

## Bűnvallás és megbékélés

### Imasegédlet:

## Hogyan valljuk meg bűneinket

### Mi ez pontosan?

A bűnvallás a Miatyánk alapvető része. „Bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek.” Az alábbi imasegédlet bemutatja, hogyan néz ki ez a gyakorlatban.

### Miért alkalmazzuk?

„Amikor megvalljuk erényeinket, versengők vagyunk. Amikor megvalljuk bűneinket, testvérek vagyunk a Krisztusban.” Karl Barth

„Mevallani bűneinket Istennek, nem azt jelenti, hogy olyasmit mondunk el neki, amit Ő még nem tud. Amíg azonban nem valljuk meg őket, szakadékot képeznek köztünk. Amint megvalljuk őket, híddá válnak.” Frederick Buechner

### Bibliai vonatkozás:

„Aki takargatja vétkeit, annak nem lesz jó vége, aki pedig megvallja és elhagyja, az irgalmat nyer.” Példabeszédek 28:13 (RÚF)

„Ha megvalljuk bűneinket, hű és igaz ő: megbocsátja bűneinket, és megtisztít minket minden gonoszságtól.” 1János 1:9 (RÚF)

### Rövid bevezető bűneink megvallásához

A Miatyánknak az a része, hogy „bocsásd meg vétkeinket, miképpen mi is megbocsátunk az ellenünk vétkezőknek” egy olyan belső dinamikát tartalmaz, ahol a bűnvallás **vízszintes (horizontális)** és **függőleges (vertikális)** dimenziója egyaránt megtalálható.

Krisztus keresztségének alakjához hasonlóan az imádságban való összekapcsolódásunk Istennel magával vonja a Jézus által a szívünkbe szabadított megbocsátás természetes túlcsoportulását a körülöttünk lévő kapcsolatokra.

## **Alkalmazás: Hogyan valljuk meg bűneinket**

A vízszintes és függőleges dimenzió segít teljesen megérteni és megélni a bűnvallás gyakorlatát.

### **Vízszintes dimenzió**

#### **Az Istentől jövő megbocsátás kiáradása a szívünkbe, Jézus élete és munkája révén**

A bűneink megvallása egy személyes gyakorlat, amely elengedhetetlen része lelki fejlődésünknek. Isten meg akar nekünk bocsátani, de ez a bocsánat úgy lesz a miénk, hogy beismerjük bűneinket.

„Ha megvalljuk bűneinket, hű és igaz ő: megbocsátja bűneinket, és megtisztít minket minden gonoszságtól.” 1János 1:9

Mással, nem csak felületesen vagy általánosságban valljuk be a bűneinket, hanem inkább Isten jelenlétének fényében hagyjuk, hogy a káros viselkedés belső dinamikája vagy olyan bűnös minták, amelyek magát a bűnt előidézik, lelepleződjenek.

*A szerető figyelem imája, a Jézus-ima és a naplórás mind segítenek ezt a gyakorlatot elmélyíteni.*

A Biblia azonban azt is világosan kifejti, hogy az Istentől származó megbocsátás kiáradhat egy lelki testvéren keresztül is.

„Akiknek megbocsátjátok a bűneit, azok bocsánatot nyernek, akikéit pedig megtartjátok, azoknak a bűnei megmaradnak.” János 20:23

Bűneink megvallása egymás előtt az egyik kulcsa annak, hogy a Krisztustól kapott szabadságban járjunk. A Biblia két dolgot tanít, amit az alábbi két igevers foglal össze, azonban ezeket nem szabad egymást kizárónak tekintenünk:

1. Bűneink bocsánata egyedül Krisztusban van:

„Mert egy az Isten, egy a közbenjáró is Isten és emberek között, az ember Krisztus Jézus.” 1Timóteus 2:5 (RÚF)

2. Azáltal válunk szabadokká, hogy megvalljuk egymásnak bűneinket:

„Valljátok meg azért egymásnak bűneiteket, és imádkozzatok egymásért, hogy meggyógyuljatok. Nagy az ereje az igaz ember buzgó könyörgésének.” Jakab 5:16 (RÚF)

## **Bűneink megvallása egymás előtt**

Íme, néhány hasznos tanács, ami alapján megvallhatjuk egymásnak bűneinket:

### **Lelki társ**

Keress valakit, akit szeretsz, és akiben mélyen megbízol (választhatod a lelkipásztorodat vagy egy megbízható vezetőt, amíg nem találsz valakit, aki hozzád hasonló gondolkodású). Ha nem vagy biztos benne, imádkozz és kérd Istent, hogy mutassa meg neked, ki lehet ez a személy. Győződj meg arról, hogy megbízható, tapintatos és jól érzed magad a jelenlétében. Kerüld, hogy hatalmi játszmának vagy manipulációnak helye legyen ebben a kapcsolatban.

### **A beszélgetés kerete**

Beszélgessetek el tudatosan annak hajlandóságáról, hogy egymás előtt kendőzetlenül feltárjátok lelketeket. Ennek a kapcsolatnak, beszélgetésnek a főbb összetevője a folyamatos elszámoltathatóság, bölcsesség és bátorítás.

### **Sebezhetőség**

Ez a fajta gyakorlat nyilvánvalóan egy jókora adag sebezhetőséget igényel ahhoz, hogy működjön. Miután meghatároztátok a kapcsolatotok határait, tegyétek természetessé, hogy megnyíltok egymás előtt. Lépj ki a sebezhetetlenséged

burkából, kapcsolódj testvéredhez, aki hozzád hasonlóan esendő, és imádkozzatok együtt.

## **Bölcsesség**

Bár a sebezhetőség és a nyitottság csodálatos és szeretetreméltó ajándék, fontos, hogy bölcsen bánjunk a bűnvallás gyakorlatával. Néha a legjobb szándékunk ellenére, hogy megőrizzük a tiszta lelkiismeretet, naiv módon olyan dolgokat osztunk meg, amiről jobb lett volna hallgatni.

1. Először is, biztosnak kell lennünk abban, hogy a megfelelő személynek valljuk meg bűneinket. Vajon bizalmasan kezeli-e a dolgot? Elég érett-e ahhoz, hogy képes legyen meghallgatni, amit mondunk? Nagyon fontos és általános szabály, hogy a férfiak férfiakkal, a nők pedig nőkkel beszélgessenek. Ne csapjuk be magunkat azzal, hogy úgysem jön létre érzelmi kötődés vagy esetleg még komolyabb dolog, hiszen a szívünk dolgait tárjuk fel egymás előtt.
2. Másodszor, fel kell tennünk magunknak a kérdést, hogy a vallomásunk nem hozza-e zavarba az illetőt? Ha kétségeink vannak ezzel kapcsolatban, akkor beszéljünk valakivel, akiről tudjuk, hogy bölcs, és kérjünk tőle tanácsot.
3. Harmadszor, lehet, hogy fel kell nőnünk ahhoz, hogy felismerjük, hogy vannak dolgok, amelyeket egyszerűen csak Isten előtt kell megvallanunk. Néha azon személyek, akiknek érzékenyebb a lelkiismerete, úgy érezhetik, hogy minden nap ki kell önteniük a szívüket másoknak, még akkor is, ha nem biztosak abban, hogy amit megvallanak bűn-e vagy sem. Ne engedjük meg, hogy ez a fajta gyakorlat helyettesítse a Jézustól kapott bocsánatot: Ő a forrása bűneink bocsánatának és megtisztulásunknak.

## **Függőleges dimenzió**

### **Békéltető szeretet két személy között, ahol törés történt.**

Az Úrtól tanult imádságnak a függőleges dimenziója abban teljesedik ki, hogy elkezdjük megélni az evangélium üzenetének lényegét: a békéltetés szolgálatát.

Az ellenségszeretet dinamikája visszhangzik Jézus meghökkentő imájában, amely a kereszten hangzott el: „Atyám, bocsáss meg nekik, mert nem tudják, mit cselekszenek.” Még inkább meglepő, hogy Jézus ránk bízta ugyanezt az üzenetet, a békéltetés szolgálatát (2Korinthus 5:18). Arról ismer meg a világ, hogy szeretjük ellenségeinket:

### **„Sajnálom, tévedtem.”**

Természetesen, mi nem vagyunk Jézus. Gyakran mi magunk vagyunk az elkövetők, akik megsértenek másokat, fájdalmat okoznak másoknak – szándékosan vagy akaratlanul.

Amikor ez a helyzet, Jézus követőiként meg kell tanulnunk, hogyan kérjünk bocsánatot, keresztre feszítve a jól begyakorolt létjogosultságunkat, megalázkodva és beismerve, hogy tévedtünk, felkészülve arra, hogy bocsánatot kérjünk és a bocsánatot elfogadjuk.

### **„Megbocsátok.”**

Másrészt, amikor megbántanak, Jézus arra hív minket, hogy kövessük a példáját és haljunk meg öniségségünknek: cserébe megkapjuk az Ő életet adó kegyelmét, amely erőt ad nekünk, hogy valóban megbocsássunk.

A fájdalomunkat soha nem szabad érvénytelenné tennünk, sem lekicsinyítenünk. A „Hogyan gyászoljunk” című imasegédlet azt tárja elénk, hogy lehetőségünk van megélni a gyászunkat, és hogy fejezzük ki fájdalomunkat és csalódottságunkat. Azonban a Biblia végső soron azt tanítja, hogy csak akkor lehetünk valóban szabadok, ha teljes szívből megbocsátunk.

## **Napi gyakorlat**

Az olyan emberekről szóló történetek, mint például Gordon Wilson, Ruby Bridges és Desmond Tutu (mindannyian szerepelnek Pete Greig: Hogyan imádkozzunk című

könyvében), már azáltal inspirálnak bennünket, hogy körülményeik ellenére megélték a hitüket.

Fontos azonban, hogy ne csak „nézzük” mások történeteit. Ha hisszük, hogy Jézus követőiként az a hivatásunk, hogy a „békéltetés szolgálatát” végezzük, akkor arra kell törekednünk, hogy ezt a mindennapi életünkben is megéljük, megtestesítve Isten kiengesztelő szeretetét minden kapcsolatunkban.

A megromlott kapcsolatok esetében, amikor nem bocsátunk meg, gondoljunk erre a provokatív kijelentésre: „helyezd Isten imádatát a második helyre”.

Ez az elv a Szentírásban arra hívja fel a figyelmünket, hogy csak akkor imádjuk Istent, ha előtte valami mást már megtettünk.

„Amikor tehát áldozati ajándékodat az oltárhoz viszed, és ott eszedbe jut, hogy testvérednek valami panasza van ellened, hagyd ott ajándékodat az oltár előtt, menj el, békülj ki előbb testvéreddel, és akkor térj vissza, és vidd fel ajándékodat!” Máté 5:23-24 (RÚF)

Ez csak megerősíti az evangélium vízszintes és függőleges dimenziójának elválaszthatatlanságát. A kettő közötti kapcsolatot Jézus még egyértelműbbé teszi, amikor újraértelmezi a Tórát és újrarendezi a világot a Tízparancsolat tengelye körül: „Szeresd az Urat, a te Istenedet teljes szívedből, teljes lelkedből és teljes elmédből” és „szeresd felebarátodat, mint magadat.” Máté 22: 36-40 (RÚF)

Ezért ha van benned rejtett harag vagy neheztelés testvéred iránt, gyakorolnod kell a megbékélést, és helyre kell hoznod azt, ami elromlott.