

Pannonhalmi Főapátság Máriaremete–Hidegkúti
ÖKUMENIKUS ÁLTALÁNOS ISKOLA + ISKOLASZÉK
ŐSZI ÖSSZETARTÁS

2021. szeptember 30 – október 2.

Pannonhalma



**Nemzeti
Együttműködési
Alap**



MINISZTERELNÖKSÉG



BETHLEN GÁBOR
Alapkezelő Zrt.

A program a Nemzeti Együttműködési Alap, a Miniszterelnökség és a Bethlen Gábor Alapkezelő Zrt., valamint Budapest II. kerületi Önkormányzatának támogatásával valósult meg.

Kedves Pedagógusok!

Az elmúlt másfél év gyökeresen felforgatta az életünket. Falak közé kellett bújnunk, távolságot kellett tartanunk. El kellett hagynunk azokat a kapcsolódási formáinkat, melyek erőt adnak, megtartanak minket a közösségben.

Pannonhalma - egy világ a világban. Mikrokozmosz, ahogy minden emberi lény is az. Van itt közösség, imádság, iskola, arborétum, borászat, sportélet, zeneélet, művészet, élő történelem. Sok-sok aspektusa az életünknek. Ez a pár nap lehetőséget teremt rácsodálkozni minderre: milyen sokrétűek vagyunk belül és milyen sokféle a világ kívül. Kint és bent - önmagunkban és közösségben.

Pannonhalma az Öku számára egy új alap, egy biztos háttér. Fedezzük fel együtt, mi mindent rejt számunkra ez az új út, amire a Jóisten vezérelt bennünket. Fogadjátok szeretettel ezt az elvonulást, bízunk benne, hogy feltöltődésekre és megerősödésekre fog szolgálni!

Szeretettel:

az Iskolaszék



PROGRAMTERV

Indulás: szeptember 30. 14:30, külön busszal az iskola elől

Visszaindulás: október 2. 13:00, ebéd után

Helyszín: Pannonhalma

2020. SZEPTEMBER 30. CSÜTÖRTÖK

17:00 Érkezés Pannonhalmára (séta és gyónási lehetőség)

18:00 Vesperás, majd konvent mise

19:00 Beköltözés a Szent Jakab házba

19:30 Vacsora, utána teaház

2021. OKTÓBER 1. PÉNTEK

6:00 Fakultatív ima a bazilikában

7:45 Reggeli ima

8:00 Reggeli

9:00 Titusz és Albin atya gondolatai

12:00 Ebéd

13:00 Napközi imaóra, majd fakultatív programok: arborétum, illatmúzeum

15:30 Apátság látogatás (Bánk és Lőrinc testvérek)

16:30 Pince látogatás

18:00 Bencés imaóra a bazilikában (fakultatív)

19:00 Vacsora

19:45 Ima az osztályokért

21:00 Teaház

2021. OKTÓBER 2. SZOMBAT

6:45 Fakultatív szentmise

8:00 Reggeli

9:00 Gérecz Imre atya előadása a bencés spiritualitásról

11:00 Záró mise

12:00 Ebéd

13:00 Indulás Budapestre

Üresség vagy [CSEND]¹

„Csendesedjete el, és tudjátok meg, hogy én vagyok az Isten! Magasztalnak a népek, magasztal a föld.”²



„Aki tehát összeszedi magát, nyugodttá és a pillanat számára jelenvalóvá válik, az egyúttal legyőzi a belső terheket és tépelődéseket is. Felemelkedik, könnyűvé, szabaddá válik. Felébred az érdeklődése, s az elevenen fordul tárgya felé. Készség ébred benne, hogy találkozás jöhessen létre.”³

A természetes és az épített környezet egy, a teljes testünkre ható összetett élmény. Az építészetet, a *„megfagyott zenét”*⁴ többféleképp közelíthetjük meg. Befogadhatjuk a hatalmas kitüremkedő vagy bemélyedő formákat, melyekhez a felületek részletei, a térben elhelyezett technikai szerkezetek, bútorok és a dísz tárgyak is mind hozzátesznek valamit. De felfoghatjuk a szabadon maradó „negatív térélmény” felől, érzéseinket a „zenében megjelenő levegővételekre” koncentrálva.

¹ "Less is more" - Ludwig Mies van der Rohe (1886–1969) építész esztétikájának mottója - Christopher Want, Minimalism, Grove Art Online, Oxford University Press, 2009 Moma.org. 2014-06-27 ÉS "Less is bore" - Robert Venturi (1925-2018) posztmodern építész játékos "válasza" a fentebbi mottóra.

² Zsolt 46,11

³ Romano Guardini: Az imádság iskolája, 24.

⁴ Friedrich Schlegel

A templombelső kialakítása akkor jó, ha észrevétlenül magába ölel. Erővel és azonmód lágyan is. Valami „egészen elfogadlak, úgy, ahogy vagy”-módon és egy „helyed és feladatod van”-módon is.

„Meg kell teremtenünk azt a belső légkört, amelyben találkozhatunk Istennel. (...) A csend tehát nem csak hallgatás, hanem tevékeny ráhangolódás a találkozásra, a misztériumra. Kinyílunk a túlvilág, a transzcendens valóság felé, a végtelen felé, és nyitva maradunk. Várjuk, hogy Isten szent valóságában részesüljünk.”⁵



John Pawson brit építész igencsak nehéz feladattal szembesült, amikor elfogadta a Pannonhalmi Bazilika felújítását célzó felkérést. Pawson az építészeti minimum megszállottja. Munkáiban a profántól (mint például a Calvin Klein cég üzlete) a cseh Nový Dvůr trappista kolostoráig a lehető legegyszerűbb téri és tárgyi megoldásokat kutatja. Úgy tűnik, mintha épületeit pusztán falakból álló, jelzésszerű környezetre egyszerűsítene; kizárólag a funkció lényegére irányítva a figyelmet. Emögött azonban rengeteg munka, hosszas tervezési folyamat áll: egyre a forma, az anyag és a szerkezet követelményeinek minimumát, vagyis lehető legegyszerűbb összhangját keresi.

⁵ Miklósházy Attila: *Benedicamus Domino*. Eisenstadt 1984, 15.

„Az építészeti minimalizmus alapvetően az egyszerűségekre való törekvést lehetséges életvitelként tekinti, az egyszerűséget a mindennapi rituálék és szükségletek mibenlétének definiálásában és rend-szerezésében fogalmazza meg.”⁶

A Bazilika 1996 óta az UNESCO Világörökség része.⁷ Ezer éves történetének rétegeit egységes formába önteni merész vállalkozás. Az alkotómunka során ötvözni kellett a szerzetesközösség igényeit a liturgikus és az oktatási tevékenységhez kapcsolódó funkciókkal, figyelembe véve a műemlékvédelem szempontjait; megteremtve mögé egy láthatatlan és profi technikai hátteret. Ebben a Bazilika Műhely és Gunther Zsolt építészcsapata közreműködött.



A végeredmény nem sorolható a populáris építészetbe. Célja magasabbrendű; önkifejezés helyett teret ad a csendnek. Célja az elmélyítés, rácsodálkoztatás, gondolatébresztés, de mindenképpen az értelemmel vagy „tudatos” érzelemmel megfogalmazott reakció kiváltása.

A tér egyszerre idegen és mégis nagyon ismerős. Új – és ősi. A régi templomtér „...vizuális összetettségét felváltotta **az egyértelmű elemekre koncentráló olvasat**. A tér hossz tengelyét hangsúlyozva a nyugati torony alatt kapott helyet a keresztelőkút. A hívek által használható, lerövidült templomtér padozata a lépcsőkkel magasabban elhelyezkedő plánum felé emelkedik. A kibővített szerzetesi karzat stallumai között két

fókuszpont: a hívekhez közelebb álló oltárasztal és a keleten pozicionált ambó. Komplexitásában egységes communio-tér, ahol a szóban és testben megvalósuló ige a közösség sűrűsödő középpontját teremti meg. Keleten a magasra kiemelt cibóriumos oltártér zárja a térsort, tabernákulumként szolgálva a liturgikus teret – alatta az altemplom a szent

⁶ Jown Pawson_ Minimum, Phaidon Press, 1996

⁷ Wikipedia.org: Pannonhalma története

ereklyékkel.”⁸ Ahogyan emelkedik a tér, úgy emel, vonz bennünket az elrendezés korokon és téri helyzeteken át egy állandó Jelenlévő felé.

A színek visszafogottak, természetesek, lágyak. Az anyagok önmagukat adják: a tartószerkezetek kőből vannak – az új padló hazai, süttői mészkő; nem hivalkodó, de kopásálló, szépen rakott és egyenletes. Hosszasan kísérleteztek felületkialakításával. A falak új, kőfal-szerű megjelenést kaptak. A freskókat pasztellesre tompították. A bútorok fából vannak. Sem nem túl súlyosak, sem nem túl könnyedek. Emberközeli; megfelelő arányúak, jó tapintásúak. A templom három téri helyzetében háromféle módon rendeződnek el. A székek három helyzete három magatartási „választ” sugall a Szent szolgálatára. A szertartás kiemelt helyeit (oltár, ambó, keresztelőkút) monolit tömbök jelzik. A hang- és világítástechnika a lehető legmodernebb. Utóbbi remekül átgondolt, a sokféle funkciót változatos programozással szolgálja ki, környezetkímélő, leginkább rejtett – csak kézzel készített, gyertyát idéző lámpatestei szembeötlőek.

A legfontosabb mégis az a természetes fénypászma, mely az ostya-szerű, hatalmas ónixablakon beáradva ösvényt rajzol a templom belsejébe. Az épített környezet tökéletesen teljesíti feladatát: háttérben maradva engedi megjelenni és mintegy oltárra emeli a fényt.

A prizma, amely ragyogó színekre bonthatja a csendnek és a fénynek ezt az ősi, teremtői pillanatát; bennünk van.

Romano Guardini vallásteológus, az ökumené jeles képviselője fogalmaz így Rudolf Schwarz egyik harmincas évekbeli, minimalista templomának építészetét értékelve:

“Tudtam, hogy egyesek azt fogják mondani, ez a templom üres. Azt válaszolom nekik, szálljanak mélyen magukba és gondolkodjanak el azon, jól értik-e... Ez nem üresség, ez csend! És a csendben Isten lakozik.”⁹ - „Csend nélkül hiányzik a liturgia mélysége és minden hiábavaló... a csend az első feltétele minden szent cselekménynek.”¹⁰

⁸ <http://hazai.kozep.bme.hu/hu/a-bazilika-belso-felujitasa-pannonhalma/>

⁹ Nicola Panzini: Le radici del lavoro di Rudolf Schwarz - identità, rinnovamento, interpretazione del castello di Rothenfels (1924-1934) Dda.unich.it és az idézet szabadfordításban innen: Romano Guardini, Kkib.de

¹⁰ Romano Guardini: La messe. Paris 1957, 20.

Bálint Róbert: A liturgia csendje: Istennek szánt „kelepce”, Keresztenyszo.verbunkido.ro

Építészforum és BME interjúk és cikkek, főleg Epiteszforum.hu, 202020 – Garai Péter interjúja a pannonthalmi bazilika felújításáról

Belight.hu

[márialigeti anna]

Aki utánam akar jönni, vegye fel nap mint nap bakancsát

Gérecz Imre OSB az Országos Kéktúráról

Trauttwein Éva/Lambert Attila (fotó)

A teljes interjú az Új Ember 2020. augusztus 9-i számában jelent meg ([online változat](#))

A fiatal magiszter a Pannonhalmi Főapátság szerzetesi ebédlőjének teraszáról körbemutat a tájon. Ismerős világ ez a Gömör-Hevesi-dombságban született és ott gyerekeskedett bencésnek. Két évvel ezelőtt útnak indult, hogy bejárja a kéktúra útvonalát. Testet öltött számára Magyarország. Mire tanít az út, a természet, a hátizsák és a bakancs?



– Hogyan született meg Önben a döntés, hogy bejárja ezt az utat? Mi inspirálta?

Tillmann J. A.: Szigetek a világ zajában, esszé, 2008

Márialigeti Anna: Rejtett építészet, szakdolgozat, 2008 és egyéb saját egyetemi jegyzetek, pl. Király József, MOME előadások 2004-8

– Sok minden. Például a gyerekkorom. Ózdon születtem, és egy, a városhoz csatolt kis gömöri faluban, Urajon, a domboldalban nevelkedtem. Gyakran feljártam a Szent Mihály magasára, ahonnan gyönyörű kilátás nyílik a Bükkre. Pannonhalmán körpanorámás dombtetőn lakom. A hegyek hozzátartoznak az életemhez. Az inspirációk között volt továbbá a Másfélmillió lépés Magyarországon című televíziós sorozat is, amely már gyerekként lebilincsel. Fontosak emellett az elődök példái: a bencések hagyományosan nagy túrázók. Polán Hildebrand atya ötvenéves korában járta végig a kéktúrát. Mégis eltartott egy darabig, amíg a döntést meghoztam. Éppen 35 éves lettem, amikor elindultam az úton, és a szerzetesi közösségünkben is új szakaszt kezdődött ekkor az új főapát megválasztásával.

– Mit várt az úttól? Mennyire volt ez teljesítménytúra és mennyire zárandoklat?

– Nagy kalandot vártam. És azt, hogy imádságosan járjam végig az utat, s közben közelebb kerüljek Istenhez és önmagamhoz. A gyaloglás tapasztalata segít, hogy testileg és lelkileg jelen legyek. Isten ugyanis mindig jelen van. A kérdés az, hogy én jelen tudok-e lenni Isten számára. Nehezen szánom rá magam arra, hogy kimozduljak. A hétköznapiakban hajt a teljesítési vágy. Tudtam, hogy a kéktúra le fogja kötni a teljesítménykényszeremet, és felszabadít arra, hogy járjam az erdőt. Az út számomra mindvégig imádságos egyedüllét volt. Újra és újra megéltem a kiszakadást a hétköznapiakból és a megtisztulást. Egy-egy túrán eleinte még kísérnek a folyamatban lévő ügyek, a teendők, amik nyomasztanak, amik még várnak rám. Ezekre időt kell szánni, hogy leülepedjenek, hogy Isten előtt kibeszéljem őket. Így rá tudok lelni valami nagy egységre, békére Istennel és belső önazonosságra. Ez lehetővé teszi, hogy arra koncentráljak, ami körülvesz, és megújult figyelemmel járjak az úton, majd letisztultan érkezzem haza. Minden út testi-lelki tisztítóútra volt számomra. Kiizzadtam magamból a sok belső mérget, fáradtságot, gyulladást, ami a szervezetemben volt. A túrázás helyretette az étvágyamat, az alvásritmusomat, a vérnyomásomat.

– Egyedül járt?

– Szigorúan. Itthon mindig emberekkel foglalkozom, így kikapcsolódás, ha néhány napot fák, őzek, madarak között tölthetek. A szálláshelyeken emlékezetes találkozásokat éltem meg, de az úton a hátizsák és a bakancs volt a két társam, lelkigyakorlatos vezetőm. Rájuk bíztam magam, ők tanítottak. A bakancs először törte a lábam, neki is fájt, nekem is. Aztán elmúlt. Összeszoktunk, sok-sok pocsolyán mentünk át együtt, megvédett. Később elszakadt, varratni is kellett, és az újabb túrákon újabb szakadások keletkeztek rajta. De újra és újra fel kell venni, este letisztogatni, megszáritani. Szeretjük a szépet, az újat, de ami igazán sokat mond rólunk, az a viseltes ruhadarab. Ami igénybe van véve, amiben sok időt töltöttünk. Számomra szimbólummá vált a bakancs. Mi az, ami az életemben szorít, amit a nap elején nehéz felvenni, amit nehéz folytatni? Jézus azt mondja, aki utánam akar jönni, vegye fel a keresztyét. Bennem

így hangzott ez a mondat a túrák hatására: aki utánam akar jönni, vegye fel naponta a bakancsát, és kövessen engem. Amikor panaszkodom, hogy mennyi minden szorít, rengeteg energiát emészt fel a belső őrlődés. Ám amint igent tudok mondani a bakancsra és a nehéz kilométerekre, amik előttem vannak, már attól könnyebb lesz az út.

– Emlékezetes találkozásokat említett.

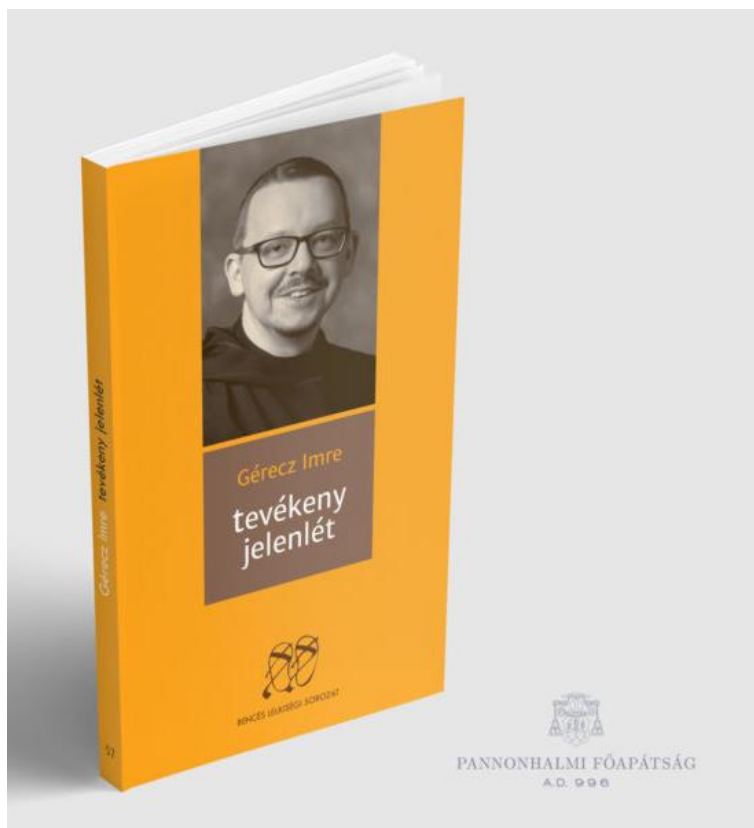
– Igen, kettőt el is mesélek. Keszthelyen egy bencés öregdiák szüleinél kaptam helyet. Egy nyolcvan körüli házaspár fogadott be, a fiaik után most már az unokáik a diákjaink Pannonhalmán. Kicsit tartottam attól, hogy nem leszek-e terhükre. De olyan volt, mintha hosszú évek óta ismernénk egymást. Szelestei Tamással este alig tudtuk abbahagyni a beszélgetést. Ajándék volt, hogy megismerhettem. Egy másik feledhetetlen találkozásra a Bakony egyik kis falujában, Bakonykútiban került sor. Ebédidőben a buszmegállóban éppen a szendvicsemet ettem, amikor három furcsa alak köszönt rám. Kérdezgettek, aztán meghívtak magukhoz meleg ebédre. Elfogadtam a felajánlásukat. Kiderült, hogy a szellemi fogyatékossgal élők otthonában laknak, a gondozójukkal sétáltak a faluban. Leültettek az asztalukhoz, és teljes nyitottsággal figyeltek, ahogy ettem. Azzal a spontaneitással és őszinteséggel vettek körül, ahogyan a fogyatékossgal élő felnőttek tudnak jelen lenni. Megajándékozottnak éreztem magam. Ismerősnek éltem meg a jelenetet. Már újra úton voltam, amikor eszembe jutott Rubljov Szentháromság-ikonja. A három isteni alak asztalhoz hívja a vendéget.

– Gyűjtött emlékeket?

– Ezt tudatosan elengedtem. Sokszor esünk abba a hibába, hogy végigfényképezzük az utat, emléktárgyakat vásárolunk, és nem vagyunk jelen, nem feledkezünk bele abba, amit éppen átélünk. Igyekeztem ezt elkerülni. A bélyegzőfüzet, a rojtosra lapozott térkép örök emlék marad. Van néhány fotóm is, a legfontosabb pedig a naplóm. Kedvenc krimiszerzőm, Akunyin nyomán három részből álló bejegyzést írtam mindennap. Egyrészt arról, hogy mit látok, mi vesz körül. Másrészt arról, mi történt velem, kikkel találkoztam, végül pedig arról, hogy mit tanultam, mi járt a fejemben, mi volt az adott nap szellemi hozadéka. A naplóm mellett a túra szellemi gyümölcse lett egy könyv is. Tevékeny jelenlét címmel jelent meg a Nemzetközi Eucharisztikus Kongresszusra készülve. Krisztus valóságos jelenlétéről írtam.

Tevékeny jelenlét

„Az egység szentségében Jézus egy asztalhoz hív.”



Gérecz Imre tevékeny jelenlét című kötete a végtelenre nyit ablakot, s a kitágult térben békésen, szelíden, biztos kézzel vezeti a zárándok olvasót. Könyve arra vállalkozik, hogy kibontsa azokat a hitformulákat, amelyeket leegyszerűsítve használunk. Jézus nemcsak a kenyér és a bor színe alatt, hanem cselekvő módon az igében, a nevében összegyűlt hívő közösségben és a rászorulóknak is közel jön hozzánk. A szerző arra is meghív bennünket, hogy miközben a

szentségi jelenlétre koncentrálunk, ne felejtsük el, hogy igazából azért van erre szükségünk, mert várjuk és megelőlegezzük Krisztus második eljövetelét, a végső idők lakomáját, azaz a vele való végső találkozást. Imre atya könyvét mindazoknak ajánljuk, akik szeretnék elmélyíteni az eucharishtián való részvételüket, és szeretnék felfedezni az eucharishtiának azt a gazdagságát, amelyet Jézus a tanítványaira bízott, az egyház pedig továbbadott számunkra.

A könyvhöz tartozó munkafüzet fiataloknak és felnőtteknek kidolgozott kérdésekkel, kvízekkel online elérhető: https://pannonhalmifoapatsag.hu/tevekeny_jelenlet_munkafuzet/

Ferenc pápa

a Magyarországi Egyházak
Ökumenikus Tanácsának
képviselőihez



Kedves testvérek!

Boldog vagyok, hogy találkozhatom veletek. A szavaitok, amelyekért most köszönetet mondok, és a jelenléteitek egymás mellett azt tanúsítják, hogy vágyjátok az egységet. Egy olyan útról vallanak, amely néha meredek és a múltban ugyancsak rögös volt, de amelyen együtt jártok bátran és jóakarattal, egymást támogatva, a Magasságbeli tekintetétől kísérve, aki megáldja a testvéreket, akik együtt laknak (vö. Zsolt 133,1).

Látlak titeket, testvéreim a Krisztusba vetett hitben, és áldom a közös utat, amelyen jártok. Gondolatban most a Pannonhalmi Apátságra tekintek, az országnak erre a lüktető szellemi központjára, ahol három hónappal ezelőtt együtt gondolkoztatok és együtt imádkoztatok. Ha együtt és egymásért imádkozunk, ha együtt tesszük a dolgunkat a szeretetszolgálat terén ezért a világért, amelyet annyira szeret az Isten (vö. Jn 3,16): ez a legkézzelfoghatóbb út a teljes egység felé...

(A 2021. szeptember 12-én elhangzott beszéd itt olvasható:

<https://www.magyarKurir.hu/hirek/ferenc-papa-magyarorszagi-egyhazak-okumenikus-tanacsanak-kepviseloivel-talalkozott>)

„Adjunk hálát közösen Istennek az elmúlt ezer év során művelt csodálatos tetteiért. És te, pannonhalmi bencés közösség, légy továbbra is - mint hegyre épült város - fényforrás e vidék és az egész nemzet számára. Maradj hűséges ehhez a hivatásodhoz, amint azt az elmúlt évszázadok során tetted. Vezesd továbbra is az új nemzedékeket az emberi és isteni bölcsesség útján, és hogy ebben változatlan eredményességgel sikeres legyél, Szent Benedek szavai szerint magad is válj tanítvánnyá „az Úr szolgálatának iskolájában” (Szent Benedek Regulája, Prol. 45.).” - Részlet Szent II. János Pál pápa huszonöt évvel ezelőtti, – 1996. szeptember 6-án – a Szent Márton-bazilikában tartott beszédéből.

Ökumenikus konferencia Pannonhalmán (2021. június 8.)

Isten és a világ – Vendégségben az Ige asztalánál

Kurt Koch bíboros, a Keresztény Egység Előmozdítása Pápai Tanácsának elnöke a konferencián a keresztény hit világhoz való viszonyát elemezte. Hangsúlyozta, hogy egy alapvetően pozitív viszonyulásról van szó, és utalt a bibliai teremtéstörténetre, melyben így szerepel: „Látta Isten, hogy minden, amit alkotott, igen jó.” Kurt Koch rámutatott, hogy a



felekezetek különbözőképpen gondolkodnak az ember bűnösségéről, eltérően értelmezik az ember istenképmás mivoltát. Szerinte azonban nem szükségszerű, hogy a különböző nézetek között éles ellentét húzódjon, nem kizárják, hanem gazdagíthatják egymást. Mint mondta Isten és a világ kapcsolatát az átváltozás jellemzi, ahogy az az eucharisztikus hitben is jelen van, utalva a kenyér és a bor Krisztus testévé és vérévé történő átváltozására.

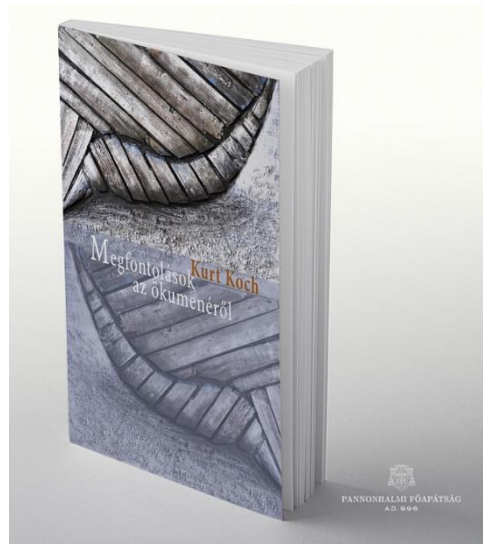
A bíboros felidézte, hogy Jézus a szentírásban azt várja el tanítványaitól, hogy a Föld sója legyenek, vagyis keresztényként szolidárisan viszonyuljanak a világhoz. Ugyanakkor a világ világosságát jelentsék. Ahogy Kurt Koch fogalmazott: „Tőlünk keresztényektől elvárható, hogy színt valljunk, saját arculatot alakítsunk ki, és a mai, divatos korszellemmel szemben is merjünk prófétai hangon állást foglalni.” Mint mondta, ennek a két jézusi elvárásnak egyszerre kell megfelelniük a keresztényeknek. Majd így folytatta: „Úgy kell formálunk az egyház és a világ kapcsolatát, hogy keveredés nélkül és szétválaszthatatlanul alkossanak egységet. Ez a keresztény hit útja”- zárta szavait a bíboros.

[pannonhalmifoapatsag.hu]

Seidl Ágoston beszámolója a konferenciáról:

Cirill főapát úr gondoskodásából lehetőségünk volt egy negyedórás beszélgetésre Kurt Koch bíboros úrral, amikor is tájékoztattuk az Öku iskola létéről és több, mint 30 éves működéséről. Először azt hitte, hogy ez valami kísérlet, de amikor ismételten rámutattunk, hogy 31 éve így működünk, akkor azt mondta, hogy "ez egy unikum!" Nagy élmény volt az egész konferencia, mélyen megérintett mindannyiunkat, és öröm volt Koch bíboros úrral beszélni, aki nagyon kedves és érdeklődő volt.

„Az egység keresésével nemcsak különféle egyházi közösségeinknek tartozunk, hanem elsősorban és végső soron Jézus Krisztusnak, egyetlen egyháza fejének. Erről a hívő meggyőződésről tesz tanúságot az Efezusiakhoz írt levél nyomatékos és egyértelmű hitvallása: „Egy a test, és egy a Lélek, ahogy meghívásotok is egy reményre szól. Egy az Úr, egy a hit, egy a keresztség, mindenknek egy az Istene és Atyja, aki mindenk fölött áll, mindent áthat, és mindenben benne van” (4,4–6). Az Efezusi levél így köti lelkünkre az egység ügyét, és így ébreszt tudatára



annak, hogy keresztényekként egyszerre kell bátornak és alázatosnak lennünk, ha szembe akarunk nézni a szétszakadt kereszténység változatlanul fennálló botrányával, és újra el akarjuk kötelezni magunkat az egyház látható egységének keresése mellett.”

(Kurt Koch: Megfontolások az ökumenéről, Pannonhalmi Főapátság Közhasznú Alapítvány 2021, 79–80.)

Kurt Kochkal való személyes találkozásom 2004-ben

Pröhl Gergely, a Magyarországi Evangélikus Egyház országos felügyelője

...Koch püspök igen kedvesen fogadott a Bernhez közeli Solothurnban lévő rezidenciáján. Kérdéseimre válaszolva beszámolt a katolikus közösséget érintő legfontosabb kérdésekről, nagy kiterjedésű püspökségének változatos történelméről és a saját – a katolikus egyházban legalábbis – különleges helyzetéről. Azzal lepett meg, hogy az ablakhoz lépve rámutatott a kertben álló új szolgálati autójára, amelynek típusát és komfortfokozatát a vásárlás előtt egyeztetnie kellett a hozzá tartozó gyülekezetek előljáróival.

Ez azonban csak egy kisebb adalék volt a püspökválasztás módjáról szóló beszámolójához – a választás ugyanis még inkább bázisdemokratikus, a világi hatóságok beleszólását lehetővé tevő, a Szentszék befolyását erősen korlátozó, egészen egyedi eljárásrend. A hívek levélben beküldött személyi javaslatait az egyházmegyék és a kantonok képviselőiből álló grémium szavazással hagyja jóvá; a világi hatalom képviselői is töröltethetnek neveket a jelöltlistáról. A fennmaradó jelöltek közül a hívek választanak püspököt, amint 1995-ben Kurt Kochot, a Luzerni Egyetem dogmatikaprofesszorát is. A megválasztott püspök személyét aztán a Vatikán hagyja jóvá. Ezzel a nagyon is protestáns egyházkormányzási tapasztalattal nevezte ki őt 2010-ben XVI. Benedek a keresztények egységét előmozdítani hivatott hivatal élére. Aligha találhatott volna alkalmasabb személyt. [evangelikus.hu]

Illatmúzeum

Az első gyógynövényekről fennmaradt írásos apátsági emlék az 1600-as évek második feléből maradt ránk, ekkor jelent meg az első szerzetesi szöveg a gyógynövénytermesztési hagyományokról. Később, a barokk korból származik az első megmaradt gyógyászati



receptgyűjtemény, ekkor ugyanis a szerzetesek saját ismereteik mellé összegyűjtötték a helyiektől származó tudásanyagot is a környékbeli gyógynövények és gyógynövény-felhasználás témakörében.

Ilyen és ehhez hasonló, kézzel írt könyveket is láthat az érdeklődő a 2021-ben megnyílt Illatmúzeumban. Természetesen az illatok sem maradhatnak elméletiek, kis tölcsérek segítségével ismerhetjük meg a jellegzetes pannonhalmi illatokat.

Interaktív módon ismerkedhetünk meg a Gyógynövénykertben termesztett öt fő növény (francia levendula, orvosi zsálya, citromfű, kakukkfű, borsmenta) botanikai és termesztési tulajdonságaival, felhasználhatóságával. A tárlaton bemutatásra kerül hét olyan illat (például tömjén, pézsmá vagy rózsa) melyet évezredek óta, a világ különböző tájain használnak. A Gyógynövénykert épületeinek felújítása, bővítése lehetővé teszi, hogy a látogató alaposan megismerje a növények termesztési technológiájától indulva, az illóolaj lepárláson keresztül a késztermék gyártását egyaránt.

A kert, a gyógynövények, mint a teremtetett világ gazdagságának képmásai és a készítmények, mint a test és lélek gyógyírjai, mind-mind az ember javát, hasznát szolgálják. Isten azért teremtetette őket, hogy öröm, boldogság és remény kísérje az ember életét. A gyógynövényekből kinyert illóolajok évezredek óta az illatszeripar és kozmetikumok alapanyagául szolgáltak. Emellett a különböző vallások szakrális tevékenységének kellékeként is ismerték és használták őket.

[<https://pannonhalmifoapatsag.hu/illatmuzeum/>]

„Nem véletlenül vannak ízlelőbimbóink”

Beszélgetés Hortobágyi Cirill főapáttal

Szerző: Haranghy Orsolya; a teljes interjú 2020-ban itt jelent meg:

diningguide.hu

A Pannonhalmi Főapátság bencés szerzetesei már a kora középkor óta gazdálkodó rendként van jelen, és korunk fogyasztói társadalmában is helyt állnak.

Gourmet éttermet működtetnek, a Viator; kiváló minőségű borokat és gyógylikőrt készítenek, sőt hamarosan saját, apátsági sörrel állnak elő.



– **Több mint ezeröttszáz éves rendként van tapasztalatuk a nagy járványokban. Fennmaradtak esetleg egykori gyógyító receptek is?**

– Ó, hogyne. Kolerajárvány és pestisjárvány is tizedelte annak idején a környéket. Vannak tárgyi emlékeink is, a „pestises” levelek, amik át vannak szűrve és megfüstölték őket, mert egykor így akarták távol tartani a kórt. A pszichés hatáson kívül nem sok hozadéka volt a füstölésnek, akárcsak a középkorban alkalmazott madárcsőrszerű maszknak, de az embereket megnyugtatta. A régi receptjeink között gyógyteákat találtunk, porított gyógynövényes készítményeket, a fűszerkert növényeit, amik komoly járványos betegségek esetén nem túl hatékonyak. Az alap higiénéről ekkor még nem sokat tudtak, hiányoztak a mikrobiológiai ismeretek a fertőzések elkerülésére. Rendkívül széles a kéziratos gyűjteményünk. Mindent megőrözzünk, a tudomány sokféle ágát képviselik ezek a dokumentumok, eredeti kézirataink vannak például Jedlik Ányos fizikai kísérleteiről. A gasztronómia, a fűszernövények és a gyógyítás hagyománya nagyon izgat bennünket. Könyvet is adtunk ki Fűszerkert címmel, amelyben 22 fűszernövény felhasználásával, 60 receptet kínál éttermünk, a Viator séfje, Gyurik Gábor. És még mennyi minden napvilágra kerülhet a levéltárból!

– **Pannonhalma mintapéldája, hogy a szerzetesi lét és a fogyasztói társadalomban való érvényesülés nem zárja ki egymást.**

– Kétfajta hagyomány alakult ki az évszázadok során. Az egyik a koldulórendek hagyománya, erre csodálatos példa Bőjte Csaba testvérünk tevékenysége. Szép ügyeken dolgozik, amihez szponzorhálót, alapítványt, fundraisinget (jótékonyági alapot) tudott kiépíteni. Mi a másik

úton járunk. Ehhez ismerni kell a történelmünket: a bencés rend a kora középkor óta gazdálkodó rend. 1945 után elvették az egyházi nagybirtokokat, melyet a privatizáció során nem kaptuk vissza. A rendszerváltás után örömmel építettünk fel elsősorban a turizmusra, vendégfogadásra épülő gazdasági tevékenységeket, amelyek mellett természetesen nem szorultak háttérbe a rend szakrális, karitatív feladatai sem. Büszkék vagyunk rá, hogy sok-sok munkahelyet teremtünk, hogy minőségi termékeket, borokat állítunk elő, de mindezek háttérében ott a spiritualitás. Nagyon az elején járunk abban a folyamatban, hogy igazán sikeres vállalkozásokat üzemeltessünk, a pincészet lehet az első közülük. Mindig és mindenben távlatokban gondolkodunk: ezeréves hagyományokban gyökerező, korszerű, környezettudatos szemléletű vállalkozásokat építünk. A legújabb fejlesztésünk a hagyományos belga apátsági söröket gyártó főzdeák, amelyet heteken belül megnyitunk!



– **Volt, hogy megkapták: egy gourmet étterem és a bencés rend alapelvei nem összeegyeztethetők?**

– Időnként előfordul, mert nem mindenki tartja egyértelműnek, hogy mi ilyen éttermet üzemeltetünk. Azt már kevesebben tudják, hogy a Viator nekünk is egy ünnep. A mindennapjainkban a kolostori konyhán eszünk, ami közel sincsen a Viator színvonalán. Nagy tévedés lenne azt gondolni, hogy mi rendszeresen lucullusi lakomákat költünk el az apátsági étteremben. (Nevetés.)

– Nagyon közvetlen, sokat nevető ember benyomását kelti.

– Az életet élvezni kell! Az élet alapvető derűje nélkül nincs értelmes létezés, ezt mélyen hiszem. Nem az az aszkézis, a sanyargatás a cél, hanem egy harmonikus élet kialakítása.

– Amihez hozzátartoznak a jó ételek és italok is.

– Nagy kár is volna lemondani a jó ételről, csak az a fontos, hogy megtaláljuk a helyes arányokat. Értékelni kell az örömet, a kellemes perceket, ahogyan másrésről a nehézségeket is el kell fogadni, a csalódásokat is fel kell dolgozni. Egy felnőtt embernek nem babaarca van, a csapások, konfliktusok nyoma ott marad az arcunkon is, de a mértékletes örömöket nem szabad elutasítani magunktól. Az étkezésnek van egy biológiai funkcionalitása, de sokkal többről szól, mint táplálékbevitelről, különben infúzió át is táplálkozhatnánk. Én azt gondolom, hogy nem véletlenül vannak ízlelőbimbóink. Szent Pál azt írja, hogy tudok bővelkedni és tudok szűkölködni is. Vagyis mélyebb szintjei is vannak az életnek, a bővelkedő ünnepi étkezésekkel és a szűkölködő böjttel. Az evés nem lehet életcél, de a harmóniánkhoz hozzátartozik.

– A közvetlenség a pannonhalmi bencések teljes kommunikációjára igaz. Street art alkotások a gimnázium ebédlőjében, kutyaabarát levendulanapok, Omnibus néven food truckot üzemeltetnek.

– Ez teljesen természetes, hiszen egy monostor a találkozások helye, ég és föld érintkezése, Isten és ember találkozása. Monostorunk egyik küldetése – Szent Benedek Regulája szerint is – a vendégek fogadása, amelyről ő így ír: „Minden érkező vendéget úgy fogadjanak, mint magát Krisztust, mert ő maga mondja majd egykor: ‘Idegen voltam, és befogadtatok engem’.

Mihelyt tehát vendéget jelentenek, szolgálatkész szeretettel siessenek elébe az előljáró és a testvérek.” A tömegturizmus korszakában nyilván nem így köszöntjük már a vendégeinket, de az eszmény megmaradt. Nekünk nagy előnyünk továbbá a korszerűségben a sok diák, aki körülvesz minket. 340 kamaszfiútól lehet mit tanulni! Facebook-profilom is úgy lett, hogy a gyógynövény-szakkörön az egyik diákom közölte, hogy kellene az atyának Facebook. Kérdeztem tőle, hogy mégis mire használjam? Nyomatni az információkat, atyám! Instám is így lett. A kamaszokkal való foglalkozás nagyon jó lehetőség arra, hogy az ember ne öregedjen meg. Most épp az a gondom, hogy én még e-mailes vagyok, ők meg már egyre inkább messengeresek, ott kommunikálnak. Mondták is, hogy ideje lenne már nekem is átállnom.

Pannonhalmi Apátsági Pincészet

„Pannonhalma mintegy királyi széken lebeg az alatta ellapult sík felett, hosszan elnyúlt szőlők végében. Szent Márton a monostor hegye alatt fekszik, játékos gyümölcseivel. Mindenfelé látni nyomait az itt bölcsen és erővel munkáló kéznek.”

Az 1831. év tavaszán Szent Márton monostorába látogató Kazinczy Ferenc a már akkor is évszázadokra építkező hagyományos képet látta: a bencés monostor szőlőktől övezve békét és rendezettséget közvetít a „bölcsen és erővel munkálkodó kéz” nyomaként.

A Pannonhalmán megtelepedett bencés szerzetesek a korábbi évszázadokban mindig szoros kapcsolatban voltak a szőlőtermesztéssel és a borkészítéssel. Az adott kor legmagasabb szintű szőlő- és borkultúráját művelték. Az 1900-as évek elején az apátsági birtokméret kb. 100 hektárnyi lehetett Pannonhalma közvetlen környékén, de emellett Somlón és Tokaj-Hegyalján is rendelkezett birtokokkal az Apátság. Már abban az időben palackozott formában értékesítette fehér- és vörösborait, amelyek a történelmi határokon túlra is eljutottak.

Az apátsági szőlő- és borművelő hagyomány újrateremtése a régi apátsági birtokok egy részének visszavásárlását követően a szőlőtelepítési programmal kezdődött, majd az új pince és borház kialakításával folytatódott, 2004. márciusától pedig már látogatható az újraindított Pannonhalmi Apátsági Pincészet. A látogatás a Pannonhalmi Apátsági Pincészet által szervezett szakszerű vezetéssel történik, amelynek keretében a vendégek betekintést nyerhetnek a bencés szőlő- és borkultúra történelmébe, megismerkedhetnek az új épületegyüttessel illetve a borkészítés technológiai folyamataival, valamint megkóstolhatják boraikat.

[\[apatsagipinceszet.hu\]](http://apatsagipinceszet.hu)

Szent Jakab ház



A vendégház Szent Jakab apostolról, a Pannonhalmától 40 km-re álló, egykori lébenyi bencés apátsági templom védőszentjéről kapta nevét. A település egyik legeldugottabb pontján, a zárt Cseider völgyben álló szállás- és közösségi épületek elsősorban osztályok, ifjúsági csoportok, táborok, zárandokcsoportok számára készültek, de jól szokták érezni magukat nálunk a családi találkozók, alkotótáborok, céges kirándulások, tréningek, kurzusok résztvevői is. Az egyszerűen, de igényesen berendezett hálókahelyek és közösségi terek, a természet szépsége és nyugalma mind az ide érkező egyéni és csoportos vendégek békéjét és pihenését szolgálják.

[\[szentjakabhaz.hu\]](http://szentjakabhaz.hu)

Lelki tükör – felkészülés a gyónásra

Előzetes meggondolások

1. Hogy a gyónást mint fölösleges terhet, vagy mint szabadulást éled meg, az nagy mértékben függ attól, hogy a hogyan készül fel rá. Ezért az alábbiakban szeretnénk egy két szempontot adni a felkészüléshez. A keresztény ember számára fontos, hogy időről időre felülvizsgálja merre tart az élete, és szükség esetén irányt változtasson. Az egyházi év bizonyos szakaszai (nagybőjt, advent), egyes programok (lelkigyakorlat) vagy az élet nagy eseményei (házasságkötés, gyermek keresztelese, első áldozása) kézenfekvő alkalmat kínálnak ehhez.
2. Sokan azt mondják: „nincs mit meggyónnom”. Az itt következő felkészülési gondolatok azon alapulnak, hogy nem magamat vizsgálom, hanem megkérem Istent: „vizgálj meg Te engem, mutasd meg, milyennek látod az életemet!” Ha csak a saját szemüvegemen keresztül ítélem meg magam, igen könnyen helytelen képet fogok látni.
3. A felkészülésre szánj egy órát (a következő három lépésre 20-20 percet). Maradj egészen egyedül Istennel, ahol sem csengő sem telefon nem fog zavarni. Ez alatt az idő alatt ne hallgass zenét sem. Ülj le egy üres asztalhoz, és végy magadhoz egy teljes bibliát, de legalább egy Újszövetséget. Legyen kéznél papír és ceruza is.

Első lépés - Ne feledd el jótéteményeid! Légy hálás, mert az bizalmat szül.

1. Kezdetnek olvasd, illetve imádkozd el a 103. Zsoltárt! Lassan, nyugodtan imádkozz, hogy a szíved is hallja, amit olvasol. Állj meg azoknál a mondatoknál, amelyek megérintenek.
2. Végy egy darab papírt és írd a tetejére: „Áldjad lelkem az Urat, és ne feledd el jótéteményeid!” (Zsolt 103,2)
3. Kérd az Urat, hogy mutasson meg neked mindent, ahol az elmúlt időben (utolsó gyónásod óta) jó irányban változtatott téged.
4. Ezeket a felismeréseket írd fel a papírra, lehetőleg minél konkrétabban.
5. Olvasd közben újra meg újra a 103. Zsoltárt (lásd alább), különösen azokat a helyeket, amelyek jobban megérintettek.
6. Adj hálát Istennek, minden egyes dologért, ahol pozitív változást tapasztaltál. Adj hálát azokért az emberekért is, akik ebben segítettek és melletted voltak.
7. A hála által erősödik a bizalmad. Könnyebben elhiszed, hogy Isten az életednek azokat a területeit is meg tudja változtatni, ahol most még sötétség van.

Második lépés - Megbocsátja minden bűnödöt

Itt a bűneidről van szó.

1. Bár a bűneidről van szó mégse gondold a rájuk ebben a második részben, hanem azt gondold végig. Hogy mennyire szeret az Isten. Engedd, hogy az Isten szeretete egész mélyen megérintse és átítassa a szívedet. Ha az ablakpárkány foltos, azt a leginkább akkor látjuk, amikor besüt a nap. Egy ének hangzik valahogy így: „Az Isten szeretete olyan, mint a napsugár”
2. Végy egy újabb papírt, és a tetejére írd fel: „Vizsgálj meg Istenem és ismerd meg szívemet, tégy próbára és ismerd meg utaimat, lásd, vajon a gonoszok útján járok-e, és vezess az örökkévalóság útján engem” (Zsolt 139,23-24) A szívedről, a gondolataidról, az utadról, az életed alakulásáról van szó.
3. A következő 20 percben olvasd el újra meg újra a tékozló fiú történetét (Lk 15,11-32). Figyeld az apára, hogyan viselkedik a fiaival. Isten ugyanígy szeret téged!
4. Imádkozd közben többször: „Vizsgálj meg Istenem”, és kérd Őt, hogy tényleg vizsgáljon meg.
5. Írj föl minden bűnt egész konkrétan, amelyet Isten megmutat neked, még a legkisebbeket, legjelentéktelenebbnek tőnőket is!
6. A 20 perc végén írd az oldal végére Isten ígéretét: „Ha megvalljuk bűneinket, ő hű és igazságos, hogy megbocsássa a bűnöket és megtisztítson minket minden gonoszságtól” (1Jn 1,9)
7. Ha az életedet Isten fényében látod, talán szégyen vagy megtörtség vesz erőt rajtad. Ez jól van így hiszen Isten „a töredelmes és alázatos szívet nem veti meg” (Zsolt 51,19 Iz 57,15) Isten szeret téged mindenek ellenére!

Harmadik lépés - Minden sebedet meggyógyítja

A lelki sérüléseidről van szó.

1. Vannak lelki sérüléseid, amelyeket mások okoztak, de olyanok is, amelyeket magadnak köszönhetsz. Ezek a sérülések a legkisebb gyermekkorba is visszanyúlhatnak, de még ma is azonnal vérezni kezdenek, ha valaki ezeket a sebzett pontokat megérinti. Sokszor egy ilyen lelki seb az oka annak, ha bizonyos helyzetekben helytelenül viselkedsz, pedig harcolsz ellene.
2. Az Úr nemcsak meg akarja bocsátani a bűneidet, hanem meg akar gyógyítani minden sérültséget, ezeket a lelki sebeket is.

3. Olvasd el: 1Sám 1,1-20. Az Isten megengedte, hogy Annának ne legyen gyermeke. Újra meg újra megalázza őt Fehenna, mindig a legszentebb pillanatokban, amikor a család az áldozatát az oltárra viszi. A 10. Versben ezt olvassuk: „keseredett volt a szíve” Anna kiönti a szívét Istennek és Ő meggyógyítja. A 18. Versben ezt olvasod: „Azzal elment az asszony a maga útjára. Evett, és az arca többé bánatosra nem változott.”

4. Kérd Istent, hogy mutassa meg ezeket a sebeidet. Ha felfedezel ilyeneket, írd fel őket egy papírra.

5. Olvasd el közben még egyszer a 103. Zsoltárt, időzz el azoknál a verseknél, amelyek segítenek abban, hogy tekintetedet a szerető és gyógyító Isten felé fordítsd.

Negyedik lépés - Megvallottam neked a bűneimet...

Megvallásról van szó...

1. A pszichológusok szerint amit nem mondunk ki, az nem fog meggyógyulni. A 32. Zsoltár így fejezi ki ez a tapasztalatot: „ Boldog, akinek gonoszsága bocsánatot nyert, és akiknek bűne el van takarva. Boldog az, akinek az Úr nem tudja be vétkét, s akinek lelkében nincsen csalárdság. Amíg hallgattam, csontjaim megöregedtek, s egész nap jajgattam. Mert éjjel-nappal rám nehezedett kezed, ellankadt erőm, mint a nyár hevében. Megvallottam előtted bűnömet, gonoszságomat el nem rejtettem. Elhatároztam: »Megvallom magam ellen hűtlenségemet az Úrnak.« És te vétkem gonoszságát megbocsátottad.”

2. A gyónásban öntsd ki bátran a szívedet Istennek a hálában, bűneid megvallásában és a gyógyulás kérésében. A felkészülés minden pontjára térj ki a beszélgetésben. Nyugodtan magaddal viheted a jegyzeteidet is, amiket készítettél.

3. A gyóntatód Krisztusra irányítja figyelmedet, aki a te bűneidért is meghalt a kereszten és végső szava ez volt: „Beteljesedett!” Istentől kapott hatalmánál fogva feloldoz téged a bűneid alól, és megjelöl a megbocsátás pecsétjével. Hálát ad veled Istennek, akinek irgalmassága nagyobb minden bűnünkénél. Végül imádkozni fog veled gyógyulásért.

4. Fogadd Isten megbocsátó szeretetét. Ezt a leginkább azáltal teheted, ha hálát adsz azért, hogy megbocsátott neked. A köszönet azt jelenti: elfogadom a bocsánatot.

5. Kérd, hogy Isten mutassa meg neked, ha jóvá tehetsz valamit. Ezt lehetőleg tedd meg azonnal! Az ószövetségi részeket itt a szöveg végén közöljük arra az esetre, ha nem lenne kéznél teljes Biblia.

103.zsoltár: Dávidtól.

Áldjad, Ielkem, az Urat, s egész bensőm az ő szent nevét.

Áldjad, Ielkem, az Urat, és ne feledd el jótéteményeit.

Ő megbocsátja minden gonoszságodat, ő meggyógyítja minden betegségedet;

Ő megóvja életed a pusztulástól, ő irgalommal és kegyelemmel koronáz meg téged.

Ő kielégíti javaival kívánságodat: mint a sasé, visszatér ifjúságod.

Igaz dolgokat cselekszik az Úr, és igazságot szolgáltat minden elnyomottnak.

Megismertette Mózesrel útjait, Izrael fiaival cselekedeteit.

Irgalmas és könyörületes az Úr, hosszan tűrő és nagyirgalmú.

Nem tartja meg haragját mindenvégig és nem fenyeget örökké.

Nem bűneink szerint bánt velünk, és nem fizetett meg nekünk gonoszságainkért.

Mert amilyen magasan van az ég a föld fölött, olyan nagy az ő irgalma azok számára, akik őt félik.

Amilyen messze van kelet a nyugattól, olyan messzire veti tőlünk gonoszságainkat.

Mint ahogy az atya könyörül fiain, úgy könyörül az Úr azokon, akik őt félik.

Mert ő ismeri létrejöttünket, és megemlékezik arról, hogy porból vagyunk.

Olyan az ember élete, mint a fű: kiverül, mint a mező virága,

de ráfúj a szél, és nincs többé, s a helyét sem ismerik.

De az Úr kegyelme öröktől fogva és örökké kíséri azokat, akik őt félik, s igazsága azok unokáit,

akik megtartják szövetségét, és gondosan teljesítik parancsolatait.

Az Úr az égben állította fel trónusát, és királysága mindenben uralkodik.

Áldjátok az Urat, angyalai mind, ti hatalmas erejűek, akik teljesítitek szavát, mihelyt parancsának hangját meghalljátok.

Áldjátok az Urat, seregei mind, szolgálói, akik akaratát megteszitek.

Áldjátok az Urat, művei mind, mindenütt, ahol uralkodik. Áldjad Ielkem az Urat!

A töredelmes lélek áldozat Istennek, a töredelmes, alázatos szívet, Isten, nem veted meg.

Zsolt 51,19

Mert így szól a Fölséges és Magasztos, aki az örökkévalóságban lakik, és akinek Szent a neve: »Magasságban és szentségben lakom, de a megtört és alázatos Ielkűvel is ott vagyok, hogy életet adjak az alázatosak Ielkének, és éltessem a megtörtek szívét.

Iz 57,15

Volt egy Ramátaim-Szófímból, Efraim hegységéről való ember, akit Elkánának hívtak. Jerohámnak volt a fia, aki Eliúnak volt a fia, aki Tóhunak volt a fia, aki az efraimi Szúfnak volt a fia. Két felesége volt, az egyiket Annának, a másikat Fenennának hívták. Fenennának voltak gyermekei, Annának viszont nem voltak gyermekei. Ez az ember minden évben felment városából Silóba, hogy imádkozzon, és áldozatot mutasson be a Seregek Urának. Ott Héli két fia, Ofni és Fineesz volt az Úr papja. Egyszer aztán, amikor feljött a nap, Elkána leölte áldozatát, és adott belőle egy-egy részt Fenennának, a feleségének, és Fenenna valamennyi fiának és lányának. Annának azonban szomorúan adta oda az egy részt, mert Annát szerette, de az ő méhét az Úr bezárta. Ezért a vetélytársnője bosszantotta is sokat, és bántotta, sőt azt is a szemére vetette, hogy az Úr bezárta a méhét. Ezt tette vele, és így ingerelte őt esztendőről-esztendőre, valahányszor eljött az idő, és felmentek az Úr templomába. Így ő csak sírt, és nem nyúlt az ételhez. Elkána, a férje megkérdezte tőle: »Anna, miért sírsz, miért nem eszel, és miért kesereg szíved? Nem érek-e én neked tíz fiúnál többet?« Miután ettek és ittak Silóban, Anna felkelt, és amíg Héli pap az Úr templomának ajtófélfájánál a székében üldögélt, Anna keseredett szívvel imádkozott az Úrhoz, és nagyon sírt. Fogadalmat is tett, és ezt mondta: »Seregeknek Ura, ha letekintesz és meglátod szolgálód nyomorúságát, ha megemlékezel rólam, nem feledkezel el szolgálódról, és fiúmagzatot adsz szolgálódnak, akkor az Úrnak adom őt élete valamennyi napján, és borotva nem éri a fejét.« Történt pedig, hogy amíg ő imádkozott az Úr előtt sokáig, Héli egyre figyelte a száját. Mivel Anna csak a szívében beszélt, és csak az ajka mozgott, a szava pedig egyáltalán nem hallatszott, Héli azt gondolta róla, hogy részeg. Meg is kérdezte tőle: »Meddig leszel részeg? Menj, emészd meg egy kissé a bort, amitől elkábultál!« Anna azt felelte: »Nem, uram! Nagyon szerencsétlen asszony vagyok én, sem bort, sem más részegítő italt nem ittam, csak a lelkemet öntöttem ki az Úr színe előtt. Ne tartsd szolgálodat Béliál lányai közül valónak, mert bánatom és szomorúságom sokasága miatt szóltam mindedig.« Héli erre azt mondta neki: »Menj békével, és Izrael Istene teljesítse kérésedet, amelyet hozzá intéztél.« Anna így válaszolt: »Bárcsak kegyelmet találna szolgálód a szemedben!« Azzal elment az asszony a maga útjára. Evett, és az arca többé bánatosra nem változott. Reggel aztán felkeltek, imádkoztak az Úr előtt, aztán visszatértek, és elmentek házukba, Ramátába. Amikor aztán Elkána megismerte Annát, a feleségét, az Úr megemlékezett róla, és történt napok múltával, hogy Anna fogant és fiút szült. Sámuelnek nevezte el, mert az Úrtól kérte őt.

1Sám 1,1-20