



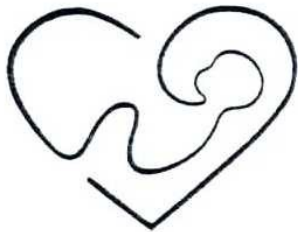
A Pesterzsébeti Baptista Gyülekezet lapja

Alapítva: 1948-ban

Új folyam: 149. szám

2005. május

Szeretettel köszöntjük az édesanyákat!



A hívő édesanyák lelkülete

Milyen a hívő édesanyák lelkülete? Helyesebb lenne így feltenni a kérdést: Milyen a hívő szülők lelkülete? Mégis, most gondoljunk a hívő édesanyákra. Hívő édesanyaként azt tapasztalom, hogy a családokban jelenlévő igazán jó légkörért az édesanyák jóval többet tehetnek, mint az édesapák. A nők lelki alkatához közelebb áll a bensőséges, meleg légkör kialakítása.

Fiatal édesanyaként olvastam is, és meg is tapasztaltam azt, hogy családom tagjaira milyen nagy hatással van az, hogy én milyen lelkiállapotban vagyok. Ha egy szót sem szólok otthon, csak csendben tevékenykedek, végzem a munkám, a lelkiállapotom akkor is átveszik a családtagok. Ez nagy felelősséget jelent! Vajon mit látnak bennem? De jó lenne mindig derűt árasztani!

Nekünk, hívő édesanyáknak, nagyon közel kell lennünk az Úrhoz. Minél nehezebb idők köszöntenek ránk, annál inkább. Naponta az Úrhoz kell jönnünk igei útravalóért, tanácsért. Ha van a családban problémás gyermek, vagy nehéz időszakban vagyunk – még inkább az

Úrral együtt kell átélnünk ezt az időt. Térdeinken kell megharcolnunk a megválaszolatlan kérdéseket. A Biblia ígéreteire ezen a területen is ráépíthetjük életünket: „...lelkemet árasztom utódaidra, áldásomat sarjadékaidra...” (És.44:3.b). Ha az Úr elé visszük gyermekeinket, az Ő áldása kíséri életüket kicsi korukban is, és akkor is, ha már felnőttek.

Nagyon hálás vagyok a jó Istennek azért, hogy felnőtt „gyermekként” köszönhetem hívő Édesanyámat. Megköszönhetem a jó Istennek az Ő áldozatos életét. Vannak olyan tanácsai, amelyeket soha nem felejték el. Sándor fiam óvodás volt, mikor Édesanyám azt mondta nekem: amit most beírsz a lelkébe, az egy életre szólóan, kitörölhetetlenül ott marad. A gyermek lelke olyan, mint egy tiszta lap. Mit írunk rá mi, édesanyák? Mikor iskolába került Sándor fiam, számára is elkezdődött a munkás időszak. Tanulni kell, mert az iskolában követelnek. És a sokféle gyerek, akik közé a kisfiam került! Édesanyám ekkor így biztatott: nagyon fontos, hogy milyen az a lelkület, amit a gyermekem az iskolába itthonról magával visz. Meg kell, hogy lássák az életén, hogy hívő fiú. Sándor fiam ma

technikumba jár. Rendszeres imatémája az, hogy tudjon mécsesként világítani az iskolában a fiúk között. Hisz azok a fiúk egészen másként gondolkodnak, egész más módon lelkületet visznek magukkal az osztályba. Csak hit által tud megállni közöttük.

Az ének soraival szeretném megköszönni az én hívő Édesanyámat is, és minden hívő édesanyát az Úrnak:

„Az én anyámat áldd meg, Uram, százszor,
mert engemet Tehozzád vezetett!”

Halász Sándorné

Köszönöm Anyám

Köszönöm Anyám, hogy a teremtő Isten gondolata előtt meghajoltál lemondva önnön akaratodról az Úrnak boldogan igent mondtál.

Istennek jövő generációja
így lettem a drága gyümölcsöd én.
Most kérek, add meg jószágos Atyám,
hogy a teremtés boldog örömeivel
járjon e földön mindig az Anyám!

Venyercsán László

Édesanyám jegyzeteiből

„Jó gondolatok, jó cselekedetek, követésre méltó példák.”

Erdélyi Diószeghy Erzsébet

„Az biztos, hogy e három dolog elválaszthatatlan egymástól, mert akinek jó gondolatai vannak, azt hiszem jót is cselekszik, az pedig követésre méltó példa. Mint kislány, egy alkalommal az édesanyám magával vitt, mikor két kis árvát ment meglátogatni. Jól cselekszem – ez volt az első gondolatom, mikor megláttam a kedves kis árvákat.

Kis kezemben szorongattam „4 fillérem”. Nekik adtam. Boldog voltam, mikor ezt már meg is tettem.

A gyerekek felnevelkedtek, megtértek és

szolgáltak az Úrnak.

A férfi prédikálja az evangéliumot, és nem felejtette el, amire a vasárnapi iskolában tanítottam. Istené a dicsőség!

Szerettem a koldust, mert édesanyám mindig azt mondta: ha jót cselekedtek velük, akkor boldogok lesztek. Én örültem a legjobban, ha jött egy koldus... Széket tettünk a tűzhely mellé, ha hideg volt és mint kedves vendéggel, elbeszélgettünk. Ott bizalmas körben megolvashatta filléreit. Megkérdeztük: nos bácsi, mennyi a mai bevétel? És ő megmondta.

Szerettem még az öregeket és igyekeztem velük és értük valamit cselekedni. 12 éven át tápláltam egyet testileg, s a lelke is épült.

Egy koldus, aki csupán levesért jött hozzánk a nap egyik, vagy másik szakában. Egy alkalommal nem volt levesem – gondoltam megkérdezem – megvárja-e, amíg főzök neki? Óh igen, szívesen várok – felelte örömmel.

Egy alkalommal, az Úr ügye elősegítése céljából, a nőegylet a vasárnapon gyűlt tojásokat értékesítette. Én is elvittem a kinttűzött helyre és letettem. Egy idegen tűnt elém, s miután följánlottam neki a tojásokat, így szólt: jó is lenne, csak nincs aki megsüsse. Gondoltam, hisz én szívesen megsütöm. Tessék eljönni hozzám – mondtam. Az idegen kifizette a tojásokat és a megbeszélte időre megjött, elfogyasztotta az ételt és elment. Én boldog voltam, hogy ennyi kis jót cselekedhettem.

Egy házaspárért 5 évig imádkoztam – ezt csak a feleség tudta –, s az Úr meg is hallgatta imámat.

Egy ügyért 7 évig, a másikért 9 évig imádkoztam mindig azt gondolva, hogy Isten előtt ezer esztendő annyi, mint egy napnak az elmúlása.

Nagyon sok volna még azoknak a jó gondolatoknak, s cselekedeteknek a száma, amelyet itt föl nem sorolhatok.

Úgy dolgozzunk, úgy éljünk, és olyan példával menjünk előre a világ előtt, hogy azt meghódítsuk. Igen, ezt a világot nekünk kell meghódítani Isten lelkének velünk közölt ereje által.

A hívő nők a legtöbbet tehetik, de legtöbb hálával is tartoznak Istennek. Ez a hála kötelezzen minket a munkára. Ez az én

gondolatom, és igyekszem cselekedeteimmel is bizonyítani. Olyan példával elől menni, amely méltó az Ő követésére. Úgy szeretném belekiáltani minden hívő nőtestvér fülébe, szívébe: munkára fel, elő a jó gondolatokkal, jó cselekedetekkel, hadd lássa a világ, hogy Isten az Ő népét áldja, gyarapítja. Gyermekeinket neveljük Isten dicsőségére, szolgáló életre. Ifjainkat, lányainkat úgy, hogy amit mi már meg nem tehetünk, ők megtegyék.” (Eddig édesanyám jegyzete)

Anyák napja minden évben „emlékezés”. A szívem tele van hálával, hogy élőhitű, hívő édesanyám volt. A vágyam az, hogy az én gyermekeim is így éljék meg az Úrtól kapott kegyelmi életet. Ne szűnjünk meg könnyöregni a mi ifjainkért is, akik követni szeretnék az Urat. Soli Deo Gloria!

Selmeczi Zoltánné Vadász Aranka

Anyám imája

*Sok vad vihar vonult már el fölöttem.
Mindből kivezetett az Úr. Nem értem,
hogya? s miért? De jól tudom, hogy közben
Anyám imádkozik.*

*Kifente nyelvtörét sok ellenségem,
hogya belémdöfje. Most megszegyenülten
vonulnak félre. Nem tudják, hogya értem
Anyám imádkozik.*

*Hányszor hevertem Illés-keserűen
a kétség fenyőlombja csalfa hűsén!
Most mégis ujjongok. De otthon csöndben
Anyám imádkozik.*

*Az életútja nem mindig derűs. Én
gyakran jártam az árnyak sűrű mélyét.
Hogya mégis fényben élek? Csöndben? Bé-
kén?*

Anyám imádkozik.

*Jöhet – míg élek – bármi, én a félést
nem ismerem. Megyek előre bátran.
Legyőzöm lelkem minden ellenségét...
Anyám imádkozik.*

Gerzsenyi Sándor

Köszönöm Neked, Uram, hogy adhatok

De Neked mit adjak, Uram?

Az imák könyörgéssel vannak tele. Csupa
kérés minden fohász.

Folyton csak kérni, sohasem adni...
Veled szemben így lenne helyes?

Önmagamát kéne adnom Neked. Az
imáimat.

Adom is. De hogyan?

Ha minden rendben van, olykor még a
napi „Miatyánkot” is elfelejtem elmon-
dani.

Bezzeg, ha baj ér, nyomban térdre esem
és segítségért rimánkodok.

Bocsáss meg, Uram.

És ha megtanítottál kérni, taníts meg
adni is.

Te, aki mindig megsegítesz, segíts most
abban, hogy segíteni tudjak Neked.

Hatalmas vagy, jól tudom. Nem
szorulsz az én segítségemre. Mégis úgy
érezem, minden ember segíthet Neked.

Azzal, hogy másokon segít.

Hogya enyhíti a nyomort, a szenvedést, a
kínt.

Ha csak egy embert sikerül megmente-
nünk, ha csak egyetlen eggyel teszünk jót,
már azzal is a Te gondjaidon kevesbítünk.
Ha adunk annak, aki kér, Neked adunk,
Uram. Bár mindig tudnánk ezt. Bár sose
felejténénk el, kósza percre se.

S ne felednénk az imát is olykor.

Add meg nekünk a mindennapi imát,
Uram.

Köszönöm, hogya nap mint nap van
miért hálát adnunk Neked.

Köszönöm, hogya imák teremnek ben-
nem, amelyekben feloldódhatok.

Köszönöm, Uram, hogya kérhetek és
hogya adhatok.

(Kunitzer Szonja: Köszönöm c.könyvéből)

Ismeretlen Isten?

Pünkösd, 2005

„A Szentleket ”a keresztyénség ismeretlen Istenének” szokták nevezni. Ez túlzás. Ki merné azonban vitatni, hogy van benne némi igazság, mégpedig az, hogy a mai keresztyénség tudatában és lelki életében vajmi csekély szerepe van annak a döntő befolyásnak, amelyet Isten Lelke jelent az egyes hívők, az egész Egyház és ezen kívül minden egyes ember és az egész világ számára. És még sincs itt szó olyan igazságról, amely csak hittudósokra, vagy a különlegesen misztikus beállítottságú és érdeklődésű jámborokra tartoznék. Hiszen a Szentlélek nélkül egyszerűen nem lehetséges a keresztyén létezmód.” (Th. Filthaut: Igehirdetés zsinat után, 39. old.) Az idézett szerző a münsteri egyetem katolikus teológiai karának volt a professzora 1967-ben bekövetkezett haláláig. Azt hiszem, hogy megállapítása ma is figyelmet érdemel. A Szentlélek az Atya és a Fiú mellett kétségkívül a harmadik helyre kerül; egy kicsit valóban ismeretlen Istennek számít.

Úgy gondolom, hogy mindnyájan mélyseges alázatot és méltatlanságot érzünk akkor, amikor a Szentlélek-Isten személye és munkája kerül szóba. Mi Isten gyermekei vagyunk, Krisztus testvérei és szolgálói. Azt a feladatkört, amelyet Jézus Krisztustól kapunk, a Szentlélek segítségével nélkül képtelenek vagyunk ellátni. A Lélek gyümölcse lehet csak bennünk a szeretet, amely nélkül semmik vagyunk. A Szentlélek üdvösségünk záloga, kiválasztottságunk pecsétje, a missziómunka helyes végzésének biztosítója. Csak levett saruval és meghajtott fővel léphetünk a Szentlélekről szóló bibliai tanítás területére, de ugyanakkor azzal a nagy-nagy örömmel – s ez szintén a Lélek gyümölcse –, amelynek látszódnia kell rajtunk, nem

mesterkélten, hanem természetes gyümölcsként.

A Szentlélekről elsősorban nem beszélni kell, hanem élni általa, engedelmeskedni neki, figyelni indítására; egyszóval közösségre jutni vele, és közösségben maradni vele.

A 19. század egyik nagynevű teológusa, J. B. Hirscher mondta annak idején, hogy a Szentlélekről szóló igazságokat, amelyek a keresztyén élet szempontjából alapvetően fontosak, széles körben nem ismerik, következőképpen érdektelenek velük szemben, s ezért elsősorban a hiányos katechetikai oktatás felelős. A hiányos ismeret egyik oka ma is az oktatásban kereendő. Bővítenünk kell az ismeretátadást, és messzemenően figyelembe kell venni az Igét: „Ahol az Úrnak Lelke, ott a szabadság” (2.Kor. 3:17.). A baptizmus mindenütt a világon szövetségekbe tömörülő mozgalom. Ha a római egyház a maga szervezetségében olyan széles teret biztosít – különösen a II. Vatikáni Zsinat óta – a különféle teológiai nézeteknek, úgy nekünk, akik a gyülekezeti autonómiát hirdetjük, még kevésbé szabad tragikusan vennünk, ha bizonyos kérdésekben nem száz százalékgig értünk egyet. Ez nem zárhatja ki a szeretetet, a közös erőfeszítést a közös cél érdekében. A keresztyénség soha nem volt és nem lesz uniformizált. A baptizmusban is hiábavaló lenne minden ilyen irányú törekvés. Az is természetes, hogy mindez nem jelenti azt, hogy a közösség nem gyakorolhatja (sőt: hogy nem kell gyakorolnia) a lelkek megvizsgálásának Istentől kijelölt feladatát, azt sem, hogy nem lenne köteles bizonyos tévtanításokkal szemben határozottan állást foglalni, és a megrögzött tévtanítókat kiközösíteni. Ehhez épp úgy a Szentlélek világosságára van szükség, mint a közösségépítés, az evangélizáció eredményes végzéséhez.

Dr. Almási Mihály

Pünkösdkor

Tüzek jönnek, különös lázak:
LÉLEK járja által a házat.
Szárnyas remény lobog fel bennünk,
szólnunk kell és valamit tennünk,
amit az ÚR tűzlángja mível,
szétfutni a hatalmas hírrel:
a szeretet ímé kiárad,
nem lesz vége még a világnak,
JÉZUS KRISZTUS itt jár keresvén...
Fehér zászló lobog keresztjén,
út lett nekünk, igazság, élet,
átöleli a mindenséget.

Füle Lajos

Mosolyod

II. János-Pál pápa írása

Mosolyod, mely szívből fakad,
Aranyozza be arcodat!
Mosolyod nem kerül pénzbe,
Mégis sokat ér testvéred szemében.
Gazdagítja azt, aki kapja,
S nem lesz szegényebb az sem, aki adja.
Pillanatig tart csupán,
De örök nyomot hagy maga után.
Senki sem oly gazdag,
Hogy nélkülözni tudná,
És senki sem oly szegény,
Hogy meg nem érdemelné.
Az igaz barátság látható jele,
Hintsd be a világot egészen vele.
Mosolyod: nyugalom a megfáradottnak,
Bátorság a csüggedőnek,
Vigasztalás a szomorkodónak.
Mosolyod értékes, nagyon nagy jó,
De semmiért meg nem vásárolható.
Kölcsönözni nem lehet, ellopni sem,
Mert csak abban a percben van értéke,
Amelyben arcodon megjelen'.
És, ha ezután olyannal találkozol,
Aki nem sugározza a várt mosolyt,
Légy nagylelkű, s a magadét add,
Mert senkinek sincs nagyobb szüksége mo-
solyra,
Mint annak, aki azt másnak adni nem tudja.

Pünkösdi zsoltár

Dicsőség Néked, mennyei tűz!
A Lélek piros rózsája,
Élő akarata vagy!
Áldozócsütörtökünk éjszakáját,
Jézus után tekintő szemünket,
Szomorú, csüggedt életünket
Csodás, új fénybe hozó!
Jöttödre kigyúlt bennünk a Cél,
A prófétaság továbbvitele,
Jézus újbóli megtalálásának
Velünk maradásának ereje.
Szomorú szívű tanítványoknak
Áldott pünkösdi Lélek, Tűz, Erő,
Élet, Hit, Üdvösség mind Te lettél...
Nagyobb öröm számunkra nincsen ennél,
Kik egységben Jézusra várhatunk...
Csapjon ujjongó zsoltárba szavunk!
Pünkösdi fény ragyogjon a szemünkben:
Velünk van Szentlelkében az Isten!

(Kárász Izabella)

Pünkösdi kérés

Jöjj el, teremtő Szentlélek,
töltsd be téged váró néped,
hogy – mint akiket tüzed hevít,
hirdessük Isten nagy tetteit!
Jézus Krisztus! Halleluja!
Nyisd látóvá vak szemünket,
hallóvá süket fülünket!
Hadd érje el az ige bennünk,
hogy hiten együtt énekeljünk!
Jézus Krisztus! Halleluja!

Hasíts az ige kardjával!
Gyógyíts az ige balzsamával!
Fegyverezz fel fegyverzetével,
és jogarával te vezérelj!
Jézus Krisztus! Halleluja!

Lobogjanak fel szent lángjaid!
Tedd egyé egyházad tagjait,
míg egy Fő egy testévé válnak
dicsőségére az Atyának!
Jézus Krisztus! Halleluja!

Ismeretlen szerző után németből ford.:

Túrmezei Erzsébet

„Az Úr megsebez, de be is kötöz.”

Megtapasztaltam az Úr kegyelmét, szeretetét a nehéz próbák alatt. Ha elcsüggedtem, megvigasztalt, gyenge voltam, erőt adott, segítségül hívtam, felemelt és megsegített.

Hálás vagyok a kegyelemért, a szeretetteljes gondviselésért. A drága férjemnek is kitartó erőt és türelmet adott az Úr. Köszönöm a Testvérek buzgó imáit, látogatását, a sok-sok telefonhívást, a vigasztaló szavakat, a kazettákat, a lelket építő bizonyágtételeket.

„Áldott legyen a frigy, mely minket összeköt.”

Kértem: Az Úrtól türelmet.

Kaptam próbát, és kimunkálta a türelmet-

Kértem: Bölcsességet.

Kaptam feladatot, hogy megoldjam.

Kértem: Szeretetet.

Kaptam rászoruló, gondban élő embereket, hogy segítsek rajtuk.

Kaptam: Szenvedést, amely távoltartott a világtól, és még közelebb vitt az Úrhoz.

Amit kértem, nem csak azt kaptam, de: Mindent megkaptam, amire szükségem van! Az Ő szent akarata szerint adta!

Dicsőítem és áldom szent Nevét örökké!

Tóth Józsefné

Keresztyén életünk legszigorúbb iskolája, ha megengedjük a Szentléleknek: hozzá összhangba életünket Krisztus tanításával.

Az imádság nem csak kérés; az imádság a lélek magatartása, amelynek légkörében a kérés egészen természetes.

Bizonyítékok a Teremtő létezésére

(4. rész)

A növények és állatok világában előforduló számtalan csoda a hatalmas Teremtőre mutat. Míg bizonyos élőlényeknek különleges képességeik vannak, pl. élelemszerzésre és a ragadozók előli menekülésre, addig mások beépített tudásuk következtében olyan dolgokat cselekednek, amelyekre senki sem tanította őket. A következőkben bemutatjuk néhány közönséges növény és állat csodálatos képességeit, amelyek nem jöhettek létre egy sor véletlenszerű baleset, azaz az evolúció következményeként.

A bambuszok furcsa halála

A bambusznád nagyon gyorsan növő növény, amely megtalálható mindenütt a világon. 50-100 évente egyszer virágzik és azután elhal. Az összes bambusznád a világon egyszerre pusztul el! Azután új hajtások sarjadnak, és a bambusz tovább él. Hogyan lehetséges ez? Hogyan halhatnak el a bambuszok egyszerre, mikor egymástól több ezer mérföldre vannak?

A vadsóska védelmi rendszere

A vadsóska nagy fák árnyékában élő háromlevelű növény. Levelei vízszintesek, hogy annyi fényt fogjanak fel, amennyit csak lehetséges. A növény a napfényben hamarosan elszáradna és elhalna, mivel árnyékos életre van tervezve. Viszont rendelkezik egy beépített védelmi képességgel: gyorsan összehajtja leveleit, és így a napfény csak a levelek alját éri. Ellentétben más növényekkel, leveleinek ezen az oldalán lila bevonat van klorofil helyett. Ez a növény általában indákkal nő, így a sok sóska össze van kötve. Ha egyikük bajban van, „segítségért kiált”, és a többiek vizet kezdenek neki pumpálni. Látjuk a nagyszerű tervezést ennél a növénynél. Amíg az evolúció létrehozta volna a bevonatot és azt a képességét, hogy leveleit felhajtsa, a sóska rég kihalt volna.

Gyülekezeti Események

Ápr. 3. Családi vasárnap. A délelőtti istentisztelet után akik a közösség ápolásának ilyen formáját is fontosnak tartották, együtt maradtak a közös ebéd utáni beszélgetésre.

Ápr. 8-9. A Jó Pásztor Alapítvány által gyűjtött ruhaneműt és gyógyszereket, illetve pénzadományt vitte el Kárpátaljára Almási Mihály, Pátkai Béla lelkipásztor, Laczkovszki János gyülekezetvezető és Simon Gedeon diakónus testvér. Beszámolójukban az ottani szükséglet látva további segítségnyújtásra buzdították a gyülekezetet.

Ápr. 9. Gyermkevangélizáció. Somogyi Sándorné az óvodás és általános iskolás gyermekek részére „evangélizációs” alkalmat szervezett. Bábelőadás, éneklés, bibliai történet elmondása, különböző kézműves foglalkozások és szeretetvendégség volt a két és fél órás délutáni alkalmon.

Ápr. 10. A délelőtti istentiszteleten Tóth Samu, Tóka Melitta és Tóth Imola elmondták a gyülekezetnek, hogy az Úr Jézus Krisztust megváltójuknak elfogadva bemerítésüket kérik. Az igehirdetés Péter helyreállításáról szólt (Jn 21:15-17.): szeretsz-e engem? Mi szeretjük annyira a ránbízottakat, hogy Isten akarata szerint megváltozzunk értük?

Meghalt Barbarics József, a gyülekezet csendes, szerény, hűséges tagja. Élt 79 évet. Barbarics tv hosszú ideig tagja volt az énekkarnak. A lelkipásztor lakás és az imaház építése alatt mint nyugdíjas, nagyon aktívan kivette részét minden munkából.

Ápr. 17. Kiskunhalason végzett egész napos szolgálatot gyülekezetünk énekkara, zenekara és a gyermekek egy csoportja. Az épülő kiskunhalasi imaházban Almási tv végezte az igehirdetéseket. A kb. 80 tagú csoportot Katona Béla lp tv

és a helyi tagok nagy szeretettel fogadták. Itthon Durkó Miklós és Varga Lajos testvérek szolgáltak az igével.

Ápr. 21. Barbarics József temetése a budafoki temetőben. A ravatalozóban Almási tv, a sírkertben ifj. Kulcsár Tibor lp tv búcsúztatta.

Ápr. 24. Délelőtt további biztonyságtételeket hallottunk Simon Gábor, Somogyi Donát, Somogyi Ádám, Horváth Krisztina, Lovász Debóra és Török Andrea részéről. Az Úr Jézus Krisztus vezetését megtapasztalva Őt akarják követni, és Neki engedelmessé válni a bemerítésben is. Az igehirdetés a versengő tanítványok elé állított gyermek (Mt 18:1-4,10.) példájával intett minket: ha olyanok nem leszünk, mint a gyermekek (gyermeki lelkületű, hitű, fogékonyságú, alázatos, egyszerű), nem látjuk meg Isten országát. Délután Laczkovszki tv hirdette az ígét: Bálványokkal a szívben nem járulhatunk Isten elé (Ez 14:1-11.). Almási tv a dunaujvárosi gyülekezetben végzett szolgálatot.

„Isten erejével a mázsás teher könnyű, mint a szalmaszál – nélküle mázsás súly a szalmaszál is.” (Luther)

„Kinek szívében Isten Lelke és kezében a Szentírás, annak mindene megvan.” (Alexander MacLaren)

Állandó alkalmaink

Kedd:	19,00	Ifjúsági óra
Csütörtök:	18,30	Biblióra
	19,30	Énekóra
Péntek:	18,00	Tini Ifi
Vasárnap:	9,00	MKBK, Imaóra
	9,00	Gyermek Bibliakör
	10,00	Istentisztelet
	16,00	Törekvők órája
	17,00	Istentisztelet
	18,30	Énekóra

Imaházcím: Pesterzsébet, Ady E.u.58.
Ady E. u.-János u. sarok

Lelkipásztor: Dr. Almási Mihály
Pesterzsébet, Ferenc u.3.
Telefon: 283-14-13

FAKANÁL – kicsi másképp

Nyersen, sütvé, főzve is finom – univerzális fokhagyma a konyhánkban

A fokhagymának két fajtáját és számtalan áldásos hatását ismerjük már. Tény, hogy a szaga nem a legkellemesebb, de kitűnő baktériumölő hatással rendelkezik, ráadásul tele van vitaminokkal és ásványi anyagokkal.

A fokhagyma már hosszú évek óta elterjedt a népi gyógyászatban. Még a boszorkányűzésben is bevetették. Ez is bizonyítja, mennyire hittek az erejében. Ma már inkább a zsírokat szeretnénk messzire űzni vele. A fokhagyma ebben is segít, hiszen nemcsak megakadályozza a zsírok lerakódását, hanem a már megtelepedett zsírt is képes feloldani. Ezáltal természetesen csökkenti a koleszterinszintet. Bármennyire is hatásos és egészséges, azért ezt sem szabad túlzásba vinni. Ha túl sok fokhagymát fogyaszt az ember, az akár szívelégtelenséghez is vezethet, sőt komoly bélproblémákat is okozhat. Két hónap már elegendő ahhoz, hogy a vérzsír-szint lejjebb húzódjon, csökkenjen a koleszterin. A légúti betegségek szintén kezelhetők fokhagymával. A számarköhögés, vagy az asztma tünetei tejből áztatott fokhagymával lényegesen enyhíthetők. Most ugyan még nincsen túl nagy meleg, de ha beköszöntenek a forróbb hónapok, érdemes fokozottan odafigyelni a fokhagyma-fogyasztásra, hiszen nagy hőségben ártalmas lehet. Azok is legyenek óvatosak, akik valamilyen gyulladási betegségben szenvednek. Lehet, hogy egy problémát orvosolni tudnak a népi gyógy móddal, de az is előfordulhat, hogy begyűjtenek egy kiadós gyomorfekélyt.

(ol-ló)

- *Melyik a béka kedvenc kötelező olvasmánya?*
- *A légy jó mindhalálíg.*

Két vadász beszélget:

- *Az én kutyám a világ legokosabb kutyája – dicsekszik egyikük.*
- *Azt én is látom – mondja a másik. – Valahányszor felemeled a puskádat, a szegény kutya rögtön elbújik egy fa mögé.*

Két téglá beszélget a sötétben:

- *Maga fél?*
- *Nem. Egész.*

Finnyás vendég a pincérnek:

- *Ettem már jobb bablevest is!*

A pincér unottan:

- *Nálunk biztosan nem!*

Óvodások beszélgetnek:

- *Az én nagymamám nagyon gyáva!*
- *És honnan tudod?*
- *Mindíg megfogja a kezem, ha úttesten megyünk át.*

Aratás után két veréb beszélget a búzatábla szélén:

- *És kegyelmedék miből élnek, ha szabad érdeklődnöm? – kérdezi az egyik veréb a másiktól.*
- *Szemfelszedő vállalkozásunk van.*

- *Mondd meg nekem kisfiam, hogy melyik tárgyat kedveled legjobban az iskolában? – faggatja az osztályfőnök a kisdíákot. A gyerek gondolkodás nélkül rávágja: A csengőt.*

SZERETET - SZOLGÁLAT
A Pesterzsébeti Baptista Gyülekezet
lapja

Felelős szerkesztő:

dr. Almási Mihály

Szerkesztő: Máté Dániel, Máté Daniella

Technikai szerkesztő: Lesták Károly

Megjelenik havonta nyomtatva 200 példányban