Böjt

**Ézs 58:3-14 3Miért böjtölünk - mondják -, ha te nem látod meg, miért gyötörjük magunkat, ha nem akarsz tudni róla? De hiszen ti a böjti napokon is megtaláljátok kedvteléseteket, mert robotosaitokat hajszoljátok. 4Hiszen pörölve és veszekedve böjtöltök, sőt bűnösen, ököllel verekedve. Nem úgy böjtöltök, ahogyan ma illenék, nem úgy, hogy meghalljam hangotokat a magasságban. 5Ilyen az a böjt, amely nekem tetszik? Ilyen az a nap, melyen az ember a lelkét gyötri? Ha lehajtja fejét, mint a káka, zsákba öltözik, és hamut szór maga alá, azt nevezed böjtnek, és az ÚR kedves napjának? 6Nekem az olyan böjt tetszik, amikor leoldod a bűnösen fölrakott bilincseket, kibontod a járom köteleit, szabadon bocsátod az elnyomottakat, és összetörsz minden jármot! 7Oszd meg kenyeredet az éhezővel, vidd be házadba a szegény bujdosókat, ha mezítelent látsz, ruházd fel, és ne zárkózz el testvéred elől! 8Akkor eljön világosságod, mint a hajnalhasadás, és hamar beheged a sebed. Igazságod jár előtted, és az ÚR dicsősége lesz mögötted. 9Ha segítségül hívod az URat, ő válaszol, ha kiáltasz, ezt mondja: Itt vagyok! Ha majd senkire sem raksz jármot, nem mutogatsz ujjal, és nem beszélsz álnokul, 10ha kenyeret adsz az éhezőnek, és jól tartod a nyomorultat, akkor fölragyog a sötétben világosságod, és homályod olyan lesz, mint a déli napfény. 11Az ÚR vezet majd szüntelen, kopár földön is jól tart téged. Csontjaidat megerősíti, olyan leszel, mint a jól öntözött kert, mint a forrás, amelyből nem fogy ki a víz. 12Fölépítik fiaid az ősi romokat, falat emelsz a régiek által lerakott alapokra; a rések befalazójának neveznek, aki romokat tesz újra lakhatóvá. 13Ha nem jársz kedvteléseid után a nyugalom napján, az én szent napomon, ha a nyugalom napját gyönyörűségesnek hívod, az ÚR szent napját dicsőségesnek, és azzal dicsőíted, hogy abbahagyod munkáidat, nem keresed kedvteléseidet, és nem tárgyalsz ügyeidről, 14akkor gyönyörködni fogsz az ÚRban, én pedig a föld magaslatain foglak hordozni, és táplállak ősödnek, Jákóbnak örökségében. Az ÚR maga mondja ezt.**

*A prédikáció Révész Lajos böjtről írt szakdolgozatán alapszik, mely remek módon körüljárja és vizsgálja a témát, ajánlom mindenkinek elolvasásra, elérhető a teológián.*

Keresztényként igen sokféleképpen látjuk, értelmezzük a böjtöt. A „nagyegyházi vallásos szokások száraz gyakorlatának” tekintők elvető hozzáállásától kezdve a „Ha az ima kopogtatására nem felel az Isten, akkor zörgessünk nála böjttel!”-jellegű hozzáállásig széles a paletta. Az első esetben a veszély az, hogy csupán gyakorlat lesz mindez, azaz a böjt nem Isten akaratának kereséséről szól, csak egy megszokott gyakorlatról, ami pont a lényeget téveszti el. A második esetben pedig a böjt félreértelmezése történik, mivel a böjt nem arra adatott, hogy a mi akaratunkat kikényszerítsük Istenből, ami sajnos egy elég erőteljes tévtanítás a böjt kapcsán. Istenből nem kikövetelhető a válasz, pláne nem a mi akaratunk megáldása. Nagyon veszélyes ez a hozzáállás, mert egyfelől azt sugallja, hogy az imát még nem biztos, hogy meghallgatja Isten ,a böjtöt már „muszáj” Neki, másfelől a böjt célját téveszti ez el. Hogy mi ez a cél, azt hamarosan meglátjuk…

A mindkét elmélet mögött meghúzódó „jóhiszemű vallásos tévelygés” helyett nézzük meg, mihez és hogyan érdemes igazítanunk a böjttel kapcsolatos látásunkat, gyakorlatunkat.

A lét alapeleme a táplálkozás. Ezzel ünnepelünk is, nagy lakomák. Épp ezért ennek megvonása fontos kifejeződése annak, hogy valóban **Nem csak kenyérrel él az ember, hanem minden igével, amely Isten szájából származik Mt 4:4** Itt ki is térhetünk arra, hogy mivel böjtölünk. Az étel azért fontos, mert valóban visszaadja, hogy a lételemünkről mondunk le vele. Olyan dologról, ami az életünk szempontjából alapvető fontosságú. Lehet böjtölni pl csokival vagy hússal, internettel, sok mindennel, de fontos látni azt is, hogy nem mindegy, ki mivel böjtöl. Pl Timinek nem nagy lemondás a húsböjt. Nekem igen. Van, mikor eszek egy nagy adag reggelit, tele a hasam, de még mindig ott sündörgök a hűtőnél. Aztán két óra múlva megeszek egy kis darab húst, és végre megvan a jóllakottság érzete.

Szóval bármivel lehet böjtölni, tévével, telefonnal, játékkal, egyebekkel, de a böjt kapcsán fontos figyelembe tartani, hogy az nem igazán böjt, ha olyanról mondasz le, ami nélkül egyébként is el tudod képzelni az életed. Illetve ha olyan dologról mondasz le, mint pl tv, csoki, hasonlók, akkor ne pár napban, hanem pár hónapban gondolkodj.

De maradjunk most a böjt alapvető formájánál, az ételről való lemondásnál.

Ószövetségben nagy változáson ment keresztül a böjt Mózestől Jézusig. Először a 3M 16:20-31-ben jelenik meg a böjt, aminek a célja az engesztelésre, azaz a bűnrendezésre való felkészülés volt. **A böjt tehát felkészít az alázat útján keresztül arra, hogy Isten cselekedjen az egyén életében**. Ugyanakkor a böjt nem eredményezi az engesztelést, csak arra készít fel. **A böjt mindenkor felkészít az Istennel való találkozásra, valamint arra, hogy Isten cselekedjen az egyén életében**. 3M 23:26-32-ből is látjuk, hogy ez az engesztelési ünnep valóban ünnep céllal adatott, tehát nem egy szomorú dolog, nem egy kínnal járó dolog volt, hanem sokkal inkább örömünnep, mely során a bűntől való szabadulást ünneplik meg.

Sok ember böjtölt a Bibliában, pl Dániel (Dán 9:9) bűnbánati böjtöt tartott a látomását megelőzően. Eszter királyné 3 napos böjtöt tartott népéért (Eszt 4:16), Dáriusz király is böjtölt (Dán 6:19kk), Jónás Ninivéért (Jn 3:5), de Dávid, Ézsaiás, Zakariás, Illés is böjtölt. Azt látjuk, hogy Isten embere rendszeresen és visszatérően böjtölt. (Sőt, a Jón 3:5-7-ben azt látjuk, hgy még az állatok is böjtöltek)

Böjtöltek akkor, ha Isten szabadítását keresték, böjtöltek veszély esetén is, ha Isten akaratát keresték, illetve böjtöltek haláleset vagy gyász során is, sőt, a történelem egyes szakaszaiban kifejezetten a gyász kifejezésére szolgált a böjt. Nem véletlen, hogy egy idő után össze is kapcsolódott a kettő, és amikor nem gyász volt a cél, akkor is megszaggatták a ruhájukat, zsákruhába öltöztek és hamuba ültek. Nem véletlen, hogy Jézus később ez ellen fel is szólalt…

**Kell-e tehát böjtölnünk nekünk?** Nem, nem KELL böjtölnünk, de lehetetlennek tűnik úgy szoros kapcsolatot kiépíteni és ápolni Istennel, hogy közben nem élünk a böjt azon lehetőségével, hogy felkészüljünk az Istennel való találkozásra, és a Neki való engedelmességre.

A böjt idővel elkezdett torzulni. Kiemelték a zsidó gyakorlatban, formasággá kezdett válni, ami az erkölcsi tisztasághoz visz (az elején kihangsúlyoztam, hogy a böjt felkészített az engesztelésre, nem az okozta), a böjt érdemszerző dologgá vált. Már nem az Isten előtti alázat volt a célja, hogy felkészítsen Isten akaratának megcselekvésére és hogy Isten tudjon cselekedni az ő életében, hanem a személy akart Isten előtt jócselekedet „végezni”. Isten el is mondja az Ézs 58-ban, hogy az ilyen böjtöt nem hallgatja meg.

Az Istennek tetsző böjt két fajta szabadságra visz el.

Elvi szabadság (6. vers): megnyisd a gonoszságnak bilincseit / igának köteleit megold / szabadon bocsásd az elnyomottat / minden igát széttépj

Gyakorlati szabadság (7. vers): éhezőnek megszegd a kenyeret / szegény bujdosót házadba fogadj (nehogy a mostani politikai vezetés meghallja mindezt?!) / meztelent felruházz / ne zárkózz el testvéredtől

Ez esetben viszont komoly következmények várnak ránk (8-9. 11. 14. vers): **8Akkor eljön világosságod, mint a hajnalhasadás, és hamar beheged a sebed. Igazságod jár előtted, és az ÚR dicsősége lesz mögötted. 9Ha segítségül hívod az URat, ő válaszol, ha kiáltasz, ezt mondja: Itt vagyok. 11. vers Az ÚR vezet majd szüntelen, kopár földön is jól tart téged. Csontjaidat megerősíti, olyan leszel, mint a jól öntözött kert, mint a forrás, amelyből nem fogy ki a víz. 14. vers akkor gyönyörködni fogsz az ÚRban, én pedig a föld magaslatain foglak hordozni, és táplállak ősödnek, Jákóbnak örökségében**

Sok más helyen is figyelmezteti Isten a népét a helyes böjtre, ami azonban folyamatosan torzult. Végül a Talmud már úgy fogalmazott, hogy az évi egy napos engesztelési ünnepből három alkalommal, az 5. 7. és 10. hónapban tartottak böjtöt. Ez ment egészen addig, míg száműzetésbe nem került a nép. Ekkor már heti két nap böjtöltek, ezt tartották a legfontosabb vallási cselekedetnek. Ekkor már elkezdtek úgy gondolkozni, hogy a böjtben bizonyos erő van. Fontosabb lett mindennél. A heti két nap mellett egyre bővültek az egyéb böjti napok is. A böjt ekkor már egyre inkább az emberi motivációkról szólt Isten akaratának keresése helyett.

Az Újszövetségben, mikor a böjtről szó esik, ott már ez a fajta böjt van jelen, ez természetes az emberek számára. Ezt azért fontos kihangsúlyozni, hogy lássuk, Jézus az ilyen fajta böjt ellen szólal fel rendszeresen, nem pedig a böjt ellen – ilyen pl a Mk 2:18, ami jól mutatja azt, ami a böjt valódi lényege: Isten várása és keresése. **Mk 2:19-20 „Vajon böjtölhet-e a násznép, amíg velük van a vőlegény? Addig, amíg velük van a vőlegény, nem böjtölhetnek. 20De eljön az a nap, amikor elvétetik tőlük a vőlegény, és akkor azon a napon böjtölni fognak.** Nem kell keresni Isten jelenlétét, mikor ott van előttük, viszont mikor nem lesz ott, akkor böjtölni fognak.

Amikor Jézus a böjtről tanít **Mt 6:16-18 16„Amikor pedig böjtöltök, ne nézzetek komoran, mint a képmutatók, akik eltorzítják arcukat, hogy lássák az emberek böjtölésüket. Bizony, mondom néktek: megkapták jutalmukat. 17Amikor pedig te böjtölsz, kend meg a fejedet, és mosd meg az arcodat, 18hogy böjtölésedet ne az emberek lássák, hanem Atyád, aki rejtve van; és Atyád, aki látja, ami titokban történik, megfizet neked**.”, akkor arról tanít, hogy ne a heti két „kötelező” böjt legyen a hangsúlyos, amiből mindenki láthatja, hogy milyen jó hívők, hanem épp inkább Isten lássa az ő böjtjüket. A rejtőzködő Istennek nincsenek magamutogató gyermekei. Ugyanakkor evidensnek veszi, hogy mindenki böjtöl, ezért is mondja: Amikor pedig te böjtölsz. A Mt 4:2-ben Jézus is böjtölni ment, ráadásul 40 napig, tehát a böjtre példát is adott.

A gyülekezet indulásánál, a vezetők Istenre figyelésében érhetjük tetten az újszövetségi böjt gyakorlatát. Voltak időszakok, mikor a vezetők böjtben és imádságban várták a Szentlélek vezetését. „Egyszer, amikor ezek az Úrnak szolgáltak és böjtöltek (…).Akkor böjtölés, imádkozás és kézrátétel után elbocsátották őket.”(ApCsel 13,2–3) Világos itt az igéből, hogy a vezetők sorsdöntő lépéseikben böjttel és imával kérték, várták a Szentlélek irányítását.

Pál a 2Kor 6,1–5-ben beszél az Istennel való munkáról, melynek alapja: „A kegyelem idején meghallgattalak, és az üdvösség napján megsegítettelek. Íme, most van a kegyelem ideje.” Ennek a szolgálatnak a vele együtt járó nehézségeit sorolja fel Pál. Köztük a „fáradozást, virrasztást, böjtöt” (5.v.) is megemlíti, úgy, mint akik átélői voltak ezeknek a dolgoknak. A kegyelem időszaka nem eltörli, hanem a Lélek vezetése alá tagolja be a böjtöt. Annak lelki tartalmát emeli ki.

Az 1Kor 11,27 beszél azokról a helyzetekről, amikor éheztek és szomjaztak a szolgálat közben, de nem ezt nevezi böjtnek, mikor is kényszerűségből éhezést is vállaltak a szolgálatért. A görög szöveg is külön szót használ arra, amikor ebben a versben az éhezés, szomjúság mellett megemlíti a böjtöt.

Sok verset vizsgálhatnánk még meg, de most inkább összegezzük mindezt:

***A böjt az Ószövetségben megjelenő, az újszövetségi időkre eltorzuló tevékenység, amit Jézus nem eltörölt, sokkal inkább gyakorolt és a gyakorlatára buzdít, utal több alkalommal. A böjt nem csupán egy gyakorlat, nem is a mi akaratunk vagy kíváncsiságunk kikövetelésének eszköze. Arra a fajta böjtre hív Jézus, amely abban segít minket, hogy Istenre figyeljünk, hogy mindenkor felkészítsen az Istennel való találkozásra, valamint arra, hogy Isten cselekedjen az életünkben.***

Most pedig pár tanács a helyes böjtgyakorlathoz:

Miközben a böjtölés megfosztja testedet a naponta három-ötszöri táplálékbevitel élvezetétől, addig a természetes síkú létet háttérbe szorítva azok energiái, az azokhoz szükséges erő szellemi területen kamatozik a javadra (kitartás, hűség, céltudatosság). Hosszabb böjtnél már szinte visszaérkezni furcsa az „étkezések világába”.

Ha lehetőséged van rá, a böjti időszakban ne tervezz megerőltető fizikai vagy szellemi munkát. Hadd lehess minél bensőségesebb viszonyban, zavartalanul együtt a Vőlegénnyel. Imádkozz, olvass igét, elmélkedj, s ha lehet, az információs eszközeidet ne, vagy csak korlátozva használd. Ha egészséged nem engedi meg, hogy „teljes böjtben”, azaz ételtől teljesen mentesen tölts időt, akkor tedd ezt úgy, hogy ne jóllakásig egyél, vagy bizonyos ételen élj csak, vagy valamely kedvenc ételedtől válj meg egy kis időre.

Néhány ajánlás a böjthöz:

-Lehetőleg csak a szűk családod tudjon róla!

-Legalább az étkezések idejét tölts imával, igeolvasással!

- Légy nyitott, hogy szólhasson hozzád a Szentlélek!

- Kezdd egy-két nappal, és ne félj, a tested felett Isten fog őrködni!

-Böjt előtt és után könnyű ételeket fogyassz!

-Folyadékot fokozott figyelemmel fogyassz!

-A vezetőkkel, szolgálókkal, gyülekezettel együtt töltött böjtidőket használd arra, hogy együtt imádkozzatok!

-Ne kérkedj vele, és ne vidd túlzásba!

-A„böjt” csak koplalás vagy fogyókúra marad, ha nincs lelki célja vagy csendességre szánt időd.

-A böjt nem eszköz Istennek a mi oldalunkra állításához.

-Lehetőleg a szolgálatra való felkészülési időszakban böjtölj, ne akkor, amikor már munka van(például azevangélizáció kellős közepe…).

- A böjt idejét előre határozd meg, és tartsd magad ehhez!

-Ha elbuktál a böjtben, azaz előbb ettél, mint tervezted, ne kárhoztasd magad. Ez nem teljesítményjellegű szolgálat, legközelebb kezdd újra, nagyobb fegyelemmel!

-Ha kaptál valamit Istentől, oszd meg a vezetőiddel!

-Az első napok nehézségeinél ne add fel! Természetes a nagy éhség vagy a fejfájás.

-Ne szűnj meg böjtölni!