

TOM MARSHALL

HELYES KAPCSOLATOK

Fordította: Lukács Tibor

Minden jog fenntartva. Jelen kiadvány egyetlen része sem sokszorosítható, nem tárolható számítógépben, és nem terjeszthető sem mechanikus vagy elektronikus formában, fénymásolatban, vagy bármilyen más módon a kiadó előzetes hozzájárulása nélkül. Rövid idézetek illusztráció céljából felhasználhatók.

Az igei idézetek, ha külön nincs jelölve, a Károlyi Bibliafordításból származnak.

 **MAGYAR KERESZTÉNY KULTÚRÁÉRT** 
ALAPÍTVÁNY

 **MAKKA** 

TARTALOM

Bevezetés

1. fejezet A kapcsolatok mint a központi kategória

- Mit jelent az, hogy kapcsolat?
- Kapcsolatunk Istennel
- Utalások

2. fejezet A kapcsolatok megértését segítő fogalmak

- Eszközül szolgáló kapcsolatok
- Beteljesítő kapcsolatok
- Kapcsolatunk Istennel
- Intimitás
- A kapcsolat kiterjedése
- Bensőséges kapcsolat Istennel?
- A kapcsolatok építőkövei
- Utalások

3. fejezet A szeretet, a legtartósabb építőelem

- A szeretet tartalma
- A szeretet kifejezési formái
- Utalások

4. fejezet A bizalom: az elkötelezettség ára

- A bizalom meghatározása
- A bizalom tartalma
- Egy pillanat műve, vagy egy folyamat eredménye-e a bizalom?
- A bizalom felépítése
- Bizalom és vezetés
- Utalások

5. fejezet Tisztességre teremtve

- Mi a tisztelet vagy megbecsülés?
- A tisztelet értékmérői
- A tisztelet tartalma
- A tisztelet kifejezése és megadása
- Utalások

6. fejezet A megértés fogalmának megértése

- A kezdet és a vég
- Miért akarjuk, hogy megértsenek bennünket?
- Hogyan ismerhetjük meg egymást?
- Az emberi szellem szerepe
- A szavak mint a szellem hordozói
- Önmagunk leleplezése: a nyitott ajtó
- A magunkról szóló üzenetek helyes értelmezése
- Képzelet: belépés a másik ember gondolatvilágába
- Empátia
- Utalások

7. fejezet A kapcsolatokat károsító magatartásformák

A szeretetre nézve ártalmas dolgok
A bizalmat romboló magatartások
A tiszteletet romboló viselkedésmódok
A megértés akadályai
És mi a megoldás?
Utalások

8. fejezet Amikor a kapcsolat válságba jut

Gondolkodásunk zavarai
Érzelmi állapotok
Viselkedési minták
Beavatkozás segítségnyújtás céljából
Utalások

9. fejezet A visszaút: a megbékélés

Mi a megbékélés?
Mi az, ami megbékélt?
A szeretet megújulása
A bizalom gyógyulása
A helyreállított tisztelet
A megértés újraéledése
Utalások

10. fejezet Hogyan békél meg Isten?

Személyek békülnek ki egymással, nem problémák
Csak a kegyelem működik
Megbékélés és kapcsolat
A kibékülés felé vezető lépések
Utalások

11. fejezet Problémák megoldása a kapcsolatokon belül

Hosszútűrés
Megoldatlan múltbeli sérelmek
Véletlenségből okozott sérelmek
A helyreállító harag
A megbocsátáshoz vezető út
Amikor elutasítják a bocsánatkérést
Utalások

1. Függelék A sérült bizalom helyreállítása

1. Megbánás
2. Kártérítés
3. Megváltás
4. A dolgok átértékelése

A bizalomra való készségünk helyreállítása
Utalások

2. függelék Az „egymás”-szindróma

Szeretet
Bizalom
Tisztelet
Megértés, ismeret

Bevezetés

Ez a könyv a kapcsolatokról szól. Nem egy bizonyos fajta kapcsolatról, mint például a házasság, a munkaviszony, vagy a gyülekezeti élet, hanem általában a kapcsolatokról. Mit jelent az, hogy kapcsolat, hogyan működik, hogyan romolhat el, és ami még ennél is fontosabb: hogyan lehet újból összerakni.

Több okból is szükségünk van egy ilyen könyvre. Az egyik ok az, hogy ha nem értjük meg, hogyan működtek volna eredetileg Isten terve szerint a kapcsolatok, akkor arra vagyunk utalva, hogy a saját bőrünkön kísérletezve, vagy másokat utánozva jöjjünk rá a dolgok nyitjára. Legtöbbször így tettünk szert arra a jártasságra, amivel a kapcsolatok kérdésében rendelkezünk, de még ha meglehetősen jól boldogulunk is ezen a területen, akkor is annyi tanulnivalónk maradt még erről a témáról, hogy érdemes rászánni egy kis időt. Valószínű, hogy soha nem leszünk tökéletesek.

A másik ok még ennél is fontosabb. Ha nem tudjuk, hogyan kell funkcionálnia egy kapcsolatnak, és mire van szüksége ahhoz, hogy fejlődjön, akkor megtörténhet, hogy szétesik, és még csak nem is fogjuk érteni, hogyan jött létre az a válsághelyzet. Meglehetősen általános dolog, hogy amikor valakinek tönkremegy egy kapcsolata, teljesen tanácstalanul ezt kérdezi: „Vajon hogy jutottunk ebbe a zűrzavarba?” „Kezdetben annyira szerettük egymást, most meg minden így elromlott? Hogy lehet ez?” Ilyen bizonytalanságban és zűrzavarban pedig aligha fogjuk tudni, mit kell tennünk ahhoz, hogy újra a megfelelő vágányra állítsuk azt a kapcsolatot.

Meg kell vallanom azonban, hogy ennek a könyvnek a létrejöttéhez az a keserves felismerés is hozzájárult, hogy a jelek szerint a keresztényeknek ugyanolyan súlyos problémáik vannak a kapcsolatok területén, mint a hitetleneknek. Ráadásul bár nekünk szakértőknek kellene lennünk az emberi természet megértésében és megváltoztatásában, a válságba került és szétesett kapcsolatok helyreállításában tanúsított teljesítőképességünk egyáltalán nem ezt mutatja. Az igazat megvallva nem nagyon szárnyaljuk túl a világi tanácsadók eredményeit, és sem az ő sikereik, sem pedig a sajátjaink nem adnak nekünk túl sok okot a lelkesedésre.

De amikor rászántam magam, hogy visszamenjek az alapokhoz, és feltegyem azokat az elemi kérdéseket, amelyeket már régen meg kellett volna kérdezniem, és keresni kezdem a válaszokat az Alkotó kézikönyvében, felderengett előttem a világosság az alagút végénél. Megértettem, hogy az Ige nemcsak a kapcsolatok természetének és a működésükhöz szükséges alkotóelemeknek a leírását célozza meg, hanem ki lehet belőle bogozni a helyreállításnak egy olyan meglepően működőképes módját, amelyben néhány évvel ezelőtt még nem mertem volna hinni. A tapasztalatok azonban bebizonyították - legalábbis a számomra -, hogy ez a reménység nem megalapozatlan. Ma ott él bennem az az izgalmas várakozás, hogy még mindig van mit megértenem és megvalósítanom.

1. fejezet

A kapcsolatok mint a központi kategória

Valóban nehéz lenne túlhangsúlyozni a kapcsolatok témakörének fontosságát. Most már látom, hogy hosszú időn keresztül úgy kezeltem ezt a témát, mint valami mellékes dolgot. Valahol a periférián helyeztem el, ahol életem más emberek életével találkozott. Ma úgy tekintem a kapcsolatokat, mint emberi létünk központi tényezőjét. Valós kapcsolatok hálózatában éljük le életünket, és ezektől elvágvá halálra vagyunk ítélve. Egy átlagember is képes minden nehézség nélkül felsorolni vagy húszféle kapcsolatot, amelyben egyetlen nap leforgása alatt részt vesz. Mégis csak nagyon kevés időt szánunk rá arra, hogy eltűnjünk azokon az alapvető dolgokon, amelyekből ezek az egymásra hatások felépülnek.

Talán ez az egyik oka annak, hogy ezek ilyen sok gondot okoznak, mivel problémáink többsége a kapcsolatokban rejlő nehézségekből ered. Házassági és családi problémák, munkahelyi, üzleti és társadalmi problémák, vallási, faji és munkaügyi viszályok, politikai és nemzetközi feszültségek: ezek mind-mind olyan kapcsolatokból származnak, amelyek nem működnek. A ránk nehezedő kísértések és minden bűn elsődleges hatása a kapcsolatok szétzúzódásában jelentkezik. A végeredmény pedig az, amit mind a Biblia, mind a világi pszichológia elidegenedésnek nevez: elidegenedés vagy elszakadás Istentől, emberektől és a világtól, valamint döntés- és cselekvésképtelenség a kapcsolatokban. Legfőbb ideje, hogy komolyan elgondolkodjunk ezen az egész témakörön. Azt javaslom, hogy kezdjük a kapcsolatok anatómiájával és patológiájával. Ha ezt elmulasztjuk, minden jó szándékunk ellenére is olyanok leszünk, mint az az orvos, aki helyére akar illeszteni egy törött lábat, vagy diagnosztizálni akar egy betegséget, anélkül hogy valaha is tanulmányozta volna az emberi test anatómiáját és élettanát.

A kapcsolatok témakörének megértése azért is nagyon fontos, mivel Istennel való kapcsolatainkra is hatással van. Egész életem megváltozott, amikor évekkal ezelőtt felismertem, hogy pontosan úgy kapcsolódunk Istenhez, mint más emberekhez. Más szavakkal: mindkét területen ugyanazok a részek szerepelnek. Vannak emberek, akik azért nem tudnak szoros kapcsolatba kerülni Istennel, vagy azért nem értik igazából, hogyan lehet felépíteni a Hozzá fűződő kapcsolatot, mivel nehézségeik vannak általában a kapcsolataikban, vagy egyszerűen nem tudják, hogyan kell ezt csinálni. Mások számára pedig - szomorú, de így van -, az egyház nyelve az annyira misztikussá tette ezt az egész ügyet, hogy Isten megismerése számukra valami olyan megfoghatatlan dologgá vált, amit legfeljebb néhány vakbuzgó vallásos ember élhet át.

Az igazság az, hogy a kapcsolatok kérdésköre a Biblia Istenre és az emberre vonatkozó egész kijelentésének szívében helyezkedik el.

1. Isten első kijelentése teremtményéről, az emberről, így hangzott: „Teremtsünk embert a mi képünkre és hasonlatosságunkra”.¹ Más szavakkal: az ember létezésének célja Isten visszatükrözése, vagyis életének és jellemének utánzása. De az az Isten, akit az ember visszatükröz, örökkévaló, végtelen kapcsolatokban létezik: Atya, Fiú és Szellem. **A második:**

„Nem jó az embernek egyedül lenni”.² Ezért van az, hogy az ember a Bibliában mindig kapcsolatban jelenik meg. Egyedül sebezhetőek vagyunk, legnagyobb félelmünk és gyötrelmünk mindig a magány.

„Sokkal jobban van dolga a kettőnek, hogynem az egynek, mert azoknak jó jutalmok van az ő munkájukból. Mert ha elesnek is, az egyik felemeli a társát. Jaj pedig az egyedülvalónak, ha elesik, és nincsen, aki őt felemelje.”³

2. A Bibliában az élet és a halál a kapcsolatok kérdéseként jelenik meg. Ha kapcsolatban állunk Istennel, az Élet Forrásával, akkor élünk; ha elszakadtunk Istentől, az Élet Forrásától, akkor halottak vagyunk. Hiába járkálok, nevetek, eszem, harcolok vagy alszom, mégis halott vagyok. Minden a Vele való kapcsolattól függ.

Ezért van az, hogy a *megigazulás* fogalma alapvetően kapcsolati kérdés. Azt jelenti, hogy helyesen viszonyulunk másokhoz. Egy pillanat alatt megállapíthatjuk, ha nem vagyunk helyes kapcsolatban a feleségünkkel vagy a barátunkkal. Még „*az Úr félelme*” kifejezés sem félelmet vagy bénító rettegést jelent, hanem a kapcsolat minőségére vonatkozik. Az óhéber nyelvben az Úr félelme azt jelenti, hogy megtartjuk parancsolatait, az Ő útjain járunk, hallgatunk szavára, ragaszkodunk Hozzá, szeretjük és szolgáljuk Őt.⁴ Nem csoda, hogy ezt a bölcsesség kezdetének és minden ismeret legfontosabb alapfeltételének nevezi az Ige.

3. Istenhez pontosan úgy kapcsolódunk, mint más emberekhez. Ez az oka annak, hogy az Istenhez fűződő kapcsolatunkban jelentkező problémák befolyást gyakorolnak emberi kapcsolatainkra is, emberi kapcsolataink problémái pedig hatással vannak Istennel fenntartott kapcsolatunkra.⁵

Az Istenhez és az embertársainkhoz fűződő kapcsolataink lényegében hasonló természetűek. A két dolog nem pontosan ugyanaz, mivel az Isten és ember közötti kapcsolatnak vannak olyan elemei (például a dicséret), amelyek kizárólag Istent illetik meg, emberi kapcsolatokban nincs helyük, de ezeket leszámítva a kettő ugyanúgy épül fel. Ezért tapasztalhatjuk azt, hogy néhány kisebb szövegmódosítással a Krisztusnak énekelt dicsérő dalok közül sokat szerelmes dalként elénekelhetnénk a feleségünknek, a férjünknek, vagy a kedvesünknek is. És ez az oka annak is, hogy János egy helyen ezt írja levelében: abból tudjuk, hogy szeretjük Istent, hogy szeretjük testvéreinket, máshol pedig azt írja, azért tudhatjuk, hogy szeretjük testvéreinket, mert Istent szeretjük.⁶ Vessünk tehát egy pillantást ezeknek a kapcsolatoknak az alaptermészetére, amely olyan közel helyezkedik el emberi természetünk szívéhez!

Mit jelent az, hogy kapcsolat?

Életünk minden napján érintkezésbe kerülünk másokkal, és hatást gyakorolunk egymásra. Bizonyos kölcsönös egymásra hatások a személyes kapcsolatok kategóriájába esnek, de ezek egymástól lényegesen eltérő természetűek lehetnek. A házasság és a család például bizalmas és kizárólagos, míg más kapcsolatok, mint például egy sportklub, egy egyház, vagy egy politikai párt tagsága nyilvános és nyitott. Vannak állandó kapcsolatok, melyekben rendszeresen részt veszünk, ilyenek például a munkatársainkkal való kapcsolataink, más kapcsolatok rendszertelenek és alkalmiszerűek, mint például az orvos és a páciens, vagy a boltos és a vásárló közötti kapcsolat. De mi ezekben az a közös alap, amely miatt ezek a személyes kapcsolatok kategóriájába tartoznak? Az itt következő egyszerű meghatározás érvényes a legtöbb kapcsolatunkra, és kifejezi alaptermészetüket:

Kapcsolatnak nevezzük az élet kölcsönös megosztását két vagy több személy között.

Figyeld meg, hogy a kapcsolat fogalmának meghatározását az emberi kapcsolatokra korlátoztuk! Nyilvánvaló, hogy vannak más jellegű kapcsolatok is, mint például ember és állat között, vagy az ember és környezete között, de ezek kívül esnek jelen tanulmányunk tárgykörén.

Definíciónk magában hordoz néhány fontos megállapítást:

1. Kölcsönösség

Ahhoz, hogy két ember között kapcsolat jöhessen létre, mindkettőjüknek hozzá kell járulniuk valamivel, bele kell fektetniük valamit a közöttük zajló kölcsönhatásba. Nem lehet senkivel teljesen egyoldalú kapcsolatot, valamilyen módon mindkét félnek részt kell benne vennie. Egy filmsztár rajongói klubjának tagja bálványozhatja kedvencét, ismerhet intim részleteket életstílusáról, ízléséről és véleményéről, szabadidejének legnagyobb részét a klubban töltheti, hogy érdeklődését kielégítse, de ha bálványa még csak nem is ismeri őt, akkor minden igyekezete ellenére sincs vele kapcsolata.

Annak, amivel a felek hozzájárulnak a kapcsolathoz, nem kell feltétlenül megegyeznie, sem jellegében, sem mértékében. Egy vállalkozásban a munkavállaló idejével, képességeivel és igyekezetével, munkaadója pedig pénzével, útmutatásaival és a munkához szükséges eszközök biztosításával vesz részt. Kapcsolat áll fenn közöttük. A tanár ismereteit, tapasztalatait és a tantárgy iránti lelkesedését osztja meg tanítványaival, míg a diákok figyelmükkel, kérdéseikkel, erőfeszítéseikkel és a vizsgákon elért eredményeikkel járulnak hozzá a tanár és az osztály közötti kapcsolathoz. Vannak helyzetek, amikor úgy tűnik, hogy csak az egyik fél ad, például az anya és az újszülött kapcsolatában, de minden anya megmondhatja, hogy a csecsemő is hozzájárul a kapcsolathoz.

A kölcsönösségnek vannak további vonzatai is. A kapcsolat növekedéséért és fejlődéséért mindkét felet felelősség terheli. Ha egy kapcsolat összeomlik, biztos lehetsz abban, hogy mindkét fél hibás, és az összetört kapcsolat helyreállításában is mindkettőjüknek fel kell vállalniuk azokat a terheket, amelyek elhozzák a kívánt eredményt. Egy kapcsolat soha nem maradhat fenn, ha egyoldalú, szinte soha nem omlik össze csak az egyik fél hibájából, és egészen biztos, hogy soha nem lehet egyoldalúan helyreállítani.

2. Az élet megosztása

Amikor azt mérlegeljük, mit is jelent valójában egy kapcsolat, akkor még érzékenyebb területre merészkedünk. Miből áll egy kapcsolat? Pusztán cselekvéssorozatból, külső kölcsönhatásokból, vagy van benne valami több?

Bemegy egy üzletbe, az eladó azonnal kiszolgál, elveszi tőled a pénzt, és ezt mondja: „Köszönöm”. Úgy érzed magad, mintha egy pénzbedobásra működő géppel állnál szemben. Bemegy egy másik boltba, az eladó kiszolgál, elveszi tőled a pénzt, és így szól: „Köszönöm”. Most viszont azt érzed, hogy elfogadnak, értékelnek és tisztelnek téged, az a benyomásod támad, hogy ez a vásárlás értelmet ad egész napi munkádnak. Szavamat adom, hogy ebbe az

üzletbe máskor is szívesen visszatérsz. Mi volt a különbség? Az, hogy az egyik eladó a szolgáltatékésztségét vitte bele a kapcsolatba, míg a másik saját magát. De mindez vajon mit jelent?

Az a tény, hogy mi testben élő, testet öltött szellemi lények vagyunk, hozzásegíthet minket ennek megértéséhez. Lényünk igazi szíve a szellem. A test szellem nélkül halott, egy hulla, amint azt Jakab írja nekünk levelében.⁷ De mivel mi szellemi lények vagyunk, életünket szellemünkben éljük meg. Például: emlékszel még, milyen volt az, amikor utoljára beszélgettél valakivel, és minden a helyén volt? Rá tudtatok egymásra hangolódni, azonos hullámhosszon voltatok, vagy mondhatod úgy, ahogy akarsz. Emlékszel még, hogy érezted magad ezután? Elevennek, jókedvűnek, izgatottnak, és valamilyen módon beteljesültnak. Az történt, hogy megérintetted a másik ember szellemét. A szellem szellemből táplálkozik. Emlékezz vissza arra is, amikor beszélgettél valakivel, és egy láthatatlan fal volt közöttetek! Csak szavakat, üres frázisokat, vagy érveket váltottatok egymással. Hogyan érezted magad ezután? Unott, üres, fáradt, vagy feszült voltál. Az történt, hogy kinyújtottad kezed egy másik szellem felé, de elutasításban részesültél.

Az élet megosztásának része az emberi szellemek közötti kölcsönhatás is. Vannak emberek, akik ezt minden nehézség nélkül megteszik, magától értetődik, hogy kapcsolataik tele vannak étellel, és minden csak úgy vibrál körülöttük. Mások szegényes teljesítményt nyújtanak ezen a területen, vagy - mint életem deléig én magam is - egyáltalán nem tudják, hogyan kell ezt csinálni. Ezekben az emberekben gyakran mély vágy él tartalmas kapcsolatok után, de valamiért soha nem sikerül ilyen kapcsolatokat létrehozniuk, és fogalmuk sincs, miért. Ők soha nem tanulták meg, hogyan kell szellemükben kinyúlni mások felé, ezért nem tudják megosztani magukat másokkal. Ez nem személyiség vagy vérmérséklet kérdése, nem attól függ, hogy valaki extrovertált vagy introvertált-e. Egy extrovertált ember belepusztulhat belső magányosságába, bármilyen sokat lármázik és beszél, mivel nem tud megérinteni másokat, és mások sem tudják őt megérinteni. Az igazi személyiség a kifelé mutatott kép mögé van zárva, vagy a játszott szerep mögött rejtőzik. Egy introvertált ember talán csendesesen lép be egy társaságba, lehet, hogy észre se veszi senki, de az első ember, aki szóba áll vele, ki akarja sajátítani őt magának, mivel egy valóságos személyiséggel találkozik, egy olyan emberrel, aki őt is arra készíti, hogy az igazi arcát mutassa. Erre a szempontra tanulmányunkban még többször visszatérünk.

3. Egy harmadik létezés

Lehet, hogy a „létezés” nem a legjobb szó, de ha a „tényező” vagy az „alkotóelem” kifejezést használjuk, az se sokat változtat a helyzeten. A lényeg az, hogy minden kapcsolat egy önálló létezés vagy valóság, önálló életet él, és bizonyos mértékben független azoktól az emberektől, akik azt alkotják. A házasságban a férj és a feleség két külön személy, de van ott egy harmadik szereplő is: a férj és a feleség kapcsolata. A munkaadó és a munkavállaló mellett ott van harmadikként kettejük kapcsolata. Az üzleti életben ez világosan felismerhető. A munkakapcsolatot szerződések szabályozzák, mint például az alkalmazás feltételei, a munkabér megállapítása, a munkakör leírása, stb. De ez a kapcsolat olyan elemeket is tartalmaz, mint a vezetés stílusa, a vezetők hozzáállása és a munkások egymáshoz való viszonya.

A kapcsolatok önálló életet élnek. Ezért tapasztaljuk gyakran nagy meglepetéssel, hogy milyen hatalmas különbség van a résztvevő felek és kapcsolatuk között. Ismertem két hétköznapi embert, akik nagyon szerény képességekkel és adottságokkal rendelkeztek, és nem

is törődtek túl sokat megjelenésükkel és saját személyiségükkel, de házasságuk tündökölt. Láttam más eseteket, ahol a két ember kivételes adottságokkal rendelkezett, bájosak, kedvesek és vonzók voltak, de házasságuk romokban hevert. Az első pár minden tehetségét kapcsolatába fektette, míg a második már régen nem fordított erre semmi gondot.

Az emberek általában nem értik meg ezt a látszólag magától értetődő alapelvet, vagy pedig nem törődnek ennek következményeivel. Sok feleség, ahelyett hogy házasságát próbálná megjavítani, férjét szeretné átformálni. A férfiak ugyanezt teszik. A szakszervezetek és a munkaadók végtelen órákat és megszámlálhatatlanul sok pénzt veszteségetnek el hasonlóan hiábavaló erőfeszítésekre. A munkáltatók megpróbálják átalakítani a szakszervezet tagjait szabadpiaci vállalkozókká, míg a szakszervezet azt szeretné, ha a munkaadókból valamiféle jótékonyági szervezetet formálhatna. Eközben a probléma lényege, a két fél közötti kapcsolat, megterhelődik kudarcokkal és feloldatlan nehezletekkel, amelyek időnként szétszakítják a kapcsolatot, vagy jobb esetben mindkét fél számára gyümölcstelenné és kiábrándítóvá teszik.

Kapcsolatunk Istennel

Mindaz, amit eddig elmondtunk, és az ezután következő dolgok legnagyobb része igaz Istennel való kapcsolatunkra is. Az is lehet, hogy elsősorban a Vele való kapcsolatunkra vonatkozik, és csak azután igaz a más emberekhez fűződő kapcsolatainkra.

A kölcsönösség azt jelenti, hogy bár Isten minden bizonnyal aktívan kíván részt venni a velünk való kapcsolatban, és mindent megtett annak érdekében, hogy ezt létrehozza, az egész dolog csak akkor fog működni, ha mi is odaszánjuk magunkat arra, hogy cselekvően részt veszünk benne. Isten többször is így szólt hozzám: „Semmi többet nem tehetek veled, és nem tudlak téged továbbvinni mindaddig, amíg nem teszel valamit a velem való kapcsolatod megjavítása érdekében”.

Isten végtelen kegyelmével és minden fenntartás nélküli hozzáállásával járul hozzá a kapcsolatunkhoz, de a kettőnk közötti kapcsolat minősége a mi hozzájárulásunktól is függ, nekünk pedig ugyanazt kell ebbe befektetnünk, amit minden más kapcsolat megkövetel: saját magunkat. Órákat tölthetek bibliatanulmányozással, imádkozással és mindenféle keresztény szolgálattal, de ha én személyesen nem vagyok ezekben benne, ha nem adom bele a szellememet, akkor nem jön létre valós kapcsolat Istennel, és nagyon gyorsan meg fogom unni a dolgot, mert úgy látom, hogy nincs semmi értelme.

De ha az emberi kapcsolatokban is csak akkor veszek részt igazából, ha megérintem a másik ember szellemét, és ez annyira izgalmas és életadó élmény, vajon mi történik akkor, ha szellemem megérinti Isten Szent Szellemét? Ez maga az örök élet, az élő víz forrása, ez azt jelenti, hogy rákapcsolódtunk a fővezetékre, és ezt semmivel sem lehet összetéveszteni!

Hogyan tudjuk ezt megtenni? Egyszerűen úgy, hogy teljes szívvel adjuk magunkat, kinyúlunk szellemünkben Isten után, tudatosan és folyamatosan építjük a valóságos kapcsolatot Vele. Szívünkben odahúzódunk Hozzá, benne vagyunk imádságainkban, és gyakoroljuk az Ő jelenlétébe való belépést. Az igazán meglepő dolog az, hogy Ő ugyanezt teszi velünk.

Álljunk meg itt egy percre! Figyeld meg, hogy bár hatmilliárd ember él a földön, amikor Istenhez fordulsz, Ő soha nem mondja ezt: „Várj egy kicsit! Most nagyon elfoglalt vagyok.” Nem is osztja meg figyelmét hatmilliárd ember között. Valami felfoghatatlan módon teljes figyelmével fordul feléd. Ez csodálatos! Magától értetődik, hogy miközben minden figyelmét

neked szenteli, ugyanilyen módon osztatlan figyelemmel hallgat engem és sok millió más embert is, mivel Ő végtelen Isten.

Mi az tehát, amin Istennel való kapcsolatunkban dolgoznunk kell? Eltaláltad! Nem Istent kell megváltoztatnunk, hanem a Hozzá fűződő kapcsolatunk minőségét. Őszintén, becsületesen, hűségesen és nyíltszívűen kell közelednünk Hozzá. Hogyan kell ezt megtennünk? Ezt a következő fejezetekből érthetjük meg.

Utalások

1. I. Mózes 1: 26.
2. I. Mózes 2: 18.
3. Prédikátor könyve 4: 9-10.
4. V. Mózes 10: 12, 13, 20; 13: 4.
5. I. Péter 3: 7.
6. I. János 4: 12; 5:2.
7. Jakab 2: 26.

2. fejezet

A kapcsolatok megértését segítő fogalmak

Láttuk, hogy a kapcsolatok lehetségesek és szükségesek az ember számára, mivel Isten kezdettől fogva így tervezte meg az életünket. De mielőtt továbbmennénk, szükségünk van néhány alapvető fogalom meghatározására, amelyek segítenek majd áthidalni azt a szakadékot, amely a kapcsolatok általános definíciója és azok között a speciális kapcsolatok között tátong, amelyekben nap mint nap részt veszünk. Ezek a fogalmak a kapcsolatok két alapvető típusát érintik, és két olyan alapvető dimenziót írnak le, amelyek gyakorlatilag minden kapcsolatra alkalmazhatók. Az első fogalom megértése érdekében lapozzunk Mózes első könyvéhez, amely két, egymástól meglehetősen különböző típusú kapcsolat eredetét jegyzi fel:

1. **Eszközül szolgáló** vagy **együtműködésre épülő** kapcsolatok, és
2. **Beteljesítő** vagy **társas** kapcsolatok

Eszközül szolgáló kapcsolatok

Az I. Mózes 26: 28-at általában teremtési vagy uralmi megbízatásnak szokták nevezni, amivel Isten ruházta fel az embert a teremtett világban.

„Szaporodjatok és sokasodjatok, és töltsétek be a földet és hajtsátok birodalmatok alá; és uralkodjatok a tenger halain, az ég madarain, és a földön csúszó-mászó mindenféle állaton.”

A parancs és a felhatalmazás az embernek szól, a férfinak, a nőnek és az elszaporodott embereknek, ami az emberiség egészét jelenti. Isten teremtő munkája gondnokának lenni együttműködést jelent, amelyben az emberek egyesítik erőfeszítéseiket és adottságaikat, hogy közösen tegyék meg azt, amire önállóan képtelenek lennének. Figyeld meg, hogy ez kezdetben együttműködés volt, nem versengés! Ezt a fajta kapcsolatot *eszközül szolgáló kapcsolatnak* is nevezhetjük, ami azt jelenti, hogy egy bizonyos cél elérését szolgálja. Az egyén azért létesít valakivel kapcsolatot, hogy elérjen egy bizonyos célt, megvalósítson egy közös célkitűzést. A kapcsolat eszköz, amely ennek a célnak az elérését szolgálja, és ha nem létezne az a bizonyos célkitűzés, akkor semmi sem készítené az embereket arra, hogy kapcsolatra lépjenek egymással. Sok kapcsolatunk ebbe a kategóriába tartozik, például a munkaadó és a munkavállaló, a tanár és a diák, vagy a kereskedő és a fogyasztó közötti kapcsolat. Ezeknek a kapcsolatoknak lehet ugyan olyan vonatkozásuk is, amelyek társadalmi elismeréssel járnak, de az adott célkitűzés nélkül nem maradnának fenn.

Beteljesítő kapcsolatok

Az I. Mózes 2: 18-ban valami egészen mást találunk. Isten ránézett az Éden kertjében élő Ádámra, és így szólt:

„Nem jó az embernek egyedül lenni; szerzek néki segítőtársat, hozzá illőt.”

Ezután Isten Ádám oldalából megformálta a nőt, és odavitte hozzá. Ádám szinte önkívületben kiáltott fel: *„...csontomból való csont, és testemből való test...”* Újfajta kapcsolat született.

„Annakokáért elhagyja a férfiú az ő atyját és az ő anyját, és ragaszkodik feleségéhez: és lesznek egy testté.”¹

Itt egy olyan kapcsolatot látunk, amely nem együttműködésre épül, hanem szociális, nem eszköz, hanem beteljesítő kapcsolat, vagyis nem valamilyen célt szolgál, hanem maga a kapcsolat a cél. Ez volt a kezdete azoknak a kapcsolatoknak, amelyek önmagukért vannak, amelyeknek nincs szükségük semmilyen külsődleges célra, hogy igazolják létezésüket. A házasság nem valami rajta kívül álló cél elérésére jön létre, hanem magának a házasságnak a kedvéért. Még csak nem is azért, hogy gyermekeket hozzanak a világra. Sokkal helyesebb azt mondani, hogy a gyermekek és a család azért vannak, hogy beteljesítsék a házasságot. A válás azért olyan katasztrofális, mert szétzúzza az Istentől rendelt végcél. Nem meglepő, hogy amikor a cél eltűnik, akkor a megvalósítás módja is megkérdőjeleződik. Ha a házasság zátonyra fut, akkor mi értelme van a gyermeknevelésnek? Összefüggés van a társadalmunkban tapasztalható, abortusszal kapcsolatos hozzáállás és a házasság intézményének összeomlása között, mivel a házasság nem kapta meg azt a tiszteletet, amelyet megérdemel. De állítsuk helyre a házasság bibliai felfogását, aztán majd meglátjuk, hogyan alakul az abortuszok száma!

Magától értetődik, hogy nagyon kevés olyan kapcsolat van, amely tisztán csak eszköz vagy csak beteljesítő kapcsolat. Még a munkának is vannak fontos társadalmi aspektusai, a barátok és családok pedig gyakran egyesítik erőiket bizonyos célok elérése érdekében. De a kapcsolatok lényeges jellemzőinek félreértése, vagy egymástól eltérő értelmezése nagyon gyakran okoz problémákat.

Például rájövök, hogy valaki csak azért ápolja velem a barátságot, mert én a bizottságban támogathatom az ő céljait. Azt fogom érezni, hogy engem felhasználtak. A barátság nem arra szolgál, hogy egy cél elérésének az eszköze legyen, legalábbis az én könyvemben nem. A másik oldalon viszont, ha egy kereskedő felhív az irodámban, és barátságos csevegésbe kezd velem a családjáról és arról, hogy mit csinált a hétvégén, akkor ingerült leszek, amiért feleslegesen igénybe veszi az időmet. Ő egy konkrét célból hívott fel, azt kell elintézni.

De semmi rosszat nem látok abban, ha egy munkatársam megpróbál rávenni arra, hogy támogassam javaslatát, és abban sem, ha egy barátom beállít az irodámba egy kis csevegésre. Ezekben az esetekben mindkét fél megértette és tiszteletben tartja a kapcsolat természetét, és egyikük sem érzi azt, hogy a másik kihasználja őt valamilyen célból.

Hasonló módon nem várhatom el a főnökömtől, hogy úgy bánjon velem, mint a haverjával, és érdekelje őt minden problémám. Meg kell maradnom a kapcsolat keretei között, amely elsősorban egy eszközül szolgáló kapcsolat, és nem vehetem rossz néven, hogy a fő hangsúly a minőségen és a termelékenységen van, nem pedig a társas kapcsolatok ápolásán. Ez gyakran

súlyos félreértésekre ad alkalmat keresztény vállalkozásokban, missziós szolgálatok és jótékonyági intézmények vezetésében és adminisztrációs köreibben. A munkatársi kapcsolatok nagyon fontosak, ezt nem szabad szem elől téveszteni, de időnként találkoztam olyan emberekkel, akik elvárták, hogy főnökeik töltsék be a közösség iránti igényeiket, pásztorolják őket, részesítsék őket lelkigondozásban, kapjanak tőlük tanítást, és dicsérjék együtt az Urat a napi munka keretein belül. De ez a kapcsolat nem erre szolgál. Ennek ellenére egyetértek azzal, hogy a keresztény munka sok területén nem lehet éles határvonal az együttműködésre épülő és a társas kapcsolatok között. Az alapszabályok nyílt, őszinte tisztázása azonban sok szükségtelen problémának elejét veheti.

Kapcsolatunk Istennel

Az ember mindenekelőtt az Istennel való kapcsolatra lett teremtve, ezért ennek a kapcsolatnak vannak olyan aspektusai, melyeknek nincs megfelelője az emberek közötti kapcsolatokban. Az egyik ilyen az imádat, mely kizárólag Istent illeti meg; ha valaki vagy valami mást imádkunk Istenen kívül, az bálványimádás, és ítélet alá esik.² Az Isten iránti engedelmesség elsőbbsége az emberi hatalmasságok iránti engedelmességgel szemben szintén lényeges, és minden más kapcsolatunk csak akkor kerül a helyére, ha ezt az elsődlegességet felismerjük.

De Istennel való kapcsolatunk sok más szempontból pontosan úgy működik, mint az emberi kapcsolatok. **Először is: Istennel való kapcsolatunkról lehet a leginkább elmondani, hogy eszközül szolgáló kapcsolat.** Adott célból, a legmagasztosabb célból jött létre, és ez az, amely olyan végérvényesen megragadta Pál szívét:

„...igyekezem, hogy el is érjem, amiért meg is ragadott engem a Krisztus.”³

Isten célja öröktől fogva az Ő országának megalapítása volt, és ez egy olyan nagy cél, hogy Jézus a szántóföldben elrejtett kincshez hasonlította. Ha az ember egyszer megtalálja, mindenét eladja érte. Ha szem elől tévesztjük ezt a célt, akkor minden, amit elérhetünk, saját parányi egónk képességeire és rövid életünkre korlátozódik, és olyanok leszünk, akár a takács vetelője. A legnagyobb célok is annyira triviálisakká válnak, hogy az ember szeretné tudni: vajon az élet megéri-e valójában a fáradságot, vagy egyszerűbb csak a túlélésre koncentrálni az élet vékony felszíni kérgén egyensúlyozni, és nem érdemes mélyebben belegondolni a dolgokba. Egy alkalommal beszélgettem egy kiemelkedő új-zélandi pedagógussal, aki választott hivatásának csúcsát elérve nyugdíjba vonult. Megkérdeztem tőle, milyen érzés a váratlanul rászakadt sok szabadidő. Soha nem fogom elfelejteni az arcát. „Tom - felelte. - Ez szörnyű. Úgy érzem magam, mint az az ember, aki bemegy a bankba, és megtudja, hogy minden pénze hamuvá égett.” Egy éven belül meghalt.

De amikor megragadnak minket Isten nagyszerű céljai, minden értelmet és célt kap. A nehézségek és akadályok jelentéktelenségbe süllyednek, amikor belép a képbe Isten Országá, és még a legkisebb dolog is örökkévaló jelentőséggel rendelkezik, ha Isten Országával kapcsolatos.

Nehogy tévedésbe essünk: Istennek nincs szüksége ránk. Ő mindentől független, és mindent megtehet, amikor csak akarja. Mindenható, ezért minden létező hatalommal rendelkezik; mindentudó, tehát birtokában van minden ismeretnek; örökkévaló, és úr az idő fölött. Nem győzheted Őt le, nem tudod kijátszani, nem tudod túlélni. De ez a fajta szuverenitás nem

elégíti ki Isten szívét. Az egyetlen szuverenitás, ami az Ő szívét kielégíti, az az atyaság szuverenitása, vagyis ha céljai fiaink és leányain keresztül valósulnak meg, akik azért teszik ezt meg, mert ez az Atya akarata. Ez motivál minket egész életünkben, és az eljövendő világban is.

Ugyanakkor Istenhez fűződő kapcsolatunk a leginkább beteljesítő jellegű kapcsolat. Az Ő megismerése egész létezésünk legmagasabbrendű célja. Ha csak az üdvösségben rejlő áldásokért ismerjük meg Krisztust, akkor igazából nem is ismerjük Őt. „Jézus Krisztus annyira szent és vonzó - mondta valaki -, hogy ha egyszer meglátnánk, akkor is megszeretnénk, ha nem a Megváltónk lenne.” Ezt Pál is megértette. *„Sőt annakfelette most is kárnak ítélek mindent az én Uram, Jézus Krisztus ismeretének gazdagsága miatt.”*⁴

Ez forradalmi változást idéz elő hozzáállásunkban. Pusztán az imádkozás kedvéért fogunk imádkozni, az imádat kedvéért fogjuk Őt imádni, a szolgálatban rejlő örömeért fogjuk Őt szolgálni, azért olvassuk a Bibliát, mert ez az Ő könyve, és az Ő megismerésének örömeért akarjuk majd megismerni Őt.

Az a csodálatos, hogy Isten ugyanilyen beteljesülést talál a velünk való kapcsolatban, mivel a barátaivá választott minket, és az a mód, ahogyan ezt megtette, valószínűleg minden emberi kapcsolatnál önzetlenebb. *„Ábrahám az én barátom”* - mondta Isten. *„Ti az én barátaim vagytok”* - mondta Jézus.⁵ A barátságban egyenlőség van, a barátodnak nem parancsolgathatsz, tehát amikor Isten úgy döntött, hogy teremtményeit a barátaivá fogadja, akkor talán a legcsodálatraméltóbb megalázkodásnak lehetünk a tanúi.

Milyen mély és milyen széles?

Van még két fogalom, amely nagyon fontos a személyes kapcsolatok leírásában:

1. **Intimitás.** Milyen mélyen akarunk belépni egymás életébe az adott kapcsolatban?
2. **Kiterjedés.** Életünknek mekkora részét érinti az a kapcsolat?

A kapcsolatok rendkívül széles skálán mozognak mind az intimitás szintje, mind pedig a kiterjedés mértéke szempontjából. Ezenkívül, bár az intimitás és a kiterjedés mértéke között közvetlen összefüggés állhat fenn, nem szükségszerű, hogy ez így legyen. Egy munkatársi vagy üzleti kapcsolat igénybe veheti időnk jelentékeny részét, és még ennél is nagyobb mértékben lekötheti gondolatainkat, mégis csak nagyon kevés személyes intimitást érint. A másik oldalon viszont egy lelkiigondozói vagy egy orvosi tanácsadás rendkívül intim kérdéseket érinthet, miközben életünknek csak egy kis részét érinti, és nagyon rövid ideig tart.

Intimitás

Az intimitás mértékével kapcsolatos eltérő felfogások és elvárások ugyanannyi problémát okozhatnak egy kapcsolatban, mint bármely más aspektus. Például ha én megpróbálok olyan szintű intimitást belevinni egy kapcsolatba, amire a másik személy nem számított, amire nem vágyik, vagy amibe nem akar beleegyezni, akkor tolatódnak fog tekinteni, zavarbaejtő és kellemetlen lesz számára a dolog. A másik oldalon viszont, ha a másik személy arra számít,

hogy mély, intim módon megoszthatja velem vágyait, félelmeit és érzelmeit, de én ezt nem viszonozom, akkor tartózkodónak, zárkózottnak és felszínesnek fog engem látni.

Isten a házasságot a legintimebb emberi kapcsolatnak szánta, annyira intimnek, hogy azt valóban csak így lehet leírni: „*ketten lesznek egy testté*”.⁶ De a házasságra lépő felek egymástól nagyon eltérő elképzelésekkel rendelkezhetnek az intimitás fogalmáról, és gyakran nagyon különbözőek a képességeik szívük legmélyebb dolgainak megosztása területén. Ha ezeket a különbözőségeket nem beszéljük meg, nem értjük meg, vagy nem vesszük figyelembe, akkor előrevetítik árnyékukat a lehetséges problémák. Ugyanez igaz a családi élet más területeire is. Milyen mértékben vállalhatják magukra a szülők a felcseperedő gyerekek célkitűzéseit, félelmeit, terveit és kételyeit, amikor tizenévesek, vagy még nagyobbak lesznek? Mennyit osszanak meg a gyerekekkel saját gyötrelmeikből, kétségbeesésükből és reménységeikből? Nincsenek előre gyártott és tévedhetetlen válaszok ezekre a dilemmákra. A gyerekek gyakran nagyon szenvednek mind gyermekkorukban, mind későbbi életükben az intimitás hiánya miatt. De találkoztam olyan emberekkel is, akik mélyen megsérültek gyermekkorukban, mivel szüleik képességeiken felül megterhelték őket problémáikkal és bizalmas közléseikkel.

A lelkigondozók, szolgálók és pásztorok szintén találkozhatnak az intimitással kapcsolatos problémákkal a lelkigondozás során. Ha az a személy, aki feltárta előtted életének mély területeit, arra számít, hogy továbbra is megmarad az intimitásnak ez a szintje, te viszont nem így gondold, akkor ő mélyen megsérülhet, ha másnap találkozik veled az áruházban, és te kedvesen mosolyogva és vidáman integetve elmegy mellette. A dolog másik oldala viszont az, hogy ha a lelkigondozott arra számít, hogy a tanácsadói szoba intimitása véget ér, mihelyt kilép dolgozószobád ajtaján, akkor ő el fog gondolkodni azon, nem mondott-e el neked túl sokat, ha másnap érdeklődni kezdesz az állapota felől ahelyett, hogy kedvesen mosolyogva és vidáman integetve elhaladnál mellette.

Hatalmas problémák merülhetnek fel, ha a felek soha nem beszéljük meg, milyen szintű intimitásra tartanak igényt. Rendkívül hasznos még a kapcsolat kezdetén megállapodni az alapszabályokban, hogy mindketten tisztában legyenek azzal, mi az, amit a másik elvár vagy elvisel. Ez nem fogja feltétlenül betonba ágyazni a kapcsolatot. A kapcsolatok nem statikusak, hanem folyamatosan változnak, de az intimitás annyira érzékeny kérdés, hogy soha nem szabad magától értetődőnek tekinteni.

Következzen itt néhány fontos szempont, amelyek befolyásolhatják a kapcsolat intimitását.

1. Az intimitásra az a vágy motivál bennünket, hogy egyé legyünk, de úgy, hogy közben megőrizzük saját önazonosságunkat.

Amikor Istennel szeretnénk egyé válni, akkor boldogságra vágyunk, amikor egy másik emberrel, akkor szeretetet keresünk, amikor pedig egy csoporttal, akkor közösségre van szükségünk. Mindezekben az élményekben nagyon fontos saját személyiségünk és egyéniségünk megőrzése. Az Istennel való egyesülés nem azt jelenti, hogy felszívódunk Benne, hanem azt, hogy fiaivá és leányaivá válunk;⁷ az a házasság, ahol az egyik partner teljesen leuralja a másikat, kóros; az a közösség pedig, amelyben az emberek elveszítik önazonosságukat, kultusszá válik.

2. Isten úgy alkotott meg minket, hogy szükségünk van intimitásra, mivel csak az intimitás szabadíthat meg minket a magányosságtól.

Az Ige egyik legfigyelemreméltóbb megállapítása Ádámra vonatkozik. Az Édenkertben élő, romlatlan Ádámról ezt mondja Isten: „*Nem jó az embernek egyedül lenni*”.⁸ Az embernek szüksége van a saját fajtársaival való intimitásra, ezért Isten kivette az asszonyt a férfi oldalából, hogy mindkettőjük számára gondoskodjon intimitásról. Szoros kapcsolatunk közös intimitásában megérintjük egymás szellemét, és lényünk legrejtettebb része többé nem lesz magányos, hanem elfogadásban, megerősítésben, szeretetben részesülünk, és életet kapunk egymástól.

3. Az intimitás sebezhetővé tesz minket, mivel lebontjuk a közöttünk álló falakat, és mindig szerepelnek benne az érzelmek.

Egy intim kapcsolatban nemcsak a szeretetre és a megerősítésre vagyunk nyitottak, hanem a sérülésekre is, mivel amit megosztunk a másikkal, amit leleplezünk előtte, azt félre lehet érteni, és fel lehet ellenünk használni. Az elutasítás lehetőségét is kockáztatjuk, mert megtörténhet, hogy amikor intimitást kínálunk vagy keresünk, akkor figyelmen kívül hagynak minket. Ezenkívül, mivel egy intim kapcsolatban mindig szerepet játszanak az érzelmek, a kapcsolat összeomlása mindig nagyon fájdalmas, és érzelmileg letaroló hatású lehet.

4. Az intimitás kizárólag elkötelezett kapcsolatokban maradhat életben.

Világosan meg kell értenünk az intimitás és az elkötelezettség közötti összekötő kapocs természetét. Lehetnek olyan kapcsolataink, amelyek valós elkötelezettséggel járnak ugyan, mégsem igényelnek feltétlenül komoly intimitást a résztvevőktől. Ez gyakran igaz olyan kapcsolatokban, amelyek elkötelezettségre épülnek, és egy közös cél megvalósítására jöttek létre. A kérdés másik oldala viszont az, hogy mivel az intimitás sebezhetőséget okoz, a résztvevőknek elkötelezettségre van szükségük ahhoz, hogy biztonságban érezhessék magukat. Ez még olyan kapcsolatokra nézve is igaz, amelyekben az intimitás speciális és időleges, mint például egy lelkipozíció során. A lelkipozícióra szoruló ember csak akkor fogja vállalni a kockázatot, hogy feltárja életének és problémáinak intim részleteit, ha meg van győződve arról, hogy tanácsadója komolyan odaszánta magát arra, hogy segítsen neki.

Ma annak a tragédiának vagyunk a szemtanúi, hogy az emberek sóvárognak az intimitás után, mégis annyira félnek az elkötelezettségtől, hogy elkötelezettség nélküli kapcsolatokban keresik az intimitást, ezért újra meg újra letaroló hatású sérüléseket szenvednek.

5. Kapcsolatainkban két vágy: az intimitás és a magánélet utáni vágy között ingadozunk.

Mindkét szükségletet és vágyat jogosnak és természetesnek kell tekintenünk: azt is, hogy nagyon szoros kapcsolatban legyünk valakivel, és azt is, hogy magánéletet élhessünk. A helyzet az, hogy az intimitás csak ott bontakozhat ki teljesen, ahol elismerik a magánélethez való jogot. Általában a két pólus között ingadoznak az érzelmeink, és érzékenységre van szükségünk ezen a területen, mivel megtörténhet, hogy az egyik partner éppen akkor vágyik intimitásra, amikor a másik szeretne félrevonulni. Ha nem vagyunk tudatában annak, hogy mi

történik, akkor vagy elutasításként, vagy pedig tolakodásként és hatalmaskodásként fogjuk átélni a másik ember reakcióját.

6. Nem lehetünk egyformán intim kapcsolatban sok emberrel.

Ez nagyon fontos alapelv a gyülekezeti közösségekben, ahol az szokott lenni az egyik probléma, hogy csak kétféle kapcsolatrendszer ismerünk: az egyik túlságosan szoros, a másik pedig túlságosan távolságtartó. Meg kell értenünk, hogy az érvényes és értékes kapcsolatok nagyon széles skálán mozognak, és ezekben egymástól nagyon eltérő mértékben érvényesül az intimitás.

Jézusnak két csoport tanítványa volt: a hetvenkettő és a tizenkettő. Sokkal közvetlenebb kapcsolatban állt a tizenkettővel, mint a hetvenkettővel, és még a tizenkettőn belül is voltak hárman, akik különösen közel álltak hozzá. Pétert, Jakabot és Jánost oda is magával vitte, ahova a többi kilencet nem, és olyan dolgokat is megosztott velük, amelyekben a többiek nem részesülhettek. És még e között a három ember között is volt egy, akivel még intimebb kapcsolatban volt: János, az a tanítvány, „...*aki nyugodott is... az ő kebelén...*”⁹

A pusztai sátor nagyon hasznos modellt állít elénk a kapcsolatok megértéséhez. Három fő részből állt:

- a) A pitvar, ahova minden zsidó beléphetett,
- b) A Szent Hely, ahova csak a papok léphettek be, és
- c) A Szentek Szentje, ahova kizárólag a főpap léphetett be.

Valamennyiünk életében vannak olyan emberek, akik csak a pitvarba léphetnek be. Ezek azok a kapcsolataink, amelyekben nem játszik szerepet igazi intimitás. Van egy szűkebb kör, akik a mi szent helyünkhöz tartoznak, és még kevesebben, egész életünkben legfeljebb fél tucatnyian lehetnek azok, akikkel olyan intim kapcsolatban állunk, hogy beléphetnek a szentek szentjébe. Ha egy pitvarhoz tartozó ember megpróbál betörni a szent helyre, jogunk van kitenni előtte a „Belépni tilos!” táblát. Ha pedig a szentek szentjébe próbál berontani, akkor jól is tesszük, ha nem engedjük be, mivel egészen biztos, hogy ez a kapcsolat nem fog működni. Magától értetődik, hogy ezeknek a helyzeteknek a megfelelő kezeléséhez bölcsességre és irgalmasságra van szükségünk, mert az intimitásra vágyakozó személy elutasítottnak érzi majd magát, de ha már kezdetben nem szorítjuk az intimitás mértékét a megfelelő szintre, akkor a trauma később még rosszabb lesz.

A kapcsolat kiterjedése

1. A meg nem beszélt feltételezések problémája

A munkatársi kapcsolatok jellegét és hatáskörét általában gondosan meghatározzák a munkaköri leírások és a szakszervezeti szabályzatok. Olyan, önkéntes részvételre épülő közösségekben viszont, mint amilyen az egyház, vagy a társadalmi szervezetek, csak nagyon ritkán fogalmazódnak meg ezek az elvárások. Mivel a munkatársi kapcsolatok valóban rendelkeznek társadalmi aspektussal is, a munkahelyeken ugyanazok a problémák szoktak felmerülni abban a kérdésben, hogy egy adott kapcsolat mire terjedjen ki. Például a munkatársammal való kapcsolatom feltétlenül azt jelenti-e, hogy meg kell ismernem minden

családi problémáját, és ütésről ütésre végig kell hallgatnom, milyen eredménnyel szerepelt a hétvégén a golfversenyen? Nyilvánvaló, hogy ő ezt így gondolja, de mi a helyzet velem? Viszonzásul részesítem őt abban az élvezetben, hogy elemzem neki azt a Brahms szimfóniát, amelyet az előző este végighallgattam, még akkor is, ha tudom, hogy botfüle van? Hol húzódik a művezető érdeklődésének legitim határa, ameddig beosztottjai dolgai iránt érdeklődhet? Hol van az a pont, amitől kezdve nem figyelmes főnök, hanem kotnyeles kíváncsiskodó? Mit kell tudnom gyülekezetem tagjainak magánéletéről? Köteles vagyok-e éjjel-nappal rendelkezésére állni az alkoholista férjnek, vagy annak az embernek, aki képes órákon keresztül értelmetlenül fecsegni?

Gyakran jelentkeznek problémák a házasetben, és ott is a meg nem beszélt elképzelések okozzák a bajokat. Például a feleség úgy gondolja, hogy mivel ő egy a házastársával, mindent meg kell osztaniuk egymással. Tehát amikor megjön a férje, részletesen beszámol neki egész napjáról, és arról, hogy mit csináltak a gyerekek. Férjétől is elvárja, hogy mindent mondjon el neki, ami aznap a gyárban történt. Ha a férfi erre nem hajlandó, akkor úgy érzi, hogy férje kirekesztette őt életének egy fontos területéről, vagy az a kellemetlen érzése támad, hogy titkol előtte valamit. Pedig a férfi csak úgy gondolkodik, hogy a munka az munka, délután ötig tart, és nem látja értelmét annak, hogy hazavigye a munkahelyi problémákat, és elrontsa velük az estét. Azért ment haza, hogy megszabaduljon tőlük, és egyébként is mi értelme lenne elmondani, mit csinált aznap, amikor holnap is, meg holnapután is ugyanazt fogja csinálni. Ha a feleség követeli, hogy mindenről részletesen számoljon be, akkor először ingerült lesz, aztán védekezik, majd neheztelni fog, mivel elkezd megmutatkozni feleségének kimondatlan gyanakvása.

Nem is annyira arról van itt szó, hogy az egyik felfogás jó, a másik meg rossz, vagy hogy az egyik jobb mint a másik, hanem arról, hogy a két ember másként látja ezt a kérdést, és soha nem beszéltek meg véleményüket egymással.

2. A kapcsolatok mélysége felveti a határvonalak kérdését is.

Valamennyien számos kapcsolatban veszünk részt, amelyek mind követelik időnket és figyelmünket, elkötelezettségünket és hűségünket, támogatásunkat és pénzünket. Például hűséggel tartozhatunk munkaadónknak, a gyülekezetnek, házastársunknak és családuknak, sportklubunknak, egy társadalmi szervezetnek, vagy egy politikai pártnak.

Az egymással versengő elvárások problémája akkor szokott felmerülni, amikor különböző kapcsolatok összeütközésbe kerülnek egymással. Például megtörténhet, hogy egy szerda estén el kellene mennem egy szülői értekezletre, be kellene fejeznem egy munkát, amit a hivatalból hazavittem, részt kellene vennem a havi diakónusgyűlésen, és beszélgetnem kellene a feleségemmel, akinek szüksége lenne a társaságomra és a vigasztalásomra. Annak érdekében, hogy a minimumra csökkentsük a konfliktusok lehetőségét, nagyon fontos meghatározni kötelezettségvállalásaink határvonalát, és fel kell állítanunk kapcsolataink fontossági sorrendjét, és ezt minden érdekeltnek meg is kell értenie.

Bensőséges kapcsolat Istennel?

Nem zárhatjuk le ezt a témát úgy, hogy nem emlékeztetjük magunkat: a kapcsolat intimitásának és kiterjedésének kérdése elsősorban Istennel való kapcsolatunkra vonatkozik. Valójában

a Szent Szellemmel való kapcsolatunk a létező legintimebb kapcsolat. A legszorosabb kapcsolat, amely két ember között létrejöhet, az a házasság testi egyesülése. De a Szent Szellem és a mi szellemünk közötti kapcsolat egy kölcsönös egymásban lakozást jelent: mi Őbenne, és Ő mibennünk. „*Aki pedig az Úrral egyesül, egy szellem övele.*”¹⁰ De amennyire igaz ez állapotunkra, ugyanolyan mértékben vonatkozik-e megtapasztalásunkra is? Vagy a Teremtővel való intim kapcsolat megismerése talán csak néhány ember kiváltsága lenne? Ápolhatjuk-e ezt a kapcsolatot, valóban elérhető-e a számunkra? Hadd mondjak valamit! Az intimitás bármilyen szintjét nehéz megnyerni, és ez nem megy fájdalom nélkül. A növekedés és a fejlődés minden szinten fájdalommal és szenvedéssel jár. A sportolók hamar megtanulják, hogy meg kell fizetniük ezt az árat, és elviselik a fájdalmat, hogy fejlesszék teljesítőképességüket, vagy akár meg is nyerjék a versenyt. Ugyanilyen módon nekünk is meg kell fizetnünk az árat, és el kell viselnünk a fájdalmat, ha növekedni akarunk érzelmeinkben, szellemünkben és kapcsolatainkban. Ez csak nagyon nehezen egyeztethető össze puhány modern erkölcsi felfogásunkkal és evangéliumunkkal, amely gyógyulást, virágzást és folyamatos győzelmet hirdet. Ennek ellenére mind az élet, mind pedig az Írás ezt igazolja. Ha egy mód van rá, mindig szeretnénk elkerülni a fájdalmakat. De mivel nem tudjuk elkerülni, csak beletörődünk a testi fájdalomba, az eltorzult érzelmi reakciók és a magányosság fájdalmaiba.

Ugyanez igaz Istennel való kapcsolatunkra is. Ez a kapcsolat felölel mindent, amit cselekszünk; akármit mondunk vagy teszünk, mindent az Úr Jézus nevében, az Atya iránti hála kifejezéseként kell tennünk.¹¹

Egyik új-zélandi barátom, Wyn Fountain mutatta ezt ki leghatásosabban *A többi száz óra* című könyvében, melyet néhány évvel ezelőtt írt. Meglepő tézise így hangzik:

Minden hetünk 7x24 órából áll = 168 óra

Ha napi 8 órát alszunk, az 7x8 = 56 óra

Ébren töltött óráink száma = 112 óra

Majd ezt mondta: egy átlagos odaszánt keresztény legfeljebb heti 12 órát tölt el istentiszteleteken vagy másfajta keresztény összejöveteleken. Ha ezt a 12 órát levonjuk a 112 órából, akkor marad heti 100 óránk, amit mindenféle világi tevékenységgel töltünk el. **Vajon érdekli-e Istent ez a száz óra?**

Természetesen érdekli, Ő mindennel törődik, amit teszünk. De ha Wynnek igaza van, és időnk 90%-át világi tevékenységek töltik ki, ennek azt kell jelentenie, hogy Istent érdeklik a világi dolgok, mivel időnk az Ővé is. Életünkben szétváltnak a szellemi és a világi elfoglaltságok, de ezek egyformán fontosak Isten szemében. Szellemi elfoglaltságnak számít, amikor imádjuk Őt a szentélyben, a többi a világban végzett szolgálatunk. Az imádat és a szolgálat mindig együtt jár: „*Az Urat, a te Istenedet imádd, és csak néki szolgálj.*”¹²

A kapcsolatok építőkövei

Most pedig rátérünk azokra az összetevőkre, amelyek nélkülözhetetlenek egy kapcsolat felépítéséhez, és ahhoz, hogy az életképes és egészséges maradjon. Szükség van mindkét fél részvételére, de ez nem elégséges. Ugyanezt mondhatjuk a közös érdeklődési köréről, vagy a közös célkitűzésekről. Akármilyen fontosak is ezek, önmagukban nem garantálják a sikert, de még a kapcsolat életben maradását sem. Sok házasság, üzlettársi kapcsolat vagy politikai

szövetség úgy indul, hogy megvannak ezek a feltételek, később mégis befulladás vagy összeomlik. A közös célok összeegyeztethetőségén kívül más dolgok is kellenek.

Minden kapcsolat - legyen az bármilyen jellegű is - négy alapvető tényezőtől épül fel. Ezek jelentik az alapvető építőelemeket. Más dolgok is szerepet játszhatnak a kapcsolatban, sőt nagyon fontosak is lehetnek, de ez az a négy elem, ami nélkülözhetetlen. Ha ezek közül valamelyiket elhanyagolják, vagy esetleg pontosan az ellenkezőjét teszik, akkor a kapcsolatban feszültségek fognak jelentkezni. Ha a hibával nem számolnak le, akkor a kapcsolat elkezd szétesni.

A négy elem, amit vizsgálni fogunk, a következő:

- 1. Szeretet: ez a legtartósabb építőelem,**
- 2. Bizalom: ez a legtörekenyebb,**
- 3. Tisztelet vagy megbecsülés: ez a legelhanyagoltabb, és**
- 4. Megértés vagy megismerés: ez a leghosszadalmasabb.**

Ezeknek az elemeknek az egymáshoz viszonyított fontossága eltérhet különböző jellegű kapcsolatokban. Vezetők és vezetettek közötti kapcsolatban talán a bizalom a legfontosabb, családtagok között pedig valószínűleg a szeretet. De minden kapcsolatban elengedhetetlen mind a négy, és egyiket sem lehet elhanyagolni súlyos következmények nélkül. Hasonló módon kifejeződésük is sokféle lehet. A férj és a feleség között a szeretet teljesen másként fejeződik ki, mint barátok között, vagy a tanár és diákjai között, de minden kapcsolatban ott kell lennie.

Ezenkívül az is fontos, hogy ezek az elemek nem helyettesíthetik egymást. Nem ellensúlyozhatod az egyik terület kudarcát azzal, hogy egy másik területre nagyobb hangsúlyt fektetsz. Nem mondhatod azt, hogy nem bízol valakiben, de azért nagyon szereted. A szeretet nem ellensúlyozza a bizalmatlanságot. Nem mondhatod azt, hogy nem tudsz tisztelni valakit, de azért megérted. A megértés nem pótolja a tisztelet hiányát. A kapcsolatoknak négy lábbon kell állniuk, ha ezek közül az egyik gyenge, akkor ingadozni fog, ha kettővel is gondok vannak, akkor egészen biztos, hogy össze fog omlani. Ezért egy tartós kapcsolat felépítéséhez tudnunk kell, mi a teendőnk ezen a négy területen. Ráadásul következetesen és kitartóan alkalmazzunk is kell ezt a tudást mindaddig, amíg természetes életmódunkká nem válik.

Utalások

1. I. Mózes 2: 24.
2. II. Mózes 20: 3-5.
3. Filippi 3: 12.
4. Filippi 3: 8.
5. Ésaías 41: 8; János 15: 14.
6. I. Korintus 6: 16.
7. II. Korintus 6: 18.
8. I. Mózes 2: 18.
9. János 21: 20.
10. I. Korintus 6: 17.
11. Kolossé 3: 17.
12. Lukács 4: 8.

3. fejezet

A szeretet, a legtartósabb építőelem

Nem azért kezdjük a szeretet témakörével, mintha feltétlenül ez lenne a legfontosabb elem, hanem azért, mert ez nagyon ismerős a számunkra, és az erre helyezett hangsúly gyakran érzéketlenné tesz minket tényleges fontosságával szemben.

Két súlyos hibát szoktunk elkövetni annak megítélésében, hol van a szeretet helye a személyes kapcsolatokban. Az egyik az, hogy bizonyos kapcsolatokból, mint például az üzleti élet és a kereskedelem, teljesen kizárjuk, a másik viszont az, hogy más kapcsolatokban, mint a házasság vagy a gyermeknevelés, minden terhet rá akarunk vetni. „Ha eléggé szeretjük egymást, akkor minden rendben lesz.” Amint látni fogjuk, mindkét elképzelés téves.

A probléma részben talán abból adódik, hogy a „szeretet” annyira elcsépeledt kifejezéssé vált, hogy gyakorlatilag már semmit sem jelent. Mondhatom azt, hogy „szeretem” a feleségemet, szeretem a sziámi macskákat, szeretek horgászni, szeretem Istent, a rézfúvószenét, az olasz konyhát és a keresztrejtvényfejtést. De akkor felmerül a kérdés, hogy valójában hogyan szeretem a feleségemet? Ugyanúgy, mint a pizzát vagy a keresztrejtvényt? A „szeretet” szó tartalmának árfolyama nagyon mélyre zuhant.

Abból a sok mindenből, amit a szeretetről olvastunk vagy hallottunk, szűrjünk le néhány alapelvet, amelyek segíthetnek nekünk abban, hogy találjunk néhány fogódzót a témában. Az igazság az, hogy amíg azt gyakran elmondják nekünk a prédikátorok, hogy szeretnünk kell, arra csak ritkán térnek ki, hogyan kell ezt tennünk.

Először is: szét kell választanunk egymástól az érzelmi és a döntésre épülő szeretetet. Az érzelmi szeretet pusztán érzés és gyengédség dolga. Gyengédséget válthat ki belőlem egy kisgyermek látványa; romantikus érzelmeim támadhatnak egy gyönyörű nő jelenlétében; együttérzést, vagyis szeretetet és szomorúságot érezhetek egy szükségben lévő ember láttán, stb. Az ilyen érzelmi állapotok mindig valaminek a melléktermékei, vagyis pszichés reakciók olyan eseményekre, amelyek a környezetünkben történnek és hatást gyakorolnak ránk. Ezek az érzelmek nagyon fontosak, Istentől kapott személyiségünk részei. Pszichikai motorként motiválnak, vagyis mozgatnak minket. Az „emóció” kifejezés a latin *movere* szóból származik, ami azt jelenti, hogy „mozgatni”. De mivel az érzelmek csak reakciók, ezért önmagukban nincs erkölcsi értékük. A „szeretet” érzése például ugyanolyan könnyen vezethet minket kéjvágyba, mint házastársi elkötelezettségbe.

Az érzelmeknek az a feladatuk, hogy viselkedésünk erőforrásaként szolgáljanak, de önmagukban megbízhatatlanok annak eldöntésére, hogyan kell viselkednünk. A gyengédség, vagy akár a szájalom érzése nagyon könnyen egy kellemes lelkiállapottá válhat, amit önmagáért élvezünk. Ha ez megtörténik, akkor pusztán szentimentalizmussá degenerálódik. Az érzelmeknek az a feladatuk, hogy motiváljanak bennünket, soha nem válhatnak öncélúakká.

A szeretet másik fajtája a döntésre épülő szeretet, ami tartalmazza szabad akaratunkból hozott döntésünket. Ez a tudatos döntés adja meg a szeretet erkölcsi értékét. Dönthetek úgy, hogy szeretni fogok. Ezért mondja Isten: „*Szeresd az Urat, a te Istenedet*”¹, vagy „*Szeresd a te el-lenségedet*”². Ha a szeretet kizárólag érzelmi kérdés, akkor hogyan szerethetem Istent, ha nem

érzek szeretetet iránta, és hogyan érezhetek szeretetet az iránt az ember iránt, aki éppen most lopta el az autómát vagy mocskolta be feleségem jó hírét?

A szeretetnek valójában egy olyan reagálásnak kell lennie, amely minden képességet igénybe veszi. Ezért Isten, Aki maga a szeretet, és így annak szerzője és kezdeményezője, nagyon világosan meghatározta a szeretet paramétereit, bár én kétlem, hogy valóban megértettük volna ennek a kijelentésnek a fontosságát. Szeretni Isten szerint „*teljes szívünkéből, teljes lelkünkéből, teljes elménkéből és minden erőnkéből*”³ kell. Az a szeretet, amely kizárólag meleg érzelmekből áll, nem több szentimentalizmusnál, az a szeretet, amely csak az elménket érinti, csak csodálat, az pedig, amelyik kizárólag az akaratunkból származik, csak egy hideg és negatív értelemben vett könyörületesség. Megállapíthatjuk tehát, hogy a szeretet három fontos elemből épül fel: az első a hozzáállásunk, ami egy kognitív, vagyis intellektuális építőelem, van egy érzelmi része, a harmadikat pedig a viselkedésünk jelenti. A szeretetteljes hozzáállás az, ami a kapcsolatainkban számít.

Másodszor: fel kell ismernünk annak rendkívüli fontosságát, hogy először Istent kell szeretnünk. Ez nem azt jelenti, hogy Isten egy önkényúr akar lenni, vagy hogy Ő akarja vezetni a népszerűségi listát, hanem azt, hogy csak akkor tudjuk megfelelő módon és szabadon szeretni embertársainkat, ha már szeretjük Istent. Tőle kapott természetünk szerint az Ő szeretetére lettünk teremtve. Isten úgy alkotott meg minket, hogy szükségünk van egy olyan szeretetre, amely mindentől független és soha meg nem változik. Mély vágy él bennünk a szeretettség biztonsága után, hogy saját magunkért szeressenek minket, ne valamilyen más okból: azért, amit megtehetünk, amit adhatunk, vagy valamilyen teljesítményért, hanem kizárólag saját magunkért. Kizárólag Isten tud így szeretni. Ő az egyetlen, Aki az Ő teljességéből szeret, nem azért, hogy ezzel pótoljon magában valami hiányt. Ő az egyetlen, Aki saját magunkért szeret minket. Egyedül az Ő szeretete változhatatlan, mint Ő maga. Ha azonban Isten nem tölti be szeretetével ezt a szükségünket, akkor embereknél fogjuk keresni a választ. De nincs senki, aki meg tudná ezt nekünk adni: kedvesünk, barátunk, feleségünk, szüleink és testvéreink is alkalmatlanok erre a szerepre. Csak egy elviselhetetlen terhet vetünk házasságunkra, baráti és más kapcsolatainkra, ha ezektől várjuk el, hogy megkapjuk az isteni szeretetet.

Ezenkívül ösztönösen érezzük, hogy a szeretet a legnagyobb érték, ezért csak olyan emberbe kívánjuk befektetni szeretetünket, aki méltó is rá, aki teljesen megfelel annak az eszményképünknek, ahogyan egy szeretetreméltó személyt elképzelünk. De csak egyetlen személy van, aki soha nem hagy minket cserben. Ez pedig Krisztus. Szerethetjük Őt teljes szívünkéből, teljes elménkéből, teljes lelkünkéből és erőnkéből, mégsem fogunk csalódní soha jellemének hibái és viselkedésének hiányosságai miatt. De ha nem Istenbe fektetjük bele szeretetünket, akkor cserébe egy olyan színvonalú teljesítményt fogunk elvárni, amit egyetlen ember sem képes elérni. Ezt mondhatjuk férjünknek, gyermekeinknek, vagy szavak nélkül ezt sugalmazhatjuk nekik: „Én annyira szeretlek téged, hogy soha nem okozhatsz nekem csalódást, és soha nem hagyhatsz engem cserben”. Ez képtelenség. Soha nem fogják elvállalni ezt a szerepet, és még csak esélyük sincs arra, hogy ilyen elvárásoknak megfelelhessenek.

Az a csodálatos, hogy ha mindenekelőtt Istent szeretjük, akkor Ő kielégíti az isteni, változhatatlan szeretet iránti szükségünket. Így teljesül az a szükségletünk, hogy egy tökéletes személy szeressen minket, és felszabadulunk arra, hogy átadjuk és elfogadjuk azt, amit az emberi szeretet átadni és elfogadni képes. Ez a szeretet örökösen változik, hullámzik, ugyanakkor lehet

meleg, szenvedélyes, baráti, gyengéd és gondoskodó emberi szeretet és reagálás. Hatalmas dolog ez, de hozzánk hasonlóan távolról sem tökéletes.

A szeretet tartalma

A Biblia, a szeretet témájáról írt legjobb kézikönyv, nagyon gazdag olyan kifejezésekben és fogalmakban, amelyek a szeretet dinamikáját és őszinte természetét írják le. Ezek között vannak olyanok, amelyek inkább érzelmi állapotot írnak le, mint például az együttérzés, a szánalom, a gyengédség vagy a sajnálat, míg más szavak, mint a törődés vagy a kedvesség a szeretet cselekvő megnyilvánulását hangsúlyozzák. Vizsgáljunk meg néhány fontosabb kifejezést!

Gondoskodás: a cselekvő szeretet

A gondoskodás legfontosabb jellemzője az, hogy viselkedésben kell megnyilvánulnia. Nem mondhatod, hogy „Gondoskodom rólad”, ha aztán nem teszel semmit. Sokan így panaszkodnak azokról a kapcsolataikról, amelyeknek szeretetteljeseknek kellene lenniük: „Te nem is törödsz velem”, vagy „Velem senki sem törődik”, és ez általában pontosan kifejezi a kapcsolat problémáját. Ha a „szeretet” szót a „gondoskodás” szóval váltjuk fel a legismertebb igeversekben, akkor ezek új fényben ragyognak fel. Például: „*Isten annyira törődött a világgal, hogy az ő egyszülött fiát adta...*”;⁴ „*Mi azért törődünk, mert ő előbb törődött velünk;*”⁵ „*Ez a gondoskodás..., hogy Isten gondoskodott rólunk, és elküldte az ő Fiát engesztelő áldozatul miértünk*”.⁶

A gondoskodás a legfontosabb tesztje annak, hogy van-e szeretet a kapcsolatban, és mindent átható volta aláhúzza, milyen kétségbeejtő szükségünk van rá. Ez a legszélesebb értelemben vett szeretet, vonatkozik orvosokra és ápolónőkre, akik gondoskodnak betegeikről; iskolákra, amelyek törődnek diákjaikkal; önkormányzati képviselőkre, akik törődnek a rájuk bízott körzettel. Soha nem lesz sikeres az az üzleti vállalkozás, amelyik nem törődik alkalmazottaival, saját termékeivel és vásárlóival. A törődés, a felebaráti szeretethez hasonlóan nem meleg, gyengéd érzések dolga, hanem azt jelenti, hogy ugyanolyan lelkiismeretes törődünk embertársaink jólétével és érdekeivel, mint a sajátunkkal. A kölcsönös gondoskodás harmóniához és gyümölcsöző kapcsolathoz vezet. Ha ezt elhanyagoljuk, és nem törődünk egymással, annak eredménye viszály lesz, és a kapcsolat zsákutcába jut.

Jóság: szeretet és az összetartozás érzése

A szeretet mindig jóságos, mivel ez az alaptermészete.⁷ A jóság gyökerei az összetartozás mélységes érzésébe, más kifejezéssel „*az atyafiakhoz való hajlandóságba*”⁸ nyúlnak le. Az a tény, hogy Isten még bukott állapotunkban is jó hozzánk,⁹ magával hozza azt a felismerést, hogy mi valójában a legközelebbi hozzátartozói vagyunk. A héber *ge'ol* szó, ami úgy mutatja be Istent, mint a mi Megváltónkat,¹⁰ szó szerint ezt jelenti: „az, aki atyafiként viselkedik”.

Amikor jóságosak vagyunk, akkor ösztönösen érezzük azt is, hogy ugyanazt tesszük, amit hasonló körülmények között szeretnénk, hogy velünk is tegyen valaki, így nem várunk ellen-

szolgáltatást azért, amit teszünk. A jóság az összetartozás érzése miatt szorosan kapcsolódik a rokonszenvhöz¹¹ és a könyörületességhez, más szóval szánalomhoz.¹²

A ridegség pontosan azért olyan fájdalmas, mivel megtöri vagy megsebzí az összetartozásnak ezt az érzését, és elutasítottak, idegennek érezzük magunkat miatta.

Kedvelés: a szeretet legkellemesebb oldala

Amikor kedvelünk valakit, azt gyakran valami felszínes és múló reagálásnak gondoljuk, amit nem igazán tudunk befolyásolni. Ezt szoktuk mondani: „Szeretnünk kell másokat, de kedvelnünk nem”. A kedvelés azonban rendkívül fontos szerepet játszik minden olyan kapcsolatban, amelyben bármilyen mértékű intimitás is szerepet játszik, és valójában ez az egyik legfontosabb dolog, amely az intimitás felé vonz minket. Ugyanennek a dolognak a másik oldala viszont az, hogy ha intim kapcsolatba keveredsz egy olyan emberrel, akit nem kedvelsz, az elviselhetetlen lehet.

A kedvelés a szeretet egyik legkellemesebb oldala. Azt az örömet és élvezetet fejezi ki, amit a másik ember jelenléte vagy társasága jelent a számunkra. A Biblia ezt így fogalmazza meg: *kedvességet találni valakinek a szemében*.¹³ A kedvelés olyan elemekből épül fel, mint a vonzódás, a másik ember által ránk gyakorolt hatás, érdeklődés, ragaszkodás, gyengédség, és egyéb kellemes reakciókat is felsorolhatnánk még itt. Valószínűleg az váltja ki, hogy az eltérő személyiségek vagy nemek izgatják vagy kiegészítik egymást, és ennek a vonzalomnak a kölcsönös ápolásán keresztül fejlődik szeretetteljes kapcsolattá.

Barátság: a szeretet legelhanyagoltabb formája

A barátság sajátos vonásait - különösen keresztény körökben - sokkal jobban meg kellene becsülni és érteni. Különleges elhívásunk van arra, hogy barátok legyünk, a bűnösök és a magányosak barátai, mint Jézus is volt.¹⁴ A felkínált barátságnak nehéz ellenállni, de az emberek azt akarják, hogy barátként bánjunk velük, ne pedig úgy, mint az evangélizálás alanyaival.

A Biblia nagyon magasra értékeli a barátságot, olyan sokra tartja, hogy ezzel összehasonlítva elhalványulnak azok az elképzelések, melyeket mai társadalmunkban a barátságról kialakítottunk. Kétséges, hogy ezek meghaladnák gondolkodásunkban az ismeretség szintjét.

Először: a barátok közötti szeretetben egyenlőség van. Kapcsolatukban tudatosan és szándékosan azonos szinten állnak. Vezetőknek talán ezért olyan nehéz baráti kapcsolatokat fenntartaniuk. Le kell szállniuk a piedesztálról, félre kell tenniük pozíciójukból származó előjogaikat, és el kell felejtetniük vezetői allűrjeiket, ha barátságot akarnak adni vagy elfogadni. Mindig eszembe jut egy embernek a panasza. Szeretett volna baráti kapcsolatot kialakítani szomszédjával, aki pap volt. Ezt mondta: „A barátja akartam lenni, de amikor együtt voltunk, mindig pásztorolni és tanácsolni akart engem.” Ahol a férj és a feleség igazi barátságban él, ott a vezetés körüli konfliktus, és hogy mit jelent ez a házasságban, értelmét veszti. Ugyan ki vitatkozik barátjával azon, hogy kié az utolsó szó, vagy hogy ki a főnök?

Ez az egyenlőség teszi olyan megdöbbentővé azt a tényt, hogy Isten barátként is viszonyul hozzánk. „*Ábrahám az én barátom*”¹⁵ - mondja Isten, és lejön, hogy úgy beszéljen vele, mint később Mózes: szemtől szemben, mint ahogyan az ember a barátjával beszélget.¹⁶ El tudjuk képzelni, milyen lehetett az, amikor Jézus leült a tizenkettő közé, és barátainak nevezte őket?¹⁷

A barátodnak nem parancsolgathatsz, nem követelhetsz tőle engedelmisséget. A barátod szabad akaratából teszi azt, amit érted vagy barátságodért tesz.

Másodszor: ez az egyenlőség meghittséget és nyitottságot eredményez a barátok között.

Bejáratosak vagyunk egymás életébe, nem kell formáságoknak eleget tennünk, vagy meghívásra várunk. Színészkednünk sem kell egymás előtt. A színészkedés és a hízélgés az a két dolog, amit a barátság nem képes elviselni. Barátunkat pontosan az készíti arra, hogy bármi áron is kimondja az igazat, hogy nem érdekek fűzik őt hozzánk. Ezért a barátok gyakran egészen különleges helyet foglalnak el az életünkben: elég közel állnak hozzánk ahhoz, hogy fogékonyak legyenek az érzelmeinkre, ugyanakkor elég távol vannak és eléggé objektívak tudnak lenni ahhoz, hogy a nyersségig őszinték legyenek, ha arra van szükség. *„Jószándékból valók a barátságos embertől vett sebek.”* *„Miképpen egyik vassal a másikat élesítik, aképpen az ember élesíti az ő barátjának orcáját.”*¹⁸ Szinte érezzük, hogy az író összserándul fájdalomában, miközben papírra veti ezeket a szavakat.

És végül: egy igazi barát szeretete szinte hihetetlen dolgokat képes elviselni. Gondoljunk Dávid és Jonathán esetére, a filiszteus Ittaira, Dávid királyra, vagy Ruth és Naomi történetére! *„Nincsen senkiben nagyobb szeretet annál, mintha valaki életét adja az ő barátaiért.”*¹⁹ Ez a barátságnak azt az erkölcsi kötelezettségét húzza alá, hogy semminek, még a halálnak sem engedhetem meg, hogy elválasszon engem a barátomtól. Amikor Jézus testet öltött, magára vállalta a velünk való barátság erkölcsi kötelezettségét is, ami azt jelenti, hogy soha nem szakít velünk, és soha nem hagy minket cserben. Ezért halt meg, és ezért támadt fel; ezért küldte el Szellemét, hogy egyesüljön a mi szellemünkkel, hogy együtt kiálthassuk Pál apostollal: *„sem halál, sem élet, sem angyalok, sem fejedelemségek, sem hatalmasságok, sem jelenvalók sem következendők, sem semmi más teremtmény nem szakaszthat el minket az Istennek szerelmétől, mely vagy a mi Urunk Jézus Krisztusban”*.²⁰

Szeretetteljes gondoskodás: a szeretet leggyengédebb formája

A gondoskodás a szeretetnek egy olyan kifejeződése, amely elválaszthatatlan az intimitástól, például az anya és a csecsemő kapcsolatában, a férj és a feleség viszonyában, vagy a szülő-gyermek kapcsolatban. Az a felismerés váltja ki az erősebb félből, hogy a másik, a gyengébb fél nagyon sebezhető, ugyanakkor nagyon értékes. A Biblia *„szeretetteljes könyörületességnek”*²¹ nevezi Isten viszonyulását hozzánk, és ezért kell nekünk is gyengéden megbocsátanunk egymásnak.²²

A gyengédség nem követelőzik, nem vár választ vagy viszonzást, csak annyit kér, hogy fogadják el. Mind szavaiban, mind cselekedeteiben nagyon gyengéd, mivel tudatában van a másik ember törékenységének, és annak, hogy érzelmei mennyire érzékenyek.²³ Például ha meg akarunk vigasztalni egy gyászolót, vagy meg akarunk nyugtatni egy zaklatott, féltő embert, nagyon fontos, hogy szeretetteljesen beszéljünk hozzá.²⁴ Ez azt jelenti, hogy beszédünk hangszíne a legfontosabb.

A férfiaság sztereotip nyugati felfogása hajlamos arra, hogy a gyengédséget valami puha és gyenge dolognak képzelje el. Ez a tévedés katasztrofális következményekkel jár. Számptalan-szor előfordul, hogy a férfiak képtelenek adni vagy elfogadni gyengédséget, és ezt mind ők, mind feleségük és gyermekeik rettenetesen megsínylik. Bár a szeretetteljes gondoskodás valóban gyengédséget jelent, soha nem származhat gyengeségből, csak erőből, ezért védel-

mező és megerősítő jellegű, és az, aki részesül benne - legyen az csecsemő, kisgyermek, feleség vagy barát - azt érzi, hogy biztonságban van és dédelgetik.

Bőkezűség: a szeretet legnagyobb formája

Ez nemcsak a pénzbeni bőkezűséget jelenti, hanem ami még ennél is fontosabb: az időben, figyelemben, segítségben, bátorításban és elismerésben való nagylelkűséget is. Olyan dolgokban is megnyilvánul, mint az őszinte öröm kifejezése a másik ember sikere vagy szerencséje láttán.

Istennek a természetéhez tartozik, hogy bőkezűen, szinte pazarlóan ad,²⁵ és nekünk is ugyanezt kell tennünk.²⁶ Megtapasztaltuk, hogy a nagylelkűség mind kulcsa, mind pedig célja a sikeres életnek, de ez a siker elsősorban virágzó lelki életet jelent, amely tartalmas, erőteljes és a képességek egész tárházával rendelkezik. Az a szóhalmaz tehát, amellyel a bőkezűséget jellemezhetnénk, nagyjából így hangzik: önzetlen, soha nem szűkmarkú, nagylelkű, szívességre hajlamos, irigységtől mentes és segítőkész. Ilyen lehet egy valóban nagyszerű ember vagy vezető portréja. Ezek a szavak egy széles látókörű, jóindulatú, együttérző és fogékony embert sugalmaznak.

Szánalom: szeretet és együttérzés

A szánalom, vagy amit néha annak tartunk, gyakran nem egyéb, mint pusztán érzelm: megérint minket valakinek a helyzete, de nem teszünk semmit ezzel kapcsolatban. Robert Greenleaf erre hívja fel a figyelmünket, amikor ezt mondja: „A gondoskodó könyörületesség gyakran fordítottan arányos a társadalom eszményképeivel”.

A szánalom a sajnálat vagy a lesújtottság érzése mások betegsége vagy szenvedése láttán. Szükség van hozzá némi képzelőerőre, hogy bele tudjuk képzelni magunkat mások helyzetébe, és arra, hogy át tudjuk érezni, mit élnek át. Isten szívében a szánalom kegyelemmel, megbocsátással és gondoskodással párosul,²⁸ és ez arra készítette Őt, hogy Krisztus által töltsen be a szenvedők és az elveszettek szükségét.²⁹ Pál leveleiben a szánalom kedvességgel, emberiességgel, gyengédséggel, türelemmel, megbocsátással és hosszútűréssel kapcsolódik össze.³⁰

A szánalom ezenkívül egyfajta lakmuspapír-próba, melyből megtudhatjuk, hogy mely érzelmek megengedettek számunkra, keresztények számára, és melyek nem. Ha egy érzelm összeegyeztethető a szánalommal, akkor megengedett, de ha nem összeegyeztethető, akkor biztos, hogy nem az. Például: lehetséges, hogy haragszom valakire, miközben szánalmat érzek iránta, az viszont elképzelhetetlen, hogy egyszerre érzek rosszindulatot és szánalmat valaki iránt.

Megbocsátás: a szeretet legszívélyesebb oldala

Egyetlen kapcsolat sem maradhat életben, még kevésbé lehet virágzó a megbocsátás készsége nélkül. A megbocsátás véget vet a hibáztatásnak, és szabaddá teszi a vétkes felet a büntetéstől, a viszonyvadásztól és a rosszállástól. A megbocsátás kegyelemből származik, mivel az, aki megbocsát, lemond valamiről, és ezzel együtt egyszer s mindenkorra lezárja az ügyet.

Kapcsolatainkban mindig fennáll az a veszély, hogy magunkban listát vezetünk embertársaink vétkeiről, kudarcairól és gyengéiről, készen arra, hogy szükség esetén ezeket bizonyítékként felhasználjuk ellenük. Ha ez így van, akkor valójában nem bocsátottunk meg. A kapcsolatokban nagyon sok feszültség ebből a meg nem bocsátásból, valamint abból származik, hogy az emberek érzik: múltbeli tévedéseiket még mindig felhasználják ellenük. Isten úgy bocsát meg, hogy nem vezet listát bűneinkről, soha többé nem emlékezik vissza rájuk,³¹ és nekünk is ugyanígy kell megbocsátanunk egymásnak.³²

A szeretet kifejezési formái

A szeretet egy eleven valóság, ezért kell, hogy legyen tárgy. Nem szerethetsz csak úgy általában; valamit vagy valakit tudsz csak szeretni. Hasonló módon a szeretetnek ki kell fejeződnie. Gyermek felé nagyon sokszor és sokféleképpen ki kell mutatni, hogy hihető legyen. Már nem tudnám összeszámolni azokat, akik gyermekkorukra visszatekintve szomorúan ezt mondták: „Azt hiszem, a szüleim a maguk módján szerettek engem, de ezt én soha nem éreztem”.

A szeretetet ki kell mondani. A legédesebb szó, amit mondhatnak nekünk ez: „Szeretlek”. Egyik barátomnak van két tizenéves fia, akik nagyon sok bosszúságot okoztak neki. Ezt mondta: „Egyszer odahívtam őket magamhoz. Kicsit kényelmetlenül éreztem magam, mert már nagyfiúk voltak, mégis így szóltam hozzájuk: Nézzétek, már régóta nem mondtam ezt nektek, de szeretném, ha tudnátok, hogy valóban szeretlek titeket.” Fiaival való konfliktusai azonnal megszűntek.

A szeretetet szavak nélkül, tekintetünkkel és érintésünkkel **is ki kell fejezni.** Egyik fiam egy olyan iskolában tanít, ahol nagyon sok a szétesett családból származó gyermek. Elmondta nekem, hogy amikor ebédszünetben átmegy a játszótéren, az alsóbb osztályokba járó legkisebb gyermekek odamennek hozzá és megfogják a kezét. Nem szólnak egy szót sem, csak a kezét fogva mennek mellette, aztán egy idő múlva meglepődötten elmennek játszani. Egy gondoskodó kéz érintésén keresztül megkapják azt, amire szükségük van.

Minél intimebb egy kapcsolat, annál fontosabb lesz benne a szeretet, és annál jobban a felszínre kerülnek az érzelmi aspektusok. Ez különösen igaz a házasságra és a családi életre nézve, mivel minél közelebbi viszonyba kerülünk másokkal, annál nagyobb szerepet játszanak a kapcsolatban az érzelmeink.

Ezzel összefüggésben szeretném megjegyezni, hogy a szeretet parancsa, amit az Igében olvashatunk, gyakrabban vonatkozik a férjre, mint a feleségre. Ennek valószínűleg alapos oka van. A nők alaptermészete a reagálás: ha bölcsen szereted a feleségedet, valószínűleg nem jelent majd neki különösebb problémát, hogy ezt szeretettel viszonzozza. Ha pedig ez így van, akkor egyértelmű, hogy a férj vállal nyugszik a felelősség azért, hogy van-e elég szeretet a házasságban. Pál még tovább megy, és nem kevesebbet állít, mint hogy a férjnek az a dolga, hogy egy tökéletes feleséget produkáljon! *„Ti férfiak, szeressétek a ti feleségeteket, miképpen a Krisztus is szerette az egyházat, és önmagát adta azért, hogy azt megszentelje, megtisztítván a víznek fürdőjével az ige által, hogy majd Önmaga elé állítsa dicsőségben az egyházat, úgy hogy azon ne legyen szeplő, vagy sömörögözés, vagy valami afféle...”*³³ Férjként az a feladatom, hogy odaadjam magam a feleségemnek, és így egy olyan környezetet biztosítsak a számára, amelyben tökéletes beteljesülést élhet át.

Minél jobban kifejlődik egy kapcsolat, annál inkább a háttérbe szorulnak a szeretet érzelmi összetevői, és egyre fontosabbakká válnak a döntésre épülő aspektusok. De akkor is szeretet marad. Csak a saját tapasztalataimról számolhatok be, és az igazság az, hogy soha nincsenek meleg, áradozó érzelmeim saját magammal kapcsolatban. Amikor a fürdőszobában belenézek a tükörbe, soha nem gyengül el a térdem, és nem kiáltok fel elragadtatásomban: „Ó, micsoda elbűvölő férfi vagy!” Soha. Mégis gondot viselek magamról, és megadom magamnak azt, amire szükségem van, függetlenül attól, hogy semmit sem érzek magam iránt. Úgy kell szeretnem embertársaimat is, ahogyan magamat szeretem: ugyanolyan hűségesen és tudatosan kell szolgálnom az ő érdekeiket, mint a sajátomat.

Utalások

1. V. Mózes 6: 5
2. Máté 5: 44.
3. V. Mózes 6: 5; Máté 22: 37.
4. János 3: 16.
5. I. János 4: 19.
6. I. János 4: 10.
7. I. Korintus 13: 4.
8. II. Péter 1: 7.
9. Lukács 6: 35.
10. Ésaías 60: 16.
11. I. Péter 3: 8.
12. Mikeás 6: 8.
13. Ruth 2: 13; Eszter 2: 9.
14. Máté 11: 19.
15. Ésaías 41: 8.
16. II. Mózes 33: 11.
17. János 15: 15.
18. Példabeszédek 27: 6, 17.
19. János 15: 13.
20. Róma 8: 29-30.
21. Lukács 1: 78.
22. Efézus 4: 32.
23. Ésaías 42: 3.
24. Ésaías 40: 1-2.
25. Jakab 1: 5; Malakiás 3: 10.
26. Róma 12: 8.
27. Példabeszédek 11: 25; II. Korintus 9: 11.
28. II. Mózes 34: 6; Dániel 9: 9; Filippi 2: 2.
29. Márk 1: 41; Máté 9: 36.
30. Kolossé 3: 12.
31. Zsoltárok 130: 3-4; Jeremiás 31: 34.
32. Efézus 4: 32.
33. Efézus 5: 25-27.

4. fejezet

A bizalom: az elkötelezettség ára

A bizalom a társas élet lényegi része, mivel a társadalmi kapcsolatok lehetetlenné válnának egy olyan világban, ahol senkiben sem lehet megbízni. Megbízható és kiszámítható környezetre van szükségünk ahhoz, hogy életünket ésszerűen tudjuk élni, ezért elvárjuk, hogy a világ és a benne élő emberek megbízhatóak legyenek. Amikor a kisbaba megszületik, mindenkiben megbízik. A gyanakvást és a bizalmatlanságot csak később, fájdalmas tapasztalatok árán fogja megtanulni. Ezek miatt az élmények miatt váltják fel a gyermekkor ártatlan bizalmát azok a gyanakvó tekintetek, amelyeket sok ember arcán megfigyelhetünk. De annak ellenére, hogy a bizalom ennyire fontos, természete és követelményei egyáltalán nem közismertek. Gyakran hitnek szoktuk nevezni, és minden évben százával jelennek meg róla új könyvek, melyek értékeit magasztalják, és megpróbálják megmagyarázni, hogyan működik. Mégis érdemes röviden rávilágítani, mit is jelent valójában a bizalom, mielőtt mélyebben belebonyolódnánk a személyes kapcsolatokban játszott szerepével foglalkozó fejtegetésünkbe. Hogy ezt megtehesük, túl kell lépünk az ilyen vallásos és más jellegű szlogeneken, mint például: „Legyen hited”, „Bízz bennem”, „Csak higgy”, „Erre az életedet is felteheted”, és így tovább.

Mi a bizalom? Mik a feltételei? Hogyan kell felépíteni? Mi történik akkor, ha megsérül vagy elvész? Ezek olyan elemi, mégis megkerülhetetlen kérdések, hogy az ezekre adott válaszok nem épülhetnek feltételezésekre, és nem tekinthetjük ezeket magától értetődőnek.

A bizalom meghatározása

Kezdjük azzal, hogy megpróbálunk megfogalmazni egy egyszerű meghatározást a bizalomról!

A bizalom egy olyan állapot, amelyben önként függő helyzetbe hozod magad valakivel szemben, valamilyen cél vagy végeredmény elérése érdekében.

Figyeljük meg a bizalomként meghatározott állapot néhány fontos jellemvonását!

1. A bizalom egy olyan döntés, amelyet neked kell meghoznod

Nem lehet senkit bizalomra kényszeríteni. Ha megbízol valakiben, vagy belé veted a hitedet, azt csak önkéntesen teheted meg. Ha egy közösségnek ezt mondja a vezetőség: „Bíznotok kell bennünk ebben a dologban”, akkor biztos lehetsz abban, hogy még akkor sem fognak bennük megbízni, ha nincs más választásuk, mint hogy a vezetőkre bízzák azt az ügyet.

2. A bizalom egy hozzáállást jelent

Azokat a dolgokat, amelyek meghatározzák életünket és viselkedésünket, attitűdöknek nevezzük. Az attitűd nem egyszerűen hitet jelent, mivel a hit tisztán felfogásbeli kérdés, és a legtöbb ember nem a hitének megfelelően él. A bizalom, mint attitűd, három részből áll:

- a) *Van egy kognitív (tudati) eleme*, ami azt jelenti, hogy a bizalom hit. Meg vagy győződve arról, hogy a másik ember megbízható. Például Ábrahám „...teljesen elhitte, hogy amit ő (Isten) ígért, meg is cselekedheti.”¹
- b) Van egy érzelmi része. Amikor megbízol a másik emberben, bizonyosságot érzel. „A hit pedig a reménylett dolgok valósága, és a nem látott dolgokról való meggyőződés.”²
- c) Végül van egy viselkedésbeli része. Meggyőződésed szerint cselekszel. „A hit cselekedetek nélkül halott.”³

3. A bizalom kockázatot jelent, amit vállalnod kell

A bizalom azzal a kockázattal jár, hogy bizonyos dolgok kimenetelét kiengeded a kezedből, és átadod annak vagy azoknak az embereknek, akikre képességeik és megbízhatóságuk alapján rábízod magad. Ha azt mondod, hogy rábízol valakire egy feladatot, aztán megcsinálod magad, vagy személyesen ellenőrzöd, mit csinál, akkor a munka elkészül ugyan, de értelmetlenné válik az az állításod, hogy te megbízol abban az emberben.

4. Azzal bizonyítod, hogy megbízol valakiben, hogy nem készítesz terveket arra az esetre, ha esetleg mégis cserbenhagyna

Ha védekező helyzetet foglalsz el, vagy felkészülsz arra, hogy „mented a menthetőt”, hogy így védekezz az esetleges cserbenhagyás ellen, az csodálatra méltó körültekintés lehet ugyan, de egészen biztosan megkérdőjelezi bizalmad mértékét. Ha a másik ember tudomást szerez terveidről, melyeket előre nem látható helyzetekre készítettél, akkor nagyon gyorsan arra a meggyőződésre jut, hogy egyáltalán nem is bízol benne.

5. A bizalom ára a sebezhetőség

A bizalom azzal jár, hogy sebezhetővé válunk, mivel a dolgok végkifejlete kicsúszik a közvetlen irányításunk alól, és egy másik ember kezébe kerül, akinek képességeiben vagy megbízhatóságában kénytelenek vagyunk megbízni. Ezt a függő helyzetet a bizalom hozza létre, és ezzel tudunk a legnehezebben megbirkózni. Bukott állapotunk lényege az, hogy nem vagyunk hajlandók Istentől való függőségben élni. Tudatosan úgy döntöttünk, hogy függetlenek leszünk, a magunk javát keressük, és a saját kezünkbe vesszük sorsunk irányítását. A bizalom gyökereiben támadja meg mindezeket a dolgokat.

De itt van egy paradoxon. Erre akkor jöttem rá, amikor egyszer azt fejtegettem, milyen nehéz meggyőző etikai érveket felsorolni a szerencsejátékok ellen. Ekkor hirtelen megláttam, mi a szerencsejátékok lényege. Az világos, hogy a társadalmi életnek egy gonosz betegsége, de ezenkívül egyfajta szekularizált hit szerepét is betölti. Választ ad az embernek arra a szükségletére, hogy vállaljon valamilyen kockázatot. Mivel az Istentől való függőség kockázatát nem

hajlandó vállalni, mindenféle nem megfelelő és káros úton kénytelen megszerezni ezt az izgalmat. Úgy tűnik, hogy Isten két nagy szükséglettel teremtett bennünket: a biztonság és a bizonytalanság szükségletével. A biztonságérzet iránti szükségletünket az az Isten tölti be, Aki mindig ugyanaz, és Akinek szeretete és szava teljesen megbízható és változhatatlan. A bizonytalanság iránti szükségletünket pedig az az Isten tölti be, Aki mindig új dolgokat tesz: „*Ímé, újat cselekszem...*”⁴ Állandóan kihív minket a megszokott dolgokból, hogy a hit útján járjunk, és egy bizalomra épülő függőséget jelentő személyes kapcsolatban éljünk Vele. Szinte akaratunk ellenére újra meg újra felszínre tör bennünk az az igény, hogy hitben járjunk, hogy bízzunk, bizonytalan helyzeteket éljünk át és kockázatokat vállaljunk. Ez megmagyarázza, mire gondol Pál, amikor ezt írja: „*Hitt pedig Ábrahám az Istennek, és tulajdonították az őnéki igazságnak.*”⁵ A megigazultság egyik jelentése a normáknak és elvárásoknak való megfelelés. Amikor Ábrahám megbízott Istenben, amikor vállalta azt a kockázatot, hogy hisz az ígéretekben, pedig még egyetlen fia sem volt, aki az ő nevét viselte volna (ez aztán a furcsa helyzet!), akkor betöltötte az embernek azt a rendeltetését, hogy Istenben bízó lény legyen.

Az Ádám által keresett függetlenség soha nem volt és nem is lesz lehetséges, ezért életünk minden egyes napján rákényszerülünk arra, hogy megbízzunk valakiben vagy valamiben. Ez még az olyan egyszerű dolgokra nézve is igaz, mint amikor megvásárolunk egy csomag gabonapelyhet, felszállunk az autóbuszra, vagy belépünk egy telefonfülkébe, hogy elintézzünk egy hívást. Ami pedig ezekben a meglehetősen hétköznapi jellegű dolgokban igaz, az még inkább vonatkozik a személyes kapcsolatokra. A helyzet az, hogy minél fontosabb egy kapcsolat, annál alapvetőbb szerepet játszik benne a bizalom, és minél intimebb, annál fontosabb benne a bizalom, és annál magasabb lesz a valódi bizalom elkötelezettségének az ára. Nem meglepő tehát, hogy a bizalom a legfontosabb feltétele az olyan kritikus kapcsolatoknak, mint például a vezetőkkel, a szolgáltatásokat nyújtó iparosokkal, a közhivatalokat betöltő emberekkel való érintkezés, vagy az olyan intim kapcsolatoknak, mint a házasság, a pszichiátriai kezelés, vagy a lelkigondozás.

6. A bizalom olyan felelősség, amit önként kell vállalnunk

Csak akkor számíthatsz valakinek a megbízhatóságára egy adott helyzetben, ha az az ember ismeri és elfogadja a bizalom feltételeit, és magára vállalja ezeknek felelősségét. A tudatos és megfontolt bizalomnak tudatos és megfontolt megbízhatósággal kell találkoznia; a tudatos és megfontolt hitnek tudatos és megfontolt hűséggel kell találkoznia. „*Ami pedig egyébiránt a sáfároknak megkívántatik, az, hogy mindenik hívnek találtassék.*”⁶

7. Annak az embernek, aki bízni akar, magának is megbízhatónak kell lennie

Nagyon fontos megértenünk, miért van ez így. Először is: ha meg akarok bízni valakiben, ahhoz szükség van arra, hogy ő is komolyan vegye azt a kötelezettségét, hogy megbízhatónak és hűségesnek kell lennie. De nem valószínű, hogy magára fog venni egy ilyen meglehetősen terhes kötelezettséget velem szemben, ha azt látja, hogy én a magam részéről egyáltalán nem veszem komolyan az ilyen kötelezettségeimet. Másodszor: ha én magam nem veszem komolyan a megbízhatóság kérdését, nagyon nehezen tudom majd elhinni másokról, hogy ők komolyan veszik, ezért nagy nehézségeim lesznek majd, ha valakiben meg akarok bízni.

Ezért a hitben való növekedés elhanyagolt kulcsa az, hogy növekednünk kell a hűségben. Ha kínosan ügyelünk arra, hogy betartsuk adott szavunkat, akkor sokkal könnyebb lesz elhinnünk, hogy Isten sem feledkezik meg ígéreteiről.

8. A bizalom elfogadása felelősséggel jár

Ha valaki megbízik bennem, és én elfogadom ezt a bizalmat, akkor felelősséggel tartozom, ami azt jelenti, hogy a dolgok kimeneteléért és egy esetleges kudarcért felelős vagyok. A vezetés bizalmi pozíció, mivel az emberek vezetőikbe vetik bizalmukat. A kérdés csak az, hogy a vezetők kinek tartoznak számadással. A válasz: mindenkinek, aki megbízott bennük, köztük követőiknek is. Sok keresztény vezető nem ismeri fel ezt a tényt, mások nem hajlandók tudomásul venni, de a bizalom mindig felelősséggel jár.

9. Ha a bizalom egyszer megsérül, nagyon nehéz helyreállítani

A bizalom abban különbözik a kapcsolatok többi aspektusától, hogy rendkívül törekeny. Ha egyszer megsérül, nagyon-nagyon nehéz helyreállítani, és ehhez mindig időre van szükség. A megbocsátás lehet egy pillanat műve, de a bizalom és a bizalomra való készség helyreállítása nem megy egyik pillanatról a másikra, hanem türelmes újjáépítésre lehet szükség.

Megtörténhet, hogy valaki egyszer szeretetlenül viselkedik velünk, mégis hiszünk abban, hogy alapjában véve szeretetteljes. Előfordulhat, hogy valaki egyszer durván bánik velünk, mégis meg vagyunk győződve arról, hogy igazából kedves ember. De ha megbízunk valakiben, aki aztán cserbenhagy bennünket, akkor valószínű, hogy hosszú időn keresztül megkérdőjelezzük majd megbízhatóságát.

Ennek egyik oka a bizalom „mindent vagy semmit” jellegű természetével kapcsolatos. Vagy megbízol valakiben, vagy nem, nem bízatsz benne részlegesen. Ha mégis ezt teszed, az egy rendkívül kellemetlen bizonytalanságérzést fog benned létrehozni. Hasonló módon, ha a bizalom megsérül, akkor nemcsak egy része szenved sérülést. Ha csak egy kicsit is megsérül, akkor teljes egészében megromlik.

A másik ok az, hogy ha megbízunk valakiben, akkor sebezhetővé válunk, ha más területen nem is, de érzelmileg és pszichikailag feltétlenül. Ha a bizalom megsérül, akkor univerzumunk, melyről azt feltételeztük, hogy kiszámítható, hirtelen megbízhatatlanná, kiszámíthatatlanná válik. Ez félelmet, szorongást okoz, ami viszont védekező érzésként haragot eredményez a kiváltó okkal szemben.

A bizalom tartalma

A bizalom és a megbízhatóság fogalmának jobb megértése érdekében vizsgáljuk meg ezeknek néhány jellemző vonását! Ez hozzásegít majd minket ahhoz, hogy tartalommal töltsük meg őket.

A tapasztalatokra épülő szilárd bizalom

Ez a fajta bizalom a szív bizalma, egy olyan bizalom, amely már annyiszor igazolódott, hogy szilárd meggyőződéssé vált, függetlenül attól, hogy mivel kapcsolatos, vagy mit mutatnak a körülmények. Dávid Istenbe vetett bizalma rendíthetetlen maradt minden veszedelemben, mivel elkötelezett bizalmából fakadó cselekedetei létrehozták szívében az Isten megbízhatóságába vetett teljes meggyőződést. Ezért szólhatott így Pál is a korintusiakhoz: „*Nagy az én bizodalمام hozzátok, nagy az én dicsekvésem felőletek*”.⁸

Ez a fajta bizalom a másik ember jellemének, vagyis annak a dolognak az ismeretére épül, ami viselkedését irányítja, ami viszont erkölcsi és szellemi alapelveit tükrözi. Egy olyan emberben megbízni, akinek nincsenek elvei, nem más, mint pusztán vakmerőség.

Ez a fajta bizalom nélkülözhetetlen az intimitáshoz. Csak azoknak mondjuk el személyes, magánjellegű dolgainkat, akikben meg tudunk bízni, ezért ez a bizalom legintimebb kapcsolataink legmélyén helyezkedik el.⁹ Ha érdemtelen embert ajándékozunk meg bizalmunkkal, ennek következményei pusztító hatásúak lehetnek ránk nézve: nem egyszerűen cserbenhagyásként, hanem árulásként éljük majd ezt át.¹⁰

Hűség: a legelkötelezettebb megbízhatóság

Minél nehezebb, veszélyesebb, vagy kétségbeejtőbb egy helyzet, annál nehezebb megbízni valakiben, és az ilyen helyzetekben mutatkoznak meg a hűségnek nevezett megbízhatóság különleges tulajdonságai. A hűség egy rendkívül személyes jellegű, elkötelezett megbízhatóságot jelent, amely ezt mondja:

„Jóban-rosszban veled vagyok.”

„Melletted maradok akkor is, ha mindenki ellened fordul.”

„Saját magam kockáztatásával is megvédelek.”

A szövetség lényege a személyes hűség köteléke a két fél között. Isten a velünk kötött szövetségében folyamatosan biztosít minket hűségéről: „*Nem hagylak el, sem el nem távozom tőled.*”¹¹ Ezért a hűség lényegi alkotóeleme legfontosabb és legintimebb kapcsolatainknak. Jogosan vetjük meg azokat a barátokat, vezetőket, vagy bárkit, akik csak a jóban vannak mellettünk, de ha a dolgok nehezebbre fordulnak, akkor megfélemedkeznek kötelezettségeikről.

Ugyanakkor a különféle elkötelezettségek ütközése a leggyötrelmesebb helyzeteket okozhatja, és rendkívül fontos, hogy világosan lássuk a dolgok fontossági sorrendjét. Az Ige tanításában a szövetség elsőbbséget élvez minden egyéb kötelességgel szemben. Legelső helyen áll az Istennel kötött szövetség, utána következik a házasság szövetsége.

Felelősségtudat: a tudatos megbízhatóság

Akkor tudunk megbízni valakiben, ha számíthatunk arra, hogy amit vállal, azt megteszi, anélkül hogy ellenőriznünk kellene, megteszi-e vagy sem. A felelősségtudattal rendelkező ember késztetést érez, hogy ragaszkodjon adott szavához. Számára a szavahihetőség tudatos dolog.

A felelősségtudat és a szavahihetőség a kis dolgokban való állhatatos megbízhatóságon keresztül épül fel, de a hatalommal rendelkező emberek számára gyakran egy olyan szimbolikus fontossága van, ami messze meghaladja ezeknek közvetlen jelentőségét. A táalentumok példázatában, amikor az első szolga eljön, és így szól: „*Uram, a te gírád tíz gírárt nyert*”, akkor ura így válaszol: „*Jól vagyon jó szolgám, mivelhogy kevesen voltak hív, legyen birodalmad tíz városon*”.¹²

A dolog másik oldala az, hogy ha valaki apró dolgokban megbízhatatlan, akkor ítélete így hangzik: „Ha kis dolgokban nem bízatsz meg benne, hogy fog viselkedni, ha igazi válsághelyzet köszönt be?”

Következetesség: a megbízhatóság legfontosabb alapelve

Ahhoz, hogy meg tudjunk bízni valakiben, kiszámítható reagálásokra van szükségünk. Hogyan tudnál megbízni abban az emberben, aki ma vadul lelkesedik egy elképzelésért, holnap viszont már egy szikrányt sem érdeklí, vagy az egyik nap tréfának tekint valamit, másnap viszont rettenetes dühbe gurul miatta?

Hasonló módon nagyon nehéz megbízni egy olyan emberben, aki mindig a pillanat hatása alatt cselekszik, mivel soha nem tudhatod, mit fog tenni. Egy ilyen emberrel megtörténhet, hogy ráharap egy rossz következtetésre anélkül, hogy kellően végiggondolta volna a dolgokat, vagy hiányos információk alapján cselekedni kezd.

A következetesség jellemvonása megkívánja, hogy döntéseinket alapelvek, ne pedig hangulataink vagy érdekeink szerint hozzuk, és hogy ne a pillanat hatása alapján cselekedjünk, hanem józanul, ésszerűen alkalmazzuk alapelveinket a körülmények mérlegelése után.

Az ígérek megtartása: szavahihetőség

Az adott szavunkhoz való ragaszkodás azt jelenti, hogy akkor is megtartjuk ígéretünket vagy eskünket, ha az számunkra kényelmetlen vagy költséges dolog. Az emberek manapság nagyon könnyen tesznek ígéreteket, amelyeket aztán lelkiismeretfurdalás nélkül megszegnek, ezért az ígéretet valami olyan ügynek tekintjük, amelynek nincs semmi jelentősége. A mai ígéretben van egy ki nem mondott fenntartás, ami valahogy így hangzik: „Feltéve, hogy az nekem még akkor is kényelmes lesz, vagy nem változnak meg az érzelmeim, vagy a körülmények nem diktálják másként, megígérem, hogy...” Ilyen feltételes ígérek mellett nem csoda, ha az emberek elkötelezettsége is feltételessé válik. Hogyan kötelezhetnéd el magad minden fenntartás nélkül egy olyan embernek, akiről tudod, hogy visszatáncolhat, ha a körülmények megváltoznak?

Meg kell értenünk, hogy amikor megígérünk valamit, akkor nem egy javaslatot vagy szándékot fogalmazunk meg, hanem:

- a) Komolyan és őszintén elkötelezzük magunkat jövőbeni viselkedésünkre nézve;
- b) Komolyan gondoljuk, hogy amit vállaltunk, azt megtesszük, és biztosítjuk a másik felet arról, hogy valóban úgy fogunk tenni, ahogy megígértük, és
- c) Vállaljuk azt a kötelezettséget, hogy beváltjuk adott szavunkat, amikor eljön az ideje, függetlenül attól, milyen nehéz vagy költséges lesz ez a számunkra. Más szavakkal:

korlátozzuk cselekvési szabadságunkat az adott helyzetben, mivel kötelesnek érezzük magunkat, hogy pontosan úgy tegyünk, ahogyan megígértük.

Isten ígéretei komoly elkötelezettséget jelentenek, melyekre építhetünk, és amikor Ő ezeket az ígéreteket adta, akkor korlátozta saját cselekvési szabadságát, mivel előre megmondta, hogy adott körülmények között mit fog tenni.¹³ Ígéreteinket nekünk is ugyanilyen komolyan kell vennünk.

Becsületesség: az igazsághoz való hűség

Nagyon nehéz megbízni egy olyan emberben, akinek a szavára nem lehet adni, vagy állandóan gyanakodnunk kell, nem fog-e megtéveszteni bennünket. „*Aki igazán szól, megjelenti az igazságot, a hamis bizonyosság pedig az álnokságot.*”¹⁴

De a bizalmat a kommunikáció bizonyos módjai is megnehezíthetik, mivel néha nem vagyunk tudatában annak, hogy megtévesztően viselkedünk, illetve olyan benyomást keltünk, mintha meg akarnánk téveszteni a másik embert.

1. Nem mondjuk el a teljes igazságot. Amit mondunk, az igaz ugyan, de szavaink nem rajzolják fel a teljes képet.
2. Közvetve vagy burkoltan beszélünk, amivel találgatásokra, következtetésekre kényszerítjük a másik embert. Nagyon nehéz megbízni egy olyan kijelentésben, amelynek van egy rejtett tartalma, vagy amelyik arra kényszerít minket, hogy „a sorok között olvassunk”.
3. Elmondjuk a tényeket, de az érzelmeinket nem, így a másik ember a sötétben tapogatózik azzal kapcsolatban, hogyan is látjuk azt a kérdést.
4. Más és más emberek számára különféle köntösbe öltöztetjük mondanivalónkat. Ezt a hibát vezetők rendszeresen elkövetik, és ez mindig bizalmatlanságot kelt a hallgatókban, amikor összehasonlítgatják a különféle kijelentéseket.

Egy pillanat műve, vagy egy folyamat eredménye-e a bizalom?

A bizalom, a keresztény terminológiához közelebb álló „hit” fogalomhoz hasonlóan lehet mind egy pillanat műve, mind pedig egy folyamat végeredménye. Egy döntéssel kezdődik, ugyanakkor olyan dolog, ami fokozatosan alakul és fejlődik ki. Mindkét aspektust meg kell értenünk.

A bizalom, mint döntés

Egy pillanat alatt meghozhatjuk azt a döntést, hogy megbízunk valakiben. Alkalmazok valakit, és rábízok egy olyan munkakört, ahol komoly felelősséget fog viselni, rábízom magam az orvos kezelésére, vagy igent mondok egy házassági ajánlatra. Lehet, hogy sok kérdésen és kételyen át vezet el az út ehhez a döntéshez, de előbb-utóbb elérkezem arra a pontra, ahol döntenem kell: vagy megteszem, vagy pedig meghátrálok. Tisztában vagyok azzal, melyik az a pillanat, amikor a kocka már el van vetve, amikor a döntés megszületett. Ha ezek után megváltoztatom az elhatározásomat, vagy megint elbizonytalanodom, annak olyan íze van, mintha hűtlen lennék, vagy visszaélnék a bizalommal. Minél nehezebb volt meghozni azt

a döntést, hogy bízni fogok, annál komolyabban fogom venni elkötelezettségemet, és annál nehezebben szánom rá magam arra, hogy megváltoztassam döntésemet.

Ez segíthet megértenünk, hol van a hit helye Istennel való kapcsolatunkban. Elkezdjük meglátni, hogy a hit nem valami szeszélyből fakadó döntés vagy feltétel, amit Isten az üdvösség alapjaként meghatározott. *A hit minden személyes kapcsolat előfeltétele.* Bele van építve erkölcsi világunkba az a tény, hogy minden kapcsolatban szerepet játszik a bizalom. Igen különös felfedezés lenne, ha azt tapasztalnánk, hogy hit vagy bizalom nélkül is lehetséges személyes kapcsolatot ápolni Istennel. Bármilyen is lenne egy ilyen kapcsolat, egy dolog egészen biztos: nélkülözné a személyes jelleget.

A bizalom, mint folyamat

De a bizalom folyamat is, mivel a bizalomnak növekednie kell. Egyetlen bizalomból fakadó cselekedet nem fogja bizalmunkat olyan erővel felruházni, hogy az képes legyen elviselni a kapcsolatra nehezedő nyomásokat. Ez az oka annak, hogy az Újszövetség sokkal nagyobb figyelmet szentel a növekedésnek és a hit táplálásának a megtérés után, mint a hit kezdeti cselekedetének, amely behelyez minket Krisztusba.

Nem kétséges, hogy ezen a területen súlyos hiányosságok mutatkoznak a házasságról szóló tanításokban. A szeretet és egymás megértése megkapja a kellő hangsúlyt, de csak nagyon keveset beszélnek arról, hogyan kell felépíteni a bizalmat, vagy kifejleszteni magunkban a megbízhatóságot. Ha megadnánk a bizalomnak azt a figyelmet és gondoskodást, amit megérdemel, sokkal kevesebb házasság feneklene meg a megszegett ígéreték és a hűtlenség zátonyán.

A szülőknek is tudniuk kell, hogyan neveljenek gyermekeikből megbízható tinédzsereket és felnőtteket, és a munkaadóknak is tisztában kellene lenniük azzal, hogyan fejlesszék alkalmazottaik körében a felelősségtudatot.

Következzen itt néhány vezérfonal arra nézve, hogyan lehet ezt elkezdni. Az első kérdés az, hogyan fejleszthetjük magunkban a mások iránti bizalmat, és ezzel egyidőben hogyan segíthetjük elő azoknak az embereknek a megbízhatóságát, akikben megbízunk. Másodszor: hogyan fejleszthetjük saját megbízhatóságunkat, hogy az emberek könnyebben meg tudjanak bennünk bízni.

A bizalom felépítése

A másik emberbe vetett bizalmunk és az ő megbízhatóságának felépítése

1. Ne felejtse el, hogy kockázatokat kell vállalnod! Nincs ingyen megszerezhető bizalom. A bizalom ára, amint már láttuk, az elkerülhetetlen sebezhetőség, amit az vált ki, hogy a dolgok kimenetelét a másik emberre bizzuk.

Azt szoktuk mondani, hogy a bizalmat ki kell érdemelni, és ez igaz is, ugyanakkor nem tudom bebizonyítani, hogy megbízható vagyok, ha valaki nem vállalja azt a kockázatot, hogy megbízik bennem. A Lukács 19-ben, a táluentumok példázatában a szolgák csak azért

kaphattak lehetőséget arra, hogy bebizonyítsák hűségüket, mert a nemesember előbb vállalta azt a kockázatot, hogy rájuk bizza pénzét.

2. Amikor elkezdesz megbízni valakiben, azokra a képességeire építs, amelyekben erős, ne azokra, amelyekben gyenge, vagyis olyan dolgokkal bízd meg, amiket meg tud csinálni, amiket szeret csinálni, amelyekben biztonságban érzi magát! Ez különösen fontos gyermekek, új vagy gyakorlatlan alkalmazottak esetében, és ezzel a kudarc esélyét is csökkentjük. Az is lényeges, hogy bizalmunk első lépéseit gyorsan kövessék újabbak.

3. Ne késlekedj a dicsérettel, ha sikerült teljesítenie a feladatot, és fejezd ki, hogy megbízol benne! A bizalom tiszteletet is jelent, és ha valakit bizalomra méltónak tekintenek, az csodálatos élmény. *„Jól vagyok jó és hű szolgám, kevesen voltál hű, sokra bízlak ezután, menj be a te uradnak örömébe.”*¹⁵

Ugyanebből az okból bizalomra való képességünk is növekszik, ha megvalljuk hitünket: „Megbízom benned”. A hit és a megvallás itt is együtt jár, mint minden esetben.¹⁶

4. Jellemed legyen a hűség és a megbízhatóság példája! Az emberek - különösen a gyermekek - modellek alapján tanulnak. Csak akkor fogják erénynek tekinteni a megbízhatóságot, és csak akkor fognak erre törekedni, ha azt látják, hogy azok, akikre felnéznek, és akiket a legjobban tisztelnek, mint például a szülők, vezetők és más fontos szerepet betöltő emberek, következetesen gyakorolják.

5. Legyen gondod arra, hogy a sikert még nagyobb felelősséggel jutalmazd, de ne felejtse el, hogy csak kis lépésekben szabad fokozni a megterhelést! A szabály az, hogy parancsra új parancs, parancsra új parancs, itt egy kicsi, ott egy kicsi.¹⁷ Légy türelmes, és ne feledkezz meg arról, hogy építed a bizalmat, nem pedig a határait próbálgatod, ezért idő előtt ne terheld meg túlzottan se a saját képességeidet, se a másik emberét.

6. Ha az az ember, akiben megbíztál, kudarcot vall, adj neki még egy lehetőséget! Menj vissza arra a dologra, amelyben az utolsó alkalommal sikert ért el, és kezd újra! És légy nagyon óvatos ezzel a mondattal: „Megbízta benned, de te cserbenhagytál”. A bizalom, amikor elkezd kifejlődni, annyira törekeny, hogy ha azt mondod valakinek: nem bízol benne, nagyon hosszú időbe telik majd, mire elhiszi, hogy most már megbízol benne.

7. Ne téveszd össze a bizalmat egy ember képességeinek a kipróbálásával! Megvan a helye annak, hogy próbára tegyünk valakit, de ez nem azt jelenti, hogy megbízunk benne. Ha a főnököm ezt mondja: „Szeretném látni, meg tudod-e csinálni ezt a munkát”, és kudarcot vallok, akkor az mindössze annyit jelent, hogy nem vagyok alkalmas annak a munkának az elvégzésére. De ha ezt mondja: „Bízom benned, hogy ezt meg tudod csinálni”, és aztán kudarcot vallok, akkor nemcsak a képességeim, hanem a megbízhatóságom is megkérdőjeleződik.

8. Csak akkor mondd ezt: „Megbízta benned, de te cserbenhagyta!”, ha előzetesen megmondtad annak az embernek, hogy most bíz benne, ő pedig elfogadta ezt a felelősséget.

Hogyan építsük fel a megbízhatóságunkba vetett bizalmat?

A megbízhatóság tudata szinte észrevehetetlenül, minden látványosság nélkül épül fel, ezért bizonyos vérmérsékletű emberek számára több problémát okoz, mint másoknak, nem is annyira azért, mert nehéz dolog, hanem azért, mert nagy gondosságot igényel. Ezt kell tenned:

1. Teremtsd meg magad körül a megbízhatóság légkörét! Például:

- a) Légy megbízható és lelkiismeretes kötelezettségeid teljesítésében, és feladataid elvégzésében!
- b) Akkor is tartsd meg ígéreteidet, ha az kényelmetlen, kellemetlen, vagy sokba kerül neked!
- c) Légy következetes, ne pillanatnyi szeszélyeid, hanem alapelvek szerint viselkedj!
- d) Őrizd meg megbízhatóságodat, de soha ne ígérj meg semmit, amíg nem ismered a részleteket!

2. Légy őszinte, mondd el a teljes igazságot, ne csak egy részét, és gondolataid mellett érzelmeidet is oszd meg másokkal! Biztosítsd őket arról, hogy a maguk valójában mondod el a dolgokat, és nincs szükségük következtetésekre, hátsó gondolatokra, és nem kell gyanakodniuk.

3. Csiszold saját jellemedet! Ne felejtse el, hogy a válsághelyzetek nem fejlesztik jellemedet, csak leleplezik, mi van a szívedben.

- a) Ismerd meg magadat és gyenge pontjaidat, amelyekkel szemben védekezned kell, vagy amiben meg kell erősödnöd!
- b) Ne engedd meg magadnak, hogy a könnyebb utat válaszd! Általában a nehezebb út a helyes.
- c) Soha ne add fel elveidet nyomások alatt, vagy valamilyen előny kedvéért!

4. Légy jókedvű, ne panaszkodj, ha nehézségeid vannak, és ne ess bele az önsajnálathibájába! Rendkívül nehéz megbízni egy olyan emberben, aki folyton sajnálja magát.

Bizalom és vezetés

A bizalom az emberek és a vezetőik közötti kapcsolat legfontosabb eleme. Bízunk kell vezetőinkben, a vezetőknek pedig bízniuk kell az általuk vezetett csoportban, ami szintén nagyon

fontos dolog. Ebben a kapcsolatban a vezetőkön nyugszik a nagyobb felelősség. Ők döntenek el, mit kell tenni, mikor és kinek kell azt a dolgot megtennie. Ők gyakorolják a hatalmat. Ezenkívül több információhoz jutnak hozzá, mint a többiek, és a tudás is hatalmat jelent. Így több hatalommal rendelkeznek, mint mások. Ezért a vezetői pozíciót *bizalmi pozíciónak* nevezzük.

Fontos ezt megértenünk, mert ha egy vezető kudarcot vall, akár vezetési módszereiben, akár magánéletében erkölcsileg, akkor a bizalmat is elveszíti. Ezt sok keresztény vezető nem képes felismerni. Gyakran így kiáltanak fel: „Miért bánnak velem másként, mint a többiekkel, amikor ők is elkövetik ugyanazokat az erkölcsi hibákat?” Ami az erkölcsi hibát illeti, legyen az akár házasságtörés, hazugság, vagy pénzügyi csalás, a válasz az, hogy pontosan ugyanolyan megítélés alá kell esnie, mint más emberek esetében. De a vezetőknél számításba jön még valami, ami más emberek esetében nem: megtört a bizalom. Ez egy külön kérdés, amellyel foglalkoznunk kell. A helyreállítás csak akkor lesz teljes, ha a bizalom is helyreáll.

De amikor a vezetőkbe vetett bizalomról beszélgetünk emberekkel, fel kell tennünk a kérdést: pontosan milyen dolgokat érint ez a bizalom. Más szavakkal: milyen területekre vonatkozik ez a függés, amikor megbízom valakiben, mint vezetőmben?

Először: megbízom az ítéleteiben. Függek tőle abban a kérdésben, hogy helyes célokat választ-e, és jól választja-e meg ezeket a célokat. A vezetők tevékenysége a jövőre irányul; a vezető - amint azt Robert Greenleaf világosan kimutatja - abban különbözik másoktól, hogy jobban ki tudja választani a helyes irányt, pontosabban fel tudja mérni a jövőt. Én nem látok olyan tisztán, mint a vezetőm. Ha én is olyan tisztán látnék, akkor én lennék a vezető. Ezért alá kell vetnem magam a döntéseinek és a jövőre vonatkozó látásainak. Ez az oka annak, hogy olyan nehéz megbízni egy ismeretlen, gyakorlatlan vezetőben: nem tudunk róla semmit. Egy tapasztalt vezetőnek jobban ismerjük az ítélőképességét és a tehetségét: tudunk róla valamit, aminek alapján eldönthetjük, megbízunk-e benne, és ha igen, mennyire.

A vezetőknek tudatában kell lenniük, milyen jellegű elkötelezettséget várnak el az általuk vezetett emberektől, és hogy ez milyen hitbeli lépéseket követel tőlük. A bizalom, amint már láttuk, sebezhetővé tesz minket, mivel részben valaki másnak a kezébe helyezzük sorsunkat, és ha alapvető elkötelezettségről van szó, akkor annak az embernek a tévedése, akibe bizalmunkat vetettük, nagy bizonytalanságot és félelmet válthat ki belőlünk. A félelem szinte mindig haraghoz vezet, mert a harag vészreakció, melynek az a célja, hogy megerősítsen bennünket, hogy így szembe tudjunk nézni a fenyegetéssel vagy veszéllyel. Mivel a vezető követte el azt a hibát, amely biztonságomat fenyegeti, nem meglepő, hogy ő lesz haragom célpontja. Ha a vezetőkbe vetett bizalom megsérül, az mindig egy érzelmileg felfokozott légkört idéz elő, de a harag egyáltalán nem az a jogtalan és ki nem érdemelt reakció, aminek a vezetők gyakran tekintik.

Másodszor: megbízom a vezető feddhetetlenségében, vagyis őszinteségében és megbízhatóságában. Még a hatvanas évek közepén tanultam meg ezzel kapcsolatban egy nagyon fontos leckét, amikor részt vettünk az új-zélandi római katolikus karizmatikus megújulás kezdetében. Azok a drága szentek, akik az első imaalkalmakon összegyűltek, olyan keveset tudtak, hogy mindent elhittek, amit mondtam nekik. Azt hiszem, egy ideig szinte egyfajta nem hivatalos bíborosnak tekintettek, ami nagyon hízelgő, ugyanakkor roppant veszélyes helyzet. Majd egy napon mondtam nekik valamit, amiről őszintén hittem, hogy Istentől kaptam, de a következő hét folyamán rá kellett jönnöm, hogy teljesen melléfogtam. Volt néhány álmatlan éjszakám emiatt. Ezt gondoltam: „Ha elmondom nekik az igazságot, soha többé nem fognak

bennem megbízni”. De képtelen voltam ennyiben hagyni a dolgot, és amikor a legközelebbi alkalommal találkoztunk, szembenéztem a helyzettel. Így szóltam: „A múlt alkalommal ezt és ezt mondtam nektek, és valóban azt hittem, hogy Istentől kaptam. A helyzet az, hogy tévedtem, rossz tanácsot adtam nektek”.

Azt vettem észre, hogy ettől kezdve valóban bíztak bennem. Az emberek nem várják el vezetőiktől, hogy tévedhetetlenek legyenek (vannak vezetők, akik azt hiszik, hogy tévedhetetleneknek kell lenniük), de azt igenis megkövetelik, hogy legyenek őszinték. Szinte bárhova követni fogják vezetőiket, feltéve hogy biztosan tudják: ha a vezető rájön, hogy rossz útra tévedt, hajlandó lesz ezt beismerni, és visszavezeti őket a biztos talajra. Lehet, hogy nagy ára van annak, ha egy vezető hibát követ el, de ha megpróbálja igazolni tévedését, az végzetes lesz a számára, mert nyitottá válik a megtévesztésre.

Harmadszor: bíznom kell a vezető állhatatosságában, vagyis hogy akkor is kitart, amikor nehéz idők jönnek. A vezetőnek az a dolga, hogy akkor is a helyes úton tartsa a csoportot, amikor mindenki más hajlamos lenne tévedésként feladni a dolgot. Bárki el tud vezetni egy közösséget, amikor jól mennek a dolgok, amikor mindenki lelkesedik és reménykedik. De a vezető igazi jelleme akkor mutatkozik meg, amikor a kudarc valós lehetőségként tornyosul fölé, és elhomályosul a jövő képe. Csak a sikerrel hajlandó azonosulni? Ha igen, akkor jobban érdekli a saját hírneve, mint a kitűzött cél. Inkább kiszáll a buliból, ha baj van, minthogy egy kudarccal terhelje meg a múltját? Ha a közösségnek ilyen kellemetlen gyanúi támadnak, kicsi a valószínűsége annak, hogy nehéz időkben is kitartanak vezetőjük mellett.

Így tehát a bizalom feltételei két dologra szűkülnek le: az egyik a képesség, a másik pedig a jellem. A kettő közül a jellem a fontosabb. Kevés olyan hibát lehet elkövetni, amely végzetes következményekkel jár. A vezetésre való alkalmatlanság károkat fog ugyan okozni, de ha a vezető hajlandó okulni az eseményekből, a legtöbb problémát idővel le lehet majd győzni. A jellem sokkal fontosabb, a jellembeli hiányosságok végzetesek lehetnek. Ha valaki nem képes tanulni a hibákból, annak oka inkább jellembeli fogyatékoságban, mint az intelligencia hiányában keresendő. De a jellem nem fejlődik, vagy változik meg egyik pillanatról a másikra. A válsághelyzetek nem fejlesztik, csak napfényre hozzák a már meglévő jellemet. Ezért az, hogy meg tudok-e bízni az adott személyben, ugyanannyira függ jellemének ismeretétől, mint a képességeibe vetett hitemtől. Képességei meggyőzhetnek ugyan engem arról, hogy egy adott helyzetben tudni fogja, mit kell tennie, de csak a jelleme fogja megadni nekem azt a bizalmat, hogy valóban azt fogja tenni, amit helyesnek tart.

Nemcsak a közösségnek kell megbíznia a vezetőkben, a vezetőknek is meg kell bízniuk az általuk vezetett emberekben. Tapasztalatom szerint a vezetők ezt általában nem csinálják olyan jól, mint alárendeltjeik. Gyakran ez az oka annak, amiért olyan nehéz vezetőket vezetni. A vezetők általában nem nagyon bíznak meg abban a közösségben, amelyet vezetnek. Amikor egy szervezetben vagy gyülekezetben azt tapasztalom, hogy a vezetők fenntartják maguknak a végső döntés jogát arra az esetre, ha a dolgok esetleg rosszra fordulnának, mindig az a gyanúm támad, hogy ennek gyökere a közösségükbe vetett feltételes vagy korlátozott bizalomban keresendő. Akkor viszont ők sem kifogásolhatják, ha az emberek szintén csak feltételesen bíznak meg bennük.

Utalások

1. Róma 4: 20-21.
2. Zsidók 11: 1.
3. Jakab 2: 26.
4. Ésaías 43: 19.
5. Róma 4: 3.
6. I. Korintus 4: 2.
7. Zsoltárok 27: 3.
8. II. Korintus 7: 4.
9. Példabeszédek 31: 10-11.
10. Zsoltárok 41: 9.
11. Zsidók 13: 5-6.
12. Lukács 19: 17.
13. Zsidók 6: 13-19.
14. Példabeszédek 12: 16.
15. Máté 25: 21.
16. Róma 10: 8-9.
17. Ésaías 28: 10.

5. fejezet

Tisztességre teremtve

Ha a kapcsolat négy alkotóeleme közül a szeretet a legszívósabb és legállhatatosabb, a bizalom pedig a legtörékenyebb, akkor egészen biztos, hogy társadalmunkban a legmellőzöttebb és legelhanyagoltabb elem a tisztelet és a megbecsülés.

A Biblia azonban tele van a tisztelet megadására vonatkozó erőteljes felszólításokkal. Ezek nem javaslatok, hanem parancsok. A Biblia megparancsolja, hogy tiszteljük Istent, sokkal jobban, mint bárki mást. Pál azt írja a Róma 1: 21-ben, hogy az emberi bűn gyökere valójában abban rejlik, hogy bár az ember megismerte Istent, mégsem tisztelte vagy dicsőítette őt Istenként.

Ezenkívül tisztelnünk kell apánkat és anyánkat.¹ A szülők iránti engedelmesség a gyermekkor tartozéka, a tisztelet parancsa azonban egész életünkön keresztül érvényes. Ez része az erkölcsi törvénynek, és valóban az első parancsolat, melyhez ígéret kapcsolódik. Később látni fogjuk ennek fontosságát. De tisztelnünk kell munkaadónkat, vezetőinket és a gyülekezet presbitereit is; a férjnek tisztelnie kell feleségét, a feleségnek pedig a férjét; és mindenkinek tisztelnie kell a házasság intézményét. Meglepő módon tisztelnünk kell a sikertelen és a hátrányos helyzetű embereket: az özvegyeket, az időseket, és a közösség szerényebb képességekkel rendelkező tagjait. Komolyan kell vennünk, hogy tisztelnünk kell egymást és mindenkit, függetlenül az érintett személy állapotától. De még ennél is meglepőbb, hogy nemcsak nekünk kell tisztelnünk Istent, hanem Isten is megadja nekünk a tiszteletet. Isten ezt mondja az Ő népéről: „Mivel kedves vagy az én szememben, becses vagy és szeretlek...”; egy másik helyen pedig: „Akik engem tisztelnek, azoknak tisztességet szerzek...”² A Biblia egy olyan társadalom képét rajzolja fel előttünk, amely tagjainak kölcsönös tiszteletére és megbecsülésére épül.

Mi a tisztelet vagy megbecsülés?

A tisztelet vagy megbecsülés a másik ember értékének elismerése. Amikor megadom valakinek a tiszteletet, akkor elismerem méltóságát és értékes voltát. Ezért kell Istent mindenk felett tisztelnünk, mivel Ő képviseli a legnagyobb értéket az egész univerzumban, sokkal többet ér, mint az egész világegyetem. De a tisztelet felismeri az Isten képére alkotott ember értékét is. Ez a tisztelet több okból is döntő fontosságú.

Először is azért, mert amikor felismerem az emberek értékét, akkor tudatára ébredek annak, milyen felfoghatatlanul gazdag az életem, mivel olyan sok értékes ember vesz körül és szerepel az életemben. Életem így értelmet és jelentőséget nyer. Ha nem adom meg másoknak a tiszteletet, vagy ami még ennél is rosszabb, gyalázom az engem körülvevő embereket, akkor nyomorba taszítom saját magamat, megfosztom életemet az értelmétől, mivel úgy viselkedem, mintha csak értéktelen emberekkel állnék kapcsolatban.

Másodszor: csak akkor érezhetem magam értékesnek, ha én magam is megkapom a tiszteletet másoktól. Letagadhatatlan, hogy közvetlen kölcsönhatás van a társadalmunkban élő, szegényes énképpel rendelkező emberek magas száma és a világban eluralkodott tisztelet-

lenség között. Gyalázzuk Istent és az Ő Igéjét, gyalázzal illetjük társadalmunk intézményeit, szidjuk a múltat, az erkölcsi értékeket, a szülői státuszt, a hatóságokat és mások jogait. Nem egyszerűen fitogtatják, hanem egyenesen dicsőítik a tiszteletlenséget és a gyalázkodást. A tömegtájékoztatóban sok ember ebből él. Mindent rossz és hamis színben tüntetnek fel. Aztán learatjuk azt, amit vetettünk, amint a zsoltáríró rámutat:

Köröskörül járnak a gonoszok, mihelyt az alávalóság felmagasztaltatik az emberek fiai közt.³

De saját magunkban is aratjuk a következményeket. Gyalázatban részesülünk, önértékelési zavarokban szenvedünk, és lesújt bennünket az értéktelenség érzése.

És végül: ha megpróbálunk saját magunkban kialakítani egy normális énképet, zsákutcába jutunk. Ez lehetetlen. Nem adhatok magamnak tiszteletet, mondjanak bármit is az öngyógyításról szóló pszichológiai könyvek. Egymástól függünk, énképünk kapcsolatainkban formálódik ki. Ha valaki képtelen jó kapcsolatokat kialakítani és fenntartani, az a szegényes énkép jele, de a szegényes énkép kialakulásának oka is a rossz kapcsolatokban, vagy a jó kapcsolatok hiányában keresendő, és ez a hiány elsősorban a megerősítés vagy a tisztelet hiányát jelenti.

A tisztelet értékmérői

Ha a tisztelet vagy megbecsülés az ember értékének felismerését jelenti, akkor meg kell állapítanunk, miből származik és mitől növekszik ez az érték. Minden érték tulajdonított érték. Minden annyit ér, mint amennyire azt becsülik. Én elkölthetek egymillió dollárt is egy fantasztikus találmány kifejlesztésére, legyártására és forgalomba hozatalára, de ha senki sem vásárol belőle, akkor az legfeljebb annyit ér, mint amennyi az elkészítéséhez felhasznált anyag ára. A másik oldalon viszont az emberek elképesztő összegeket képesek fizetni egy ritka belyegért, amelynek értéke - anyagának árában kifejezve - nulla. Ezért az, hogy az emberek mit mennyire becsülnék vagy tisztelnek, nagyon világosan kifejezi azokat az értékeket, amelyeken egy adott társadalom vagy közösség nyugszik. Ennek alapján összehasonlíthatjuk társadalmunkat más társadalmakkal, vagy a mai világot régebbi korszakokkal. Egyértelmű, hogy a nyugati társadalom a szórakozást, a sportot és az anyagi gazdagságot tartja a legértékesebb dolgoknak, mivel azok részesülnek tiszteletben és elismerésben, akik ezeken a területeken sikeresek.

De vajon hiteles-e ez az értékmérő, és szolgálhat-e az emberi lény megítélésének alapjául? Ha nem, akkor mi lehet az a standard, amelyet használnunk kell? **Az ember megítélésére szolgáló bibliai értékrendnek három értékmérője van. Most ezeket fogjuk megvizsgálni.**

Belső érték

A belső érték az adott személy vagy tárgy lényegéhez tartozó érték. Például ha van egy arany ékszered, azt összetörheted kalapáccsal, szétszórhatsz a porba, beledobhatod a tűzbe, akkor is van egy olyan értéke, amely minden pusztítást túlél. Ez pedig az aranynak az értéke. Ezt jelenti a belső érték. Ezt nem lehet csökkenteni, elvitatni, vagy elpusztítani.

Az én belső értékem, amennyit én emberként érek, teljesen független a képességeimtől, az anyagi helyzetemtől, vagy a teljesítményemtől. **Ezt az örökkévaló értéket és fontosságot Istentől kaptam, tehát ez is tulajdonított érték.** Nem tehetek semmit, amivel növelhetném vagy csökkenthetném ezt az értéket. Amint Isten feltétel nélkül szeret engem, hasonló módon feltétel nélkül megadja nekem a fontosságot is. Világosan emlékszem arra az időre, amikor elkezdtem ezt megérteni. Most már tudom, hogy ha mostantól kezdve én lennék a legtehetségesebb és legsikeresebb ember, aki valaha is élt ezen a földön, azzal sem tudnék hozzáadni belső értékemhez egy jottányit sem. Ezt az értéket kapjuk, nem megszolgáljuk vagy kiérdemljük. De ha mostantól kezdve mindenben kudarcot vallanék, ha elveszíteném a hírnevem, az egészségemet, a vagyonomat, barátaimat, szolgálatomat, vagy a józan eszemet, mindez szikrányit sem veszélyeztetné örökkévaló, belső értékemet. Nem sok olyan igazság van, amely akkora biztonságérzést adott volna nekem, mint ez.

A legelső érték, amit létre kell hozni a gyermekekben, az ennek a belső értéknek a tudata. Meg kell érteniük, hogy saját magukért, nem valamilyen más okból értékesek. Semmiféle elvárásnak nem kell megfelelniük, hogy ezt kiérdemeljék. Saját jogukon birtokolják ezt az értéket és fontosságot. Ennek a belső értéknek a megértése alapvető a gyermek biztonságérzete és önértékelése szempontjából.

Az ember belső értékének tisztelete annyira fontos, hogy ezt nem lehet túlhangsúlyozni. Lehet valaki bármilyen ostoba, aljas, tehetségtelen, vagy rokkant, akkor is rendelkezik belső értékkel. Ez nem azt jelenti, hogy az ember a társadalom vagy bármi más számára értékes. Önmagában értékes, és ezt az értéket mindig tiszteletben kell tartanunk. Van egy olyan méltósága, amely az Isten képére alkotott halhatatlan személyiséghez tartozik, aki ugyan elbukott, de megváltásban részesült, és képes arra, hogy örökkévaló kapcsolatra lépjen Istennel. Ennek az alapvető felismerésnek a hiánya rejtőzik a mai világban tapasztalható sok jogtalanság és elnyomás mögött. Ide tartozik az abortusz, a nyomor, a faji megkülönböztetés, a prostitúció és a pornográfia.

A személyiségnek ez a tisztelete azonban megköveteli tőlünk, hogy különbséget tegyünk a személy és cselekedetei között. Jézus mindig így tett, és ennek egyik legfigyelemreméltóbb példája a samáriai asszonnyal történt találkozása volt, amiről János evangéliuma 4. fejezetében olvashatunk. Amikor Jézus ezt mondta: „Öt férjed volt (minden valószínűség szerint elvált, nem megözvegyült), és a mostani nem férjed”, akkor a nő nem vágta őt pofon, nem sértődött meg, és nem válaszolt így: „Semmi közöd hozzá”. Ezt mondta: „*Uram, látom, hogy te próféta vagy*”.⁴ Ez ámulatba ejti az embert. Hiszem, hogy azért viselkedett így, mert tudta, hogy Jézus megbecsüli őt, mint emberi lényt. Jézus, amikor megszólította, pontosan ugyanazokat a kifejezéseket használta, mint amikor édesanyjához beszélt a kánai menyegzőn, annak ellenére, hogy nagyon is jól tudta, milyen életet élt az asszony. Mélységesen érdekelte a sorsa, ezért szembe kellett néznie erkölcsi bukásával, de a nő, mivel biztonságban érezte magát, hiszen Jézus elfogadta, nem érezte magát elutasítottnak, amikor szembeállította őt saját magával. Mintha egymás mellett állva néznék az asszony életét. Jézus így szól: „Ez bizony alaposan el van rontva”, a nő pedig így válaszol: „Igen Uram, rettenetesen el van rontva”.

Ez a fajta tisztelet a lényege minden olyan kapcsolatnak, ahol az egyik ember segíteni akar a másiknak, de ezt nem lehet büntetlenül megjátszani. Az emberek nagyon érzékenyek attitűdjeinkre. Viszont azt tapasztaltam, hogy ha ez a tisztelet valóban ott van a szívedben, akkor olyan egyenesen és nyersen fejezheted ki magad a másik ember életstílusával kapcsolatban, amennyire csak kell, mégsem érzi majd magát elutasítottnak. Lehet, hogy vitatja vélemény-

nyedet, érvel álláspontja mellett, de nem érzi majd, hogy idegenkedsz tőle csak azért, mert te másként látod a dolgokat. De ha ez a tisztelet hiányzik, és nem tudjuk különválasztani az embert az életstílusától, akkor problémákkal fogunk találkozni. Az egyik az lesz, hogy amikor elítéljük azt az életmódot, akkor ezzel együtt azt a személyt is elutasítjuk. A másik az, hogy amikor el akarjuk fogadni a személyt, nem tudunk majd mit kezdeni az életmódjával. Nem lesz válaszuk, amikor ezt mondja: „El kell fogadnod engem olyannak, amilyen vagyok, és ebbe beletartozik az is, hogy homoszexuális, kábítószerélvező, vagy csaló vagyok. Ne merészed ezeket a dolgokat kritizálni, mert akkor ítélni fogsz, a keresztények pedig nem ítélezhetnek!”

Az, hogy tudunk-e bánni az emberekkel a munkahelyünkön vagy a gyülekezetben, ugyanettől az alapvető különbségtételtől függ. Ezt így fejezhetném ki: „Emberi lényként teljesen és fenntartás nélkül elfogadlak. Minden feltétel nélkül elfogadlak testvéremnek Krisztusban. De azt, ahogyan élsz, nem tudom és nem is akarom elfogadni, ezügyben tenned kell valamit.”

A jellem értéke

A második értékmérő, amit fel kell ismernünk, a jellem értéke. „*Kívánatosabb a jó hírnév nagy gazdagságnál* - mondja a Példabeszédek könyve.⁵ „*A te neved* - éneklí a menyasszony szerelmesének az Énekek Énekében - *kiöntött drága kenet.*”⁶ A Bibliában a nevek mindig személyiséget vagy jellemet fejeznek ki. A jellemnek szóló tisztelet és megbecsülés az egyik dolog társadalmunkban, amelynek olyan kétségbeejtő szüksége lenne helyreállításra.

A mai társadalomban az intellektuális képesség, a sportban való ügyesség, a művészi tehetség, az üzleti vagy politikai érzék és a személyiség vonzereje sokkal nagyobb elismerésben részesül, mint a jellem, sőt ezeket időnként mentségnek vagy igazolásnak tekintik az erkölcsi érzék hiányára. Még az egyház is meghajolt a társadalom gondolkodásmódja előtt, mert az ajándékokat és a szolgálatot sokkal többre értékeli, mint az Isten szerinti jellemet.

Az Újszövetség nem az ajándékokra, a képességekre vagy a tehetségre, hanem a jellemre helyezi a hangsúlyt. Nem a karizma, hanem a jellem a személyiség igazi próbája. Például nagyon kevés szó esik az Igében arról, hogy mi a dolga a presbiternek, vagy mi a funkciója az előjárónak. A Biblia sokkal nagyobb figyelmet szentel annak a kérdésnek, hogy milyen embernek kell lennie. Ennek az az oka, hogy a vezetőknek elsősorban igazgatási feladatuk van, nekik kell felállítaniuk a keresztény életnek a keresztény közösségre vonatkozó irányelveit, és nekik kell példát mutatniuk ezekben. Nem sok vezetőség érti meg ezt a felelősséget. Egy alkalommal meghívtak egy gyülekezetbe, amely évek óta küszködött a vizsaly és a keserűség sok problémájával. Traumákat éltek át pásztorokkal, vezetőkkel és a közösség rangidős tagjaival. Amikor megbeszéltük, valójában mi is a vének feladata, eljutottunk a probléma igazi gyökeréhez. Ezeknek az embereknek soha nem volt bátorságuk, hogy szembenézzenek a helyzettel, mivel egyéni életükben is ugyanilyen problémákkal küszködtek. Ez elég volt ahhoz, hogy befogja a szájukat, és megfossa őket tekintélyüktől. Miután őszinte szívvel leszámoltak ezzel az Úr előtt, összehívták a gyülekezetet, megvallották, hogy a gyülekezet vezetése terén kudarcot vallottak, majd világosan meghatározták a harmóniának és az elfogadásnak azokat a bibliai irányelveit, melyeket Isten határozott meg népe számára. A problémák szinte azonnal megszűntek.

Amikor a jellemre gondolok, gyakran eszembe jut az apám. Munkásember volt, egész életében dolgozott, és szűk családi körén, valamint a helyi baptista gyülekezetén kívül, ahova

járt, szinte senki sem ismerte. Mégis, amikor meghalt, négy gyermeket hagyott hátra, akik valamennyien keresztények voltak, és keresztény házasságban éltek. Annyi hibával távozott Istenhez, ahány gyom volt a kertjében (a kertészkedés volt a nagy szenvedélye). Néha elgondolkodom azon, milyen más maradandó értéket alkothat az ember élete során.

De a jellemnek csak akkor lesz értéke a következő nemzedék szemében, ha azt a jelen generáció is értéknek tekinti. Ha a személyiséget, a sikert, vagy a gazdagságot a jellem fölé helyezzük, akkor ne lepődjünk meg, ha gyermekeink is a mi példánkat követik.

A teljesítmény értéke

Van egy harmadik értékmérő is, ez pedig a teljesítménynek, az elért eredményeknek az elismerése. *„A jól forgolódó presbiterek kettős tisztességre méltattassanak, főképpen akik a beszédben és tanításban fáradoznak”* - mondja Pál. Ebben a tekintetben meg kell adnunk a tisztességet annak, akit az megillet.⁷ Minden dolgunkban az elérhető legjobb teljesítményre kell törekednünk. Amit elvállalunk, azt a lehető legjobban kell megcsinálnunk. Lehet, hogy képességeink és adottságaink korlátozottak, és minden igyekezetünk ellenére is csak kevesen lesznek közülünk világbajnokok, de Pálhoz hasonlóan minden erőnkkel törekednünk kell Isten bennünk munkálkodó kegyelme szerint. Oda kell szánunk magunkat a növekedésre. Egy kisgyermeknek semmit sem kell tennie ahhoz, hogy növekedjen. Ha táplálsz, biztosítod számára a pihenést, a testmozgást és a szeretetteljes törődést, akkor fejlődni fog, de csak egy bizonyos pontig, csak a természetes fejlődésnek egy adott szintjéig. Soha nem lesz belőle orvos, politikus, tanár, vagy muzsik, ha növekedése során valamikor nem hozza meg azt a tudatos döntést, hogy fejlődni fog. Gyülekezeteink tele vannak „érett keresztényekkel”. Ők olyan keresztények, akik jó húsz évvel ezelőtt elérték a szellemi fejlődésnek egy természetes szintjét, de azóta nem sokat változtak.

Ahhoz, hogy lényeges, vagy megfigyelhető előrehaladást érzünk el, valójában nincs is szükségünk herkulesi erőfeszítésekre, vagy hatalmas ugrásokra. Az Egyesült Államok vezető cégei, akik a tempót diktálják, és akiknek a részvényeiért a legtöbbet adnak, semmit sem csinálnak kétszer olyan jól, mint mások. Mindössze egyetlen százalékkal csinálnak mindent jobban. Ebben a megközelítésben a kiemelkedő eredmények, vagy az azokhoz vezető út minden gyülekezet, üzleti vállalkozás, család és minden ember számára elérhető, a kapcsolatok minden formájában. Ez azt jelenti, hogy szinte csak mellékesen kell fejlesztenünk eredményeinket egy egész sor területen. Vajon mi történne egy gyülekezetben, ha egyetlen év leforgása alatt a közösség minden egyes tagja elkötelezné magát, hogy csak egy százalékkal lesz szeretetteljesebb otthon, egy százalékkal lesz szorgalmasabb a munkájában, és ugyanennyivel állhatatosabb a Biblia tanulmányozásában, ennyivel többet fog törődni embertársaival, ennyivel lesz bőkezűbb az adakozásban, tevékenyebb a közösség dolgaiban, és fogékonyabb Isten hangjára? Hónapokon belül egy megújulás kellős közepén találnád magad.

Hogyan tudjuk megfelelően elismerni valakinek a teljesítményét? Felismerjük és helyesljük az erőfeszítéseit, a jó szándékot ugyanúgy megjutalmazzuk, mint az elért eredményeket, észrevesszük és megdicsérezzük a sikert. Egyik fiam tanárember volt. Azoknak a nehéz éveknek egyik legszebb emlékeként beszél egyik maori kollégájáról, aki soha nem lépett be osztálytermébe úgy, hogy ne talált volna valami okot elismerésre vagy dicséretre, legyen az akár egy szép poszter, egy munkavázlat, vagy bármilyen dekoráció. Ez sokkal jobban hozzájárult

Marknak a hivatása iránti elkötelezettségéhez és ahhoz a vágyához, hogy a lehető legjobban végezze munkáját, mint bármiféle jó minősítés, előléptetés, vagy fizetésemelés.

Oda kell szánunk magunkat arra, hogy mindent a lehető legjobban teszünk, teljes szívünkkel, mintha az Úrért és nem emberekért tennénk.⁸ Istent érdeklik az eredményeink és a teljesítményeink. „*Én, az Úr vagyok az, aki a szíveket fürkészem és a veséket vizsgálom, hogy megfizessék kinek-kinek az ő útai szerint és cselekedeteinek gyümölcse szerint.*”⁹ Isten adja az erőt a gazdagság megszerzésére. A gazdagság nem pénzt jelent, a pénzt itthagyjuk majd a földön, a gazdagságot viszont magunkkal visszük. A gazdagság azt a jártasságot, gyakorlatot és ismeretet jelenti, amit ebben az életben megszerzünk azáltal, hogy alkotó módon használjuk Istentől kapott ajándékainkat.

Az értékmérők alkalmazása

A tisztelet megadásakor világosan látnunk kell, melyik értékmérőt használjuk, és a tiszteletben részesülő személynek is meg kell értenie, mi a tisztelet alapja.

<i>Értékmérő</i>	<i>Az érték megszerzésének módja</i>	<i>Mit ismer el a tisztelet?</i>
Belső érték	Kapott, nem kiérdemelt érték	A személy örökkévaló értékét
Jellem	Kiérdemelt, nem kapott érték	Azt, hogy ki, vagy mi az az ember, vagy hogy ki, vagy mi lett belőle
Teljesítmény	Kiérdemelt, nem kapott érték	Azt, amit a személy tett, vagy amit elért

Megtörténhet, hogy valaki kiemelkedő teljesítményt ér el egy adott területen, a művészetekben, a sportban, vagy az üzleti életben, ugyanakkor súlyos jellembeli fogyatékoságai vannak. Ha megadjuk a teljesítményének szóló jogos elismerést, azzal automatikusan nem hagyjuk jóvá és nem tiszteljük jellemét is, és azt sem állítjuk, hogy belső értékét tekintve magasabb helyen áll, mint bárki más. Hasonló módon az a tény, hogy valakinek a jelleme méltó a tiszteletre, nem jogosítja őt fel tiszteletre közepes vagy szegényes teljesítményéért. Arra sincs szüksége senkinek, hogy belső értékét azáltal próbáljuk elismerni, hogy megdicsérjük szegényes teljesítményét, vagy kritika nélkül elfogadjuk jellemét, életstílusát, vagy szokásait.

A tisztelet tartalma

A kapcsolatok többi eleméhez hasonlóan azt is mélyebben meg kell értenünk, hogy mit értünk a tisztelet vagy elismerés alatt, mivel ez a fogalom társadalmunkban annyira mellőzött lett, hogy ezeknek a szavaknak van egy ódivatú, anakronisztikus csengése. Hadd álljon itt néhány rokonértelmű kifejezés, amelyek hozzájárulnak majd a tisztelet fogalmának gazdagításához. Valamennyien vágyunk arra, hogy részesüljünk ezekben a dolgokban.

1. Elfogadás

Ezt a szót használhatjuk egy nagyon passzív, sőt kifejezetten fatalista értelemben is: „Semmit sem tehetsz ellene, legjobban teszed, ha elfogadod”. Nem ezt értjük az elfogadás kifejezésén. Az elfogadás egy cselekvő hozzáállás, amely őszinte melegséggel és figyelmességgel fogadja a másik embert. Így lehetne megfogalmazni: „Jelenléteddel gazdagítod ezt a csoportot”, vagy: „Örülök, hogy te is ehhez a gyülekezethez, családhoz, vagy csapathoz tartozol”. Erre gondolt Pál, amikor ezt írta: „*Azért fogadjátok be egymást, miképpen Krisztus is befogadott minket az Isten dicsőségére*”.¹⁰

2. Elismerés

Az elismerés válaszadás valakinek egy olyan módon, amely kifejezi, hogy egy különleges emberként magára vonta a figyelmünket, és érdekel minket a tevékenysége, az eredményei és a véleménye. Azt jelzi, hogy mérlegre tettük emberi tulajdonságait, és pozitív, kedvező eredményre jutottunk.

3. Jóváhagyás

A jóváhagyás egy ember fontosságtudatának megerősítése azáltal, hogy felhívjuk a figyelmét képességeire és azokra a dolgokra, amelyekben erős. A jóváhagyás azon az igazságon alapul, hogy Isten valamennyiünket úgy alkotott meg, hogy bizonyos dolgokban - de nem mindenben - tehetségesek vagyunk, és azokra a dolgokra kell összpontosítanunk, amelyeket jól csinálunk, nem azokra, amikhez nem értünk. Ez kiragadja az embert mások utánzásából, mert ezt mondja: „Csodálatosnak tartalak, és szeretném, ha te is így gondolnál magadra”. Annyira nem értjük a tisztelet lényegét, hogy az ehhez hasonló mondatok idegenül csengenek a keresztény fülek számára, akár mondjuk, akár halljuk.

4. Méltánylás

A méltánylás szubjektívabb, mint a jóváhagyás. Azt a meglepedettséget fejezi ki, amit a másik ember társaságában, jelenlétében érzünk, amit öltözködésének módja, beszédtemái, személyisége kivált belőlünk. Így lehetne megfogalmazni: „Nagyszerű dolog olyannak látni téged, amilyen vagy, és hogy úgy teszed a dolgaidat, ahogyan teszed”.

5. Helyeslés

A helyeslés azt fejezi ki, hogy egyetértünk az érintett személy cselekedeteivel, véleményeivel, az általa elért teljesítményekkel, és bátorítjuk őt ezekben. A pártját fogjuk, hangot adunk annak, hogy támogatjuk őt, és ezzel jelezzük, hogy értékesnek tartjuk viselkedését. A helyeslés ezt fejezi ki: „Teljes mértékben egyetértünk azzal, amit teszel, és hasonló körülmények között magam is pontosan így tennék”.

6. Csodálat

A csodálat egy ember eredményeinek vagy jellemének dicséretét fejezi ki, de továbbmegy, mint a helyeslés. A helyeslés ezt mondja: „Én pontosan úgy tennék, mint te”, míg a csodálat így szól: „Én fele olyan jól sem tudtam volna megcsinálni, mint te”, vagy „Olyan példát állítottál eléem, ami arra késztet, hogy megpróbáljalak túlszárnyalni”.

7. Elismerés

Az elismerés azt jelenti, hogy nyilvánosan, vagy mások előtt megdicsérünk valakit. Legegyszerűbb formája az lehet, ahogyan egy barátunkat bemutatjuk egy csoportnak. Ha valami ilyesmit mondok: „Nagy öröm számomra, hogy bemutatathatom nektek kedves barátomat, Bill Fauld-ot”, az arra utal, hogy Bill értékes ember, akit nagyra értékelek, és azt akarom, hogy mások is ennek megfelelően viselkedjenek vele.

A tisztelet kifejezése és megadása

Nem elég megértenünk a tisztelet lényegét, sőt még az is kevés, ha felismerjük fontosságát. Tudnunk kell, hogyan lehet kifejezni. A tiszteletet „meg kell adnunk”, hogy a másik személy részesülhessen benne; gyakran használjuk azt a kifejezést, hogy „lerójuk tiszteletünket” valaki előtt. Ezek mögött a kifejezések mögött ott rejtőzik az a valós tartalom, hogy ha csupán tisztelettel gondolunk valakire, vagy csak érezzük, mennyire értékes ember, az nem sokat ér, ha valamilyen módon nem fejezzük ki tiszteletünket.

A tisztelet kifejezése szavakkal

A tisztelet kifejezésének legegyszerűbb módja az, hogy szavakba öntjük, elmondjuk egyszerű, őszinte mondatokban, amelyek tartalmazzák jóváhagyásunkat, elismerésünket, vagy megbecsülésünket. Elmondhatjuk szemtől szemben: ebben az esetben az érintett személy érzékelheti hangunkban a melegséget, láthatja arckifejezésünket, ezenkívül ezernyi módon aláhúzhatjuk mondanivalónkat. Megtehetjük írásban is, ami bizonyos mértékben nélkülözheti ugyan a személyességet, viszont sokkal határozottabb, céltudatosabb, és az írott szöveget a címzett újra meg újra elolvashatja.

A tisztelet kifejezésének egy másik módja az, hogy elismerően beszélünk valakiről egy harmadik személy előtt. Pál ezt rendszeresen gyakorolta, és a gyülekezeteknek írt levelei tele vannak munkatársainak meleg hangú, személyes ajánlásaival.¹¹

A dicséret, a megbecsülés, az értékelés, a megerősítés, a helyeslés és az ajánlás kifejezése mind-mind a tisztelet kimutatásának eszköze. A szülőknek nem szabad erről megfeledkezniük. A gyermekek két alapvető szükséglettel születnek: szükségük van szeretetre és a fontosság tudatára, vagyis hogy jó érzéseik legyenek saját magukkal kapcsolatban. Ez utóbbi a tisztelettel függ össze, és nem azonos a szeretet igényével. Igaz ugyan, hogy annak a gyermeknek, akit szeretnek, jobbak az esélyei arra, hogy úgy érezze, tisztelik is, de ez nem feltétlenül van így, és egészen biztos, hogy az a gyermek, akit nem szeretnek, mindkét területen vesztes marad. A tisztelet hiányát a gyermek akkor is megsínyli, ha nagyon szeretik. A legáltalánosabb követ-

kezmény a kisebbségi érzés, rosszabb esetben pedig a reménytelenség, az általános bizonytalanság. Az apa szerepe a döntő. Az ő feladata, hogy megadja a gyermeknek az önazonosság érzetét és a fontosság tudatát. Érdeemes elolvasni, hogyan viszonyult az Atya Jézushoz. Az Atya hozzáállása adta meg személyiségtudatát: „*Te vagy az én szerelmes fiam, akiben gyönyörködöm*”, és tiszteletben részesült: „*Hogy mindenki úgy tisztelje a Fiút, miként tisztelik az Atyát*”.¹²

Egy alkalommal részt vettem egy televíziós beszélgetésen, amely a szülők és a gyermekek problémaköréről szólt. Az adás előtt néhány szót váltottam egyik beszélgetőtársammal, aki gyermekpszichológiát tanít egyik egyetemünkön. Arról beszélgettünk, mennyire fontos az apa példakép szerepe. Ezt mondtam: „Bárcsak annyit tudtam volna Isten atyai természetéről akkor, amikor a gyermekeim még kicsik voltak, mint amennyit most tudok! Sokkal jobb apa lehettem volna.” Válasza leleplező erejű volt. Nem értette, miért csapnak olyan nagy hűhót az apa szerepe körül. Az volt a véleménye, hogy a gyermeknek jó nevelésre van szüksége, és teljesen mindegy, hogy ezt az apától vagy az anyától kapja meg. Ma már tudom, hogy az egyszülős családok növekvő száma magában hordozza azt a tényt, hogy az apa és az anya szerepét egyetlen személynek kell valahogyan betöltenie, de ez nem felel meg Isten elképzelésének. Az apa és az anya szerepe nem ugyanaz. Ha meg kellene határoznom a kettő közötti különbséget, azt mondanám, hogy az anyának elsősorban a gyermek szeretetigényét kell betöltenie, az apának pedig az értékesség tudatát kell biztosítania. Magától értetődik, hogy a kettő között nincs éles határvonal, az apának is kell szeretnie, és az anyának is feladata a gyermek bátorítása, de figyelj csak meg kicsiny gyermekedet! Ha elesik, és felsérti a térdét, általában édesanyjához szalad vigasztalásért, de ha valami olyasmivel jön haza az iskolából, amire büszke, akkor édesapjának mutatja meg először. Mindenekelőtt a *belső érték* tudatát kell a gyermekben megerősítenünk. Sokkal könnyebb egy csinos kislányt, vagy egy értelmes, jól tornázó fiút bátorítanunk, de mit kezdünk azokkal, akik nem annyira szépek, és egyáltalán nem okosak? Ők hogyan nyerhetik el az értékesség tudatát? Nemcsak azt kell nagyon sokszor elmondanod a gyermekednek, hogy „Szeretlek”, hanem azt is, hogy „Ezt nagyszerűen csináltad. Büszke vagyok rád”.

A tisztelet kifejezése viselkedésünkkel

Amellett, hogy tiszteletünket szavakba foglalhatjuk, beszéd nélkül is kimutathatjuk, ami azonban ugyanolyan világos lehet. Gondolok például arra, ahogyan bizonyos helyzetekben egymással viselkedünk.

1. Tiszteletünket fejezzük ki azzal, hogy elismerően beszélünk egymásról társaságban, és a nyilvánosság előtt jó dolgokat mondunk valakiről. Például ha név szerint bemutatnak bennünket egy csoportnak, vagy köszöntenek minket, akkor érezzük, hogy valamilyen módon elismerték fontosságunkat és értékességünket. Azt érezzük, hogy tiszteletben részesültünk.

2. Tiszteletünket fejezzük ki valaki iránt, amikor kikérjük a tanácsát vagy a véleményét egy bennünket érintő dologban, látásainkat, javaslatainkat alávetjük ítéletének vagy kritikájának, és komolyan vesszük tanácsát, véleményét. Ezzel azt fejezzük ki, hogy értékesnek tart-

juk nézeteit, és ha szavak nélkül is, de azt sugalmazzuk, hogy őt magát is tiszteljük és értékeljük.

3. Tiszteletünket fejezzük ki valaki iránt, amikor őszintén törődünk érdekeivel és jólétével. Az ilyen törődés azt jelzi az érintett személy számára, hogy ő értékes, és még azon az áron is a javát keressük, ha abból nekünk kárunk származik.

Az 1960-as években Ausztráliában jártam, hogy szakembereket toborozzak új-zélandi cégek számára, az országunkban uralkodó teljes foglalkoztatottság mámorító napjaiban. Adelaideben voltunk, és ács szakmunkásokkal tárgyaltunk. Felkeresett engem egy angol házaspár, akik a negyvenes éveik elején járhattak. Az állásról és a férfi szakmai hátteréről, gyakorlatáról beszélgettünk. Egyértelmű volt, hogy alkalmas az állás betöltésére, és az is, hogy nagyon szeretett volna elutazni. Csak az jelentett neki problémát, hogy egyszer már kivándoroltak: Angliából Ausztráliába, és bizonytalan volt azzal kapcsolatban, hogy még egyszer kiszakíthatja-e feleségét megszokott környezetéből, hogy újból előlről kezdjen mindent. Soha nem fogom elfelejteni a feleség választását. Annyi év eltelte után is elevenen él emlékezetemben. Férjéhez fordult, és ezt mondta: „Sose törődj velem, drágám, a te karriered a fontos”. Ekkor ezt gondoltam: „Remélem, hogy ez az ács értékeli, milyen nagyszerű felesége van”. Ez valóban az őszinte tisztelet kifejeződése volt.

4. Az emberek tisztelete azt is jelenti, hogy elismerjük jogukat arra, hogy:

- a) Olyan döntéseket hozzanak, amelyekkel nem értünk egyet,
- b) Elkövessenek olyan hibákat, amelyeket mi nem követnénk el,
- c) Ragaszkodjanak nézeteikhez, amelyeket mi nem tudunk elfogadni, és
- d) A saját lelkiismeretük szerint cselekedjenek.

Ezek a szempontok nagyon fontosak a keresztények közötti kapcsolatokban, és a szülőknek sem szabad megfeledkezniük róluk, amikor gyermekeik elérik a felnőttkort.

5. Tiszteletünket fejezzük ki mások iránt azáltal, ha következetesen felelős személyeknek tekintjük őket, akik képesek saját életük irányítására. Ebből az következik, hogy ha képességeik alatti teljesítményt nyújtanak, valamilyen rossz, vagy veszélyes dologba keverednek, akkor szembesítjük őket ezzel a ténnyel. Ezzel a tettünkkel azt fejezzük ki, hogy értéke-sebbnek tartjuk őket annál, semhogy elnézzük, amint elrontják életüket, vagy megfosztják hi-telességétől bizonyágtételüket, mert nem számolnak le azzal a problémával, és azt is készek vagyunk kockáztatni, hogy megsértjük őket azzal, hogy szóba hozzuk ezeket a dolgokat.

6. Ajándékainkkal nemcsak szeretetünket, hanem tiszteletünket is kifejezhetjük. Az ajándék mintegy záloga, szimbóluma egymás iránti tiszteletünknek, és annak az értéknek, amit a másik emberben látunk. Ezért van az, hogy felajánlásaink részei Isten imádatának: „Tiszteld az Urat a te marhádból, a te egész jövedelmed zsenégéből”.¹³

7. Tiszteletünket fejezzük ki azáltal, hogy készek vagyunk a másik emberrel való kapcsolatra. Például amikor valakinek felajánljuk a barátságunkat, ezzel azt is kifejezésre

juttatjuk, hogy értékesebbnek tartjuk őt másoknál, mivel azt akarjuk, hogy egy különleges helyet foglaljon el az életünkben, és mi is ugyanerre tartunk igényt nála. Ez az oka annak, hogy a házasságban, a szexuális egyesülésben alapvetően fontos szerepet játszik a tisztelet. Ezt foglalja magában a házassági fogadalom szövege: „Testemmel tisztellek téged”. Talán ez a legnagyobb tisztelet, amiben egy férfi egy nőt, vagy egy nő egy férfit részesíthet. Ezért Isten bölcsessége ezt a házassági szövetségre korlátozta. A szexuális kapcsolat felőleli mindazokat a dolgokat, amelyek itt említésre kerültek: szavakat, pillantásokat, érintést, elérhetőséget a másik ember számára, valamint az egymás szükségleteivel és érdekeivel való törődést. A médiák egyik legjellemzőbb vonása manapság az, hogy következetesen gúnyolják a házastársi hűséget, de minden szolgáló testvér, lelkész és lelkigondozó, aki valaha is foglalkozott olyan emberrel, aki már átélte azt a traumát, hogy rá kellett jönnie: házastársa hűtlenné vált hozzá, ugyanazt fogja neked mondani. A megcsalt emberben minden haragnál, fájdalomnál és féltékenységénél erősebb az az érzés, hogy meggyalázták, megfosztották becsületétől és személyének jelentőségétől. Ezzel a kérdéssel csak nagyon ritkán foglalkoznak megfelelő módon, ezért sok öszinte megbékélési kísérlet zátonyra fut.

A tisztelet kimutatásának módjai szavak nélkül

Két fő módja van a kommunikációnak. Az egyik a verbális, ami a beszédet jelenti, a másik pedig a non-verbális, vagyis a gesztusaink, arckifejezésünk, a testbeszéd, a hangmagasság, a hangszín, és így tovább. Előfordul, hogy szavaink tartalma eltér annak az üzenetnek a tartalmától, amit az utóbbi módokon közvetítünk. A kommunikáció szakértői azt állítják, hogy a non-verbális módon átadott üzenetek legalább ötször hatásosabbak a szavaknál, és ha a kettő tartalma ellentmond egymásnak, mindig a non-verbális üzenetet hisszük el. Ezt szoktuk mondani: „Abból, ahogy mondta, látszott, hogy gúnyolódik”.

Hadd álljon itt a tisztelet kifejezésének néhány non-verbális módja! Nagy figyelmet kell ezekre fordítanunk, mivel gyakran nem igazán vagyunk tudatában azoknak a dolgoknak, amelyeket ilyen módon elárulunk, és ezért gyakran meglepetésként ér bennünket az emberek reakciója.

1. Az érintés, például a kézfogás, vagy ha a másik ember vállára csapunk, megcsókoljuk az arcát, megöleljük gyermekeinket találkozáskor, még akkor is, amikor már felnőttek, vagy ha a házastársak spontán módon, „csak úgy” megérintik egymást, az nemcsak gyengédséget, hanem tiszteletet is kifejez. Ez az oka annak, hogy ha kezet nyújtunk valakinek, és azt az illető figyelmen kívül hagyja, azt sértőnek vagy tiszteletlenségnek érezzük.

A munkahelyünkön, a durva és könyörtelen üzleti élet versenyében folytonosan olyan helyzetbe kerülünk, amelyek alááshatják vagy szétvethetik önbizalmunkat és saját magunk tiszteletét. Kihagynak minket az előléptetésből, elszalasztunk egy jó üzleti lehetőséget, elkövetünk valami hibát, és főnökünk összeszid minket, munkánk során kénytelenek vagyunk elviselni, hogy parancsolgassanak nekünk, mintha mi nem tudnánk magunktól is dönteni, anyagi nehézségekbe kerülünk, elveszítjük állásunkat: mindezek a dolgok rendkívül sebezhetővé tesznek minket, és könnyen megtörténhet, hogy kételkedni kezdünk saját magunk felől. Ugyanilyen hatása lehet az öregedésnek, a rossz egészségi állapotnak, vagy amikor kedvenc álmaink lassan szertefoszlanak. Ilyen körülmények között a házastársak rendkívüli védelmet jelenthetnek egymás számára, és sokkal jobban megerősíthetik egymás sérült önbizalmát, mint bárki más a

földkerekségen, ugyanakkor sokkal nagyobb pusztítást végezhetnek a másik életében, mivel túl jól ismerik egymás gyenge és sebezhető pontjait.

2. Ahogyan egymásra nézünk. Ez áll az angol „regard” szó használata mögött, ami tekintetet és tiszteletet is jelent, és ezért van az, hogy a „felnézni valakire” kifejezés azt jelenti, hogy tiszteljük azt az embert, míg a „lenézni valakit” megvetést jelent.

Van két dolog, amit nem tudunk szabályozni. Az egyik a hangszínünk, a másik pedig a tekintetünk. Ha megvetünk valakit, az látszani fog a szemünkben, tekintetünk elárul majd minket. Ha szeretünk, csodálunk, vagy tisztelünk valakit, az is befolyásolja, hogyan nézünk rá. Jézus ezt mondta: „*A test lámpása a szem*”,¹⁴ ezért ami elménkben és szívünkben van, az óhatatlanul meglátszik tekintetünkön.

Figyelj meg egy totyogó kisgyermeket, amint elmélyülten játszik a szoba közepén, majd hirtelen észreveszi, hogy szülei és családja szeretetteljesen, mosolyogva, büszkén nézi őt. Szinte látod, amint felragyog a lelke. Mi történt? Kis szelleme érzékelte a tiszteletet. A tudósok azt állítják, hogy a kisbaba még jóval azelőtt szerzi meg első élményeit fontosságának tudatáról, hogy a szavakat megértené. Honnan kapja vajon ezt az érzést? Édesanyjának arcáról. Erről a szeretetteljesen mosolygó arcáról kapja a baba értékességének tudatát. De ha az édesanya nem mosolyog, vagy érdektelen arcot vág, akkor a baba azt érezheti ettől, hogy ő javíthatatlanul rossz, vagy teljesen értéktelen. Jobban teszed, ha ezt elhiszed. Beszéltem felnőttekkel, akik egész életükben azt érezték, hogy ők semmik, hogy velük csak rossz dolgok történhetnek, és a saját magunkról kialakított képnek olyan ereje van, hogy azok a dolgok, amelyekre számítunk, valóban meg is történnek.

Most már kezdem érteni, miért akarták a Biblia nagyjai folyton-folyvást Isten arcát látni. „*Ne rejtsd el orcádat előlem*” - kiáltja Dávid. - „*Hadd lássam arcodat!*”¹⁵ Vajon honnan származik értékességünk tudatának legalapvetőbb érzése? Isten arcáról. Ha Ő elrejtí arcát előlünk, akkor ez megfoszt bennünket értékességünk belső tudatától.

3. Ha különleges helyet biztosítunk valakinek. Ez lehet egy pozíciónak járó tisztelet hivatalos elismerése, mint például az uralkodó trónja, vagy a bírói szék, de olyan informális módjai is lehetnek, hogy egy gyűlésen az elnök mellé ültetünk valakit, vagy biztosítunk számára egy helyet a pódiumon egy nyilvános összejövetelen. Úgy is megadhatjuk ezt a fajta tiszteletet valakinek, hogy félreállunk, hogy előttünk léphessen be az ajtón, vagy magunk elé engedjük, amikor csatlakozunk egy társasághoz. A tisztelet fogalmának térbelisége is megjelent a tiszteletadás kifejezései között. Ezt szoktuk mondani nagy tiszteletben álló emberekről: „Különleges helyet foglal el a szemünkben”.

4. Ha elérhetőek vagyunk valakinek a számára, vagyis odafigyelünk rá és mindarra, amit mond vagy tesz. Gyakran előfordul, hogy testileg ugyan ott vagyunk, de figyelmünk vagy gondolataink nagyon messze járnak. A gyermekek erre nagyon érzékenyek. Emlékezz csak vissza arra az időre, amikor kicsi gyermeked beszélt hozzád, és te úgy tartottad fenn a beszélgetés fonálát, hogy alkalmanként közbevetted: „Igen”, „Értem”, vagy „Valóban?”, miközben a bevásárolnivalók listáját állítottad össze magadban, vagy azon gondolkodtál, vajon mi baja lehet a motoros fűnyírónak! Hallhattad a felháborodott kiáltást: „Te nem is

figyelsz!” A hozzáférhetőség azt jelenti, hogy aktívan figyelünk arra, amit a másik ember mond, illetve úgy is jelen lehetünk a számára, ha nem folytatunk tényleges beszélgetést. Képzeld el azt a helyzetet, hogy beszélgetni kezdesz valakivel egy partin, és a második mondatod közepén észreveszed, hogy a bal vállad fölött a szoba másik sarkát lesi. Hogy fogod érezni magad? Megaláztatnak, jelentéktelennek, mellőzöttek.

Eszembe jut egyik kisunokám, aki velünk töltötte az egyik nyarat. Házunk közvetlenül a tengerparton áll, és kimentünk a strandra homokvárat építeni. A kis Lydia hat éves lehetett abban az időben. Hirtelen felnézett rám, és ezt kérdezte: „Nagypapi, miért szánsz rám ilyen sok időt?” Meglehetősen szerény időbefektetés volt ez a számomra, mégis mi történt? A kicsi lány fontosnak és értékesnek érezte magát, mivel valaki vele töltötte az idejét.

Kevés olyan dolog van, ami nagyobb mértékben gazdagítaná életünket, mint a kölcsönös tisztelet helyreállítása és újbóli alkalmazása. Ezért annak az embernek, aki tudja, hogy tisztelik, érdekében áll, hogy tiszteletre méltó módon viselkedjék. De ha valakit következetesen gyaláznak, az végül arra a következtetésre fog jutni, hogy egyszerűbb megfelelni környezetének elvárásainak.

Az emberi nem tiszteletre lett teremtve. Amikor Isten megalkotta a férfit és a nőt, „dicsőséggel és tisztességgel koronázta meg őket”. Társadalmunk minden szintjén helyre kell állítanunk egymás kölcsönös tiszteletét: férj és feleség, szülők és gyermekek, munkavállalók és munkaadók, pásztorok és gyülekezetük között. Mindez Isten tiszteletével és annak a csodálatos igazságnak a felfedezésével kezdődik, hogy Ő hogyan viszonyul hozzánk: „*Mivel kedves vagy az én szemeimben, becses vagy és én szeretlek...*”¹⁶

Utalások

1. Efézus 6: 2.
2. Ésaías 43: 3; I. Sámuel 2: 30.
3. Zsolt. 12: 9.
4. János 4: 19.
5. Példabeszédek 22: 1.
6. Énekek Éneke 1: 3.
7. I. Timóteus 5: 17; Róma 13: 7.
8. Kolossé 3: 24.
9. Jeremiás 17: 10.
10. Róma 15: 7.
11. Róma 16: 1; I. Korintus 16: 15-18; II. Korintus 8: 23-24.
12. Márk 1: 11; János 5: 23.
13. Példabeszédek 3: 9.
14. Máté 6: 22.
15. Zsolt. 27: 9.
16. Ésaías 43: 4.

6. fejezet

A megértés fogalmának megértése

Már egészen kicsi korunktól kezdve arra vágyunk, hogy megértsenek bennünket. Csalódott gyermekként elsírjuk magunkat: „Te nem értesz engem”. Felnőttkorunkban pedig így panaszkodunk: „Képtelen vagyok megértetni magam vele”, vagy „Egyszerűen nem tudom őt megérteni”. Még ennél is rosszabb az az érzés, hogy valamilyen módon elidegenedtünk az emberiség világától, és kizártak minket abból: „Engem senki sem ért meg”. Egyik legalapvetőbb szükségletünk az, hogy megértsenek minket. Nem azt várjuk el a többi embertől, hogy egyetértsenek velünk, és nem is feltétlenül megerősítésre vagy gratulációra vágyunk. Magától értetődik, hogy az utóbbi két dolog nagy elégtételt jelent nekünk, de mindaddig tudjuk nélkülözni, amíg úgy érezzük, hogy megértenek minket, hogy van valaki, aki tudja, mit érzünk, és méltányolja vágyainkat és céljainkat. Enélkül senki sem létezhet sokáig.

Mihelyt találunk valakit, aki őszintén meg akar minket érteni, figyelemreméltó dolog történik velünk. Azonnal megszabadulunk attól a kényszertől, hogy viselkedésünket, véleményünket igazoljuk. Egy olyan kommunikációs csatorna nyílik meg a számunkra, amely lehetővé teszi, hogy megértsük egymást. A zavaros és érthetetlen kommunikáció helyén most szavak és eszmék áramlanak, érthetően és pazar bőségben. Hatalmas megkönnyebbülést élünk át. A sok fül között, amelyhez beszélhetünk, találtunk egyet, amelyik valóban kész minket meghallgatni. Olyan ez, mint egy drága gyöngy, és szinte bármit készek vagyunk megtenni ennek a kapcsolatnak a fenntartása és ápolása érdekében.

Az a tény, hogy a megértettség élménye egyrészt hatalmas megkönnyebbülést jelent nekünk, másrészt pedig ritkaságszámba megy, különös jelenségre hívja fel a figyelmünket. Ez pedig az, hogy bár a megértettség szükséglete erőteljes mozgatórugóként működik bennünk, és arra késztet minket, hogy keressük mások társaságát, ez nem találkozik ugyanakkora éhséggel arra nézve, hogy mi is megértsünk másokat. Egyszerűen nincs meg bennünk az a mohó vágy, hogy mi is ugyanannyira megismerjünk másokat, mint amennyire azt szeretnénk, hogy minket megértsenek.

Nem kétséges, hogy Assisi Szent Ferenc tudatában volt ennek, amikor így imádkozott: „Ne azt akarjam, hogy engem megértsenek, hanem én akarjak megérteni másokat”. Két alapvető oka lehet ennek az egyoldalúságnak. Az egyik javíthatatlan önközpontúságunkban rejlik. Be kell vallanunk, hogy saját magunkat sokkal érdekesebbnek tartjuk másoknál, problémáinkat fontosabbnak, véleményünket meggyőzőbbnek tekintjük. A másik ok abban az ösztönös - és helyes - felismerésben van, hogy ha valóban meg akarunk valakit ismerni, az hosszú időt vesz igénybe. Nem érthetjük meg a másik ember személyiségének összetettségét és mélységeit egy pillanatig tartó káprázatos megvilágosodás során. Lépésről lépésre, apránként érhetjük el ezt az eredményt, felszínes megfigyelések és tapogatózó következtetések által. De az azonnali eredményekre törekvő mai társadalmunk felkészületlenül hagy bennünket egy ilyen hosszú felfedezőút dolgában. Ha nincs meg a válasz jövő péntekre, vagy legkésőbb az azt követő keddre, akkor arra a következtetésre jutunk, hogy a dolog nem éri meg a fáradságot. Ezért van az, hogy manapság sokan csak felszínes, ideiglenes, elkötelezettséget nem igénylő kapcsolato-

kat hoznak létre, és közben nem képesek megérteni, miért érzik magukat annyira kielégületlennek és magányosnak, még „barátaik” között is.

A kezdet és a vég

A kapcsolatok négy eleme közül azért foglalkozunk utolsóként a megértés témakörével, mivel bizonyos értelemben ez az a cél, amely felé az összes többi vezet, és amelyet szolgál. Egymás megismerése a kapcsolatok értelme és végcélja: „...akkor pedig úgy ismerem majd, amint én is megismertettem”.¹ Ez a hajtóerő arra készíti minket, hogy megismertessük magunkat másokkal. A másik, a bűn okozta hajtóerő a kapcsolatoktól való elzárkózásra akar minket kényszeríteni: „Szavadat hallám a kertben, és megfélemlém, mivelhogy mezítelen vagyok, és elrejtézem”.² Két erő között őrlődünk: az egyik az egymás előli elrejtőzésre készítő félelem, a másik pedig az a velünk teremtett vágy, hogy megismerjük egymást.

De a megismerés, az ismeret egyben előfeltétele is a többi alkotóelem fejlődésének. Nem szerethetek valakit, akit valójában nem is ismerek. Lehet, hogy csak egy délibábot, egy kitalált személyt szeretek. „Ő nem az a lány, akibe én szerelmes lettem.” „Egy álmoképbe szerettem bele, a valóság rettenetes megrázkódtatást jelentett nekem.” Ennek a témának tucatnyi variációjával találkozunk már. Nem bízhatom meg egy olyan emberben, akit nem ismerek, illetve nem értek meg. A legvakmerőbb és legmerészebb vakhit lenne, ha ezt megtenném. „Idegent pedig nem követnek, hanem elfutnak attól: mert nem ismerik az idegenek hangját”.³ És ugyanolyan nehéz tisztelni valakit, akit nem ismerek, mint felbecsülni egy ismeretlen ember való értékét.

Az igazság az, hogy nem vezethetsz, nem szolgálhatsz és nem irányíthatsz embereket, legalábbis egy bizonyos határon túl, ha nem veszed magadnak a fáradságot, hogy megismerd és megértsd őket. Ellenkező esetben a vezetés alapelveinek legnagyobb megértése, az alkalmazott pszichológiában való minden jártasság sem jelent majd nagy segítséget abban a kérdésben, hogyan kell bánni Kovács Jánossal, mivel Kovács János ugyanúgy nem a szabályokban megfogalmazott alapelvek szerint él, mint ahogyan te sem. Ő azoknak a motivációknak a titokzatos és bonyolult komplexitása szerint él, amelyek egy utánozhatatlan emberré teszik őt. Ha nem tanulom meg megismerni és tisztelni ezt az egyetlenszerű személyiséget, akkor a sőtétben fogok tapogatózni a vele való kapcsolattartásban. Nincs olyan módszer, amellyel előre kiszámíthatóvá lehetne tenni a végeredményt úgy, hogy ne is kelljen számolni az emberben rejlő kiszámíthatatlan dolgokkal.

Miért akarjuk, hogy megértsenek bennünket?

Volt idő, amikor úgy gondoltam, hogy a kapcsolatok valamiféle mellékes dolgok az életemben. Úgy képzeltem, hogy valahol a periférián helyezkednek el, ahol életem találkozik más emberek életével. Politikai kifejezést használva azt mondhatnám, hogy a kapcsolatokat a külügyminisztérium hatáskörébe utaltam. **Azóta megértettem, hogy a kapcsolatok lényünk középpontjában vannak, ezek alkotják személyiségünk lényegét.** Az a két legalapvetőbb állítás, amely az emberrel kapcsolatban valaha is elhangzott, Mózes első könyvének első két fejezetében olvasható. Az első úgy szól, hogy az ember Isten képére lett teremtve, a második

pedig azt jelenti ki, hogy az embernek nem jó egyedül lennie.⁴ Ezek foglalják magukba az emberi faj leglényegesebb elemeit.

Először is azt kell megértenünk, mit jelent az, hogy az ember Isten képmására lett teremtve. A „képmás” szó itt igei, nem főnévi értelemben szerepel. *(Az angol „image” szó főnévként képmást jelent, igeként pedig azt, hogy „visszatükrözni”. A fordító megjegyzése.)* Az ember Isten utánzója. Létezésének az a célja, hogy az emberi lét keretei között visszatükrözze Isten életét és természetét. De Isten a kapcsolatok Istene, egy Háromság, az Atya, a Fiú és a Szent Szellem örökkévaló közössége, egy Isten. Ezért az embert soha nem vizsgálhatjuk a maga elszigeteltségében, hanem kizárólag kapcsolataiban.

Másodszor: nagyon komolyan kell vennünk Istennek azt a kijelentését, hogy az embernek nem jó egyedül lennie. Kizárólag a saját fajtársunkkal való intim, szoros, személyes kapcsolat vehet véget ennek a magánynak.

De mindez nem egyszerűen annyit jelent, hogy kell lennie mellettünk valakinek, hogy elúzza elszigeteltségünket. Azért is szükségem van másokra, hogy megismerhessem saját magamat. Mivel én mindig társas lény maradok, még csak meg sem ismerhetem magam másoktól elszigetelve. Bár az önismeret egy belső megtapasztalás, mégsem lehet önvizsgálat útján szert tenni rá. Csak cselekvések és kapcsolatokban való részvétel útján ismerhetem meg magam. Csak akkor érthetem meg tisztán, ki vagyok, amikor arra törekszem, hogy megismerjek és megértek másokat. És gyakran csak akkor kezdem el megismerni a saját pszichémet, vagy motivációim elemeit, és csak akkor kezdenek el összeállni a kép mozaikkockái, amikor azzal küszködöm, hogy megértessem magam embertársammal. Hirtelen kitör belőlem a kiáltás: „Most már értem, mivel vesződtem...”

Magától értetődik, hogy önismeretünk nem mindig helyes. Az Ige - tapasztalatainkkal összhangban - jól dokumentálja az emberi szívnek azt a képességét, hogy mindig találunk valami magyarázatot viselkedésünkre, vagy valami más módon csaljuk meg magunkat. De zseniális öncsalásunk gyakran csak akkor lepleződik le, amikor ezt valaki észreveszi és kifigurázza. Ha csak magamhoz mérhetem saját magamat, a tévedés és a megtévesztés lehetősége sokkal nagyobb. A félelmek, komplexusok, elfojtások és a saját magunkkal kapcsolatos kételyek is a sötétségben virágznak. Ha felszínre hozzuk, és akár csak egyetlen emberrel is megosztjuk ezeket a dolgokat, annak rendkívül üdvös hatása van, néha megalázó, nagyon gyakran felszabadító hatású, de mindig a realitás felé vezet.

Van még valami, amit csak a közelmúltban értettem meg. Gyakran megesis, hogy amikor megvilágosodik a számunkra egy kérdés, és ezt egy nagyszerű felismerésnek látjuk, vagy egy olyan élményben van részünk, ami nagyon mélyen érint bennünket, az a szomorú érzésünk támad, hogy valami fontos dolog el fog veszni, velünk együtt meghal, mivel nincs senki, akinek elmondhatnánk. Úgy érezzük, hogy ha akár csak egyetlen ember meghallgatná, akkor az valahogyan megmaradna, nem veszne el az emberi emlékezet számára. Örökre hálás leszek azért, mert mindig találtam valakit, akire rábízhattam gondolataimat, és sajnálom az emberi szívnek és szellemnek azokat a kincseit, amelyek elvesztek, mivel senki sem volt rájuk kíváncsi. Azok, akik jó kommunikációs készséggel rendelkeznek, át tudják adni másoknak, amit megértettek, de a kommunikációs készség és a ragyogó szellem nem mindig jár együtt. Manapság Dunát lehet rekeszteni olyan emberekkel, akik hibátlan technikával, ragyogóan kommunikálnak, de mondanivalójuk tartalma gyakran banális, vagy még annál is rosszabb. Ugyanakkor hétköznapi emberek lélegzetelállítóan gyönyörű látásokkal rendelkeznek, és gyakran rátapintanak az igazságra, mégsem tesznek hozzá semmit az emberiség által felhal-

mozott értékekhez, mivel nincs rá időnk, hogy végighallgassuk őket, vagy nem ismerjük fel gondolataik jelentőségét, ezért nem bátorítjuk őket arra, hogy hozzák elő kincseiket cserépedényükből. Ismerem ezt a kérdéskört, mivel legalább huszonöt éve foglalkozom lelki-gondozással, és tudom, hogy életemet folyamatosan gazdagították azok a dolgok, amelyeket emberek megosztottak velem szívük titkaiból.

Hogyan ismerhetjük meg egymást?

Bizonyára abban rejlik minden kapcsolat szépsége és izgalma, hogy átélhetjük a létezés misztériumát, és megismerhetjük azt a személyt, akihez kapcsolatom fűződik: ki is lakik abban a testben, ki néz rám azon a szempáron keresztül, és ki rejtőzik a mögött a viselkedés mögött. Ez a misztérium valójában olyan mélységes, hogy némelyek arra a következtetésre jutottak: lehetetlenség egymást megismerni és valódi kommunikációt folytatni. Ebben a megközelítésben csak annyit tudhatok, amit megtapasztalok külső és belső világomból. Mindaz, amit átadhatok embertársamnak, vagy amit átvehetek tőle, részleges, tökéletlen, csak a saját tapasztalatainkról szóló kódolt üzenet. Nincs mód arra, hogy megtudjam: vajon ezek az üzenetek számára is ugyanakkora jelentőséggel bírnak-e, mint én szeretném, vagy ahogyan az ő mondanivalóját magyarázom, az megfelel-e annak, amit ő velem közölni szeretne.

A Biblia azonban mindezek ellenére állítja, hogy lehetséges a valódi kommunikáció, ami ugyan nem tökéletes vagy teljes, mégis valódi, megismerhetjük egymást, nem teljesen ugyan, mégis úgy, hogy az valóságos és tartalmas legyen. Ennek az az oka, hogy a kommunikáció és a személyes megismerés már az ember teremtése előtt létezett, öröktől fogva része Isten természetének. Az I. Mózés 1-ben azt olvassuk, hogy amikor Isten megteremtette az állatokat, akkor megáldotta őket, és ezt mondta: „Szaporodjatok és sokasodjatok...”, de amikor az emberi fajt alkotta meg, akkor megáldotta őket, és így szólt hozzájuk: „Szaporodjatok és sokasodjatok...”⁵ Ádám és Éva alkalmas volt a párbeszédre, képesek voltak meghallani, megérteni és megválaszolni egy üzenetet. Ebből az következik, hogy nemcsak Isten ismeri az embert, hanem az ember is ismeri Istent, és az asszonyt is ismeri: „Ez már csontomból való csont és testemből való test...”⁶

Ennek ellenére egymás megismerésének és megértésének módja korántsem magától értetődő. Ha az lenne, nem okozna olyan sok problémát, és nem igényelne akkora irodalmat, mint ahány könyv erről a témáról évről-évre megjelenik. Gyakran megfoghatatlan marad számunkra a megoldás. Mi a különbség aközött, hogy tudok valamit egy emberről, vagy hogy ismerem? Nyilvánvaló, hogy ez utóbbi több, mint egy szemtől-szemben történő találkozás. Évekig együtt dolgozhatsz valakivel, talán rendszeresen találkozol és beszélgetsz vele, végül mégis ezt mondod: „Soha nem tudtam igazán megismerni”, vagy „Soha nem éreztem, hogy megtudtam volna, ki is ő valójában”. Viszont az is megeshet, hogy mindössze egyszer találkozol valakivel, talán csak levelezel vele, vagy még ritkábban az is megtörténhet, hogy elolvasol valamit, amit írt, és ennek az egyetlen dolognak az alapján nagyon tiszta képet alkothatsz magadnak a személy lényegéről. Vajon mi az oka ennek a jelenségnek?

Az emberi szellem szerepe

Feltétlenül meg kell értenünk, hogy csak szellemünkkel „ismerhetünk” meg egy másik embert. Ha sikerül megismernünk valakit, akkor emberi szellemünk az, ami ezzel az ismerettel rendelkezik. Egy ember ismerete lényegét tekintve szellemi ismeretet jelent: *„Mert kicsoda tudja az emberek közül az ember dolgait, hanemha az embernek szelleme, amely őbenne van? Azonképpen az Isten dolgait sem ismeri senki, hanemha az Istennek Szelleme.”* (I. Korintus 2: 11.)

Személyes kapcsolatainkban szellemünkkel kapcsolódunk egymáshoz. Ha ezen a szinten nem jön létre kontaktus, akkor nincs személyes megértés és személyes megismerés. Emlékezz csak vissza azokra az alkalmakra, amikor beszélgettél valakivel, és érezted, hogy „klappolnak” a dolgok! Rezonáltatok egymásra, egy hullámhosszon voltatok, vagy nevezd, ahogy akarsz. Hogy érezted magad utána? Elevennek, izgatottnak, felüdültnek, néha szinte eufórikus állapotba kerültél. Az történt, hogy megérintetted a másik ember szellemét. Még ha nem is éreztél ilyen drámai reakciókat, akkor is tudod, hogy ott valami valóságos dolog történt, talán szavak nélkül, ami kívülálló számára érdektelen vagy észrevehetetlen volt, mégis tudod, hogy igazi kapcsolat jött létre közöttetek. Szívetek kommunikált egymással, élet áradt közöttetek. Hasonlítsd ezzel össze azokat a tapasztalataidat, amikor egy láthatatlan üvegfal volt közötted és a másik ember között. Szavak, közhelyek, érvek, információk, kritikák hangzottak el. Ezután hogy érezted magad? Unott, frusztrált, üres, csalódott, kedvetlen voltál. Kinyújtál egy másik ember szelleme felé, de egy sorompóba, egy áthatolhatatlan falba ütköztél.

Ebben rejlik a kérdés lényege, amivel csak nagyon ritkán foglalkoznak kielégítően a kommunikációról szóló könyvek. Az emberek közötti kommunikáció és a másik ember megismerése szellemi szinten zajlik. Elménk ezen a szinten egymaga képtelen ennek a feladatnak az elvégzésére. Nem is úgy jön létre a kommunikáció, hogy érzelmeinkkel megérintjük egymást, hogy kitergetjük az érzelmeinket. Az érzelmek mindig valaminek az eredményei vagy melléktermékei. A valós személyiség az érzelmek és gondolatok mögött van, és csak úgy tudunk hozzáférni, hogy kinyújtjuk kezünket emberi szelleme felé.

A szavak mint a szellem hordozói

Ezek után az a kérdés, hogyan építhetjük fel ezt a hidat szellem és szellem között. Megtehetjük-e tudatosan, vagy csak úgy magától fog létrejönni? Előfordul, hogy spontán módon kialakul, de meg is tanulhatjuk, hogyan kell felépíteni, hogy egyre jobban tudjuk csinálni, és egyre gyakrabban sikerüljön. Leggyakrabban szavakkal hozzuk létre ezt a hidat. A szavak a szellem hordozói. Jézus ezt mondja a János 6: 63-ban: *„A beszédek, amelyeket én szólok néktek, szellem és élet”*. Ellul találó megfogalmazása szerint a beszéd a legjellegzetesebb emberi képességünk. Valami történik a másik ember hozzáférhetetlen lényében, de amikor ő ezt szavakba önti, és én meghallom és megértem, akkor ez létrehozza bennem annak a bizonyos dolognak a megfelelőjét. Ez Isten Igéjének csodája. Isten kimondja azt, ami lényének hozzáférhetetlen bensejében lezajlik, kijön az Ige az Atya kebléből, és amikor ez eljut hozzám, akkor szellememben megismerhetem az Isten szívééről szóló kinyilatkoztatást.

Magától értetődik, hogy a szavak nem mindig közvetítenek szellemet. A beszéd lehet egy értelmetlen, tartalom nélküli zaj is, közvetíthet steril adatokat, ezenkívül lehet hamis vagy megtévesztő. De amikor a szavak szellemben és igazságban hangzanak el, akkor képesek az ember

élete lényegének közvetítésére. Egy alkalommal beszélgettem egy asszonnyal. Leányának házassága súlyos válságban volt. Az édesanya ezt mondta: „Az a problémájuk, hogy amióta csak ismerik egymást, soha nem voltak egymástól távol. Én jóformán csak leveleztem Daviddal, amikor a menyasszonya voltam, mivel ő a háborúban volt. De többet megtudtam róla, és jobban megismertem őt a levelei alapján, mint amennyire valaha is megismerhettem volna, ha másként alakulnak a dolgok”. Amikor ezt mondta, ráeszméltem, hogy minden valószínűség szerint sokkal teljesebb és tisztább kijelentést kapunk Istenről a Biblián, az Ő saját magáról írt fantasztikus levelein keresztül, mintha leülne, és szemtől szemben beszélgetne velünk. Az Igén keresztül megérintjük az Ő Szellemét, kijelentést kapunk szellemünkben a Szent Szellemtől.

De ahhoz, hogy a tárgyalt fogalmak szerint értett kommunikáció jöhessen létre, a beszélőnek „benne kell lennie” azokban a szavakban, amelyeket kimond, az énekesnek „benne kell lennie” az előadott dalban. Ez azt jelenti, hogy meg kell tanulnunk szellemünkben élni és szellemünkből beszélni. Le kell mondanunk arról, hogy álcázzuk mondanivalónkat, nem szabad burkoltan, homályosan beszélnünk annak érdekében, hogy bizonyos benyomásokat keltsünk beszélgetőpartnerünkben, vagy kiváltsunk belőle valamilyen hatást. Meg kell tanulnunk őszintén kimondani az igazságot. Az egyik dolog, amit a legtöbbre értékelek abban a vezetőségben, amelyhez tartozhatom, hogy az évek során eljutottunk oda, hogy kertelés nélkül elmondhatjuk egymásnak az igazságot. Ma már tudom, hogy ha az egyik testvérem mond valamit, akkor pontosan arra gondol, amit mond, nem kell valami burkolt mondanivalót megértenem a szavaiból. Én is nyugodtan kimondhatom, ami a szívemen van, és biztos lehetek abban, hogy a többiek nem kezdenek el azon gondolkodni, vajon mit is akartam „valójában” mondani. Tudatára ébredtem annak, hogy milyen ritkán mondjuk ki az igazságot, még a házasságunkban vagy a szoros baráti kapcsolatainkban is. „Ezt mondta ugyan, de tudom, mire gondolt”.

Persze nem minden félreértés szándékos vagy tudatos. Előfordul, hogy a szellemünkből származó üzenet eltér szavaink mondanivalójától. Tudnunk kell, hogyan lehet mindkét üzenetre odafigyelni. Jézus ezt remekül csinálta. Ő tudta, hogyan kell hallgatni. Ha valami csoda folytán lelepleződne az igazság, akkor kiderülne, hogy legtöbbször nem is figyelünk oda egymásra. Saját gondolatainkat öntjük formába, és alig várjuk, hogy egy kis szünet álljon be a beszélgetésben, hogy elsüthessük mondanivalónkat.

Ha elolvasod Jézus és a samáriai asszony történetét János evangéliumának 4. részében, ott egy olyan beszélgetést találsz, amely két szinten zajlott. Az asszony megütközve utasítja vissza Jézus kérését: „*Hogy kérhetsz inni zsidó létedre éntőlem, aki samáriai asszony vagyok?*” Jézus válaszában látszólag nincs semmi értelme: „*Ha ismernéd az Isten ajándékát, és hogy ki az, aki ezt mondja néked: Adj innom!; te kérted volna őt, és adott volna néked élő vizet.*” Mi volt az, amit Jézus tett? Ő az asszony szelleméből felszakadó kiáltásra válaszolt: „*Te kérsz tőlem vizet? Én vagyok az, aki szomjas.*” Amikor így felelt Jézusnak: „*Uram, nincs mivel merítened, és a kút mély...*”, akkor sem hidraulikus berendezésekről akart beszélgetni. A kút több mint 120 méter mélyen nyúlt bele a tömör sziklába, de a nő szíve ezt kiáltotta: „A bajnak egy olyan mély kútja van bennem, hogy az már szinte feneketlen. Mivel tudnád betölteni ezt az űrt?” Ez volt az a kérdés, amelyre Jézus válaszolt, amikor ezt mondta: „*...az a víz, amelyet én adok néki, örök életre buzgó víznek kútfeje lesz őbenne*”.

Azt hiszem, akkor kezdtem felfigyelni erre a jelenségre, amikor a Teen Challenge munkatársa voltam Wellingtonban. Miközben az utcagyerekeket hallgattam, és meg-megrezentem, amint

szidták és káromolták Istent, a kereszténységet, az egyházat és a vallást, feltűnt nekem valami más is. Szavaik mögött gyakran ott lapult egy kiáltás, ami valójában így hangzott: „Bebizonyítaná végre *valaki*, hogy tévedek? Nincs senki, aki megértetné velem, hogy rossz úton járok, és hogy van valaki, akit érdekel a sorsom?” Megtanultam meghallani a szavak mögé rejtett mondanivalót, és újra meg újra azt tapasztaltam, hogy a keserű gúny és a trágárság mögött jéghideg, mezítelen félelem, valamint a sérelmek és elutasítottság szülte harag lapul. Ha komolyan veszem a kimondott szavakat, akkor semmit sem értettem meg a kommunikációóról.

Honnan tudhatom tehát, mit jelentenek valójában a másik ember szavai? Mikor értem félre azért, mert szó szerint veszem, amit mond, és mikor értem félre azért, mert megpróbálok a sorok között olvasni, és a saját előítéleteimet magyarázom bele szavaiba?

Önmagunk leleplezése: a nyitott ajtó

A másik ember megismerése és megértése az ismertett fogalmak szerint valami egészen más dologtól függ, és ez távolról sem kommunikációs jártasságot és technikát jelent. Attól függ, hogy a másik ember hajlandó-e leleplezni magát. Akkor ismerhetjük meg egymást, ha leleplezzük magunkat egymás előtt. Ezt tökéletesen megérthetjük az Istenről szóló kijelentések alapján. Istennel kapcsolatos ismereteink teljes mértékben a kijelentéstől függenek, vagyis attól, hogy Isten mit akar felfedni saját magáról. „*Kikutathatja-e az ember Istent?*” - teszi fel a kérdést Jób. A válasz az, hogy nem. Ki vagyunk szolgáltatva annak, hogy Isten hajlandó-e leleplezni magát előttünk. A kinyilatkoztatás azt jelenti, hogy Isten felfedi saját magát. Azok, akik a kijelentéstől független Isten-ismeretet szeretnének, egyszerűen nem értik a személyiség lényegét. Még embertársadat sem ismerheted meg a logika útján, teljesen ki vagy szolgáltatva annak, hogy hajlandó-e és képes-e megmutatni, ki is ő.

Önmagunk leleplezése azonban súlyosan sebezhetővé tesz bennünket. Nagyon nagy a veszélye annak, hogy fájdalmas tapasztalatokra teszünk szert, ha leleplezzük magunkat, aztán elutasítanak, megkritizálnak vagy kigúnyolnak minket. Legtöbben ezt már nagyon fiatalon megértjük, és nagyon sokan vannak, akik már gyermekkorukban úgy döntenek, hogy soha az életben nem vállalják még egyszer ezt a kockázatot. Inkább álarcotat vesznek fel, amelyekről azt remélik, hogy elfogadható lesz környezetük számára. Ha nem, az sem számít túl sokat, elvégre úgysem azonosulnak azzal a képpel, amit kifelé mutatnak. Egyszerűen sutba dobják azt a kísérletet, amelyikkel kudarcot vallottak, és megpróbálkoznak valami mással.

Ezzel az egészszel az a probléma, hogy annyira meg lehet szokni egy álarcot, hogy még magunkat is megtéveszthetjük vele. Azonosulunk azzal a fantomképpel, és már létezni se tudnánk nélküle. Embertársaink azonban, legalábbis azok, akik valódi kapcsolatokra vágyakoznak, érezni fogják rajta, hogy hamisítvány. Még ha el is fogadják azt a fantomképet, valamilyen módon akkor is tudatában lesznek annak, hogy nem sikerült az „igazi” személyiséget megragadniuk.

Hogyan jönnek létre azok a körülmények, amelyek felbátorítják a másik embert arra, hogy vállalja a sebezhetőség kockázatát, amely elkerülhetetlenül együtt jár önmaga leleplezésével? Ennek előfeltételei történetesen megegyeznek azokkal a tényezőkkel, melyeket az eddigiekben már tárgyaltunk: őszinte, gondoskodó szeretet, a másik ember belső értékének megerősítése, és a tapasztalatokra épülő bizalom, amely a döntésen alapuló bizalomból fejlőd-

dik ki. Nem lehet kierőszakolni, hogy létrejőjön rólunk ez a kép. A szó szoros értelmében tehetetlenül állunk az ajtó előtt. Csak annyit tehetünk, hogy létrehozunk egy olyan légkört, amelyben a másik ember kész vállalni önmaga leleplezésének kockázatát. De ne hagyd figyelmen kívül ezeket a lépcsőfokokat:

- Soha nem értheted meg embertársaidat, ha nem leplezik le magukat előtted.
- Soha nem fogják leleplezni magukat előtted, ha nem szavaznak neked bizalmat.
- Soha nem fognak benned megbízni, ha nem ismernek téged.
- Soha nem fognak téged megismerni, ha nem mutatod meg nekik, ki vagy.

Ez az a kritikus pont, amit meg kell értenünk. Manapság tele vannak az üzletek a kommunikációról szóló könyvekkel. Neurolingvisztikai programozás, testbeszéd, kreatív kérdésfeltevés és fogékony odafigyelés: ezek vezetnek a legkeresettebb könyvek listájára, mivel egy mélyen átértett problémára keresik a választ. Szép dolog a kommunikációban való jártasság elmélete és gyakorlata, de nekem van egy kellemetlen érzésem ezekkel kapcsolatban. Mégpedig az, hogy ezeket a könyveket gyakran azért vásárolják, hogy olyan technikákat tanuljanak meg belőlük, amelyek előnyt jelentenek a kommunikációs küzdelemben. Meggyőző beszéd, a szavakban rejlő erő, jobb és még meggyőzőbb érvek, barátok szerzése és emberek befolyásolása: mindezek a dolgok remekül felhasználhatók arra, hogy manipuláljunk és leuraljunk másokat. A személyes kapcsolatban pedig az a vágy, hogy uralkodjunk embertársainkon, vagy manipuláljuk őket, gyalázatos dolog.

Csak akkor ismerhetünk és érthetünk meg valakit, ha teljes mértékben tiszteletben tarjuk integritását, *és hajlandók vagyunk vállalni ugyanazokat a kockázatokat, amelyeket tőle elvárunk*. Ha valakit meg akarok ismerni, késznek kell lennem arra, hogy engem is megismerjenek. Ha azt akarom, hogy a másik ember leplezze le magát előttem, akkor nekem kell először vállalnom annak kockázatát, hogy leleplezem saját magamat. Csak akkor kezdjük el megérteni egymást, ha létrejön az a találkozás, amelyben így szólhatunk: „Ez az igazi énem, semmi veszélyt nem jelent számodra az, ha te is megmutatod nekem a valós lényedet”.

A magunkról szóló üzenetek helyes értelmezése

Az eddigiekben azzal foglalkoztunk, hogy mit foglal magába a kommunikáció, vagyis az az üzenet, amit valakinek elküldünk. Figyeld meg, hogy az „üzenet” szót a legszélesebb értelemben használjuk, nemcsak szavakat értünk rajta, hanem érzelmeket, cselekedeteket, arckifejezést, hallgatást, és viselkedésünk, magatartásunk minden olyan finom árnyalatát, amely szerepet játszik személyes jellegű kapcsolatainkban. A sikeres kommunikációhoz azonban nemcsak valós és megfelelő módon elküldött üzenetre van szükség, hanem arra is, hogy az üzenetet annak címzettje helyesen értelmezze.

Ha kapunk egy ilyen üzenetet, legyen az akár verbális, akár non-verbális, először is kialakítunk magunkban egy elképzelést az üzenet jelentéséről. Ez az elképzelés annak az interpretációja, amit hallunk vagy látunk. Ezt mondjuk magunkban: „Jó képet vágott a dologhoz, de valójában nagyon fáj a szíve”, vagy „Egy tréfával elütötte a dolgot, pedig látszik rajta, hogy majd szétrobban a dühtől”. Egyértelmű, hogy ha elképzelésünk téves, akkor félreértjük az üzenetet, ezért a helyes felismerés a kulcskérdés, különösen akkor, amikor érzelmi vagy szellemi mozzanatokot kell értelmeznünk.

Mit is jelent ez a felismerés? Gyakran úgy éljük át, mint valami ösztönös dolgot, egyfajta hatodik érzékelést, de a felismerés valójában egy folyamat szerint működik, aminek során:

1. Kialakítunk magunkban egy előzetes elképzelést valamiről, és
2. Egy megbízható értékrend alapján, amelyhez hozzászoktunk, kiértékeljük ezt az elképzelést, és így egy pontos véleményhez jutunk.

Például iskolás koromban sokat kellett olvasnunk elismert angol regényíróktól, drámaíróktól és költőktől. Oktatásunk azt az elméletet követte, hogy ha sok jó művet elolvastunk, akkor kialakul bennünk egy elképzelés, milyen is egy jó irodalmi mű, és így, ha később elolvastunk egy történetet vagy egy cikket, akkor egyszerűen „tudni” fogjuk, hogy az jó-e, vagy sem. Ugyanez a folyamat érvényes a képzőművészetekre és a zenére is. Más szavakkal: először is eldöntöm, hogy tetszik-e nekem valami, vagy sem, utána pedig azt döntöm el, hogy szabad-e kedvelnem azt a dolgot az általam már elfogadott értékrendek szerint.

Pontosan ez a folyamat játszódik le akkor is, amikor embereket vagy helyzeteket értékelünk, és ebben a kérdésben is ki kell fejlesztenünk magunkban felismerési képességünk pontosságát és megbízhatóságát. A következő lépéseket kell követnünk:

1. Alaposan ismerd meg saját belső állapotaidat és az ezekre adott reagálásaidat! Amikor félelmet, örömet, haragot, kétségbeesést, szomorúságot, elbizonytalanodást, stb. élsz át, akkor figyeld meg ezeket az érzelmeket, és a gondolkodásodra, viselkedésedre és lelkiállapotodra gyakorolt hatásukat! Személyesen szerzett ismereteidet párosítsd azzal, amit mások tapasztalataiból megtanulhatsz!
2. Emberi kapcsolataidban fejleszd ki magadban azt a képességet, hogy szellemedben érzékeled a másik ember belső állapotát, érzelmeit, hangulatait, gondolatait és reakcióit!
3. Értékeld ki saját következtetéseidet, vagyis az érzékelt dolgokat vedd össze szerzett ismereteiddel! Például: amit érzékelek, az őszinte lelkesedés, vagy csak felkorbácsolt izgalom, vagy akár félelem? Hogyan lehet összeegyeztetni ezeket az érzelmeket azzal, ahogyan én élem át a helyzetet?
4. Ha szükséges, igazítsd helyre megfigyeléseidet a részletek megismerése, az újabb vagy pontosabb információk fényében!
5. Újra meg újra gondold végig, és állandóan fejleszd ezt a megismerési folyamatot! Tedd fel magadnak a kérdést: „Miért tévedtem?“, vagy „Most miért sikerült ráéreznem az igazságra?“.

Képzelet: belépés a másik ember gondolatvilágába

Mindazokat a dolgokat, amelyeket egymásnak elmondunk, elkerülhetetlenül befolyásolja egyéni gondolatvilágunk. Ez némileg hasonlít világnézetünkre, vagyis arra a perspektívára, amelyből a minket körülvevő világot és a velünk történő eseményeket megmagyarázzuk. Világnézetünk olyan dolgokból áll, mint az értékrendszerünk, az időnkét kitöltő vagy számunkra fontos dolgok, tevékenységek és kapcsolatok, életkorunk, bizonyos dolgokban megszerzett jártasságunk, tanulmányaink és múltbeli tapasztalataink, motivációink, előítéleteink, és így tovább. Egyértelmű, hogy annak a személynek, aki az üzenetet kapja, szintén megvan a maga

gondolatvilága, amelyen minden információ átszűrődik, de ha nem értjük meg egymás gondolkodásmódját, akkor a kapott üzenetet elkerülhetetlenül félre fogjuk érteni.

Egy nagy családból származó, a társaséletet kedvelő fiatal nőnek, aki most két kicsi gyermek édesanyja - egyikük testi fogyatékos -, ő maga pedig beteges és új környezetben lakik, távol barátaitól, egészen más a gondolatvilága, mint férjének, aki egyedüli gyermek volt, nagy felelősséggel járó állást tölt be a városban, esti iskolába jár, hogy befejezze szakmai tanulmányait, ezenkívül a helyi rögbicsapat edzője. A másik ember gondolatvilágának megértéséhez képzeletőre és komoly erőfeszítésekre van szükség, mind hozzáállás, mind pedig odafigyelés dolgában. Összehasonlítgatások és elemzések nélkül kell meghallgatnunk a másik ember nézőpontját, és arra kell törekednünk, hogy beleképzeljük magunkat az ő helyzetébe, és az ő szemével nézzük a világot.

Empátia

Az odafigyelés mellett ott áll az empátia kérdése. Az empátia beleérző képességet jelent, aminek segítségével bele tudunk helyezkedni abba, amit embertársunk érez.

Ez különösen fontos a házasságban, a családi kapcsolatokban, vagy egy szoros barátságban, ahol az intimitás és az érzelmek rendkívül lényeges szerepet töltenek be. A férjeknek sok tanulnivalójuk van ezen a téren. Házasságkötésünk után évek teltek el, mire megértettem, hogy amikor egy nő ezt mondja: „Van egy problémánk, amit meg kellene beszélnünk”, akkor egészen más dologra gondol, mint amikor egy férfi mondja ugyanezt. Egy férfi általában ezt érti ezen: „Írjuk körül a problémát, keressük meg a megoldást, oldjuk meg a dolgot!” De ha egy nő mondja ezt, akkor általában ezt gondolja: „Én így és így érzek ezzel kapcsolatban, te hogyan érzel?” Sok házaspár abban véli megtalálni problémáira a választ, hogy leülnek, és megbeszélik a dolgokat, de utána még frusztráltabbnak érzik magukat, mint akkor, amikor elkezdtek beszélgetni. Ha az egyik ember érzelmi szinten keres megértést és reagálást, a másik viszont intellektuális oldaláról közelíti meg a helyzetet, akkor messzire el fogják egymást kerülni.

De van még valami, amit erről meg kell értenünk. Az általunk használt szavak és kifejezések túlnyomó többsége valamekkora érzelmi töltést hordoz, de ez a töltet mindenkinél más és más. A kommunikáció során alig-alig vagyunk tudatában beszédünk érzelmi tartalmának, és a szavainkat kísérő non-verbális kommunikációnak: hanghordozásunknak, tekintetünknek, vagy beszéd közben elfoglalt testhelyzetünknek. Kísérletekkel kimutatták, hogy beszédünk non-verbális tartalma sokkal erőteljesebb, mint a szavaink által hordozott üzenet. Ha ez a két dolog összeütközésbe kerül egymással, ötször nagyobb a valószínűsége annak, hogy a hallgató a non-verbális módon kifejezett üzenetet hiszi el.

Mi a válasz erre a zavarbaejtő statisztikára? Soha nem szabad olyan csalhatatlanul pontosnak tekintenünk egy üzenetet, mint egy matematikai képletet. Csak az lehet a megoldás, hogy kapcsolatainkat szellemi szinten alapozzuk meg és tartjuk fent. Ez a kötet elég erős ahhoz, hogy átsegítsen minket a kommunikáció nehézségein, és hogy egyre jobban megértsük és megismerjük egymást az üzenetek kibogozásán keresztül. És ez valóban működik. Egyszer el fogsz jutni arra a pontra, hogy egyetlen pillantás a szoba másik sarkából, egy szemöldökráncolás, egy vállrándítás, vagy egy futó érintés annyit elmond neked a szeretett személyről, hogy az egy könyvben több oldalt is megtöltene.

Utalások

1. I. Korintus 13: 12.
2. I. Mózes 3: 10.
3. János 3: 10.
4. I. Mózes 1: 27; 2: 18.
5. I. Mózes 1: 22, 28.
6. I. Mózes 2: 23.

7. fejezet

A kapcsolatokat károsító magatartásformák

Egy kapcsolat nagyon sok feszültséget magába gyűjthet, és elkezdhet szétesni, akár azért, mert nem hagyunk fel olyan dolgokkal, amelyek ártanak neki, akár azért, mert elmulasztunk megtenni olyan dolgokat, amelyek szükségesek ahhoz, hogy az a kapcsolat fennmaradjon és virágozzon. Más szavakkal: vétekezhetünk cselekedettel vagy mulasztással.

Egyszer beszélgettem egy asszonnyal, akit rettenetesen megviselt húsz éves házasságának hirtelen összeomlása. Férje az egyik este hazament, és így szólt: „Vége. Elmegyek, és nem jövök vissza.” Az asszony egyszerűen nem értette. Ezt mondta: „Soha nem veszekedtünk. Még komolyabb nézeteltérésünk se volt.” Azt hiszem, hogy kapcsolatuk már régen kiszáradt és elhalt, pusztán az érdeklődés és a figyelem hiánya miatt.

Az a baj, hogy a mulasztás bűnét nagyon nehéz felismerni, és még ennél is nehezebb bevallanunk. Lelkiismeretünk nem túlságosan érzékeny például azokra a dolgokra, amelyeket meg kellene tennünk, de nem tesszük meg. Sokkal hatásosabb, ha rámutatnak valamire, amit tesszünk, pedig nem kellene tennünk. Hallottam férfiakat így beszélni: „Soha nem verem meg a feleségemet, nem hordom a pénzem a kocsmába, nem nőzök”, mintha ez automatikusan igazolná, hogy teljesítik minden férji kötelességüket. Fel kell ismernünk, hogy azok a dolgok, amelyeket egy kapcsolatba bele kell fektetnünk, nem történnek meg automatikusan, vagy csak úgy saját maguktól. Tudatosan, lelkiismeretesen és kitartóan oda kell ezekre figyelni, hogy megteremjék a maguk gyümölcsét.

Nyilvánvaló azonban, hogy vannak olyan attitűdök és magatartásformák, amelyek rendkívül károsak a kapcsolat egészséges fejlődésére nézve, és néhányat közülük most meg fogunk vizsgálni. Gyakran csak akkor vesszük ezeket komolyan, amikor az okozott kár már visszafordíthatatlan. Ezeknek a tanulmányozása rádöbbenhet minket azokra a területekre, ahol kudarcot vallottunk, vagy megnyithatja szemünket magatartásunk és tetteink hatásainak jobb felismerésére más emberekkel fenntartott kapcsolatainkban. Ezeket a problémás kérdéseket a kapcsolatoknak azzal a négy elemével összefüggésben fogjuk vizsgálni, amelyekkel korábban már foglalkoztunk.

A szeretetre nézve ártalmas dolgok

A kapcsolatokat alkotó tényezők közül a szeretet áll a legközelebb az érzelmekhez, bár - mint már láttuk - nem minden szeretet szükségszerűen emocionális szeretet. De mivel érzelmeinkhez annyira közel helyezkedik el, mégis a szeretet a legérzékenyebb alkotóelem, annak ellenére, hogy a legtartósabb is. A szeretet, amint az Énekek Éneke mondja, erős, mint a halál, úgy ég, akár a lobogó láng. *„Sok vizek el nem olthatnák e szeretetet, a folyóvizek sem boríthatnák azt el.”*¹

Milyen dolgok tartoznak tehát azok közé a bizonyos attitűdök vagy magatartásformák közé, amelyek megsértik a szeretetet, vagy nagyon megnehezítik a számára, hogy életben maradjon és növekedjen? Az **első, amelyről beszélnünk kell, az a kegyetlenség.** Az egyik legnehezebb-

ben érthető dolog az emberi fajjal kapcsolatosan, amint azt manapság megfigyelhetjük, az a kegyetlenség, azok a szörnyűségek, amelyeket emberek egymás ellen elkövetnek. Mégis ösztönösen érezzük, hogy ez a kegyetlenség valamiféle perverziót jelent. Nem emberiségnek, hanem embertelenségnek nevezzük. Szívünk mélyén tudjuk, hogy az ember eredetileg nem ilyennek lett megalkotva.

A kegyetlenség azt jelenti, hogy fájdalmat okozunk a másik embernek, akár gondatlanságból, mert nem érdekel minket, hogy szenved-e vagy sem, akár tudatosan, azzal a szándékkal, hogy a másik ember szenvedjen. Ez azt jelenti, hogy a kegyetlenség erkölcsi érzéketlenséggel jár együtt. A sebész tudatosan okoz fájdalmat, amikor operál, de nem az a célja, hogy fájdalmat és szenvedést okozzon. Ellenkezőleg: a fájdalom egy elkerülhetetlen, de csak ideiglenes következménye cselekedetének, amelynek az a célja, hogy a beteget megszabadítsa a szenvedéstől. Hasonló módon annak a szülőnek, aki megveri gyermekét, vagy az edzőnek, aki a fájdalomküszöbön hajszolja az atlétát, van egy hasznos célja a fájdalomon túl. A kegyetlenségnek maga a fájdalom, az áldozat szenvedése a célja. Mozgatórugója pedig a hatalom- vagy a bosszúvágy.

A kegyetlenség jelenthet testi erőszakot és bántalmazást, de létezik lelki, érzelmi kegyetlenség is, ami ugyanolyan pusztító hatású, annak ellenére, hogy nem hagy maga mögött látható sebet. Vannak összetört feleségek és gyermekek, akikhez egy ujjal sem nyúlt soha senki. Vannak összetört szülők és férjek, akik ugyanebbe a kategóriába tartoznak.

Nagyon nehezen maradhat meg a szeretet abban a kapcsolatban, ahol kegyetlenség van, mivel a kegyetlenség és a szeretet nem fér meg egymással. A kegyetlenség egyformán pusztító hatást gyakorol mind az elkövető, mind pedig az áldozat szeretetére. Ugyanúgy nem szeretheted tovább azt az embert, akivel szemben kegyetlenséget követsz el, mint ahogyan nem is tudod gyűlölni azt az embert, akivel jót teszel. A kegyetlenség ezért soha meg nem enyhül, és áldozatainak tehetetlensége gyakran csak fokozza a kegyetlen ember gyűlöletét irántuk.

A második ilyen dolog az ellenszenv, vagyis a másik ember felé érzett utálat, idegenkedés, viszolygás. A szeretet, mint érzélem, vonz minket a szeretetet kiváltó tárgy vagy személy felé, míg az ellenszenv, mint érzélem, taszít minket az azt kiváltó tárgytól vagy személytől. Ha egy kapcsolatban az egyik fél ellenszenvet érez vagy fejez ki a másik emberrel szemben, az károsítja a szeretetet, mivel az ellenszenv a szeretet ellentéte. Ezért, ha folyamatosan teszek vagy mondok olyan dolgokat, amelyekről tudom, hogy a másik ember nem szereti, akkor ezzel elkerülhetetlenül elvetem kapcsolatunkban a nehézségek magvait.

A harmadik dolog az elutasítás. Az elutasítás a közelség, az intimitás felajánlásának vagy igényének mellőzését, visszautasítását jelenti. Csak az az ember érezheti magát elutasítottnak, aki valamilyen módon intimitást kezdeményezett, de közeledését figyelmen kívül hagyták vagy visszautasították. Ha nem vágyom valakivel intim kapcsolatra, akkor nem is érzem azt, hogy az az ember elutasított volna engem.

Az elutasítás fakadhat félelemből, vagy abból, hogy az ember nem hajlandó vagy nem képes elfogadni egy felkínált kapcsolatot, ami azzal járna együtt, hogy valaki közel kerülne hozzá. Egy zárkózott ember számára egy intim közeledés, vagy akár az intimitás szeretetteljes felkínálása is nagyon fenyegetőnek tűnhet. Az elutasítás az ő részéről védekező reakció, talán akarja azt a kapcsolatot, mégis retteg azoktól, akik túl közel kerülnek hozzá.

Az elutasítás különösen fájdalmas lehet nagy érzelmi töltést hordozó kapcsolatokban, mint a házasság, vagy a személyes barátság, és súlyos sérüléseket okozhat. Mindig személyes sére-

lemként éljük át, mivel saját magunkat kínáltuk fel, és nem valami olyasmit utasítottak vissza, ami az enyém, hanem engem magamat.

A negyedik a visszahúzóds vagy hidegség. Ez szintén az elutasításnak egy formája, de általában tudatosabb és szándékosabb. Gyakran az uralkodás célja lapul mögötte, mivel egy érzelmi tartalommal járó kapcsolatban az rendelkezik nagyobb hatalommal, aki kisebb mértékben kötelezte el magát annak a kapcsolatnak, vagy kevésbé vesz részt benne érzelmileg. Ez az ember alacsony árat fizet érzelmileg, ha visszahúzódik, és hagyja, hogy a másik ember mindaddig a szakadék szélén táncoljon, amíg kész nem lesz bármit megtenni a kapcsolat fennmaradása érdekében. Időnként ezt annyira számító és cinikus módon teszik, hogy váltogatják egymással a meleg elfogadás és a hideg visszahúzóds időszakait, csak azért, hogy a másik fél tudja: „Akkor hagylak itt, amikor akarlak, és akkor mi lesz veled?”

Ugyanakkor a visszahúzóds is lehet védekező reagálás az elutasítással vagy a fájdalommal szemben. Az ember ahelyett, hogy szembenézne a helyzettel, vagy vállalná a konfliktus lehetőségét, kitér a probléma elől, vagy védőfalakat emel, hogy biztonságos távolságban tartsa magától a másik embert.

Az ötödik dolog, amit a szeretet nagyon nehezen tud elviselni, **az a hálátlanság.** A hálátlan ember mindent elvesz a másiktól, amit csak tud, méltánylás vagy hála nélkül, sőt, néha még azt sem veszi észre, hogy valamit meg kellene köszönnie. Ha elkezdjük magától értetődőnek tekinteni a kapcsolatot, vagy az abban részt vevő embert, hamar belopakodik a kapcsolatba a hálátlanság. Ez masszív önközpontúságunkból származik, és Pál - a tisztelet hiányával együtt - az eredendő bűn egyik elemének tartja. *„Mert bár az Istent megismerték, mindazáltal nem mint Istent dicsőítették őt, sem néki hálákat nem adtak...”*²²

A hálátlanság valószínűleg egyik legellenszenvesebb rossz tulajdonságunk. Azt fejezi ki, hogy az ember nem hajlandó tudomásul venni: mások jóságának, bőkezűségének elfogadása kötelezettségekkel jár, csak elvesz mindent a viszonzás szándéka nélkül.

Hatodiknak ott van az elhanyagolás, a szeretettel kapcsolatos mulasztás bűnének klasszikus példája. Az elhanyagolás, a hálátlansághoz hasonlóan úgy kezdődik, hogy valaki magától értetődőnek tekintti a kapcsolatot, majd azzal folytatódik, hogy visszaél a másik ember hosszútűrésével és megbocsátókészségével. Az elhanyagolás a csalódottság által oltja ki a szeretetet. Olyan ez, mint egy lassú éhhalál. Nemtörődömséget, figyelmetlenséget, közömbösséget és hanyagságot tartalmaz. Az elhanyagolás egészen biztosan nem tartozik a szeretet jellemzői és kívánalmi közé.

Különböféle területeken és módszerekkel hanyagolhatjuk el egymást. Figyelmen kívül lehet hagyni a gyermekek vagy más, segítségre szoruló emberek anyagi szükségleteit. De ennél sokkal gyakrabban hanyagoljuk el egymás érzelmi vagy szellemi szükségleteit, vagy a kapcsolatok utáni vágyát. Szellemi lények vagyunk, és nem csak kenyérrel élünk. Ha nem tudjuk betölteni valakinek a szükségleteit, az mindig hiányt hagy maga mögött, de nem mindig vagyunk ebben hibásak. A másik ember elhanyagolása viszont mindig hibáztatható, mivel azt jelenti, hogy tudnánk tenni valamit, de meg se próbáljuk. Ezért fáj annyira, ha elhanyagolnak bennünket.

A hetedik dolog az irigység, vagyis az a rosszakarát, amit a másik ember sikere, népszerűsége, eredményei, vagy az őt ért megtiszteltetés vált ki valakiből. Az irigység nem azonos a féltékenységgel, bár a két szót gyakran használják szinonimaként. A féltékeny ember azt kívánja, ami a másé: pozícióját, tulajdonát, helyét. Az irigység ennél sötétebb és pusztítóbb. Csak ak-

kor elégszik meg, ha sikerül elpusztítania a másét: „Ha már az enyém nem lehet, ne lehessen senkié!” Irigység motiválta a főpapokat Jézus halálának kiagyaltására. A szeretet örül a másik ember sikerének és jólétének, az irigység viszont ezzel pontosan ellentétes. Az irigység mai társadalmunk szerves része, sok vizzály és megosztottság forrása.

És végül ott van a kicsinyesség, ami rendkívüli módon akadályozza a szeretet virágzását. Nagyon nehéz szeretni ott, ahol fukarság uralkodik, és most nem csak a pénzzel kapcsolatos fősvényesre és szűkmarkúságra gondolok, hanem a szellemi aljasságra is. (*Az angol „meanness” szó fukarságot és aljasságot is jelent. A fordító.*) Hitvány természet, rosszindulat, szűk látókörű gondolkodás és viselkedés a forrása. A szeretet nagylelkűségének súlyos nehézségeket jelent, ha ilyen görcsös és bénító attitűdökkel kell együtt élnie.

A bizalmat romboló magatartások

Ha a szeretet a kapcsolatok legerősebb és legnagyobb tűrőképességű alkotóeleme, akkor egészen biztos, hogy a bizalom a legtörékenyebb. Ezenkívül ha a bizalom egyszer elvész, azt nagyon nehéz, ha ugyan nem lehetetlen helyreállítani. És ehhez mindig időre van szükség. A sérelmet egy pillanat alatt meg lehet bocsátani, de egészen más dolog újra megbízni valakiben, és a hibát elkövető személynek ugyanilyen nehéz bebizonyítani, hogy most már méltó a bizalomra. Ezért a bizalmat rendkívül gondosan kell ápolni és őrizni. Az az ember, akit a szeretet köteléke fűz valakihez, akiben már nem tud megbízni, rettenetesen sebezhetővé válik.

Mik tehát azok a dolgok, amelyek tönkretelhetnek egy bizalmas kapcsolatot, vagy nagyon megnehezítik a bizalmat? **Az egyik ilyen dolog a bizalommal való visszaélés.** „*A gonosz ember versengést szerez, és a susárló elválasztja a jóbarátokat.*”³ Nehéz a bizalomra nézve rosszabbat elképzelni annál, mint amikor valaki rájön, hogy az a titok, amit jó barátjával megosztott, ma közismert tény. Nem valószínű, hogy még egyszer elköveted ugyanazt a hibát, és egészen biztosan gyötörni fog az a kérdés, hogy vajon mi egyébről pletykálnak még a hátad mögött, mi tudódott ki szíved titkaiból.

Bizonyos kapcsolatokban a bizalom megőrzése a legfontosabb szempont. Azok, akik hivatásukkal összefüggésben adnak másoknak tanácsokat, mint például orvosok, ügyvédek, jogtanácsosok, szolgáló testvérek és pásztorok, bizalmi pozícióban vannak. Az emberek azért mondják el nekik a dolgaikat, mert megbíznak bennük, mint szakemberben, vagy mint szolgálóban. A hétköznapiabb kapcsolatokban szintén nagyon fontos a megbízhatóság, de ezekben a kapcsolatokban mindig ott bujkál a minden rosszindulat nélküli félreértés lehetősége. Az egyik ember arra számít, hogy amit megoszt a másikkal, az kettejük között marad, míg az azt hiszi, hogy amit elmondanak neki, azt ő közhírré teheti. Általános szabályként fogalmazhatjuk meg, hogy mielőtt továbbadnánk valamit, mindig kérjük ki annak a hozzájárulását, aki azt a dolgot nekünk elmondta. Ha nem beszélünk valamiről, amit tudunk, azzal csak igen ritkán csinálunk bajt. De ha valamit elmondunk, és ezzel akaratlanul visszaélünk valakinek a bizalmával, az egészen biztosan problémákat fog okozni, és elveszítünk egy nagyon fontos dolgot: barátunk bizalmát. Ugyanilyen meggondolatlan az is, ha megígérjük, hogy titokban tartunk valamit, mielőtt tudnánk, miről is van szó.

Másodszor ott van a hűtlenség kérdése, vagyis a kapcsolatnak, illetve a kapcsolattal együtt járó kötelezettségeknek a megtörése. Például a házassági kapcsolatnak a központi kérdése a szövetség. A szövetség hűségi köteleket jelent a két fél között. Mindaz, ami megbontja ezt a

hűségi köteléket, magát a szövetséget törli meg, és a szövetség velejére mér csapást. A házasságban a szexuális hűtlenségre szoktunk gondolni, amikor ezt a fogalmat használjuk, de vannak a hűtlenségnek más, sokkal általánosabb módjai is, amelyek ugyanakkora pusztítást végezhetnek. Az egyik legrosszabb ilyen viselkedés az, amikor a másik ember háta mögött rosszakat mondunk, vagy panaszkodunk rá. Kevés dolog károsítja ennél jobban a bizalmat a barátságban, a házasságban, vagy a munkatársi kapcsolatban. A korai morva közösségek életét szabályozó egyik szokás nagyon hatásosan számolt le ezzel a problémával. Ha egy ember fültanúja volt annak, hogy valakiről a háta mögött rosszakat mondanak, köteles volt odamenni hozzá, és elmondani neki, mit hallott. Szeretném tudni, hány mai gyülekezetnek vagy közösségnek lenne bátorsága bevezetni egy ilyen szabályt, de milyen hasznos lenne ez a pletykák és a rosszindulatú mendemondák minden formájával szemben!

A hűtlenség azért olyan pusztító hatású, mivel általában akkor követik el, amikor a másik fél különösen sebezhető vagy védtelen. Ha a dolgok rosszra fordulnak, nincs mellettünk a társunk, vagy ami még rosszabb, ellenünk fordul!

A harmadik dolog az árulás. Mind a hűtlenség, mind pedig az árulás vállalt kötelezettségünk megtagadását, a belénk helyezett bizalom feláldozását jelenti. Az árulás azért annyira gonosz dolog, mert személyes érdekből teszik. Péter, amikor a legnehezebb pillanatokban magára hagyta Jézust, a hűtlenség bűnét követte el. Júdás viszont harminc ezüstpénzért tette ugyanezt, ő áruló volt.

A negyedik az őszintétlenség. Ennek minden formája rombolja a bizalmat. Hogyan bízhatnék meg valakiben, ha soha nem lehetek biztos abban, hogy amit mond, az igaz, vagy hogy nem akar becsapni vagy kihasználni? Ez az, ami sok helyen annyira megrontja a munkaadók és a munkavállalók kapcsolatát: mindenki abból az alapvető feltételezésből indul ki, hogy a másik félben nem lehet megbízni.

De az egyik legáltalánosabb módja az őszintétlenségnek, amit következmények nélkül meg szoktunk úszni, az az ígéretek be nem tartása. Nekem úgy tűnik, hogy a ma embere - és különösen a fiatalok - számára az egyik legnehezebben érthető dolog az a tény, hogy az ígéret az ígéret. Kötelező érvényű: akkor is meg kell tennünk, amit elvállaltunk, ha költségesebb vagy kényelmetlenebb, mint azt kezdetben feltételeztük. A szituációs etika túl gyakran kínálja fel nekünk a „kiskaput”: az ígéret már nem érvényes, mivel a körülmények megváltoztak. Manapság ígéreteinkhez szinte mindig kapcsolódik egy záradék, ami valahogy így hangzik: „Megígérem..., feltéve, hogy nem gondolom meg magam, vagy nem merül fel egy erősebb érv, ami amellet szól, hogy másként tegyek”. Újra fel kell fedoznünk az ígéretek betartásának erkölcsi parancsát.

De vajon miért kötelező érvényű egy ígéret, és miért rossz, ha nem tartjuk be? Az ígéretek be nem tartása azért rossz, mivel Isten a szövetség Istene, Ő hűséges Isten. Ezért, amint a hazugság Isten hűségének a megrontása, ugyanúgy az ígéretek megszegése is az. Az erkölcsi törvények áthágásával nem egyszerűen Isten törvényét sértjük meg, hanem természetét, jelleme ellen is vétünk.

Ötöször: ehhez hasonló problémákat okozunk a bizalom területén olyan dolgokkal, mint megbízhatatlanság, következtelenség, gondatlanság és meggondolatlanság. A bizalomhoz az kell, hogy bizonyos pontossággal előre ki tudjam számítani a másik ember reagálását vagy viselkedését: következetesnek kell lennie. Ellenkező esetben a bizalom nagyon tapogatózó jellegű lesz. Ugyanez vonatkozik a **változékony hangulatokra**, ami megbízhatat-

lan vagy kiszámíthatatlan érzelmi állapotot jelent. Nehéz megbízni abban az emberben, akinek a kedélyállapotában nincs semmi logika. Nem számíthatsz arra, hogy ma ugyanúgy reagál valamire, mint tegnap tette.

A hatodik, az erkölcsi gyengeség is ugyanígy tönkreteszi a bizalmat. Nehéz megbízni valakiben, ha kételyeid vannak azzal kapcsolatban, vajon képes-e gerincesen viselkedni nyomások alatt, vagy nehézségek között; ha egyértelműen látod benne a jellembeli hiányosságokat, vagy az alapelvek hiányát. Ez alapvető szempont minden fontosabb kapcsolatban. Házasság előtti tanácsadásokon nyersen fel szoktam tenni a kérdést: „Eléggé megbízol ebben a férfiban (vagy nőben) ahhoz, hogy a kezébe tedd életed hátralévő részét?” Vannak párok, akik ettől megdöbbennek, mivel soha nem gondolták ezt komolyan végig. De nyomások alatt a jellem a legfontosabb. Egy nő sem akar olyan férfit, aki nem lesz majd mellette, ha baj van, és egyetlen férfi sem akar magának olyan nőt, akitől arra számíthat, hogy válsághelyzetben tehetetlen könnyáradatban tör ki.

A jellem kétszeresen fontos a vezetőinkkel való kapcsolatunkban. Például milyen kérdésekben kell az embereknek vezetőikben megbízniuk? Meg kell bízunk a vezető döntéseiben, meg kell bízunk abban, hogy a vezető helyesen választotta ki a célokat, és ezeket a célokat tisztán is látja. Aztán meg kell bízunk a vezető találékonyosságában, vagyis abban, hogy ha a jövőben ismeretlen helyzettel találja magát szemben, akkor is helyesen dönt. De meg kell bízunk a vezető becsületességében is, vagyis abban, hogy ha hibát követ el, akkor nem próbálja majd leplezni, és nem akar kitérni a felelősség elől, hanem szembenéz tévedésével, és visszavezeti népét a biztonságos talajra. Ezenkívül meg kell bízunk a vezető állhatatosságában, amin azt értem, hogy a nehéz időkben is kitart mellettünk. Ha az emberek megneszelik, hogy vezetőik inkább kiszállnak a buliból, hogy mentsek az irhájukat, ha a dolgok rosszra fordulnának, akkor nem fogják sokáig követni őket. És igazuk is van. A hűség - és különösen a rendíthetlenség - a próbákkal és nehézségekkel való szembenézésben, a vezető jellemének egyik legfontosabb vonása.

A hetedik dolog az önbizalom hiánya. Más szavakkal: „Hogyan bízhatnék meg benned, ha te sem bízol meg saját magadban?” Ez különösen fontos vezetőknél, apáknál és más, tekintélyt viselő személyeknél. Időnként egy-egy szervezetben - például egy gyülekezetben - látszólag minden rendben megy, mégis érezni lehet, hogy az emberekben ott lappang egy kényelmetlen érzés, akár egy búvópatak. Ennek gyakran az az oka, hogy átvették vezetőik belső bizonytalanságát. A vezetők azért állnak egy szervezet élén, hogy a bátorság és önbizalom forrásai legyenek vezetettjeik számára, amelyek átsegítik majd őket a nehéz időszakokon. Ha ez hiányzik, akkor a bizalom legjobb esetben is csak nagyon gyengécske lesz: „szétfoszol bizakodásuk, és bizodalomuk olyan lesz, mint a pókháló”.

A nyolcadik a korrektség hiánya, az igazságtalanság. „Nem tudom, hogy méltányosan dönt-e majd.” Ez is kulcsfontosságú szempont a vezetőknél. Ha valakinek a reagálásait vagy döntéseit befolyásolhatja kivételezés, előítélet, elfogultság, diszkrimináció, vagy más torzító hatás, akkor nem bízhatunk meg az ítéleteiben, mert ezek rejtett irracionális vagy érzelmi szempontokra épülnek.

És végül meg kell itt említenünk a féltékenységet, mivel a féltékenység gyakran a bizalom hiányából származik. Az ember fél, hogy elveszíti valakinek a ragaszkodását, egy kiváltságos pozíciót, vagy egy fontos célkitűzését. A féltékenység a gyanakvásból sarjadzik ki, és rivalizálást, keserűséget eredményez. A féltékenységgel rendkívül nehéz együtt élni, és szinte lehetetlen azt leszerelni, mivel mondhatod vagy tehetsz bármit, semmivel sem tudod

meggyőzni a féltékeny embert. A féltékenységek - a kisebbségi érzéshez hasonlóan - furcsa módon pontosan abból a meggyőzési kísérletből táplálkozik és tartja fenn magát, amely megpróbálja azt szétoszlatni.

*„A búsulásban kegyetlenség van, és a haragban áradás;
de ki állhatna meg az irigység előtt?”⁴*

A tiszteletet romboló viselkedésmódok

Mihelyt elkezdjük felismerni a tisztelet szerepének fontosságát a kapcsolatokban, és hogy ennek milyen velejárói vannak, gyakran fájdalmasan ébredünk tudatára az ezen a területen elkövetett hibáinknak. A számunkra legtöbbször jelentő kapcsolatokba, vagy azokba, amelyek életünk legnagyobb részét kitöltik, gyakran beszivárognak olyan magatartásformák és tettek, amelyek valójában tiszteletlenséget fejeznek ki a másik emberrel szemben. A világi bölcsesség mintha még táplálná is ezt a gondolkodásmódot. Azt tanították nekünk, hogy a megismerés megvetést eredményez, a bálványozott embereknek is megvannak a maguk gyengéi, senki sem lehet hős az inasa szemében. Mintha azt mondanák ezzel, hogy minél jobban megismerünk valakit, annál kevésbé fogjuk tisztelni. Erre később még visszatérünk.

Ezenkívül egyre tisztábban felismerjük azokat a valódi érzelmeket, amelyek néha a kapcsolati problémáink miatt érzett haragunk, neheztelésünk vagy sérelmeink mögött lapulnak: tudatára ébredünk annak, hogy valamilyen módon meggyaláztak bennünket. Nem értékkel bíró személyként bántak velünk, hanem úgy, mintha tárgyak, vagy ami még rosszabb, szemét lennénk. Az elveszített méltóság itt a probléma.

Hadd álljon itt néhány általánosan elterjedt attitűd, viselkedésmód, amely árthat a tiszteletnek, vagy nagyon megnehezíti önbecsülésünk megőrzését.

Olyan viselkedésmódok, amelyek megnehezítik, hogy tiszteljünk bennünket

Az első dolog az alkalmatlanság és az ismétlődő kudarcok. A kudarc csak akkor veszélyezteti más emberek irántunk tanúsított tiszteletét vagy önbecsülésünket, ha olyan területen ér minket, amelyről azt állítottuk, hogy értünk hozzá, vagy szorosan kapcsolódik egy célkitűzéshez, amelyet vállaltunk. Aligha fogom elveszíteni az emberek megbecsülését azért, mert nem vagyok jó térképész. De ha azt állítom, hogy szakértő vagyok ebben a kérdésben, és elvállalom egy erdei túra vezetését, hogy ott aztán alaposan eltévedjünk, valószínűleg gyorsan elveszítem túravezetői hírnevem.

Hasonló módon, ha egy adott helyzetben mindent megteszünk, ami rajtunk múlik, mégis kudarcot vallunk, nem valószínű, hogy elveszítjük az emberek megbecsülését. Ezt fogják mondani: „Legalább megpróbálta”. De ha csak tessék-lássék módon, hanyagul csinálunk valamit, a látszat kedvéért, akkor embertársainknak nehezebb lesz majd tisztelniük minket.

A második a felelőtlenség, amikor valaki a saját vágyainak kielégülését hajszolja, és nem törődik azzal, hogy tetteinek milyen következményei vannak másokra nézve, vagy megpróbál kibújni a felelőtlenség alól, és másokat hibáztat saját cselekedeteinek következményeiért. A felelőtlen viselkedés gyorsan megfoszt minket az emberek tiszteletétől.

A harmadik dolog az önzés. A történelem nem jegyezte fel olyan társadalmat, amelyben tisztelték volna az önző embert. Voltak olyanok, ahol tisztelték azt, aki büszke, kegyetlen, vagy akár áruló, de az önzőt soha. Az önzés, a haszonlesés, különösen abban az esetben, ha saját céljaink érdekében kihasználjuk vezetői pozícióinkat, hamar megfoszt bennünket az emberek elismerésétől.

A negyedik a saját magunkkal szembeni engedékenység és az önsajnálattal. Időnként találkozhatunk egy bizonyos mértékű, kényszeredett csodálattal az önközpontúság erőteljes megnyilvánulásaival szemben, mint amilyen a büszkeség vagy az arrogancia, de ezt soha nem tapasztalhatjuk a gyenge típusúakkal, például az engedékenységgel és az önsajnálattal kapcsolatosan. Különösen igaz ez a vezetőkre nézve, akik elnézőek magukkal szemben, kihasználják pozíciójukat azoknak a kényelmetlenségeknek és nehézségeknek az elkerülésére, amelyeken az általuk vezetett embereknek át kell esniük, akik sírnak saját sorsuk miatt, vagy az „én szerencsétlen”-szindróma csapdájába esnek, amikor a dolgok nehézre fordulnak.

Az ötödik az erkölcsi bukás. Itt nem arról az esendőségről beszélünk, amely valamennyiünk életét megrontotta, és amivel még a legjobb keresztényeknek is meg kell küzdeniük. Viszont vannak az erkölcsi bukásnak olyan területei, amelyek gyalázatosabbak ennél, különösen azoknak a vezetőknek az esetében, akik nagyon szem előtt vannak, vagy nagy felelősség nyugszik a vállukon. Olyan dolgok tartoznak ide, mint:

- a) Erkölcsi gyengeség, vagy ha nyomások alatt képtelen felegyenesedni. Ezt az mutatja, hogy ha ellenállásba ütközik, akkor feladja kinyilvánított alapelveit, hogy védje magát, vagy azért, mert a hozzájuk való ragaszkodást túl költségesnek találja. Ezzel szemben bárkit képesek vagyunk tisztelni, aki bátran vállalja meggyőződését.
- b) Ígéret megsejtése, különösen egy olyan komoly eskü esetében, mint a házassági fogadalom, vagy eskü megsejtésére való bátorítás, illetve csábítás. Az ígéret betartása valamikor becsületbeli ügy volt. Még ma is ezt mondjuk: „becsületszavamra”, és „tisztelőben tartjuk” adott szavunkat. Ha megsejtjük ígéretünket, akkor nem csak a belénk vetett bizalom rendül meg, hanem jó hírnevünkön is csorba esik.
- c) Az őszintétlenség, valamint a megtévesztő, csalárd vagy képmutató magatartás minden formája.
- d) A korrektség hiánya, igazságtalanság, részrehajlás és kivételezés, különösen akkor, ha hatalommal rendelkező, vagy vezető funkciót betöltő ember követi el, vagy ha személyes érdekből teszik.

És végül ott van a kicsinyesség minden formája: a férj nagy patáliát csap, ha reggelijéhez a tojás nem úgy van megfőzve, ahogy szereti; a feleség folyton duzzog, ha valami nem úgy történik, ahogy ő akarja; a barát halálosan megsértődik, mert nem kapott választ az utolsó levelére; vagy gondoljunk a presbiterre, aki le akar mondani, mert elfelejtették értesíteni arról, hogy egy gyűlés elmarad. Ha valaki jelentéktelen dolgokat aránytalanul felfúj, az azt mutatja, hogy van benne valami kicsiség, valami jelentéktelenség. Ezt pedig nagyon nehezen tudjuk tisztelni vagy csodálni.

A másik emberrel szembeni tiszteletlenséget kifejező magatartásformák

A legfontosabb a sorban az, amikor valakit egy cél érdekében kihasználják, ahelyett hogy ő maga számítana. Sokféleképpen használhatjuk ki egymást saját céljaink érdekében. Uralkodhatunk pusztán akaraterőnk segítségével, alkalmazhatunk társadalmi, vallási, pszichológiai, érzelmi nyomást, kényszert vagy zsarolást. Tehetjük körmönfontabb módon, manipulálással, rábeszéléssel, furfanggal vagy csoportkényszerrel.

Ha a munkásoknak az a benyomásuk támad, hogy vezetőik csak lélegző robotoknak vagy szabadon felhasználható gazdasági ágyútölteléknek tekintik őket, már kész is a munkaügyi viszály. Amikor a feleség arra a meggyőződésre jut, hogy férjének csak azért kell, hogy ellássa a gyerekeket, megfőzze az ételt és lefeküdjön vele, akkor az a házasság már mély válságban van.

A második dolog, a kritizálás, korholás, a hibák keresése, károsítja az ember önbecsülését. Eszembe jut egy édesapa, aki egy férfiak számára tartott csendesnapon könnyek között vallotta meg, hogy mindkét fiát elüldözte otthonról, mivel kicsi koruktól kezdve egyebet sem tett, mint hibákat keresett bennük. Kétségkívül jó szándékkal tette, de ezzel azt sugalmazta fiainak, hogy ők értéktelenek.

Gyakran készek vagyunk a legrosszabbat elfogadni magunkról, és amikor ezt olyan ember fogalmazza meg, aki fontos a számunkra, az megerősíti legsötétebb félelmeinket. Ez szó szerint átokká válhat, és egész életünket megronthatja.

Ehhez kapcsolódik az a hajlamunk, hogy néha szeretjük zavarba hozni embertársunkat mások előtt, időnként csak a tréfa kedvéért. Rendkívül fájdalmas, amikor a férj kigúnyolja felesége véleményét mások előtt, kritizálja erőfeszítéseit, vagy olyan módon tréfálkozik vele, hogy az zavarba ejti őt. Amikor ez megtörténik, a kapcsolat a zátony felé sodródik, ha ugyan már nem futott rá. Hasonlítsd össze a fentiekkel azzal, amit a Példabeszédek 31: 29. mond, ahol a férjből kitör a felesége miatt érzett büszkeség: *„Sok leány munkálkodott serénységgel; de te meghaladod mindazokat!”*

Ezt a hibát nemcsak a férj és a feleség kapcsolatában követik el. Szülők teszik gyerekekkel, és néha a gyerekek a szüleikkel vagy más gyerekekkel. Megesik a munkahelyen, az osztályteremben, és elég gyakran a szószéken is.

Ugyanilyen pusztító hatású, bár nehezebben felismerhető dolog a mellőzés, a figyelmen kívül hagyás. Ha véleményünkre nem is reagálnak, jelenlétünket észre sem veszik, vagy kívánságainkat nem is annyira visszautasítják, hanem egy kézlegyintéssel elintézik, akkor meggyalázottnak, senkinek és semminek érezzük magunkat. A gyermekek kis idegenekként élnek saját otthonukban, a feleség a konyhafelszerelés részének érzi magát: ez a végeredménye annak a lassan elhatalmasodó bénaságnak, ami valószínűleg évekkorábban kezdődött.

Az udvariatlan és tiszteletlen beszéd és viselkedés minden formája. Rendkívül súlyos dolog, mivel nagyon fájdalmas, amikor durván, meggondolatlanul, megvetően beszélnek vagy viselkednek olyan emberekkel, akik nem képesek megfelelő módon megvédeni magukat, például szegényekkel, öregekkel, fiatalokkal vagy magatehetetlen emberekkel.

Egy másik ilyen dolog embertársunk hibáinak vagy gyengeségeinek kifigurázása nyilvánosság vagy mások előtt. Nagy udvariasság és bölcsesség rejlik abban a bibliai parancsban, hogy ha a testvérünk vétkezik ellenünk, akkor négy szemközt kell meginteniük. Amikor vala-

kit helyre kell igazítanunk, amikor rá kell mutatnunk a hibáira, azt mindig bizalmasan kell elintéznünk. Sokkal nagyobb eredményekre számíthatsz, ha vigyázol a másik ember önbecsülésére, annak ellenére, hogy nagyon közvetlenül kell foglalkoznod a hibáival.

Ha leszólunk valakit, vagy úgy bánunk vele, mint aki semmihez sem ért. Ebből a lekicsinylésből származik az a magatartás, amikor valaki nem hajlandó megmagyarázni vagy megbeszélni semmit, mivel úgy gondolja, hogy mások nem elég okosak vagy műveltek ahhoz, hogy megértsék, vagy a legegyszerűbb dolgot is olyan részletesen és pedánsan megmagyarázzák, amivel kimutatják, mi a véleményük a hallgató intelligenciaszintjéről.

A fent említett viselkedésmódok - és van még több is - tiszteletlenséget és lenézést fejeznek ki. Van, amikor szándékosan és nyíltan teszik, máskor szándékosan, de burkoltan és alattomosan, és vannak alkalmak, amikor az ember nincs tudatában annak, hogy tiszteletlenül viselkedik. De a tiszteletlenség - legyen az akár nyílt, akár burkolt -, mindig károkat okoz, és gyakran letaroló hatású, mivel megkérdőjelezi annak az embernek az értékét és fontosság-érzetét, aki felé irányul.

A megértés akadályai

Most vegyünk szemügyre néhány olyan dolgot, amelyek félreértéseket okozhatnak a kapcsolatokban, vagy megnehezítik egymás megértését. Nem is annyira az általános félreértések érdekelnek most minket, hanem az a mélyebb kérdés, hogy hogyan jönnek létre ezek a félreértések.

Egymás kölcsönös megismerése és megértése két dologtól függ. Kellenek hozzá pontos és tartalmas üzenetek saját magunkról, és szükséges még ezeknek pontos és helyes értelmezése a másik fél részéről.

A megértés legelső és legáltalánosabb akadályá ezért a kommunikáció hiánya, vagy a nem megfelelő kommunikáció. Nagyon nehéz, ha ugyan nem lehetetlen megérteni azt az embert, akivel kapcsolatban nem megfelelő vagy nem is létező információkra vagyunk utalva, mert következtetések, sejtések alapján kell eldöntenünk, milyen is annak az embernek az igazi természete. Való igaz, hogy mindig folyik egy ilyen jellegű kommunikáció is. Még a hallgatásunk is kifejez valamit. De ha nem vagyunk képesek arra, hogy érthető módon kifejezzük gondolatainkat, félelmeinket, érzelmi állapotunkat és véleményünket, a félreértés lehetősége megnövekszik.

A nem megfelelő vagy tökéletlen kommunikációnak számos oka lehet

Szégyenlősség vagy zárkózottság. Ezt a problémát okozhatja az, hogy izgulunk, amikor saját belső életünkről kell beszélnünk, vagy az, hogy nincs elég önbizalmunk, és nem merjük kiszolgáltatni magunkat másoknak még egy beszélgetés erejéig sem, mivel nem tanultuk meg gyermekkorunkban, hogyan kell ezt tennünk. Okozhatja egy még ennél is egészségtelebbitkolózás: vannak rejtegetett vágyaink és gondolataink, amiket nem merünk napvilágra hozni. Ez lakatot tesz a szánkra, mivel félünk, hogy a rossz dolgok kiszivároghatnak.

Kisebbségi érzések, bizonytalanságok, az alkalmatlanság érzése, vagy más gátlások elhitethetik velünk, hogy nincs bennünk semmi érték, amit másoknak adhatnánk, és egyébként

sem érdekel senkit a mondanivalónk. Ennek következtében vagy egyáltalán nem kommunikálunk, vagy annyira mesterkéltan és ostobán tesszük, hogy azt minden valószínűség szerint figyelmen kívül fogják hagyni, ami viszont megerősíti érzéseinket.

Az önismeret hiánya. Kicsi gyermekek nem tudnak sok mindent elmondani saját magukról, mivel egy bizonyos életkor eléréséig nem rendelkeznek megfelelő mértékű öntudattal. Amikor anyukája elkeseredve megkérdezi Jancsikától: „Mondd meg, miért tetted ezt?“, és Jancsika üres tekintettel ránéz, és így válaszol: „Nem tudom“, akkor valószínűleg a teljes igazságot mondja. Szinte semmit sem tud saját belső lényéről. Érzelmileg súlyosan sérült felnőttek gyakran küszködnek ugyanezzel a nehézséggel.

Olyan kép alakult ki bennünk a másik emberről, hogy zárkózott vagy elutasító. Ez megtörténhet a gyermekeknek a szüleikkel - és különösen az édesapjukkal - való kapcsolatában, emberek és vezetőik, tanulók és tanáraik kapcsolatában, és más, hatalommal rendelkező emberekkel fenntartott kapcsolatokban. Erőteljesen befolyásol bennünket az egymásról kialakított kép, még akkor is, ha ez teljes mértékben téves, és gyakorta megesik, hogy nem is vagyunk tudatában annak a képnek, amelyet másokra kivetítünk.

A kommunikációra fordítható idő vagy a lehetőség hiánya. Ez nagyon gyakori a házasságokban és a családi kapcsolatokban. A kommunikációhoz idő kell, és ha szükséges, kényszerítenünk kell magunkat arra, hogy hagyjunk magunknak időt az egymással folytatott kommunikáció megtanulására és gyakorlására. Amikor időnket beosztjuk, a sürgős dolgok soha nem kaphatnak elsőbbséget a fontos dolgokkal szemben, és a kommunikáció az intim kapcsolatokban a fontos dolgok listájának élén szerepel.

Eltérő felfogások a kapcsolat intimitási szintjéről. Ez nagyon gyakran előfordul gyülekezetekben és kis csoportokban, ahol mindenkinek más elképzelése van arról, hogy mennyire kell egy adott kapcsolatnak nyitottnak lennie. Vannak emberek, akik megközelíthetetlennek látszanak, a valóság viszont az, hogy ők nem tulajdonítanak a kapcsolatnak olyan szintű intimitást, ami bizalmasabb viszonyt jelentene.

Korábbi kapcsolatokban szerzett érzelmi sérülések és fájdalmak. Ezek rendkívül sebezhetővé teszik az embert az elutasítás lehetőségének gondolatára, és a megértéshez szükséges feltárulkozást szörnyű csapásnak láthatja.

Különbségek a két ember életkora, neme, műveltségi szintje, társadalmi helyzete és kulturális háttéré között. Ezek a dolgok is akadályai lehetnek az eredményes kommunikációnak.

Megtévesztés. Előfordul, hogy a másik ember megpróbál minket megtéveszteni, vagy mi akarunk másokat becsapni. Gyakran megtörténik, hogy olyan benyomást akarunk magunkról kelteni, ami nem felel meg a valóságnak. Ez is megtévesztés, akármilyen ártatlan dolognak tűnik is. Aztán ott van az a szélsőséges eset, amikor valaki saját magát is elhiteti, és őszintén hisz abban, amit mond. Ez az ember már annyira hozzászokott a hazugsághoz, hogy észre sem veszi: amit mond, az nem igaz.

És végül ott van a tévedés, a helytelen elképzelések és a rossz kommunikáció minden formája. Nincs olyan kommunikáció, amely mentes lenne a tévedés lehetőségétől. A legjobb akarattal is megtörténhet, hogy félreértjük - néha ostoba módon félreértjük - egymást, akármilyen gyakorlottak vagyunk is a kommunikáció terén. Az ilyen félreértések a vígjátékok alapelemét jelentik, a valós életben azonban néha egyáltalán nem humoros a kimenetelük.

Hiába pontos és tartalmas egy információ vagy üzenet, amit magunkról elmondunk, problémák adódhatnak az üzenet fogadásának módja miatt

Ezek a problémák ilyen dolgokból eredhetnek:

Elfogultság, előítéletek és dogmatizmus. A felsorolt fogalmak olyan véleményeket példáz-
nak, amelyek már előzetesen kialakultak a hallgatóban, a kellő megalapozottság vagy az
összes tény ismerete nélkül. Így az üzenet vagy elakad egy olyan elmében, amely már döntésre
jutott, vagy pedig a címzettje egészen mást ért ki belőle.

Hasonló hatást eredményeznek az **elhamarkodott ítéletek**, vagyis ha az egész történet végig-
hallgatása nélkül döntünk.

Az érzéketlenség vagy a képzelőerő hiánya is eltorzíthatja az információt, vagyis ha a
hallgató képtelen belehelyezkedni annak az embernek a gondolatvilágába, aki beszél hozzá,
mivel az **empátia hiánya** a másik ember érzelmeinek félremagyarázásához vezethet.

**A megfelelő módon történő hallgatásra való képtelenség, vagy a szükséges hajlandóság
hiánya.** Ez sok félreértés forrása a kommunikációban. Az odafigyelés - azzal ellentétben,
hogy alig várjuk, a másik embernek mikor fogy már ki a lélegzete, hogy végre mi beszélhes-
sünk -, kemény és áldozatos munka. Talán ez az oka annak, hogy olyan nagyon meg se
próbáljuk.

**És végül: az elhangzott szavak egyénenként más és más asszociációt váltanak ki, és
különböző érzelmi töltést hordoznak.** Múltbeli tapasztalataink miatt bizonyos szavak érzel-
mi felhangokkal rendelkeznek, vagy asszociációkat váltanak ki belőlünk, a szavak szó szerinti
jelentésén vagy átvitt értelmén kívül. Ezek az asszociációk jórészt öntudatlanok. Valamennyi-
en tudjuk, hogy vannak szavak, melyeket fenyegetőnek, piszkosnak, zsarnokoskodónak vagy
gúnyosnak „érzünk”. Magától értetődően semmit sem tudhatunk arról, hogy ezek milyen kép-
zettársításokat váltanak ki a másik emberből, vagy milyen érzelmi töltést hordoznak az ő
számára.

És mi a megoldás?

Ez a fejezet azt a benyomást keltheti bennünk, hogy a kapcsolatok egész tárgyköre egy olyan
aknamezőt jelent, amelyen nagyon kicsi az esélyünk az átjutásra.

Hála Istennek, ez nem így van. Ezenkívül sokkal többre jutunk, ha erőfeszítéseinket kapcsolo-
lataink erős oldalainak kiépítésére koncentrálnak, és nem a gyengeségek korrigálására
összpontosítunk. Az a tény, hogy négy fejezetben foglalkoztunk a pozitív tényezőkkel, és csak
egyét szántunk a negatív dolgok leírására, valószínűleg megközelíti a helyes egyensúlyt.

Mindazáltal tudatában kell lennünk a potenciális veszélyeknek, mivel egészen bizonyosan ott
leselkednek, és a hibák általában akkor ütnek fel a fejüket, amikor elhanyagoljuk a kapcsolat
ápolását. Az egyik későbbi fejezetben részletesebben foglalkozunk majd a problémák megoldás-
ával, de egy-két megjegyzés segítséget jelenthet, ha tudatára ébredtünk annak, hogy a fent
említett rossz magatartásformák némelyikében bűnösek vagyunk.

A megoldás mindig kudarcunknak és a kudarc természetének őszinte beismerésével kezdődik,
ugyanakkor az is szükséges, hogy vegyük magunknak a fáradságot a hiba korrigálására. Ez
általában annyit jelent, hogy tudatosan magunkévá kell tennünk a viselkedésünkkel ellentétes

attitűdöt vagy szellemet. Minden gonosz dolog lényegileg negatív, vagy pedig a jó hiánya: a kritizálás a megerősítés vagy az elismerés hiánya, az elutasítás az elfogadás vagy az intimitás hiánya, és így tovább. Ezért kompenzálnunk kell azt, amit elkövettünk, sőt gyakran túl is kell kompenzálnunk. Ha negatív hozzáállással elbátortalanítottam egy beosztottamat, egy barátomat, a feleségemet vagy egy gyermeket, fel kell ismernem, hogy a kapcsolatban létrejött egy hiányosság, amit rendbe kell hoznom. A szokásos mértéken felül kell bátorítást nyújtanom, hogy legyőzzem és helyrehozzam azt a kárt, amit okoztam. Ha visszaéltem valakinek a bizalmával, akkor - tetszik, nem tetszik -, türelmesen és következetesen újra fel kell építenem benne a bizalmat, amíg az meg nem szilárdul.

Az általunk elkövetett kudarc tanúbizonyságai tulajdonképpen pontos képet adhatnak nekünk arról, hogy mire kell ügyelnünk abban a kapcsolatban. Ha olyan dolgokban hibáztam, amelyek a megértés területén fejtik ki a hatásukat, akkor ezeken kell munkálkodnom, és nem a bizalom vagy a tisztelet kérdésében. Ha valami olyasmiben vagyok bűnös, ami a szeretetet sérti, akkor megint csak nem mélyebb megértésre vagy megismerésre van szükség, hanem több gondoskodásra és ragaszkodásra.

Utalások

1. Énekek Éneke 8: 7.
2. Róma 1: 21.
3. Példabeszédek 16: 28.
4. Példabeszédek 27: 4.

8. fejezet

Amikor a kapcsolat válságba jut

Egy fontosnak tartott kapcsolat válsága mindig feszültségekkel jár, és ez a feszültség egyenes arányban áll az érintett kapcsolat fontosságával.

Minél mélyebb intimitás alakult ki egy kapcsolatban, annál nagyobb traumát okoz a kapcsolat felbomlása. Életünknek minél nagyobb részét érintette, sérülése annál nagyobb zűrzavart eredményez.

Ez a két szempont nem feltétlenül egy és ugyanaz. Ha változás történik a foglalkozásunkban, az fenekestől felforgathatja megszokott életrendünket, az is lehet, hogy teljesen átrendezi kapcsolatainkat, mégis megtörténhet, hogy csak minimális traumát okoz. A változások mértéke miatt mégis jelentős feszültségek léphetnek fel.

Ugyanakkor egy mély barátság szétesése, vagy egy családtag halála rendkívül traumatikus lehet, bár életmódunk ilyenkor alig változik. A házasság válságának egyik fontos velejárója az, hogy a traumának és a megszokott életmód felborulásának ötvöződése rendkívül mélyen megsebzí az embert. A közelmúltban beszélgettem egy asszonnyal, aki megismerte a válás fájdalmát, következő házasságában pedig a gyászt. A válást sokkal fájdalmasabbnak tartotta, mint férjének halálát. „A második házasságomban - mondta - elveszítettem a férjemet, de szeretete az enyém maradt, és tudom, hogy egy napon újra egyesülünk. De első házasságomban a férjemmel együtt a szeretetét is elvesztettem, és ezért volt ez annyira nehéz.”

Gondolkodásunk zavarai

Feszültségek között ítéleteink zavarosakká válhatnak, és döntésképeségünk minősége romlik. Ezt nem szabad szem előtt téveszteni, amikor megpróbálunk segíteni kapcsolati problémákkal küszködő embereknek, vagy ha mi magunk kerültünk ilyen helyzetbe. Ezért ilyenkor szükségünk van bölcs, pártatlan, külső helyreigazításra egy olyan ember részéről, aki törődik ugyan a sorsunkkal, de személyesen vagy érzelmileg nincs érintve az ügyben.

Valamennyien találkoztunk már olyan esettel, amikor valaki, akiről azt gondoltuk, hogy kiegyensúlyozott és tárgyilagos, hirtelen arrogáns, összeférhetetlen és érzéketlen lesz házastársával vagy egy közeli munkatársával szemben. Nem biztos, hogy tudatosan vagy szándékosan viselkedik így, lehet, hogy csak a kapcsolatban megjelenő feszültség általános tüneteit mutatja.

Hadd álljon itt néhány olyan gondolkodásmódbeli probléma, amelyekkel találkozhatunk, vagy amelyeket átélhetünk egy kapcsolat válsága során.

Az egyik ilyen dolog az **önigazolás**. „Nem az én hibám.” Ebben az a hajlamunk jelenik meg, hogy szeretjük úgy látni magunkat, mint aki az igazság oldalán áll, aki a sértett fél a vitában, vagy a másik fél rosszindulatának ártatlan áldozata. Az emberi szív képessége az önigazolásra és az öncsalásra szinte határtalan. Ezért van szükségünk arra, hogy a Szent Szellem

megvizsgálja szívünket, és szemünket megnyissa az igazságra. Sokszor átéltem már, hogy érveim meggyőző rendszere kártyavárként omlik össze az Ő jelenlétében.

Az öniszólás másik módja a **viszonvád**: „A te hibád”. A másik fél itt úgy jelenik meg, mintha teljes mértékben vagy legnagyobb részben ő lenne vádolható azért, ami történt. A viszonvád általában nemcsak a másik fél viselkedésének ítéletét tartalmazza, hanem motivációját is megmagyarázza. „Tudjuk”, hogy miért beszélt vagy viselkedett úgy, vagy hogy „valójában” mi rejtőzött viselkedése mögött. Ez a fajta ítélet az, amelyet Jézus annyira szigorúan megrótt. Saját valódi motívumaink megértésében is notóriusan megbízhatatlanok vagyunk, mennyivel kevésbé vagyunk alkalmasak arra, hogy helyesen ítéljük meg mások mozgatórugóit.

Ezek mellett a viselkedésmódok mellett általában ott van egy harmadik is, a **mentegetőzés**: „Nem tehetek róla”. Ebben az az igényünk jelenik meg, hogy érveket találjunk, amelyek felmentenek bennünket a tetteink vagy reagálásaink miatti vádak és felelősség alól. Találnunk kell valami magyarázatot, amely miatt úgy érezhetjük, hogy hasonló körülmények között mások ugyanúgy cselekednek, beszélnek vagy éreznek, mint mi. Az is előfordul, hogy a mentségek takaróját a vita mindkét résztvevőjére kiterjesztjük, hogy így kihalásszunk magunknak a roncsok közül némi kis erényt: „A férjemet sem hibáztatom, ha az apja támogatta volna őt anyagilag, mint ahogyan kellett volna tennie, sokkal kevesebb vitánk lett volna egymással”.

És végül: rendkívül gyakori házasságok válsága idején a **teljes tanácsstalanság**. Látszólag egyik fél sem érti, mi romlott el, vagy hogy mi okozta a problémáikat. „Kezdetben annyira szerettük egymást. Hogy romolhatott el minden ennyire?” „Fogalmam sincs, mit csinálhattunk rosszul. El se tudom hinni, hogy ez megtörtént velünk.”

Az eddig felsorolt magatartásbeli problémák tudatosak, de vannak olyanok is, amelyek öntudatlanok, és ezért még több bajt okoznak. Ezek az úgynevezett védekező mechanizmusok, melyeket az ego arra használ, hogy megvédje magát a fájdalmas vagy kellemetlen felismerésektől.

Az ego páncélzatának egyik példája a **racionalizálás**. A racionalizálás a valódi ok helyettesítése egy másikkal, amely elfogadhatóbbnak tűnik a szemünkben. Például: kihagynak bennünket a munkahelyi előléptetésből. Meg vagyunk győződve arról, hogy ez azért van, mert keresztények vagyunk, nők vagy színesbőrűek vagyunk, nem járunk inni a többiekkel, vagy nem nyalizunk a főnököknek. A valódi ok az, hogy nem vagyunk alkalmasak az állás betöltésére, de ezzel képtelenek vagyunk szembenézni. Öntudatlanul találunk egy elfogadhatóbb magyarázatot sikertelenségünkre.

A következő általánosan elterjedt védekező mechanizmus a **kivetítés**. Képesek vagyunk mások hibáiként látni saját gyengéinket, amelyekre teljes mértékben vakok vagyunk. Az, aki folyton-folyvást panaszkodik a gyülekezetben uralkodó kritizáló szellem miatt, valószínűleg a saját problémáját vetíti ki az őt körülvevő emberekre. Jézus példázata a szálkáról és a gerendáról a kivetítés klasszikus példája.

A harmadik ilyen dolog a **helyettesítés**. Azoknak a reakcióinknak és érzelmeinknek, amelyeket egy adott körben nem tudunk vagy nem akarunk kimutatni, egy teljesen más helyzetben szabad folyást engedünk. Megtörténhet, hogy valakit leszidnak vagy megrovásban részesítenek a munkahelyén. Az illető a főnöktől való félelmében, vagy azért, nehogy lerontsa a róla kialakult képet, visszafojtja haragját. Azután amikor hazamegy, valami semmiség miatt

kirobban belőle a düh, és veszekedni kezd feleségével vagy gyerekeivel. Nem igazán lesz tudatában annak, hogy mit csinál, csak nem érti, hogy lehet a családja ilyen elviselhetetlenül idegesítő, és miért provokálják őt szándékosan, amikor ő csak egy családi körben eltöltött nyugodt estére vágyott.

Érzelmi állapotok

Amikor egy kapcsolat nyomás alá kerül vagy válságba jut, ez nagyon sok érzelmi feszültséggel és szenvedéssel jár együtt. Az emberek érzelmi reakciói nagyon összetettek, és amikor kívülről közelítünk meg egy ilyen helyzetet, nagyon fogékonyaknak kell lennünk, és meg kell tanulnunk felismerni, mivel is állunk szemben. A külső megnyilvánulások nem elegendőek ennek eldöntésére. Például valaki sírva fakad. Ez most vajon gyász, öröm, bűntudat, megkönnyebbülés, félelem, frusztráltság, harag vagy fájdalom? Ha félreértjük valakinek az érzelmeit, és ennek megfelelően reagálunk, könnyen megtörténhet, hogy csak tovább rontjuk a helyzetet.

Szeretnék felsorolni néhány gyakrabban előforduló érzelmi állapotot, amit akkor szoktunk átélni, amikor azok a kapcsolataink, melyek sokat jelentenek a számunkra, nyomás alá kerülnek, vagy szétesnek.

Az első ilyen a **fájdalom**. Megnyilvánulhat sértődöttség, veszteségérzet, bánat, szomorúság, magány vagy depresszió formájában. Az érzelmi sérüléssel együtt járó szenvedés ugyanolyan fájdalmas, mint a testi sebek, de mivel nemigen van külső nyoma, kevesebb együttérzést vált ki. Egy törött kar mindenki számára nyilvánvaló, és tekintettel lehetünk rá, de a megtört szívet senki sem látja. Nem szoktuk azt tanácsolni a törött lábú embernek, hogy szedje össze magát, míg a megtört szívű embertől ezt elvárjuk.

A második a **harag**. Mivel a haragot sok keresztény - tévesen - megengedhetetlennek tartja, gyakran találkozhatunk olyan emberekkel, akik azt állítják, hogy valaki megbántotta őket, valójában viszont haragszanak. Ezenkívül a megbántottság együttérzést vált ki, míg a harag ezt csak ritkán éri el. A harag felszínre törhet ellenségeskedés, keserűség, rosszindulat vagy bosszúvágy formájában. Semmit sem változtat a dolgon, ha eltitkoljuk, vagy más címkét ragasztunk rá. Meg kell értenünk, hogy a harag érzelmi életünk jogos része, a vészhelyzetben működésbe lépő érzelmek egyike, melynek az a funkciója, hogy felajzott állapotunkban szembenézzünk a fenyegetéssel vagy veszéllyel. Ha nem veszünk tudomást a helyzetről, vagy nem sikerül megoldani, akkor a harag könnyen átalakulhat nehezteléssé, ami szó szerint azt jelenti, hogy „újra meg újra átélni”. A kapcsolatokban felmerülő problémák megoldásáról szóló fejezetben részletesebben fogunk foglalkozni a haragnak ezzel az aspektusával.

A **bűntudat** sok szempontból a legnehezebben kezelhető érzelmünk. Valószínűleg ez az oka annak, hogy tudatosan és öntudatlanul egyaránt védekezni próbálunk ellene. A bűntudat három alapvető formában nyilvánulhat meg. Az első a **megbánás**, ami egyfajta semleges, passzív állapot. A második, a **lelkiismeretfurdalás** vagy **vádlás**, egy negatív, terméketlen állapot. Könnyen kórossá válik, és hamar belekeveredik az önsajnálat. A harmadik a **megtérés**, ami elvezethet a megoldáshoz. A megtérés nem csak azt jelenti, hogy bánkódunk a hiba miatt, amit elkövettünk, hanem azt is, hogy elfordulunk tőle, azzal a vággyal, hogy helyrehozzuk vagy megtérítjük az okozott kárt, és megváltoztatjuk rossz hozzáállásunkat és viselkedésünket.

Az érzelmek negyedik fajtája a **félelem** körül csoportosul: balsejtelem, rémület, aggodás, rettegés és pánik. Ezek akkor törnek ránk, amikor kényelmes, megszokott és biztonságos körülményeink szétesnek. Előttünk ott van az ismeretlen, a megjósolhatatlan és elképzelhetetlen jövő. Vajon képesek leszünk megbirkózni vele? Mi lesz velünk? A harag, a büntudat és a félelem általában együtt jár. Ha találkozol valamelyikkel, szinte biztos lehetsz abban, hogy a többi is ott van, ha a felszín alatt is. Ezek erősítik és aktiválják egymást. Például egy gyermek haragszik a szüleine. Mivel azt tanították neki, hogy a szüleit szeretnie kell, büntudatot érez, a büntudat magával hozza a büntetéstől vagy más következményektől való félelmet, a félelem haragot szül, ami egy vészreakció a fenyegető veszéllyel szemben, a harag viszont további büntudatot, a büntudat pedig további félelmeket gerjeszt. A megoldás csak úgy születhet meg, hogy ezt a kört megtöri a megbocsátás.

Az ötödik érzelmi állapot a **féltékenység** vagy az **irigység**. A féltékenység egy kiváltságos helyzet elvesztése miatt érzett neheztelés, például amikor valaki elfoglalja a helyünket valakinek az életében, vagy elveszi tőlünk annak az embernek a szeretetét. A féltékenység sokszor akkor is megmarad, ha a házasság mindkét fél látható megkönnyebbülésére válással végződik. Ha kitűrnak minket a helyünkről, az még akkor is féltékenységet gerjeszt bennünk, ha azt hittük, hogy már semmit sem jelent számunkra az a pozíció. Az irigység a féltékenység pusztító változata. A féltékenység ezt mondja: „Nekem az kell, ami a tiéd”, vagy „Vissza akarom kapni azt, amit elvettél tőlem”. Az irigység viszont így szól: „Inkább elpusztítanám, hogy egyikünké se lehessen”. Az irigység az egyik legpusztítóbb érzelm, ami mai társadalmunk minden szintjén szabadon tombol.

És végül megemlítem az **elidegenedés**, a **fásultság** és a **közömbösség** érzését. Ez utóbbi a kapcsolat halálát jelenti, mivel már a helyreállítás vágya is hiányzik az ember szívéből. Már nem érdekli őt a kapcsolat. Még a helyreállítás vagy a megbékélés lehetősége sem tud belőle semmi érdeklődést kiváltani.

Viselkedési minták

Az említett gondolkodási problémákból és érzelmi állapotokból származó alapvető viselkedésmódok fő jellemzője vagy a küzdelem, vagy a menekülés, de az is megtörténhet, hogy valakinek a viselkedése vadul ingadozik a két szélsőség között. Az első fogalom, a küzdelem, viszályt, vitát, harcot és szembenállást jelent. Agresszív és erőszakos viselkedés fakadhat belőle. Ez lehet fizikai, de még gyakrabban érzelmi, lelki bántalmazás. Az utóbbi végeredményben visszahúzóást, a kapcsolat elől való kitérést jelent: az ember menekülne.

A látszat ellenére a harc általában reményteljesebb a kapcsolatra nézve, mert azt jelzi, hogy vagy az egyik, vagy mindkét fél azt érzi a szíve mélyén, hogy még van valami a kapcsolatban, amiért érdemes harcolni, ha más nem is, a saját önbecsülésük. A menekülés azt jelzi, hogy az ember tudatosan vagy öntudatlanul felmérte a helyzetet, és arra a meggyőződésre jutott, hogy a kapcsolat nem éri meg a fáradságot.

Beavatkozás segítségnyújtás céljából

Elég sok időt eltöltöttünk a kapcsolatok anatómiájával. A kapcsolatok gyógyulásának vagy helyreállításának azonban - mint később látni fogjuk - nem az emberek gondolkodásával és

érzelmi állapotával való foglalkozás az elsődleges kulcsa. Mindazáltal ezek a viselkedésmódok egy valódi aknamezőt jelentenek, amellyel találkozni fogunk, ha segíteni próbálunk a bajba jutott embereknek, ezért meg kell értenünk, mivel állunk szemben. Egy aknamezőn pedig nem tanácsos melléfogni.

Az aknamezőn átvezető utat nem annyira nehéz megtalálni, mint gondolnánk, feltéve, hogy figyelembe vesszünk egy rendkívül fontos ténytet. *Amikor megpróbálunk valakinek segíteni mint tanácsadó, barát, bizalmas vagy pásztor, kapcsolatra lépünk vele. Ebbe a kapcsolatba pedig ugyanazokat a dolgokat kell befektetnünk, és ugyanúgy igényli a személyes részvételünket, mint bármilyen más kapcsolat.* Más szavakkal: nem az ember változó, megjósolhatatlan hangulatainak vagy reagálásainak kezelési technikáira kell koncentrálnunk, hanem arra, hogy szeretettel, bizalommal és tisztelettel forduljunk felé, és őszintén megpróbáljuk megérteni mind őt, mind pedig azt, amit átél.

Nézzük például a szeretetet! Ha valójában nem is érdekel minket az az ember, soha nem leszünk képesek eredményesen segíteni neki, függetlenül attól, hogy milyen jártasak vagyunk a tanácsadás módszereiben. Az összetört kapcsolatok traumájában vergődő emberek fokozottan érzékenyek az érzelmi és szellemi viszonyokra. Ha türelmetlenség, érdektelenség, kritizálás vagy vádlás van a szívünkben, ők ezt felismerik és érzékelik, bármilyen ügyesen színlelünk, vagy próbáljuk ezeket rejtegetni.

Ugyanezt elmondhatjuk a tiszteletről is. Ha valaki életének egy fontos területén kudarcot vagy elutasítottságot él át, ez súlyosan veszélyezteti önbizalmát és önbecsülését. Önértékelésének megtámogatásához kétségbeejtő szüksége van tiszteletre, figyelmességre és megerősítésre. Ha lekezelően bánunk vele, vagy egy sietős, leegyszerűsített megoldást kínálunk a problémáira, azt könnyen úgy értelmezheti, hogy mi még jobban megalázzuk. Ezért írta Pál olyan bölcsen a galáciaiaknak: *„Atyámfiaim, még ha elfogja is az embert valami bűn, ti szellemiek, igazítsátok útba az olyant szelídségnek szellemével, ügyelvén magadra, hogy meg ne kísértessél te magad is.”*¹

Hasonló módon fel kell építenünk **a bizalom légkörét**, amelyben az emberek biztonságban érzik magukat ahhoz, hogy megnyíljanak, mert tudják, hogy amit elmondanak, azt bizalmasan kezeljük, és senki sem használja fel ellenük.

És végül: a bajba került embernek elsősorban égető szüksége van arra, hogy találjon **valakit, aki meg akarja őt érteni.** Nem arra van szüksége, hogy egyetértsenek vele, hogy helyeseljenek neki, vagy támogassák a véleményét, hanem arra, hogy őszintén megpróbálják megérteni. Jellemző a súlyos feszültségekkel megterhelt kapcsolatokra az a szituáció, hogy van két ember, aki azt hiszi, hogy pontosan tudja, mi a baj a másikkal, viszont mindketten meg vannak győződve arról, hogy a másik egyáltalán nem érti meg őt, a valóság viszont az, hogy egyáltalán nem értik saját magukat.

Ha türelmesen, értelmes módon, odaszántan és őszinte törődéssel figyelünk, a bajba jutott ember gyakran bátorságra kap, hogy feltárja zavaros gondolatait és érzelmeit. Ha ez megtörténik, ezeknek ereje - legalábbis ideiglenesen - megtörik. A mozaikkockák elkezdnek a helyükre kerülni, és tudatosul néhány rejtett dolog. Akkor - és csak akkor - válik az az ember képessé arra, hogy meghallgassa, amit mondunk.

Utalások

1. Galácia 6: 1.

9. fejezet

A visszaút: a megbékélés

Manapság nem kell könyveket írni a megbékélés szükségességéről. Bármerre járunk, arcunkba csap ez a probléma. A fajok közötti, a családi, a munkaügyi és nemzetközi kapcsolatok mind-mind át vannak itatva fájdalommal, haraggal, félelemmel és büntudattal. És ezek gyógyulás után kiáltanak. A megbékélés hajlandósága sem hiányzik, bár az egymással szembenálló táborokban mindenhol vannak emberek, akiket félelmeik és előítéleteik szélsőséges ellenségeskedésbe hajszolnak.

A probléma az, hogy nagyon gyakran a valódi megbékélésnek nemcsak az eszközeit nélkülözzük, hanem a módszereivel sem vagyunk tisztában. Nem találjuk sem azt az erőt, ami lehetővé tenné a megbékélést, sem azokat a módszereket, amelyeknek keretein belül ez az erő kifejthetné hatását. Vég nélküli beszédek tartunk a megbékéléstről, csak azért, hogy azután még jobban vágyakozzunk rá. Megpróbálunk megoldani néhány sérelmet, de ezzel csak újabbakat okozunk, és közben tapodtat sem jutunk közelebb a megbékéléshez, legyen szó akár házasságok válságáról, munkaügyi viszályokról, Írországról, Dél-Afrikáról vagy a nyugati part helyzetéről. Aztán szeretnénk tudni, miért van ez így.

Meggyőződésem szerint ennek a helyzetnek az egyik alapvető oka abban a feltételezésünkben rejlik, hogy ha valaki igazán akarja a megbékélést, akkor azt is tudja, hogyan kell ezt csinálni. Végül már ordítva követeljük a másiktól, hogy béküljön meg, de csak még keserűbbekké válnak és még jobban elidegenedünk egymástól. A mai idők nagy tragédiája abban az elképzelésben van, hogy az akadályokat erővel kell eltávolítani az útból, és ennek az erőnek a végső megjelenési formája az erőszak. Így aztán a „megbékélés” eredményeként kiabálni fogunk egymással.

Egyedül a Biblia tudja, mi az oka annak az ellentmondásnak, ami szándékaink és cselekedeteink között feszül. Válasza egyszerűen az, hogy az elidegenedés minden formája a bukás egyik elsődleges következménye. Más szavakkal: az elidegenedés a bukott ember második természetű. A megbékélés viszont teljesen idegen tőlünk, és teljes mértékben Isten kegyelmének a függvénye.

A keresztények félelmetes felelősséget viselnek ebben a mélyen megosztott világban, mivel Isten ránk bízta a békéltetés szolgálatát (II. Korintus 5: 18.). Ha azonban ennek megértése és az isteni kegyelem ereje nélkül próbáljuk ezt a szolgálatot ellátni, akkor kudarcra vagyunk ítélve, és ez a kudarc még szégyenletesebb, mint a világi tanácsadók és terapeuták kudarcra. Aztán ha a dolog megértése és Isten módszereinek az alkalmazása nélkül újra próbálkozunk, akkor újra kudarcot fogunk vallani. És jogosan vádolhatnak minket ezekért a kudarcokért, mert ha a mi vállunkon nyugszik a békéltetés szolgálatának felelőssége, akkor kötelesek vagyunk alaposan ismerni ennek dinamikáját és metódusait.

Ezért ez a legfontosabb fejezete ennek a könyvnek. Ha megérted, akkor újra feltárul előtted feszültségektől terhes és szétesett kapcsolataid helyreállításának reménysége, mint velem is történt. Ha kihagyod ezt a fejezetet, mert elméleti teológiának tartod, vagy csak átfutod, mert azt hiszed, hogy már érted, akkor is kénytelen leszel ide újra meg újra visszatérni.

Mint felismertem, az készítetett engem arra, hogy keressem a választ erre a dilemmára, hogy mély elégedetlenséget éreztem az egyház szegényes teljesítménye miatt, amit a megterhelt vagy szétesett kapcsolatok helyreállítása terén nyújtott. Úgy láttam, hogy a keresztény lelki-gondozás sem ér el sokkal jobb eredményeket, mint a világi tanácsadók, és egyik sem tudott különösebben fellelkesíteni.

Egy péntek délután az irodámban ültem, és az Efézusi levél második fejezetét olvastam. Eljutottam a 13. versig, ahol Pál kifejti: „*Most pedig a Krisztus Jézusban ti, kik egykor távol valátok, közelvalókká lettetek a Krisztus vére által*”. Majd így folytatja: „*Mert Ő a mi békeségünk, ki eggyé tette mind a két nemzetséget, és lerontotta a közbevetett válaszfalat... hogy ama kettőt egy új emberré teremtsen Ő magában, békességet szerezvén...*” Emlékszem, hogy itt megálltam, és eltöprengtem: „Hogy lehet az, hogy Pál az üdvösség magyarázatáról lélegzetvételnyi szünet nélkül átvált a faji megkülönböztetés elemzésére?”

Majd hirtelen megértettem azt, amit bárcsak évekkkel korábban megértettem volna, és meg is kellett volna értenem. Mégpedig azt, hogy *Krisztus Keresztje minden megbékélésnek a hatásos eszköze, nem csak Isten és az emberi faj viszonyában, hanem minden emberi kapcsolatban*. Más szavakkal: a Kereszt a válasz minden elidegenedésre és megosztottságra, amit a bűn okozott. Az üdvösség leírására használt csodálatos szavak mindegyike valami eredeti terv és cél helyreállításáról beszél. Így például a megváltás valaminek a visszavásárlását jelenti, ami rabszolgasorsra jutott, az újjászületés azt jelenti, hogy valami, ami meghalt, újból életet nyer, az üdvösségen pedig valaminek a pusztulástól való megmentését értjük. A kapcsolatokra pedig a megbékélés kifejezése vonatkozik. A Kereszt a megbékélés kizárólagos, végtelen és Istentől származó forrása. Nemcsak Istent békíti meg az emberiséggel, hanem az embert is az emberrel.

Azt tapasztaljuk, hogy a házasságok összeomlása, a munkaügyi harcok, az üzleti élet ellenségeskedései, a faji ellentétek és a nemzetközi konfliktusok ugyanazokból az elemekből épülnek fel: viszályokból, jogtalanságokból, elnyomásból, félreértésekből, megszegett ígéretekből és összetört tiszteletből. Azok a megoldási kísérletek, amelyek nem érintik ezeknek a kérdéseknek a lényegét, soha nem fognak megbékélést eredményezni.

Kiagyalhatunk megoldásokat, elérhetünk kompromisszumokat, megegyezés születhet sztrájkokban, de minkét oldal megtartja azt a szándékát, hogy olyan kevés garanciát adjon és olyan sokat követeljen, amennyit csak el tud érni. Vajon mennyi bizalmunk lehet abban a házasságban, amelyben ilyen alapon jött létre a „megbékélés”?

Mi a megbékélés?

A megbékélésnek két jelentése van. Kifejezi az összhang helyreállítását a két fél között, akik korábban hadilábon álltak egymással, ezenkívül egy vita vagy nézeteltérés elsimítására is utal a két fél között.

Az Újszövetség a „*megbékélés*” szót teljes egészében a *Krisztus életéből és halálából fakadó eredményként írja le, ami véglegesen megváltoztatta Isten és az emberiség kapcsolatát azáltal, hogy megváltoztatta az egymáshoz való viszonyulásukat*.

Ezért a megbékélés célja a megigazulás. Mivel mi ezen a kifejezésen azt a folyamatot szoktuk érteni, amelynek eredményeként valaki igaz emberré válik, hajlamosak vagyunk arra, hogy az igazságosságot jogi fogalomnak tartsuk. Valójában azonban ez a kifejezés a kapcsola-

tokra vonatkozik. Azt jelenti, hogy helyesen viszonyulunk valakihez, vagy „egyenesbe jövünk” valakivel. Megigazultnak lenni tehát azt jelenti, hogy rendezett, harmonikus kapcsolatot tartunk fenn Istennel.

A megbékélés magába foglalja az attitűdök megváltozását, mivel a kapcsolatokban ezek rendkívül fontosak.

Az attitűd nem azonos a hittel. A hit javarészt felfogásbeli kérdés, ami befolyást gyakorol gondolkodásunkra és értékítéletünkre. Az attitűdöknek is van egy kognitív (tudati) elemük, de emellett rendelkeznek érzelmi és viselkedési összetevőkkel is. Általában nem a hitünk, hanem az attitűdjeink szerint cselekszünk. Viselkedésünkben valóban a hozzáállásunk lepleződik le.

Például megtörténhet, hogy hitem szerint - színétől vagy fajától függetlenül - minden ember egyenlő. De ha én fehér vagyok, és nincs egyetlen színesbőrű barátom sem, az világosan megmutatja az ebben a kérdésben elfoglalt álláspontomat.

A Kereszt által mind Isten, mind pedig az ember attitűdjei megváltoztak. Istennek az emberi nem felé tanúsított magatartása haragról áldásra változott; a mi hozzáállásunk Isten felé pedig lázadás és ellenségeskedés helyett a fiúság lett.

Figyeld meg, hogy Isten érzelmei irányunkban soha nem változtak! *Isten feltétel nélkül, változhatatlanul és határtalanul szereti bukott teremtményét. De Isten viszonyulása a bűnhöz soha nem lehet más, mint szent harag.* Nem teheti meg, hogy nem vesz tudomást a bűnről. Nem hagyhatja figyelmen kívül úgy, hogy továbbra is szent maradjon.

Hadd mondjak erre egy példát! Te férfi vagy, és gyalogolsz egy úton. Ha azt látod, hogy egy másik férfi ver egy nőt, nem teheted meg, hogy ezt figyelmen kívül hagyod, és továbbmegy. Nem teheted meg úgy, hogy továbbra is önmagad maradj, mert ez sérti férfiasságodat. Ha pedig a támadó elszalad, akkor utána kell menned, hogy a törvény előtt adjon számat tettéről. Minden bűn egy sokkal nagyobb mértékű sérelem Isten „Isten-volta” ellen, ez az oka annak, hogy Ő nem maradhat közömbös és semleges.

A megbékéléshez ezért jóvátételre van szükség. *A jóvátétel a bűn elfedezése valami olyan dologgal, ami megfosztja a bűnt attól az erejétől, hogy szétzúzza a kapcsolatot az emberiség és Isten között. Ezt a „valamit” az Újszövetség úgy nevezi, hogy Krisztus vére.* Az ember mindig attól rettegett, hogy a bűn örökkévaló: ha egyszer vétkeztem, akkor bűnös vagyok, és ezen a tényen soha semmi nem tud változtatni. Ma ez talán különösen hangzik sok ember számára, de kizárólag ez lehet az oka annak, hogy mai társadalmunkban úgy elfojtjuk a bűntudatot. A tudatos szint alatt csillapíthatatlanul dühöng a bűntudat, és semmiféle modern racionalizálás nem tud minket megszabadítani a fullánkjától. De létezik-e olyan dolog, ami meg tudja változtatni a bűn arculatát, vagy úgy van, ahogy Fitzgerald írja:

„A kéz csak egyre ír; és leírván,
Megy tovább; jámborságod vagy eszed
Hiába - nem törli el fél sorát,
Könnyeid sem mossák ki egy szavát.”

Ezzel a rettegéssel és fatalizmussal szemben ott áll Krisztus Keresztje, Isten végső megoldása a bűntudat és a bűn problémájára.

Továbbá - és ez egy döntő fontosságú szempont - a jóvátétel ítéletet követel. Meg kell értenünk ezt az alapelvet, amely ránk, emberekre nézve is érvényes. Csak úgy lehet véglegesen leszámolni a sérelemmel és ennek következményével, az elidegenedéssel, ha valamiféle

ítéletet mérünk az elkövetett bűnre. A megbocsátás önmagában nem fosztja meg a bűnt attól a hatalmától, hogy megmérgezze a kapcsolatot. Csak akkor lehet a bűn romboló erejét teljesen legyőzni, ha magát a bűnt megítéljük.

Annak, aki vétkezett, ezt az ítéletet is meg kell értenie, és el kell ismernie jogos voltát, hogy az kifejthesse hatását. Még egy gyermeknek is meg kell értenie, miért büntetik meg őt a szülei, és bizonyos értelemben egyet is kell értenie annak igazságos és jogos voltával, különben a büntetés eredménytelen marad, sőt inkább összetöri vagy felingerli a gyermeket, és vagy elvtelen köpönyegforgatót, vagy lázadót csinál belőle.

Senki, még a legjobbak sem képesek megérteni Isten tökéletes igazságát, amely a bűn elleni szent haragjában és örök ítéletében nyilvánul meg. Ugyanígy egyetérteni sem tudunk vele. A legérettebb keresztények is küszködnek időnként azzal a kérdéssel, hogy vajon miért csinál Isten olyan nagy ügyet ártatlan kis bűneinkből. Ennek az az oka, hogy olyan mélyen megfertőzött minket a kór, hogy képtelenek vagyunk meglátni halálos voltát. Kizárólag a bűnnek egy büntetlen hordozója tud teljes mértékben egyetérteni Isten tökéletes ítéletének abszolút jogosságával, ahogyan a bűnnel leszámolt a Kereszten. Ezért Isten ítélete az egész univerzum egyetlen olyan helyére sújtott le, ahol az valóban kifejthette üdvözítő hatását: Krisztusra, a mi Képviselőnkre és Helyettesítőnkre, az utolsó Ádámra, az emberi faj második közös megszemélyesítőjére.

De az ember a szívében is ellensége Istennek, idegen és lázadó. Közöttünk és Isten között egy kettős szakadék tátong: a végtelen Teremtőt és a véges teremtményt, valamint a Szent Istent és a bűnös emberi fajt elválasztó szakadék, amelyeknek áthidalására nincsenek meg az eszközeink, és vágyat sem érzünk rá. **Ezért volt szükség a megbékéléshez Krisztus testet öltésére.** A szakadék áthidalására Istennek létre kellett hoznia egy-egy hídfőt a szakadék mindkét oldalán. A bukott ember nem képes megváltoztatni Istennel szembeni hozzáállását. Nincs az emberi természetnek egyetlen érintetlenül maradt darabja sem, amelyre támaszkodva megváltoztathatnánk a szívünket. Mivel a bűn és a lázadás az emberi élet minden részére elhatott, nem maradt semleges, vagy érintetlen terület.

Krisztus testet öltésében Isten megtalálta a szükséges eszközt. Fiában, a büntelen Ember Fiában meglelte azt a támpontot az emberiségben, amelynek segítségével lehetővé vált a szív megváltoztatása.

A Gecsemáné Kertjében Jézus magára vette lázadó, önközpontú emberi akaratunkat, és önmagában megtörte ezt az Atya akaratát előtt. „*Ne az én akaratom legyen meg, hanem a tied*”¹ - imádkozta nem egyszer, nem kétszer, hanem háromszor, mielőtt ez megtörtént, és olyan lelki és szellemi haláltusát vívott, hogy hatalmas vércseppeket verejtékezett. Nem Isten akaratából kellett Krisztusnak viaskodnia a Gecsemánéban, hanem a miénkből. Így a Kereszt és az üres sír által jött létre a megbékélés csodája. Az Istennel szembeni lázadó ellenségeskedést szeretetteljes engedelmisség váltja fel, a szkepticizmusból bizalom lesz, az istenkáromlás pedig dicséretre változik.

A megbékélés kommunikációhoz vezet. Isten elküldi a fiúság Szellemét a szívünkbe, Aki addig kiáltja: „*Abba, Atyánk*”², amíg a mi szívünk is meg nem tanulja ugyanezt kiáltani.

Mi az, ami megbékélt?

Bármennyire is igazak azok a dolgok, amelyeken eddig mélyen el kellett tűnődnünk, de legalább ismerős talajon jártunk. A következő kérdés azonban így hangzik: „Mi békélt meg a Kereszt által?” Más szavakkal: hogyan tehetjük meg azt az ugrást, amely ebből a megbékélésből számunkra is elhozza a személyes üdvösséget, életünk zűrzavaraira és küszködéseire a megbékélést? Hogy jön a Kereszt a házasságok összeomlásához, a gyülekezeti megosztottságokhoz, a munkaügyi viszályokhoz, vagy a faji ellentétekhez? A Kolosséi levél első része vezet el bennünket a válaszhoz. A 16-17. vers ezt mondja: *„Mert Ő benne (vagyis Krisztusban) teremtett minden, ami van a mennyekben és a földön, láthatók és láthatatlanok, akár királyi székek, akár uraságok, akár fejedelemségek, akár hatalmasságok; mindenek Ő általa és Ő reá nézve teremttettek. És ő előbb volt mindennél, és minden Ő benne áll fenn.”*

A 20. versben pedig ezt olvassuk: *„És hogy Ő általa békéltessen meg mindent Magával, békességet szerezvén az Ő keresztyének vére által; Ő általa mindent, ami csak van, akár a földön, akár a mennyekben.”*

- Minden Krisztus által teremtett.
- Mindent Krisztus tart össze.
- Minden megbékélt Krisztus vére által.

Mit jelent mindez az ember általunk vizsgált helyzetére nézve? *A Kereszt Isten beleavatkozása minden viszályba; üdvösség, amely mindenhova elhat, ahova csak a bűn eljutott, és mindent helyreállít, amit az tönkretett.* Nem véletlenségből mondja a Biblia a bűnről azt, hogy először az ember és Isten közötti kapcsolatot tette tönkre, azután pedig az emberek közötti kapcsolatokat. A legelső családban a férfi és nő közötti, egyenlőségre épülő partnerkapcsolat az egyik oldalon leuralássá, a másikon pedig manipulálássá degenerálódik. A testvéri szeretet gyilkosságban végződik.

A Kereszt Isten eszköze arra, hogy mindent megbékéltessen saját magával. Kizárólag az engesztelés egyesíthet minket újra; csak a Kereszt tud helyreállítani.

A szeretet megújulása

A Kereszt az a csatorna, melyen keresztül Isten örökkévaló, megváltó, határtalan szeretete kiárad az emberre. A Keresztnél tapasztalhatjuk meg ennek a szeretetnek az átformáló erejét személyes életünkben. Eszembe jut egy barátom, aki megtérése előtt megrögzött szerencsejátékos volt. Egy alkalommal csodálkozó tekintettel ezt mondta: „Szerettem a feleségemet, szerettem a gyermekeimet, és tudtam, hogy a szenvedélyemmel ártok nekik. Hogy lehet az, hogy a családom iránti szeretetem nem tudott engem megváltoztatni, pedig őket minden nap láttam, míg Krisztus szeretete, akit soha nem láttam, kimosta belőlem a hazardjáték iránti sóvárgásomat?”

A Kereszten megjelenő szeretet képes megújítani az ember szeretetét, amely annyira mélyen megsérült, hogy el is halt. A saját szememmel láttam. A Keresztben elegendő szeretet van ahhoz, hogy általa a vállalat vezetősége elkezdjen törődni az alkalmazottak jólétével és érdekeivel, a munkásokat pedig érdekelje munkaadójuk anyagi helyzete. Elég szeretet van benne ahhoz, hogy könyörületes, nagylelkű, gondoskodó szeretetet ébresszen zsidók és

arabok, protestánsok és katolikusok, feketék és fehérek, vagy amerikaiak és dél-afrikaiak között.

Az emberi szeretet minden igyekezete ellenére is bebizonyította elégtelenségét. Komolyabb viszályok kapcsán mindig kifogy az eszközökből. Az isteni szeretet az egyetlen remény-ségünk, amely teljességből, nem szükségéből szeret. A Golgota elérhetővé teszi ezt a piacon, a politikai élet arénájában és mindenhol, ahol szükség van rá. Kizárólag Jézus Krisztus halála és feltámadása által válhat felebarátommá az ellenségem.

A bizalom gyógyulása

Ezenfelül az is megtörténhet, hogy újból megbízom valakiben, akiben elveszítettem a bizalmamat. Lehetséges az, hogy ismét átengedjem neki az események kimenetelének irányítását, mivel megint megbízom benne. A Kereszt a hitnek is a legvégső cselekedete. Jézus elment az emberi bizalom legtávolabbi határáig. „*Atyám, a te kezébe teszem az én szellememet*”³ - kiáltott fel, majd belépett az isteni igazságszolgáltatás sötétségébe. Kiengedte kezéből sorsának irányítását, és átadta azt az Atyának. Nem készített terveket az előre nem látható helyzetekre.

Azt a hitet, amellyel Krisztusban bízunk, Krisztustól kapjuk, mint ahogyan az a szeretet is Tőle származik, mellyel szeretjük Őt. Ezért mondja Pál apostol: „*Amely életet pedig most testben élek, az Isten Fiában való hitben élem, aki szeretett engem, és önmagát adta értem*” (Galácia 2: 20).

A Keresztben elegendő hit van ahhoz, hogy azok, akik a múltban kudarcot vallottak, megbízhatóvá váljanak. Péter és a többi tanítvány a bizonyíték erre. Újból megbízott bennük a bizalommal teljes Krisztus. Ez alkalommal sem készített alternatív terveket, hanem új hittel és új megbízhatósággal ajándékozta meg őket.

Ennek is szemtanúja voltam. Láttam, hogyan foglalja el a gyanakvás helyét mindkét oldalon a szilárd bizalom. Képtelen vagyok eldönteni, melyik a legnagyobb csoda: amikor Isten egy tisztátalan embert megtisztít, amikor egy erőszakos embert átformál gyengéddé, amikor az iszákosból józan életű lesz, vagy az, amikor egy tisztességtelen ember becsületessé válik. Talán az utolsó a legnehezebb, de erre is sok példát láttam.

A helyreállított tisztelet

Kizárólag a Kereszt által tisztelhetek valakit, akit korábban nem tiszteltem, mivel nem értettem őt, vagy tetteit. Most már rendelkezhetem a szükséges empátiával és nyitottsággal ahhoz, hogy beleképzeljem magam az ő helyzetébe, és az ő szemével lássam a világot.

A tisztelet vagy megbecsülés valamilyen értéknek a felismerése, az érték pedig - mint már láttuk - mindig tulajdonított érték. A létező legnagyobb tiszteletet a Fiú tanúsította az Atya iránt.

„*Abba, Atyám! Minden lehetséges néked. Vidd el tőlem ezt a poharat, mindazáltal ne az én akaratom legyen meg, hanem a tied.*”⁴

„Most az én lelkem háborog, és mit mondjak? Atyám, ments meg engem ettől az órától. De azért jutottam ez órára. Atyám, dicsőítsd meg a te nevedet!”⁵

Jézus tiszteletének is a Kereszt a forrása.

„Azt azonban látjuk, hogy Jézus, aki egy kevés időre kisebbé tétetett az angyaloknál, a halál elszenvedéséért dicsőséggel és tisztességgel koronáztatott meg, hogy az Isten kegyelméből mindenkiért megízlelje a halált.”⁶

De a Golgota ugyanakkor a legnagyobb érték is, amit Isten tulajdonít a világnak. „Mivel kedves vagy az én szemeimben, becses vagy és én szeretlek.”⁷ A legnagyobb érték, amit Pál tulajdonított embereknek, a Kereszt tényéből származott. „A te... atyádfia, akiért Krisztus meghalt.”⁸ Így a Kereszt helyre tudja állítani a régen elveszett tiszteletet, képessé tesz minket arra, hogy szétválasszuk egymástól a személyt és viselkedését, felismerjük és megerősítsük annak az embernek a belső értékét, és olyan tiszteletet és méltóságot tulajdonítsunk neki, amekkorát megérdemel. A Kereszt olyan mértékben meg tudja változtatni szemléletünket, hogy ennek a változásnak az eredményeként önmagukért fogjuk értékesnek látni embertársainkat, és nem azért, mert egy célunk megvalósításának eszközei lehetnek. Iszonyodni fogunk a másokon való uralkodástól és a manipulálástól, és olyan módon fogunk viszonyulni a szükségben lévő, a gyenge vagy a hátrányos helyzetű emberekhez, ami mély tiszteletben tartja emberi voltukat.

A megértés újraéledése

És végül: a Kereszt mutatja be a legteljesebb módon Isten természetét és jellemét. Ezáltal teszi magát Isten teljesen nyilvánvalóvá. Az a gyanúm, hogy az eljövendő korokban semmi újat nem tudhatunk meg Isten jelleméről, ami ezt az ismeretet meghaladná. Minden körülmény, minden kérdés és minden okoskodás végül meghajol ez előtt a kijelentés előtt. Jóhoz hasonlóan időnként mi is így kiáltunk fel: „Az én fülemnek hallásával hallottam felőled, most pedig szemeimmel látlak téged. Ezért hibáztatom magam és bánkódom a porban és hamuban!”⁹

A kölcsönös megértés önmagunk kölcsönös leleplezésének függvénye, de a Keresztben rejlő kegyelem bátorít fel és tesz minket képessé a közöttünk emelkedő falak lerontására, hogy ezáltal megmutathassuk egymásnak valódi énünket. A Keresztből kegyelem és gyengédség árad. Segítségével létre tudom hozni az elfogadásnak azt a légkörét, amely megadja neked a szükséges bátorságot ahhoz, hogy elhajítsd védelmi eszközeidet, és megmutasd nekem magadat. Olyan hatalmas erő rejlik a Keresztben, hogy amikor szembe kell néznünk annak a bukott világnak minden tragédiájával, nyomorúságával, fájdalmával és gonoszságával, amelyben most élünk, akkor keményen belekapaszkodhatunk az Isten kegyelméről és hűségéről tett kijelentésébe. Minden rossz ellenére is tudjuk, hogy Isten igazságos és jó, és megmarad bennünk az a meggyőződés, hogy az Ő gondviselését végtelen szeretete motiválja, és végéremehetetlen bölcsessége irányítja. Ha a Kereszt el tudja ezt érni bennünk, akkor arra is alkalmassá tehet minket, hogy elkezdjük egymást megérteni, dacára minden kommunikációs és magatartásbeli akadálnak, ami megpróbálja utunkat állni.

Utalások

1. Márk 14: 36.
2. Galácia 4: 6.
3. Lukács 23: 46.
4. Márk 14: 36.
5. János 12: 27-28.
6. Zsidók 2: 9.
7. Ésaías 43: 4.
8. I. Korintus 8: 11.
9. Jób 42: 5-6.

10. fejezet

Hogyan békél meg Isten?

Amikor idáig eljutottam, elkezdtem kivetíteni a megbékélés módszertanára mindazt, amit megérttem. Az általános felfogás szerint a megbékélést ugyanúgy kell megközelíteni, mint bármely más problémát. Ez a módszer nagyon egyszerű: keresd meg a problémát, derítsd fel az elképzelhető megoldásokat, válaszd ki a legjobbat, alkalmazd a megoldást, aztán célegyenesben a megbékélés!

A baj csak az, hogy ez nem működik. Ez a módszer nagyon jól alkalmazható akkor, ha elromlik egy gép, vagy valami szervezési, üzemeltetési gondot kell elhárítani, de a kisebb ügyeket leszámítva szinte teljesen hatástalan a személyek vagy fajok közötti nézeteltérések elsimításában.

Rögtön az elején ott van az a gond, hogy a kapcsolati problémák, amelyek már jó ideje egyre csak mélyülnek, annyira összetettek, hogy gyakorlatilag lehetetlen az összekuszálódott szálakat kibogozni, és az objektív igazsághoz eljutni.

Eszembe jut egy házaspár, akik keserűen vitakoztak valamin, amit a férfi írt egy levélben, hét évvel korábban. A nő azt állította, hogy férje ezt és ezt írta. A férfi viszont azt mondta, hogy felesége hazudik, mert ő ezt és ezt írta. És ez így ment a végtelenségig.

Mindketten szilárdan meg voltak győződve arról, hogy ők emlékeznek pontosan az eseményekre, de mint megtudtam, a kérdéses levelet már vagy öt évvel azelőtt elégették. Egyedül Isten a tudója annak, mi is állt abban a levélben. Ez az eset eltúlzottnak tűnhet, de egyáltalán nem egyedi. Az emberi emlékezet nagyon szelektív tud lenni abban a kérdésben, hogy mi az, amit elraktároz, és mi az, amit nem.

Továbbá a problémamegoldás erőfeszítései gyakran több terhet helyeznek a már amúgy is feszült kapcsolatra, mint amit az elhordozni képes. Emlékszem olyan alkalmakra, amikor házassági tanácsadásaim során ragaszkodtam ahhoz, hogy legalább egy problémának járjunk a végére, és amikor végre sikerült megállapítanunk az objektív tényeket, azt kellett tapasztalnom, hogy mindketten még mélyebben meg vannak sebezve és még keserűbbek a másikkal szemben, mint akkor, amikor az egész elkezdte.

Az a fél, akiről bebizonyosodik, hogy neki volt igaza, most igazolva látja keserűségét, és még nagyobb haragra gerjed a rajta esett igazságtalanság miatt. A vétkes fél viszont dühös lesz, amiért kihúzták a talajt önigazoló magatartása alól, és még jobban megmakacsolja magát abban az elhatározásában, hogy valamilyen módon bosszút áll. Továbbá kicsi a valószínűsége annak, hogy ebből az egyetlen esetből következtetni lehet a fel nem derített problémákra is.

De ha megnézem, hogyan békül meg Isten, akkor azt kell tapasztalnom, hogy ez a fajta problémamegoldás nagyon távol áll az Ő módszereitől. Nem mondja azt, hogy: „Az életben ez és ez a probléma. Mielőtt egyáltalán beszélhetnénk kibékülésről, le kell ezzel számolnod.” Ő semmi ilyesmit nem tesz.

A helyzet az, hogy amikor odamegyek Istenhez, még csak nem is tudom, mi az én igazi problémám. Lehet egy-két jellemző bűnöm, de ez minden, amit ezekről el lehet mondani. Ezek csak illusztrálják azt a tényt, hogy elidegenedtem Istentől, és megbékélésre van szükségem. Az igazi problémáimnak csak később, sokkal később ébredek a tudatára.

Személyek békülnek ki egymással, nem problémák

Hogyan békít meg tehát minket Isten? Ennek megértése alapvetően fontos, mert a megbékélést soha nem fogjuk tudni jobban csinálni, mint Ő.

Először az tűnt fel nekem, hogy Isten személyes módon *velem* foglalkozik. A kezdet kezdetétől ez a módszere. Amikor Isten Ádámot kereste az Édenben, első kérdése nem az volt, hogy: „Mit tettél?”, hanem ez: „Ádám, hol vagy?”

És ez a kezdete, nem a vége volt annak, ahogyan Isten a Tőle elidegenedett embert kereste. Jézus eljött az Atya kebléből, hogy megkeressen minket. „*Mert azért jött az embernek Fia, hogy megkeresse és megtartsa, ami elveszett.*”¹

Ekkor kezdett felderengeni bennem annak megértése, hogy problémákat nem, kizárólag személyeket lehet egymással kibékíteni. A problémák megoldásra várnak, az embereket kell kibékíteni.

Elvesztettük egymást a saját magunk által létrehozott problémák ingoványában. Már nem egymás személyiségével állunk kapcsolatban, hanem a másik ember viselkedésére reagálunk, ő pedig a mi általunk tanúsított viselkedéssel szemben viselkedik valahogyan. Egymástól elválasztva nem értjük többé egymást, nem tudunk senkiben megbízni, és nem törődünk senkivel. Viták, félreértések és önző, bűnös attitűdjeink sokasága elszakított bennünket egymástól.

Ennek a folyamatnak a kezdete szinte észrevehetetlen, innen származik sok összetört házasságban a tanácstalanság: „Olyan jól kezdődött. Valóban szerettük egymást. Hogy a csudába jutottunk ebbe a zavaros helyzetbe?”

A megbékélés Isten módszere alapján azt jelenti, hogy először is újra - vagy talán első alkalommal - meg kell találunk egymást, mint személyt.

De a felhalmozódott problémák útvesztőjében soha nem fogjuk egymást meglelni. Mindössze problémákkal fogjuk szembetalálni magunkat. Ezért tudatosan félre kell tennünk nézeteltéréseinket, az egésztest bele kell tennünk a „Függőben lévő ügyek” aktái közé, és mindaddig figyelmen kívül kell ezeket hagynunk, amíg meg nem találtuk egymást. Így mentünk oda először Istenhez is.

„Jövök, semmit nem hozva,
Keresztedbe fogódzva.
Meztelen, hogy felruházz,
Árván, bízva, hogy megszánysz...”

(Csomasz Tóth Kálmán fordítása)

Az üdvösség így a személyek közötti megbékélés minden formájának modelljévé válik. Félre kell tennünk a megoldásról kialakított saját elképzeléseinket, problémáinkat, jogainkat, ki kell lépünk védősáncaink mögül, le kell mondanunk pozíciónkról, felfogásainkról, az általunk

kreált magyarázatokról és előítéleteinkről. Ideiglenesen még alapelveinket és meggyőződésünket is félre kell tennünk. Első a kibékülés.

Most valószínűleg ezt kérdezed: „És mi van a problémákkal? Nem hagyhatjuk ezeket figyelmen kívül, nem remélhetjük, hogy maguktól megoldódnak. Hogyan lehet kibékülni másként, mint az igazság és a jogosság alapján?”

Hozzánk fűződő kapcsolatában Istent erősen foglalkoztatja a problémák megoldása. Szünet nélkül így beszél hozzám: „Ez és ez a te problémád, és ezt nem tudom tovább elviselni”, vagy „Ez az üggy zavarja a kapcsolatunkat, és neked szembe kell ezzel nézned, mégpedig azonnal!”

Itt van a kulcskérdés. Isten állhatatos, türelmes, és meglehetősen könyörtelen a problémák megoldásának kérdésében, de *csak azután, hogy kibékültünk Vele, nem előtte*. A problémák megoldása az egyik következménye a megbékélésnek, nem pedig az eszköze.

Ezenkívül Isten csak akkor foglalkozik a problémáinkkal, amikor már biztonságban vagyunk változhatatlan szeretetében, és tudjuk, hogy Hozzá fűződő kapcsolatunk nem függ a problémák megoldásában tanúsított sikereinktől. Azért tudom bátran fogadni azokat a komoly operációkat, amelyeket az életemen elvégez, mert tudom, hogy az én problémamegoldó képességem nem befolyásolja az Ő szeretetét és a kapcsolatunkat, mert ez kegyelméből fakad, ami pedig feltétel nélküli.

Mint ahogyan az üdvösség a megbékélés forrásának és modelljének bizonyult, hasonló módon a megszentelődés a problémamegoldás mintája a kapcsolatokban. Ezt egy későbbi fejezetben fogjuk részletesebben kifejteni.

Csak a kegyelem működik

A második fontos szempont, amit megértettem, az volt, hogy Isten a kegyelem talaján állva békül ki velünk. Évekkel ezelőtt gyülekezetem két tagja keserű ellenségeskedésben állt egymással. Végül elhatározták, hogy Jézus tanácsa szerint fognak eljárni, ami a Máté 18: 15-17-ben van megírva, mivel tudatában voltak annak, hogy rendezniük kell kapcsolatukat. Betű szerint követték az Ige utasítását: menj el egyedül a testvéredhez, ha nem hallgat rád, végy magad mellé két tanút, és ha még akkor sem engedelmeskedik, akkor mondd el a gyülekezetnek.

Mindez teljes zűrzavarba torkollott. Nekem úgy tűnt, hogy sokkal jobb lett volna, ha hozzá se fognak a dologhoz.

Néhány héttel később, miközben éppen egy összejövételre tartottam, az autóban ülve a történeteken töprengtem. Ezt mondtam: „Uram, ez a két ember hűségesen követte az utasításaidat, mégsem oldódott meg a problémájuk. Mit rontottak el?”

Ez volt az egyik olyan alkalom, amiről biztosan tudom, hogy az Úr szólt hozzám. Nagyon világosan ezt mondta: „Te ezt nem érted. Ez csak a kegyelem talaján működik.”

Hát persze! Ha azt mondom: „Én megtettem a fele utat, a másik fele a tiéd”, akkor az nem kegyelem, hanem törvény. Ha így szólok: „Megcsináltam az én részemet, te is megcsinálsz a tiédet?”, az nem kegyelem, hanem „cselekedetek”.

A kegyelem szavakba öntve annyit jelent, hogy jót teszek valakivel, minden kikötés nélkül. Ha ezt mondom: „Eljöttem, hogy kibéküljünk, és ajánlatomnak nincs semmi előfeltétele”, az

kegyelem. Ha így szólsz hozzám: „Szeretnék veled kibékülni, és nincs semmi előfeltételem”, az kegyelem. Csak ezen az alapon fog tökéletesen működni Istennek a megbékélésről alkotott elképzelése.

Ez az oka annak, hogy mélyen megosztott társadalmunkban csak a keresztények lehetnek bármely megbékélés kulcsfigurái. Kizárólag mi értjük a kegyelem működését, mivel mi vagyunk annak hasznélvezői. Ezért csak mi tudjuk azt megmagyarázni és bemutatni a sebzett világnak. Ez teszi a keresztények és a gyülekezetek közötti megosztottságot és viszálykodást olyan elviselhetetlenül botrányossá, mivel nekünk a megbékélés szolgálainak kellene lennünk.

Megbékélés és kapcsolat

És végül: Isten úgy békül ki velünk, hogy befogad minket egy kapcsolatba. A megbékélés a kommunikációban teljeseedik ki. Nem békülhetünk ki egymással úgy, hogy továbbra is megtartjuk a három lépés távolságot. A megbékélés tehát egyrésztől fordulópont, a másik oldalon viszont folyamat: kezdetében fordulópont, kifejeződésében pedig folyamat.

A Biblia gyakran használ két szót a megbékéléssel kapcsolatban, ami ennek megértése szempontjából rendkívül fontos. Az egyik a szövetség, a másik pedig a barátság. A szövetség a személyes elkötelezettség és a hűség köteléke a két fél között, és ez - természetéből adódóan - örökkévaló. Egy olyan meghatározás, hogy korlátozott időre szóló szövetség, ellentmondást rejt magában. A szövetség nem azonos a szerződéssel. A szerződés egy olyan kapcsolat, melyet a szerződés feltételei határoznak meg: ha megváltoznak a feltételek, akkor a kapcsolat is megváltozik. A szövetség is tartalmaz kötelezettségeket és feltételeket, de ezeket maga a kapcsolat hozza létre, és nem fordítva. Ezért Istennel való megbékélésünk az új szövetségre épül. Az Ószövetségben a Jákób és Lábán közötti kibékülést - hasonló módon - egy szövetség pecsételte meg.

A házasság is szövetség, és azok között a csodák között, amelyeknek szemtanúja voltam, szerepel néhány házasság is, ami megbékélés által helyreállt.

A barátság is olyan, mint egy szövetség. Jézus azzal, hogy barátainak nevezett minket, elfogadta a barátságnak azt az erkölcsi kötelezettségét, hogy semmi, még a halál sem választhatja el egymástól a barátokat. *„Nincsen senkiben nagyobb szeretet annál - mondta -, mintha valaki életét adja az ő barátaiért.”*²

Jézus letette az életét értünk, az ellenségeiért, és átformált minket a barátaivá. Elküldte az Ő Szent Szellemét a szívünkbe, hogy égen és földön ne legyen semmi, ami valaha is elválaszthatna bennünket Barátunktól.

A megbékélés bibliai szövetséget és barátságot hoz létre közöttünk, ami azzal az erkölcsi kötelezettséggel jár, hogy mostantól fogva semmi, semmiféle nézeteltérés, vita, válság, semmilyen kérdés vagy viszály nem választhat el minket egymástól.

A kibékülés felé vezető lépések

Hogyan találhatjuk meg tehát újra egymást, és mit kell tennünk annak érdekében, hogy Isten létrehozza közöttünk a megbékélést? Ha a Kereszt ilyen ígéretes kiindulópontot kínál, hogyan kell elkezdenünk ennek kivitelezését?

Az első dolog, amit meg kell értenünk az, hogy nekünk kell kezdeményeznünk. Mindig mi vagyunk azok, akiknek az első lépést meg kell tennünk. Nem mondhatom azt, hogy: „Tőle függ a dolog. Nem én kezdtem, ő okozta ezt a viszályt.” Jézus teljesen egyértelművé teszi, hogy kinek kell kezdeményeznie a megbékélést. A Máté 5: 23-24-ben ezt mondja: *„Azért, ha a te ajándékosodat az oltárra viszed, és ott megemlékezel arról, hogy a te atyádfiának valami panasza van ellened, hagyd ott az oltár előtt a te ajándékosodat, és menj el, elébb békéld meg a te atyádfiával, és azután eljövén, vidd fel a te ajándékosodat.”* A megbékélés sürgős, és minden mással szemben elsőbbséget élvez, de vegyél észre valamit! Jézus nem azt mondja, hogy nekem van valami kifogásom a testvéremmel szemben, csak annyit mond, hogy neki van valami panasza ellenem. Jánosnál ezt olvassuk: *„Aki azt mondja, hogy a világosságban van, és gyűlöli az ő atyjafiát, az még mindig a sötétségben van. Aki szereti az ő atyjafiát, a világosságban marad.”* Ha az én testvérem gyűlöl engem, ő a sötétségben van, és képtelen engem megtalálni, de ha én nem gyűlölöm őt, akkor én a világosságban vagyok, ezért én elmehetek a keresésére.

A másik oldalon a Máté 18: 15-17-ben Jézus azt mondja, hogy ha a testvérem vétkezik ellenem, akkor megint csak én vagyok az, akinek kezébe kell vennie a kezdeményezést: meg kell neki mutatnom a hibáját, és meg kell próbálnom meggyőzni őt. Talán megkötözi és égeti őt a bűntudat, és mivel nekem nem kell megküzdenem a bűntudattal, én szabadabb vagyok a cselekvésre, több kegyelmet kínálhatok fel neki, mint ő nekem, és több esélyem van a megbékélés létrehozására, mint neki.

Magától értetődik, hogy nagyon sok negatív érzés felhalmozódhat bennünk, amivel meg kell birkóznunk. Az olyanokkal, mint a neheztelés vagy a keserűség, egyoldalúan le kell számolnunk. Függetlenül a másik ember viselkedésétől, saját magunkban rendeznünk kell ezeket a problémákat, mivel útját állják a megbékélés folyamatának. Amikor egy kapcsolat megromlik, megsérülünk. Könnyen beléphet a keserűség, és megfertőzheti sebeinket. De ha ragaszkodunk a keserűségünkhöz, akkor ezzel kizárjuk Krisztust a helyzetből. Nem avatkozhat bele, nem gyógyíthatja meg sebeinket, mert ha ezt megtenné, akkor ezzel igazolná keserű érzéseinket. A keserűségről való lemondás önmagában nem fog bennünket meggyógyítani, ezt csak Krisztus tudja megtenni, de ha leszámolunk a keserűséggel, akkor eltávolítjuk a gyógyulás legfőbb akadályát.

A keserűségről való lemondás egy tudatos döntés eredménye. Felismerhetjük ezt a saját szavainkból: „Panaszom van ellene”. Ha van valami a kezemben, azt el is tudom engedni.

Ezenkívül a nehezteléshez és a keserűséghez való ragaszkodás a másik ember hatalma alatt tart bennünket. Nem dönthetem el szabadon, mit teszek, hogyan érzek, vagy hogyan viselkedem vele szemben, mert a látványa, sőt az emléke is kiváltja belőlem a neheztelést, ez pedig meghatározza a viselkedésemet. De ha lemondok a neheztelésről, akkor szabadon eldönthetem, mit kell tennem, és mit fogok tenni.

Még egy oka van annak, amiért annyira fontos ezekkel a problémákkal leszámolni. Ez segít nekünk abban a nehéz feladatban, hogy szétválasszuk egymástól az embert és cselekedeteit. Ez nem azt jelenti, hogy egyenként végigmegyünk a sérelmek listáján, és megpróbáljuk ezeket külön-külön megbocsátani. Ezen a ponton ez lehetetlenség. Sokkal inkább azt jelenti, hogy személyiségként látjuk azt a személyt, meghatározzuk vele szemben táplált ellenérzéseinket, és úgy döntünk, hogy elengedjük a szívünkben ápolgatott bosszúvágyat, rosszindulatot vagy neheztelést.

„Láttam valamit mozogni a hegyek között, és azt hittem, egy állat.
Amikor közelebb jött, láttam, hogy egy ember.
Aztán még közelebb jött, és észrevettem, hogy a testvérem.”

Mindezzel együtt szükség van őszinte megtérésre is. Először is el kell ismernünk, hogy mind tetteinkkel, mind pedig reagálásunkkal vétkeztünk a Szent Szellem ellen, és megbántottuk Őt. Ő az, Aki a Krisztus Testén belül minden kapcsolatunkban létrehozza a szövetséget. Ha hibát követtem el a feleségem, a gyermekeim vagy szellemi testvéreim ellen, akkor a Szellemet szomorítottam meg. Ha pedig ők helytelenül reagálnak, akkor is a Szent Szellem szomorodik meg.

Hasonló módon megtörténhet, hogy a kapcsolataimban tanúsított magatartásom miatt - legalábbis alkalmanként - én vagyok a vétkes fél. Talán megszegtem egy ígéretet, vagy rájövök, hogy nem tartottam meg valamit, amire megesküdtem a házastársamnak, ezért azok közé tartozom, akik megsértettek egy szövetséget. Ilyen esetekben meg kell térnünk, és kérnünk kell ezekre a bűnökre Isten bocsánatát.

Ezután újra meg kell találjunk egymást, mint személyt. Ha őszintén átrágtuk magunkat a korábbi lépcsőfokokon, akkor ezt gyakran meglepően egyszerű és könnyű megtennünk. Ha a szívünk keresi a másikat, akkor olyan könnyen rátalálunk egymásra, mint ahogyan a postagalamb hazatalál. Ezt a folyamatot a tékozló fiú hazatéréseinek története fejezi ki a legelevenebben és legragyogóbban.

„Mikor pedig még távol volt, meglátá őt az ő atyja, és megeské rajta a szíve, és odafutván, a nyakába esék, és megcsókogtá őt.”⁴

Azoknak a kedvéért, akiknek meg kell érteniük a megbékélés módszertanát, próbáljuk meg lépésről lépésre megfogalmazni.

Először tudatosan félre kell tennünk problémáinkat, a megoldásról kialakított elképzeléseinket, elvárásainkat és a jövőre vonatkozó igényeinket. Más szavakkal: határozottan el kell vetnünk minden „de” és „feltéve ha” jellegű kifejezést. Pillanatnyilag nem a másik ember viselkedésével foglalkozunk, hanem vele, mint személyiséggel.

Másodszor: meg kell nyitnunk a szívünket egymás előtt. Gyakran szükség van arra, hogy szavainkkal közeledjünk a másik emberhez, vagy testileg megérintsük egymást. Feltűnt nekem, milyen gyakran írja a Biblia Jézusról, hogy amikor a szíve megindult valakin, akkor megérintette, kinyújtotta felé a kezét, vagy kézen fogta. Ilyen szavakkal szólt hozzájuk: „Fiam, leányom, leányka, asszony”.

Időnként látom az emberek szemében, vagy hallom a hangjukon az ilyenkor átélt meglepetést. Rájönnek, hogy azelőtt még soha az életben nem sikerült megérinteniük a másik ember igazi személyiségét. Olyan csoportokban, ahol korábban keserű viszályok és megosztottságok voltak politikai kérdések, vagy bizonyos alapelvek miatt, ugyanilyen mondatokat hallhatsz: „Soha nem gondoltam volna, hogy ilyen remek fickó”, vagy „Ha egyenként megnézzük őket, egész rendes emberek”.

Harmadszor: ha megbánással és alázattal megyünk oda egymáshoz, akkor bocsánatot kérhetünk, és megbocsáthatunk egymásnak elidegenedésünk miatt, és a Kereszt békéltető munkájába vetett hittel befogadhatjuk egymást egy új kapcsolatba. Ne vesítsd szem elől azt a tényt, hogy ez egy hitbeli lépés! Ugyanúgy hitbeli lépés, mint amikor üdvösségünk érdekében elfogadjuk Krisztust, mivel amit elfogadunk, az maga az üdvösség, a Kereszt

munkája, amit a szétesett kapcsolatok helyreállítása érdekében tesz. Hit által egy magasabb szinten tapasztaljuk meg, mit jelent igaz embernek lenni, mivel helyreáll kapcsolatunk egy embertársunkkal. Ha ezt esetleg furcsának találod, akkor olvasd el Jób könyve 33. részének 26. versét, ami arról beszél, hogy Isten visszaadta valakinek az igazságát, és a szövegösszefüggésből látni fogod, ez azt jelenti, hogy Isten meggyógyította, és helyreállította testének jó kapcsolatát a környezetével.

Ez az a pont, ahol a szív megváltozik, ahol áradni kezd a szeretet azok felé, akik valamikor ellenfeleinkké vagy ellenségeinkké váltak. A múltbeli kudarcok és csalódások ellenére újjászületik a bizalom, és mi, akik megszegtuk ígéreteinket, vállalt kötelezettségeinket és eskünket, újból megbízhatók lehetünk. Nem véletlen, hogy a Kereszt változtatta hűséges apostollá Pétert, aki megtagadta Krisztust, és másokat, akik hűségfogadalmuk ellenére elhagyták Őt.

Az is itt történik meg, hogy más szemmel kezdjük nézni a másik embert, és olyan értékeket fedezünk fel egymásban, amelyeket már régen elveszítettünk. Eszembe jut egy asszony, aki ezen a ponton így szólt: „Rájöttem, hogy érdemes volt megmentenünk a házasságunkat, mivel a férjemet érdemes volt megtartani, és azt hiszem, engem is”.

És végül: valószínűleg ezen a ponton, ahol az egyik ember találkozik a másikkal, támad fel az a különös, kielégíthetetlen kíváncsiság, hogy megismerjek másokat, és hogy engem is megismerjenek.

Hogy mi történik ezen a ponton, az egyénenként változik, és rendkívül széles skálán mozog. Amint megfigyelhettem, ugyanannyira személyre van szabva, mint az, amit az emberek az újjászületés során megtapasztalnak, ugyanis nem valamiféle technikával van dolgunk, hanem egy személyes találkozás jön itt létre. Egyesek számára ez egy azonnali átváltozást jelent, mint amilyen egy hirtelen megtérés. Emlékszem egy házaspárra, akik rendkívüli mértékben elidegenedtek egymástól, és mély sebeket hordoztak. Több mint két évet töltöttek egymástól távol. A férfi keresztény lett, kibékült a feleségével, és újból szerelmesek lettek egymásba. És mindez egyetlen hét leforgása alatt történt. Másoknál ez fokozatosan zajlik le: az egymás felé való ki nyúlás, a kezdet sokkal tapogatózóbb és óvatosabb. Ott van a levegőben annak valóságos, de alig észrevehető felismerése, hogy a dolgok megváltoztak, valami új és mélyreható dolog történt közöttük.

Ott, ahol egy egész csoport van érintve, szükségszerűen az utóbbi változat az általánosabb, mivel a csoport tagjai különféleképpen, más és más tempóban jutnak el a megbékéléshez.

De a végeredmény lényegét tekintve mindig ugyanaz: híd épül a szakadék fölött, és azok, akik elidegenedtek egymástól, akik között megszűnt az élő kontaktus, újra megtalálják egymást.

De egymás elfogadásával együtt azt is felismerjük és elismerjük, hogy meg kell változnunk. Most már rá tudjuk szálni magunkat arra, hogy szembenézzünk azokkal a változásokkal, amelyek a megbékéléssel egyidőben szükségessé váltak, képesek vagyunk segíteni egymásnak ezekben a változásokban, függetlenül attól, mennyire kényelmetlennek és nehéznek tűnnek is kezdetben. Azt fogjuk tapasztalni, hogy Isten kegyelme új kezdettel ajándékoz meg minket. Új erő árad belénk. A kialakuló kapcsolat szövetségre épül, ezért változás, sőt radikális változás közeledik. Nem tehetjük meg, hogy visszacsúszunk a régi kerékvágásba: ha akkor nem volt jó úgy, ahogy csináltuk, akkor most sem lesz jó. Új tervrajzot kaptunk a kezünkbe. Arra köteleztük el magunkat, hogy egy szilárd kapcsolatot építünk rá arra a négy pillérre, amit a könyv korábbi fejezeteiben kifejtettünk: a szeretet, a bizalom, a tisztelet és a megértés oszlopára.

„Bárcsak tudtam volna mindezt húsz évvel ezelőtt, amikor megnősültem! - sóhajtott fel egyszer egy középkorú férfi. - Szükségem lett volna valami vezérfonalra, és olyan súlyos bajt okoztam tudatlanságból, mintha rosszindulatból tettem volna mindent.”

Még a problémákkal is megújult reménységgel nézhetünk szembe, mivel találtunk egy biztos pontot, ahol megvethetjük a lábunkat, miközben ezekkel birkózunk. Csak most kezdetünk el foglalkozni a problémákkal. Nem előbb, csak most!

Utalások

1. Lukács 19: 10.
2. János 15: 13; Róma 8: 38-39.
3. I. János 2: 9.
4. Lukács 15: 20.

11. fejezet

Problémák megoldása a kapcsolatokon belül

Láttuk, hogy nem a problémák megoldása, hanem a kegyelem alapján békültünk meg Istennel. De Őt nagyon erősen foglalkoztatják az életünkben jelentkező problémák, és amint kapcsolataink előrehalad, kitartóan és mélyrehatóan számol le ezekkel a bajokkal. Ezt a folyamatot megszentelődésnek nevezzük. Ha azonban megvizsgáljuk, hogyan végzi ezt a munkát Isten, azt látjuk, hogy amint az üdvösség a megbékélés modellje vagy etalonja, a megszentelődés hasonló módon a problémamegoldás mintájának bizonyul. Ezen nem azt értem, hogy a megszentelődés önmagában megold minden problémát a kapcsolatainkban, hanem azt, hogy Istennek a megszentelődésben alkalmazott módszere és a kapcsolati problémák megoldásának módja egy és ugyanaz.

A következőkben foglalhatjuk össze az Isten által követett alapelveket.

Az első lépés az, hogy Isten a Kereszt miatt elfogad bennünket, és biztonságban vagyunk az Ő karjaiban. Az a tény, hogy Ő elfogad minket és biztonságban vagyunk, nem a problémamegoldás terén elért sikereink következménye. Azért tudjuk elviselni, hogy Isten lényeges kérdésekben helyreigazítja jellemünket és életstílusunkat, mert tudjuk, hogy sikereinktől vagy kudarcunktól függetlenül megmaradunk az Atya szeretetében. Ez az alapelv lesz az első számú kulcsa a problémák sikeres megoldásának is a kapcsolatokon belül. Most már látom, hogy első házasságom első éveiben azért voltam képes elviselni olyan dolgokat, amelyek alapvető kérdésekben követeltek tőlem változást, mert valahogyan tudtam, hogy Jenny feltétel nélkül elkötelezte magát mellettem és házasságunk mellett, és nem fogja megvonni tőlem szeretetét problémáim és gyengeségeim miatt. Ha egy kapcsolatunkból hiányzik ez az állványzat, akkor abban a veszélyben vagyunk, hogy kényszerítve érezzük magunkat a változásra, még akkor is, ha ezt a változást kívánatosnak látjuk, vagy - ami néha még ennél is rosszabb - úgy érezzük, hogy jutalompontokban részesültünk, amiért sikerült megváltoznunk.

Másodszor: amikor már biztonságban vagyunk, mivel tudjuk, hogy Isten elfogad bennünket, a Szent Szellem lépésről lépésre elvezet minket arra, hogy konkrétan megtérjünk bűnös cselekedeteinkből és magatartásformáinkból, és kialakít bennünk egy új viselkedésmódot. Ekkor látjuk meg, hogy amint nem tudjuk csökkenteni, semmissé tenni vagy megváltoztatni Isten irántunk érzett szeretetét, ugyanúgy arra sem tudjuk rávenni, hogy adja fel a „játzmát”, és nem tudjuk kijátszani Őt, hogy ne vegye észre bennünk azokat a dolgokat, amelyekben változásra van szükségünk. Bele fogunk ütközni makacsul szerető hűségébe.

Egy élő és növekvő kapcsolatban ugyanígy állandóan foglalkozni kell az akadályokkal, a helytelen cselekedetekkel és attitűdökkel. Az egyik dolog, amit meg fogunk érteni, az lesz, hogy maga a kapcsolat követeli meg tőlünk a változást, nem is annyira a másik fél. „Nem Lyn az, aki elvárja ezt tőlem - mondta George. - A házasságunk követeli meg, hogy magasabb teljesítményt nyújtsak ezen a területen.”

És végül: amint folyamatosan változtatunk jellemünkön és életstílusunkon, hogy az egyre jobban harmonizáljon Isten jellemével, egyre több örömet jelent majd nekünk a

Vele való kapcsolat. Ezenkívül egyre mélyebb beteljesülést élünk majd át, amint megtanuljuk, hogy ne a magunk, hanem az Ő dicsőségére éljünk. Ugyanez az alapelv érvényes minden emberi kapcsolatra is. Miközben megtanulunk egymáshoz alkalmazkodni, és összhangba hozzuk tetteinket és hozzáállásunkat egymáséival, egyre növekvő örömet és élvezetet jelent majd nekünk az, hogy a társunk beteljesülését keressük, és nem a magunkét. Ha visszatartjuk egymástól saját magunkat, akkor kielégületlenek maradunk, de ha odaadjuk magunkat, akkor beteljesülést fogunk átélni.

Az őszinte megbékélés egyik közvetlen következménye gyakran az, hogy sok probléma magától megoldódik. Nem annyira azok, amelyek a zavarokat okozták, hanem inkább azok, amelyek ennek a diszharmóniának a következtében jöttek létre. Az is gyakran megtörténik, hogy a megbékélés folyamata során magatartásunk annyira megváltozik, hogy a nehézségek és viszályok legfontosabb okai megszűnnek. Amikor semmivé lesznek a felsőbb- vagy kisebbrendűségi érzések, amikor nincs többé szükség agresszivitásra vagy védekező magatartásra, az ezek által okozott konfliktusok is szertefoszlanak. Egy idő múlva már csak nevetünk magunkon, és tudunk együtt nevetni.

Hosszútűrés

Nagyon gyakran megtörténik, hogy amikor emberek új életet kezdenek egy kapcsolatban, akkor elhatározzák, hogy soha többé nem hagyják felhalmozódni a megoldatlan problémákat, és ha felmerül valami gond, addig nem mennek tovább, amíg azt meg nem oldják. Csodálatra méltó ez a hozzáállás, de a gyakorlatban nem valószínű, hogy az aznap délutáni vagy a másnapi tea idejére sikerül rendezni azt a problémát. A valóság az, hogy egy egész seregnyi nézeteltérés és probléma adódhat egy kapcsolatban, amelyek egyáltalán nem igényelnek problémamegoldást. Amire ilyen esetekben szükség van, azt az Újszövetség úgy nevezi, hogy hosszútűrés.

Olyan dolgok tartoznak ide, mint apró kis szokásaink, egyéni beállítottságaink, viselkedésünk csiszolatlanságai, az a mód, ahogyan dolgainkat tesszük vagy kifejezzük magunkat: mindaz, ami a másik embert idegesíti. Általában olyan dolgokról van szó, amelyek kizárólag azért válhattak problémákká, mert már eltávolodtunk egymástól. Például: a misszionárius nem az éghajlat, nem egészségi állapota vagy valamilyen üldözés miatt tér haza kudarcélménnyel munkaterületéről, hanem azért, mert nem tudta elviselni egyik munkatársát, aki horkolt, vagy csak nyitott (vagy csukott) ablak mellett tudott aludni.

A hosszútűrés azt jelenti, hogy nem háborítanak vagy mérgesítenek fel bennünket indokolatlanul embertársaink hibái vagy gyengéi. Ez nem egyszerűen engedékenységet, toleranciát vagy beletörődést jelent, hanem azt hogy segítünk egymás terhét hordozni. *„Teljes alázatossággal és szelídséggel, hosszútűréssel, elszenvedvén egymást szeretetben.”*¹ Az elfogadás a személyre irányul, a hosszútűrés pedig a viselkedésére.

A Zsidókhoz írt levél írója szerint ez egy papi erény. A pap *„képes együttérezni a tudatlanokkal és tévelygőkkel, mivelhogy maga is körül van véve gyarlósággal”*.² Ez megmutatja annak két legfontosabb okát, amiért gyakran nehéznek találjuk a hosszútűrést. Az egyik a szánalom hiánya és az, hogy nem tudunk azonosulni a másik ember kudarcaival, a másik pedig az, hogy nem vagyunk hajlandók szembenézni saját gyengeségeinkkel és le nem leplezett szokásainkkal, amelyek valószínűleg ugyanolyan idegesítők mások számára.

De ha nincs bennünk elegendő hosszútűrés, odamehetünk érte Nagy Főpapunkhoz. „*Gondoljátok meg azért, hogy ő ily ellene való támadást szenvedett el a bűnösöktől, hogy el ne csüggedjete, lelkeitekben elalélván.*”³

A hosszútűrés nem feltétlenül azt jelenti, hogy figyelmen kívül hagyunk valamit, hanem azt, hogy türelmesen és gyengéden kivárjuk a megfelelő alkalmat, amikor pozitív módon, segítőkészen tudjuk megközelíteni az adott problémát. Amikor Isten a felszínre hoz valamit az életemben, gyakran elámulok azon, hogy olyan sokáig elviselte, és kivárta a megoldására legmegfelelőbb alkalmat. Más szavakkal: a hosszútűrés szabaddá tesz minket attól a kényszertől, hogy azonnal reagáljunk vagy odavágjunk.

Ezenkívül ez megadja nekünk a lehetőséget arra, hogy lépéseket tegyünk embertársunk megvédelmezésére olyan kísértésektől és nyomásoktól, amelyekről tudjuk, hogy különleges problémát jelentenek a számára.

Megoldatlan múltbeli sérelmek

Felmerülhetnek közöttünk olyan problémák is, amelyeknek valójában nem sok közük van a kapcsolatunkhoz. Ezeket olyan események okozzák, amelyek a múltban, vagy az adott kapcsolaton kívül történtek velünk, és be nem gyógyult sérelmeket, sebeket hagytak maguk mögött. Például: évekkal azelőtt apánk, anyánk, vagy egy tanárunk csúnyán kigúnyolt minket valamiért, és ezzel szinte megbénított minket, mert valami olyasmit fogalmazott meg, ami miatt már amúgy is retgettünk, hogy az esetleg igaz ránk nézve. Ennek a sérelemnek vagy félelemnek az emlékét éveken keresztül olyan mélyen eltemettük magunkban, amíg végül el is felejtettük. Ám egy barátunk vagy munkatársunk odavet egy félig-meddig tréfás megjegyzést, amiben történetesen ugyanazokat az érzelmileg megterhelt szavakat használja, és ezzel egy éles, védekező vagy keserű ripszot vált ki belőlünk. Már akkor tudjuk, hogy reakciónk méltánytalan, amikor kimondjuk, mégsem tudjuk visszatartani.

Ezeket a helyzeteket a másik ember képtelen kezelni, mivel nem lát logikus, érthető összefüggést szavai vagy cselekedetei és az erre adott reakciónk között. Meglehet, hogy mi magunk sem értjük a dolgot, és nehezen tudjuk megmagyarázni reakciónk eltúlzott durvaságát.

Még kritikusabb lehet az ilyen helyzet abban az esetben, ha valakinek összeomlott a házassága, és újból házasságot köt, mielőtt még kiheverte volna a csalódást, vagy időt adott volna magának az előző kapcsolat traumájából való kigyógyulásra, vagy viselkedésének megváltoztatására azokban a dolgokban, amelyek hozzájárultak a kapcsolat összeomlásához.

Nem elég azonban felismernünk, hogy reakciónknak nem a másik ember viselkedése az oka, bár ezt feltétlenül be kell vallanunk, és tisztáznunk kell vele az ügy közvetlen körülményeit. Van az ilyen eseteknek egy haszna. Mégpedig az, hogy egy eltemetett probléma felszínre kerül, és esélyt kapunk arra, hogy foglalkozzunk azzal a kérdéssel. Érzelmi sebeink csak akkor gyógyulhatnak be, amikor érezzük azokat. Csak ilyenkor vagyunk kapcsolatban a sérült területtel, ilyenkor vihetjük oda Krisztushoz tisztulásért és gyógyulásért. Az ilyen átélések belső életünk teljesség felé vezető útjának részét alkotják, és később örökre hálásak leszünk barátunk vagy házastársunk ártatlan megjegyzéséért, mert ezt Isten eszközül használta fel arra, hogy felhívja figyelmünket egy mélyen eltemetett gennyes gyulladásra.

Véletlenségből okozott sérelmek

Következik a véletlenségből okozott sérelmek területe. Ez egyrészt a legkönnyebb, ugyanakkor a legnehezebb probléma. A szándékosság minden erkölcsi vétség központi kérdése. Állok a buszon, a sofőr beletapos a fékbe, és mindenki elveszíti az egyensúlyát. Ha valaki rálép a lábamra, azzal fájdalmat okoz ugyan nekem, mégisincs jogom arra, hogy felbőszüljek, mivel véletlenségből történt, az illető nem akart nekem rosszat. A másik oldalon viszont, ha heves szóváltásba keveredem valakivel, és ő be akar nekem egyet húzni, akkor is jogosan haragszom rá, ha elvétí, mert bár nem okozott nekem tényleges sérelmet, ez szándékában állt.

Persze hazudhatunk is szándékainkat illetően. „Elnézést, nem akartalak megbántani” - mondhatjuk akkor is, amikor végig ez volt a célunk. De vannak alkalmak, amikor szavainkkal vagy cselekedetünkkel megbántunk valakit, pedig szikrányi rosszakarat sem volt bennünk. Ezzel kapcsolatban van egy problémám. Nekem úgy tűnik, hogy ha elvárják a vétkes féltől, hogy kérjen bocsánatot, vagy a sértett szívből meg is bocsátja a nem szándékosan okozott, vagy előre nem látható következményeket, ezzel azt kockáztatják, hogy az egész ügyet összezavarják. A vétkes félben kialakulhat a méltánytalanság nagyon valóságos érzése, mivel a megbocsátás azt feltételezi, hogy ő bünt követett el, holott neki semmi rossz nem állt szándékában.

Az érem másik oldala viszont az, hogy a következmények mellett nem lehet szó nélkül elmenni csak azért, mert minden akaratlanul történt. Nem intézhetjük el a dolgot azzal, hogy „pech”. Az elővigyázatlanúság, a gondatlanság igenis hibáztatható. Amennyire csak rajtunk múlik, gyorsan, nagylelkűen és igazságosan helyre kell hoznunk a dolgot. Akkor is felelős vagyok viselkedésem következményeiért, ha ezeket nem láthattam előre, és nem is álltak szándékomban.

És végül: elkövethetünk nagyon súlyos dolgokat, amelyekkel szembe kell néznünk és amelyeket rendeznünk kell, mielőtt továbbmennénk. Ezeket nem szabad figyelmen kívül hagynunk, vagy elhalasztanunk. Ha nem oldjuk meg az okozott problémákat, ezzel súlyos feszültségeket idézhetünk elő az adott kapcsolatban. Továbbá ha folyamatosan elkövetjük azt a hibát, akkor elvetjük a kapcsolat összeomlásának magvait. De hogyan kell ezeket a bajokat megoldanunk?

A helyreállító harag

Hitem szerint a harag természetének és jogos helyének témakörében sok a félreértés és a tudatlanság. Conrad Baars, keresztény pszichológus írásaiban foglalkozik a társadalmat átható - keresztények között olyannyira általános - érdektelenséggel az olyan gonoszságokkal szemben, mint az abortusz, a pornográfia, a nyomor vagy a diszkrimináció. Felveti azt a gondolatot, hogy ennek egyik oka esetleg az egyháznak a haragról szóló tanításában rejlik, amely szerint a harag teljes mértékben rossz. A keresztények nem szerethetik a fent említett dolgokat, ugyanakkor azt tanították nekünk, hogy haragudni bűn. Ennek következménye vagy fásult vereségtudat, vagy pedig lagymatag tiltakozás. W. B. Yeates *A második eljövétel* című költeményében tökéletesen megragadta ezt a hangulatot:

„Széthull minden, már nem tart a közép;
A Földet anarchia dúlja szét,
Vérszín áradat dúl, s amerre jár,
Az ártatlanság áldozata megfúl;
Hitehagyott a jó s a rosszakat
A meggyőződés szenvedélye fűti.”

(Ferencz Győző fordítása)

Szomorú, de a gonoszság oldalán gyakran több szenvedély és intenzívebb érzelmek nyilvánulnak meg, mint az igaz oldalon.

Mi a harag?

Az egyik probléma az, hogy nyelvünk nem tesz különbséget az érzelmi harag és a viselkedésben megnyilvánuló harag között, pedig ez a különbségtétel rendkívül fontos.

A harag Istentől kapott érzelmeink közé tartozik, vész helyzetben megnyilvánuló érzelmeink egyike, feladata pedig az, hogy felszabadítsa belső energiánkat, és ezáltal képessé tegyen bennünket a válsághelyzettel vagy veszéllyel való szembenézésre. Néhány szó, amelyre a haragról asszociálunk, kifejezi az energiának ezt az aspektusát. Gondoljunk például az olyan szavak jelentésére, mint felháborodás, hév, tombolás vagy düh!

A harag azonban, mint érzelem, erkölcsi szempontból semleges. Bűnös és jogos viselkedésre is vezethet. *„Ám haragudjatok, de ne vétkezzetek: a nap le ne menjen a ti haragotokon, se pedig az ördögnek ne adjatok helyet.”*⁴ Az érzelmek és a viselkedés közötti különbség világosan megmutatkozik Kain és Ábel történetében. Az I. Mózes 4: 5-7-ben ezt olvassuk: *„Kain haragra gerjede és fejét lecsüggeszté.”* Majd Isten így beszél Kainhoz: *„Miért gerjedtél haragra, és miért csüggesztéd le fejedet?”* Figyeld meg, hogy Isten csak rákérdez ezekre az érzelmekre, nem kárhoztatja azokat, de utána jön a figyelmeztetés: *„Hiszen, ha jól cselekszel, emelt fővel járhatsz; ha pedig nem jól cselekszel, a bűn az ajtó előtt leselkedik, és reád van vágyódása; de te uralkodjál rajta.”* Kainnál - és nálunk is - a viselkedés a fontos, nem az érzelmek.

Mikor van szükség a haragra?

Mint láttuk, a harag egy érzelmi reakció, amelynek az a célja, hogy készültségbe helyezzen minket arra, hogy megtegyük azt, amit az itt felsorolt szituációkban meg kell tennünk:

1. Egy sérelem vagy helytelen cselekedet elhárításakor, ami ellenünk, szeretteink, vagy egy olyan személy ellen irányul, akiért erkölcsi felelősséggel tartozunk. Ha nem gerjedünk haragra, amikor kegyetlenséget követnek el gyermekek, nők, kiszolgáltatott helyzetű emberek vagy akár állatok ellen, akkor erkölcsi érzékünkkel súlyos bajok vannak.
2. Amikor meg kell védenünk saját magunkat, szeretteinket vagy anyagi javainkat veszélyes helyzetekben, illetve az ismétlődő vagy állandó ártalmas cselekedetekkel szemben.
3. Amikor bocsánatkérést, megbánást, kártérítést vagy büntetést kell követelnünk az elkövetett bűn miatt, és

4. Ha értésére kell adnunk a másik embernek, mit érzünk, hogy lehetőséget adjunk neki viselkedésének kiigazítására és arra, hogy a jövőben igazságosabban vagy önzetlenebbül bánjon velünk. Vissza tudsz emlékezni olyan alkalomra, amikor végre igazán megharagudtál valakire helytelen magatartása miatt, ő pedig meglepve így válaszolt: „Igazán sajnálom, fogalmam se volt arról, hogy ezt te így éled meg”?

Nem kell túl sokat elolvasnod az Evangéliumokból ahhoz, hogy meglásd: időnként Jézus is haragra gerjedt. Nem nehéz elképzelnünk, milyen hanghordozással beszélt, amikor kiűzte a pénzváltókat a templomból: „*Ne tegyétek az én Atyám házáat kalmárság házává.*” Felháborodása ezt az igeverset juttatta a tanítványok eszébe: „*A te házadhoz való féltő szeretet emészt engem*”.⁵

Ez a történet az ellenőrzés alatt tartott erő és a megfelelő mederbe terelt erkölcsi buzgalom képe. A Biblia lelegeleveníbb kifejezése, amit a bűn és a gonoszság elleni isteni energia leírására használ, így szól: „*A Bárány haragja*”.

Mikor jogos a harag?

Már utaltunk arra, hogy az érzelmek és a viselkedés párhuzamos szálon futnak, de egymástól szétválaszthatók, és különbséget is kell tennünk közöttük. A kérdés, amelyre meg kell találnunk a választ, ez: „Honnan tudhatom, hogy haragom jogos-e?”

Az érzelmi reakciók jórészt érzékelésünk eredményeként jönnek létre, vagyis ha veszélyben vagy fenyegetve érzem magam, de csak képzelődöm, akkor haragom szükségtelen és értelmetlen lesz. Hasonló módon, ha nem lenne szabad védelmeznem azt, amit meg akarok védeni, haragom akkor is jogtalan. Például ha büszkeségemet, öncsalásomat, hamis vagy értéktelen véleményemet akarnám megóvni. Ilyen esetben a véleményemet, a felfogásomat kell helyreigazítanom, helyes nézőpontból kell látnom a dolgokat.

Fontos megértenünk, hogy bár az érzelmek viselkedésünk erőteljes mozgatórugói, mégsem irányíthatnak bennünket. Viselkedésünket tudatunknak, józan eszünknek és akaratunknak kell irányítania. A harag felkészíthet engem a veszélyként érzékelt helyzettel való szembenézésre, de nem szabad, hogy elragadjon engem. A megfelelő reagálást értelmem és szellemem vezetése alapján kell megtalálnom. Az érzelmek úgy vannak felépítve, hogy el tudják fogadni az említett magasabbrendű képességeink döntéseit, miközben az általuk gerjesztett energia továbbra is képes reagálásunk erővel való feltöltésére.

Ha a megfelelő válasz, például a hosszútűrés vagy a megbocsátás mellett döntünk, azzal nem fojtjuk vissza vagy tagadjuk meg érzelmeinket. A valóság az, hogy amikor érzelmeink elfogadják akaratunk döntését, az beteljesülést, nem frusztrációt jelent érzelmi életünk számára.

Van egy másik szavunk is, amit a harag kifejezésére szoktunk használni. Ennek a szónak az eredeti jelentése rendkívül érdekes: az acél megedzésének folyamatát szoktuk ezzel leírni. (*Az angol „temper” szó vérmérsékletet, indulatot jelent, ugyanakkor az acél megedzését is. Magyar megfelelője nincs. A fordító.)* A haragnak az a szerepe, hogy megkeményítsen minket a válsághelyzettel való szembenézésre, mint ahogyan az acél is keménnyé válik, amikor megedzik. De amikor a harag érzelmi energiáját szabadjára engedjük, akkor azt szoktuk mondani, hogy: „Kitört belőlem az indulat”, és ilyenkor pontosan ez történik. Elveszítjük önuralmunkat, mint ahogyan a bokszerből kirobban az őrjöngő düh.

Az érzelmek és a viselkedés közötti különbségtétel segítséget jelenthet nekünk annak megértésében is, hogyan lehet a haragot a cselekvő megbékélés szolgálatába állítani. Először fel kell ismernünk haragunkat, és szembe kell vele néznünk, hogy eldönthessük, jogos-e, igazolható-e, és történt-e egyáltalán valami olyasmi, amivel foglalkoznunk kell.

Ha igen, akkor haragunkat fel kell ismernünk, el kell fogadnunk, és meg kell engednünk, hogy felélessze bennünk azt az energiát, amely hajtóerőként működve képessé tesz minket arra, hogy szembenézzünk a helyzettel. Ha sérelem esett rajtunk, vagy valaki vétkezett ellenünk, akkor ezzel le kell számolnunk, mégpedig őszintén és együttérzően. A harag és a könnyөрületesség nem két összeegyeztethetetlen fogalom. A problémákat a maguk valóságában tudomásul kell vennünk, mielőtt a megbocsátás kérdése akár csak szóba is jöhetne. A helyzet az, hogy az idő előtti megbocsátás, illetve a kellemetlen helyzetek rövid úton való megoldásának minden kísérlete legtöbbször csak azt eredményezi, hogy az egész ügyet eltemetjük. Ugyanez történik akkor is, amikor az emberek annyira félnek a haragtól, hogy elnyomják magukban, mielőtt megnyilvánulhatna. Mindkét esetben az lesz a végeredménye, hogy a harag a felszín alatt neheztelést fog nemzeni. A neheztelés azt jelenti, hogy újra meg újra átélünk valamit. A harag elfojtásából születhet még rosszindulat, keserőség és depresszió is. Gondoljunk csak Blake versére, *A méregfára*:

„Mérgem jó baráttra szállt:
Szóltam róla, vége hát.
Haragom ellenségre gyúlt:
Nem szóltam róla, el se múlt.

Nappal nőtt és éjen át,
S almát villantott az ág;
Ellenségem látta: fény,
S tudta azt is, még enyém,

S átszökött a kert falán
Fátylas éjnek évadán,
Vígán látom délelőtt
Fám tövén kinyúlva őt.”

(*Gergely Ágnes fordítása*)

A megbocsátáshoz vezető út

Amikor szembenézzünk egy adott helyzettel, be kell ismernünk az elkövetett vétséget, el kell vállalnunk a felelősséget, és bocsánatot kell kérnünk. Egy kényszeredett, semmitmondó bocsánatkérés nem ér semmit. Egy kurta „Elnézést!” gyakran nem megfelelő súlyú beismerése az elkövetett hibának, mivel megtehetem, hogy bocsánatot kérek ugyan, de közben magamban azt gondolom, hogy megérdemelte, amit kapott. A sértettnek pedig ezek után nincs lehetősége arra, hogy visszavágjon, hiszen bocsánatot kértem.

Őszintén és alázatosan be kell ismernem: „Én vagyok a hibás. Vétkes vagyok, mert megbántottalak. Kérlek, bocsáss meg nekem!”

Időnként arra is szükség lehet, hogy udvarias formában kártérítést, jóvátételt kínáljunk fel a sértett félnek: vagy egy ugyanolyan tárgyat, amit tönkretettünk, vagy annak megfelelő értékben valami mást. A kártérítés jól mutatja a megbánást, de ennek konkrét formájában a feleknek kell megegyezniük, akik már kibékültek egymással.

Amikor a hibát elkövető ember beismeri, amit elkövetett, és bocsánatot kér, mindig meg kell bocsátanunk, Jézus szavai szerint még hetvenszer hétszer is.⁶ De hasznos lesz tisztáznunk néhány félreértést, amely gyakran teljesen összezavarja a megbocsátás egész kérdését.

Először is: a megbocsátás nem azt jelenti, hogy valami rossz dolgot jónak állítunk, nem is azt, hogy ezt mondjuk: „Nem számít”. Eszembe jut egy asszony, aki megpróbálta megbocsátani férje házasságtörését. A férfi odavitte új barátnőjét közös otthonukba, és elvárta feleségétől, hogy gondoskodjon róla. Az asszony ezt kérdezte: „Hogyan bocsáthatnám ezt meg, amikor olyan súlyosan vétett ellenem?” A megbocsátás ebben az értelemben különbözik a bűn elengedésétől. Kizárólag Isten engedheti el a bűneinket. A megbocsátás azt jelenti, hogy helyretesszük az érzelmeinket és az ellenünk vétő ember felé irányuló reakcióinkat. Azt jelenti, hogy ami érzelmeinket illeti, szabad lehet a vádaktól és a megtorlástól.

Amikor valaki bocsánatot kér tőlünk, szabad akaratunk döntésén múlik, hogy megbocsátunk-e neki. Dönthetünk úgy, hogy nem bocsátunk meg, és dönthetünk úgy, hogy megbocsátunk. A megbocsátás pedig végérvényesen pontot tesz a dolog végére, mert amikor megbocsátok valakinek, akkor ezzel ezt mondom neki: „Még csak említeni sem fogom neked soha többé ezt az ügyet, mert megbocsátottam. Soha senkinek nem fogok beszélni róla, mert megbocsátottam. Magamban sem fogom pityeregve, magamon sajnálkozva feleleveníteni, mert megbocsátottam.”

Az ilyen megbocsátás gyorsan lecsendesíti egymás elleni haragunkat. Arra az esetre, ha ez mégsem történik meg, Jézusnak van egy rendkívül hasznos pszichológiai tanácsa: minden alkalommal, amikor felszínre törnek a negatív érzelmek, imádkozz azért az emberért, áldd meg, és ha van rá lehetőség, akkor tégy vele valami jót! A negatív érzelmek ettől gyorsan szertefoszlanak.

Amikor elutasítják a bocsánatkérést

Többször is rámutattunk, hogy a kapcsolatokban mennyire lényeges elem a kölcsönösség. Nem lehet egy kapcsolatot egyoldalúan kialakítani, fenntartani, és nem lehet egyoldalúan kibékülni. Mi történik akkor, ha a másik fél nem akar kibékülni, nem hajlandó beismerni egy adott probléma létezését, vagy a saját felelősségét abban az ügyben?

Az ilyen fájdalmas helyzetekben az egyoldalú és minden feltétel nélküli megbocsátás hozza el érzelmeinknek a megkönnyebbülést. „*Atyám! bocsásd meg nekik; mert nem tudják, mit cselekszenek.*”⁷ Ez nem mozdítja elő a megbékélés ügyét, de megszabadít bennünket a szóban forgó helyzet befolyásától, és megóv attól, hogy elárassza szívünket a rosszindulat vagy a neheztelés. Amikor Jézus felment az Atyához, nem volt egyetlen bosszúszomjas vagy keserű szava sem azok ellen, akik makacsul visszautasították a Vele való megbékélést, és tudatosan, kegyetlenül megölték Őt. Miután megbocsátottunk, meggyógyulhatunk a sebek és sérelmek minden következményétől. Istenre kell bízunk annak a kapcsolatnak a jövőjét, ha egyáltalán lesz folytatása, de az már nem veszélyezteti növekedésünket, egészségünket és békességünket.

Utalások

1. Efézus 4: 2.
2. Zsidók 5: 2.
3. Zsidók 12: 3.
4. Efézus 4: 26.
5. János 2: 15-17.
6. Máté 18: 22.
7. Lukács 23: 34.

1. Függelék

A sérült bizalom helyreállítása

A bizalom helyreállítása annyira bonyolult és problematikus, hogy annak minden megsértését vétkeknek kell tekintenünk, bármilyen jelentéktelen ügyről legyen is szó. Egészen bizonyos, hogy manapság nem szokás elég komolyan venni ezt a kérdést, és sokan úgy gondolják, hogy ha valaki megszegi adott szavát, de aztán bocsánatot kér, vagy van valami elfogadható mentsége, akkor ez elég ahhoz, hogy újból bizalomra méltó embernek számítson.

Ha a bizalom megsérül, a helyreállítására irányuló erőfeszítéseknek tartalmazniuk kell a következő négy lépést, melyek közül egyet sem lehet kihagyni, értelmetlennek tartani, vagy elkenni.

1. Megbánás

Az őszinte megbánás sokkal többet jelent pusztán bocsánatkérésnél, vagy annál, hogy sajnálkozásunknak adunk hangot a történetek miatt. A vétkes félnek:

- a) **Őszintén el kell ismernie, hogy megsértette Isten igazságos törvényét, és azt, hogy ez bűn.** Az a törvény, ami ellen vétett, az igazság és hűség törvénye, és ennek áthágása sérti Isten jellemét, Aki hű és igaz,¹ és Akinek szavai „hívek és igazak”.²
- b) **Őszintén el kell ismernie személyes felelősségét, minden mentegetőzés vagy racionalizálás nélkül.** A racionalizálás azt jelenti, hogy találunk viselkedésünkre egy olyan magyarázatot, amely nem felel meg a valóságnak, de egónk számára elfogadhatóbb.
- c) **Őszintén törekednie kell a megjavulásra és arra, hogy a jövőben engedelmeskedjen annak a törvénynek, amelyet megsértett.**
- d) **Hinnie kell, hogy az az ember, akit megsértett, kész megbocsátani, és nemcsak úgy bocsát meg, mint egy személyes sérelmet elszenvedett személy, hanem olyan emberként is, aki jogosan neheztel Isten törvényének áthágása miatt.** Ez rendkívül fontos. Ahhoz, hogy az elkövetett bűnnel megfelelő módon tudjunk leszámolni, a megbocsátást ugyanolyan komolyan kell vennünk, mint a megtérést, és nem szabad annyival elintézni, hogy: „Sose bánd, nem számít”. Miközben az ember megbocsátja az elkövetett bűnt, továbbra is tiszteletben kell tartania a megszegett törvényt.

2. Kártérítés

Ez egy rendkívül fontos kérdés, nem a megbocsátás, hanem a helyreállítás szempontjából. A bizalommal való visszaéléssel foglalkozó legfontosabb igeszakasz a III. Mózes 6: 2-6, amely előírja, hogy ha valaki becsapja, megkárosítja embertársát, vagy hamisan esküszik, akkor:

1. Vissza kell adnia a rábízott értéket, vagy azt, amivel kapcsolatosan hamisan esküdött,

2. Teljes kártérítést kell nyújtania, az ötödével megnövelt értéket kell visszafizetnie a tulajdonosnak.

3. Bűnért való áldozatot kell vinnie a papnak, hogy engesztelést végezzen érte.

A kártérítés nem büntetés, nem is a megbocsátás ellenértéke. Célja a jó útra térés, vagy az okozott kár megtérítése, hogy a kapcsolat helyreállhasson. A kártérítés jelenthet nyilvános bocsánatkérést, ha egy csoport bizalma rendült meg valakiben; hasznos lehet, ha valami önkéntes szolgálatot teszünk a cserbenhagyott embernek, és azt is megtehetjük, hogy korlátozzuk a saját szabadságunkat, esetleg lemondunk egy hobbinkról, hogy több időt tölthessünk feleségünkkel, aki ellen vétkeztünk. A jóvátétel konkrét formájáról - ami legyen megfelelő mértékű, és segítse elő a kapcsolat gyógyulását - az érintett feleknek kell megállapodniuk.

3. Megváltás

Láttuk, hogy a bizalom helyreállításának egyetlen megfelelő segédeszköze Jézus Krisztus Keresztje. Jézus halála volt az emberi bizalom legvégső kifejeződése: „*Atyám, a te kezeidbe teszem le az én szellememet*”.³ Kiengedte kezéből saját sorsának alakulását, és átadta a döntést az Atyának. Ezért lehet a Kereszt a bizalom Istentől származó forrása, amely által újból képesek vagyunk bízni, akkor is, ha a bizalom menthetetlenül elveszett. A hűtlen embert pedig bizalomra méltó személlyé tudja formálni.

4. A dolgok átértékelése

Van még egy nagyon fontos aspektusa a helyreállításnak, amit gyakran el szoktak hanyagolni. Mégpedig az, hogy rá kell szánunk az időt az újjáépítésre életünknek azokon a területein, amelyek elégtelennek bizonyultak. Ez a megszentelődés munkája, ami az üdvösség útján a hit cselekedetét követi. Tudatosan fegyelmeznünk kell magunkat, annak ellenére is, hogy ez gyakran fájdalmas folyamat. Segítséget jelenthet egy bölcs szellemi vezető, egy hűséges barát, aki együtt érez velünk, mégis képes tárgyilagosan látni a helyzetet, és átlátja az öntudatlan védekező mechanizmusokat, amelyek eltakarják előlünk az igazságot.

Az átértékelésnek a következő fontos kérdéseket kell érintenie:

(a) A kudarc jellege. Mi történt?

A bizalommal való visszaélés lehet egyetlen súlyos és egyértelmű eset, ami katasztrófát okozott, de az is lehet, hogy őszintétlenségek, mellébeszélések, csalások és megszegett ígérek kusza halmazával állunk szemben, amit türelmesen ki kell bognunk, hogy megállapíthassuk, mi is történt. A vétkes fél fejében gyakran akkora zűrzavar uralkodik, hogy az lehetetlenné teszi számára, hogy tisztán lásson.

(b) Mi okozta a kudarcot? Miért történt?

Ennek megállapítása még nagyobb gondosságot és belátást igényel, mivel itt ok-okozati összefüggéseket kell vizsgálnunk. Lehet, hogy az érintett személy nem meri elkötelezni

magát. Ha így van, miért nem? Meggondolatlanságból, elővigyázatlanságból nehéz helyzetekbe kerül, aztán keresi a legkönnyebb kivezető utat? Utal-e a kudarc jellembeli hiányosságokra, amelyekkel foglalkozni kell, például van-e a szívében kéjvágy, harag vagy hűtlenség? Van-e benne túlzott vágy elfogadottság, szeretet vagy csodálat után?

Ennek célja az, hogy az érintett személy megértse azokat a problémákat, amelyekkel le kell számolni, és képes legyen őszintén szembenézni velük, hogy legyőzhesse ezeket magában.

(c) Hogyan lehet helyreigazítani a kudarc okát vagy okait?

Konkrét haditervet kell kidolgoznunk a veszélyes vagy haszontalan viselkedésmódoktól való megszabadulásra, valamint arra, hogy ezeknek helyét következetes és hasznos magatartásformák foglalják el. Szükség lehet érzelmi vagy belső gyógyulást megcélzó szolgálatra, a lelepleződött kötelékek megtörésére, de nagyon fontos, hogy ne álljunk meg a probléma természetének megértésénél, hanem tegyünk lépéseket a helyzet orvoslására.

A problémák megoldásának folyamata közben el kell kezdenünk felépíteni az érintett személy megbízhatóságát, a korábban leírtak alapján (58-61. oldal).

(d) Miből lehet megállapítani, hogy sikerült legyőznünk gyengeségünket vagy hibánkat?

Ehhez időre van szükségünk. Nemcsak azért, hogy az ember elkötelezettségének felépüléséhez szükséges cselekvéssorozatok kifejthessék hatásukat, hanem ahhoz is idő kell, hogy Isten elvégezhesse munkáját az illető életében. De szükség van bátorításra és annak felismerésére is, hogy a folyamat beindult, egészen addig, amíg az érintett személy önbizalma meg nem erősödik azokon a területeken, ahol korábban kudarcot vallott.

A bizalomra való készségünk helyreállítása

Az az ember, aki megbízik másokban, de többször becsapják, olyan mélyen megsérülhet, hogy utána szinte lehetetlennek érzi, hogy valaha is megbízzon valakiben. Mintha a zsoltárírónak is lett volna ilyen megtapasztalása: „*Hittem, azért szóltam, noha igen megalázott valék. Csüggedésemben ezt mondtam én: Minden ember hazug.*”⁴

Ezek az emberek csak Isten kegyelme által tudnak újra bízni másokban. A következő lépésekre van ilyen helyzetben szükség:

Emberi szellemünk és érzelmeink sérüléseinek gyógyulása

a) Nagyon lényeges, hogy megbocsássunk azoknak, akik cserbenhagytak minket, vagy visszaéltek a bizalmunkkal, és feltétlenül le kell mondanunk minden neheztelésről és keserüségről. Ha ragaszkodom a keserőséghez, akkor ezzel gyakorlatilag kirekesztem Krisztust az adott helyzetből. Nem tud engem meggyógyítani, mert ha megtenné, akkor ezzel igazolná keserű érzéseimet.

b) Meg kell értenünk, hogy Jézus tudja, mit jelent a hűtlenség és az árulás áldozatának lenni. De mivel Ő a legnagyobb sérelmeket szenvedte el ezen a téren, Ő az, Aki a leginkább képes minket meggyógyítani.

c) A gyógyító szolgálatot a Szent Szellem ereje által kell elvégezni. Ő az, Aki elhozhatja számunkra a Keresztről áradó gyógyulást, és bekötözheti megtört szívünket.⁵

Vizsgáljuk meg, mi okozta a bizalom megsérülését!

Fontos megvizsgálunk a bizalom megsérülésének körülményeit, mivel ebből nagyon fontos leckéket tanulhatunk meg, illetve előadódhatnak olyan erkölcsi vagy szellemi problémák, amelyekkel foglalkoznunk kell, mint például:

a) Nem ostoba meggondolatlanságból fakadt-e a bizalom, például a másik ember jellemének ismerete nélkül, vagy a figyelmeztető jeleket figyelmen kívül hagyva bízunk-e meg benne?

b) Nem valami helytelen, vagy önző okból bízunk-e meg valakiben, például azért, hogy valamilyen személyes előnyt biztosítsunk a magunk számára, vagy lehetséges-e, hogy ez a bizalom egy olyan kapcsolatnak a része, amely önmagában rossz?

c) Nem volt-e bálványimádó jellege ennek a bizalomnak, vagyis nem olyan kérdésben bízunk-e meg valakiben, amely ügyben Istenre kellett volna hagyatkoznunk, például feltétel nélküli szeretet vagy elfogadás dolgában? Ha igen, akkor nem a másik emberben van a hiba, mert ő valami olyan dolgot nem tudott megadni, amit csak Istentől kaphatunk meg.

Táplálnunk kell a csalódott ember Istenbe vetett bizalmát

Bátorítanunk és támogatnunk kell az érintett személy képességét és hajlandóságát arra, hogy bízzon Istenben. Meg kell találnia lába alatt a kősziklát. *„Hozzád emelem Uram, lelkemet! Istenem, benned bízom... Senki se szégyenüljön meg, aki téged vár.”*⁶ A legmélyebben megbzött és legjobban összetört szív is menedékre lel Benne.

Szükség van egy megbízható ember közreműködésére, hogy a sérült személy biztonságosan megkockáztathassa, hogy újból megbízik valakiben.

A bizalom felépítésének szabályai erre nézve is érvényesek, de különösen figyelembe kell vennünk az alábbiakat:

a) Kicsiben kell elkezdni, az első lépések legyenek egyszerűek és veszélytelenek!

b) Adj elegendő időt a sérült embernek arra, hogy megerősödjön a bizalomnak azon a szintjén, amit már elért! Hadd határozza meg ő a ritmust!

c) Apránként építsd a bizalmat, légy türelmes, ne akarj egyszerre túl sokat!

d) Erősíts meg minden sikeres lépést, ha pedig kudarc éri a sérültet, bátorítsd őt! Egyszerűen kezdj mindent előlről!

e) Viszonozd a bizalmat! A bizalomban részesülő embernek látnia kell, hogy ő ugyanazokat a kockázatokat vállalja, mint mások.

Utalások

1. I. János 1: 9.
2. Jelenések 22: 6.
3. Lukács 23: 46.
4. Zsoltárok 116: 10-11.
5. Ésaías 61: 1.
6. Zsoltárok 25: 1-3.

2. függelék

Az „egymás”-szindróma

Számos igehely található a Bibliában, amely kihangsúlyozza a kapcsolatok kölcsönösségét. Ezeket az „egymás” kifejezésről lehet felismerni, és a kapcsolatok felépítéséhez szükséges ismeretek rendkívül fontos forrásai.

Az alábbiakban szeretnénk ezeket összegezni, a könyvben tárgyalt négy tényező címszava alatt.

Szeretet

1. *Szeressétek egymást!* (János 14: 34; János 15: 12; Róma 13: 8; I. Péter 1: 22; I. János 4: 8.)
2. *Atyafiúi szeretettel egymás iránt gyöngédek legyetek!* (Róma 12: 10.)
3. *Gondoskodjatok egymásról!* (I. Korintus 12: 25.)
4. *Legyetek egymáshoz jóságosak!* (Efézus 4: 32; I. Thessalonika 5: 15.)
5. *Viseljétek el egymást!* (Kolossé 3: 13; Efézus 4: 2.)
6. *Bocsássatok meg egymásnak!* (Efézus 4: 32; Kolossé 3: 13.)
7. *Vigasztaljátok egymást!* (I. Thessalonika 4: 18.)
8. *Legyetek egymáshoz vendégszeretők!* (I. Péter 4: 9.)
9. *Szeretettel szolgáljatok egymásnak!* (Galácia 5: 13.)
10. *Egymás terhét hordozzátok!* (Galácia 6: 2.)
11. *Imádkozzatok egymásért!* (Jakab 5: 16.)
12. *Legyetek egymáshoz irgalmasok!* (Efézus 4: 32.)
13. *Köszöntsétek egymást csókkal!* (I. Kor. 16: 20; I. Péter 5: 14.)
14. *Egymást meg ne csaljátok!* (III. Mózes 25: 14.)
15. *Ne fosszátok meg egymást!* (I. Korintus 7: 5.)

Bizalom

16. *Engedelmesek legyetek egymásnak!* (Efézus 5: 21.)
17. *Bocsássatok meg egymásnak!* (Jakab 5: 16.)
18. *Igazságot szóljon kiki az ő felebarátjával!* (Zakariás 8: 16.)
19. *Éljetek egymással harmóniában!* (Róma 12: 16.)

20. *Ne hazudjatok egymásnak!* (Kolossé 3: 19.)
21. *Ne szóljátok meg egymást!* (Jakab 4: 11.)
22. *Ne sóhajtozzatok egymás ellen!* (Jakab 5: 9.)
23. *Ne pereskedjete egymás ellen!* (I. Korintus 6: 6.)
24. *Ne legyünk hiú dicsőség kívánók, egymást ingerlők, egymásra irigykedők!* (Galácia 5: 26.)

Tisztelet

25. *Fogadjátok el egymást!* (Róma 15: 7.)
26. *Bátorítsátok egymást!* (I. Thessalonika 5: 11; Zsidók 3: 13; Zsidók 10: 25.)
27. *Legyetek egymás épülésére!* (Róma 14: 19; I. Thess. 5: 11.)
28. *Egymásnak tagjai vagyunk.* (Róma 12: 5.)
29. *A tiszteletadásban egymást megelőzők legyetek!* (Róma 12: 10.)
30. *Mossátok meg egymás lábát!* (János 13: 14.)
31. *Egymást magatoknál különbnek tartsátok!* (Filippi 2: 3.)
32. *Legyetek alázatosak egymáshoz!* (I. Péter 5: 5.)
33. *Ösztönözzétek egymást!* (Zsidók 10: 24.)

Megértés, ismeret

34. *Közösségünk van egymással.* (I. János 1: 7.)
35. *Egymással békességben éljete!* (Márk 9: 50.)
36. *Tanítsátok egymást!* (Kolossé 3: 16; Róma 15: 14.)
37. *Intséte egymást!* (Kolossé 3: 16.)
38. *Beszélgessete egymással!* (Efézus 5: 19.)

A hátsó borító szövege:

Helyes kapcsolatok

Ez a könyv nemcsak a kapcsolatok természetét és az azokat működtető tényezőket veszi vizsgálat alá, hanem a megromlott kapcsolatok helyreállításának felvillanyozó bibliai dinamikáját is.

A kapcsolatok témaköre a Biblia egész kijelentésének szívében helyezkedik el, és alapvetően fontos, hogy megfelelő kapcsolatot tartsunk fent Istennel és egymással. Ez a tanítás megmutatja neked, hogyan lehet ez a te számodra is elérhető.

„Bölcsesség árad Tom Marshall ajkáról, amikor beszél, és tollából, amikor ír. Az Isten Igéjéből származó egészséges élet a te számodra is elérhetővé válik, ha fontolóra veszed a Biblia gyakorlatias igazságainak egyszerű, mégis erőteljes bemutatását.” LOREN CUNNINGHAM (a „Youth With A Mission” elnöke)

TOM MARSHALL hozta létre az új-zélandi Raumati Beach-ben működő Kapiti Christian Centre és a Servant Industries Trust nevű szervezetet.

Miután nyugdíjba vonult a menedzserképzés területén végzett munkájából, 1992-ben bekövetkezett haláláig világszerte eleget tett a vezetésről, a lelkipozásról, a gyógyulásról és Isten országáról szóló bibliai tanításai iránt megmutatkozó széleskörű igényeknek.

