

Hamvazószerdával indul a nagyböjt előtti negyvennapos böjti időszak. Miről szól a mai modern világban a böjt, hogyan tarthatjuk be, és mit ehetünk ilyenkor?

A Jézus Krisztus feltámadását ünneplő húsvét a keresztények legfontosabb ünnepe. Erre készít föl a hitben való elmélyedést szolgáló böjti időszak, mely már a IV. század óta szokás. A szerdai kezdet a VII. században alakult ki. Az ókeresztények hamvazószerdáján a nyilvános bűnösök mezítláb, zsákruhában vonultak a templomba, ahol a pap hamut szórt a fejükre, kiutasította őket a templomból, s ők nagycsütörtökig vissza sem mehettek. A hamuszórási hamvazkodás néven a XII. században a liturgia részévé is vált.

A mai szentmisén a pap az előző évi szentelt barka hamujával rajzol keresztet a hívők homlokára, ezzel emlékeztetve őket az elmúlásra, hogy egyszer ők is porrá lesznek, de egyben az örömhírré is, hogy bűnbocsánatot nyerhetnek.

Böjti szabályok ma

Az eredeti nagyböjt legszigorúbb betartása a negyvenelés, mikor csak negyvenszer, tehát napi egyszer, napnyugta után eszik a böjtlő. A többség ilyenkor nem eszik húst, tojást és tejtermékeket sem fogyaszt. A modern egyház a böjti előírásokon nagyon sokat enyhített: az 1251. kánon alapján a katolikusoknak csak hamvazószerdán és nagypénteken kell szigorú böjtot tartaniuk, de ez is csak annyit jelent, hogy a nap során háromszor ehetnek, de csak egyszer lakhatnak jól. A szabály csak az egészséges 18 és 60 év közöttiekre vonatkozik, a hústilalom 14 esztendőskortól kötelező.

Összefoglalva a szabályokat:

A 14. életévüket betöltött katolikusok hamvazószerdán és nagypénteken nem fogyaszthatnak húst.

A 18 és 60 év közöttiek ezen felül csak háromszor ehetnek húsmentes ételt, és csak egyszer lakhatnak jól.

Egyébként a nagyböjti időszak minden péntekjén kerülni kell a húsféléket.

Az általános böjti szabályok alól kivételt képeznek az utazók, akár hajóról vagy repülőről van szó, és velük a reptéri dolgozók is, de a nagypénteki böjt még nekik is kötelező. Ők más jámbor cselekedettel is pótolhatják a dolgot.

A nehéz fizikai munkát végzők vagy közétkeztetésben résztvevők is kiválthatják a böjti napokat.

Ha a nagyböjt nem kötelezően húselhagyó napjain húst eszünk, akkor jó cselekedetet vagy imát kell följánlanunk helyette. Ezt a szabályt egyébként nagyon sok pap túl megengedőnek tartja.

Azonban ezen felül hasznos és jó a megszokott tevékenységeink kordában tartása is: az alkoholfogyasztás, cigarettázás, túlzott internethasználat, esetleg tévézés szüneteltetése legalább ezekre a napokra vagy akár bizonyos szabályokkal az egész böjtre vonatkoztatva is. Ferenc pápa azt kérte, mindennap mondjuk le valaki más érdekében vagy javára valami apróságról.

Kellemetlen, de van-e értelme?

A kiemelt napokon sem temetési misét, sem esküvőt nem tartanak meg a papok. Persze kellemetlenségnek tűnhet az ilyen szabályok betartása, holott a böjt nemcsak a világvallásokban található meg, de a vallástalanok közül is sokan tartanak egészségügyi okokból hasonló időszakokat.

A belső elcsendesülés mellett ez a hitbéli hovatartozás ünnepe is. Miközben bűnbánati napokat tartunk, emlékszünk az értünk hozott áldozatra, saját gyarlóságunkra, bocsánatot kérünk bűneinkre, de az is eszünkbe jut, amire a Biblia figyelmeztet: a hit tettek nélkül halott. Aki csak szavaiban hisz, de semmiféle korlátot nem fogad el (nem jár szentmisére, nem gyakorolja az irgalmasságot, az élete rendezetlen stb.), az vajon tényleg hisz-e? Nem válik rutinná s ezért üressé a lelki élete? A lelki kiszáradás és a hittől való vétkes eltávolodás megakadályozására a nagyböjt az egyik legjobb időszak.

Emlékeztetnünk kell magunkat a Szentírás másik soraira, éppen akkor, mikor a pogány és ezoterikus szokások minden korábbinál népszerűbbek és könnyebben elérhetőek, és mikor megmagyarázhatatlan, agresszív és szörnyű betegségek ütnek föl a fejüket: egyes ördögök csak imával és böjttel űzhetőek ki. Igencsak jót tesz a testi és lelki egészségünknek, ha megtanulunk gátat szabni kialakult szokásainknak, és önuralmat gyakorolunk.