

# CSALÁDI LELKISÉG

*„Mindenkinek az életében kell, hogy legyen valami szent, amihez igazítja az életét...”*

*Vincze Bandi*

## **Elveszettség**

Van egy közmondás: „Nem látja a fától az erdőt.” Szeretném látni az egész erdőt, ameddig csak képes vagyok felfogni, a láthatót és még azon is túl – a nem láthatót, de érzékelhető. Azt, amit már csak lelki szememmel láthatok. A biztonságérzetem miatt fontos nekem ez. Hogy ki tudjak igazodni. Hogy ne legyek elveszve, ne körbe-körbe járjak, hanem tudjam azt, hogy tartok valahová, van értelme az erőfeszítéseimnek. Hogy az erdőben lássam az ösvényeket, amelyek tartanak valahová, és tudjam, hogy melyiket kell választanom a céloomhoz.

## **Perspektíva**

A lelkiélet célja, hogy perspektívát adjon számomra, az életem számára. A dolgok valódi természetének megismerhetőségét. Az áttekinthetőséget. Az összefüggések felfedezését és megértését. Nyugalmat ad, ha kiismerem magam és az adott környezetemet, mert segít felismerni a törvényszerűségeket. A váratlan helyzeteket akkor tudom jól kezelni, ha kiigazodom magamban és a világban, ha kiépültek már bennem a fogódzók.

Miért nem az iskolában tanultak segítenek kiismerni az élet törvényszerűségeit, miért nem a pszichológia, a teológia, a filozófia? Ezek fontos ismereteket közvetítenek. Lehetek **motivált** ezen ismeretek elsajátításában, hiszen túlélési értéket közvetítenek a számunkra.

## **Túlélési érték, túlélési kockázat**

A lelkiélet célját megközelíthetjük az ösztönvilágban gyökerező túlélési érték szempontjából is. A cél – a történelem folyamán primer módon – a túlélés volt minden egyed számára. Az egyedfejlődés során kiderült, hogy bizonyos tevékenységek, magatartások, dolgok túlélési értékkel bírnak, mások viszont túlélési kockázatot rejtenek magukban. Mindazt, ami túlélési értékkel bírt, rögzített az idegrendszer, az agy, a biológiai fejlődés, a kockázatokat hordozókkal kapcsolatban pedig a félelem, a tartózkodás, az idegenkedés, a pánik alakult ki.

## **Túlélési érték: jónak kell lenni**

Nemcsak a biológiai és anyagi lét, hanem a lelki lét is hasonló jellegzetességeket mutat. A lelkiismeret szava, a „jónak kell lenni” magatartás hasonlóan ilyen túlélési érték, ami túlmutat az egyénen, és az emberi élet során az emberhez méltó élet, illetve a halál utáni élet feltételeire utal.

Más szavakkal is kifejezhetjük ezt. Az ember reflektív a környezetre, a tapasztalatokra mind az anyagi, a biológiai léte, mind a szellemi, lelki léte szempontjából. Ebből a szempontból arra reflektál, ami létrehozta és körülveszi, és arra reflektál, amit a történelem során gyűjtött tapasztalati kincs elé tár.

Minden mások által átélt bölcsesség és bármely módon – az ókorból, vagy napjainkból – közvetített, bármilyen megalapozott tapasztalat nem helyettesítheti a személyes ismeretszerzést a dolgok valódi természetéről.

## **Személyes kapcsolatfelvétel és kapcsolatban maradás**

A lelkiélet célja éppen ennek a személyes kapcsolatfelvételnek és információnak a kialakítása és beszerzése. Ezt a személyes kapcsolatfelvételt és kapcsolatban maradást a Teremtővel spiritualitásnak nevezzük.

Ezt a kapcsolatban maradást nevezzük talán mind-közönségesen lelkiségnek? Vagy a kapcsolatban maradás jeleit nevezzük lelkiségnek? Vagy a kapcsolatban maradás megnyilvánulását mások felé?

*„Mindenkinek az életében kell, hogy legyen valami szent, amihez igazítja az életét...”*

Vincze Bandi

*„Az ember szentsége nem más, mint az ember valódi, belső minősége (DS 1512)”*

K. Rahner

Az élet kevés szabad döntést enged meg nekünk. Nem határozhatjuk meg a kort, amibe születtünk, a szülőket, akiktől származunk, a nemünket, az anyanyelvünket, a temperamentumunkat. Körülnézünk, azt látjuk, hogy az életmódunk is hasonló a többi emberéhez. Európai körülmények között általában nem kútra járunk vízért, a gáz be van vezetve, a víz-öblítéses WC általánosan tekinthető. Szokás- és szabályrendszerek, melyek meghatározzák a „mit lehet” és a „mit kell” közt pergő napokat. Életünket, mint függőségek láncolatát tekinthetjük tehát.

A mostani előadás a családi lelkiségről szólna. Az egyik megközelítési mód lehet az, ha fentiekből kiindulva függőségeink és lehetséges függetlenségeink szempontjából közelítjük meg témánkat. A lelkiség túlmutat azokon a függőségeken, melyek körülvesznek.

### **Mi az, hogy lelkiség?**

Használjuk a szót: lelkiség, keresztény lelkiség, lelkiségi mozgalmak, de egyáltalán mi az, hogy lelkiség? Pláne, miben is áll a családi lelkiség? Gondolkozom, van-e olyan? Személyhez kötődik-e, házaspárhoz, családnak? Általában közösséghez? Mi a tartalma, mik a külső formái? Vannak-e jól meghatározható keretei?

*Azt valamennyien tapasztaljuk, ha valahol van valami megfogható vagy inkább megfoghatatlan plusz. Azt is érezzük, ha valahol hiányzik.*

Hogy lehetne megragadni, miben is áll, tetten érni, hogy mit visz végbe, ha van, milyen hiányokat mutat, ha nincs. Milyen veszélyeknek van kitéve élete során.

*Élete során? Van élete? Ha van, akkor van fejlődése, visszafejlődése, stagnálása is van, vannak megnyilatkozásai, vannak veszélyeztető tényezők, melyek az életére törnek. Van élettartama, és vannak életszakaszai.*

Megkérdeztem a családomat, mi is az a lelkiség. Lányom azt mondta: ha a Lélek szerint igazítja valaki az életét. Megkérdeztem a közösségemet, mi is az a lelkiség. Mária azt mondta: létforma. Miliő. István azt mondta: napi ima: reggeli esti imádság, advent, húsvét készületei, lelkigyakorlatok.

### **Keresem a szavakat**

**Lelkes – lelketlen, lélektelen, szívtelen, szíves (vendéglátás, szíves szó)** szavak jutnak eszembe, próbálom a szavak mögötti tartalmat keresni.

- Lelkes – egy állapot, mely lehet átmeneti, fellángoló, de állandó is.
- Lelketlen – érzéketlen, kegyetlen, rosszakaratú, fád, kemény, rideg, hideg.
- Lélektelen - közömbös, mechanikus, érzelemmentes.
- Szívtelen – kegyetlen, érzéketlen, önző.
- Szíves – kedves, empatikus, önzetlen, barátságos, jóindulatú, jóakarátú.
- Nagy lelkiereje van – a nehézségekben nem törik össze, tartása van.

Valamennyi szó mögötti tartalom valakinek mások felé való viszonyulására utal. Rámutat a személy belső motivációból eredő cselekedetére, vagy a cselekedet minőségére. Máskor pedig egy indokolt cselekedet hiánya mutat a szív és az elme gazdagságára (nem ütök vissza, ha bántanak), vagy sivárságára (nem segítem a rászorulókat).

### **Létállapot, létmód**

Az ember létállapota, létmódja valamilyen alapállapotot fejez ki, valamilyen hangoltsági állapotot mutat meg. A világban való lét, a viszonyulás más létezőkhöz, a mód, ahogyan ez történik, a létállapot. Egységbe foglalva, azaz elkülöníthetetlenül jelenik meg a létállapot kifejezésben a személy és a személy tettei (= a szubjektum és a szubjektum reflektált megvalósulása).

Valahogy mégsem jutok közelebb a lelkeség fogalmához a szóanalízissel, a lényeghez nem jutok közelebb. Következményekből visszakövetkeztetéssel ennyire jutottunk.

### **Teológia**

Segítséget keresek. Leveszem a polcra Karl Rahner Teológiai kis-szótárát. Csak a lélek szócikket találok benne, és a lélekről megtudom, hogy „a lélek... létező mindig reális egész, melynek ismertetőjegyei, részei, dimenziói vannak, de egy lényege, és egy egzisztenciája van.”

### **A lélek belő alapja a lételv**

A lételv azonos minden emberben, és ahogyan a személy gondolataiban, motivációiban, szándékaiban, cselekedeteiben alkalmazkodik – vagy nem alkalmazkodik - a lételvhez, azt nevezzük az egyes ember lelkeségének.

Következik-e ebből, hogy családi lelkeségről akkor beszélhetünk, ha a családtagok a lételv tekintetében megegyeznek? Ahány család, annyi családi lelkeség?

Jó lenne tudni, mit értünk pontosan „lételv alatt”, de nincs ilyen szócikk a Rahnerben. Van viszont lényeg szócikk.

### **Aszketika**

Miután belemerültem fogalmak tengerébe, kezdtem elveszteni a fonalat, és magamat is elveszítettnek élttem meg, elővettem a Bokorlelkeség című dolgozatot. Gy.b. szisztematikusan dolgozza fel a témát, áttekintést ad, ezért már az első lapokon kiderül számomra, hogy Rahnernél azért nem találtam a lelkeség szócikket, mert a katolikus teológia a lelkeséget az aszketizmus témakörében tárgyalja.

Olvasva a Bokorlelkiség című írást, amit az a személy ír, aki 35 éven át lelkivezetőnk volt, kettős érzésem van: minden szava egyszerre ismerős és ismeretlen számomra. Így, ebben a formában ismeretlen, ugyanakkor a követelmények, a konkrétumok, az elvártak szintjén ismerős is.

A Bokorlelkiség tehát visszavezet Rahnerhez és az aszketikához.

### **Aszkézis**

Az aszkézis (lemondás, gyakorlás) a világtól való elszakadás, melynek segítségével **a bölcs szabadságra és megingathatatlan belső nyugalomra tesz szert**. Van ezzel a meghatározással néhány probléma. A legfontosabb talán az, hogy ez a leírás statikus állapotot állít elénk, az élet azonban dinamikus, még steril körülmények között is. A másik problémánk az lehet ezzel kapcsolatban, hogy a lemondás nem cél, hanem esetleg következmény annak a célnak a követése során, melyet a legfontosabbnak tart az ember azt életben. A harmadik pedig, hogy míg a lélekkel kapcsolatos szavak tartalmilag másokkal kapcsolatos cselekedeteket írnak le, (ugyanakkor az Istennel való kapcsolat csak látens módon jelenik meg) addig az aszkéta elszakad a világtól, és benne másoktól is, már életében megszakítja a függőségek láncolatát. (Jézus nem ezen a módon élt.)

### **Szabadság és megingathatatlan belső nyugalom**

Lehetséges-e erre - **szabadságra és megingathatatlan belső nyugalomra** - szert tenni anélkül, hogy kivonuljunk a világból? Ha kivonulnánk, akkor elég lenne csak önmagunkkal és a teremtett világgal egyetértésre jutni. Ha nincs, aki bosszant, megingathatatlan belső nyugalmat érzek. (Szeparációs – szingli - félelmek bezavarnak-e ilyenkor a pusztában, vagy a metropoliszban?)

Ha a bevezetésben úgy értelmeztük életünket, mint meghatározottságok és függőségek láncolatát, akkor, ha a világból kivonulunk, a civilizációs, szociológiai függőségtől mentes élet vár ránk, amiben a bölcs szabadságot él át, tudomásul véve, ha nincs mit ennie, vagy leszakadt róla a ruha, a bőr. A szabadságnak ára van.

Jogos kérdés most már, hogy mi mitől akarunk szabadok lenni, és mi az, amitől függni szeretnénk.

### **Alternatíva?**

A világból való kivonulásra nem akarunk sok szót vesztegetni, itt csak azt jegyezzük meg, hogy a kivonulás elsősorban egy szociológiai-társadalmi viszonyrendszerrel való menekülést jelent, másodsorban pedig egy sajátos szerepfelfogást is rejt magába.

A szociológiai társadalmi viszonyrendszerrel való menekülés értelme az emberektől való távolságtartás. Úgy szemlélem embertársaimat, mint akik - ha nem is kizárólagos, de - mindenképpen fő okai annak, ha kísértésbe visznek és eltántorodom a jézusi úttól. Velük nem lehet. Ez ellen csak azt tehetem, csak úgy menthetem meg magam, ha kivonulok, ha elhatárolódom. **Ebben a viszonyrendszerben ketten vagyunk kizárólagosan: én és a Teremtő.**

**Kivonulni persze** nemcsak sivatagba vagy kolostorba lehet. Családban is előfordul, hogy valaki „belső emigrációba” megy, (bezuhan a számítógépbe, a TV-be, a konyhába stb.).

Lehet, hogy meg nem értettség okán, jogos vagy nem jogos sértettsége miatt, a kioktató vagy meg nem értő környezet miatt, kényelemből, vagy bármi egyéb okból kifolyólag. Idősek között nem olyan ritka ez az életstratégia. (Nem számítok, nem hallgatnak rám, nincs rám már senkinek sem szüksége...)

Másodsorban a kivonulással kapcsolatban a szerepfelfogást említettük. A szerepfelfogás lényegét ebben a gondolatmenetben ott érhetjük tetten, hogy csak én vagyok az, aki az emberek között Istennek tetsző életet akar élni, az összes többi nem. Semmi közöm hozzájuk, mert csak a magam tökéletességéért vagyok felelős. Szerepem annyi, hogy magamat adjam áldozatul Istennek - megtagadva magamtól mindent, elvállalva a szenvedést azért, hogy elnyerjem a legnagyobb jót. Ennek a megközelítésnek a mélyén az istenfogalom torzulását, mint okot találjuk. Szerepfelfogásom alapján tanítványokat – beosztottakat, nálam gyengébbeket – szívesen látok magam körül, de velem azonos súlycsoportú keresőket, vagy pláne nálam előbbre tartókat nem keresek, nem ismerek, nem ismerek el.

++++

A teljesség kedvéért említem, hogy a lelkiségteológia másik nagy ága az aszketikus tanításon túl, de vele összefüggésben a hagiológia, a szentek életével foglalkozó teológiai ág.

Savanyú szentek és Jézus örömhíre valahogy nehezen fér meg egymással.

Aszkétika és örömhír nem ugyanarról beszél.

### **Lelkiség és szív**

A lelkiség az a valóság, amely a személyt megalapozza, áthatja és felülmúlja. Ha a valóság szellemi, lelki, transzcendensre irányuló, akkor a fejlődés szinte korlátlan. Az átható és felülmúló valóság fészket az evangéliumok Jézusa, a népnyelv, és még a teológusok is a szívbe helyezik. A szív ősi, antropológiai alapfogalom, „az a központ, ami a személyes szellem önrendelkezését és a test-lélek öntörvényűségét egységbe foglalja” (Rahner).

A szív reális szimbóluma a többrétegű ember eredeti egységének, ugyanakkor az egyes emberek önfelfogása is egyúttal. Azt, amit gondolunk magunkról, a szív reprezentálja. Törekvésközpont, mondja a KIO. Ha a szív dobogása megszűnik, az élet szűnik meg. Nem a gondolataink a meghatározóak, hanem a szívünk, ami irányítja cselekedeteinket, és prioritása van gondolataink cselekvésre váltása, vagy nem váltása során. (Tudom, de nem teszem!)

### **Lélegezz!**

Sok vagy kevés a lélegzésre fordított idő? Esetleg éppen elegendő? Mennyi a Lélekre fordított idő? Van annyi, mint amennyit naponta lélegzésre fordítunk? Vagy szívdobbanásra? Ha van, akkor beszélhetünk lelki életről. Akkor életünk lelki is lesz. Ahogy testi, biológiai életről is csak akkor beszélhetünk, ha lélegzünk, és szívünk dobban. Az egyik természetes, --a másik miért nem az?

Szabó Márta néni mondta egyszer, hogy úgy kell akarnunk Isten szeretetét, úgy kell megragadnunk a Lelket, ahogyan a fuldokló ragadja meg a szalmaszálat. Tudja, hogy azon múlik az élete. Nem válogat: hogy nem tetszik az a személy, aki nyújtja, mert azzal haragban van; jöjjön más megmenteni. Nem válogat, hogy ne azt a botot nyújtsa, hanem valami másikat, mert ez esetleg tüskés, és megszúrja a kezem... És ami a fő, nem halogat....

## Családi lelkiség

Ma reggel olvastam Máté evangéliumát (10, 35-36).

*„Azért jöttem, hogy elkülönítsem az embert apjától, a leányt anyjától, a menyét anyósától. Az ember ellenségei háza népének tagjai lesznek”*

Mt 12, 46-49

„Anyja és fivérei kinn álltak, és beszélni akartak vele. Erre valaki szólt neki: nézd, anyád és fivéreid kinn állnak és beszélni akarnak veled. Ő viszont így felelt annak, aki szólt neki: Ki az én anyám, kik az én fivéreim? Aztán kinyújtotta kezét tanítványai felé és így szólt: Íme az anyám és fivéreim! Aki ugyanis megteszi mennyei atyám akarátát, az mind az én fivérem és nővérem és anyám.”

Ha ezt olvassuk, akkor nemcsak a családi lelkiség, hanem a család fogalma is tisztázásra szorul.

„Mindenkinek az életében kell, hogy legyen valami szent, amihez igazítja az életét...”

## Értékválasztás, avagy a Léleknek van családja, ahova beköltözhet

A család lelkiségét az egy családhoz tartozó szereplők, külön-külön, és ezzel egyenrangúan a szereplők közti viszony is hordozza.

Bizonyára családi lelkiség ott nem képzelhető el, - illetve csak nehezen alakítható ki hosszú évek alatt, nagy szeretet és elfogadás mellett, - ahol a családtagok más-más értéket tartanak szentnek belül, a szívükben. Olyan lehetséges, hogy más-más a fejlettségi, vagy a minőségi szintünk, de az, hogy nem a szeretet, a támogatás, és a bizalom az elsődleges valamennyiünk számára, az kizárható. Ugyanakkor fejleszthető is a családi lelkiségi kapcsolat, ha esetleg sérült eleve is, induláskor, vagy roncsolódott az idők folyamán.

Az a valóság, amely a családban élő személyeket és a köztük lévő viszonyt megalapozza, áthatja és felülmúlja, ami nagyobb náluk, - vagy azért mert megsokszorozódik a személyek által, vagy azért meg felerősödik kiben-kiben ebben a közegben - talán ez lehet a családi lelkiség.

Talán ez lehet az, ami a családhoz közelállókát vagy a velük csak futó érintkezésbe lépőket meglepi, megérinti, elgondolkoztatja. Hogy van valami, ami szent. Amit ezek szentnek tartanak, ugyan nem beszélnek róla, de mégis mágnesként tartja őket össze, mágnesként vonzza be a „külsősöket” is.

Megnyilvánul a kezek mozdulatában, a tekintetekben, az érdeklődésben, a kérdésekben és a válaszokban.

Van véleményük, elutasítanak dolgokat, lemondanak erről-arról, de nem bánják, nem is veszik észre szinte. Jó velük lenni. Nem kell félni, tőlük, velük, mert a bizalom nagyon erős szövete megtartja a bennlévőket, és a többieket is.

## **A Szent**

Mindenkinek az életében van valami, amit szentnek tart. Amit szentnek tartunk, az határoz meg minket, a látásmódunkat, a nézőpontunkat, sokszor a gondolatainkat is, és mindig a cselekedeteink minőségét.

Az emberek sok mindent tartanak szentnek. Az egészséget, a pénzt, a karriert, a hatalmat. A szokásokhoz való alkalmazkodást, a békességet minden áron: „nálunk soha egy hangos szó sem esik”, a titkolózást, az elhallgatást, a színészkedést, a képmutatást. A divatot. A sportot. Az információt. Az evést. A fogyókúrát. Szent borjaink mind- mind energiát, időt és figyelmet igénylő állatok, és könnyen ébredünk arra, hogy áldozati oltárukon elégett egyetlen, megismételhetetlen életünk.

Ha meg akarjuk valóban tudni, mi mit tartunk szentnek, akkor célszerű ahhoz a bokor-lelki-vezetésben használt technikai módszerhez folyamodnunk, hogy időelszámolást készítünk. A számok nem hazudnak, és objektivitást hordoznak. Megmutatják, hogy azt az életet élem-e, amire születtem.

## **Mire születtem?**

Az ember maga élete során időről időre azt keresi: mire születtem? Azt teszem-e, amire születtem? Azon a helyen vagyok, és teljes-e az életem ebben?

Nincsen sok jó példa az ember előtt, hogyan kell idősödő szülőnek, mennynek, vőnek, apósnak, anyósnak, nagymamának, nagypapának lenni, hogyan kell családi konfliktusokban viselkedni, hogyan kell megoldani megoldhatatlannak látszó problémákat anélkül, hogy megkerülnénk, vagy a szőnyeg alá söpörnénk. Elmenekülnénk belőle pl. betegségbe, vagy belső emigrációba, esetleg az egész kérdést az idő-feledést hozó hatására bízánk.

Egyéni és családi életünknek krízispontjai vannak, az öregedés, a betegség, a gyerekeinkért érzett aggodás, az üres fészek szindróma minden tünete ilyen krízispont az életünkben.

„Az életem az, ami minden órában új. Minden hajnal, ami rám virrad: a világ újrateremtése. Ilyenként is élem meg, és ez valami csodálatos! A mai nap az igazi újdonság, és bennem van, új látásmódomban, újjáéledt szívemben – a ma! Az új saját valómban mutatkozik meg.” Henri Boulard

Amit Isten ránk bízott, az a küldetés, amit nekünk kell teljesítenünk, mert arra születünk. Ennek újra és újragondolása, finomítást, hangolást igényel. A krízispontokban ennek a küldetésnek tudatában, felemelt fejjel, egyenes gerinccel, méltóságteljesen, és Lélekhez igazított szívvel kell beleállnunk. Példa erre számunkra Halász Bandi bácsi. Nem akarom felidézni azokat a krízispontokat, amelyek életének alakulásában közismertek. Számomra az egyik meghatározó élmény vele kapcsolatban az volt, amikor az első iszákos-mentő lelkigyakorlatra senki sem érkezett meg a meghívottak közül. Kocsiba ültünk, és körbejártuk a meghívottak otthonait – ha azokat a helyeket, ahol jártunk, otthonnak lehet nevezni. Elegáns, egyszerű, méltóságteljes alakja mocskos zugok bűzös konyháiban szalmazsákon hentergő népes családok körében maga az ellentmondás, a lehetséges remény, a kivezető út, maga a csoda volt. Kedves, együtt-érző, meleg és szerény, de határozott rábeszélő-képességgel invitálta a jelenlevőket a lelkigyakorlatra. Nem törte le, nem hatott rá a reménytelen helyzet. Nem hátrált meg.

Túl sok a szükségszerűség, ezek között válogatnunk kell, és lehet, hogy egy-két szívünknek kedves „szüregszerűségünktől” esetleg meg is kell válnunk, azért, hogy lehetőségek nyíljanak előttünk.

### **Lelkiségünk fejlődőképes**

Közös irányultság, érdeklődés tett minket testvérekké egymással; ez sarkallt arra, hogy behatóbban ismerkedjünk meg az evangéliummal, ez sarkallt arra, hogy tanulmányozzuk a KIO 11. gépelt példányát, vaksin silabizálva a sorokat, az érthetetlen görög szavakat. Ez hozott ide minket, és ez tart itt, e körül az asztal körül.

Valamennyiünk tapasztalata, hogy a lelkiségnek, lelkiségünknek van élete, fejlődőképes. Nemcsak az evangélium olvasása, az elmélyülés, az ima révén, hanem a problémákon keresztül, amiket megoldunk éppen a Lélek vezetése mellett, fejlődőképes a tévedéseink, tévesztéseink, vagy hibáinkon keresztül is. Nap, mint nap lehetőségünk van arra, hogy azt, amit rutinból szoktunk megoldani, felülvizsgáljuk és változtassunk rajta. És arra, ami a mai napon új feladat vagy kihívás, arra jó és hatékony, Istennek tetsző megoldást találjunk.

Mindnyájunk előtt az életkori változásokkal – nyugdíjas kor, több szabadidő, kevesebb energia - felmerülnek lélektanilag igazolható kérdések: szükség van e még rám, megfelelek-e annak az énképnek, amit kialakított bennem a saját magamról a mögöttem hagyott sok éves eredményes múlt, mi a szerepem a továbbiakban a család életében, mások életében, a világban? Ezeket a gondolatokat zökkenések, bizonytalanságok kísérhetik, párkapcsolati zavarok, kompetencia-kérdések jönnek elő.

-----

### **Buktatóink, avagy családi lelki életünk pettyei**

Azért kedves testvéreim, adódik itt néhány probléma. Mielőtt ezeket számba vennénk, belefeledkeznénk és elvesznénk ebben, a megoldással kezdem, mert csak egyetlen ökölszabály van: *egyfel többször felállni, mint ahányszor hasra esünk.*

- 1. Függőségünk saját jótetteinktől**
- 2. Függőségünk a békevágyunktól, mint konfliktuskezelési sémától**
- 3. Függőségünk statikusság iránti vágyunktól**
- 4. Egyéb emberi dimenziók**

A főbb nehézségek a következőkből adódnak

- 1. Függőségünk saját jótetteinktől**

*Észre kell venni a rászorulót, és időben el kell szakadnunk saját jótetteinktől is.*

Saját jótetteink tartanak fogva minket időn túl is – akár gyerekünk, unokáink, karitásunk, közösségünk felé tett elköteleződésünk nem enged minket szabadon, vagy inkább túlzottan kötődünk a saját erőfeszítéseinkhez, hálát várunk stb. **(Samaritánus)**



## **2. Függőségünk a békességvágyunktól, mint konfliktuskezelési sémánktól**

Nem ismerjük magunkat. Nem ismerjük fel időben a problémánkat. Ha fel is ismerjük, akkor nem tudjuk kifejezni, mert megfelelő szavakat nem ismerünk, vagy nem találunk. Ebből következik, hogy nem tudunk beszélni (vagy nem időben, nem megfelelő formában) a problémáinkról, sértettségünkről, nehézségünkről, nem is vagyunk tisztában ezekkel egész addig, míg ki nem borul az utolsó csepp a pohárból.

- Mert azt véljük, jó keresztény az, aki türelmes, aki enged, aki nem hánytorgat fel dolgokat, aki szeretetreméltó, aki nagyvonalú.
- Irányadó magatartás: békesség, elviselés, tolerancia, veszekedés, kivonulás, távolságtartás.
- Nem tudunk meghallgatni mást. („Menj”)

Nem tudunk beszélni a problémáinkról, sértettségünkről, nehézségünkről, nem is vagyunk tisztában ezekkel egész addig, míg ki nem borul az utolsó csepp a pohárból (düh- és haragkezelés, indulatok).

Nagy probléma. Általában több stratégiát szoktunk követni, amivel elkerüljük azt, hogy nyílt színen színt valljunk.

- Az első stratégia, hogy nyelünk. Nem szólunk. De dolgozik bennünk és rombolja, porlasztja a kapcsolatainkat.
- „Nálunk soha egyetlen hangos szó sincs” – csak depresszió vagy gyomorvérzés.
- „Ami a szívemen, a számon.” - „Majd az idő megoldja.”
- Vannak titkok, amikről nem beszélünk.... (zugivó az anyám, örökbe fogadtak valamikor régen, de erről véletlenül szereztem tudomást stb. stb.)

## **3. Függőségünk statikusság iránti vágyunktól**

Szeretjük, ha bizonyos dolgok soha nem változnak. Napi tevékenységeink, szokásaink, rutinjaink – Mária és Márta.

## **4. Függőségünk mellékkörülményektől és célorientáltságunk viszonya**

## 1. Függőség saját jótetteinktől

*Észre kell venni a rászorulókat, és időben el kell szakadnunk saját jótetteinktől is*

**„Szamaritánus”** Lk 10, 25-37 - Felebaráttá kell válnunk!

A példabeszéd központi alakja, a szamaritánus nagyon érdekes ember, integrált személyiség. A rugalmasság, a racionalitás, az áldozatkészség, az empátia, az emberismeret és a felelősségvállalás ritka egyensúlyát figyelhetjük meg személyében. Bizonyos objektivitással viszonyul az események során a helyzethez, jó döntéseket hoz a maga és a rászoruló érdekében. Ha magatartását követni akarjuk, cselekedeteit érdemes saját tapasztalatainkkal szembesíteni.

Nem ráérősen üti el az idejét, megrakott teherhordó állata mutatja, hogy dologban jár. Időre el kell jutnia valahová, mert a sivatagon átkelőnek fedél alá kell érni, még mielőtt leszáll a nap. Váratlanul éri, és megérinti a véres ember látványa. Fontossági döntésre jut. Irigyelhetjük nagyvonalúságáért, azért, hogy felül tud emelkedni az általános előítéleteken, miszerint a sérült ellenségnek tekintendő. A szamaritánus a **sérült baját teljes egészében magáévá teszi. Érintettként viselkedik, ugyanúgy, mint az, akit elverték.** Irigyelhetjük azért a természetes magatartásért is, amely megtalálja a beteg ellátásának legcélszerűbb módját, figyel a rendelkezésére álló lehetőségekre. Áldozatot hoz, amikor a számára mellett gyalogol, amikor a fogadóban a beteg mellett tölti az első, kritikus időt. Csodálhatjuk racionalitását, ahogy megtalálja azt a megfelelő pillanatot, amikortól személyes jelenléte már mellőzhető, illetve távolléte idejére az ésszerű és megnyugtató megoldást. Csak a legszükségesebb, de nélkülözhetetlen időre engedi kizökkenni magát a saját munkájából. Emberismerete realitásokon nyugvó. Nem vár el sem a fogadóstól, sem másoktól olyasmi empátiát, mint amit maga élt át látva a sebesültet. Nem időz el annál a gondolatnál, hogy ki mindenkinek lett volna egyszerűbb, vagy praktikusabb segítenie.

Segíteni sokféle okból, sokféleképpen lehet. Lehet egy emberi játszma része, fontoskodás, pótcselekvés, vagy menekülés egyéb feladatok elől. Esetleg kibúvó: állandó és környezet által méltányolást igénylő mentség. Lehet az alárendelt szociológiai státusz kompenzálása, esetleg gyors siker- és komfortélmény (hála) elérésének módja.

Felebarátnak nem születik, hanem azzá válhat az ember. Ahhoz, hogy ember voltunk a teljesség felé bontakozzon, s örök életre jussunk, felebaráttá kell válnunk valakik számára. A felebarát szó tartalma csak kapcsolatban, viszonyrendszerben és szükséghelyzetben értelmezhető. Viszonyrendszerben önmagammal és a velem kapcsolatban állókkal, viszonyrendszerben általában a segítséget kérőkkel, és viszonyrendszerben azokkal a feladataimmal, melyek egyénileg rám vannak bízva, ami miatt megszülettem.

Annak **válhatunk felebarátjává**, aki valóban segítséget szenved, és akinek a bizalom nagyságát és intenzitását tekintve ugyanakkora szeretetet, féltést, gondoskodást nyújtunk, mint amivel önmagunkat tartjuk fizikai, szellemi, lelki jólétben.

## 2. Függőség békefényvágyunktól, mint konfliktuskezelési sémától

<sup>15</sup>Ha testvéred megbántott, menj, és figyelmeztess négy szemközt. Ha hallgat rád, megnyered testvéredet. <sup>16</sup>Ha nem hallgat rád, vigyél magaddal egy vagy két másik embert, hogy két vagy három tanú bizonyítsa a dolgot. <sup>17</sup>Ha ezekre sem hallgat, jelentsd az egyháznak. Ha az egyházra sem hallgat, vedd úgy, mintha pogány volna vagy vámos.

Mindnyájan átéltük már, hogy megbántott valaki, aki közel áll hozzánk. Nem biztos, hogy az illető szándéka szerint sérteni akart. Mi azonban, abban a helyzetben, attól az embertől, szándékától és egyéb körülményektől függetlenül, megbántottnak éljük meg magunkat.

Megbántott lényünk – habitusunktól függően – többféleképpen reagálhat ilyenkor. Konfliktust fokozó, konfliktust felvállaló vagy azt kerülő magatartásformák típusaira és árnyalataira, a típusok közötti átmenetekre mindenki számos példát ismer.

Nem volt ez másképp soha. A szentírási rész az ismert helyzetből indul ki. „*Ha testvéred megbántott*” – a gondolatmenet egy abszolút szubjektív érzésből indul. Nincs a szentírási szakaszban mellé helyezve semmi objektív körülmény, tény. Nem tudjuk meg Jézustól, hogy az adott embert tekintve megalapozott érzés-e ez, jogos érzés, mimóza vagy beteg lélek túlérzékenységből fakadó, félreértésekre épülő érzés, esetleg egyéb.

A szituáció vegytiszta, egyszerű, ezért érdemes szinte laboratóriumi körülmények között, a szakasz útmutatását kibontva elemeznünk azt.

„*Ha testvéred megbántott... menj*”. Az első mondatban legfontosabb szó a „menj”. Miért, mit jelent, mit fejez ki ez a leggyakrabban használt, közönséges ige, ebben az összefüggésben? A megoldás kulcsát jelenti számunkra. Pozitív és negatív tartalmat találunk a szó mögött, azaz azt, hogy vérmérséklettől függetlenül mit csinálj és mit ne csinálj, ha megbántott helyzetbe kerültél. Vegyük először, mit ne tegyél.

Ha esetleg konfliktuskerülő volnál, ne őrizgesd otthon, falaid közé zárt magányodban a sérelmedet, dúlva-fúlva, ellensértéseken és bosszúálláson gondolkodva, melyeket persze sose hajtasz végre. (Vagy mégis?)

Ne essél mély depresszióba se annak okán, hogy ismét megerősödött a magadról alkotott keserves kép, hiszen megvetettség, frusztráltságod és kisebbségi érzésed lám a sértéssel újabb tápot kapott.

Ha viszont esetleg az igazság bajnokának ismered magad, és biztosan kontrázol hangod és öklöd emelve már a sértés feltételezésénél is megsemmisítő módon, akkor viszont jogosnak vélt önvédelemből ne vágj vissza azonnal, csípőből, veszekedve, esetleg kiabálva, visszautasítva és visszasértve a másikat. Nagy bajt okozhatsz meggondolatlanságoddal.

Menj. Mit jelent akkor a szó pozitív tartalma itt? Nemcsak egy konkrét cselekvést, a lépések ritmusát, szabályosságát és számosságát, a távolságot, melyet áthidalsz vele magad és felebarátod, testvéred között, hanem annál jóval többet. Azt jelenti, hogy lehiggadva a tisztázásra keresd meg, és találd meg a megfelelő időt.

Ha ugyanis valahova azért kell elmenned, hogy ott valakivel találkozzál, akkor ez azt is jelenti, hogy nem vagy (már) jelen a konfliktus helyszínén, nem vagy ott, ahol az a testvéred van, aki megbántott.

Következik ebből, hogy hagytál időt magadnak a történetek átgondolására, a helyzet értékelésére és mérlegelésére. Ha még ez idő után is megbántottnak érzed magad, és nem tudtál túllépni az eseten, akkor ezt tisztáznod kell, cselekedned kell, menned kell, hogy „... figyelmeztess négszemközt”.

Erre találd meg az alkalmas időt, és légy figyelemmel a megfelelő körülményekre. Olyan időpontot válassz, amikor kettesben lehettek. A szituáció fontos, megértésre alkalmasnak kell lennie, hogy figyelmeztetésed – a szó az indulatot kizárja, átgondoltságot és nyugodt belső

tartást sugall – a kívánatos eredményt elérje. Addig ne menj, amíg ezen feltételek teljesülése kérdéses, mert a kívánt hatást eleve kizárhatja a fontos körülmények hiánya.

Sok minden kiderülhet egy ilyen találkozáskor. Például az, hogy félreértés történt, a szándék más volt, nem irányult sértésre, hogy milyen motivációk játszottak szerepet, ami csökkenti az esemény súlyát stb. stb.

Ha hallgat rád... megnyerted – és ezzel a megbántottság okafogyottá válik. Kétszeres gyógyulás következik – a lét sebzettsége meggyógyult bennetek (írná egy teológus).

Sajnos minden történés két- vagy többesélyes. Nem zárható ki, hogy a legjobban időzített és szervezett, legnemesebb indulatú beszélgetés is kudarcba fullad, eredménytelen lesz, a figyelmeztetés nem éri el célját.

Menj haza, gondold át újra. Ha még mindig nem hagy nyugodni a dolog, beszélj meg két-három emberrel – mondja Jézus. Ekkor két lehetőség nyílik, és mindkettő megnyugvást hozhat számodra. Az evangéliumi rész az első lehetőséget csak burkoltan, implicit módon, a másodikat expliciten tartalmazza. Könnyen megeshet, hogy a megkérdezett két-három esetleg úgy véli, alaptalanul sértődöttél meg. Lehetőséged nyílik ezt a beszélgetés eredményeként ezen a ponton belátni, ami a megbántottságot elfújja, s így a megbocsátást könnyűvé teszi.

Ha azonban a bevont személyek is meg vannak győződve arról, hogy igazad van – hiszen különben minden biztonnal nem mennének veled – ez már önmagában is gyógyít, és segíti a megbocsátást. Ha az egyház megerősít, de a sértő fél rájuk sem hallgat, teljes elégtételt kaptál, megerősödve jöttél ki abból a helyzetből, ami nehéz órákat vagy egy életre szóló lelki szenvedést, esetleg még fizikai megbetegedést is okozott volna. A helyzet tisztázódott, számodra a megbántó személy már nem partner, nem áll fölötted, sőt még nincs veled egy értékrenden sem, szava, tette kevésbé okozhat ezért bármi további nehézséget, problémát neked. Vedd úgy, mintha pogány volna vagy vámos. Bebizonyosodott, hogy igazad volt, méltatlanul bánt veled, majd pedig a többiekkel, sőt az egyház közösségével is.

Jézus lépésről-lépésre bontja ki és mutatja meg számunkra a megbékélés útját, a valóban szeretet-teli megoldást.

### **3. Függőségünk statikusság iránti vágyunktól**

*Ad 3 Tevékenységeink, szokásaink, rutinjaink – Mária és Márta*

**Mire születtünk? Miben telik el az élet?**

**Lk 10, 38-42 Egy a szükséges**

**Mária és Márta**

Nehéz úgy dolgozni, sűrögni-forogni, hogy valakik mellettünk nem teszik a dolgukat. Ki hibáztatná azt, aki eleinte csak magában mérgelődik ezen, aztán pedig kifakad? Ez elkerülhető, ha a helyes magatartási modellt, azaz az együttműködést követve Mária segített volna Mártának, így hamarabb végeztek volna a házimunkával, és mindketten odaülhettek volna Jézus lábaihoz – hallottuk egyszer a szentbeszédben.

Erre a logikus megoldásra jutnánk, ha elegendő lenne pusztán az ésszerű munkaszervezésre felhívni a figyelmet. Alaposabban végiggondolva azonban mégsem a racionalitás keretei között kell keresnünk az evangéliumi szakasz kulcsát.

Márta gyakorlati ember, és egyáltalán nem tartja fontosnak a szócséplést. Sőt. Szerinte az nemcsak nem fontos, hanem egyenesen felesleges és káros. Agyaskodás. Véleménye szilárd, (és/mert) egyezik a „*mindenki*” által általánosan elfogadott renddel és szokással. Egyébként meg: hogy nézne az ki, ha egy betérő azt látná, hogy a háziak tátott szájjal ülnek Jézus körül, miközben szalad a konyha?

Márta méltatlankodása, idegeskedése világosan mutatja, hogy saját maximalizmusával küzd. Mindent jobban (nemcsak jól) akar csinálni. Éppen ezért gyanítható, hogy Márta Mária segítségével mellett is mindig találna annyi munkát, hogy végeredményben egyiküknek se maradjon ideje leülni a Mester lábához. Akinek volt bármilyen köze már háztartáshoz, tudhatja, nem létezik olyan pillanat, amikor a gondos háziasszony mindent a legnagyobb rendben valónak lát, és nem talál több teendőt.

Nem tudhatjuk, hogy Mária mikor látta ezt be, adta fel, és ült oda hallgatni az Urat, de ez mellékes. Érdekesebb, hogy Márta számára kizárólagos fontossággal bír a sok házi dolog, ettől érzi magát fontosnak, ez adja neki a biztonságot, és ez képezi önbecsülésének stabil alapját. Kötelességtudata határtalan: nem engedi meg magának, hogy feladatait csökkentse, vagy elhagyja – ha ott van Jézus, ha nincs. Nézetrendszerébe semmi egyéb nem fér bele, ennek következtében az idejébe sem.

Ha nem volna erről szegény 200%-ig meggyőződve, nem tenné szóvá Jézusnak testvére „hanyagságát”. Biztos abban, hogy Jézus is ugyanúgy látja a világot, mint ő: mindent el kell végezni, nem érünk rá másra. A férfiak járathatják az agyukat mindenféle Isten országáról, de a nőknek helyt kell állniuk számtalan házi dologban. Csoda, ha ideges ettől az ember? Egy háziasszony soha nem lehet tétlen, *nélküle összedőlne a világ. Óriási felelősséget kell viselniük.* Persze a lusta, hanyag, felelőtlen asszonyokra is van példa, sajnos. Lám.

Nincs a szívedben senkinek és semminek hely, Márta – mondja Jézus. Pedig csak egy a szükséges. Cseréld a szívedben a „sok házi dolgot” Isten országára. Prioritást kell váltani. Ezzel a váltással Mártának a saját biztonsága, nyugalma, fontossága visszaigazolását többé nem a suvickolt tűzhelytől kell várnia. A hangsúlyok a helyükre kerülnek.

Olyan egyszerű okosnak lenni ekkora távolságból. Megállapításainkat azonban magunkra is vonatkoztathatjuk: talán nem merészség azt állítani, hogy mi magunk vagyunk/lehetünk egy személyben, különböző arányokban Márta és Mária is. Elég csak arra gondolnunk, milyen gyakran fordul elő, hogy egyáltalán nem, vagy csak elenyésző időnk jut éppen azokra a teendőinkre, amelyeket igazán fontosnak tartunk: párkapcsolat, család, gyerek, ima, Örömhír, kapcsolattartás, kapcsolatépítés. Napi időelszámolásunkat este végiggondolva rendre olyan időigényes tételekre bukkanunk, amelyek inkább tartoznak Márta, mint Mária tevékenységi körébe. Ugyanezt tapasztaljuk nagyobb akár évtizedes időtávban is.

Gondoljuk végig: számunkra biztosan csak egy a szükséges? Biztosan jól ítéljük meg napi és éves szinten energiánk, tudásunk, pénzünk, időnk, szeretetünk helyét és arányait? Milyen (gátló) elvárás rendszernek akarunk megfelelni nap, mint nap? Eltűnődünk-e már idegeskedéseink és maximalizmusunk összefüggésén?

#### 4. Függőségünk mellékkörülményektől

##### Célorientáltság, „közel van az Isten országa” és egyéb emberi dimenziók

Lk 10, 1-12, 17-20

##### 72 tanítvány elküldése

Jézus gondosan választja ki tanítványai közül azokat, akiket maga előtt küld a városokba és a falvakba. Azzal a feladattal bízta meg őket, hogy tanítsanak és gyógyítsanak, hirdessék az Úr örömhírét. „**Az aratnivaló sok**” mondja Jézus, mert jelentős azok száma, akik várakozással, felkészülve várnak erre a szóra, erre a hírré. Sokan vannak, elszórtan élnek. Kiben-kiben az érési folyamat előrehaladott állapotban van, vagy befejeződött. Megérték arra, hogy várakozásuk nyomán örömmel fogadják a hírt: közel van hozzájuk az Isten országa.

Jézus választása a tanítványi körből azokra esett, akiknél a személyiség minőségét nemcsak az elkötelezettség, az ismeret, a gyógyítási képesség, hanem nagyfokú **önfegyelem és bizalom is jellemzi**. „**Ne köszöntsetek az úton senkit**”, „**ne vigyetek magatokkal erszényt, tarisznyát, sarut**” – mondja Jézus. Ne ossza meg figyelmeteket semmilyen, a küldetéssel összefüggésben nem álló körülmény, eszköz, üdvözlési-, vagy egyéb szokásrendszer.

Az így felkészítetteknek a célállomáson feladataik vannak. Az a pont tekintendő célállomásnak, ahol szívesen fogadják őket. A célállomás bárhol lehet. **(Dinamikus üzemelési mód.)** Nincs előre leegyeztetve, nincs foglalás előre, nincsenek beregisztálva. Nyitott lélekkel kell menniük a bizonytalanba. Magatartásukra két ellentétes jellemző szót találhatunk: rugalmatlanság és rugalmasság.

Rugalmasságot kell tanúsítaniuk azokkal szemben, akik befogadják őket. Elfogadni a szeretetet és a család életébe illeszkedni; enni-inni azt, amijük van, amit eléjük tesznek, egynek lenni életvitelben a családtagok között. Közben tanítani és gyógyítani. Átadni a hírt, az üzenetet. **Megélni velük a hír valóságát.**

A küldetés eredményességéhez azonban rugalmatlanságra is szükség van. Az úton is, az ott tartózkodás idején is. „Ne járjatok házról házra.” Különös, de érthető tanács. Vetélkedést okozhat a szomszédok, a szegények és a módosak között, hogy a küldöttek kikhez térnek be legközelebb, vagy kiket hanyagoltak ottlétük alatt. Emberi tulajdonság, hogy az új házigazdák rendre - akár erőn felül is - túl akarnak tenni a korábbiakon. A vendéglátói szerep eltereli nemcsak a házigazdák, hanem a vendégek, azaz a házról-házra járó, mindig másokhoz alkalmazkodni kénytelen tanítványok figyelmét is a lényegről. Pletyka, összehasonlítgatás eredménytelenné teszi azt az erőfeszítést, melynek célja a Hír átadása. (Függés és függetlenség az emberi dimenzióktól.)

Jézus üzenete a barátságtalanok, az elutasítók számára is hír. Közléséhez bizony rugalmatlan hozzáállásra van szükség. Nincs felmentés, nincs olyan ok, ami indokolhatná az Örömhír átadásának mellőzését.

A pontosan végrehajtott jézusi elgondolás működik. Mindaz, amit vártak tőle, bekövetkezett, és az, amit még titkon sem reméltek, szemük láttára megvalósult. Igazolást nyert, hogy az Örömhírt hirdető élet a hirdető számára minden ellenséges erőt legyőzni képes, örömmel teli. Isten számon tartja övéit, élhetünk Benne és Átala, ha Örömhírét átadjuk, és annak valósága szerint élünk.

[Vinczéné Géczy Gabriella előadása elhangzott a 7. régió lelkigyakorlatán, 2015. 06. 25-én.]