 2 dolgot: először azt, hogy menjek el nyugodtan pihenni, kirándulni; másodszer pedig azt, hogy erről kell közöttek beszélnem...

Azért mondtam el ezt nektek, hogy lássátok mennyire nem könnyű ez az én számomra sem. Általában igaz az, hogy amikor prédikálok, magamnak is prédikálok. Nem minden üzenet, amit Istentől kapok szól másoknak is, de minden üzenet, amit másoknak mondok, szól nekem is.

Úgy gondolom, hogy másfél nappal az érettségi kezdete előtt elég aktuális lehet egy olyan igeszakasz, egy olyan üzenet, ami arra biztat, hogy ne aggódjunk. MA csak az a dolgod, hogy átéld a saját ballagásodat. De ugyanakkor azt is gondolom, hogy a legtöbbszörnek ez egy olyan üzenet, amit minden nap újra kellene olvasnunk, amit minden nap el kellene ismételnünk magunknak.

Ezért is, bár volt már erről szó a tavaszi csendesnapjainkon, talán érdemes még egy pár szót ebből az üzenetből magatokkal vinnetek.

Talán az élet egyik legfontosabb tanácsa lehet az, amit Jézus mond, még akkor is, ha nem vagy hívő: *elég minden napnak a maga baja.* – azaz: ott légy, ahol vagy. Van egy zen történet – talán már mondtam is nektek – amiben a tanítványok megkérdezik a mesterüket: – Mester, miből fakad a te végtelen nyugalmad, derűd, bölcsességed? – a mester így válaszolt: – Abból, hogy én, amikor ülök akkor ülök, amikor állok akkor állok, és amikor megyek akkor megyek. – Erre a tanítványok megrökönyödve kérdezték: – de hiszen mi is ülünk amikor ülünk, állunk, amikor állunk, és megyünk amikor megyünk. – de a mester megrázta a fejét, és ezt mondta: – Nem, nem, ti amikor ültök akkor gondolatban már álltok, amikor álltok akkor gondolatban már mentek, és amikor mentek gondolatban ültök.

Ezt a magától értetődőnek, egyszerűnek látszó tanácsot valójában nagyon nehéz megvalósítani. Próbáljátok csak ki: ülj le 10 percre, és csak arra figyelj, hogy ülsz. Azt fogod észrevenni, hogy a gondolataid összevissza vándorolnak: talán arra, amit előzőleg csináltál – kiértékeled a teljesítményedet –, vagy arra, amit még tenned kell – megtervezed a következő cselekedeteidet. Valószínűleg még mielőtt elteltne 5 perc, felvetődik benned, hogy ennek az egésznek semmi értelme...

Persze ha ez csak akkor jelentene problémát, amikor tétlenül üldögélünk, akkor megoldást jelenthetne az, hogy ne üldögélünk tétlenül. De nemcsak ilyenkor tapasztaljuk, hogy nem tudunk a jelenben lenni. Hányszor éltétek ti is már át azt, hogy egy-egy órán már a következő feladaton, a következő órai számonkérésen járt az agyatok. Esetleg nem csak az agyatok, hanem ott volt előttetek a padon, vagy a pad alatt a füzet vagy a könyv kinyitva is. És talán már az is tudatosult bennetek, hogy ez mennyire megkeseríti az életeteket. A híres magyar származású pszichológus Csíkszentmihályi Mihály fogalmazta meg a flow elméletét, aminek a lényege az, hogy a boldogság egyik formája,

amikor valamiben a teljes lényemmel jelen tudok lenni. lehet ez sport, zenélés, tudományos munka, kézművesség – bármi, amibe bele tudok feledkezni. Kvázi, olyan dolgokat kellene csinálni, amikben ezt élem át.

Csak hogy ennek van egy másik oldala is: nemcsak a tevékenységemtől függ az, hogy teljesen át tudom-e magamat adni neki. Arra is képezhetem magam, hogy valamiben jelen tudjak lenni, de az ellenkezőjére is. És sajnos a mi kultúránk leginkább erre képez minket. Kedvenc szavaink egyike a multitasking, miközben az agykutatók figyelmeztetnek bennünket arra, hogy ilyen valójában nincs: az agyunk folyamatosan ide-oda kapcsolgat a különböző tevékenységek között, amiket párhuzamosan végzünk.

Jézus azt mondja: *Keressétek először Isten országát és az ő igazságát, és mindezek ráadásaként megadatnak majd nektek.* Ez egy gyakorlati eligazítás arra nézve, hogy hogyan is valósíthatom meg ezt a jelenben való létet, azaz *jelenléte*t. Keresd a legfontosabbat, keresd az Istennel való kapcsolatot, keresd az életed értelmét, a helyedet a világban.

Hol van Isten? Hol van az Isten országa? *Az Isten országa közöttetek/bennetek van.* Isten a jelenben van. Ott van, ahol én vagyok. Csak hogy én nem vagyok ott, ahol vagyok. Amikor ülök, akkor gondolatban már állok, amikor állok, akkor gondolatban már megyek, és amikor megyek, gondolatban ülök.

Azt gondolnánk, hogy pont a céltudatosság visz el bennünket attól, hogy Jézus tanácsát megfogadhassuk (elég minden napnak a maga gondja): Akinek célja van, az nem a másnak él. Azok lettek a sikeres emberek, akik a híres mályvacukor-kísérletben nem ették meg rögtön a cukrot... De van itt egy félreértés: Jézus nem azt mondja, hogy éljünk a másnak. Ő azt mondja, hogy éljünk a mában! Nem a tervezéssel, a céltudatossággal van a baj. Ha ma megyek bevásárolni, akkor a mai feladatom az, hogy megtervezzem a heti menüt: mire lesz szükségem hozzá? Ha orvosi pályára készülök, akkor biológiából kell fakultálnom, és tanulnom azt – meg a kémiát – mint a kisangyal napról napra. Viszont nem feladatom az, hogy elkezdjek azon aggódni, hogy – ahogy a népmesében van – a még meg sem született gyermekemre, ha lemegy a pincébe, ráeshet a hordó tetejére állított káposztáskő, és agyonütheti. (Az esetleg lehet feladatom, hogy ha balesetveszélyesen van elhelyezve egy káposztáskő, akkor odébb tegyem.) Mark Twain: „A legtöbb dolog, amiért aggódtam, soha nem következett be.” Stresszelni viszont stresszeltem rajta.

A céltudatosság tehát nem feltétlenül visz el a jelenben éléstől, sőt jó esetben segíthet benne. Hogyan? *Keressétek először Isten országát és az ő igazságát, és mindezek ráadásaként megadatnak majd nektek.*

Isten országát keresni azt jelenti, hogy nap mint nap Istent keresem. Ott, ahol vagyok. Mert, hogy Őbenne, a Vele való kapcsolatban valósul meg az Isten országa: *Jöjjön el a Te országod, legyen meg a Te akaratom, mint a menyben, úgy a földön is.* Hol van az én helyem az életben? Mi a célom? Mi az értelme az életemnek? Ezek a kérdések így kaphatnak igazi választ.

Ehhez pedig nem az kell, hogy előre rohanjak, hogy amiatt aggódjak, hogy mi lesz velem 10 év múlva? Ehhez az kell, hogy most, a mai napon (is) találkozzak az életem Urával. Ettől pedig az visz el a legjobban, ha aggódom amiatt, ami volt, vagy amiatt, ami lesz.

Mi most a dolgod? Az, hogy átéld a saját ballagásodat, búcsúdat az iskoládtól. Énekelj tele torokból, bőgj, ha az esik jól, izzadja át tenyered az előtted menő vállán a blúzt, vagy mellényt. Légy itt, és az ittlétedben fedezd fel azt, amit Isten neked ajándékoz.

Ámen