

Keressünk új formákat?!

Önsegítő körök lehetősége a gyülekezetben

„Nagyon kedves vagy, Isten is nagyon kedves,
de annyi érdekesebb program van most az életemben,
hogy most nem tudok Istennel foglalkozni.
Majd ha nyugisabb lesz.”

*Az alábbi dolgotat lelkész-munkaközösségi ülésünkre vittem magammal, hogy szembe-
süljünk azzal, amit csinálunk a gyülekezetben, illetve azzal, amit nem csinálunk, de sze-
rintem nagyon időszerű lenne elkezdenünk.*

MIKOR KEZDÜNK ÚJAT?

Elismerem, nem könnyű újat kezdeni. Van egy kedves volt gyülekezeti tagom, aki Vencsésen élt az édesanyjával együtt, egy olyan házban, amelyikre már a bank majdnem rátette a kezét. A férfi elvesztette a munkáját, édesanyját elütötte egy autó, ágyban fekvő lábadozó lett, őt magát övsömör és depresszió gyötörte. Rettenetesen lefogyott, csont és bőr volt. Amikor csak náluk voltam, úgy tűnt számomra, minden elveszett, a két felnőtt ember egy szobába szorult betegen, állandóan marták egymást tehetetlenségükben, csak Isten segítségében bízunk, nem látszott kiút. Aztán egyszer csak a férfi talpra állt. Eladta a házat, amiben az édesanyja született, kifizette a bankot, vett nagyon olcsón egy házat Pilsen, a Krekács-dűlőn, hozzá való nagy kerttel. A férfi negyvenen túl elkezdett másoktól tanulni, kiszedte a szőlőt a kertből, felásta, uborkát ültetett, támaszt épített, csirkékkel, tyúkokkal kezdett foglalkozni. Ma százhusz napocsibéje van, már megvan a helyük, már volt első vágás, megtojták a tyúkok az első tíz tojást.

Számomra a történet tanulsága a következő:

- Az újhoz teljes összeomlás kell.
- Az újhoz akarat kell.
- Az újhoz kellenek barátok, akiknek van tudásuk, és segítenek is.
- Az újhoz bátorság kell.
- Az újhoz hit kell.
- Az újhoz el kell tudni hagyni, ami akadályoz.
- Az újhoz el kell hagyni a biztonságot, úgymint csak látszólagos.

GYÜLEKEZETEINK ÉS MI, LELKÉSZEK

Gyülekezeteinkben – bár nem készítettem felmérést, csak a honlapokról tájékoztam –, azt gondolom, hogy ugyanazok az alkalmak működnek. Van hagyományos bibliaóra, ifi, énekkar, baba-mama kör. Néhány helyen van kézműves-foglalkozás, fiatal felnőttek köre.

Jó lenne arról is tájékozódnom, hogy vajon melyik alkalom milyen létszámmal működik. Nálunk, Vecsésen és Gyálon van bibliaóra, a létszám három és öt fő között mozog. Igen gyatra, ahhoz képest, hogy énekkaron sosem vagyunk tíznél kevesebben, a legutóbb korcsolyázni az ifivel tízen voltunk, az ifin tizenketten vettünk részt.

Az egyházmegye lelkészei leterheltek – és gondolom, az egész országban így van ez. A rengeteg hittanóra, a megnövekedett adminisztráció elviszi időnk és energiánk jó részét. Mégis, miközben a leterheltségünkről számolunk be, meg kellene vizsgálni, hogy melyek azok a tevékenységek, amelyek a fennmaradást, a növekedést szolgálják. Lehet, hogy nem ennek a szempontnak kellene érvényesülnie akkor, amikor lelkészként gyülekezetet vezetek, hanem annak, hogy elég Krisztus-központú vagyok-e, mert akkor lényegében mindegy, hogy mit csinálok, akkor is növekedni fog a gyülekezet? Számomra erre a kérdésre egyértelműen nem a válasz. A hogyan? és mit? kérdése a tartalom, az üzenet eljutásának eszköze, hatékony módja kell, hogy legyen. Néha, ha elkeseredem, és végiggondolom este egy napomat, azt érzem, hogy nem volt semmi haszna az egy-egy főnek megtartott hittanóráknak, bibliaóráknak stb. Természetesen ez nem így van, hiszen akkor nem venném komolyan Jézus példázatát a magvetőről, ahol az időfaktornak fontos szerepe van. Az elvetett mag nem ma és nem holnap hajt ki, hanem majd...

Egy másik fontos szempont számomra, hogy szeretem a kihívásokat. Szeretem, ha gondolkodni kell, ha érdemes készülni, ha „fel kell kötnöm a gatyám”, ha tanulhatok előbb, mielőtt adok. A monoton, állandó egyformasággal bekövetkező alkalmak fátsultságot, fáradságot, beletörődést, érdektelenséget váltanak ki belőlem. És bár minden bibliaórán kapok valamit a résztvevőktől, nem tölt el nagy lelkesedéssel a megtartásuk, mi több, ott helyben olvasom el a Korinthusi levél vagy Jeremiás könyve soron következő szakaszát. Ezért szeretem a havi egy családi-gitáros istentiszteletet, ahol az interaktív ígéhirdetésben topon kell lenni, hogy jó kérdést tegyek fel, a válaszokból ki tudjam hozni, amit szeretnék, hogy legyen mindig egy tárgy, ami a mondanivaló jelképe, mert a szimbólumot könnyebben megjegyzik és hazaviszik a gyerekek és a felnőttek. Az új, a modernebb forma, és az, hogy a jelenlévők közül mindenki alakíthatja a mondanivalót, szerintem vonzóbb, mint az „ex cathedra” hagyománya.

Az újhöz a gyülekezeti életben ketten kellene. A gyülekezet és a lelkész. A gyülekezet nyitottsága és a lelkész lelkesedése. Talán még nem vagyunk eléggé a mélyponton ahhoz, hogy újat kezdjünk, talán előbb el kell pusztulnia mindennek ahhoz, hogy Isten Szentlelke újat hozzon létre?

NA DE MIT?

Sokszor gondolkodom azon, hogy miközben vallom és hiszem, hogy Krisztus megszabadít, hogyan tehetném kézzelfoghatóvá ezt az evangéliumot a körülöttem élő emberek számára. Az üdvösség kérdése számomra létkérdés, a létet pedig itt, ebben a földi életben egyszer élem, Heinemann Ildikóként. Ahogy én is szeretnék a földi életben boldog, kiegyensúlyozott, békés lenni, úgy azt gondolom, hogy a gyülekezetemben élő emberek célja is hasonló.

Amikor előző vasárnap az ígehirdetésemben azt mondtam, hogy az üdvösség számomra azt jelenti, hogy Krisztus megszabadít, megtart és megment, méghozzá ezt ebben a földi életben teszi, akkor kisebbik lányom kritikaként elmondta, hogy ezek hangzatos dumák, neki nem jelentenek semmit. És igaza volt, nem volt mellette semmi kézzelfogható példa arról, hogy mégis hogyan teszi ezt Krisztus, mi ennek a háromnak a jele itt, a mi életünkben. Az elevenembe vágott a kérdésével, azt mondta ki, amit én is szeretnék megmutatni, érzékeltetni. A hangzatos szavak üresen koppantak a vecsési evangélikus templom linóleumán.

A középkori mondanivalóval szemben, amely arról szólt, hogy a földi siralomvölgy után érkezik el Krisztus megváltása, hiába vallom, hogy Krisztus a földi életben szabadít meg, nem vagyok külön b középkori prédikátoroknál, ha csak hangzatos szavakkal dobálózdom.

Nagy László a Parókia Portálon *Önsegítő csoportok* címmel egy remek cikket közölt arról, hogy Krisztus szabadítása hogyan válik életté, tapasztalattá az önsegítő csoportban. Egy csoporttag vallomását idézi: „A gyülekezetben várjuk a megváltást, vagy hiszünk, a csoportban pedig tapasztaljuk.”¹

A cikk a csoportok krisztusi üzenetét mutatja be.²

1. A te kilátástalan helyzetekben van segítség, van gyógyulás, van szabadulás, van remény. „A megkötözött emberi agyakban, szívekben a csüggedés, a kilátástalanság, a nincs esély lehúzó erejét a lassan felébredő remény váltotta fel. Van esély, van gyógyulás, van kilátás.
2. Felvállalás, belátás, megadás: „Az önsegítő mozgalmak legismertebbike a Névtelen különböző csoportjai: az AA, az Al-Anon stb., amelyek programja így kezdődik: »felismertük, hogy az alkohollal, a hozzátartozómmal, a ... szemben tehetetlenek vagyunk.«

Ez pedig a felvállalás, a belátás, a megadás szép példája. A megváltódás útjának első lépése. Ez volt a tékozló fiú története kisebbik ifja hazaútjának kezdete is. Ő talán ezt így mondaná, ha Névtelen lenne: »Felismertem, hogy a mulatozással kontrollált elégtelenségérzetemmel szemben tehetetlen vagyok.«”

3. Az önsegítő csoportban tapasztalják meg a legtöbben, hogy elfogadják őket, amikor a környezetükben már senki sem fogadja el őket, sőt egyenesen megvetik és kiközösítik őket. Ez egy zákeusi élmény sokak számára.
4. Isten Szentleke végez gyógyítást, szabadítást.
5. Az önsegítő csoportok nem „a megoldások” az emberiség bajaira, ugyanakkor rámutatnak a VAN-ra.
6. „Az önsegítő csoportok megléte arra mutat rá, hogy mennyire szükséges, hogy a társadalmunkban, a családjainkban, a gyülekezeteinkben s mindenhol legyen valós elfogadás, olyan remény, amely nem szégyenít meg, hanem egzisztenciálisan meg tapasztalható örömhöz, egészséghez, szabadsághoz vezet el itt s most.”³

1 <http://www.parokia.hu/kozosseg/cikk/384/> ■ 2 Uo. ■ 3 Uo.

EGY EVANGÉLIKUS PÉLDA

Az orosházi gyülekezetben találtam élő példát a lelki támogató csoport működésére. A gyülekezetben eddig három lelki támogató csoport működött, illetve működik. 1. A *gyászcsoport*. A csoport tíz alkalomból állt, nyolc fő vett részt rajta, tizenkét embernek hirdették meg. Támpontot a temetési anyakönyv adott, nem hívtak meg a csoportba frissen gyászolókat, csak olyanokat, akik már több mint két hónapja gyászoltak. Négyen közülük ma is összejárnak. Az alkalmakat kéthetente tartották. 2. A *hölgyválasz*. Meghívásos alapon hirdették meg. Női témákat dolgoztak fel. Nyolc alkalomra hirdették meg. Havonta tartották. 3. A *pedagóguskör – megelevenítő*. Az iskola tanári levelezőlistáján hirdették meg. Hat alkalommal zajlik.

Az önszervező, lelki támogató csoportok előnyei, *Ihász Beatrix* szerint, aki mindhárom körnek egyik vezetője:

- Teamben kell dolgozni. Minden kört ketten vezettek, vezetnek. A „több szem többet lát” alapelven működő vezetés viszont sokkal több munkát igényel. Közös az előkészület, a játékok, témák kitalálása, levezetése, és a megbeszélés is közös. Minden alkalom után megbeszélik a hallottakat, látottakat, hogy ha szükséges, a legközelebb tudjanak reflektálni az elhangzottakra.
- Az önszervező kör mindenféle okoskodást megállít. Nem szólnak bele egymás életébe, nem utasítanak, adnak tanácsot felülről, legyen az akár igei tanács. Nem a másik életével foglalkoznak a résztvevők, hanem önmaguk érzéseire reflektálnak. Arra indít a csoport, hogy a magad érzéseivel foglalkozz. „Miért csalt könnyeket szemedből, miért érintett meg téged?”
- Az őszinteség, bizalom kialakulása. A csoport szabálya szerint minden, ami a csoportban elhangzik, a csoportban marad. A csoporttagok megélik, hogy mernek megnyílni, el merik mondani, mit éreznek.
- Erősödik az önkifejezés. Sokféleképpen szabad kifejeznie magát a csoport résztvevőinek. Írhatnak verset, levelet, vezethetnek naplót, bibliai igét vihetnek felfűzve, rajzolhatnak, festhetnek.
- Háttérbe szorítja a gondolkodáson alapuló funkciókat. Ezeket bibliaórán használjuk, például egy ige megértésénél. Itt előtérbe kerülnek az érzelmek, melyek a hit megerősítését segítik.
- Belső szövetség alakul ki a tagok között. Erősítik egymást. Nem vagyok egyedül az átélt élményeimmel. Bár például minden gyász különböző, mégis látom, hogy más is átélte azt, amit én.
- Szimbólumok. A bibliaórával szemben, ahol egy bibliai ige, történet, szakasz kerül a középpontba, a lelki támogató csoportban a szimbólumoknak lett nagy szerepük. A hölgyválaszban például az ötödik alkalommal a lábnyom volt ez a szimbolikus elem, melynek kapcsán arról kezdtek el beszélgetni a résztvevők, hogy hogyan követjük Jézust. Ki milyen nyomot hagy az életünkben, Jézus lábnyomát hogyan is látjuk meg, és XXI. századi korunkban mit is jelent az, hogy őt követem. Ezek a kérdések fogalmazódtak meg. Csodálatos asszociációs gondolatok születnek egy-egy szimbólum használatakor. Egy másik alkalommal a mérleg volt a szimbólum. Arról beszélgettek a résztvevők, hogy mi mennyit ér az életükben. Mi az, ami nagyobb súllyal esik a lat-

ba, mi kerül a mérleg két serpenyőjébe? Nem könnyű dolog eldönteni, vajon mi a jó, és mi a rossz. Néha egész kicsi a különbség, máskor pedig csak két rossz között tudunk választani.

A pedagóguskörben az egy csésze kávé szimbóluma kapcsán a felüdülés, a kikapcsolódás került terítékre. Vajon egy pedagógus hogyan tudja elengedni magát, mikor töltődik fel, mi az, ami számára olyan tevékenység, amelyben megfeledekzik a diákokról, amelyben szabaddá válik az állandó teljesítménykényszertől, amelyben levezeti a stresszt?

A gyászcsoporthoz az egyik résztvevő levelet írt elhunytjához. Végre meg tudta fogalmazni az érzéseit, azt, hogy mi játszódott le benne a gyászfolyamatban, a másik halálhaldoklása, a haláltusa során. Igazi fordulópontot jelentett ez a levél. Kimondani azt, hogy mi zajlik bennünk, s ezt nemcsak szóban közölhetjük, hanem írásban, sőt sokszor úgy van, hogy képtelenek vagyunk elmondani másoknak, hogy mi történik bennünk, de talán egy levélben meg tudjuk fogalmazni, egy festményben meg tudjuk jeleníteni, egy versben, egy szimbólumban ki tudjuk fejezni magunkat. A csoporttagok, miközben új eszközöket használtak, mégsem rugaszkodtak el a hitüktől, a vallástól, a Bibliától, sőt ők maguk vitték és mondták az éppen aktuális bibliai történetet, igét.

A MOTTÓ

Az írásom mottójául választott mondatot egy fiatalember írta nekem, amikor meghívtam a születésnaposok ünnepére. Nem győztem rajta mosolyogni: olyan igazságot árul el számomra, amelyet komolyan kell vennünk. Arról szól, hogy nemcsak az én volt konfirmandusom, de hozzá hasonlóan sokan mások is elváltatták egymástól Istent és az életüket, mintha két külön világ, dimenzió lenne a kettő. Nem tagadják Isten létezését, csak megtartják őt a templomban, és mivel a templom és az abban történő dolgok unalmasak számukra, nem akarnak rájuk időt szakítani, úgy érzik, Isten, a templom elveszi az idejüket az élettől, az érdekes élettől. Nagy kérdés, hogyan érzékeltessem e fiatalemberrel, hogy Isten az élet minden területét áthatja, sőt az életet ő maga adta, s az nemcsak érdekes, de értelme is van. Küldjek fényképet a gyülekezetbe járó serdülőkörrel, amint korcsolyáznak, eveznek, métáznak, játszóteret festenek, táboroznak? Mutassam meg, hogy nemcsak a templomban él a gyülekezet, hanem az utcán, a kiránduláson Erdélyben stb. is? Aki ezeket megtapasztalta, az sem feltétlenül marad meg, csak végül az, aki megtapasztalta, hogy Krisztus itt az életben szabadít meg, tart meg, ment meg? Csak aki volt már fogoly, volt már gyászoló, volt már kilátástalan? Aki már találkozott vele?

A szerző evangélikus lelkész (Vecsés)