

A gyülekezet és a lelkészcsalád kapcsolata – rendszerszemléleti megközelítésben

Szerkesztőségünk – eltérve íratlan, de általában követett szabályától, amely szerint nem közlünk sorozatot – egy bizonyóra nagy érdeklődésre számítható, négy olyan tanulmányt jelent meg az ez évi négy számban, amelyek „szociológiai és szervezeti” sajtóságainak szempontjából vizsgálja a református egyházat, illetve a református lelkészeket. A kutató munka 33 református lelképásztor gondolatait, érzéseit dolgozza fel. Az első tanulmány a pénz világáról szól, és az első számban közöltük. A második tanulmány a lelkész szerepének hatalmi dimenzióját vizsgálja, és a második számban jelent meg. A harmadik tanulmány a lelkész szerepének spirituális dimenzióját vizsgálja. A jelen tanulmány a lelkész és családja lelki egészségének kérdéseivel foglalkozik, azzal a fókusszal, hogy a munka-magánélet közti határtartás hogyan valósul meg a lelkészek életében.¹ (a szerkesztő)

Ebben a tanulmányban a református lelkészi elhívást abból a szempontból vizsgálom meg, hogy 33 lelképásztorral készült interjú tükrében a lelkész és családja mentálhigiénés-lelki egészségének kérdéseivel foglalkozunk, azzal a fókusszal, hogy a munka-magánélet közti határtartás hogyan valósul meg a lelkészek életében. A lelkész lelki és testi egészségének hosszú távú megőrzése szempontjából fontos, hogy a családi rendszeren belül és a gyülekezeti közösségekben is a növekedés lehetőségét megélje. Rendszerszemléleti megközelítésben, a gyülekezeti család krízisei hatnak a lelkész személyes családjára és viszont, a lelkész családjának krízisei tovább gyűrűz(het)nek a gyülekezeti közösség rendszerében. Isten határtalan szeretetének és határozott igazságának hirdetése egy határok nélküli világban külön feladat elé állítja a lelkészt, miközben a saját és családja határait is tiszteltetben kell tartania és védenie kell. Az egyéni és családi élet egészségének védelme sokféle módon valósulhat meg, függ a lelkész személyiségétől, habitusától és a lehetőségeitől is. Ami viszont a lelkészinterjúkból kiderül az az, hogy valamiféle tudatosságra és keretekre szükség van ahhoz, hogy jó sáfárai lehessünk a ránk bízott kincseknek, beleértve a családunkat és a saját életünket is.

In der vorliegenden Studie werden Fragen der mentalen Gesundheit des Pastors und seiner Familie behandelt, es wird die Berufung des Pastors im Spiegel von 33 Interviews aus dem Aspekt unter die Lupe genommen, welche Grenzeffekte zwischen Privatem und Beruflichem im Leben des Pastors spürbar werden.

Aus der Sicht der langfristigen Erhaltung der geistigen und körperlichen Gesundheit des Pastors ist wichtig, dass er innerhalb des Systems der Familie wie auch im Rahmen der Kirchengemeinschaft die Möglichkeit des Wachstums erlebt. Im systemischen Ansatz lässt sich behaupten, dass sich die Krisen der Kirchengemeinschaft auf die Familie des Pastors auswirken und umgekehrt, die Krisen der eigenen Familie können sich auf die große Familie der Kirche auswirken. Die Botschaft über Gottes endlose Liebe und definierter Wahrheit zu vermitteln bedeutet für den Pastor in einer Welt ohne Grenzen eine besondere Herausforderung, bei der er seine eigenen Grenzen und die Grenzen seiner Familie respektieren und beschützen muss. Ein gesundes individuelles Leben und die Gesundheit der Familie können je nach Persönlichkeit, Habitus und Möglichkeiten des Pastors auf verschiedensten Weisen geschützt werden.

Deutlich wird aus den Interviews allerdings, dass es eines gewissen Bewusstseins, eines gewissen Rahmens bedarf, mit den uns anvertrauten Schätzen, wie unser Leben und das Leben unserer Familie richtig zu wirtschaften.

A lelkészcsalád különleges helyet tölt be a gyülekezet életében, ugyanis a kapcsolatok hálózatában többnyire más személyekkel, esetleg családokkal együtt központi, centrális helyet foglal el a gyülekezeti hálózati rendszerben. A lelkész gyülekezetvezetői szerepéből adódóan a gyülekezeti közösség eleve központi helyet „előlegez meg” egy új lelkésznek, aki szolgálata során általában erős kapcsolatot ápol a gyülekezet vezetésével (gondnok, presbitérium) és olyanokkal, akik érdeklődésüket, vallási stílusukat, életkorukat tekintve jobban tudnak kötődni az adott lelképásztorhoz. Előfordul azonban olyan helyzet is, amikor a lelkész a gyülekezet hálózata szempontjából periférikus módon, la-

zán kötődik a rendszerhez és a rendszer központi embereihez.² A gyülekezet rendszerszemléletű megközelítéséből következik, hogyha egyszer kialakult egy status quo, akkor a rendszer igyekszik azt egyensúlyban tartani.³ Bár néha zavarok állhatnak elő, de a rendszer mindig arra törekszik, hogy egyfajta egyensúlyi állapot, homeosztázis jöhesse létre.⁴ A továbbiakban annak járunk utána a lelkészinterjú tükrében, hogy a családi rendszer és a gyülekezeti rendszer hogyan törekszik arra, hogy az egyensúlyi állapotot fenntartsa és krízis esetén újra létrehozza.

Ha egy családi rendszer jól működik, akkor a családban élőknek sikerül olyan erős kapcsolatot ápolniuk egy-

mással, hogy krízis esetén a családi hálózat – mint egy „védőháló” – emocionális vagy akár anyagi segítséget is nyújthat tagjainak. Az erős összekötöttségben az érzelmek, lelki állapotok is erősebben hatnak közvetlen környezetiünkre, legyen az entrópia csökkentő nyugalom, boldogság, vagy éppen lelki mélység, megoldásra váró probléma. A lelkészinterjúk is azt mutatják, hogy a férj-feleség kapcsolat az Isten-kapcsolat mellett az egyik legfontosabb lelki támasza lehet a lelkésznek/lelkésznőnek:

„...bizalmi légkör a feleségemmel, tehát mindent, mindent megosztok velem. A lelkigondozói beszélgetéseim mélységeit, titkait ugye nem lehet, de ami ezen túl van.” (12/28)

A házasság az az alapvető emberi kapcsolat, amelyre minden későbbi családi kapcsolat épül, ehhez képest definiálódik majd a házastárs családijával, gyermekekkel, unokákkal, és a családon kívüliekkel való viszonya.⁵ A lelkész/nő házastársi kapcsolatának szakfőnökségi szerepét folyamatosan próbára teszi a gyülekezeti szolgálat. A házastársal való lelki szövetséget – bár természetesnek látszó kapcsolat a házaspár számára – tudatosan ápolni kell.⁶ Különösen akkor, ha a házastársi-családi kapcsolatok ápolására nem jut közös idő. Ez tükröződik egy nagy gyülekezet lelkészeinek beszámolójában is:

„És neki [feleség] ugye, ő nem lelkész végzettségű, tehát neki világi állása van, dolgozik is; és az életünk az fordított, mint a normális emberek élete, mert amikor, úgy értem, hogy... aki reggel elmegy dolgozni, délután hazamegy, nálunk ez sokszor fordítva van, hogy amikor ő hazajön, akkor én eljövök, mert esti program, gyülekezeti, bibliaóra, akármilyen. Hétvége az ugyanez. Tehát másnak a hétvége a pihenés, a család, nekünk nem. Nekünk hét közben vannak olyan órák, amikor többet tudunk együtt lenni. Tehát ez a lelkészi munka az így működik, meg a család. Nagyon, nagyon nem egyszerű összehangolni, összeegyeztetni.” (32/23)

A házasság egyik legfontosabb aspektusának tekinti Horváth-Szabó Katalin a kölcsönös felelősségvállalást, szövetséget: „az egymásért vállalt felelősséget, a másik fejlődésének, jólétének, biztonságának, védettségének megteremtésére való törekvést, a másikkal való teljes szolidaritást és a kölcsönös támogatást jelenti.”⁷ Ha ez az elköteleződés létrejön, akkor minőségi ugrás, életközösség jön létre: „Egy önmagát reálisan értékelő személy, ha társat talál, nemcsak a másik személyhez kapcsolódik, hanem a párkapcsolat alaki jellegénél fogva elnyer egy magasabb létsíkot, magát az életközösséget, amit joggal tulajdonít a társának. Így a társ egy őt meghaladó valóságot jelent számára.”⁸ Azt a minőségbeli különbséget, amit egy ilyen szövetség adhat, láthatjuk az alábbi interjúrészletben:

„Nagyon jó szövetséges társ volt a feleségem tényleg a hozzá illő segítőtárs ez nagyon illik hozzá ez a szép bibliai ige. [...] Tehát ha én valakit tudnék úgy odakívánni minden lelkész mellé, nyilván ez így nem lehetséges, de akkor azt a szinte ideát tudnám mondani, amit én megélhettem a társammal, a gyermekei vállalásában, nevelésében, ahogyan ő egy abszolút Jolly-Joker volt,

és ebben ő szépen végigfutotta a [...] évtizedünk, tehát nagyon jó volt, határozottan nagyon jó volt.” (10/15)

A vallás szerepét Morgenthaler a következőkben látja a családok működése szempontjából:⁹

– A családszerkezetre hatással vannak a vallás normái és szabályai a családtervezésre, a családon belüli viszonyokra és a kapcsolatok kölcsönösségére nézve.

– A család belső folyamataiban is szerepe van a vallásnak, hiszen a minták továbbadása, a családon belüli döntéshozatal vagy konfliktuskezelés kérdésében is vannak üzenetei a keresztyénségnek.

– A vallás a határtartás és határvédelem kapcsán is ad szempontokat, hiszen a határok arra szolgálnak, hogy a család hitbéli meggyőződése, morális elképzelései és értékei megsűrjék, hogy milyen információkat engednek be a családi rendszerbe, illetve milyen információk kerüljenek ki a család rendszerén kívül.

– Végül a vallásnak a családi egyensúlytalálásban és integrációban is van szerepe, mivel a család stabilitása összefüggésben van azzal, hogy a család tagjai milyen mértékben köteleződnek el közös értékek és elképzelések mellett. Szerepe van annak is, hogy a család érzelmileg mennyire elkötelezett és lát-e a transzcendens Istenben védelmezőt a családi krízisek, megfáradások kapcsán, illetve ha bízik Istenben, azt milyen hittel teszi. A hitbéli kérdésekben is, de a gyülekezeti élethez való viszonyban is családonként, sőt a családtagok között is lehetnek eltérések.¹⁰

„Most már nem tudom hányadik éve vagyok gyülekezet nélkül és ennek is azért van köze a házasságomhoz, mert a feleségem nem nagyon bírta a gyülekezeti közeget (...) miközben meg (...) azt éltem át, hogy gyülekezetben lenni jó (...) Az emberek szeretete, az együtt lélegzés, együtt létezés, én értünk, te értünk, szóval az egy nagyon vágyott dolog.” (12/43)

Az eredeti szülői család, mint elsődleges minta jelenik meg a fiatalok számára a saját családi élet kialakításában.¹¹ Az alábbi interjúrészlet egymás mellett mutatja azt, hogy a családalapítás során a fiatal házaspárok hogyan dolgoznak azon, hogy a hozott családi mintáikból egy saját lelkész-család rendszert alkossanak:

„Abban az időben ő mindig küzdött azzal, hogy ő hogy fog abban engem támogatni, hogy én gyülekezeti lelkész leszek, tehát ő nem annyira szerette volna ezt. Akkor ott gyakorlatilag eljutott a kapcsolatunk egy ponton, hogy nyilvánvalóvá vált, hogy vagy nem leszek gyülekezeti lelkész, vagy szétmegyünk.” (3/54)

Egy házasság hosszú távon akkor tud egyszerre boldog és stabil maradni, ha a kölcsönös elköteleződésen túl, mindkét fél növekedhet a kapcsolaton belül.¹² Böszörményi Nagy Iván a családrendszerek működése kapcsán írja, hogy adás-elfogadás mérlegének egyensúlyban tartására van szükség.¹³ Az emberek közötti kapcsolódás négy dimenzióját tárgyalja, melyben az adottságaink és fizikai állapotunk tényein, a lelki állapotunk és az emberi kapcsolataink viselkedési mintáin túl, kiemeli a kapcsolatok etikai dimenzióját. Ez utóbbi dimenzió utal a méltányosságra, melyben a szerzett érdemek és a kötelezettségek

egyensúlyára törekszünk kapcsolatainkban.¹⁴ A családi rendszer egyensúlya szempontjából létfontosságú, hogy a családtagok mindegyike tudjon adni és tudjon elfogadni, a terhek elosztása megtörténjen, és a családért áldozatot hozó családtagok elismerést kapjanak áldozathozatalukért. Ennek az egyensúlynak a függvényében alakul a kapcsolat szakítószilárdsága, vagyis, hogy milyen mértékben nő vagy csökken a lojalitás, a bizalom, a megbízhatóság és a felek jogosultságai a kapcsolaton belül. Az erős kapcsolatokban is kell számolnunk a kiérdeklések és jogosultságok kevésbé tudatosan, de használt rendszerével. A kölcsönösségre szükség van ahhoz, hogy hosszú távon is mindkét fél növekedni tudjon.¹⁵

A gyülekezet mint család

Maffesoli szerint a mai társadalmak és benne a csoportok is úgy szerveződnek, mint évezredekkel ezelőtt, ami leginkább a *törzs* fogalmával írható le.¹⁶ Nagyjából százötven-százhatvan emberrel tudunk általában erősebb kapcsolatot ápolni, ami azt jelenti, hogy ismerjük élettörténetének főbb állomásait.¹⁷ Ők azok, akikkel egy törzsbe tartozónak érezzük magunkat. S bár személyiségtől és hatalmi helyzettől is függ, de a törzsen kívül többnyire gyenge kapcsolatot tudunk ápolni a többi ismerősünkkel. A törzsi csoport működési dinamikája magában hordozza azt, hogy egy ilyen csoportba be lehet kerülni, de ki is lehet sodródni. Azokkal az emberekkel, akikkel egy törzsbe tartozónak érezzük magunkat, azokkal van egyfajta összetartás, kölcsönös bizalom, egymás segítése. Hívőként azonban többről van szó, mint ember-ember közötti közösségi érzés kialakulásáról. Egyetérthetünk Bonhoefferrel, aki a Krisztussal való közösség pneumatikus dimenzióiról ír: „Mivel a keresztény közösség alapja Jézus Krisztus, ez a közösség nem pszichikus, hanem pneumatikus valóság.”¹⁸ A hívő számára más ez a közösség, mint más csoportok, akikkel kapcsolatba kerül élete során. Egy lelkész így vall erről:

„És azt tudtam, hogy ahova én tartozom, közösség van, azt nem lehet megkérdőjelezni, odatartozom. Minden ellenszél inkább még szorosabbra fűzte a kapcsolatot azokkal az emberekkel, akikben a hitben összetartoztunk.” (16/20)

Friedman állítása szerint a családi és a munkahelyi rendszer között az átjárhatóság egyik hivatásban sem olyan folyamatos, mint éppen a parókus lelkészek családjai esetén: „Minden más hivatásnál erősebben kapcsolódik egymásba a lelkipásztorok életében a munka- és a családi rendszer, és az egyik rendszerben bekövetkező jelentős változás gyorsan megbonthatja a másikban az egyensúlyt. De még ez a különbség sem teszi a lelkészcsaládot „másrá”. Sőt, azt jelenti, hogy az általános egészség fenntartásához a szelf, azaz az egyén öndifferenciációjára még nagyobb szükség van.”¹⁹ Sajátos módon a gyülekezeti lelkész családja része a munkahelyi rendszerének. A gyülekezetben nemcsak a lelkész vállal szolgálatot, hanem a családja is akarva-akaratlan a szolgáló közösséghez tartozik. A lelkészcsaládoknak – a gyülekezet nagy családjának részeként, mint egy központi alrendszernek – megbe-

csültséget, szeretetet, bizalmat előlegez meg a közösség: „A lelkipásztorok pszichés szerepsajátossága az, hogy a közösség értékhordozó emberei.”²⁰ Mint értékhordozó a külső és belső elvárások szintjén a lelkész egyben mintaapa, a lelkészfeleség mint az áldozatvállalásban, a lelkész gyerekei minták a templomba járásban és önkéntességben a kortárs csoportok számára. Sajátos módon egyes gyülekezeti tagok az elvárások mértékét tekintve általában többet várnak el a lelkész családjától, mint a saját családjuktól. Friedman a lelkészcsalád pozíciójából adódó hátrányokat és előnyöket a következő módon látja: „A gyülekezeti tagok nemcsak magasabb elvárással vannak a lelkipásztorok családjával szemben, mint a sajátjukkal, de még a lelkipásztor szentségéből is jut azokra, akik családi kapcsolatban vannak vele.”²¹ Így szemlélve a lelkészi szolgálat nemcsak energiát visz. A közösség szeretetét, a megbecsültséget, a bizalmat, mint alapvető emberi szükségleteket megélheti a lelkész egy szerető közösségben. Egyik lelkész így vall a szolgálat „költégeiről” és „megtérüléséről” pszichés szinten:

„Most éppen szerda-csütörtökön feleségemnek meg nekem, kettőnknek 38 alkalma van 2 napra. Most ez egy ilyen időszak. Ki kell szállni a mókuskerékből, de azért bírjuk, mert nagyon sok örömünk van. [...] egy külön ajándék, hogy hetente min. 2 lelkigondozói beszélgetésem van. Tehát megkeresnek sokan. Feleségem látogat hetente kétszer minimum vagy háromszor. Én-hozzám meg nagyon sokan jönnek. A kazuáliákon kívüli beszélgetésekben nagyon sokan kérnek személyes beszélgetést.” (33/42.)

A gyülekezet rendszere hat a lelkész egyszemélyes rendszerére: a közösségben a pozitív változások az Isten iránti hálaérzés mellett önbizalmat, sikerélményt és munkakedvet adhatnak a lelkésznek. Másrészt a közösségben bekövetkező negatív változást akár személyes kudarcként is megélheti a lelkész, s az egész közösség problémáinak „tünethordozójává” is válhat. Lelkesedése, vagy tanácsalansága hullámhatásként továbbgyűrűzhet a gyülekezetbe.²² A gyülekezet élete a lelkész családjára is kihat és a családi események is kivetülhetnek a tágabb rendszerre. A lelkész lelki és testi egészségének hosszú távú megőrzése szempontjából fontos, hogy a családi rendszeren belül és a gyülekezeti közösségben is a növekedés lehetőségét megélje.²³ A fiziológiai, a pszichés és a szociális szükségletek egyszerre vannak jelen az életben és az életminőséghez tartozó egyik dimenzió hat a másikra és viszont. Ezen dimenziók mentén az egyensúly megtalálására és megélésére törekszenek a lelkészek mind a lelkészcsalád, mind pedig a tágabb „gyülekezeti család” szintjén. Ennek az ideális állapotnak a vízióját egy lelkész a következőképpen írta le:

„Nálam ez az álom mindig kétirányú. Az egyik hogy egy, ha az álomom magánéleti, akkor azért vagyok boldog, mert mikor felébredek, a feleségem fehér lepedőt tereget egy zöld dombon, egy ház mellett egy ruhaszárító kötélén és a gyerekeim meg ott rohangálnak és örülnek nekem. Ez a magánéleti boldogságom és legalább olyan messze van ez a valóságtól, mint amit az álomom, vagy a másik fajta álomom jelent. A másik fajta álomom

meg az, amikor arra ébrednek, hogy megint teli templomban prédikáltam és az embereknek könnyes a szemük és azt mondják, hogy köszönöm, megértettem valamit az Istenből. Nekem ez a két ilyen jövőképm van, tehát amire azt mondom, hogy amiért érdemes ezt az egészet csinálni. Hát mind a kettőn dolgozni kell szerintem, a tele templomon is, meg a rohángáló gyerekeken, de hogy igazából mind a kettő ugyanarról szól. (...) Az Isten azt tervezte, hogy az ember boldogan, egyenesen, azzal az örömmel, amellyel az ő jelenlétében lehet élni, éljen. Akár házasságában, akár a családjában, akár a gyülekezetében. Talán azért nehéz ez, mert, hogy szükséges néktek újonnan születetek.” (12/44)

A családi élet kríziseinek és a gyülekezet konfliktusainak kölcsönhatása

A határon élés és a határok átlépése a lelkeszi munka része.²⁴ A lelkesz az, akinek az élet nagy átmeneteiben a családok mellett van alkalma megállni, akár esküvőre készülő pároknál, gyermekáldás kapcsán a keresztelekor, betegágnál vagy gyászban. Egy-egy lelkipogozói beszélgetésben más emberek titkainak és vágyainak belső szobájába léphet és támasza lehet útkeresőknek és krízisben lévőeknek. Határátlépő a lelkesz abban az értelemben is, hogy különböző társadalmi osztályok sajátos miliói nyílnak meg számára, a mélyszegénységben élőkől a helyi társadalom gazdasági elitjéig lehetnek kapcsolatai.²⁵ A legfontosabb határátlépés azonban, ami egy lelkesz szerepéhez kötődik, az a transzcendens felé való nyitottság és a közösség buzdítása az excentrikus, Istenre figyelő életre.²⁶ Különleges és feszültséggel teljes életállapota ez a lelkesznek: bár az Isten szeretetét hirdeti, de ezt emberi korlátai között teszi. Isten határtalan szeretetének és határozott igazságának hirdetése egy határok nélküli világban külön feladat elé állítja a lelkeszt, miközben a saját és családja határait is tiszteletben kell tartania és védenie kell. Zygmund Bauman kifejezésével élve a kultúra és az élet „cseppfolyóssá” válásával a korábbi társadalmi normák már nem evidensek.²⁷ A ma embere számára az internet térhódításával a magánzférra határai elmosódnak, a szabadidőre igényt tart a munkahely és az emberi viszonyok számos területén tapasztalható a határ nélkülség. Az élménytársadalomban az egyház is egyfajta szolgáltatássá válik sokak szemében. Mindeközben a lelkesz a határtalan szeretet nevében könnyen a határok nélküli elvárások után mehet, még akkor is, ha a szolgálat áldozatvállalása megbetegítheti őt magát, vagy közvetlen

környezetében valakit.²⁸ Szarka Miklós ezzel kapcsolatban így figyelmeztet: „Az egyház igehirdető szolgálát végzésük közben nem válhatnak sem a szolgálat, sem a gyülekezet, sem a családi élet áldozataivá.”²⁹ A határtalan szeretet és a határ nélkülség dilemmája számos lelkeszinterjúban előkerült. Az elvek és a valóság közti diszkrépancia az egyik interjúban így jelenik meg:³⁰

„A lelkeszek sokszor maguk között keserűen mondják el azt, hogy nemcsak hogy benne vannak, de megemésztik ez őket. Az én egyik legjobb barátom, most már rendszeresen jár orvoshoz a gyomorfekélyével, a másik lelkeszbarátom elvált. A harmadik barátunk is elvált, akkor egy csomóan sokáig megalázó feltételek mellett vállalták a szolgálatot.” (7/107)

A stressz nem önmagában rossz, hiszen az élet része, de ha huzamosabb ideig és nagymértékben vagyunk kitéve olyan hatásoknak, melyek kimeríthetik „felhasználható erőtartalékainkat”, akkor a kiegész kockázata erősödik.³¹ Kovács Bernadett doktori értekezésében, így definiálja ezt a jelenséget: „A kiegész olyan állapot, amely hosszú időn át, lassan, de folyamatosan alakul ki. A túlerőltető célok, normák elérésére való folyamatos törekvés, a társadalmi elvárás idővel felmorzsolja az érintettek testi és lelki egészségét. Az érzelmi életben eluralkodik a stressz.”³²

Az alábbi ábrák (1. ábra) szemléltetik, hogy lehetnek olyan körülmények, amelyek között tartósan élve felélheti az ember erőforrásait és védtelenebbé válhat egy-egy trauma esetén a kiegészre.

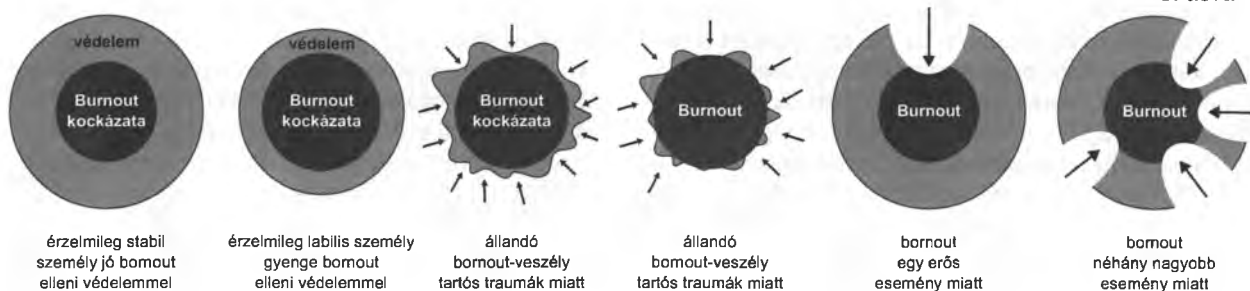
Ilyen reményvesztett és veszélyeztetett helyzetekre utalnak a következő interjúrészek:

„Ismerem azokat az embereket, akik azóta elváltak, öngyilkosok lettek, meghasonlottak és eltűntek és senki nem foglalkozott velük. És senki nem nézett utánuk és senki nem nézett rájuk. És én voltam alkoholista lelkesz-nél legációban. Rúgtam már be együtt gondnokkal... ebédeltem egy asztalnál egy roncs családban élő espressel, ismertem lelkeszt, aki megszökött, aki csalt, aki vert és mindenhol egyet láttam, hogy hogy borzasztó kiszolgáltatottság van és borzasztó szervilizmus.” (7/62)

„Nagyon sok fiatal lelkesz kiegész vidéken, meg el kellett temetni a falut, meg ha a falu elszegényedik, akkor kész. Tehát hogy nem lehet ott gyülekezetet építeni, ahol meghalnak az emberek.” (3/72)

A kiegész veszélye azonban nemcsak környezeti kilátástalanságból adódhat, hiszen olyan gyülekezetben is

1. ábra³³



elérheti a lelkeszt a kiegészés, ahol a feladatok mennyisége túlnő a személyes teljesítőképesség határain. A kiegészés szindrómáját folyamatként írhatjuk le, melynek lefolyása élethelyzettől és személyiségtől függően különböző módon jelentkezhet.³⁴ Freudenberg nyomán a jelenség stádiumait egy tizenkét lépcsős folyamat modellje szerint is leírhatjuk.³⁵ A szakaszok nem határolhatók el élesen egymástól, illetve nem mindenki megy át az összes szakaszon, de ez a megközelítés segít abban, hogy a tünetek súlyosbodásának növekedési folyamatát nyomon kövessék.

1. szakasz: A bizonyítási akarástól a bizonyításkényszerig. Természetes emberi igény, hogy a talentumainkat a lehetőségeinkhez képest minél inkább használjuk, de ha ez a perfekcionizmus kényszerévé válik, akkor a testi-lelki egészség is veszélybe kerülhet. („Most még bizonyítanom kell, de egy év múlva már lesz időm lazítani.”)
2. szakasz: Fokozott erőfeszítés. A feladatok egyre sürgetőbbé válnak, úgy érzi az ember, hogy állandó tűzoltásba kényszerül. A folyamatos túlerheltség következtében áldozatnak látja magát az ember. Ugyanakkor egyre képtelenebbé válik arra, hogy a feladatokat delegálja. („Csak én tudom ezt igazán jól megcsinálni.”)
3. szakasz: A személyes igények elhanyagolása. A munkavégzés kerül az élet középpontjába és mind a testi tünetek, mind pedig a személyes kapcsolatok ápolása háttérbe szorul. Ebben a stádiumban fennáll a munkaalkoholizmus kialakulásának veszélye. („Fél éve zsidbad a bal kezem a magas vérnyomás miatt, de nem volt időm elmenni orvoshoz.”)
4. szakasz: A személyes igények és a konfliktusok elfojtása. Bár az érintettek érzékelik a munka-magánélet egyensúlyának felborulását, de kialakul egyfajta csödlátás és a kiegészés tünetei nem intő jelként, hanem leküzdendő akadályként, zavarként jelennek meg az érintettek előtt.
5. szakasz: Az értékrend megváltozása. Az időérzékelés megváltozik, beszűkül. Régi kapcsolatok egyre inkább meglazulnak, elindul az elmagányosodás folyamata, egyre nehezebb a feladatok és a kapcsolatok között prioritizálni az érintettek számára. („Amikor hazaértem, zavart a családom és alig vártam, hogy leülhessek a laptopom mögé dolgozni.”)
6. szakasz: A fellépő problémák tagadása. Minden ami a teljesítménykényszeren kívül esik, perifériakussá válik a kiegészés ezen stádiumában. Az érintetteknek nem marad energiája kapcsolataik ápolására, intoleránsakká válnak és gondolatviláguk is beszűkül.
7. szakasz: Visszahúzódás. Az elmagányosodó ember számára a külvilág ingerei már egyre kevésbé hatnak. Elmarad a másokkal folytatott eszmecsere és érzelmi kapcsolódás. Egyre többször fogalmazódik meg a „ki kellene szállni a mókuserékből” gondolata. A teljes értékű élet számára csak egy radikális változással érhető el. („Akkor lennék boldog, hogyha egy másik országban egy teljesen új karriert kezdenék.”)
8. szakasz: Magatartás és viselkedésváltozás. Minden külső véleményt negatív kritikaként érzékel az érintett. Radikális változások jellemzik ezt az időszakot.

Jellemző lehet a káros szenvedélyek megjelenése, különösképpen öltözködés, feltűnő hajviselet, erőteljes színek használata stb.

9. szakasz: Deperszonalizáció. A kiegészésben lévő elveszti önérzékelési képességét és a külvilággal való kapcsolat elvesztése után a belső világával szűnik meg kapcsolata. Közömbösek maradnak a betegséggükkel szemben is. Olyan mintha idegennek éreznék saját testüket és életüket.
10. szakasz: Belső üresség. Megjelenik a belső üresség érzete, mely hiánynak a betöltését vannak, akik szenvedélyekkel próbálják elérni. Vannak, akiknek félelemérzete és pánikrohamai lesznek.
11. szakasz: Depresszió. Aki ebbe a stádiumba jutott, életét reménytelennek, örömtelennek érzi. Az alvás nem nyújt igazi pihenést, a fáradtság állandósul. A legkisebb feladat is hatalmas teherként jelenik meg a kiegészés ember számára. A kimerültség a kétségbeesés érzésével párosul.
12. szakasz: A teljes kiegészés. Ebben a stádiumban a beteg életveszélyes állapotba kerülhet és feltétlen kórházi kezelésre szorul.

A leírt szakaszok közül egyik-másik jelenséggel mindenki szembesülhet a munka világában, és ha csak rövid időn keresztül lép fel a kiegészés egyik-másik tünete, illetve a kezdeti stádiumok valamelyikében van valaki, azzal talán egyénileg is meg tud küzdeni, de a kiegészés súlyosabb szakaszaiban külső segítségre egyre inkább szükség van. Egyénenként és élettörténetenként változik az, hogy milyen gyors és mennyire teljes egy kiegészési folyamat valakinek az életében. Lehet olyan munkahely, illetve élethelyzet, hogy valaki rövid időn belül átmegy több stádiumon, de lehet olyan munkahely is, ahol három-hat év is eltelik: „A veszélyeztetettség akkor lép fel, ha ciklikusan összekapcsolódva, egymás hatását fokozva folyamatává válnak. Kedvezőtlen környezeti befolyások, különféle krízisek, mint például halálesetek, állásvesztés, válás, stb. felerősítik és felgyorsítják a folyamatot.”³⁶ A kiegészés súlyosabb fázisait végigjárva egy nagy gyülekezet lelkesze így értékelte a folyamatot:

„Őszintén el kell mondani, hogy bedarálódtunk. Kiegészésünk [...] Bedarálódtunk eszméletlenül elfáradtunk, nem tudtuk tovább csinálni. Nagy naivan azt gondoltuk, hogy Isten ad egy lehetőséget hogy könnyebb lesz.” (27/6)

Hogyha a lelkeszt a munka-magánélet szempontjából kritikus időszakot él át, annak lehetnek családi, gyülekezeti vagy személyes okai. Rendszerszemléleti megközelítésben, a gyülekezeti család krízisei hatnak a lelkeszt személyes családjára és viszont, a lelkeszt családjának krízisei tovább gyűrűz(het)nek a gyülekezeti közösség rendszerében.³⁷ Van olyan stressz, ami a gyülekezetből kerül a lelkeszcsalád életébe. A parókián való éléssel együtt jár egyfajta szociális stressz, hiszen ez olyan léttér, ahol „mindig viselkedni kell”, olyan léttér, ahol a lelkeszt munkahelye és a magánszférája összeolvad.³⁸ Különösen nehéz a határtartás és határvédelem, ha a gyülekezet és a lelkeszt között feszült viszony alakul ki. Egy példa arra, amikor a gyülekezet vezető testületének egyik véleményvezérével mélyül el a lelkeszt konfliktusa:

„Hát ő ezt el is mondta nekem, hogy a gyülekezet tönkre fog menni, másrészt pedig a presbiteri gyűléseken mindig keresztbe rakott. Ha azt gondoltam, hogy a nagy dologba fog keresztbe rakni, akkor a kicsibe rakott keresztbe, ha azt gondoltam, hogy a kicsibe fog keresztbe rakni, akkor a nagyba rakott keresztbe.” (6/42)

Az ilyen konfliktusokat a lelkész könnyen „hazaviszi” családi életébe.³⁹ Egy-egy elmélyült konfliktus esetén a család mentális védelme is fontossá válhat, ahogy egy lelkész krízise kapcsán ezt prioritásként élte meg:

„Csak azért belemenni egy valamilyen, bármilyen igazságkeresésbe, vagy igazságérvényesítésbe, vagy rehabilitációba, hogy aztán valamit megnyerjek, nem láttam értelmét. Mert tudtam, hogy ezek olyan ostoba dolgok, amikben csak sérülne nem csak az én életem, hanem családom élete is. És arra pedig nincsen szükségem semmilyen formában. Én felelős vagyok a családomért. Tehát számomra nem ér annyit sem a saját egyházi vezetésem, sem a diplomám, sem semmi más.” (7/109)

Természetesen arra is találunk példát, amikor a lelkész magánéleti krízise hat a gyülekezet egészére. A krízis próbatételei minden ember számára megrázóak és a lelkészek be is számolnak a betegség, haláleset, meddőség, sérülten született gyermek okozta megküzdési helyzetekről, de a gyülekezeti rendszerbe való továbbgyűrűzése szempontjából az erkölcsi kérdések azok, melyek a lelkészi szerep hitelenségét teszik kérdésessé és megosztó lehet a közösségen belül. Az egyházi kultúrában tabunak számító témák közül a válás kérdése az, aminek kapcsán több lelkész is utalt a krízis továbbterjedésére a családi rendszerből az egyházi/gyülekezeti rendszerre:

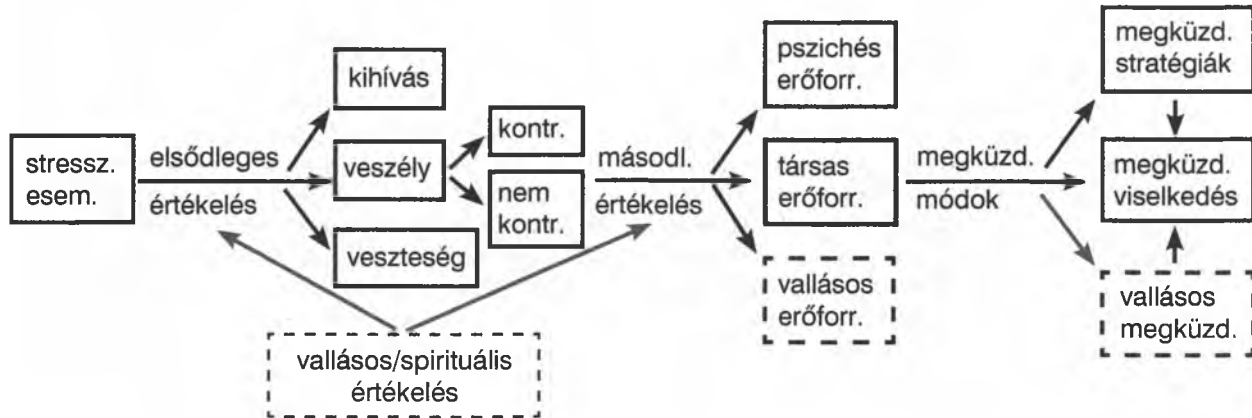
„Hát jelenleg a legmegrázóbb és legmeghatározóbb élmény nekem az a válásom, ami sose gondoltam, hogy eljöhét, vagy megtörténhet. [...] én nagyon sokáig azt gondoltam magamban, hogy én abszolút védett vagyok. Tehát hogy engem nem érhetnek utol ilyen típusú tragédiák, hogy valami úgy menjen tönkre, hogy nem lehet hozzányúlni semelyik oldalról. [párommal] én voltam az álompár, meg váu mindenki ilyet akar magának [...] miközben én azt tartottam magamról, hogy a rendes (...) vagyok, (...) meg igyekeztem az életemet is úgy alakítani, hogy ezek így működtethető modellek legyenek, egyszer csak egyik napról a másikra így elszakadsz mindentől.” (12/42)

„Az egészséges közösség a tagok szeretetén és egymás iránti figyelmén épül fel,”⁴⁰ így fogalmazta meg a közösségi felelősség lényegét a misszionárius-teológus Millard Fuller. A keresztyén közösségekben fontos feladat, hogy észrevegyük a szükségben lévőket. Sokszor talán a segítő szakmákban a legnehezebb saját magunkon észrevenni, amikor segítségre szorulunk. Mivel a segítő szakmákban dolgozók számára „munkaeszköz” a saját személyiségük, ezért különösen is hangsúlyos tudatosan karban tartani mentális és lelki egészségünket.⁴¹

A lelki egészség megőrzése és a vallásos megküzdés lehetőségei

A mentálhigiéné, lelki egészség megőrzése szempontjából sokféle modell létezik arra nézve, hogy mire van szükség a kiegyensúlyozott életvitelhez. Ezek a modellek többnyire megjelenítik a fiziológiai szükségleteket, a kapcsolódási szükségletet, a teljesítmény szükségletet, illetve a lelki-spirituális igények kielégítésének szükségletét.⁴² Életünk során többnyire megtanuljuk, hogy hogyan találjunk egyensúlyt, de lehetnek olyan belső vagy külső eredetű lelki megrázkódtatásaink, terheink, melyek próbára teszik alkalmazkodási képességünket és a szokásosnál tudatosabb és aktívabb módon teszünk a stabilizáció érdekében. Ezt a jelenséget nevezi a szakirodalom megküzdésnek.⁴³ A mindennapi élet nehézségeivel való megküzdéssel kapcsolatban Horváth-Szabó Katalin Lazarus és Folkman modellje nyomán azt állítja, hogy a spiritualitás a megküzdési folyamat több pontján is többet jelent bármelyik életterületről legyen is szó.⁴⁴ Megközelítésében az Isten jelenlétének témája már a valóság olvasásában, megértésében megjelenik, hiszen nemcsak földi ok-okozati összefüggések szerint értelmezhetjük életünk nehézségeit, hanem keresztyénként egy nagyobb összefüggésrendszerben van lehetőségünk arra, hogy társadalmi, gyülekezeti, családi és személyes életünkben Isten munkájának színterét lássuk. Hívó emberként erőforrásainkat és megküzdéseinket tekintve is vannak olyan eszközeink, amelyek a szekuláris megküzdési stratégiákhoz képest plusz lehetőségeket hordoznak. Az alábbi ábra (2. ábra) azt szemlélteti, hogy a vallásos ember számára a megküzdés mely pontjain jelenthet erőforrást a hit:

2. ábra⁴⁵



E modell szerint az élethelyzetekhez való viszonyulásnak kulcsszerepe van abban, hogy megküzdési helyzetnek érzékeljük-e az adott helyzetet. S attól függően, hogy veszteségként, kihívásként könyveljük el, vagy veszélynek látjuk, következik a másodlagos értékelés, aminek során felbecsüljük saját lehetőségeinket és képességeinket. Mérlegelve azt, hogy vajon meg tudunk-e felelni az adott helyzetre, keresünk erőforrásokat, illetve eszközöket a megküzdésünkhöz.

Az Istenben hívő ember számára mindig adott a lehetőség, hogy új és a lehető legmagasabb perspektívából keresse helyzetének értelmezési lehetőségeit.⁴⁶ Az eddigi életemet nem a megszokott, eddig jól bevált (vagy éppen nem bevált) forgatókönyv szerint értelmezem, hanem Isten Országá történetének részeként rendezem újra életem dolgait. „Így már nemcsak az az ember vagyok, aki különböző szenvedéseken ment át, küzdött élethelyzetekkel s ráébredt az élet töredékes voltára. Hanem úgy tekinthetek önmagamra, eddigi s ezutáni utamra, mint Isten megtalált gyermeke. Az Isten gyermekeként értelmezett élettörténet „sikeressége”, az ember elismert volta független a társadalmi, sőt akár az egyházi elvárásrendszerektől is.”⁴⁷ Az alábbi interjúrészletben olvashatjuk, hogy amikor egy lelkész egy gyülekezeti építkezéssel kapcsolatban került megküzdési helyzetbe, mekkora erőt adott neki Istenbe vetett bizalma. Beszámolója szerint, amíg a gyülekezetben egyesek veszélyként, ő pedig kihívásként értelmezte az építkezés okozta nehézségeket:

„Felnyerítettek a presbiterek, hogy ugyan már itt? Évtizedek óta nem történt semmi. Mondom, majd leülünk akkor, és megbeszéljük. És tényleg ott ültünk egy év múlva a hálaadó istentiszteleten és megkérdeztem a presbitert, hogy na, most mi a véleménye erről? És nem nagyon tudott mit mondani, de nem is kell. Nem is azért történtek meg a dolgok, mert, hogy kell, csak ha az ember hittel megy bele a dolgokba, akkor Isten vele megy. Az a baj, hogy amikor az ember elkezd kiásni a saruját, meg a tarisznyáját, meg a másik felsőruháját, hogy lehet, hogy Jézus azt mondta, hogy ezeket ne vigyük magunkkal, de azért mégis csak jó lesz ez majd esetleg magam után küldetem. Ez nem működik. Tehát nagy tusakodás ez, és sok belső harc, ami mindig megrémített. Én fontosnak tartom, hogy ettől én megkíméltem a családomat. A feleségemnek ezekről a belső dolgokról, belső harcokról sosem beszéltem, mert egy dolog, hogyha az ember belülről harcol és egy másik dolog az, hogyha hitben döntést hoz. Ha hitben döntést hozok attól még számtalan belső harcom lesz. Tehát ha én azt mondom, hogy bízom Istenben, az nem jelenti azt, hogy nem kételkedem. Ő, ha én azt mondom, hogy én rábízom magam, nem biztos, hogy a szemem nem keres más lehetőségeket. Az egyetlen fontos dolog az, hogy én eldöntöttem, hogy én így fogom csinálni, ezt szeretném és vele szeretném megcsinálni.” (7/107)

A következő interjúrészletben a testvéri közösség, mint megküzdési erőforrás jelenik meg:

„Sok eszközhöz nyúlhattam volna. Lehettem volna alkoholiista, sok minden lehettem volna, én mégis ezt

választottam, hogy akkor ezt így nem. Az első dolog az az, hogy megtapasztalni az embereknek a szeretetét, tehát hogy olyan emberek értették meg a helyzetemet, olyan emberek biztosítottak a szeretetükről, meg arról, hogy van tovább és hogy van ennek az alagútnak egyszer vége és van ott fény és kimehetek rá, akiről soha nem gondoltam volna.” (12/42)

Megküzdési helyzeteikben természetesen a lelkészek is élnek az általánosan bevált megküzdési eszközökkel és stratégiákkal, de e mellett jelen van az Isten akaratának keresése és Isten elé vitt kérések.⁴⁸ Az egyik lelkész így vall az imádság erejéről:

„Abban a szorított állapotban, amiben mi voltunk, azt mondtuk, hogy nem látjuk, hogy ezt tulajdonképpen hogyan és miként, mert azt éreztük, hogy ott nagyon komolyan be vagyunk ágyazva akkor abba a szolgálatba, de az életünk vezetésében, ahogy mindig is, Isten akarata érvényesült, azt mondtuk, Isten elé visszük imádságban, keresni fogjuk az Ő akaratát. Átjöttünk ezen a betegségen, az abból való kijövetelen, és egy másik nagy próbán is, és megdöbbentő volt, ahogy közbenjártak, ahogy a napi igeolvasás sorrendjében haladtunk, egyértelművé tette Isten, hogy elküld minket. Egy évre rá valóban lehetővé is vált, mert hogy az sem volt egyszerű, az itteni történet, hogy itt valóban egy lelkipásztori szolgálat elindulhat.” (11/19)

A számos megküzdési eszköz mellett, amit a hétköznapi napokban használunk, vannak speciálisan a hívő számára elérhető eszközök. Egy lelkész arról számolt be, hogy egy lelkiségi könyvön és egy bibliai Igén keresztül talált erőt ahhoz, hogy megküzdjön egy súlyos magánéleti válsággal:

„Aztán Isten mindig megtartott, egyszer nem tartott meg, amikor százal mentem autópályán csúszós úton vidéken és belementem az árokba százal, csak egy díszlámpa tört és egy vastag fa mellett ennyivel álltam meg. Teljesen sokkos állapotban s akkor onnantól kezdve kezdődött el, ami megmentette az életemet, Wilhelm Buschnak Isten megkísértett szolgálói című könyve, azt akkoriban olvastam, nagyanyámtól örököltem és az nagyon megfogott. Türelemre intett. Meg az az ige, hogy mindenre van erőm a Krisztusban, aki megerősít engem, meg akik Istent szeretik, minden a javukra van, ezekbe kapaszkodtam és így túléltem.” (23/14)

A megküzdési helyzetek és átélt krízisek olyan élettapasztalatokat adnak, melyekből tanulva egyre többen figyelnek a lelkészek közül is a saját magukkal való viszonyra és szerepükből adódó elvárások tudatosabb kezelésére. Friedman szerint a vezető szerep megkíván egyfajta „szelf-differenciációt” a lelkésztől.⁴⁹ A lelkész, aki egyrészt kongruens a saját szerepével, de képes kívülről is látni magát, teljesen benne van a gyülekezet közösségében, ugyanakkor képes önmagát meghatározni és határait megvédeni.

„Az, hogy lelkészként szabadidőt teremteni, mert most ebben a hónapban kezdtük el azt, hogy csütörtökön

este elmegyünk a városi termálfürdőbe a két nagyobb. És hogy ez nekik is, meg nekem is egy jó élmény, meg közben mozgás, meg egészség, meg nem tudom. De hogy ezeket még tudatosan kell csinálni. Még nem tudom, de most már kezdem érezni, hogy számomra is és még inkább, hogy a kapcsolatunknál ez mennyire fontos.” (12,28)

Gyülekezeti szinten is vannak példák arra, hogy a lelkes tudatos abban, hogy tehermegosztás legyen a közösségen belül, ezzel is megelőzve a kiegész veszélyét:

„Voltak szolgálók, segítők. Hát ez nekem mindig is nagyon fontos volt, a kezdet, kezdetektől fogva néztem, hogy ki az, akire számíthatok, gyermekmunkába, gyerekistentiszteletbe, ifiórába, ifjúságba ki az, akit be lehet vonni.” (6/43)

Az egyéni és családi élet egészségének védelme sokféle módon valósulhat meg, függ a lelkes személyiségétől, habitusától és a lehetőségeitől is. Ami viszont a lelkesintertől kiderül az az, hogy valamiféle tudatosságra és keretekre szükség van ahhoz, hogy jó sáfárai lehessünk a ránk bízott kincseknek, beleértve a családunkat és a saját életünket is.

Az Újszövetségben felfedezhető egyfajta szeretet és felelősségi sorrend, mely Jézus általános szeretetparancsán (Mt 22,37) alapszik, de azt az apostolok konkrét gyülekezeti kérdések kapcsán tovább részletezték (pld: I Kor 8 fejezet).⁵⁰ Ennek fényében az Isten szeretete után a felebarátaink iránt való felelősségünk közül a család szerepel az elsők között: „Mert ha valaki a maga háza népét nem tudja vezetni, hogyan fog gondot viselni az Isten egyházára?” (1Tim 3,5) Pál apostol a házassági kapcsolat prioritására is utal: „Férfiak! Úgy szeressétek feleségeteket, ahogyan Krisztus is szeretete az egyházat, és önmagát adta érte.” (Ef 5,25) A gyülekezetünkért való felelősségünk pedig más társadalmi csoportokkal kapcsolatban élvez elsőbbséget: „Ezért tehát, míg időnk van, tegyünk jót mindenkivel, leginkább pedig azokkal, akik testvéreink a hitben.” (Gal 6,10) Természetesen ezek az Igék nem írják felül, hogy feladatunk van a segítségkérőkkel és a rászorulókkal (Lk 6,30), illetve mindenki más felé, de iránymutatások lehetnek a család, a „gyülekezeti család” és a nagyobb közösség viszonyában. Jean Vanier így ír a Krisztusra tekintő közösség biblikus megvalósulásáról: „Egy közösségbe való bekapcsolódás elsősorban nem a cselekvés szintjén történik, nem úgy, mint amikor valaki egy politikai pártba vagy szervezetbe lép be. Ott olyan tagokra van szükség, akik idejüket és energiájukat adják, és készek a harcra. A közösség egészen más: felismerés. Tagjai felismerik Isten hívását: éljenek együtt, szeressék egymást, imádkozzanak és dolgozzanak azért, hogy válasszák a szegények segélykiáltására.”⁵¹

A munka és magánélet közti egyensúly megtalálása nemcsak a lelkescsaládok számára kihívás, de a gyülekezetben élés olyan speciális helyzetet teremt a határtartás területén, amelyre külön figyelnie és kölcsönös szeretetben óvnia kell a lelkescsaládnak és a gyülekezetnek egyaránt.

Siba Balázs

- BAUMAN, J.: *Miért érzem azt, amit te?* – Ösztönös kommunikáció és a tükkörneuronok titka, Ursus Libris, Budapest, 2010.
- BERGNER, T. M. H.: *Burnout – A kiegész megelőzése 12 lépésben*, Z-Press, Miskolc, 2012.
- BERTALANFFY, Ludwig von: *Adalékok egy általános rendszertanhoz*, in: BLEICHER, K. (szerk.): *A szervezet mint rendszer*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1979.
- BERTALANFFY, Ludwig von: *General System Theory: Foundations, Development, Applications*, George Braziller, New York, 1968.
- BONHOEFFER, D.: *Közösségben*, Harmat Kiadó, Budapest, 2013.
- BÖSZÖRMÉNYI-NAGY I., – KRASNER, B.: *A kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa*, Budapest, Coincencia, 2001.
- BÖSZÖRMÉNYI-NAGY, I. – SPARK, G.: *Invisible loyalties – Reciprocity in intergenerational family therapy*, New York: Harper & Row, 1973.
- CAPPS, D., *Reframing – A New Method in Pastoral Care*, Minneapolis: Augsburg Fortress, 1990.
- CSERMELY PÉTER: *A rejtett hálózatok ereje – Mi segíti a világ stabilitását?*, Vince Kiadó, Budapest, 2005.
- CARONA, J.: *In the Common Interest: Embracing the New American Community*, Austin, Emerald Book, Company, 2014, 35.
- EERENBEEMT, E.-M., – HEUSDEN, A.: *A változó egyensúly: Böszörményi-Nagy Iván egyéni- és családterápiás módszere*, Budapest, Coincencia, 2001.
- EGRI László: *Spiritualitás, vallásosság és testi egészség*, in: TÖZSÉR Endre (szerk.): *Az istenhit mint erőforrás*, Új Ember, Budapest, 2006, 151-170.
- FREUDENBERGER, H. J., – RICHELSON, G.: *Burnout: The High Cost of High Achievement*, Anchor Press, New York, 1980.
- FRIEDMAN, E. H.: *Nemzedékről nemzedékre – Családi folyamatok egyházi és zsinagógai közösségben*, Exit Kiadó, Kolozsvár, 2008.
- HÉZSER Gábor: *Miért?* – *Rendszerszemlélet és lelkigondozói gyakorlat*, Budapest: Kálvin Kiadó, 1996.
- HORVÁTH-SZABÓ Katalin: *A házasság és a család belső világa*, Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet – Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány, Budapest, 2007.
- JOSUTTIS, M.: *Der Pfarrer ist anders – Aspekte einer zeitgenössischen Pastoraltheologie*, München, Ch. Kaiser, 1982.
- JOSUTTIS, M.: *Die Einführung in das Leben – Pastoraltheologie zwischen Phänomenologie und Spiritualität*, Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus, 1996.
- KASZÓ Gyula, *Gefängnisseelsorge in Ungarn – Historische, systemisch-pastoralpsychologische und theologische Perspektiven*, Budapest, L' Harmattan, 2007.
- KOVÁCS Bernadett: *A vallásosság/spiritualitás projektív szerepének vizsgálata a kiegész kapcsolatban*, PhD értekezés, Debreceni Egyetem, BTK, Debrecen, 2010.
- LAZARUS, R. S. – FOLKMAN, S.: *Stress, Appraisal and Coping*, New York, 1984.
- MACDONALD, G., – O'HARA, K.: *A lelki egészség tíz alapeleme*, Szenvedélybetegségek, 1997/6, 442-449.
- MAFFESOLI, M.: *The Time of the Tribes – The Decline of Individualism in Mass Society*, London, SAGE, 1996.
- MIHALEC Gábor: *A lelkigondozás és a pszichoterápia határkérdései a házasság gondozásban*, PhD értekezés, KRE-HTK, Budapest, 2013.
- MORGENTHALER, C.: *Systemische Seelsorge: Impulse der Familien- und Systemtherapie für die kirchliche Praxis*, Stuttgart, Kohlhammer, 2005.
- MORTON, A. R.: *A határon élni in: „Hálával áldozál...” – A Károli Gáspár Református Egyetem Hittudományi Kara tiszteletbeli doktorainak tanulmányai a 150. évforduló ünnepén*, Budapest, 2005, 377-389.
- NAPIER, A. Y.: *A törekeny kapcsolat – Az egyenrangú, bensőséges és kitartó házasság nyomában*, Animula, Budapest, 2000.
- NÉMETH Dávid: *Pásztorántropológia I.*, Károli Gáspár Református Egyetem – L'Harmattan Kiadó, Budapest, 2012.
- SATIR, V.: *A család együttélésének művészete – Az új családműhely*, BFI, Budapest, 1999.
- SELIGMAN, Martin E.P.: *Autentikus életöröm – A teljes élet titka*, Laurus kiadó, Budapest, 2008.
- SIBA Balázs: *Life Story and Christian Metanarration – The Importance of the Research Results of Narrative Identity to Practical Theology*. Budapest, Károli Gáspár University of the Reformed Church in Hungary – L'Harmattan, 2013.

SKRABSKI Árpád – KOPP Mária: *A boldogságkeresés útjai és útvesztői a párkapcsolatokban*, Szent István Társulat, Budapest, 2011.

SZARKA Miklós: *Lelkipásztor házaspárok kapcsolati konfliktusainak kezelése – Pasztorál-pszichoterápia a gyakorlatban*, Kálvin Kiadó, Budapest, 2013.

TELEKI Béla: *Kézikönyv a családról I.*, Korda, Kecskemét, 2000.

VANIER, J.: *A közösség*, Vigilia Kiadó, Budapest, 1995.

JEGYZETEK

- 1 Ez a tanulmány része egy nagyobb vállalkozásnak, melynek során lelkész életének „megtörténetét” (Kernnarration) követve tartalomlemezés módszerével összesen kilenc téma mentén vizsgáljuk a lelkészi identitás kulcskérdéseit. Ez úton szeretnék köszönetet mondani Hámori Ádám kollégámnak és az általa vezetett egyház-szociológia szeminárium teológus hallgatóinak, akik az elmúlt három év során összesen 33 protestáns lelkipásztorral készítették interjút az ország különböző pontjain. Az interjúk anyagát, az interjúrészleteket a társadalomtudományos közlemények módszertani gyakorlatának megfelelően anonim módon idézzük. A kutatás célkitűzéséből adódik, hogy az információkat, interjúszövegeket elsősorban nem személyhez kötötten, hanem a tágabb jelenségkör sajátosságainak bemutatására használjuk. Módszertanát tekintve a tanulmánynak nincs előzetes hipotézise, amit igazolni szeretnék, hanem az interjúkban előkerült témák összegzését és tudományos igényű, de egy lehetséges reflexióját írjuk le. Fontosnak tartjuk, hogy ne az előzetes sémák igazolása, vagy illusztrációja legyen egy-egy lelkésznek a beszámolója, hanem a témák „párbeszédbe kerüljenek” a tudományos sémákkal.
- 2 Kaszó Gyula: *Gefängnisseelsorge in Ungarn – Historische, systemisch-pastoralpsychologische und theologische Perspektiven*, Budapest, L'Harmattan, 2007, 165.
- 3 Hézszer Gábor: *Miért? – Rendszerszemlélet és lelkigondozói gyakorlat*. Budapest: Kálvin Kiadó, 1996. 16–18.
- 4 „Az önszabályozás korábbi fogalma, a homeosztázis helyett most az autopoiezis kifejezés nyert általánosan elfogadást. Az előbbi azt sugallta, hogy a rendszer mindig visszaáll ugyanarra az állapotra, így végső soron a terápiás beavatkozások eredményessége korlátozott. Az utóbbi szerint viszont a rendszer egy külső zavar (esetünkben a terápiás beavatkozás) hatására újraszerveződik, beépítve a kívülről jött új impulzusokat. A rendszerek egyensúlya tehát ennek értelmében nem statikus, hanem dinamikus egyensúlyként fogható fel.” Mihalec Gábor: *A lelkigondozás és a pszichoterápia határkérdései a házasság gondozásában*, PhD értekezés, KRE-HTK, Budapest, 2013. 125. A rendszerszemlélet alapjaihoz lásd: Bertalanffy, Ludwig von: *Adalékok egy általános rendszertanhoz*, in: Bleicher, K. (szerk.): *A szervezet mint rendszer*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1979. 36.; Bertalanffy, Ludwig von: *General System Theory: Foundations, Development, Applications*, George Braziller, New York, 1968.
- 5 Satir, V.: *A család együttélésének művészete – Az új családműhely*, BFI, Budapest, 1999, 111.
- 6 Horváth-Szabó, Katalin *A házasság és a család belső világa*, Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet – Párbeszéd (Dialogus) Alapítvány, Budapest, 2007, 41.
- 7 Horváth-Szabó, Katalin *A házasság és a család belső világa*, 27.
- 8 Skrabski Árpád – Kopp Mária: *A boldogságkeresés útjai és útvesztői a párkapcsolatokban*, Szent István Társulat, Budapest, 2011, 14.
- 9 Morgenthaler, C.: *Systemische Seelsorge: Impulse der Familien- und Systemtherapie für die kirchliche Praxis*, Stuttgart, Kohlhammer, 2005, 80–81.
- 10 Szarka Miklós, *Lelekpásztor házaspárok kapcsolati konfliktusainak kezelése – Pasztorál-pszichoterápia a gyakorlatban*, Kálvin Kiadó, Budapest, 2013, 51.
- 11 Teleki Béla: *Kézikönyv a családról I.*, Korda, Kecskemét, 2000, 100.
- 12 Horváth-Szabó, Katalin *A házasság és a család belső világa*, 38.
- 13 Böszörményi-Nagy I., – Krasner, B.: *A kapcsolatok kiegyensúlyozásának dialógusa*, Budapest, Coincidencia, 2001, 209–210.
- 14 Eerenbeemt, E.-M., – Heusden, A.: *A változó egyensúly: Böszörményi-Nagy Iván egyéni- és családterápiás módszere*, Budapest, Coincidencia, 2001, 17–18. vö: Boszormenyi-Nagy, I. – Spark, G.: *Invisible loyalties – Reciprocity in intergenerational family therapy*, New York: Harper & Row, 1973.
- 15 Satir, V.: *A család együttélésének művészete* 113. lásd még: Napier, A. Y.: *A törekeny kapcsolat – Az egyenrangú, bensőséges és kitartó házasság nyomában*, Animula, Budapest, 2000, 104.

- 16 Maffesoli, M.: *The Time of the Tribes – The Decline of Individualism in Mass Society*, London, SAGE, 1996, 6.
- 17 Csermely Péter: *A rejtett hálózatok ereje – Mi segíti a világ stabilitását?*, Vince Kiadó, Budapest, 2005, 190.
- 18 Bonhoeffer, D.: *Közösségben*, Harmat Kiadó, Budapest, 2013, 16.
- 19 Friedman, E. H.: *Nemzedékről nemzedékre – Családi folyamatok egyházi és zsinagógai közösségekben*, Exit Kiadó, Kolozsvár, 2008, 303.
- 20 Szarka Miklós, *Lelekpásztor házaspárok kapcsolati konfliktusainak kezelése*, 83.
- 21 Friedman, E. H.: *Nemzedékről nemzedékre*, 304.
- 22 Friedman, E. H.: *Nemzedékről nemzedékre*, 241.
- 23 Egri László: *Spiritualitás, vallásosság és testi egészség*, in Tózsér Endre (szerk.): *Az istenhit mint erőforrás*, Új Ember, Budapest, 2006, 151–170, 162.
- 24 Josuttis, M.: *Die Einführung in das Leben. Pastoraltheologie zwischen Phänomenologie und Spiritualität*, Gütersloh, Gütersloher Verlagshaus, 1996, 34.
- 25 Friedman, E. H.: *Nemzedékről nemzedékre*, 306
- 26 Morton, A. R.: *A határon élni*, in Karasszon István (szerk.): *„Hálával áldozzál...” – A Károli Gáspár Református Egyetem Hittudományi Kara tiszteletbeli doktorainak tanulmányai a 150. évforduló ünnepén*, Budapest, 2005, 377–389, 386.
- 27 Bauman, Z.: *Liquid Life*, Cambridge, Polity Press, 2005, 2.
- 28 Friedman, E. H.: *Nemzedékről nemzedékre*, 238.
- 29 Szarka Miklós, *Lelekpásztor házaspárok kapcsolati konfliktusainak kezelése*, 230.
- 30 Josuttis, M.: *Der Pfarrerstandes – Aspekte einer zeitgenössischen Pastoraltheologie*, München, Ch. Kaiser, 1982, 69.
- 31 Németh Dávid: *Pásztorántropológia I.*, Károli Gáspár Református Egyetem – L'Harmattan Kiadó, Budapest, 2012, 418.
- 32 Kovács Bernadett: *A vallásosság/spiritualitás protektív szerepének vizsgálata a kiégéssel kapcsolatban*, PhD értekezés, Debreceni Egyetem, BTK, Debrecen, 2010, 48.
- 33 Bergner, T. M. H.: *Burnout – A kiégés megelőzése 12 lépésben*. Z-Press, Miskolc, 2012, 43–44.
- 34 „A segítő munkát végző személyeknek nehéz észrevenniük és elfogadniuk, hogy nekik is lehet segítségre szükségük. A vallásos embereknek bizonyos értelemben könnyebb, mert van forrásuk, amiből újra meg újra meríthetnek. Bizonyos értelemben viszont nehezebb is, mert, ha megfáradnak, vagy tapasztalják a kiégés tüneteit, úgy élik meg, hogy hitük is megkérdőjeleződik.” Kovács Bernadett: *A vallásosság/spiritualitás protektív szerepének vizsgálata a kiégéssel kapcsolatban*, 51.
- 35 Freudenberger, H. J., – Richelson, G.: *Burnout: The High Cost of High Achievement*, Anchor Press, New York, 1980, 122. vö: Hézszer Gábor: *Miért?* 85–90.
- 36 Hézszer Gábor: *Miért?*, 90.
- 37 Vö: Csermely Péter: *A rejtett hálózatok ereje*, 231.
- 38 Szarka Miklós, *Lelekpásztor házaspárok kapcsolati konfliktusainak kezelése*, 88.
- 39 Friedman, E. H.: *Nemzedékről nemzedékre*, 219.
- 40 Millard Dean Fuller (1935–2009) teológus, misszionárius, a Habitat for Humanity International alapítója. Idézet: Carona, J.: *In the Common Interest: Embracing the New American Community*, Austin, Emerald Book, Company, 2014, 35.
- 41 Bauer, J.: *Miért érzem azt, amit te? – Ösztönös kommunikáció és a tükkörneuronok tiika*, Ursus Libris, Budapest, 2010, 115.
- 42 Például: MacDonald, G., – O'Hara, K.: *A lelki egészség tíz alapeleme*, Szenvédegybetegségek, 1997/6, 442–449. 442–449.; Seligman, Martin E.P.: *Autentikus életöröm – A teljes élet tiika*, Laurus kiadó, Budapest, 2008.
- 43 Németh Dávid: *Pásztorántropológia I.*, 414.
- 44 Horváth-Szabó Katalin Semmelweis Egyetem, Lelekigondozó-képzés, 2011. december 16-án elhangzott előadása alapján. Lásd még: Lazarus, R. S. – Folkman, S.: *Stress, Appraisal and Coping*, Springer, New York, 1984, 141.
- 45 Horváth-Szabó Katalin előadása nyomán
- 46 Capps, D.: *Reframing – A New Method in Pastoral Care*, Minneapolis: Augsburg Fortress, 1990.
- 47 Siba Balázs: *Life Story and Christian Metanarration – The Importance of the Research Results of Narrative Identity to Practical Theology*. Budapest, Károli Gáspár University of the Reformed Church in Hungary – L'Harmattan, 2013, 152.
- 48 Lazarus és Folkman kutatásai eredményeként a problémaközpontú és érzelmközpontú megküzdési formákon belül további nyolcféle straté-

gia különíthető el: – *konfrontáció*: ez a problémával való szembehe-lyezkedést, aktív megküzdést jelenti; *eltávolodás*: a helyzettől való mentális és érzelmi távolságtartást jelenti, hogy energiát gyűjthessen a későbbi megküzdéshez; *érzelmek és viselkedés szabályozása*: egy adott helyzet megoldását segítő érzelmi kifejezőmód és viselkedés megtalálását jelenti; *társas támogatás keresése*: a társas környezet részéről rendelkezésre álló erőforrások, támogatások keresését és kihasználását jelenti; *a felelősség vállalása*: az észlelt, tulajdonított kontroll vállalása kerül előtérbe ebben az esetben; *problémamegoldás-tervezés*: racionális

stratégia, azoknak a lehetőségeknek a kiértékelését jelenti, amelyek a helyzet megoldását elősegíthetik; *elkerülés-menekülés*: az egyén nem vállalja a konfrontációt és kilép a szituációból; *pozitív jelentés keresése*: a negatív jelentésű esemény kihívásként való értékelése történik ekkor. Lazarus, R. S. – Folkman, S.: *Stress, Appraisal and Coping*, 120.

⁴⁹ Friedman, E. H.: *Nemzedékről nemzedékre*, 251.

⁵⁰ Forrás: www.teologiablog.hu/a-szeretet-prioritasai-6/ (letöltés: 2016. március 24.)

⁵¹ Vanier, J.: *A közösség*, Vigilia Kiadó, Budapest, 1995, 104.

Az egyház és állam működése ma és a reformátorok szemszögéből

A tanulmány célja, hogy felvázolja az egyház és állam működését Luther Márton és Kálvin János szemszögéből kiindulva, és megvizsgálja azt, hogy a reformátorok milyen módon gondolkodtak az egyház és állam kapcsolatáról. A két modell alapján felvázolja az akkori történelmi viszonyokat, és arra a következtésre jut, hogy Luther radikálisabban választja szét az egyház és az állam feladatát, míg Kálvin a kettő szorosabb kapcsolatát emeli ki. A szerző ezen két modell bemutatásán keresztül tesz megállapításokat az egyház és állam korrelációjára vonatkozóan az adott kor viszonyait figyelembe véve és rávilágít napjaink egyház-állam viszonyának változékony és kérdéses nehézségeire.

This study aims to outline the church and state operation starting from Martin Luther to John Calvin's perspective and looks at the ways in which Reformers thought about the relationship between church and state. It is based on the two models outlines the historical conditions at that time and comes to the conclusion that Luther radically separated church and state duties, while Calvin had a closer relationship between two and it is highlighted. The author of this essay makes statements through the presentation of the two models taking into account the correlation of church and state relations for under the given age and highlights of today's church-state relationship in question and changeable difficulties.

Az állam és egyház viszonya ma

A vallási szervezetek státusa jelenleg az egyik legvitatottabb vallásügyi kérdés. Az elmúlt időszakban az Alaptörvény két módosítása, az egyháziügyi törvény sajátos kálváriája, alkotmánybírói határozatok, az Emberi Jogok Európai Bíróságának Magyarországot érintő ítélete mind-mind azt mutatják, hogy e kérdés számos vitára adhat még okot. Választott témám szempontjából különös jelentőséggel nem az egyházak fogalmi meghatározása, illetve az egyházak elismerésének törvényi szempontrendszerére bír, hanem sokkal inkább az állam és egyház kapcsolatrendszerét meghatározó elvek, illetve ezek következményeit jelentő jogok és kötelezettségek rendszere. Ezért e tanulmányban nem kívánok részletekbe bocsátkozni az egyházi státus alkotmányjogi jellemzőit illetően. Ehelyett az egyház alkotmányi jogalanyiségével kapcsolatban Ádám Antal nyomán elfogadom, hogy „olyan jogképességet jelent, amely lehetővé teszi, igényli és egyben biztosítja, hogy az egyház rendelkezék a jellegéhez illő és rendeltetésének betöltéséhez szükséges jogokkal és mentességekkel. Ebből az következik, hogy az egyház alkotmányi jogalanyiségének az egyház rendeltetéséhez igazodó sajátos autonómiában, az államhoz fűződő partneri viszonyban, ezen belül számos közszolgálati feladatra kiterjedő együttműködésben,

az állam világnézeti semlegességében és a vallásszabadság gyakorlását, valamint az egyház egyéb közérdekű aktivitását segítő intézményes támogatási kötelezettsége teljesítésében kell megnyilvánulnia.”¹

Mindazok, akikről szólni kívánok, azzal a közös jellemzővel bírnak, hogy vallásgyakorlásukra meghatározó befolyással bírnak az állammal fennálló közjogi viszonyuk jellemzői, melynél fogva az állammal függőségi viszonyba kerülnek. Ez a viszonyrendszer magában hordozza a kiszolgáltatottság jegyeit, ezért a vallásgyakorlás szempontjából különös jelentőséggel bírnak az egyházak jogosultságai és az állam aktivitása, mellyel a jogok gyakorlását

elősegíti. A vallásszabadság és az egyházak működése egymástól nem választhatóak el, még akkor sem, ha elfogadjuk, hogy az egyházi státus elnyerése sem az egyéni, sem a közösségi vallásgyakorlásnak nem feltétele.² Ennek oka, hogy a vallás tipikusan közösségi követésre igényt tartó eszme, a vallásgyakorlás pedig közösségi élmény. Mindazok vallásgyakorlása szempontjából, akik valamilyen oknál fogva az állammal szemben kiszolgáltatott helyzetbe kerülnek, kiemelkedő jelentőséggel bír a közösséghez tartozás. Az egyházak ennek a közösséghez tartozásnak az intézményesített forrásai. Ezért témám szempontjából meghatározó jelentőséggel bír az egyház és állam viszonyrendszer. Mindezek alapján vázlatosan kívánom bemutatni a két refor-