



A SÓ, AMI MEGTART -AZ ÁTMENET IDEJE

Ti vagytok a föld sója. Ha a só ízét veszti, ugyan mivel sózzák meg? Nem való egyébre, mint hogy kidobják, s az emberek eltapossák.” (Mt 5,13)

Jézus, a nyolc boldogságról szóló példabeszédét követi a fenneb idézet mondat. Benne Jézus az apostolok feladatáról szól, s plasztikus képet használva, őket a föld sójának nevezi. Sajátos feladata van a sónak: ízt ad, tartósít.

Amennyiben Egyházunkat szemléljük, rádöbbenünk, hogy ma is ez a küldetése és feladata: megváltozott körülmények közepette hitelesen hirdetni az örömhírt. A Szentírás tanúsága szerint az emberi lét dinamikus, úton lévő valóság. Benne pedig az üdvtörténet láncolata: kivonulás, vándorlás, száműzetés, visszatérés, megtestesülés, húsvéti átmenet. A változás tehát nem idegen hitünkől, része Isten csodálatos pedagógiájának.

Teológiai értelemben az átmenet az úton lévő ember állapota. Benne mindannyian a teremtettség, megváltottság és a beteljesedés közötti állapot feszültségben élünk. A változásnak és átmenetnek vannak emberi és lelki dimenziói. Magával hozza gondolkodásmódunk megváltozását, szívünk átalakulását. Nem utolsó sorban pedig, énközpontú világunkból történő

kilépést eredményez, amely egyben a legnagyobb gyümölcse is a változás folyamatának. A változás tehát túlmutat a krízis helyzeten, megnyitja a ke-



Kép: M.I által generált kép

gyelmi idő kapuját.

Az átmenet teológiája három mozzanatban írható le: kivonulás, pusztai idő és megérkezés. A kivonulás nem jelent mást, mint a régi struktúrák elhagyását. Mégpedig úgy, hogy megtartó hagyományainkról és bennük lévő erőkről nem mondunk le. A pusztai idő alapvető jellemző érzései és feladatai: bizonytalanság, tanulás, megtisztulás. Mind a kivonulás, mind a pusztai idő a megérkezés reményében nyer értelmet.

Talán mindaz, amit fentebb leírtam,
fojyt. 8. old.

A SÓ, AMI NEM LÁTSZIK, MÉGIS MEGTART

„Ti vagytok a föld sója.” (Mt 5,13)

Február az egyház számára nem a látványos ünneplés, hanem az elcsendesedés és a megtartás ideje. Ez az az időszak, amikor nem új dolgokat építünk, hanem megtartjuk, ami él és ami értékes. Nincs nagy ünnep, nincs diadal, csupán kitartás. Pontosan úgy, ahogyan a só: megóvjaa az ételt, hogy ne romoljon el, és hogy eljusson a tavaszig. Ahogy a só észrevétlenül megtartja az ételt, úgy mi sem emelkedünk ki a világból, hanem benne maradunk, hogy megőrizzük annak értékeit.

Jézus nem véletlenül választja a só képét, amikor tanítványairól beszél, hiszen a só az ókori mindennapokban is alapvető szerepet játszott az étel ízesítésében, fertőtlenítésében és konzerválásában. Máté különleges módon összekapcsolja a „föld” kifejezéssel, így a „föld sója” szókapcsolat nem csupán szimbólum, hanem a keresztények hivatásának lényegét is kifejezi. Ahogyan a só megtartja és ízesíti az ételt, úgy kell a keresztényeknek is megőrizni a világot, és értéket menteni, értelmet és reményt adni. Ha a só jól végzi a dolgát, észre sem vesszük, csak azt, hogy az étel ízletes és étellel teli marad.

Sokszor nem a nagy szavak, hanem az élő hit számít. Nem a látványos cselekedetek, hanem az a hűséges jelenlét, ami akkor is megtartja az értékeket, amikor senki nem figyel. Olyan közösséggé kell válnunk, ahol ismerjük, szeretjük és

segítjük egymást a mindennapi életben, legyen szó családról, munkáról vagy betegségről. Ez a tanúságtételünk, és hozzájárul ahhoz, hogy a föld sója legyünk.

Jézus figyelmeztetése is elgondolkodtató: „Ha a só ízt veszti, mivel sózzák meg?” (Mt 5,13) A keresztény hivatás nem látszódik mindig, de ha nem töltjük be, akkor elveszítjük a világ számára az ízt. Egy sokszor nehéz és törekény világ-

ban élünk, és keresztényként az a küldetésünk, hogy Jézushoz mutassunk – nemcsak szavakkal, hanem tettekkel is. Nem a körülmények számítanak, hanem Krisztus ereje, amely rajtunk keresztül életet ad.

Ez a felismerés számomra bátorságot ad, hiszen Jézus engem

is meghív arra, hogy „só” legyek mások számára – azoknak a „föld sója”, akiknek jelenléte nélkül a világ elveszítené íztét. „Ti vagytok a föld sója” című énekünk ennek a hivatásnak ad hangot:

*„Én Uram, én Istenem,
vedd el tőlem mindenem,
ami gátol Feléd!*

*Én Uram, én Istenem,
add meg nekem mindenem,
ami segít Feléd!*

*Én Uram, én Istenem, fogadd el az
életem,
hadd legyek egészen a Tiéd!”*

Dr. Czupper-Váraljai Ágnes

MÁRIAPÓCS – A KÖNNYEKBŐL EMELT BAZILIKA

Három évvel ezelőtt volt alkalmam Máriapócsra ellátogatni. A kétezer főt sem elérő település központjában álló hatalmas kegytemplom már első pillantásra megállásra készíti az embert. A Szent Mihály főangyalról elnevezett, bazilika minor rangú templom a magyar görögkatolikus egyház egyik legfontosabb központja. A bizánci rítus liturgiája, az ikonok világa és a keleti egyházi énekek különleges, elcsendesítő lelki légkört teremtenek, amely sok római katolikus zarándok számára is új élményt jelent.

A díszes ablakokon átszűrődő fény lágyan tölti be a belső teret, megvilágítva az ikonosztáziót és a részletek finom kidolgozását. A szépség itt csendben vesz körül.

A bazilika mellett egy kis fatemplom áll, egyszerűségével éles ellentétben a monumentális kegytemplommal. Ez az épület a kezdetekhez vezet vissza. A XVII. században itt állt a görögkatolikus közösség temploma, ahol 1676-ban egy fogadalomból készült Isten-szülő-ikont helyeztek el. 1696-ban a Szent Liturgia alatt az ikon mindkét szeméből könnyezni kezdett. A korabeli feljegyzések szerint a hidegben még a bor és a víz is megfagyott a kehelyben, Mária könnyei azonban akkor is hullottak.

A csoda híre gyorsan elterjedt, és hitelesnek ismerték el. I. Lipót császár parancsára az eredeti kegyképet Bécsbe vitték, de a pócsi másolat 1715-ben és 1905-ben is könnyezett. Ez végleg meghatározta a település

sorsát: Pócsból Máriapócs lett.

A növekvő zarándokszám miatt épült fel a barokk kegytemplom, melynek jelentőségét az egyház is megerősítette: II. János Pál pápa 1991-ben személyesen is ellátogatott ide. A kis fatemplom és a bazilika együtt emlékeztetnek arra, hogy a legnagyobb kegyhelyek is csendből, imádságból és hűségéből születnek.



Kép: Pál Ramóna

JÓBAN-ROSSZBAN, GAZDAGSÁGBAN-SZEGÉNYSÉGBEN, EGÉSZSÉGBEN-BETEGSÉGBEN...

„A szeretet türelmes, a szeretet jóságos... nem keresi a magáét... mindent eltűr.” (1Kor 13,4)

A házasság Isten csodálatos ajándéka. Nem azért, mert mindig könnyű, hanem mert lehetőséget ad arra, hogy megtanuljunk szeretni, kitartani, újrakezdeni. Sokszor inkább kitartás, mint lelkesedés. Amikor valaki igazán szeret, akkor sebezhetővé válik, képes áldozatot hozni – vagyis keresztet hordozni. Van, hogy a másik nehezíti meg a napunkat, máskor mi magunk válunk teherre. És mégis erre hív Pál apostol a korintusiaknak írt levelében: *„Viseljétek el egymást szeretettel.”*

Szent Pio nagyon őszintén beszél a házasságról: Isten segítségé nélkül sokszor nehéz. Isten kegyelmével viszont lehet benne öröm és boldogság. Nem azért, mert mindig könnyű, hanem mert van, ami megtart. Nincs olyan házasság, ahol minden nap felhőtlen boldogság lenne – de van olyan, ahol a házastársak nap mint nap a másik javát keresik.

A házaspárok sokszor olyanok, mint két félgömb: sosem illeszkednek tökéletesen egymáshoz. Mindketten hozzák a saját történetüket, szokásaikat, sebeiket. De mindenki csak a saját félgömbjét tudja formálni. Ezért nem a másikat kell megjavítani, hanem időről időre megállni, és magunknak feltenni a kérdéseket: *Mit tehetnék érte? Mi az én felelősségem a házasságban?*

A szeretet himnusza valójában tükör, amibe jó belenézni. Ha őszinték vagyunk, egyikünk sem tud mindig türelmes, jóságos és önzetlen lenni – mégis reményt ad, hogy újra meg újra képesek lehetünk szeretni. Szent Pál mégsem elkeseríteni akar,



hanem emlékeztet: ez a szeretet valakiben már teljes volt – Jézus Krisztusban. Mi pedig hisszük, hogy Ő nincs tőlünk távol, hanem velünk él, a keresztségben és a házasság szentségében is.

A házasság hete minden évben arra hív, hogy újra felfedezzük a házasság értékét. 2026-ban február 8–15. között.

A végén jó kimondani mindazt, amit Herjeczki Géza: Nem jó egyedül című versében ilyen egyszerűen és szépen fogalmaz meg. Mert a házasságban nemcsak ketten vagyunk jelen:

*„Mert ketten is hárman vagyunk.
És hárman is csak ketten.”*

*„Nélküled, Uram, egyedül lennék,
ha mással is.”*

Talán ez a házasság legmélyebb titka: nem ketten próbálunk mindent megoldani, hanem teret adunk annak, hogy Isten legyen a harmadik.

A SÖTÉTSÉG LEGYŐZHETŐ – LEGYÉL TE IS LÁMPÁS!

*„Ti vagytok a világ világossága.
Nem rejthető el a hegyre épült város.
És amikor lámpást gyújtanak, nem a
véka alá teszik,
hanem a lámpatartóra, hogy világít-
son mindenkinek.”*
(Mt 5,14–15)

Vannak időszakok, amikor a sötétség nemcsak körülvesz bennünket, hanem belénk is költözik. A tél csendje, a rövid nappalok, a hosszú esték felnagyítják a kérdéseinket, a fáradtságunkat, a bizonytalanságainkat. Ilyenkor könnyű azt érezni: kevés vagyok. Amit teszek, nem számít. A világ túl sötét ahhoz, hogy egyetlen ember fénye változást hozzon.

Pedig a sötétségnek van egy nagy gyengesége: nem tud mit kezdeni a fénnel. Nem kell hozzá nagy láng. Elég egy gyertya. Elég valaki, aki nem fordítja el a fejét. Egy szó, amely bátorít. Egy kéz, amely megfogja a másikat. Egy csendes jelenlét, amely azt üzeni: nem vagy egyedül.

Jézus ezért beszél a világosságról. Mert a fény nem harsány, nem erőszakos, nem bizonygatja önmagát. Egyszerűen világít. Utat mutat. Melegít. A sötétséget nem erővel, hanem szeretettel lehet legyőzni.

A mustármag története pontosan erről szól. Kicsi, szinte észrevétlen – mégis élet van benne. Ezt tapasztaljuk meg újra és újra a Mustármag zene- és barkácskör alkalmain is. Egy ének, egy kézműves, egy közös ima elsőre talán kevésnek tűnik,

mégis biztonságot, örömet és reményt ad a gyerekeknek. Amit együtt elültetünk, nem azonnal látványos, mégis Isten kegyelméből gyökeret ver a szívekben. A fény sokszor ilyen: halk, de kitartó.

„A sötétséget nem legyőzni kell, hanem megvilágítani.

Egy mustármagnyi fény is elég ahhoz, hogy remény szülessen.”

Hasonló élményt élünk meg a Szent



Kép: Bandean Andrea - illusztráció

Gellért Kis Barátai közösségében is. A vasárnapi szentmiséken és közös szolgálatok alkalmával a gyerekek nemcsak jelen vannak, hanem aktívan részt vesznek az ünnepségekben. Énekükkel, figyelemmel és bátorságukkal Krisztus világosságát közvetítik a közösség felé – sokszor észrevétlenül, mégis mélyen hatva.

A sötétség legyőzése nem nagy, hősiestettekkel

kezdődik, hanem egy keresztyén döntéssel. Azzal, hogy nem adjuk tovább a keserűséget. Hogy nem a félelmet erősítjük, hanem a reményt. Hogy nem elfordulunk, hanem mellé állunk.

Ma is nagy szükség van lámpásokra. Gyerekekre és felnőttekre, családokban és plébániai közösségekben egyaránt. Olyanokra, akik nem panaszkodnak a sötétségre, hanem Krisztus fényét viszik bele.

Legyél te is lámpás!

Egy mustármagnyi hit is elég ahhoz, hogy Isten nagy dolgokat indítson el.

MISERERE MEI, DEUS – A BŰNBÁNAT HANGJA AZ EGYHÁZZENE NYELVÉN

A Miserere mei, Deus („Könyörülj rajtam, Istenem.”) az egyházzene egyik legsűrűbb jelentésű szövege. A Zsoltárok könyve 50. zsoltárából származik, amelyet a hagyomány Dávid király bűnbánati imájaként őrzött meg. Dávid nem mentegetőzik, nem részletezi bűneit, hanem a lényegre tapint: a bűn belül töri meg az embert, és csak Isten irgalma képes újjáteremteni. A kérés – „Tiszta szívet teremts bennem” – nem erkölcsi javulásért, hanem belső újjászülésétért hangzik el.

Ez a belső irányultság határozza meg a Miserere zenei megszólalásait is. A gregorián feldolgozások szándékosan visszafogottak: szűk hangterjedelem, egyszerű dallamvezetés, minden a szöveg szolgálatában áll. A zene nem uralodik, hanem hordoz; nem érzelmeket kelt, hanem csendet teremt. Különösen a nagybőjti liturgiában válik ez hangsúlyossá, ahol a hallgató nem kész válasszat kap, hanem önmagával és Isten-nel szembesül.

A 17. században a Miserere új formát kapott Gregorio Allegri híres feldolgozásában. A mű hosszú ideig kizárólag a Sixtus-kápolna falai között hangozhatott el, a nagyheti Tenebrae-szer-tartásokon. A Tenebrae a zsolozsma különleges formája, amelyet hagyományosan Nagycsütörtök, Nagypéntek és Nagyszombat hajnalán végeztek. A kottát tilos volt másolni, a darab jelentős része élő hagyományban élt, így a mű valódi arca csak a megfelelő liturgikus térben tárult fel. A titok nem misztikumot, hanem liturgikus súlyt hordozott: ez a zene nem előadásra, hanem



Kép: M.I által generált kép

térdre borulásra készült.

A műhöz kapcsolódik az egyházzene-történet egyik ismert eseménye is. A hagyomány szerint Wolfgang Amadeus Mozart tizennégy évesen hallotta a Miserere-t Rómában, majd emlékezetből lejegyezte. Akár legenda, akár valóság, egy dolgot biztosan megmutat: ez a zene olyan mélyen hatott, hogy nem lehetett pusztán titokként megőrizni.

A Miserere mei, Deus ma is időszerű. Nem a tökéletesek imája, hanem azoké, akik mernek őszinték lenni. Az egyházzene itt nem elfed, hanem kísér: hangot ad az irgalom utáni vágyakozásnak.

KÖZLEMÉNYEK - RENDEZVÉNYEK

Stuttgarti programjaink

2026. február 1-jén, Stuttgartban, a 15.00 órakor kezdődő szentmisében és gyermek-istentiszteletben Gyertyaszentelő Boldogasszony ünnepét is tartjuk. A szentmisében gyertyaszentelés, majd ezt követően Balázs-áldás lesz.

Pénteki napokon Stuttgarti délután. 18.00 órakor szentmise, előtte rózsafüzért imádkozunk. A híveket február 6-án, 13-án, 20-án és 27-én várjuk.

2026. február 20-án 19.00 órakor Barátságklub.

2026. február 27 és március 1 között: Stuttgarti Csendes Napok. A részletes program honlapunkon lesz elérhető. Akik a szombati napon szeretnének részt venni, jelezzék szándékukat irodánkon.

*

Weingarteni programjaink

Csütörtöki napon, azaz február 5-én, **Weingarteni délután** a 14 Nothelfer Kapelle-ben. 18.00 órakor szentmise, előtte rózsafüzért imádkozunk. Szentmise keretében Beszélgetések a Katekizmusról.

Február 18-án, Hamvazószerda, 10.00 órakor szentmise és hamvazás.

*

Templombúcsú Balingenben

2026. február 7-én, szombaton, 16.00 órakor Balingenben búcsúünnep, Magyar Szent Pált ünnepeljük. Szentmisét követően agapé.

túláságosan elméletinek és elvontnak tűnhet. Pedig jelen helyzetben Egyházközségünkkel ezt éljük meg. A szinodalitás jegyében a változás útjára léptünk. Stílusosan fogalmazva, most a pusztai időszakát éljük. Megéljük benne sebzettségünket, kitettségünket, kiszolgáltatottságunkat, félelmünket. Semmi sem olyan már, mint régen. A kérdés nem az, hogy Egyházközségünk változik-e, hanem hogy a változásban hűséges tud-e maradni lényegi küldetéséhez: az evangélium hirdetéséhez és az emberek kíséréséhez.

Ebben van óriási szerepe a sónak, mely megtart és izesít. „Ti vagytok a föld sója!” – biztat és bátorít bennünket is Jézus. Az előttünk álló bő négy esztendőben Jézus bátorító és megerősítő szavai adnak erőt. Érdemes ezen az úton végig menni. Kéz a kézben, hívek és lelkipásztorok. Együtt kell végig menni! Csakis így sikerülhet!

Tibor atya

SZENTMISÉK

Schwäbisch-Gmünd	február 1	vasárnap	9.30 óra
Stuttgart	február 1	vasárnap	15.00 óra
Balingen	február 7	szombat	16.00 óra!!!
Weingarten	február 8	vasárnap	10.00 óra
Munderkingen	február 8	vasárnap	16.00 óra
Biberach	február 14	szombat	16.45 óra
Ludwigsburg	február 15	vasárnap	9.30 óra
Heilbronn	február 15	vasárnap	15.30 óra
Weingarten – Hamvazószerda	február 18	szerda	10.00 óra
Heidenheim	február 21	szombat	15.30 óra
Böblingen	február 22	vasárnap	9.30 óra
Eislingen	február 22	vasárnap	15.00 óra
Stuttgart – Stuttgarter Csendes Napok	február 28	szombat	16.00 óra
Schwäbisch-Gmünd	március 1	vasárnap	9.30 óra
Stuttgart	március 1	vasárnap	15.00 óra

Szerkesztők: Bandean Andrea, Dr. Czuppper-Váraljai Ágnes,
Pál Ramóna és Merlász Tibor
Tördelők: Pap Lóránt-A. (felixio GmbH)
Kiadó: Szent Gellért Magyar Katolikus Egyházközség

Postacím: Albert-Schäffle-Str. 30, 70186 Stuttgart
Tel: +49/711-236 9190, **Fax:** +49/711-236 7393
E-mail: SzentGellert.Stuttgart@drs.de

Honlap: www.stuttgarter-katolikusok.de
Facebook: www.facebook.com/stuttgarter.katolikusok

Banki adatok: LB-BW Bank
Kunden-Referenznummer: Ungarische Katholische Gemeinde
Kontoinhaber: Kath. Stadtdékanat Stuttgart
IBAN: DE63 600 501 01 000 46 46 192
BIC: SOLADEST600