

NÉMETH DÁVID

Gyökössy Endre pasztorálpszichológiája

„A XXI. században már senki sem fog hinni, aki nem tud a tudattalanról és csak felszínes lelki alapon és nem mélylélektani megrendüléssel hisz” - mondja Hegedűs Loránt Vatai Dosztojevszkij-könyvéhez írt előszavában.¹ Eljött az idő, amikor a mélylélektan és a teológia olyan szoros kapcsolatba kerültek egymással, amit korábban nem tapasztalhattunk. A mai ember nem elégszik meg romantikus vallásos érzésekkel, melyek személyessé teszik az egyébként általánosan elfogadott és érvényesnek tartott vallásos világszemléletet, amint ez egy századdal ezelőtt még természetes volt, de nem elégíti ki a világot fürkésző értelem Isten-sejtése sem, hanem egész lényét érintő megragadottságra vágyik. Különben sivárnak, unalmasnak tartalmatlannak érezné az életét. Véletlenszerűen hallott isteni üzenetek ritkán járnak át megrázkódtatóan egy ember egész valóját - egyéni és társas kapcsolati válságok, csődhelyzetek, kilátástalanságok sokkal gyakrabban vannak ilyen hatással. Tulajdonképpen tele van az emberi élet a lélek mélyéig elható és a lélek mélyéből feltörő megrendülésekkel. Miként válhat a mélységes megrendülés Isten kegyelmének megtapasztalásává és hogyan rendíthet meg az Isten kegyelmével való találkozás olyan mélységesen, hogy abból gyökeres életfordulat, megtérés származzék? Ezekre a kérdésekre keres igei tájékozódású és lélektani választ a pasztorálpszichológia, és igyekszik átélhető megoldásokat kínálni a lelkigondozás.

Gyökössy Endre fáradhatatlanul kutatta az utakat az emberhez a rábízott szabadító üzenettel. Hamar rájött ugyanis, hogy az út ember és ember között akkor még nem tekinthető megtettnek, amikor a lelkigondozó becsöngetett valakinek az ajtaján és hallja a belül közeledő lépteket, vagy leül a székre két kórházi ágy között a szűkös folyosón, vagy pedig a dolgozószobájában kínálja helytel a segítséget keresőt. A hosszabb és fáradtságosabb útszakasz csak ezután kezdődik, mely a külsőségektől az élet belseje felé, a felszíntől a mélység irányába, a buroktól a mag, igazi önmagunk felé vezet. A megértés és megértetés útja ez, mely a mondhatótól halad a kimondhatatlan irányába, hogy ihletett szót-Igét vigyen a némaságba és megnevezze a névtelen szenvedést és fájdalmat, a settenkedő félelmet, a kaotikus összevisszaságot, így végül jelentést, jelentőséget és értelmet adjon annak, ami értelmetlennek tűnt. Ez az út, vagy inkább ösvény csak a lélektan térképeivel és turistajelzései segítségével található meg és járható végig.

Gyökössy Endre vállalkozott arra, hogy az úttörő munkát elvégezzen a hazai lelkigondozás számára: összegyűjtse, teológiai vizsgálat alá vonja mindazokat a lélektani felismeréseket és elméleteket, amelyek segíthetik a lelkigondozó munkáját; ismertesse azokat a módszereket, amelyek a lelkigondozásban felhasználhatók. Vállalta, hogy tanácsadó-felvilágosító írásaival alaposabb önismerethez, emberismerethez, lélektani műveltséghez juttatja a keresztyén embereket. Mi, Krisztus-követők, nem járhatunk a lélek, (pneuma) szerint, ha ugyanakkor a lélek (pszüché) ellen cselekszünk és vagyunk, mert annak ekléziogén neurózis lesz a következménye. Meggyökerezettette Magyarországon a pasztorálpszichológia tudományát és a pneumatikus mentálhigiéné szószólójává lett. Mélységesen szomorította, hogy egyre lelketlenebb és „lélekvesztőbb” világban élünk; de ennél sokkal jobban bántotta az, hogy az egyház is lelki kórokozó lett, s termeli a neurotikusokat, mert az emberhez hajló, emberré lett Isten szolgálói nem ismerik az ember belső világát, lelki életének törvényszerűségeit. Jóllehet A. Boisen már a XX. század első évtizedeitől fogva – igaz a tengeren túl – az „élő emberi dokumentumok” exegézisét – Gyökössy szóhasználatával: az emberexegézist – szorgalmazta, mint az egyház felelős lelkigondozói tevékenységének az előfeltételét. Ebből az igényből nőtt ki a pasztorálpszichológia tudománya.

¹ Vatai L.: Dosztojevszkij, A szubjektív életérzés filozófiája, Bp. 1992. (3.) VI. p.

Az Amerikában elindult mozgalom a 70-es évek végére már Európában is szélesen hömpölygő folyamdá duzzadt. Fő árama a humanista pszichológia jegyeit viseli (C. Rogerstól, F. Perlstól és R. Cohntól ihletetten), belefolyt azonban az O. Pfister, O. Haendler, A.D. Müller és W. Uhsadel által képviselt mélylélektani szemléletmód is, mely S. Freud és C.G. Jung pszichológiájával állt párbeszédben. Magyarországon Gyökössy Endre merít először ebből a folyamból, hogy termékennyé tegye a lelkipozás mezejét egyházunkban, ahol addig csak az Ige-mag szórása történt a megműveletlen és gondozatlan földre. Nem is a földbe, hisz' az már bizonyos „talajelőkészítő” munkákat feltételezne.

Ahhoz, hogy Gyökössy pasztorápszichológiai felfogását megérthessük, át kell tekintenünk a XX. század derekának elméleti vitáit a lelkipozás feladatairól, módszereiről és azok teológiai és lélektani megalapozásáról. Álláspontjának kialakítása közben ugyanis folyamatosan párbeszédben állt a nyugati szakírókkal mind a gyakorlati teológia, mind pedig a pszichoterápia terén.

1. A lelkipozás fő irányai a XX. században

Kétféle feladatot lát el a lelkipozás az egyház életében. Egyfelől Krisztus szeretetétől indítva lelki támaszt nyújt azoknak, akik az életük valamely területén elbizonytalanodtak, vagy válságos helyzetbe kerültek, s ezért segítségre van szükségük. Együtt érő, bizalomteljes, őszinte embertársi kapcsolatban, amit a lelkipozó kínál fel, átélheti a tanácskérő, hogy a problémájában nincs egyedül, van akire számíthat, van aki megérti. János evangéliuma megfogalmazásával élve: „van embere” (Jn 5,7). Jobb esetben ez a megnyugtató érzés még kiegészül azzal, hogy van Istentől küldött embere, akiben Isten gondoskodó szeretete jött közel az életéhez. A lelkipozás ebből a szempontból nézve diakóniai szolgálat.

Másfelől a lelkipozás feladata az, hogy megrendült életeket szilárd alaphoz juttasson. Ezért a pillanatnyi szükségletekből – a megrendülés epicentrumából – kiindulva az élet alapszükségére irányítja a figyelmet: az ember Istenre szorultságára. A gyakorlatban ez azt jelenti, hogy igyekszik kiépíteni a bizalmat Isten iránt, először az adott problémára, majd az élet egészére nézve; vagy pedig megkísérli helyreállítani a bizalmat, amely esetleg csak egyetlen területen ingott meg az illető életében. A lelkipozásnak ez a hiterápiás feladata mindig az Ige üzeneteiből kiindulva, vagy azokhoz megérkezve tölthető be, mivel az Isten kijelentéséből tudhatjuk meg, hogy minden alapunk megvan az Őiránta való bizalomra.

A lelkipozás tehát a diakóniát és a missziót, azaz a szeretetszolgálatot és az ige hirdetést kapcsolja össze az egyház szolgálatában. Benne válik az „életápolás” (Gyökössy) ige hirdetéssé, az ige hirdetés pedig életápolássá. Századunk első felében két erőteljes irányzat alakult ki a lelkipozásban, amelyek ma is jól elkülöníthetően megvannak. Egyik sem győzheti le a másikat, legfeljebb ideiglenesen vagy helyileg föléje kerekedhet (amint ez meg is figyelhető a lelkipozás utolsó fél évszázadának történetében), mert e két irány a lelkipozás kettős-egy funkciója megosztásának köszönheti létét. Minthogy ezek a funkciók alapján véve szétválaszthatatlanok, a két irányzat koegzisztenciára van ítélve.

1.1 Kérügmátikus lelkipozás

Az egyik irányzat a lelkipozást mindenekelőtt ige hirdetési alkalomnak tartja, amikor is Isten Igéjét személyes beszélgetésben szemtől szembe lehet továbbadni a másik embernek. Így az nem térhet ki előle, hanem el kell fogadnia leleplező ítéletét a bűn fölött, és kegyelmes üzenetét a bűnös felmentésére.

Ennek a felfogásnak a legkiemelkedőbb képviselője E. Thurneysen, teológiai háttere pedig a K. Barth nevéhez kapcsolódó Ige-teológia. Azon túl, hogy a XX. századi teológia e

két hatalmas személyisége egész életén át szoros barátságban állt egymással, az is összeköti őket, hogy mindketten az Isten Igéje mindenkéül elöttiségéért és mindenkéül fölöttiségéért szálltak síkra. Az egyház életének valamennyi területén, így a lelkigondozásban is, az Igének kell visszaadni minden hatalmat. Az Ige kell, hogy diagnosztizálja, gyógyítsa és útbaigazítsa az embert. A lelkigondozónak pusztán annyi a dolga, hogy az Igét engedi szóhoz jutni. Ezt sem könnyű teljesíteni, hiszen az Isten és az ember között, így Isten Igéje és az ember életvalósága között is, áthidalhatatlan szakadék tátong. A segítséget kérőt nézve nem láthat mást a lelkigondozó, mint elesettséget, nyomorúságot és bűnt, önmagába nézve pedig csak tehetetlenséget. Emberi síkon a pszichoterápia szabályainak mindenben megfelelő beszélgetés is csak megkettőzött nyomorúság, „vak vezet világtalant” szituáció. Ez pedig nem nevezhető lelkigondozásnak. Lelkigondozás akkor történik, amikor Isten kegyelmesen belép, betör az emberlét nyomorúságába. Ő képes átlépni a szakadékot és kész is rá szüntelen, tulajdonképpen csak az emberi segélykiáltásra vár. A lelkigondozó – hasonlaltal élve – katalizátora lehet ennek a kegyelemáttörésnek. Thurneysen ezért azt kéri tőle, hogy két irányba figyeljen és tartsa nyitva a fülét: Istenre és az emberre. „Azzal kezdődik, azzal folytatódik, és azzal fejeződik be a lelkigondozás, hogy hallgatunk, hallgatunk és hallgatunk.”² Egyéb módszer nincs is. Ha alkalmaznánk más valamit, akkor emberi aktivitással akarnánk pótolni vagy helyettesíteni Isten munkáját. „A hit hallásból van, a hallás pedig Isten Igéje által” (Rm 10,17). Amit ezen kívül teszünk, azt már nem a hit érdekében tesszük.

Thurneysen gondolatainak egyik továbbfejlesztője és a XX. század második felében leglelkesebb és leghitelesebb védelmezője H. Tacke. Az ő munkássága arra az időre esik, amikor már túlsúlyba került Európában is a pszichoterápiás orientáltságú lelkigondozás, így ő már nemcsak az Ige melletti, hanem a modern lelkigondozás elleni harcban is képviseli a lelkigondozás missziói arculatát. Három fő tétele a következő:

- a. Isten verbálisan közli Önmagát. A szóbeliség az Isten - ember kapcsolat legsajátosabb vonása. A szótlan melléállás, az érzelmi úton közölt elfogadás önmagában sohasem adhat kielégítően hírt Isten szeretetéről. Evangéliumi értéke csak a szavakban foglalt bizonyosságtétellel együtt lehet.
- b. Az Isten és a bűnös ember közötti kapcsolat közvetítője nem az elfogadó lelkigondozó, hanem az egyedüli Közbenjáró, Jézus Krisztus. Ahol Krisztusról nem esik szó, ott aligha válhat személyessé a Krisztus által egyetemesen véghezvitt megbékéltetés.
- c. Ha valaki életproblémákban hatékony segítséget kíván nyújtani, annak a hit-kérdések megoldásában kell legelőször segítségül lennie. Az életproblémák hitproblémákra vezethetők vissza, és onnan kiindulva orvosolhatók.³

1.2. *Pszichoterápiás irányultságú lelkigondozás*

A mai nyugati lelkigondozást az a szemléletmód uralja, hogy lelki támasznyújtásával az egyház Jézus kiküldő parancsának tesz eleget, amely az Isten országa evangéliumának hirdetése mellett betegek gyógyítására is megbízást ad (Mt 10,7-8; Lk 10,9). A lelkigondozás ezen az alapon pszichológiai diakónia, vagy D. Stollberg megfogalmazása szerint „pszichoterápiás munka az egyház közegében”⁴ – azaz Krisztus parancsára történő odafordulás, ill. lehajlás a lelki zavarokkal küszködő emberhez, hogy konfliktusait megoldáshoz segítse, az elkerülhetetlen szenvedéseknek pedig az értelmét segítsen megtalálni, hogy azok ezáltal elviselhetőkké váljanak.

² E. Thurneysen: Seelsorge im Vollzug, Zürich 1968. 84. p.

³ H. Tacke: Glaubenshilfe als Lebenshilfe, Neukirchen-Vluyn 1979.

⁴ D. Stollberg: Mein Auftrag – Deine Freiheit, München 1972. 63. p.

Az első számú segítőeszköz a lelkipapozásban e nézet szerint a kapcsolat maga, amit a lelkipapozó kínál fel a segítségre szorulóknak. A lelkipapozói kapcsolat minősége tekintetében a korábbi lelkipapozás sok kívánnivalót hagyott maga után. A pszichoterápia arra hívta fel a lelkipapozók figyelmét, hogy a lelkipapozás "hogyan"-jára sokkal több gondot kell fordítaniuk, mint ahogy azelőtt tették. A közlés módja hatástalanná teheti a közlés tartalmát, sőt esetenként ellenkező hatásúvá változtathatja át. A pszichológia rengeteg adalékkal szolgál a „hogyan” kérdés megválaszolásához.

A lelki élet zavarai alapjában véve kommunikációs zavarok. Igaz ez az embertársi kapcsolatokra, de az egyén önmagával való kapcsolatára is. A lelkipapozói beszélgetés a hétköznapiánál teljesebb, koncentráltabb és letisztultabb kommunikációt akar létrehozni tanácskérő és segítő között. Ehhez a lelkipapozónak feltétel nélkül el kell fogadnia beszélgetőpartnerét. Az elfogadás olyan meleg, értékítéletektől mentes légkört teremt, amely feloldja a félelmeket és lehetővé teszi a bizalom megerősödését a lelkipapozó iránt. Fontos tennivaló a segítségnél továbbá a lehető legteljesebb beleélés a másik helyzetébe, érzelmi rezdüléseibe, gondolataiba. Ezt nevezi a lélektan empátiának. Csak ilyen úton érthető meg a másik ember. A Hegyi Beszéd arany szabálya, hogy ti. „amit akartok, hogy az emberek veletek cselekedjenek, mindazt ti is úgy cselekedjétek azokkal” (Mt 7,12), nemcsak a keresztyén etikának, hanem az empatikus segítő kapcsolatnak is alapja lehet. Úgy tekints a másokra, mintha te lennél a helyében: érezd azt, amit ő érez, gondold azt, amit ő, kívánd azt, amit ő kíván, és akkor megtudod, hogyan kell viszonyulnod hozzá, és mit kell tenned az érdekében. A harmadik lényeges követelménye a „hogyan”-kérdésnek a lelkipapozásban: a hitelesség. A hit képviselőjének magatartásában felértékelődik a hitelesség. Semmi meggyőző ereje nem lesz a beszédének, ha a viselkedése nem pontosan ugyanazt fejezi ki, mint amit a szavaival mondott. A modern lelkipapozás a kommunikációt szinte „sákramentumi” rangra emeli, mint az Isten - ember kapcsolat ápolásának eseményét. Kiegyensúlyozott embertársi kapcsolatok nélkül nem mondhatja senki, hogy jó kapcsolatban van Istennel. A segítő odafordulás, a másik megértése a krisztusi szeretet megjelenítése. Az inkarnáció (Isten testet öltése Krisztusban) a kommunikáció ősmintája. Benne az elfogadás, a beleélés és a hitelesség a lehető legteljesebb formában jelent meg. Ezért az ilyen vonásokat viselő lelkipapozói kapcsolat szavak nélkül is Krisztusról tesz bizonyosságot.

1.3. A két irányzat összekapcsolása

A mai lelkipapozásnak e két főiránya tehát a lelkipapozás két alapfunkciója körül kristályosodott ki. Véleményem szerint egyoldalúsága miatt egyikre sem illik igazán a lelkipapozás szó, mert ezt a szolgálatot a diakóniai és missziói funkció együtt kell, hogy jellemezze. Lehet és van is helye az egyház szolgálatában a személyes beszélgetésben történő igehirdetésnek, prófétai szónak, amint például Jézus Nikodémussal folytatott beszélgetésében megtaláljuk, de ez a prédikáció egyik szokványostól eltérő formája és nem lelkipapozás (Jn 3). Ugyanígy hozzátartozik az egyház szolgálatához nemcsak a testi vagy szellemi sérültek ápolása-gondozása, nemcsak a testi sebek bekötözése, hanem a lelki sérüléseket elszenvedett emberek szolgálata is, mégpedig lelki, pszichoterápiás eszközökkel. Így tesz Jézus a bűnös asszonnyal Simon farizeus házában (Lk 7,36 kk.). Ezt azonban én nem lelkipapozásnak, hanem a szeretetszolgálat egyik sajátos formájának tartom. Lelkipapozásnak azt a személyes beszélgetést nevezném, amelyben az evangélium nemcsak elhangzik, hanem a segítséget kérő problémájában átélhető megoldást is hoz:

- mert utána pontosabban látja a helyzetét, és a dolgok új, Istentől való értelmet nyernek a számára,
- mert megbízható embertársra talált és már képes elhinni, hogy Jézus vele van minden napon a világ végezetéig,

- mert nem ítélték cselekedeteit és hibáit, mégis rájött, hogy bűnbocsánatra szorul,
- mert bár látja fogyatékoságait és gyengeségeit, mégis hálát tud adni Istennek,
- mert tanácsot akart kapni, most azonban új döntésre vált képessé,
- mert kérdezőből megkérdezett és keresőből megtalált lett.

Mindez bekövetkezhet úgy, hogy egy régebb óta ismert és most felidézett, vagy pedig egy most hallott igei üzenet mélyül el és válik életté. Valamint történhet úgy, hogy a közösségvállalás, odafordulás, problémamegértés torkollik igehirdetésbe, ill. hitvallástételbe. Ezért mondható, hogy az igazi (teljes) lelkigondozásban az életápolás és az igehirdetés egymásba való átmenete történik.

2. A lelkigondozás feladatai Gyökössy Endre elméletében

Gyökössy sohasem tartozott a lelkigondozás thurneyseni kérügmatis irányához, az üzenetátadást, a Krisztushoz segítést mégis a lelkigondozás középponti feladatának tekintette. A lélektan fontosságát (először pedagógiai szempontból) korábban felismerte a lelkipásztori munkára nézve, minthogy az Ige teológiája hatott volna rá. Az Ige hatalma, gyógyító ereje sohasem volt kétséges előtte, az Ige-teológia egyoldalúságától azonban mindig idegenkedett. Vallotta, hogy Isten emberszeretete nem fejezhető ki emberidegen teológiával. A lelkigondozás missziói feladata csak a pszichológiai-diakóniai feladattal együtt tölthető be.

E tekintetben Gyökössy Endre nézetei Otto Haendleréhez hasonlítanak leginkább, aki a német pasztorálpszichológia történetében pár évtizeddel korábban ugyanazt a szerepet töltötte be, mint nálunk Ő. Neki kellett megvédenie a pszichologizmus vádjától a pszichológiát is felhasználó lelkigondozást. Neki kellett világossá tennie, hogy az Isten kijelentése, mint a meteor, mikor a Föld vonzaskörébe kerül, az itteni törvényszerűségeket követi, alkalmazkodik az emberi adottságokhoz. Ezért a lelkigondozás is szükségszerűen figyelembe kell, hogy vegye az ember élethelyzetét és a benne szereplő személyek pszichikus adottságait, amikor az evangéliumot közvetíteni akarja. Az emberi lelket éppoly szükséges ismerni, mint a kijelentést. Ugyanakkor nem szabad megfeledkezni arról sem, hogy a „lelkigondozásnak valódiságot és nélkülözhetetlenséget mindig igeközvetítő hatalma biztosít”.⁵ Úgy része az egyház igehirdetői tevékenységének, hogy „konkrétan feldolgozza azt, ami az igehirdetésben történik”.⁶ Annak, aki lelkigondozásra vállalkozik, szüntelenül azon kell fáradoznia, hogy a személyfölötti isteni üzenetet személyessé tegye, és úgy továbbítsa. A thurneyseni igehirdetés-követelmény tehát csorbítatlan marad, de kiegészül az Ige továbbadása mikéntjének metodikai kérdésével. Itt már nem lehet lemondani a pszichológia segítségéről. A mai pasztorálpszichológia azóta tett egy további lépést, és a kimondott Ige lelki hatásmechanizmusait vizsgálja.

Gyökössy Endre szemléletmódja alapjaiban egyezik meg Haendlerével. Nemcsak az úttörőszerepben, hanem a lelkigondozás feladatainak meghatározásában és a jungi pszichológiához való kötődésükben is hasonlítanak egymásra. Gyökössy azonban igyekszik hasznosítani V. E. Frankl és a humanista pszichológia, ill. pszichoterápia elveit is. A Thurneysen által képviselt lelkigondozás-szemlélettől több helyen elhatárolja magát.⁷ Nem az igehirdetés-központúságot, hanem a kapcsolódási pont tagadását bírálja benne. „Jung lélektani KÉP-telenségnek tartja, hogy az emberi psziché tudomásul vehessen valamit, vagy rezonálhasson valamire – ebben az esetben Istenre –, ha annak az ösképe nincs meg bennünk.”⁸ Barth helyett ebben a kérdésben E. Brunnernek kell igazat adnunk, aki ismételtén "kapcsolódási pontról" beszél, melyen. mindent ért, amit „a lelke által bennünk munkálkodó

⁵ O. Haendler: Grundriss der Praktischen Theologie, Berlin 1957. 314. p.

⁶ Uo. 309. p.

⁷ Hézszer G.: A pásztori pszichológia gyakorlati kézikönyve előszavában, Bp. 1990. 6. kk.

⁸ Gyökössy E.: A lelkigondozó Kálvin, Bp. 1986. 22. p.

Isten igénybe vesz ahhoz, hogy nekünk hitet ajándékozzon. (...) Semmi mást nem vesz igénybe azon kívül, amit Ő teremtett. Az igehirdető és a lelkigondozó kapcsolódása az emberhez úgy megy végbe, hogy felkutatja azt a pontot, ahol a hallgató felelősség tekintetében, vagy lelkiismeretileg tetten érhető”.⁹ A kapcsolódási pont „metodikai” jelentőségű és semmiféle lényegi azonosságot nem jelent Isten és ember között.

A lelkigondozásban nyilván az ember teremtésben kapott lelki adottságait kell szem előtt tartani: tudattalan lelki tartalmait és működéseit, pszichikus szükségleteit, pszichikus energiáinak mozgástörvényeit, viselkedési motívumait, személyiségének típusát stb. – mindent, amit tekintetbe és igénybe vesz Isten, hogy Igéje által megszólítottá és megmentetté tegye az embert. „Ezért tehát nem önmagáért a lélektanért van szükségünk pszichológiai alapismeretekre, ahogy nem önmagáért a héber és görög nyelvért tanuljuk a nyelveket, hanem az Ige jobb megértéséért, biztosabb exegézisért. Nos, a lélektant akár ember-exegézisnek is nevezhetnénk, ha azt a lelkigondozó használja és helyesen használja.”¹⁰

Másik bíráló megjegyzése a hagyományos lelkigondozással szemben az, hogy az a lelkigondozó személyére alig fordít valami figyelmet. „Holott Paracelsus óta tudjuk, hogy az ember legjobb gyógyszere a másik ember.” A pszichoterápia terén a magyar származású Bálint Mihály hangoztatta ismét ezt az igazságot. A lelkigondozás történetét elemezve pedig D. Stollberg mutatta ki, hogy a „mit kell tennie, mit kell tudnia és mit kell mondania” kérdések után 1955-től kezdődően az foglalkoztatta a lelkigondozás elméleti szakembereit és oktatóit, hogy „kivé kell válnia” a lelkigondozónak ahhoz, hogy segítségül lehessen a bajbajutottaknak.¹¹ A partnercentrikus lelkigondozás a lelkigondozó személyét azzal a kapcsolattal együtt tekinti gyógyító tényezőnek, amit kialakít a gondozottal. Minél elfogadóbb, szeretetteljesebb, megértőbb és bizalmat keltőbb a viselkedése a tanácskérővel kapcsolatban, annál alkalmasabb a szolgálatra. Gyökössy a kapcsolatban a hitbeli meggyőződés, a személyes kisugárzás jelentőségét is hangsúlyozza, mikor azt mondja: „a lelkigondozó személyisége szellemi, lelki töltése biztosítja valójában a lelkigondozás propriumát”.¹² Az ilyen kapcsolat már közösség, több mint kommunikáció – kommúnió.

Gyökössy Endre életápolási programjában a lelkigondozó háromféle módon járulhat hozzá, hogy gondozottja megvigasztalt (parakletikus lelkigondozás = vigasztaló, bátorító lelkigondozás) élethez jusson: elmélyítés, tartalommal telítés és kapcsolatápolás útján.

2.1. *Elmélyítés – C. G. Jung pszichológiája alapján*

Magunkról magunknak c. könyve legelején megvallja Gyökössy, hogy pszichológiai tájékozódásában a mélylélektani irányzatok közül C. G. Jung analitikus pszichológiája volt leginkább segítségére. Ez az a lélektan, amely elvezet az „irracionalitások pereméig”, ahol már csak Isten érti az embert, és Őrá figyelve foghatunk fel (anélkül, hogy igazán megértenénk) valamit létünk titkából. Minden vallás gyakorolja valami módon ezt az alászállást a lélek mélységeibe. Jung mintegy „búvárfölszerelést” adott az embernek a lemerüléshez, hogy az veszélytelenebb legyen, kevésbé legyen félelmetes és hogy alaposabban körütkinthezzünk közben. Továbbá, hogy felismerjük, amit látunk, s ne tulajdonítsunk neki se nagyobb, se kisebb jelentőséget annál, mint amit megérdemel, és nem utolsósorban megtanuljunk különbséget tenni emberi és már nem emberi valóság között. Jung tehát ahhoz járult hozzá, hogy biztonságos, félelemmentes és építő legyen az alámerülésünk, és valóban ráleljünk arra, amit keresünk: önmagunkra. Ebben a teljes találkozásban önmagunkkal, megértjük, hogy mit miért mondott Isten az embernek, és mit miért tett az emberért.

⁹ E. Brunner: *Der Mensch im Widerspruch*, Zürich 1985. (5.) 516. kk.

¹⁰ Gyökössy E.: *Magunkról magunknak*, Bp. 1989. (7.) 220. p

¹¹ D. Stollberg: *Therapeutische Seelsorge*, München 1969. 38. p.

¹² Gyökössy E.: *Magunkról...* 70. p.

Megismerve igazi valónkat belátjuk rászorultságunkat Isten gyógyító és útbaigazító Igéjére, így nem leszünk többé feledékeny hallgatók (Jak 1,25), amikor Isten szól hozzánk. Gyökössy Endre fejtegetéseiből kiderül, hogy tulajdonképpen elég is lenne őszintén belenézni Isten igazságainak a tükrébe, s megláthatnánk mindazt a lélek mélyének titkaiból, amit a pszichológia hozott felszínre, vagy tett hozzáférhetővé. De talán jobban hiszünk az Igének, ha a pszichológus is ugyanazt mondja. Ha pedig a pszichológus többet mondana, akkor esetleg belátjuk, hogy Istenre csak fél füllel figyeltünk oda, továbbá ha a pszichológus kérlelhetetlenül fedi fel kilétünket, Istentől ugyanezt szívesebben fogadjuk majd, mert Ő „örökkévaló szeretettel” fogja megtenni ezt velünk, és egyben lehetőséget is ad arra, hogy „felöltözzük amaz új embert, aki valóságos igazságban és szentségben teremtett” (Ef 4, 24).

Az önismeret, pontosabban az önmagunkra találás első lépése a legnehezebb. Azzal kell először szembenéznünk, amit a leginkább rejtegettünk, nemcsak mások, hanem magunk előtt is: az „árnyékunkkal”, a személyiségünk sötét oldalával, a belül élő „sötét felebaráttal”. Meg kell tanulnunk, hogy a másoknál tapasztalt kiállhatatlan tulajdonságok, visszataszító viselkedési módok pszichikus feltételei, mint hajlamosító tényezők, bennünk is megvannak, de sikerült mindaddig elnyomni őket. Ezért irritál oly nagyon, ha észrevesszük valahol a megjelenésüket. (Lásd a farizeusok viselkedését a bűnös asszonnyal kapcsolatban – Jn 8.) Hasonlóan reagálunk, ha valaki a hiányosságainkra, „gyengéinkre”, erkölcsi vagy egyéb fogyatékoságainkra emlékeztet minket. Amennyiben ezeket a kellemetlen és megvetendő lelki tartalmakat nem vagyunk hajlandók magunkénak, saját személyiségünkhöz tartozónak elfogadni, azaz projekcióinkat visszavonni, árnyoldalunk a gonoszság forrásává válik bennünk. „Van valami félelmetes abban, hogy az embernek van árnyoldala is, amely nemcsak apró gyengeségekből és szépséghibákból áll, hanem szinte démonikus dinamikája van”¹³ – mondja Jung. Ha felismerjük, megismerjük és magunkénak ismerjük el lényünknek ezt negatív felét, akkor elveszti hatalmát fölöttünk.

Ezen a ponton teológiai korrekcióra szorul Jung felfogása. Az elfogadás nem jelentheti a kiegyezést a „bennünk lakozó bűnnel” (Róm 7,17), a sötétségünkkel és gonoszságunkkal, mondván: „én már csak ilyen vagyok”. Helyette bűnvalló alázattal azt kell mondanunk: „én még csak ilyen vagyok – légy irgalmas Uram nékem, bűnösnek”. Bűnbocsátó, sötétséget oszlató krisztusi kegyelem nélkül veszélyes vállalni negatívumainkat, mert az vagy felelőtlené tesz és felszabadít a bűnre, vagy kétségbeesésbe taszít és aláássa, elbizonytalanítja az önértékelésünket.

Az alászállás következő állomásán Jung szerint megismerkedhetünk a kifelé megélt szerepeinknek belső ellentéteivel. Olyan késztetések, vágyak és indítékok élnek a lelkünk mélyén, melyek megélésére a társadalomban betöltött férfi, illetve női szerepek nem biztosítottak megfelelő keretet. Hatalmas gazdagodást jelenthet egyoldalúan fejlett érzelmvilágunk számára, ha ki merünk lépni hagyományos szerepeinkből, és merünk férfi létünkre elérzékenyülni, vagy nőként valamely igazságért harcba szállni, férfiként gyengédnek, nőként erősnek mutatkozni. Akarjuk, nem akarjuk, magától is bekövetkeznek efféle szerepváltások. Ezek jótékonyan kiteljesíthetik a két nem kapcsolatát a házasságban, vagy pedig ha a folyamat nem tudatosul, nagy feszültségek okozója is lehet.

Ugyancsak a nemi identitásunkhoz kapcsolódik a szellemi életünk kiteljesedése, a „bölcsségre jutásunk” folyamata. Mindenki a saját nemével azonos „szellemóriás” képét hordozza magában. Leggyakrabban az apa, ill. az anya idealizált képe ez, vagy valamely más személyé, aki csodálatot keltett bennünk. Elvontabb formában a természetes és a természetű lét ideája a nőies, a független egyesítő gondolaté pedig a férfias szellemiség megtestesítője.

Végül az önmagunkra találás akkor teljeseedik ki, amikor rábukkanunk igazi valónkra, eredendő rendeltetésünkre, embervoltunk lényegi magvára, – teológusként fogalmazva –

¹³ C.G. Jung: Gesammelte Werke Bd. 7. Olten 1964. 32. p.

rábredünk istenképységünk tudatára. Merthogy Jung szerint – s ezzel Gyökössy Endre is egyetért – az ősválónk, ősmagunk egyúttal istenképőségünk pszichikus reprezentánsa is. Maga Gyökössy így ír erről: Jung a pszichoterápia céljának a páciens önmagára találását tartja. „Ezt individuációnak, egyéniséggé válásnak nevezi. Itt nem egyszer utal Jézusra, mint a nyugati emberiség archetípusára, Selbst-jére, a prototípusra, az ecce homo-ra, a legtisztább és legszentebb ember-ősképre, Akit Isten adott. Ezt az individuációt János így fogalmazza meg: 'Szeretteim, most Isten gyermekei vagyunk, de még nem lett nyilvánvaló, hogy mivé leszünk' (1Jn 3,2). Nos, Jung erre a lehetőségre utal. Ezért – hisszük – az ő szellemében írhatjuk, hogy az individuáció útja nem önmagáért való, hanem az az áldozat, a szeretet és a kockázat útja.”¹⁴ Nem sokkal később így folytatja: „Jungnál, amit ő Selbst-nek, ősmagunknak, a psziché centrumának nevez, az istenképőségünk archetípusa, az 'istenti pecsétnyomó emberi lenyomata,' a Biblia szavaival Isten országa, királyi uralma mibennünk, vagy Pál szavaival a Szentlélek templomának a szentélye. Egyben kapcsolópontunk is Istenhez.”¹⁵

Maga Jung nagyon óvatosan fogalmaz ebben a kérdésben: „A vallásos álláspont érthető módon a lenyomatot létrehozó pecsétnyomóra teszi a hangsúlyt, a pszichológia mint tudomány a számára egyedül megfogható typosz-ra, a lenyomatra. A vallásos álláspont a lenyomatot úgy fogja fel, mint a pecsétnyomó hatását, a tudományos álláspont viszont úgy kezeli, mint számára ismeretlen és megfoghatatlan tartalom szimbólumát.”¹⁶

E visszafogottság ellenére is néhány jogos kritika érte Jung felfogását, amelyek Gyökössynél elmarasztaló megjegyzések nélkül egyszerű kiigazításokként jelennek meg.

a. Az egyéniséggé válás nem lehet öntörvényűen magától lezajló folyamat, hanem feladat is. Isten biztató, máskor ítéletes vagy parancsoló Igékkel mozdít előre, és buzdít növekedésre a hitben. Az emberek csak úgy tudnak valóban emberré növekedni, ha van „embermintájuk.” „Akire úgy nézhetnek, gondolhatnak: íme, az ember. S én, s mi olyanok szeretnénk lenni. Ekkor történik, történhet meg az előbb őket felfedező, megszólító és új életre (dzóé) elhívó Jézus Krisztus viszontfelfedezése. Ő az! Ő a prototípus. Az Ember: az Embernek Fia.”¹⁷ A kegyelem elérése, elnyerése nem fokozatosan történik, de a kegyelemben való növekedés előrehaladást jelent a tisztánlátásban, az engedelmességben, a szeretetben, valamint a "mi Urunknak és megtartó Krisztusunknak ismeretében" (2Pét 3,18).

b. Jung Selbst-fogalma nélkülözi a személyességet. Olyan növekedési cél, amely egy személytelen, önmagában való és önmagának elég létet helyez kilátásba, és az egyre teljesebb befelé fordulás, visszavonulás útján érhető el. A keresztyén életben is van helye az elcsendesedő visszavonulásnak, a keresztyén embernek is van helye a félreeső "belső szobában," de ott is dialógusban, személyes beszélgetésben tölti az időt: imádkozik és feleletet vár, vagy ő felel, mert már megszólított. Gyökössy Jungot kiegészítve hangsúlyozza, hogy az individuáció „nem önmagáért való, hanem az áldozat, a szeretet és a kockázat útja”. „Aki az Úrban növekedve él, hamarosan rádöbben, hogy Jézus lénye (élete és Igéje) szüntelen túlul önmagán. Nem engedi, hogy Nála, az Ő-nél megrekedjünk. Nem engedi, hogy most már Benne élvezzük az új élet mozdulatlanágát. (...) Ezért felfedeztetni velünk az ők-et, az Embernek Fia az emberek fiait és feléjük nyitja ki, növeli, tágítja életünket, szüntelen szolgálatba állít, az emberek fiait szolgálatába. (...) Jézus lénye tulajdonképpen szüntelen tördeli bennünk és Én és a Te falát a Mi felé.”¹⁸

¹⁴ Gyökössy E.: Magunkról... 15. p.

¹⁵ Uo. 17. p.

¹⁶ C.G. Jung: Gesammelte Werke Bd. 12. Olten 1972. 32. p.

¹⁷ Gyökössy E.: A növekedés boldogsága, Bp. 1990. 11. p.

¹⁸ Uo. 12. p.

2.2. Tartalommal telítés – V. E. Frankl pszichológiája nyomán

Talán éppen Jung pszichológiájának egyoldalúsága irányította Gyökössy figyelmét V. Frankl pszichológiája felé. Az ő emberszemléletének középpontjában az ember személy volta áll, amely a viszonyulás szabadságában, a felelősségtudatban, értelmet adó tartalmak keresésében, az önmagunkon való túllépés és az önátadás, valamint az áldozatvállalás képességében fejeződik ki. A „Magunkról magunknak” első kiadásában még hiába keressük V. Frankl nevét, csak a 80-as években bukkan fel Gyökössy írásaiban. Pasztorálpszichológiai hitvallásának megfelelően ennek a lélektani koncepciónak a végső eredményeiből is azokat emeli ki, amelyekre a szolgáló lelkésznek szüksége lehet, hogy jobban ismerje az embert, akin segíteni akar, és olyan módon segíthessen, hogy az valóban hathatós legyen. A leggyakrabban idézett frankli gondolatok: az egzisztenciális frusztráltság következtében előálló egzisztenciális vákuum fogalma és a paradox intenció terápiás módszere.

a. Az ürességérzést Frankl a felelősség előli menekülésre és a szabadságtól való félelemre vezeti vissza. A demokratikus társadalmak szabadságeszménye olyan felelősséget terhel az egyénre, amit az nem képes vállalni. Neki kell ugyanis a lehetőségek sokaságából, melyek alig különböznek egymástól (csak a reklámügynökségek kreálnak mondvacsinált különbségeket), kiválasztani a legjobbat. Belefásul az állandó döntéskényszerbe és azt mondja: mindegy! Ha a figyelemfelkeltő ingerek nem elég erősek és különösek, akkor az érdektelenség bénasága üli meg az embert. Az unalom, a kezdeményezőkéesség hiánya, a fatalisztikus életbeállítottság a tünetei a belső ürességnek, motivátlanságnak. Ezt az űrt valamivel – akár válogatatlan hiábavalóságokkal is – ki kell tölteni, hogy a lét elviselhető legyen. Mert az űr rémületes. Ebben a helyzetben egy computer-állatkáról való gondoskodás kockázatmentes felelőssége is elég a minimális mobilizáltság eléréséhez, vagy különös izgalmat jelent valami törvénybe ütköző tettet elkövetni, hogy végre valamiért felelni kelljen. Gyökössy az űr-betöltő önsorsrontó szenvedélyek gyógyítására szenvedélycserét ajánl: szenvedélyesen kezdjük el szeretni Jézust, az Ő életét és Igéjét. Legyen Ő a legfőbb életmotívum – s hamarosan cselekvési motívummá is válik, mert a megmentetteket lélekmentésre indítja.

b. A logoterápia (Frankl pszichoterápiája) módszerei közül az ún. paradox intenciót alkalmazza Gyökössy Endre tudatosan. Frankl szerint két specifikusan emberi jelenség van: az önmagunkon túllépés és az önmagunktól eltávolodás képessége. A paradox intenció (fordított kívánság) az öneltválozás képességét igyekszik terápiásan hasznosítani. A terapeuta arra kéri a fóbiás vagy kényszercselekvésektől szenvedő beteget, hogy kívánja és akarja megtenni azt, amitől betegesen fél, vagy amitől mindenáron szabadulni szeretne. Az elkezdés mindig nagyon nehéz, mert nem vagyunk hozzászokva, hogy szembe menjünk a félelmetessel. Gyakran szükséges, hogy a terapeuta megtámogassa a sok kudarcból elerőtlenedett akaratot. A hétköznapokból is ismeretes az a módszer, hogy szándékosan rosszra számít valaki, hogy kellemesen csalódhasson a végén. Ez is paradox intenció, főképp akkor, ha valaki komolyan fel is készül lelkileg a rosszabb eshetőségre, s úgy várja bekövetkeztét, hogy már előre elfogadta. Az ember nem kell, hogy kiszolgáltatott legyen az érzelmeinek, még a legmakacsabb félelmeknek sem, mert ember voltához tartozik egy bizonyos szellemi függetlenség, melynek alapján maga döntheti el, hogyan viszonyuljon hozzájuk. Ez nemcsak az érzelmeire, hanem a testi létre (pl. fájdalmak, rosszullétek stb.) és a külső körülményekre nézve is igaz. Érzések fellépését nem akadályozhatjuk meg, de hogy miként viszonyulunk hozzájuk, azt eldönthetjük: Ez a szabad tér általában nagyon szűk, de hatalmassá bővíthet, ha benne az embert nemcsak egy embertárs (terapeuta, lelkigondozó) biztatása, hanem Isten szabadító hatalma és ereje támogatja meg. Ilyen alapon mondhatja a

zsoltáros: „az én Istenem által kőfalon is átugrom” (Zsolt 18,30), vagy „mikor félnem kellene is, én bízom Tebenned” (Zsolt 56,4).

2.3. Kapcsolatápolás – a humanista pszichoterápia gyakorlata szerint

Gyökössy Endre által is gyakran hangoztatott antropológiai igazság: lelkiileg egészséges embernek lenni annyit tesz, mint jó kapcsolatban lenni önmagunkkal, személyi és természeti környezetünkkel és Istennel.¹⁹ Nem új felfedezés ez, de a humanista pszichológiának elkötelezett pasztorálszichológia tűzte ismét zászlajára és nevezte a kapcsolatápolást ennek alapján a lelkigondozás legfontosabb feladatának. Minden pszichikus zavar kapcsolatavarként is felfogható. E tekintetben a hagyományos lelkigondozás felfogása és a modern szemléletmód között nincs lényeges különbség. Az eltérés abban áll, hogy ki melyik kapcsolati dimenziót helyezi előtérbe.

Thurneysen késői gyakorlati lelkigondozástanában külön súllyal tárgyalja a lelkigondozás találkozásoldalát. Itt írja: „Isten az embertársi kapcsolat terében akarja Igéjét hallatni velünk”²⁰ s M. Buberre hivatkozva leszögezi, hogy az Istennel való találkozás embertársakkal együtt és embertársak által megy végbe. Világosan kitetszik ezekből a szavakból, hogy az embertársi kapcsolat az Isten-kapcsolatot szolgálja.

A modern lelkigondozás abból indul ki, hogy Isten kapcsolatban áll az emberrel, amit ő az embertársi kapcsolatok síkján tapasztalhat meg. Az elfogadó, előítélet-mentes odafordulás a másik emberhez, főleg ha az szeretethiánytól szenved, „evangéliumgyakorlás” (M. Josuttis), Krisztus szeretetének a megjelenítése, ezért gyógyító ereje van. Vagyis nem az Istennel való kapcsolat gyógyítása a lelkigondozás elsődleges célja e felfogás szerint, hanem krisztusi szeretetkapcsolatban az ember-ember viszony rendezése egyfelől az embertársi kapcsolatok, másfelől az embernek önmagával való kapcsolata vonatkozásában. Gyökössy egyik kapcsolatot sem emeli ki a többiek rovására, mert „a lelki egészséget biztosító hármasegy kapcsolat bármelyik tagjának túlhangsúlyozása bajt okozhat, és ez megronthatja a másik két kapcsolatot is”.²¹ Egyetértőleg nyilatkozik a terapeuta, illetve a segítő magatartás rogersi alapelemeiről. Valóban nem lehet segíteni annak, akit nem vagyunk képesek elfogadni. Ezt már Jung is hangoztatta, de Pál apostol kérése közel kétezer éve olvasható: "A hitben erőtelent fogadjátok be, nem ítélgétevé vélekedéseit" (Rm 14,1). Az elfogadást semmi más nem előzi meg, csak az a tudat, hogy a másik is ember, Isten képének a hordozója, bármennyire is eltorzult az a kép. A megértésnek már van előfeltétele: ez pedig az empátia, a beleélő-beleéző odafigyelés a másokra. Így sikerül mindent meglátni, mindent meghallani. Azt is, ami a szavak mögött van, és amit az arckifejezések, a kézmozdulatok és a testtartás kifejez. Meghallani „a hallgatásban a jajgatást, némaságban a sikoltást”, s meglátni „a bénaságban a menekülési kényszert”. A gondozott pedig akkor tudja elfogadni, és akkor érti meg a lelkigondozót, ha annak őszinte, hiteles a viselkedése, s az érzelmei és szavai egybecsengenek, továbbá ha összhangban áll a viselkedése azzal, ami az Isten szolgájától elvárható. A non-direktivitás szabályát is ettől az irányzattól kölcsönzi Gyökössy, bár nyomait Jungnál is felfedezi. A lelkigondozó feladata az, hogy a partnerét döntésre inspirálja, nem pedig az, hogy kész megoldásokat tárjon elé. A döntéshez vezető úton pedig igyekszik inkább kísérni, társul szegődni mellé, mintsem vezetni vagy irányítani.

Szintén a partnercentrikus pszichoterápiából származnak azok a figyelmeztetések, amelyek súlyos hibák elkövetésétől tarthatják vissza a lelkigondozót. Többféle lista készült már a beszélgetésvezetés hibáiról. Gyökössy azokat gyűjti össze, amelyek a lelkigondozói beszélgetésekben leggyakrabban kísértének. Ezek:

¹⁹ Gyökössy E.: Magunkról... 213. p.

²⁰ E. Thurneysen: i. m. 81. p.

²¹ Gyökössy E.: Magunkról... 128. p.

- a moralizálás, mert hiszen van kész, évezredek tapasztalatokkal igazolt s ráadásul Istentől való normarendszerünk,
- a dogmatizálás, mert hiszen ismerjük az igazságot, mégpedig a legteljesebbet, Isten írásba is adta nekünk, talán csak meg kell mondanunk annak, aki még nem hallotta,
- a diagnosztizálás, mert hiszen már hallottunk egyet s mást az ember lelki életének nyomorúságairól, s van annyi emberismeretünk, hogy átlássuk a másik problémáját,
- az általánosítás, mert hiszen nem ez az első eset, amivel találkoztunk, mással is megtörtént már hasonló és túlélte.

Lehet igazságos az ítéletünk, lehet találó a bölcsesség, ami eszünkbe jut, lehet hogy helyesen éreztünk rá a lélektani összefüggésekre, s az élettapasztalatunk alapján joggal vélhetjük tipikusnak a hallott problémát, mégis tartózkodnunk kell a moralizáló, dogmatizáló, diagnosztizáló és általánosító reakcióktól, mert a másik ember lekezelve, megvetve, vagy éppen megfélemlítve, esetleg megbabonázva érzi magát, vagy pedig az a benyomása támad, hogy őt itt nem veszik elég komolyan. Erre nagy valószínűséggel védekezni kezd, magába zárkózik, tehetetlen kisgyermekké zsugorodik, vagy menekülni szeretne – de a legkritkább esetben gyógyul az élete. Pedig a lelkipozásnak valamilyen értelemben mindig gyógyítónak kell lennie.

A pasztorálpszichológia művelése Gyökössy Endre munkásságának egyik szelete. Legalább ugyanilyen jelentős igehirdetői szolgálata, és felmérhetetlen azoknak a száma, akik a vele folytatott beszélgetések nyomán, vagy az ő igehirdetéseinek hatására találtak megoldást életük válságos helyzeteiben, s kerültek közel, sőt közösségbe az élő Istennel. Halála után nyomtatásban is megjelent prédikációi jól mutatják, hogy a pasztorálpszichológiai szemléletmód az igehirdetést is lelkipozóivá teszi.