



Cheryl A. Esplin

második tanácsos az Elemi Általános Elnökségében

Az úrvacsora: megújulás a léleknek

A Lélek meggyógyítja és megújítja a lelkünket. Az úrvacsora egyik megígért áldása az, hogy „Lelke mindig velü[nek] le[sz]”.

Egyszer egy csoport fiatal nő azt kérdezte tőlem: „Mi az, amiről azt kívánja, hogy bárcsak tudta volna, amikor velünk egyidős volt?” Ha most kellene válaszolnom erre a kérdésre, többek között ezt mondanám: „Azt kívánom, hogy bárcsak jobban megértettem volna az úrvacsora jelentőségét, mikor annyi idős voltam, mint ti. Bárcsak úgy értettem volna az úrvacsorát, ahogyan azt Jeffrey R. Holland elder leírta, amikor ezt mondta: »Az úrvacsora szertartásában rejlik egyik meghívás az, hogy az legyen lelki élmény, szent kapcsolat, a lelkünk megújulása.«¹”

Hogy hogyan válhat az úrvacsorából „lelki élmény, szent kapcsolat, a lelkünk megújulása” minden héten?

Az úrvacsora akkor válik lelkileg megerősítő élménnyé, amikor odafigyelünk az úrvacsorai imákra, és újra elkötelezzük magunkat a szövetségeink mellett. Ahhoz, hogy ezt megtegyük, hajlandónak kell lennünk magunkra venni Jézus Krisztus nevét.² Henry B. Eyring elnök így tanított erről az ígéretéről: „Ez azt jelenti, hogy úgy tekintünk magunkra, mint akik az Övéi. Az első helyre tesszük Őt az életünkben. Azt akarjuk majd, amit Ő szeretne, ahelyett, amit mi szeretnénk, vagy amire a világ tanít bennünket.”³

Amikor veszünk az úrvacsorából, azt is szövetségben fogadjuk, hogy mindig emlékezünk⁴ Jézus Krisztusra. A megfeszítése előtti éjszakán Krisztus maga

köré gyűjtötte apostolait, és bevezette az úrvacsorát. Megtörte a kenyeret, megáldotta, majd azt mondta: „Vegyetek, egyetek; ez testem emlékezetére van, amelyet értetek való váltságdíjként adok.”⁵ Ezután fogott egy pohár bort, hálát adott, majd átnyújtotta apostolainak, hogy igyanak belőle, ezt mondván: „...ez az én véremnek... emlékezetére van, amely mindazokért ontatik, akik hisznek majd a nevemben”⁶.

A nefiták között, majd egyházának visszaállításakor az utolsó napokban újra megismételte, hogy az Ő emlékezetére kell vennünk az úrvacsorából.⁷

Amikor részesülünk az úrvacsorából, tanúsítjuk Istennek, hogy mindig emlékezni fogunk az Ő Fiára, nem csak a rövidke úrvacsorai szertartás alatt. Ez azt jelenti, hogy állandóan a Szabadító példájára és tanításaira tekintünk, hogy azok vezessék gondolatainkat, döntéseinket és cselekedeteinket.⁸

Az úrvacsorai ima arra is emlékeztet bennünket, hogy be kell tartanunk a parancsolatait.⁹

Jézus azt mondta: „Ha engem szerettek, az én parancsolataimat megtartsátok.”¹⁰ Az úrvacsora lehetőséget ad az önvizsgálatra, és arra, hogy Isten felé fordítsuk a szívünket és az akaratunkat. A parancsolatoknak való engedelmesség az evangélium erejével, nagyobb békével és lelkiséggel tölti meg az életünket.

Az úrvacsora időt ad arra, hogy igazán lelki élményben legyen részünk, míg a Szabadító megváltó és képessé tévő hatalmára emlékezünk, melyet az Ő engesztelése által kaptunk. Egy Fialtal Nők vezető nemrégiben tanult arról az erőről, melyben akkor részesülünk, miközben igyekszünk elgondolkodva részesülni az úrvacsorában. A Személyes fejlődés egyik követelményén dolgozva azt tűzte ki célul, hogy az úrvacsorai himnuszok és imák szövegére összpontosít.



Minden héten önértékelést tartott az úrvacsora közben. Felidézte, milyen hibákat vétett, és elkötelezte magát, hogy a jövő héten jobb lesz. Hálás volt, hogy képes javítani a tettein, és hogy tisztává tétethet. Visszatekintve ezen élményére ezt mondta: „Az engesztelés bűnbánat részére összpontosítva cselekedtem.”

Egyik vasárnapon az önértékelése után bánatosnak és borúlátónak kezdte érezni magát. Azt látta, hogy hétről hétre ugyanazokat a hibákat követi el újra és újra. Ám ekkor az a határozott érzése támadt, hogy az engesztelés egy nagy részét – Krisztus képessé tévő hatalmát – elhanyagolja. Elfeledkezett azokról az esetekről, mikor a Szabadító segített azzá válnia, akivé kellett, és mikor a saját képességeit felülmúlva tudott szolgálni.

Ezt észben tartva újra végiggondolta az előző hetet. Ezt mondta: „A levertségemen áttört az öröm érzése, mikor észrevettem, milyen sok lehetőséget és képességet adott nekem az Úr. Hálával ébredtem rá azon képességemre, hogy felismertem a gyermekeim egyik olyan szükségletét, amely nem volt nyilvánvaló. Felismertem, hogy egy olyan napon, amelybe már nem voltam képes semmi mászt becsúfolni, meg tudtam erősíteni egy barátomat a szavaimmal. Tűrelmet tanúsítottam egy olyan helyzetben, amely általában pont az ellenkezőjét szokta kiváltani belőlem.”

E szavakkal fejezte be: „Amint megköszöntem Istennek a Szabadító képessé tévő erejét az életemben, sokkal derülátóbban éreztem a bűnbánat folyamata iránt, melyen dolgoztam, és újult reménnyel néztem a következő hét elébe.”

Melvin J. Ballard elder tanított arról, hogyan lehet gyógyító és tisztító elemény az úrvacsora. Azt mondta:



„Ki az közöttünk, aki egyik sabbattól a másikig nem sebzi meg a saját lelkét szavakkal, gondolatokkal vagy tettekkel? Mind teszünk olyasmit, amit aztán bánunk, és amit szeretnénk, ha megbocsátának nekünk. [...] A megbocsátás módszere az, ...hogy megbánjuk bűneinket; hogy odamegyünk azokhoz, akik ellen vétkeztünk vagy vétettünk és a bocsánatukat kérjük, majd visszatérünk az úrvacsorai asztalhoz, ahol – amennyiben őszintén megbántuk bűneinket és megfelelő állapotba hoztuk magunkat – megbocsátást nyerünk, és lelkileg meggyógyulunk.

Tanúsíthatom – mondta Ballard elder –, hogy különleges lélek járja át az úrvacsorai szertartást, mely tetőtől talpig melegséggel tölti el a lelkünket; érezzük, ahogy a lélek sebei begyógyulnak, és a terhek felemeltetnek. Megnyugvás és boldogság adatik a léleknek, amely érdemes és igaz szándékkal részesül ebből a lelki táplálékból.”¹¹

Megsebzett lelkünk nem csupán azért képes meggyógyulni és megújulni, mert a kenyér és a víz a Szabadító testének és vérének áldozatára emlékeztet minket, hanem mert ezek a jegyek arra is emlékeztetnek, hogy mindig Ő lesz számunkra „az életnek kenyere”¹² és az „élő víz”¹³.

Miután szolgált a nefitáknak az úrvacsorával, Jézus így szólt:

„Aki eszik ebből a kenyérből, az testemből eszik a lelke javára; és aki

iszik ebből a borból, az a véreimből iszik a lelke javára; és lelke soha meg nem éhezik, se nem szomjazik, hanem eltöltetik.

Most, miután a sokaság mind evett és ivott, íme, eltelték a Lélekkel”¹⁴.

Krisztus e szavakkal tanítja meg, hogy a Lélek meggyógyítja és megújítja a lelkünket. Az úrvacsora egyik megígért áldása az, hogy „Lelke mindig vel[ünk] le[sz]”¹⁵.

Amikor veszem az úrvacsorából, néha azt a festményt képzelem magam elé, amely a feltámadt Szabadítót ábrázolja, kitárt karokkal, mintha szerető karjába készülne zárni bennünket. Szeretem ezt a festményt. Amikor az úrvacsora kiosztása közben erre gondolok, a lelkem szárnyra kap, és szinte hallom a Szabadító szavait: „Íme, ki van nyújtva felétek irgalmas karom, és aki jön, azt befogadom; és áldottak azok, akik hozzám jönnek.”¹⁶

Az áronipapság-viselők a Szabadítót képviselik, amikor előkészítik, megáldják és kiosztják az úrvacsorát. Amikor a papságviselő kinyújtja kezét, hogy megkínáljon bennünket a szent jegyekkel, az olyan, mintha maga a Szabadító tárta volna ki irgalmas karját, mindnyájunkat hívva, hogy részesüljünk a szeretet drága ajándékaiban, melyek az Ő hatalmas engesztelő áldozata révén adattak: a bűnbánat, megbocsátás, vigasz és remény ajándékaiban.¹⁷

Minél jobban elgondolkozunk az úrvacsora jelentőségén, annál

szentebbé és jelentőségteljesebbé válik számunkra. Ezt mondta egy 96 éves édesapa is, mikor a fia azt kérdezte tőle: „Apa, miért jársz istentiszteletre? Nem látsz, nem hallasz, és nehezedre esik kimozdulni. Miért jársz istentiszteletre?” Az apa így felelt: „Az úrvacsora miatt. Azért megyek, hogy vegyek az úrvacsorából.”

Kívánom, hogy mindannyian arra felkészülten jöjjünk el az úrvacsorai gyűlésre, hogy az egy „lelki élmény, szent egyesülés, a lelkünk megújulása”¹⁸ legyen majd.

Tudom, hogy Mennyei Atyánk és a Szabadítónk él. Hálás vagyok az úrvacsora által biztosított lehetőségért arra, hogy érezhetem az Ő szeretetüket, és hogy részesülhetek a Lélekben. Jézus Krisztus nevében, ámen. ■

JEGYZETEK

1. Jeffrey R. Holland, *Christ and the New Covenant: The Messianic Message of the Book of Mormon* (1997), 283.
2. Lásd Tan és a szövetségek 20:77.
3. Lásd Henry B. Eyring: *Hogy egyik legyünk. Liahóna*, 1998. júl. 78.
4. Lásd Tan és a szövetségek 20:77, 79.
5. Joseph Smith fordítás – Máté 26:22 (vesd össze Máté 26:26).
6. Joseph Smith fordítás – Máté 26:24; lásd még Máté 26:26–28; Márk 14:22–24; Lukács 22:15–20.
7. Lásd 3 Nefi 18:7, 11; Tan és a szövetségek 20:75.
8. Lásd Hogyan tartom be a szövetséget, hogy mindig emlékezem a Szabadítóra? *Jőjj, kövess engem!* vasárnapi iskolai tananyag;

Chi Hong (Sam) Wong elder
a Hetvenektől

Mentsünk egységben!

A Szabadítónak akkor tudunk segíteni, ha egységben és összhangban dolgozunk. Minden egyes ember, minden hivatal, minden elhívás fontos.

Gyakran halljuk Thomas S. Monson elnöktől, hogy tegyünk erőfeszítéseket mások megmentéséért.¹ Egy újszövetségbeli történet jut erről eszembe. Tökéletesen példázza azt, ahogyan az egyháztagok és a misszionáriusok az egyházközségi tanács közvetítésében közösen erőfeszítéseket tesznek és megmentik az embereket. A történet a Márk 2:1–5-ben található. Tapasztalatom szerint mindig nagyon ösztönzőek és könnyen érthetőek azok a történetek, melyekkel Jézus bizonyos tanokat és tantételeket tanít.

A történet egyik szereplője egy gutaütött ember, aki segítség nélkül nem tudott járni. Ez a férfi nem tudott kimozdulni otthonról; ott várta, hogy megmentésék.

Napjainkban talán így szólna ez a történet: Négyen feladatul kapták a

püspöktől, hogy látogassanak meg egy gutaütött embert az otthonában. Szinte magam előtt látom, hogy egyikük a Segítőegylettől jön, másikuk az elderek kvórumától, a harmadik az ároni papságtól, és végül – de nem utolsó sorban – a negyedik egy teljes idejű misszionárius. A legutóbbi egyházközségi tanácsgyűlésen, midőn tanácskoztak az egyházközségen belüli szükségletekről, a püspök „mentési” feladatokat adott. Ők négyen azt a feladatot kapták, hogy segítsenek ennek a gutaütött embernek. Arra nem várhattak, hogy ő maga jöjjön el az egyházi gyűlésekre. El kellett menniük az otthonába, hogy meglátogassák. Fel kellett keresniük, így hát elindultak. A történetben szereplő férfit Jézushoz hozták.

