

Lelkigondozás a gyülekezetben

Nem annyira magától értetődő, mi is a lelkigondozás. *Lélekápolás és életápolás*, ahogyan könyve címében megnevezi Gyökössy Endre, és ugyanakkor *életgyógyítás is*, mert azt gondolom, hogy miközben egy ember problémájával foglalkozunk, gyakran az egész élettörténetével foglalkozunk. Az ember testi-lelki-szellemi létével és kapcsolatrendszerével, tehát a családjával is.

Manapság nagyon hirdetik a testápolókat, te-le van ilyen reklámmal a világ. Krémeket, hidratálókat ajánlanak, hogy ki ne száradjon a test, nehogy megöregedjen a bőr. Lélekápolót vajon ki ajánl? A lelki elsvatagosodás, elszáradás és kiszáradás legalább annyira fenyegeti az embert, a hívó embert is, mint a testi egészségügyi problémák. Minden léleknek szüksége van karbantartásra. Ezt célozza a lelkigondozás, és ehhez a karbantartáshoz nem feltétlenül kell lelkésznek lenni. Sőt olykor egy melegszívű, nyitott fülű egyháztag többet tud tenni a lelkigondozásban, mint az a lelkész, aki nagyon tudja a teológiát, nagyon jól ismeri a Bibliát, de nincs készsége, nyitottsága arra, hogy meghallgasson másokat, és odahallgasson az olykor csöndesen elejtett szavakra. Gyakran emlegette Bandi bácsi Jakab leveléből ezt a mondatot: „*Legyen minden ember gyors a hallásra, késedelmes a szó-lásra*” (1,19). Mi sokkal hamarabb kezdünk el beszélni, mint meghallgatni, és hallgatás közben valóban odafigyelni, hogy a másik érezze: érdekli a története.

Mikor van szükség lelkigondozásra? Problémák, amelyek lelkigondozót igényelnek:

- Gondok, aggodalmak, félelmek, amelyek elkerülhetetlenül hétköznapijainkat, betöltik az embert.
- A múlt elrendezése. Rengeteg ember ötvenhatvan éves korában még mindig gyerekkori sérelmeit hordozza, hurcolja, és nem tudja elfogadni, feldolgozni, megérteni őket.
- Párkapcsolati, házassági vagy munkahelyi konfliktusok. A legtöbbször nincs azonnali megoldás, de kezelhetők a problémák.

- Az önbizalom, az önértékelés és önmegismerés területén adósi vagyunk magunknak és egymásnak. Nem segít senki, hogy igazán megismerjük magunkat és egymást.

- Hitbeli válságok. Ezek kezelésébe beletartozhat a bűnvallás és a bűnök feloldozása, de lehetséges, hogy csak kis elakadásokról, kéte-lelyekről van szó, amelyeket nincs hol és nincs kinek kimondani, mert megbotránkoznának rajta.

- Magány, egyedüllét. Ma különösen nagy probléma az elmagányosodás.

- Betegség: a testi-fizikai és lelki betegség hordozása, elviselése; szembesülés a halállal.

- A gyász és a gyász kezelése, a gyászmunka elvégzése.

A lelkigondozásnak valamennyi területen szeretetteljes légkörben kell történnie. Hol folyik ilyen? Azt gondolom, hogy a református egyházban kevés helyen történik az a fajta lelkigondozás, amelyet Gyökössy Endre képviselt és tanított. Vajon miért?

Éppen tegnap volt egy megdöbbentő élményem ezzel kapcsolatban. Említette valaki, hogy amikor beszélt erről a konferenciáról, a lelkigondozásról, és arról, hogy én magam is végzek lelkigondozást, bizalmasan megkérdezte tőle az ismerőse, egy hívó asszony: „Mit csinál lelkigondozás címen? Varázsol? Vagy valami olyasmit, amit a pszichológusok: hipnotizál?” Gyorsan megnyugtatta az ismerősöm, hogy nem, hanem igei alapon beszélgetek a másik emberrel, meghallgatva, amit mond. Félelmetes, hogy milyen primitív elképzelések élnek még ma is a lelkigondozásról, még hívó emberek között!

Miért félnek a hívók a pszichológiától? Miért támadták Gyökössy Endrét életében, de még halála után is? Például olyan szavakért, mint a meditáció? Hát az az ördögtől való! – nem tudjuk? Félelmetes, hogy mennyi sötétség és tu-

datlanság, milyen félelem és riadalom él a lelünkben a pszichológiától és a lelkigondozástól, még a pasztorálszichológiától is. Miért? Egyrészt azért, mert félünk önmagunk megismerésétől. Nem sokan vannak most lelkészek közöttünk, és nyilván azok vannak itt, akik Gyökössy Endre tanítványai. De akik nem azok, hol vannak?! Gyökössy Endrét is vádolták azzal, hogy az ördöggel praktizál...

Egyszer zárt osztályon látogattam meg egy volt egyháztagunkat, egy fiatalembert, aki azért került oda, mert attól félt – abban a rettenetes szorongásban élt –, hogy elkövette a Szentlélek elleni bűnt. Belebetegedett. Elmondta, hogy azt tanácsolták neki egy bizonyos hívő körben, hogy égesse el Gyökössy Endre könyveit...

Igy teljes a kép. Bocsánatot kérek az ünneprontásért...

Mi magunk között legalább kimondhatjuk, hogy az egyházban sem szeretünk szembenézni önmagunkkal. Azzal, hogy milyen lélek lakik bennünk. Persze, Jézust is vádolták azzal, hogy az ördögök fejedelmének segítségével űzi ki az ördögöt. Tehát „jó társaságban” van Gyökössy Endre is, és mindazok, akiket vádolnak valami sátni, ördögi praktikával – miközben Jézus Krisztust követve az életgyógyítás és a lélekgyógyítás területén igyekszünk dolgozni, emberévé lenni testvéreinknek.

Sokan féltik az egyház presztízsét, hogy a pszichológusok elveszik a lelkészek kenyereit. Pedig az a kenyér más. Ősi, régi hatalmi harc ez. Noha van némi igazság abban, hogy a pszichológusok könnyedén kezelik az emberi bűnöket, olykor betegségnek nevezik, de nem tudják meggyógyítani. Lelkészek, egyháziak bűne viszont az, hogy bűnnek nevezik azt is, ami betegség, és ugyancsak nem tudják meggyógyítani az embert, mert nem adnak feloldozást a bűnre. Nem az örömhírt hirdetik, hanem a törvényt.

Bűn és betegség – izgalmas kérdés. Hol a határ? Hogyan definiáljuk az egyiket, és hogyan a másikat? Ezt a problémát most nem kívánom megoldani, csak jelzem. Komoly kérdések ezek, amelyeket nem szabad könnyedén az egyik vagy a másik oldalra tolni.

Mi a lelkigondozás? Noha régóta használatos az egyházban ez a kifejezés, mindenki mást ért

rajta. Lehet egy igehirdetésnek lelkigondozói dimenziója és hatása. A göröcsök, a félelmek feloldása, a bátortás és az evangélium hirdetése – lelkigondozás. Lehet egy családlátogatás során folyó beszélgetésnek mélyebb lenyomata, egy beteg úrvacsorázása előtt vagy után a megértő ráhangolódás és odahallgatás testi és lelkiállapotára, a vigasztalás szintén lelkigondozói hatású. Temetési adatok felvétele során – ha elég időt szánunk rá – egy család életének megismerésével előjöhethetnek régi sebek és konfliktusok, amelyeket lelkész és családtag ebben a minősítetten érzékeny lelkiállapotban átbeszélhetnek. A temetési igehirdetés mindenképpen lelkigondozói jellegű kell hogy legyen, az emlékezés, az elengedés és megbocsátás elemeire épülve. Mindezek tehát tartalmazznak lelkigondozói elemeket. A lelkigondozás mégis sokkal több ennél. Az, amikor valaki célzatosan és tudatosan kéri, hogy lelki vagy hitbeli problémáit, belső vagy kapcsolati rendszerében jelentkező traumáit és válságait hozzáértő hívő szakemberrel – egyszeri alkalommal vagy folyamatában – átbeszélhesse. A szakember általában lelkész, de lehet lelkigondozói szakirányú végzettségű és empatikus készségű egyháztag is, aki elméletben, gyakorlatban és pszichikailag is felkészült, s erre karizmája, azaz Istentől kapott lelki ajándéka és képessége van.

A lelkigondozás *alanya az egészséges, de bajba jutott ember*. Erre Bandi bácsi gyakran felhívta a figyelmünket. Nem kuruzsolunk. Ha valaki beteg, azt orvoshoz küldjük. A lelkigondozás nem gyógyítás, mégis felfogható egyfajta lelki gyógyító kezelésként, hiszen az egészséges ember lelke is karbantartást igényel. A beteg embert a pszichoterápia kezeli és gyógyítja. Ugyanakkor a lelkész és a lelkigondozó feladata az is, hogy az orvossal együttműködve segítsen a testi, lelki vagy elmebetegnek terápiájában, illetve annak hatékonyságában. Hónapokig járt hozzám lelkigondozásra egy súlyos skizofrén beteg. Nem küldhettem el, mert azt kérte, imádkozzam vele és érte, és beszéljünk az életéről, a kapcsolatairól. Minden alkalommal megkérdeztem, bevette-e a gyógyszerét, járt-e az orvosánál – hogy ellenőrizsem az orvosi kezelését. Támogattam abban, hogy jó helyen van, amikor orvossal gyó-

gyíttatja magát. Egy depresszióval kezelt egyháztágtól egyszer megkérdezte az orvosa, mi történt, hogy ilyen hirtelen javulás állt be az állapotában. Az illető azt felelte. „A lelkészemmel beszélgettem.” Erre az orvos így válaszolt: „Felírom azt a lelkészt receptre.” Ebben az értelemben tehát hiszem, hogy *még súlyos orvosi esetben is kiegészítő terápia lehet a lelkigondozás*, akár elmebetegek esetében is. Például a korábban említett egyháztagunknak megtiltottam, hogy akármit olvasson a Bibliából. (Különösen Isten haragjára és a kárhozatra hangolódott rá.) Kijelöltem szakaszokat, hogy mit olvashat, amíg a zárt osztályon tartózkodik. Azóta találkoztam vele egy Gyökössy Endréről szóló előadásomon – már régóta máshol él –, és gyógyultnak találtam, de legalábbis stagnál az állapota, és dolgozik. Ahhoz, hogy diagnózist állítsunk fel – hogy megállapítsuk, egészséges vagy beteg emberrel állunk-e szemben –, természetesen alapos felkészültség szükséges. Jó, ha együtt tudunk dolgozni orvosokkal.

Bandi bácsitól azt tanultam – ami talán a legnehezebb –, hogy *akkor is meg kell érteni az embert, ha nem értünk vele egyet*. Ez nem jelent bűnpártolást. Azt jelenti, hogy akkor is meghallgatom, amikor kételkedik, amikor vádolja Istent. Megpróbálom érteni. Lehet erre példákat hozni éppen Jézus lelkigondozói és gyógyító szolgálataiból: a samáriai asszony (Jn 4,1 kk.), a házasságtörő asszony (Jn 8,1 kk.) vagy Zákeus (Lk 19) történetét. Jézus nem vádolta azt az embert, akivel beszélt, hanem befogadta, megértette, gyógyította, és azután történt az életváltozás.

Közösségbe építeni az embert – Gyökössy Endre lelkigondozói szolgálatában benne volt ez a cél, ez az irány – de nem mindenáron. Lehet, hogy nem volt hívó az, aki hozzá fordult. Lehet, hogy nem volt református. Ha lehetett, közösségbe irányította, de nem azért, hogy növelje a gyülekezete létszámát. A lelkigondozás nem bekényszerítés vagy bekebelezés egy egyházközségbe. Lehet független, négy szemközti beszélgetés, egyszemélyes szolgálat, amely nem látványos, nem tudnak róla, nem lehet beírni a gyülekezeti statisztikába. Meglehetősen problémás kérdés az egyházi vizitációs jegyzőkönyvben az, hogy hány látogatást és hány lelkigon-

dozói szolgálatot végzett a lelkész. Hát hányat? Amikor telefonon beszélgettem valakivel egy órán át, az lelkigondozás volt? Igen. Amikor találkoztam valakivel az utcán, leálltam beszélgetni az utcasarkon, az milyen szolgálat? Meghallgattam, ha csak rövid időre is, kiadhatta a panaszát – ez is lelkigondozás volt. Amikor elmentem családot látogatni, adott esetben az is lelkigondozás volt. Lehet, hogy nem, például ha közben nem kapcsolták ki a televíziót, felületes maradt a beszélgetés, mert mindig másra tereltek a szót, hogy ne kelljen magukról beszélni.

Ha valaki Gyökössy Endre iskolájának, egyetemének tanítványa, az tudja, hogy sajátos elemi vannak a lelkigondozásnak. Ő így mondta egykor: „Ijedtemben lettem pszichológus, mert érdekelt az ember. Nemcsak a magot kell ismerni, amit elhintek, nemcsak az Igét, amit hirdetek, hanem az emberek szívét, lelkét, életét. Meg akartam ismerni az embert.” Mondhatom én is, hogy annak idején ijedtemben kértem Gyökössy Endrétől, könyörögtem, hogy adjon lehetőséget tanulni és megtanulni tőle azt, amit tud. Segítsen nekünk, fiatal lelkészeknek. Bandi bácsi azt mondta: szívesen. „Hivatalosan nem taníthatok, de ha kijönnek hozzám Újpestre, a lakásomra, ott szívesen adok magánórákat.” Így indult el a Gyökössy Endre lelkigondozói szeminárium 1981-ben. Akkor csak néhányan voltunk, nyolctíz fiatal lelkész. Rendszeresen jártunk az órákra. Ezek teljes délelőttöket vettek igénybe. Mindig áhitattal kezdtük, a napi Igével. Megbeszéltük, imádkoztunk s utána előadást tartott, és konkrét esetekről beszélünk. Az előadások különböző pszichológiai irányzatokat, iskolákat ismertettek, komoly tananyagunk volt. Jegyzeteltünk. Alapjegyzetünk volt a *Magunkról magunknak* című könyv, amely később ismertté vált. Ezenkívül idegen nyelvű tanulmányokat is kiosztott ránk, és olykor meghívtott ismert pszichológusokat és pszichiátereket egy-egy előadásra. Gyakorlati feladatként esetmegbeszéléseket is tartott, úgynevezett Bálint-csoportot és szupervíziót is vezetett. *Carl Gustav Jung* volt az első tanítómentere, mégis hangsúlyozta, hogy nem kötelezte el magát egyetlen irányzathoz. Sokat foglalkozott *Viktor E. Frankl* munkásságával, a logoterápiával is. Nyitott volt, sok mindent olvasott, de ar-

ra tanított, hogy mindenből azt tartsuk meg, ami Jézus Krisztus követésébe és szolgálatába beleillik, és ami hozzá tartozik. Mi így folytatjuk a munkáját, és Istennek köszönjük, amit tőle tanultunk.

Aztán bővült a körünk, jöttek protestáns lelkészek, evangélikusok, baptisták, aztán katolikusok is. Hamarosan megnyitotta az ajtót a nem lelkészek, pszichológusok és pszichiáterek előtt. Így lettünk ökumenikus közösség és valódi munkaközösség. Jöttek más hivatásból valók is, akik szintén emberekkel foglalkoztak: szociális munkások, nevelési tanácsadóban dolgozók. Egyre bővült a kör, már nem fértünk el. Bandi bácsi felesége, Reini néni nem győzte sütni a pogácsákat. 1984-től a Gyulai Pál utcai gyülekezetben voltam beosztott, majd parókus lelkész. Felajánlottam, hogy költözzünk át hozzánk, ott elférünk, és a vendéglátás terhére (tea és pogácsa a szünetben) át vesszük. Bandi bácsit autóval szállítottuk, hogy ott lehessen, amíg egészsége megengedte, de gyengélkedése miatt már egyre többször hiányzott.

1987-ben megkért, hogy vezessem tovább ezt a szemináriumot. Amíg tud, és amíg elhozzák, boldogan jön, és tart előadásokat, de ha hiányzik, ne szakadjon meg ez a folyamat, ez a munka – kérte. Nem szakadt meg. A résztvevők cserélődtek az eltelt évek alatt, jönnek újabb munkatársak is, de a munkaközösség magja megmaradt. Istennek hála, folytatjuk önképzőkörse-

rűn. Most is itt vagyunk többen, akik szeretjük és végezzük ezt a szemináriumot.

Mi a lelkigondozás célja? Az, hogy felnőtt, érett, önálló személyiséggé segítsük azt, aki ezt kéri, aki hozzánk fordul, akivel kapcsolatba kerülünk. Ez az egyszemélyes szolgálat sokszor rejtve, csöndesen történik. Háttérszolgálat. Alázat kell hozzá. Nem mindig kapunk érte dicséretet, nem is biztos, hogy kapunk elég visszajelzést, de hiszünk abban, hogy Bandi bácsi szolgálatát, azt a szellemiséget, azt a segítséget, amelyet tőle kaptunk, továbbadjuk, és mi is a Gazdánknak, Istennek a munkatársai lehetünk úgy, ahogyan egykor tanítómesterünk, Gyökössy Endre az volt. Lelkeket ápolunk, karbantartunk, sokszor órákig hallgatunk, sok-sok energiát beleadunk, és hisszük, hogy segítünk. Közben alkalmazzuk, amit megtanultunk – „bemosakszunk és kimosakszunk” –, nehogy megfertőzzenek minket, nehogy megfertőzzünk másokat. Nagy tudomány ez. Gyökössy Endre könyvei mind azt szolgálják, hogy ebben is tovább képezzük magunkat.

Szemináriumunk Bandi bácsi halála után fölvette az ő nevét. Tanulunk egymástól, egymás előadásából, eseteiből, munkájából, és segítjük egymást, miközben magunkat is képezzük. Magunkat is vizsgáljuk, reflektálunk és egymástól tanulva is gyógyulunk. Áldja meg Isten Gyökössy Endre emlékét, azt a szellemiséget, amelyet képviselt.

A fenti előadás 2013. február 18-án, a Spiritualitás – Lelkigondozás – Diakónia című Gyökössy-emlékkonferencián hangzott el, melyet a Magyarországi Református Egyház Szeretetszolgálati Irodája szervezett Budapesten.