

**Csak panaszom elmondhassam: hivatás, kiégés,
visszatalálás Jeremiás próféta könyvének tükrében**

MLP369

2023.

1. Tartalomjegyzék

1.	Tartalomjegyzék.....	2
2.	Bevezetés.....	3
3.	Jeremiás próféta elhívása és működése	3
3.1	<i>Rövid történelmi kontextus/háttér.....</i>	3
3.2	<i>A könyv felirata: Jer 1,1-3.....</i>	4
3.3	<i>Jeremiás elhívása: Jer 1,4-10.....</i>	5
4.	Jeremiás kétségbeesése: Jer 20,7-18	7
5.	A kiégés szindróma fogalma	11
5.1	<i>A kiégés szindrómához vezető út</i>	11
5.2	<i>A kiégés szindróma tizenkét fázisa.....</i>	13
5.3	<i>A kiégés szindrómából való kiút</i>	16
6.	A panasz mint ima a Jer 20,7-18-ban	18
6.1	<i>Az elbizonytalanodás zsoltárai.....</i>	22
6.2	<i>Az ima sajátosságai.....</i>	23
6.3	<i>A panasz imában való megjelenése</i>	24
6.4	<i>A panasz kifejezése a Jer 20,7-18-ban.....</i>	25
7.	A mélylélektan módszere	27
7.1	<i>Jer 20,7-18 mélylélektani megközelítése.....</i>	30
8.	A logoterápia alapelvei.....	35
8.1	<i>A logoterápia alkalmazása a Jer 20,7-18 esetén.....</i>	36
8.2	<i>A szenvedéssel átszőt élet</i>	36
9.	Elhívás, hivatás és annak válsága Jeremiásnál és ma.....	38
10.	Következtetések.....	42
11.	Bibliográfia.....	44
12.	Melléklet.....	47

2. Bevezetés

Dolgozatomban a hivatás és a kiegészítés témáját fogom vizsgálni, amit Jeremiás próféta elhívás történeteire és vallomásaira alapozok. Célom a próféta hivatásának bemutatása és panaszának elemzése, ezáltal felfedni azokat a módszereket, stratégiákat és lehetőségeket, amikkel a mai kor embere felismerheti hivatását és amelyekkel védekezhet a kiegészítés ellen.

Dolgozatomban két fő kérdésre keresem a választ: (1) Mit tanulhat a mai kor embere a hivatásról és az azzal járó kiegészítés lehetőségeiről, veszélyeiről Jeremiás próféta alakjából kiindulva? (2) Meri-e és ha igen, hogyan tudja Isten előtt feltárni félelmeit és a hivatása iránti motivációjának elvesztését? Illetve, hogy melyek azok a módszerek és stratégiák, amik segítségével a kiegészítés leküzdhető?

3. Jeremiás próféta elhívása és működése

3.1 Rövid történelmi kontextus/háttér

Joziját Júda királyát halála után fiai követték a trónon, először Joacház (609), az ő Egyiptomba való száműzetése után pedig Jojakim (608-598), akit Nekaó ültetett a trónra. Ő nagyszabású építkezésekbe kezdett, a gazdaság virágzásnak indulása után, ám hamarosan a vallási szinkretizmusnak köszönhetően Júda Egyiptom és Babilon vazallusává vált. Az Újbabiloni Birodalom (továbbiakban: Babilónia) irodalom viszont fokozatosan kezdte átvenni a hatalmat a térség felett és végül 605-ben Kerkamisz II. Nabukadnezár legyőzte Nekaót és Aszurbanitot, az Újasszír Birodalom első királyát és így Babilónia uralma egész Szíria-Palesztina felett elterjedt.

A kezdetben hűséges Júda Egyiptom segítségével bízva megtagadta Babilonnal szemben a vazallusi viszonyt, és ezzel a lépéssel Jojakim sötét korszakot indított el királysága felett. II. Nebukadnezár felvonult ellene, ám a király még Jeruzsálem elfoglalása előtt meghalt. Jeruzsálem 597-ben elesett és az új királyt, Jojakim fiát és utódját, Jojakin királyt az anyakirálynővel és a főbb tisztségviselőkkel, valamint a papság és a kézművesek jelentősebb részével Babilonba hurcolták. Ez volt a babiloni fogság első deportációja. Jojakin király helyébe II. Nebukadnezár a nagybátyját Cidkiját tette meg Júda új királyává, aki 587-ben szintén fellázadt. Erre válaszként II. Nebukadnezár újra felvonult Jeruzsálem ellen és lerombolta a fővárost, illetve a jeruzsálemi Szentélyt – másik nevén: Salamon Templomát –, a királyt megvakította és a lakosság nagy részével együtt őket is Babilonba deportálta. Ezek az események a júdai királyság és a jeruzsálemi kultusz megszűnését jelentették. Júda központja Micpa lett és babiloni tartománnyá alakult, kormányzását pedig Gedaljára bízta, aki már nem

királyként, hanem kormányzóként volt jelen Júdában, mint az új babiloni provinciában. Azonban a királyi ház egyik tagja, Jésmáel meggyilkolta, aminek következtében 582-ben következett be a fogság harmadik deportálása.¹

A történelmi Jeremiás próféta személyét a könyvben található adatok segítségével rekonstruálja a szakirodalom. Ennek és a könyvben jelenlévő egyértelmű későbbi irodalmi átdolgozások *i.e.* redakciós munka fényében mutatjuk be a könyv háttérében meghízódó prófétát. Jeremiás, anatóli papi családból származott. Meghívását 626-ban, Jozija uralkodásának 13. esztendejében kapta (Jer 1,1-2). Nyilvános működésének legjelentősebb időszaka Jojakim és Cidkija királyok uralkodásának idejére tehető. Időben felismerte azt, hogy Babilónia hatalmával a jelen helyzetben nem tudnak szembeszállni, ezért fellépései alkalmával mindig figyelmeztet a nemzeti politika veszélyeire (pl. Jer 1,13-16). A deportáltaknak címzett leveleiben is következetesen arra buzdítja a népet, hogy hosszú távra rendezkedjenek be, és szolgálják annak a városnak jólétét, ahol élniük kell (Jer 29). Így viszont a hivatalos állásponttal ment szembe, mely az egyiptomiaktól remélt segítséget felszabadításukhoz. A könyv többszöri halálveszélyt is leírt abból kifolyólag, hogy Jeremiás meghirdette a nép bűneit és a királyok felelőtlen politikájából származó fogságot is. A híres templombeszédét követően halálra akarták ítélni (Jer 26), valamint ítéletpróféciai miatt, megverték és kalodába zárták (Jer 20). Cidkija uralkodása alatt árulóként börtönözték be, és ciszternába dobdták (Jer 36-37). Igehirdetése és szenvedése által, népének sorsával is azonosult. Életének utolsó ismert eseménye, hogy Gedalja meggyilkolása után a Júdában maradt zsidók egy csoportjával Egyiptomba menekült.^{2 3}

3.2 A könyv felirata: Jer 1,1-3

Jeremiás könyve felirattal kezdődik és a legszükségesebb tudnivalókat tartalmazza származásáról és működéséről. Ez a rész nem Jeremiástól származik, hanem azoktól a későbbi szerzőktől/szerkesztőktől, akik igéit összegyűjtötték és tovább hagyományozták. Ezen adatok közlési célja, hogy segítsék az olvasót megérteni a prófétát mindabban, ami a rá bízott feladatok teljesítésével kapcsolatos. Jeremiás konkrét történelmi eseményekben végbemenő isteni ítéletről és kegyelemről tanúskodott. Szavait és személyével kapcsolatos dolgait, Isten iránti tiszteletből jegyezték fel, azért, mert *hájáh debár YHWH* (= szólott hozzá Isten igéje). Szavainak megőrzői arról tettek bizonyosságot, hogy az általa hirdetett igék újra és újra

¹ ZAMFIR Korinna, *Ószövetségi exegézis*, Kolozsvári Egyetemi Kiadó, Románia, 2008, 151-152. Vö. RAINER Kessler, *Az ókori Izrael társadalma*, Történeti bevezetés, Kálvin Kiadó, Budapest, 2011, 91-119

² ZAMFIR, 152-153.

³ Komoróczy Géza, *Történelem a próféták kezében*, A Bibliáról, Ab Ovo Kiadó, h.n. 2009, 156-160.

megszólítják a későbbi korok embere is. A Jeremiás név etimológiai levezetése nem egyértelmű, de a YHWH nevet hordozza magában a teofórikus – *yahu* elem segítségével. A masszóréta hagyományban megjelenő Jirmeyáhu (יֵרֵמְיָהוּ) héber név megnevezéssel találkozunk, mely jelentése „az Úr felmagasztal” vagy „az Úr felemel”. A héber Jirmeyáhu LXX fordítás Jeremias-nak (Ιερεμίας) írta át.⁴

Jeruzsálemről Észak-Keletre kb. 7 km-re található falu, Anata, mely még ma is magában hordozza az Anatót megnevezést, de ez nem azonosítható Jeremiás szülőfalujával, mivel az ásatások szerint ott nem volt nyoma lakott településnek a Kr. e. 7. században. Ezért Rás el-Kharrúbeh, ma már elhagyatott dombjára helyezik, ami a mai Anatától délnyugati irányban 800 méterre található.⁵

Jeremiás papi családból származott, de ő nem volt pap. Apja Hilkia pap (nem azonos a 2Kir 22-ben említett főpappal) a jeruzsálemi templomban teljesített szolgálatot időről időre (Vö. Neh 11,20 Lk 1,39).⁶ Tehát népe vallási hagyományinak megismeréséhez a szülői környezete adott lehetőséget Jeremiásnak. A felirat szerint Jeremiás Jozija (Kr.e. 640-609), és Jójákim (K.e. 609-598) királyok idejében működött, melynek vége Cidkija (Kr.e. 597-586) király uralkodásának 11. esztendejének 5. hónapjához köthető. Ekkor a káldeus vagy babilóniai seregek lerombolták Jeruzsálemet és a lakosság nagy részét fogságba vitték.⁷

A mű jelenlegi alakja a szerkesztői munkának köszönhető és a tipikus meghívástörténetek mintájára íródott (vö. Mózes, Gedeon és valamelyest Izajás). A küldetés tartalma pedig a látomásokban válik ismertté.⁸

A felirat Jeremiás próféta meghívását Jozija uralkodásának 13. évére, vagyis 626-ra teszi, de ebből az időszakból egy prófécia sem keltezhető. Anatót a silói Héli pap családjából származó Ebjatar főpap városa volt (1Kir 2,26-27). Ebből következtethetünk arra, hogy a próféta Ebjatar leszármazottja volt, ami megmagyarázná, a silói tragédia élénk emlékét. A királyok listájáról pedig kihagyja Joacházt és Jojakint.^{9 10}

3.3 Jeremiás elhívása: Jer 1,4-10

A próféta elhívása jelentőségteljes, mivel ez mind Jeremiás, mind a hallgatói számára egész tevékenységének fundamentumaként szolgál. Jeremiás feladata, hogy az Isten által rábízott

⁴ <http://biolka.ro/upload/Jubileumi%20Kommentar.pdf> 1341-1342.

⁵ <http://biolka.ro/upload/Jubileumi%20Kommentar.pdf> 1342.

⁶ KOMORÓCZY, 158-159.

⁷ <http://biolka.ro/upload/Jubileumi%20Kommentar.pdf> 1342

⁸ ZAMFIR, 156.

⁹ ZAMFIR, 156.

¹⁰ KOMORÓCZY, 156-160.

üzenetet tolmácsolja a nép felé. A prófétai elhívás, az isteni gondviselés részeként jelenik meg, amikor YHWH így szólítja meg Jeremiást: „Mielőtt megalkottalak anyád méhében, már ismertelek” (Jer 1,5). A *jáda'* ige alapjelentése „ismerni” viszont ez egy mélyebb ismeretet jelent, ami ebben a kontextusban a „kiválasztani” jelentéssel bír. (vö. Ám 3,2; Oz 13,5). Ez arra utal, hogy Jeremiás már születése előtt ki lett választva a prófétai szolgálatra.¹¹ A próféta életében ennek a kiválasztottságnak a következménye az erő és alázat is: „Mielőtt megszületté volna, megszenteltelek” (Jer 1,5). A *qádás* „megszentelni” ige, nem azt jelenti, hogy valakit „büntelenné tenni”, hanem azt, hogy egy bizonyos feladatra elkülöníti, igénybe veszi.¹² Ebben az esetben pedig megegyezik azzal, hogy Isten Jeremiást elkülönítette, azaz prófétájává tette. A 6. versben leírtak alapján Jeremiás párhuzamba helyezhető Mózesrel (Ex 4,10), mivel ő is vonakodik a megbízás elfogadásától. Fiatal korára hivatkozik, viszont a héber, *na'ar* szó nem ad pontos leírást arra vonatkozóan, hogy hány éves lehetett, ugyanis a kifejezés jelölhet kis gyermeket (Kiv 2,6) de felnőtt ifjút is (2Sám 18,5). Ezért sokan 20 év körülinek vélik Jeremiás elhívásának idejében. Isten elutasítja a próféta védekezését, és isteni tekintélyével úgy ismétli meg a parancsot, hogy ne tudjon előle kitérni. Így Jeremiás számára, csak az engedelmség lehetséges: „Ne mondd azt, hogy ifjú vagyok, hanem menj el azokhoz, akikhez küldelek, és mondd el nekik mind, amit parancsolok.” (Jer 1,7). A 8. versben az Úr Jeremiás félelmét ígérettel oszlatja szét: „Ne félj tőlük, mert veled vagyok, és megoltalmazlak”. A *nácal* ige jelentése a végső veszedelemből való kimentés, vagyis Isten nem azt ígéri Jeremiásnak, hogy megkíméli a megpróbáltatásoktól, hanem azt, hogy kimenti az életveszélyből, mely szolgálata során vár rá.¹³ A 9. vers arra utal arra, hogy Jeremiás elhívása nem álmában történt, hanem Istennel való személyes elhívás következtében és a kijelentés „Nézd, ajkadra adom szavaimat” egy szimbolikus cselekedetre utal, mely által Isten látható jelben is kifejezi elhívását. Jeremiásnak Isten szavát kell hirdetni, mely olyan, mint a tűz, és mint a sziklazúzó pöröly (Jer 23,29). Jeremiás eszköz abban, a munkában, amit Isten maga végez el, és amire a 10 versben is utal az épületekről és a növényekről vett képpárban (lerombolni-építeni, kiszaggatni-plántálni). Ezt azonban nem szabad úgy értelmeznünk, hogy idői egymásutánról lenne szó, hanem a kettő egymásba fonódottan történik. Isten kegyelme már jelen van az ítéletben, a régi lerombolásával megnyitja az utat az új előtt.¹⁴

¹¹ <http://biolka.ro/upload/Jubileumi%20Kommentar.pdf> 1342

¹² <http://biolka.ro/upload/Jubileumi%20Kommentar.pdf> 1342

¹³ <http://biolka.ro/upload/Jubileumi%20Kommentar.pdf> 1342-1343

¹⁴ <http://biolka.ro/upload/Jubileumi%20Kommentar.pdf> 1343.

Zamfir Korinna a Jeromos Bibliakommentártól eltérően a Jer 1,5-ben a „megalkottalak” fordítás helyett a „formálni” kifejezést használja, melyet így magyaráz: *yácar* ige a fazekas munkáját jelöli, viszont átvitt értelemben az Isten teremtető, és az embert megformáló tevékenységét írja le. A jahvista szerző (Ter 2,7-8) és más helyen a prófétai irodalom (Ám 4,13; Jer 51,19; Iz 45,18; 49,5; Zsolt 95,5) is ebben az értelemben használja. Továbbá az ugyanebben a versben megtalálható „A nemzetek számára (*laggóyím*)” (1,5) kifejezés használatát viszont nem lehet megmagyarázni, mivel küldetése Júdához szól, nem az egész világhoz. Vannak, akik azzal érvelnek, hogy a próféta küldetése az idegen népek elleni ítéletprófeciákra való tekintettel használja ezt a kifejezést. Ezzel szemben vannak, akik az egyetemesség gondolatában egy késői apokaliptikus szemléletmódot látnak, ami szerint a nemzetek és Izrael sorsa összekapcsolódik. A prófétai és az apokaliptikus irodalomban YHWH a nemzetek Istene lesz.¹⁵

A teológusnő - a *na'ar* szót - inkább „fiatalnak” mintsem „gyermeknek” fordítja (Jer 1,6), de azt is megerősíti, hogy ezzel pontosan nem tudjuk megállapítani Jeremiás életkorát.¹⁶

A 10. versben az ellentétes párhuzamok szemléltetik a próféta tevékenységének kettős vonását. Szavával rombolja le a hamis biztonságérzetet, a hatalmasok tévedéseit leleplezi, a hamis reményeket széttepi és ezek helyére az Isten iránti szeretetet és igazságot, vagyis a jövő reménységér ülteti el. Ezeket a kifejezéseket Jeremiás előszeretettel használja (pl., Jer18,-7-9; 31, 27-28; 42,9-10; 45,4-5), ahol pedig mindig Isten a cselekvő alanya. A „kitépés” több helyen a Júda földjéből való kitépésre utal, ami a deportálásra és a nép megsemmisítésre használt metafora (Jer 12,14.17).¹⁷

4. Jeremiás kétségbeesése: Jer 20,7-18

A szerkesztő ezt a részt akarja megjelölni a legdrámaibb válságnak Jeremiás életében. A szöveg három egységre tagolandó: egyéni panasz (7-10. versek), bizalmat kifejező ima (11-13. versek) és önmaga megátkozása (14-18 versek). A szakaszt imaként és nem monológként kell értelmezni. Három nagy egységre bontható.

Egyéni panasz:

Rászedtél, Uram! S én hagytam, hogy rászedj. Erősebb voltál nálam és legyőztél. Nevetségessé váltam napról napra: Aki csak lát, mind kicsúfol. Ahányszor csak beszélek, azt kell kiáltanom, azt kell hirdetnem: „Erőszak! Romlás!” Az Úr szava így mindennap

¹⁵ ZAMFIR, 157.

¹⁶ ZAMFIR, 158.

¹⁷ ZAMFIR, 158-159.

gyalázatomra vált és csúfságomra. Már azt gondoltam: Nem törődöm vele, nem beszélek többé a nevében. (Jer 20,7-10)

Bizalmat kifejező ima:

De ilyenkor mintha tűz gyúlt volna szívemben, és átjárta minden csontomat. S ha megfeszítettem erőmet, hogy ellenálljak, belefáradtam és nem tudtam elviselni. Hallom sokak gyalázkodását: „Rettegés mindenütt! Jelentsétek föl! Följellentjük!” Még azok is, akik barátaim voltak, bukásomra lestek: „Hátha valamiképp törbe csalhatnánk, legyőzhetnénk, és bosszút állhatnánk rajta.” De az Úr, mint hős harcos, mellettem áll. Ellenfeleim meginognak, s nem bírnak velem, szégyent vallanak és elbuknak. Örökké tartó, soha el nem múló gyalázatban lesz részük. Te pedig, Seregek Ura, igazságos Bíró, aki a vesék és szívek vizsgálója vagy, engedd, hadd láthassam, miként állsz rajtuk bosszút, mert eléd tártam ügyemet. Énekeljete az Úrnak! Dicsőítsétek az Urat! Mert kiszabadította a szegény lelkét a gonoszok kezéből. (Jer 20,11-13)

Önmaga megátkozása:

Átkozott legyen a nap, amelyen születtem! Az a nap, amelyen a világra hozott anyám: ne legyen áldott. Átkozott legyen az a férfi, aki hírül vitte apámnak: „Fiúgyermeked született” – és ezzel mint jó hírrel örvendeztette meg. Legyen hasonló az az ember azokhoz a városokhoz, amelyeket az Úr könyörtelenül feldúlt; reggel halljon jajkiáltást, délben meg harci riadót, mert nem ölt meg anyám méhében. Bárcsak anyám teste lett volna a sírom, amikor még a méhében hordozott! Miért is jöttem ki méhéből? Hogy csak nyomorúságot és bánatot lássak, és gyalázatban töltssem napjaimat? (Jer 20,14-18)

A 7. versben a *pátáh* „rászedtél” ige annyit jelent, mint elcsábítani, melyet akkor használtak, ha egy férfi elcsábított egy szüzet (Kiv 22,15). A második leggyakoribb jelentése „kiábrándítani”, ekkor a hamis prófétákra vonatkozik, akiket YHWH rászedett (1Kiv 22,19-23; Ez 14,9). Továbbá a „legyőztél” jelentése is ismert, mely a „megragad”, vagyis szexuális elcsábítás alkalmával használatos (MTörv 22,25; 2Sám 13,11.14; Péld 7,13), itt az első vers képe ismétlődik. A szemrehányást ez az ige használata még hangsúlyosabbá teszi, mely azt üzeni, hogy YHWH becsapta küldöttét. A 8. versben küldetése köszön vissza, hogy „gyomláljon és romboljon, építsen és ültessen” (Jer 1,10), amiről úgy tűnik, hogy eddig csak a feladat első része teljesült. Ebből fakad kiábrándulása is, mivel folyamatos üldöztetésnek van kitéve. A 9. versben

Isten sürgetése ellenálhatatlanná válik: „Már azt gondoltam: Nem törődöm vele, nem beszélek többé a nevében. De ilyenkor mintha tűz gyúlt volna szívemben, és átjárta minden csontomat”. Tehát YHWH szavai, mint „emésztő tűz” (vö. Kiv 24,17; MTörv 4,24; 9,3; Iz 33,14). Ezzel kapcsolatban meg kell említenünk, hogy csak Jeremiás használja ugyan ezt a kifejezést Isten szavára (vö. Jer 5,14; 23,29). A 10. versben a „rettenet mindenfelől” felkiáltás a próféta kigúnyolására és nevetségessé tételére szolgál, ami megmagyarázza panaszát. A 11-13. versekről sokáig azt gondolták, hogy nem a megfelelő helyen találhatóak, mivel mély bizalmat fejeznek ki, ami nem felel meg a próféta depressziós hangvételének. Rudolph Wilhelm megjegyzését, azonban sokan elfogadták, miszerint: olyan lélektani válságban, mellyel Jeremiás küzdött, nem várható el logikus hozzáállás.¹⁸ A 11. versben megmutatkozó bizalom alapja YHWH ígérete volt (Jer 1,8.19) melyet a próféta gyakran felidézett (Jer 15,20) és a megpróbáltatások ellenére is megőrizte az Úrba vett hitét. A 13. versben található *evjon* „szegény” kifejezés itt vallásos értelemben használatos és jámbor embert, vagyis „JHWH védencét” az Istenre rászorulót jelöli. A „szenvedő igazról” több zsoltárban is olvashatunk, melyek felhívások az Úr dicsőítésére, mivel gondját viseli a szegényeknek (Zsolt 22,23; 35,9-10.27-28; 109,30-31; 140,13-14). A 14-18. versekben Jeremiás elátkozza születése napját (vö. Jer 15,10), ugyanis itt a válság már a tetőfokára hágott. Hasonló szenvedés leírását a Jób 3,3-12-ben is találunk, a két átok között pedig rokonság van. A 16. versben pedig a „városok” kifejezés Szodomára és Gomorára utalnak.¹⁹

A Jer 20,7-18 szakaszából kiindulva a korábbi exegézis úgy értelmezte, Jeremiás panaszait, hogy azok betekintést nyújtanak a próféta lelki világába és személyes érzéseibe. Ma viszont úgy gondolják, hogy a vallomások jeremiási eredetét a nyelvi sztereotípiák, az általános képek és az ismétlődő motívumok alapján a „vallomások” eredetileg panaszzsoltárok, melyek a próféta alakját értelmezik, és a szenvedő igaz típusát mutatják be. Annyi kapcsolódása viszont biztosan van Jeremiáshoz, hogy tükrözi az ő tapasztalatait. Nem lehet biztos kapcsolatot teremteni egyes szövegrészek és Jeremiás életének bizonyos eseményei között, de az valószínűsíthető, hogy a panaszok Jojachim uralkodásának idejében keletkeztek, mivel ő tanúsította a legnagyobb ellenállást Jeremiással szemben. Ez a rész Jeremiás vallomásainak az utolsó része, melynek szerkesztése a válság kifejezését összefüggésbe hozza Pashur pappal, aki a Jer 20,1-6 szerint megverette és/vagy kalodába zárta a prófétát, mert ő meghirdette, hogy Isten ítéletet tart a város felett.²⁰

¹⁸ <http://www.biblia-tarsulat.hu/biblia/kommentar.htm> 28JEREM, 61. pont

¹⁹ <http://www.biblia-tarsulat.hu/biblia/kommentar.htm> 28JEREM, 61. pont

²⁰ ZAMFIR, 161-162.

A *pátáh* (Jer 20,7) nem csak az emberek közti elcsábításra értendő, hiszen vallásos értelemben az idegen istenek is elcsábíthatják az embert (Kiv 22,15). A 10. vers leírja, hogy a próféta az isten iránti hűsége miatt szenved. A barátai ellenségévé váltak, és a vesztét akarják. A 11-13. versek valószínűleg direkt úgy lettek összeszerkesztve, hogy Jeremiást, mint példás szenvedőt állítsák az olvasó elé.²¹

Derek Kidner Jeremiás próféta működését legalább 40 évre datálja (Kr. e. 627-587). A Próféta elhívása nem egy alkalmi elhívásnak számít. Isten kijelenti, hogy már fogantatása előtt ismerte őt, ezért Jeremiás eltávolodik saját énjétől és helyzetétől, ennek következtében élete a Teremtőre, illetve az ő tervére irányul.²²

Ahogy Zamfir Korinna is kiemelte, a „formáltalak” (Jer 1,5) kifejezést a fazekasságra is alkalmazták, de Derek Kidner itt azért hangsúlyozza ki, mert álláspontja szerint, maga Isten alkotta a prófétát ilyen törékenynek és érzékenynek feladata elvégzéséhez. Az „ismertelek”, „megszenteltek” és „tettelek” kifejezések a prófétát először Istenhez kötik végül pedig saját korához. Isten ugyanis ezeket a kifejezéseket először a jeruzsálemi Templomban szolgálókkal kapcsolatban mondta, mellyel megszentelésükre és feladatukra utalt: „Őket választottam ki magamnak[...] és Áron és fiai rendelkezésére bocsájtottam[...]” (4Móz 8,16c. 19). A 6. versben Jeremiás vonakodott a prófétai elhívással szemben, melynek az volt az előnye, hogy a jövőben nem vádolhatta magát azzal, hogy becsvágyból vállalta el feladatkörét, vagy azért, mert örömet lelte a megbotránkoztatásban. A 7-8. versekben elhangzó isteni válasz nem csak Jeremiásnak szól, hanem az emberi félreértés eloszlatására is alkalmas. A megfelelő kérdés ebben a helyzetben az lett volna, hogy „Mi a dolgom?” „Hova kell mennem?”, és „Velem lesz az Isten?”, nem pedig az, hogy „Ki vagyok én, hogy ezt tegyem?”. Isten erre válaszában a lényegyet emeli ki és megfelelő távlatot biztosít a dolgoknak, a központba pedig maga az Úr kerül és nem a szolgálója.²³

A vallomások alapján Jeremiásnak gyötrő kétségei voltak, a rábízott üzenettel kapcsolatban. Megalázták, megsebeztek az önbecsülését és kigúnyolták, sőt barátai is elhagyták, mégis volt ereje ezen felül kerekedni és megtartotta hitét (Jer 20,7-10). Miközben mindezeket átéli nem csak magával, hanem Istennel is küzd, ezért fontos, hogy ez a szakasz nem monológ, hanem ima. A Jer 20,7-ben olvasható „rászedtél” felkiáltás azt a gyanút kelti Jeremiásban, hogy talán ő maga is a hamis próféták közül való, aki büntetésre méltó, mert saját csapdájába esve magát és a népet is pusztulásba vezetné (vö. 1Kir 22,19-23; Ez 14, 7-10).

²¹ ZAMFIR, 162-164.

²² DEREK KIDNER, *Jeremiás könyve*, Szél és vihar ellen, Harmat Kiadó, Budapest, 1997, 19-20.

²³ DEREK, 20-22.

Lelkiismerete viszont azt súgja, hogy mindegy mit mondanak az emberek (Jer 20,8c), el kell mondania az üzenetet (Jer 20,9) mert az Isten Igéje és az Úr tudja, hogy az ő szíve tiszta (Jer 20,12a). Ezért felülkerekedik kétségbeesésén (Jer 20,11-12) és túllép a megalázottságon is (Jer 20,13).²⁴

A Jer 20,14-18-ban a próféta Jóbhoz hasonlóan átkozza el születése napját. Már a legnehezebb és legterheesebb feladatokat is készségesen vállalja. Jeremiás mély depresszióba esik, túlzásaiból nem csak ennek okát, hanem a könyv egyéb átkozódó szavait is megérthetjük. Vagyis az átkok Jeremiás mély feldúlt lelkiállapotát tükrözik, nem pedig megfontolt és átgondolt kéréseket tartalmaznak. Ezek a jajkiáltások azért foglalnak el fontos helyet a Szentírásban, hogy annak olvasói, sose felejtsek el, ezen embere küzdelmeinek keménységét és a legnagyobb győztesek emberi gyengeségeket.²⁵

5. A kiégés szindróma fogalma

A kiégés szindróma az angol nyelvből átvett *burnout syndrome*, hétköznapi értelemben nem számít betegségnek, de lehet betegségek első lépése, hiszen szenvedéssel jár és a depresszió felé vezet. A jelenség tanulmányozásában az első lépést az amerikai Herbert J. Freudenberger (1974) tette meg, az ő hatására került be a fogalom a szakirodalomba. Ő úgy határozta meg a kiégést, mint a segítő foglalkozásuk körében fellépő fizikai, emocionális és mentális kimerültségnek az állapota.²⁶ Ezt a fogalmat sokan tovább vitték és bővítették, ezek közül Ayala Pines és Eliot Aronson definícióját emelném ki, akik így írják le: „Hosszú ideje fennálló, érzelmileg igénybe vevő helyzetek miatt kialakuló fizikai, érzelmi és mentális kimerültség.”²⁷ Fontos tisztázni, hogy a kiégés nem egyenlő a lelki szárazsággal. Míg a kiégés mentális probléma, addig a lelki szárazság az istenkapcsolat hiányát jelenti, ekkor nem érzékeli az adott személy Isten jelenlétét az életében.²⁸

5.1 A kiégés szindrómához vezető út

A kiégésnek környezeti és személyes okai lehetnek. Ezek kölcsönhatásából és nagymértékű túlfeszítettségéből fakadhat. A kiégésre leginkább azok hajlamosak, akik

²⁴ Derek, 71-72.

²⁵ Derek, 72.

²⁶ József Dr. Haller, Zoltán Dr. Hazafi, és Gyula Dr. Kóródi, *Stressz, kiégés és törvényi szabályozás, Kiégésmegelőzés és stresszmenedzsment a közigazgatásban* (Budapest: Dialóg Campus Kiadó, 2017).

²⁷ Júlia Füredi, *Elég! Kiégtem, most hogyan tovább?* (Kulcslyuk Kiadó Kft., 2021) 16.

²⁸ Beáta-Mária Versegi, *Lehetőségek a kiégésen innen...és túl* (Új Ember Kiadó, 2017).

teljesítményorientáltak, azaz kizárólag a kiváló teljesítményt fogadják el önmaguktól. A kiegészi hajlamra hatással van az egyén személyisége, genetikája, és az a kultúra, amibe beleszületett.²⁹

Az ember önmagában nem tud kiégni, mindig valamilyen közösségi hatás révén jön létre ez a jelenség. Az ember társas lény, ezért kapcsolatokban él, ez lehet munkahelyi, baráti vagy családi. Ezek a kapcsolatok mindegyike valamiféle kötelezettséget vár tőlünk. Mindez természetes, de meg kell találni köztük az egyensúlyt, hiszen az ember minden kapcsolatában maximálisan jelen akar lenni. Mindemellett a környezet is elvárásokat állít fel, melyeket szintén igyekszik tökéletesen teljesíteni. A Közép-európai társadalom is úgy van berendezkedve, hogy szinte minden téren versenyeztetik az embereket, amihez kapcsolódik a gyakori munkahelyváltás. Az értékrendszerek válságának idejét éljük, ezek mind nagyban hozzájárulnak a társadalmi szintű kiégéshez.³⁰

Az ember személyes életében is vannak különböző stresszhatások, amik hosszú távon kiégéshez vezethetnek. Az érzelmi stressz körébe sorolandó a trauma, ami olyan súlyos életesemény, hogy a személy sem az adott szituációban nem tud megfelelően reagálni, sem később nem tudja azt feldolgozni. Egy trauma feldolgozása rengeteg energiát kíván, de legalább ennyit egy feldolgozatlan trauma, ezért, ha valaki ilyen helyzetet él át legjobban, ha mielőbb szakember segítségét kéri, ami védőfaktor lehet számára a kiégés ellen. Meghatároznak minket azok a foratókönyvek is, amiket gyerekkorunkból hozunk. Azok az aranyigazságok, amiket sokszor elismételtek nekünk, pl.: „Csak az jut előre, aki keményen dolgozik.” Ezek azért veszélyesek mert akaratunk ellenére is meghatároznak minket. Minden ilyen kapott foratókönyvet át kell alakítani, mert folyamatos stresszforrás lesz, ha nem sikerül teljesíteni azokat. A stressz szintünk magasságát meghatározzák a belső monológjaink. Ezek általában csak kisebb megjegyzések, de idővel formálni fogják a gondolatainkat és az önképünket is. Ide sorolható az a stressz is, ami annak a különbségéből fakad, ami a vágyott és a valós életünk között van.³¹

Különbséget kell tenni a munkahelyi és magánéleti szerepek között, különösen akkor, ha valaki családi vállalkozásban dolgozik, mivel itt összefolyhatnak a szerepkörök. Az is előfordulhat, hogy otthonról működteti valaki a vállalkozást, ezért maga a helyszín is megegyezik, a családtagok pedig kollégák is lehetnek. A szerepkörök szétválasztása kiváltképp nehéz a papoknál, lelkészeknél és szerzeteseknél. A társadalom, akkor gondolja őket hitelesnek, ha mindig az egyházi szerepkörüket betöltően élnek, ha mindig elérhetők. A pap haza is egy

²⁹ Versegi, 2017.

³⁰ Versegi, 2017.

³¹ Füredi, *Elég! Kiégtem, most hogyan tovább?*

plébániára megy, ami egyházi intézmény. Ez meg nem könnyíti meg a magánélet és munka szétválasztását. Nem szabad elfelejteni, hogy a papok, szerzetesek, lelkészek is rendelkeznek, vágyakkal, szükségletekkel, törekvésekkel. Fontos, hogy egyházi közösségekben tudják gondozni emberi dimenziójukat, például érdemes figyelniük arra, hogy pap-, és szerzetestársaikkal ne csak hivatásukról, hanem önmagukról is tudjanak beszélni.³²

Ezek a tényezők bizonyítják azt, hogy ha valaki több energiát ad le, mint amennyit lehetősége van felvenni és ez hosszú időn át tart, akkor egyre közelebb sodródhat a kiégéshez. Az erőkifejtés fizikai és mentális energiát emészt fel. Ha nincs meg a szükséges energiafelvétel lehetősége, akkor a tartalékokból kell gazdálkodni, ami feszültséggel jár.³³

A kiégés megelőzésében ezért fontos, hogy mindig legyen az ember előtt egy kitűzött cél, ami motiválja, hogy tovább menjen a maga elé képzelte úton. Előfordul, hogy ezek tőle független okokból nem sikerülnek. Ilyenkor új irányt kell venni, új tervet kell kitűzni, ami lendületben tudja tartani.

A kiégés felé sodródó személy azért van különösen nehéz helyzetben, mert nem mer beszélni helyzetéről, nem akarja megmutatni gyengeségét. Ha mégis beszélne róla, akkor pedig az a probléma adódhat, hogy nem tudja szavakkal kifejezni mindazt, ami benne lejátszódik. Keresztényként érdemes megemlékezni arról, hogy Isten megtestesült, emberré lett, ezáltal sebezhető is, és ez erőt adhat mindenkinek, hogy bátran vállalja törekvését. Amilyen fontos a test ápolása, ugyanolyan hangsúlyt kell fektetni a lelki életre is. Ezt meg lehet tenni az istenkapcsolat elmélyítésével, egy lelki vezetővel való beszélgetéssel, ami nagyobb töltetet biztosít egy gyónásnál. Lehetőség van önismereti tréningeken való részvételre és sok olyan lelki programra is, amik feltöltődést biztosítanak.³⁴

Fontos hangsúlyozni, hogy mindenkinek saját élete és kiégési története van. Lehet, hogy valakinek több stresszforrás van az életében, de mégsem ég ki. Ez feltehetően annak köszönhető, hogy élete más területein rend van és azok kompenzálni tudják; vagy vannak olyan eszközök és módszerek a birtokában, aminek köszönhetően ezt meg tudja előzni. Ha valaki kiég, az nem a gyengeségének a jele, nem szégyellni való dolog, hanem azt jelzi számára, hogy újabb eszközökre van szüksége ahhoz, hogy a stresszel sikeresen meg tudjon küzdeni.³⁵

5.2 A kiégés szindróma tizenkét fázisa

³² Versegi, 2017.

³³ Frank H. Berndt, *Kiégés* (Budapest: Kossuth Kiadó, 2017).

³⁴ Versegi, 2017.

³⁵ Füredi, 2021.

A kiégés folyamatát vannak, aki három fázisban írják le, mások azonban tizenkettőt határoznak meg. Ezeket a fázisokat nem lehet élesen elválasztani egymástól. A kiégés nem egyik napról a másikra történik, hanem ez egy folyamat eredménye. Főbb jellemzői a kiégésnek: az emberi hatékonyság csökkenése, kimerültség, illetve az elszemélytelenedés.³⁶

A kiégés **első fázisa** a bizonyítani akarástól eljutni a bizonyítási kényszerig.³⁷ Ebben az állapotban az ember jól akar teljesíteni, nem érzi energiájának határait sem, azt gondolja, hogy mindig tud maximumon teljesíteni. Ebből kifolyólag soha nem lesz olyan pont, amikor megállhat. A teljesítménykényszer miatt az ember elveszíti rugalmasságát, ezáltal a külső-, és belső idő különbségét és harmóniáját. Az ember azért hajlamos beleesni a túlteljesítés csapdájába, mert amikor sikereket ér el megdicsérik, ezáltal nő az önbecsülése. A keresztény ember gyakori tulajdonsága, hogy mivel a hitéből fakadóan alázatos, ezért nem tudja teljesen átadni magát a sikerélménynek.³⁸

A kiégés **második fázisa** a fokozott erőfeszítés,³⁹ aminek hatására egyre többet vállal az ember, ezáltal több dicséretet kap ugyanakkor energiája csökken és elfárad. Erre a szakaszra jellemző a félelem a kontroll elvesztése felett. Ha néhány feladatot másra bízunk, akkor kevesebb a ráhatásunk az adott munkára, és az az érzés kerítheti hatalmába ilyenkor az embert, hogy nem tudja uralma alatt tartani a dolgokat. Viszont azzal, hogy a munkafolyamat minden részét elvállaljuk, veszíthetünk a hatékonyságból, minőségileg sem lesz tökéletes és belefáradunk. Mindeközben hanyagoljuk társas kapcsolatainkat, melyek egy idő után megromlanak. Emiatt nem érezzük jól magunkat a családjában, barátaink körében és még inkább a munkába temetkezünk. Sokszor tévesen a munkánkkal azonosítjuk magunkat. Ez is a részünk, de nem kizárólag ez jellemez bennünket.⁴⁰

A személyes igények elhanyagolása a **harmadik lépés** a kiégés felé.⁴¹ Ügyelni kell arra is, hogy a munka és pihenés között különbséget tudjunk tenni, legyen idő egyik feladatról átállni a másikra. A kiégés folyamatában egyre inkább elveszítjük önmagunkat, lelkesedésünket és minden tevékenységünket a munkához igazítjuk.⁴²

A kiégés **negyedik fázisa** a személyes igények és a konfliktusaink elfojtása.⁴³ Ez azonban nem szül megoldást, épp ellenkezőleg még több konfliktushelyzet jön létre. Az elfojtás

³⁶ Versegi, 2017.

³⁷ Ágota Dr. Antalka, *Modern világunk népbetegsége a kiégés* (Marosvásárhely: Mentor Könyvek Kiadó, 2020).

³⁸ Versegi, 2017.

³⁹ Dr. Antalka, 2020.

⁴⁰ Versegi, 2017.

⁴¹ Dr. Antalka, 2020.

⁴² Versegi, 2017.

⁴³ Dr. Antalka, 2020.

belülről emésztí az embert és testi tünetekkel jár: gyakrabban megbetegszik, megjelenik a fejfájás, a hát vagy gyomorfájdalom és vérnyomás problémák is felléphetnek. Ez azért lehet hasznos, mert legalább ilyenkor pihenésre kényszerül.

Az **ötödik fázisban** a kliens elveszíti időérzekét, a napok egybefolynak számára. Ebben a szakaszban mennek tönkre leginkább az emberi kapcsolatok, mert az egyén nem érzi azt, hogy energiát kéne fektetni beléjük ezért senkire nem szakít időt.⁴⁴ Mindezekkel pedig értékrendje is megváltozik.⁴⁵

A **hatodik fázisban** a saját problémák tagadása figyelhető meg,⁴⁶ ami együtt jár az egyre nagyobb cinikusággal. Az értékrend megváltozásából fakadó problémákat az alany elkezdni tagadni. A természetes kapcsolatok ebben az állapotban teherré kezdenek válni. Rutinból cselekszik mindent. Ilyenkor már nagyon rosszul érzi magát, ezért az is segítség lehet számára, ha mer valakinek beszélni arról, hogy mit érez, mit él át. Elmondhatja, hogy nem azt az életformát folytatja, amit anno kitűzött maga elé és erre már az egészsége is kezd rámenni, hiába szeretne kezdeni valamit ezzel a helyzettel, nem tudja, hogy mit.⁴⁷

A visszahúzódás a **hetedik fázisa**.⁴⁸ Ilyenkor az embert életunalom, apátia és közönyösség jellemzi. Ebben a fázisban, a szorongás felerősödik, mert az érzi az alany, hogy nem számíthat senkire. Jellemzően kiszolgáltatottnak érzi magát és azt, hogy darabjaira hullik az élete.⁴⁹

A **nyolcadik fázisban** megjelennek a viselkedés- és magatartás zavarok, az ember egyre ingerültebbé, gyanakvóbbá válik.⁵⁰ Az építő kritikákat veszélyként, érzéseit pedig idegennek éli meg.

A teljes kiégés az, amikor megjelenik a depresszió, az öngyilkosság gondolata. Ebben a stádiumban nem csak lelki tünetek, hanem fizikaiak is vannak, ezért szakember segítségét kell kérni.⁵¹ A **kilencedik fázis** a kiégés útján a deperszonalizáció.⁵² Az egyén saját magával is elkezd megszüntetni a kapcsolatot. A saját testétől és érzéseitől távolodik el, hiszen csak úgy bírja elviselni önmagát, ha a negatív érzéseiről nem vesz tudomást.⁵³

⁴⁴ Versegi, 2017.

⁴⁵ Dr. Antalka, 2020.

⁴⁶ Dr. Antalka 2020.

⁴⁷ Versegi, 2017.

⁴⁸ Dr. Antalka, 2020.

⁴⁹ Versegi, 2017.

⁵⁰ Dr. Antalka, 2020.

⁵¹ Versegi, 2017.

⁵² Dr. Antalka, 2020.

⁵³ Versegi, 2017.

A **tizedik fázis** a belső üresség.⁵⁴ Ekkor szinte már semmit nem érez az ember és ezért teret nyit a függőségeinek. Ennek oka, hogy az ürességet be akarja tölteni, amire olyan technikák használhatók, amik könnyen elérhetők. Ilyen lehet az alkohol, film függőség, szerencsejáték.⁵⁵

A **tizenegyedik fázis** a depresszió,⁵⁶ amikor a világ nagyon leszűkül, reménytelennek tűnik az élet. Az a gondolat járja át az embert, hogy abból a léthelyzetből nincs kiút. A társkapcsolatok folyamatában a védekező elhidegülésig jut. Ennek oka a kiüresedés és az elhidegülés.⁵⁷ Olyan közegre van szükség, ami észreveszi a beszűkült állapotot és fokozott felelősséget tud vállalni a bajbajutottért, hiszen ő erre már nem képes önmaga felett.⁵⁸

A **tizenkettedik és egyben az utolsó fázis** pedig a teljes kiégettség. Ekkor már azt sem ismeri fel a kliens, hogy milyen mélyre zuhant, ezért azonnali és sürgős segítségre szorul.⁵⁹

5.3 A kiégés szindrómából való kiút

A kiégés megelőzése lehet egyéni vagy szervezeti. Az utóbbi prevenció közé soroljuk a megfelelő munkafeltételek biztosítását vagy a munkahelyi stresszkezelést, míg az egyénihez az önismereti-, önfejlesztési tréningeket, relaxációt vagy a testmozgást. Gyakran a megelőzés összemosódik az intervencióval, vagyis a beavatkozással. Fontos szempont a prevenciónál az egészség megtartása, illetve, hogy korán felismerjük, ha valakinél megindult a kiégés folyamata.

Nem feltétlen kell eljutni a kiégés végső szakaszába ahhoz, hogy a személy ráésszméljen arra, hogy életén változtatni szeretne, mert már nem a megfelelő mederben halad, amire szeretne. Ez a belső érzés elengedhetetlen ahhoz, hogy a változás elinduljon, valamint be kell látnia azt is, hogy segítségre van szüksége ennek magvalósítására. Egyedül senki nem képes arra, hogy a kiégés mélypontjából felálljon, ezért kell szakemberhez fordulni.⁶⁰ Fontos feltérképezni, hogy hol áll a kliens, milyen energiaforrásokkal rendelkezik és mi az, amiben segítségre szorul, mivel minden állapotban más intervenciók módszerek használatosak.⁶¹ Mivel a kiégésben magányossá válik és kimerül az ember, fontos, hogy találjon valami kapaszkodót, amihez kapcsolódni tud. Ebben az élethelyzetben sok probléma adódik, amik mind megoldásra

⁵⁴ Dr. Antalka, 2020.

⁵⁵ Versegi, 2017.

⁵⁶ Dr. Antalka, 2020.

⁵⁷ Ferenc Dr. Pálhegyi, *Pszichológia és lelkipálya* (Budapest: Éjféli kiáltás misszió, 2000).

⁵⁸ Versegi, 2017.

⁵⁹ Dr. Antalka, 2020.

⁶⁰ Versegi, 2017.

⁶¹ Dr. Antalka, 2020.

várnak, ez a bal agyféltekét hívja működésre. A mozgás, a zene, a művészet művelése a jobb agyféltekét hívja működésbe ezáltal újra megteremthető a harmonikus kapcsolat a két agyfélteke között. Az emberek kódolva vannak a kapcsolódásra. Ezt jól mutatja, hogy két sejt találkozásából fakad az élet és egész földi létünk alatt egymásra vagyunk utalva. Keresztényként valljuk, hogy Isten kapcsolódó Isten, aki közli magát a világgal. Jézustól tudjuk, hogy Isten maga is kapcsolatban él a Szentháromságban, de az emberrel is kapcsolatba akar lépni, ezért meghívja őt a vele való találkozásra.⁶²

A szemlélődés hozzásegít bennünket a lelki készségeink fejlesztéséhez, amihez csak jelen kell lennünk abban a helyzetben, ahol éppen tart az életünk. A sport segít kimozdulni, kifejezni az érzelmeket az intenzív sportolás pedig oldja a feszültséget. Nem tudunk egyszerre megváltoztatni mindent, ezért érdemes a legfájóbb dologgal kezdeni majd kis lépésekkel egyre tovább haladni. Nehezítő tényező, hogy hosszú időbe telik mire eljut odáig a kliens, hogy már nem csúszik vissza a mélypontra, hanem biztos léptekkel tud egyre közelebb jutni kitűzött céljához.

Ha valaki megküzdve a kiégéssel visszatekint arra az útra, amit megtett a teljes felépülésig, az meg is erősíti. Ráébred, hogy képes az újrakezdésre, határainak a felismerésére, értékelné fogja a jövőben az egyensúlyt önmagával és környezetével, illetve megtanulja viselni a szenvedést anélkül, hogy az maga alá temetné az. Mikor valaki a kiégésből menetel kifelé, ráébred saját törekénységére és szembesül a realitással, vagyis erősödik a valóságérzete is.⁶³

Új életvezetési stratégiát kell kidolgozni a kiégésből való felálláshoz, aminek három lépése van: (1) célra irányulni, (2) érzékelni azt, ami van, és (3) a belsővé vált értékek mentén döntéseket hozni. Az, hogy kidolgoztuk ezt az új stratégiát, mellyel a kiégés állapotából ki tudunk lépni, még nem jelenti azt, hogy a régitől teljesen meg is váltunk. Azt folyamatosan felül kell írni ezzel az új gondolkodásmóddal. Ehhez folyamatosan tisztában kell lenni azzal, hogy éppen most hol áll és mire képes az illető. Jó megkülönböztetni, hogy mik a céljai és mik a feladatai az embernek, mert van, hogy ezek különböznek egymástól. A feladatokat muszáj elvégezni, a cél viszont egy vágy, amit szeretne elérni. A cél az, ami vonzásban tartja az embert, akár egy életen át. Akik hisznek az örök életben, ők elsősorban nem materiális dolgokat jelölnek meg célként, hanem spirituális értékeket, melynek alapja Jézus boldogságmondása a Hegyi beszédben (Mt 5,3-10). Az életvezetési stratégiában a belsővé tett értékeink a döntők,

⁶² Versegi, 2017/.

⁶³ Versegi, 2017.

ezzel szemben, ha valakit a kifáradás fenyeget ő könnyen kezd a külső elvárásoknak eleget tenni, amivel felborítja egyensúlyát.⁶⁴

Elengedhetetlenek a fókuszváltások, hogy egyik szerepből legyen ideje az embernek megérkezni a másikba és ezeket kezelje is a maga helyén és idején. Ha ezeket az időket meghagyja magának az ember, akkor lesz lehetősége találkozni önmagával, másokkal és Istennel. Az élet menetéhez hozzá tartozik a munka és az elfáradás, de a pihenés és a kikapcsolódás is. A baj ott van, ha valaki nem veszi észre, hogy elfáradt, nem ismeri fel annak okát és nem tudja az kipihenni.

Aki már egyszer kiégett, de felállt belőle, nála mindig fennáll egyfajta sebezhetőség, de a törékeny védelem is kialakul. Védelemnek azért nevezhetjük, mert a jövőben könnyen érzékelheti és felismerheti azt, ami számára feszültséget, kifáradást okoz és így könnyebben tud változtatni rajta. A törékenység pedig abban mutatkozik meg, hogy bármikor beindulhatnak a kifáradás felé vezető mechanizmusok. Az életben mindig vannak új kihívások. Ha valaki egyszer kiégett az nem azt jelenti, hogy többet nem fordulhat elő, ezért folyamatos éberségre van szükség. A kiegyensúlyozott állapotot a megelégedettség érzése jelzi. Ilyenkor tud boldog és békével teli lenni ez ember. Megjelenik életében a vidámság, humor, kezdeményezőkészség, viszont a megfelelési kényszer nem. Hogy mitől lehet valaki boldog, azt mindig fel kell ismernie a körülötte lévő világban és akkor megtanul hálás lenni, ami a megelégedettség érzését hozza el. A tartós megelégedettség azt jelenti, hogy az alany képes érzékelni, hogy az események nem csak megtörténnek vele, hanem ahhoz neki is köze van. Ebben az állapotban helye van a stressznek, az elutasításnak, a fájdalomnak vagy a csalódásnak is, de mindig tudatában kell lenni annak, hogy ezen állapotok megoldásában hatalma van az embernek. A keresztény embernek a kiégés állapotában is lehetősége van arra, hogy hitébe, Istenbe kapaszkodjon. Az istenkapcsolatból erőt és energiát meríthet, ha felismeri azt, hogy Isten minden helyzetben gondját viseli. Ennek tudatában látni fogja azt, hogy lehet önmaga, érzékeli, hogy Isten létezik, akinek jelenléte egész életét átjárja. El tudja fogadni élete történéseit és azt, hogy minden napnak helye van benne.⁶⁵

6. A panasz mint ima a Jer 20,7-18-ban

Az ima a vallásos tapasztalatot önti alakba, annak a legkezdetlegesebb és legeredetibb nyelvi művelete. Az érzések az imán keresztül fejeződnek ki a nyelv által. William James megkülönbözteti a „a vallásos tapasztalat válfajait”, amik mindig a szavakba öntés különböző

⁶⁴ Versegi, 2017.

⁶⁵ Versegi, 2017.

formái, melyek a vallásos tapasztalatot mutatják be. Ilyen a panaszima, ami a szónoklat kiváltságos formája. Ha létezik olyan eszköz, ami a vallásos tapasztalaton keresztül, de minden teológiai tudást megelőzve képes kifejezni magát, az az ima eszköze.

A Szentírás „megnevezi” Istent, ezért az imát minden más módozattól meg tudjuk különböztetni. Az ima az a beszédaktus, amiben az imádkozó kifejezi „én”-jét Isten felé, mint a legfőbb „te”-hez fordulva. A Szentírásban található imák megközelítéséhez a Hermann Dunkel, majd Claus Westermann és Hans-Joachim Kraus által kidolgozott zsoltárosztályozást vizsgálom mely a következőkön alapul: 1. egy sajátos állhatatossági alkalomhoz, a kultuszhoz való viszonyon, 2. gondolatok és érzések típusán és 3. verbális struktúrákon. Claus Westermann megalkotja a Te (Isten) – Én (szónok) - a Másik („ellenségek”, „szegények”, Istenfélők” közössége a dicsőítés függvényében) hármas fogalmát. A panaszzsoltárokat, ha diakronikus szempontból vizsgáljuk megfigyelhetjük, hogy a szerző kiemeli a panasz visszaszorulását a bűnbánat javára a prófétai és a deuteronomista teológia hatására. Ez arra a hármasra is felhívja a figyelmet, ami például a legtöbb panaszsoltárban rejlik: a panasz, a könyörgés és a dicsőítés vágya. Abban a kultúrában, aminek a bibliai írók tagjai arra a kérdésre, hogy „Ki siránkozik?” sosem lehet válasz az egyén. Az egyént mindig a közösség tagjaként értik és nem tekintik egyedülinek. Még az egyén ellensége is a közösség tagja. A panasz a zsoltárnak mindig csak az egyik pontja a másik pólus pedig a dicsőítés.⁶⁶

Van panasz, ami először, mint segélykérés jelenik meg, de mégis kérdő alakban. A hangnemében megjelenik a vád és a szenvedés, amit úgy mutat be, mint az Istentől való elhagyatottságot, viszont a mű végére mégis dicsőítésbe fordul át.⁶⁷

Jeremiás panasza először számonkérő hangnemben jelenik meg, látjuk, hogy Istent vádolja azért, hogy csúfolják (Jer 20,7), barátai bukását várják (Jer 20,10). Ez a vád, a következő versben viszont már dicsőítésbe csap át. Az Urat hős harcosként (Jer 20,11), igazságos Bíróként (Jer 20,12) mutatja be. Felszólít mindenkit JHWH dicsőítésére, mert ő a szabadító (Jer 20,13). Ezt követően egy újabb keservet és szomorúságot közvetítő szakasz jön, mikor a próféta elátkozza születése napját (Jer 20,14-18). Amint az imént említettük a „Ki siránkozik?” kérdésre sosem az egyén a helyes válasz a bibliai gondolkodásban⁶⁸ úgy itt sem csupán Jeremiás egyéni élettapasztalataival és szenvedéseivel találkozunk bár kapcsolódnak Jeremiás életéhez, tükröződnek benne vívódásai, amiket konfliktusai által élt át, hanem liturgikus panasz dallal.⁶⁹

⁶⁶ RICÆR, Paul, LACOCQUE, André: *Bibliai gondolkodás*, Európa Könyvkiadó, Budapest, 2003, 351–354.

⁶⁷ Uo. 355.

⁶⁸ Vö. GUNKEL, Hermann, BEGRICH Joachim: *Einleitung in die Psalmen* 1933.

⁶⁹ LUKÁCS: i.m. 26.

A továbbiakban a panaszima Paul Ricœur által kidolgozott vizsgálati formáját szeretnénk alkalmazni mely nem a történetkritikai módszert követi, hanem a *Sitz im Leben*-re helyezi a hangsúlyt. Az irodalmi elemzés a történelem feletti állandót keres, ami képes beágyazódni új életösszefüggésekbe. Ahhoz, hogy az üzenet eredeti összefüggésén kívül *décontextualisation* és hogy új összefüggésbe *recontextualisation* áthelyezhető legyen elengedhetetlen, hogy ismerjük a szöveg létrejöttét és megfogalmazási körülményeit.⁷⁰

Azok az imák, melyeket ma a Biblia lapjain olvashatunk, ahhoz a szövegi státushoz kapcsolódnak, melyre az a szövegrész írott formájában eljutott. A költői szöveggé válást meghatározzák azok az érzések is, melyeket kifejez, különösen akkor, ha szenvedésből, szükségből, elhagyatottságból fakad, ahogy a panaszszoltároknál is észlelhető. Ehhez szükséges, hogy a beszéd tagolt kifejezésszintjére emelje azt, ami magában csak kiáltás, sóhaj és könny lehetett volna.⁷¹

A panaszima formája lehetővé teszi, hogy az író megfogalmazza fájdalmát, szenvedését és az Úr elé tárja panaszát. A dialógus megmutatja Jeremiás elkeseredését és kétségbeesését.

Egy panasz kifejezésénél meghatározó, hogy milyen szavakat használ a szenvedő. A Bibliában olvasható panaszimák vagy szoltárok úgy vannak megalkotva, hogy bárki számára használható legyen a formula. Az „én”, „enyém” vagy a „te”, „tiéd” kifejezések elveszítik mutató szerepüket, ezáltal nem egy és egyetlen személyt jelölnek. Ennek hatása az „én” üres helyé válik át, és így már bármelyik olvasó vagy hallgató az író helyébe léphet. Ezekben az imákban a szenvedés egyetemessé és radikálissá tételéhez a költő olyan metaforákat választ, melyekkel az egyszerűség felé emelheti a szenvedést. A költő különösen is kiemeli a szenvedés lélekmérgező hatását.⁷²

A Jer 20,7-ben található személyes névmásokba bárki behelyettesítheti önmagát, ami által máris szereplővé válik: „Rászedtél, Uram, és én hagytam, hogy rászedj. Erősebb voltál nálam, és legyőztél! Nevetnek rajtam egész nap, engem gúnyol mindenki.”

A második költői eljárás az, amikor a panasz, látszólag hirtelen és indokolatlanul dicsőítésbe fordul át. Ez a fordulat az, amit teológiai és spirituális szempontból is vizsgálni kell. Ezt a fordulatot a szerzők egymástól eltérően határozzák meg általában egy ellentétes kötőszóval. Az irodalmi elemzésnek az a feladata, hogy feltárják, milyen művészi eszközök készítik elő a fordulatot a szövegben. Ezért a szöveg egész dinamikáját figyelembe kell vennünk dramaturgiai szempontból. Ezt a fordulatot azonban megelőzi a paradox megfogalmazás, ami

⁷⁰ RICŒR, LACOCQUE: i.m. 356.

⁷¹ RICŒR, LACOCQUE: i.m. 357.

⁷² Uo. 358–359.

nem más, minthogy a panasz egyfelől vádba hajlik, másfelől viszont kérésbe burkoltan és az imádság terében marad, mint Istenhez szóló beszéd. A „kérdező odafordulásban” (*adresse questionnante*) éleződik ki a paradoxon. Az Istentől elhagyott szenvedő (*Urleiden*) úgy fordul Istenhez, hogy közben azt kérdezi: „Miért?”⁷³

A Jer 20. fejezetének 11. versben következik be, a dicsőítésbe való átlépés, ami a „de” ellentétes kötőszóval kezdődik. Ezt az elhagyatottság érzése készíti elő, hogy bár mindenki a bosszún fáradozik, az Úr akkor is kezeskedik a próféta felett.

A Jer 20,7-18 szakaszt a panasz-könyörgés-dicsőítés hármas szerkezete határozza meg. A panasz folyamatosan oldódik fel a könyörgésben. A dicsőítés a szakasz utolsó részében mutatkozik, amit a költő lexikai és nyelvtani árnyalataiban mutatkozik meg. A dicsőítés már a kezdeti segélykérésben is megmutatkozik, és ugyanakkor a panasz is megmarad mindvégig, azaz a végső dicsőítésben nem oldódik fel. A dicsőítésbe fordulás tehát megmarad a kezdeti panasz keretein belül. A mű a polarításra épül, ami erőszakos jelleget ölt a szélsőséges érzések kifejezése miatt: panasz és dicsőítés. Az Istentől való elhagyatottság, mint ősfájdalom jelenik meg, hiszen aki panaszkodik valóban fogja ennek a két ellentétes érzelem közt folyó harcnak.⁷⁴

A panaszt a Jer 20,7-10 versek tartalmazzák, amit a Jer 20,11-12-ben a könyörgés vált fel a 14. vers pedig már a dicsőítést tárja az olvasó elé. A próféta sanyarú sorsának bemutatása visszhangzik az könyörgésben is: „Hadd lássam, hogy állsz bosszút rajtuk, mert eléd tártam ügyemet!” (20,12). A szakasz első mondata tartalmazza a dicsőítés okát: az Úr erős és legyőzhetetlen (20,7), de a dicsőítés is megőrzi a panaszt: „Dicsérjétek az Urat, mert kiragadja a szegény ember életét a gonoszok kezéből!” (20,13).

Ezek az irodalmi műveletek a hiperbola körébe tartoznak, ami nem más, mint az egyediesítő leírások enyhítése, a szenvedés képeinek metaforizálása. A Jer 20-ban ennek egy kiemelkedő példája, amikor az imádkozó, i.e. a próféta saját születését is elátkozása. A hiperbola és az Istentől való elhagyatottság ősfájdalma egybevágnak. Ez az ősfájdalom nem egy lelki sajátos szenvedésben áll. A költemény szerint, ha a vallás érteleme ez a mindenek feletti szenvedés, akkor megfelelnek neki a túlzó kifejezések.⁷⁵

A Jer 20,7-18-ban található panasz az Istenbe vetett hol megrendült, hol a visszanyert bizalom költeménye. A bizalom szívből fakad, nem a spekulatív észből. Minden nehézség ellenére a feltörekvő bizalmat és a mégis óhajtott dicsőítést rekonstruálja.⁷⁶

⁷³ RICÆR, LACOCQUE: i.m. 360-362.

⁷⁴ Uo. 366.

⁷⁵ Uo. 356-366.

⁷⁶ Uo. 356-367.

Olyan Isten felé következik be a jajkiáltás, aki látszólag nincs jelen a történelemben. Ez az igazi ősfájdalom, erre a jajkiáltásra nem érkezik válasz és ez váltja ki a legnagyobb történelmi nyomorúságot. Az Isten maga teszi Istentől elhagyottá a népet, hogy megbüntesse bűneiért. A büntetesként felfogott történelemben mutatkozott meg Isten kikutathatatlanak feltételezett igazsága.⁷⁷

Isten nincs jelen a próféta és a nép számára sem, elhagyatottság járja át őket. Kétségbe vannak esve, nem értik az Úr célja abban a kiszolgáltatott helyzetben, amit a babilon fogság és annak minden velejárója kiváltott.

Jeremiás könyve történelemteológiájának háttérében rajzolódik ki az általunk vizsgált panasz. Jeremiás mellett Izajásnál és Ezékielnél Isten visszavonulása lesz a titoktalanításért vívott küzdelem terepe. Ez a küzdelem a szenvedésük valódi tétje. Azért dorgálják a próféták a népet, hogy megtérjenek Istenhez, Istent pedig arra kérik, hogy fordítsa arcát a nép felé. A rejtőzködő Isten kinyilatkoztatásáért folytatott harc ez a Jeremiás által tapasztalt és bemutatott isteni távolmaradás szenvedést okoz a népnek és ez ellen küzdenek. A vád alapján arra következtethetünk, hogy Isten távolmaradása, nem szűnik meg a gyötrelem lezárásának meghirdetése után sem.⁷⁸

6.1 Az elbizonytalanodás zsoltárai

A panaszszsoltárok azért szorulnak a háttérbe, mert az az elképzelés él a hívőkben, hogy a hitbe nem tartozhat bele a negatív valóság felismerése és elfogadása. Ezt inkább a hitetlenség megnyilatkozásának tekintjük, mert már az említés állta is olyan kép rajzolódik ki előttünk, hogy Isten „elvesztette a kontrollt” a világ felett. Erősíteni kell a hívekben, hogy a hívő közösség számára a hit bátor megnyilatkozása a panasz kimondása. Azért bátorság, mert ragaszkodik hozzá elfogadja az életét úgy ahogy van, nem színlel mást. De bátor azért is, mert azt a káoszt, ami az életében van Isten elé meri tárni és megbeszélni vele. Nincsenek olyan témák, amiket ne lehetne Isten elé vinni, ha valaki elzárja élete egy részét a párbeszédből, az olyan, mintha élete egy részét kivonná az Istennel való kapcsolatából.

Ez a hit azonban már megváltozott hit. Ez a hit abban az Istenben hisz, aki az élet sötétségében és gyengeségeiben jelen van, részt vesz és figyel. Ezt az Istent a *hűség* oldaláról kell megközelíteni, amivel megváltozik az a mód, ahogy Isten mindenhatóságát értelmezzük, szemben az eddigi változatlansággal. Az élet ezen szakaszát nem szabad kudarcként vagy bukásként értelmezni és lelkiismeret-furdalást érezni miatta. Ezek olyan helyzetek, amiről a

⁷⁷ RICÆR, LACOCQUE: i.m. 371.

⁷⁸ Uo. 373-374.

személy/közösség nem tehet ezért számonkérni sem szabad miatta. Isten mindig ezekben a helyzetekben ad új életet, nem értjük ezt a folyamatot és nem tudjuk miért van így, de újra és újra megtapasztaljuk azt, hogy az isteni új ránk talál, akár sokkal erőteljesebben, mint bárhol máshol.

Ezek a szövegek arra hivatottak, hogy *előhívják a valóságot* azok számára, akik nem ismerik fel azt, hogy valami nincs rendben az életükkel, vagy tagadják azt. Veszélyes belátáshoz vezet, ha valaki felismeri, hogy milyen az élete valójában.

A panaszszoltárok, mint Jeremiás vallomásai/siralmai is az ún. „határhelyzetek” megtapasztalásai írják le. Ezek a zsoltárok túlzásokat, élénk képeket és olyan kifejezéseket is használnak, amik megsérthetik a vallásos érzékenységet. A hiperbolikus képekkel a Határhelyzetben megélt tapasztalataikat próbálják kifejezni, viszont ezeknek a vallásos érzékenységben nincs helye. Azonban a beszélő a panaszszoltár által elmond, annak JHWH a címzettje, ő az emberi tapasztalásnak is Ura, ezért amit elmondanak neki, az lehet botrányos vagy társadalmi értékek nélküli is. Ennek a közlésformának a célja: JHWH teljes egészében Izrael szavát hallja meg.

Joachim Belgrich hipotézise szerint a könyörgést egy arra felhatalmazott személy válaszolta meg. A szabadításra vonatkoztató prófétai üzenetet Isten ígérete a panaszkodó számára, hogy segíti és eljár az ügyében. Ez a beszéd, lehetővé teszi a proféta számára, hogy bizalommal és hálával újrakezdje az életét.⁷⁹

6.2 Az ima sajátosságai

Fontos megjegyezni, hogy ebben a kontextusban a panaszima a panasz vagy a törvényszéki tiltakozás hangja és nem siralom, ahogy a legtöbb esetben nevezni szokták. Ebben a fajta megnyilvánulásba a szenvedő segítséget és pozitív bánásmódot kér Istentől azon hagyomány alapján, ahogy Izrael népe is tette a szövetségi egyezmények alapján, melyek mellett JHWH elkötelezte magát.⁸⁰

Az egyéni panaszének kezdetén mindig egy „miért?” kérdés áll ez az, ami bevezeti a panaszt a kérő jajkiáltást vagy a tiltakozást. Ezen kérdőszó megjelenése megmutatja, hogy a kérdésre nem is lehet valóságos választ adni. Megjelenhetnek megkönnyebbült pillanatok, de ezek ideiglenes állapotok. Az élet e között a két pólus között mozog, aminek feszültsége a panaszimában is megmutatkozik. Ha dicsőítés nélkül jelenik meg a közbenjárás, akkor az

⁷⁹ BRUGEMANN, Walter: *Spirituality of the Psalms*, Fortress Press, Augsburg, 2002, 25-45.

⁸⁰ Walter Bruggemann, *Az ószövetség teológiája* (Kolozsvár: EXIT Kiadó, 2012) 467.

kétségbeesésnek mondható, s közbenjárás nélküli dicsőítés pedig gőg és elbizakodottság, ezért e kettőnek mindig együtt kell megjelennie.⁸¹

6.3 A panasz imában való megjelenése

A mai korban élő hívő nehezen tud beszélni Istennek panaszáról. Otto Fuchs szerint: „a panasz az imádság feledésbe merült típusa.”⁸²

Egy kétségbeesett embert a panasz mentheti meg, vagyis a panaszból nyert bátorsága, amivel az Úr elé áll. Ha a teljes elkeseredettségében és elhagyatottságában segítségért kiált. A panasz létjogosultságát vissza kell állítani. A következőkben a panasz „rehabilitációjának” feltételeit szeretném bemutatni.

Az első feltétele, hogy az Istennel szembeni vádban megőrizzük a panasz hiperbolikus radikalitását, ami meg tudja nevezni az ősfájdalmat, ami az Istentől való elhagyatottságát érzése. Az embernek igénye van arra, hogy Isten igazolja ártatlanságát, a panasz kérdőre vonó imádságától az Isten könyörületét várja.

A panaszima rehabilitálásának második feltétele az, hogy megőrizzük annak valódi jellegét. A panasznak a dicsőítésig való mozgása, mindig az „Istennel-való-létén” belül zajlik. Még ha a kiindulópontja felől nézzük, akkor azt látjuk, hogy az imádság olyan mozgás, ami Isten csöndjéből indul ki és soha nem adja fel a küzdelmet a megújuló bizalomért. Vagyis a kiinduló pont már tartalmazza az érkezési pontot.

A harmadik feltétel kellene, legyen, hogy felfedezzük, milyen rokoni kapcsolat áll fent az isteni szenvedés és a könyörgő között. Ennek fényében gyakoroljuk a személyes és a közösségi könyörületet is a szenvedő felebarátaink iránt.⁸³

A panaszima a gyötrelém égető érzésében fogalmazódik meg és hangzik fel, a meghallgatás és segítség reményében. Az egyiptomi szabadítás prototípusa és Jeremiás kihívásokkal teli prófétai működése megmutatja, hogy a panasznak helye van mind az Ószövetségben mind a mai korban. A panasz „Isten és ember közötti esemény”⁸⁴, aminek kiemelkedő hagyománya van már az ókori Izraelben is ugyanis mindig Isten a történelemben megmutatkozó üdvözítő tetteire mutat rá. A panasz elmondása a szenvedő utolsó menedéke, aki Istenhez fordul tette megítéléséhez, mert a földi ítélőszék már nem segíthet rajta. A könyörgő és Isten között egy párbeszéd figyelhető meg. A panaszt megfogalmazó személy azt kéri Istentől, hogy annyira legyen Isten az ő számára is, mint az atyáknak amennyire Istene volt.

⁸¹ Ricoer és Lacocque 314-315.

⁸² Ricoer és Lacocque, 379-380.

⁸³ Ricoer és Lacocque, 380-383.

⁸⁴ Ricoer és Lacocque, 380.

Azért megrendítő egy panaszima, mert a panaszát feltáró egyén beismeri, hogy senki másra nem számíthat Istenen kívül, mindemellett pedig valódi szenvedése is megmutatkozik. Ha a Teremtő elfordulna tőle vagy képtelen lenne cselekedni, akkor nem tudna mástól segítséget kérni, ő az egyetlen Isten, ő lehet az utolsó mentsvár is.⁸⁵

A panaszát feltáró személy két ellentétes érzelmek között él: egyrészt Isten valóban Isten minden körülmények között és nem lehet olyan szituáció, amiben ne tudna segítséget nyújtani; másrészt pedig ugyanez az Isten általi elhagyottságtól szenved az ember. Istent a panaszban folyamatosan emlékezteti ígéretére. Isten ezért lehet a történelem Istene, mert az emlékezet köt össze minden napot és az Istenbe vetett bizalomnak ez az alapja. A panasz mindig a múltban gyökerezik, de a jövő felé mutat; kérése mindig azt hangsúlyozza, hogy a jelenlegi szenvedés szűnjön meg és a jövőben ne ismétlődjön meg. Ez teszi lehetővé, hogy a közbenjárás dicsőítésbe torkolljon.⁸⁶

6.4 A panasz kifejezése a Jer 20,7-18-ban

Jeremiás vallomásai a panaszima műfaját követik, megtalálható benne a panasz, a könyörgés és a dicsőítés vágya.⁸⁷ A panasz először, mint segélykérés jelenik meg, de mégis kérdő alakban. A hangnemében megjelenik a vád és a szenvedés, amit úgy mutat be, mint az Istentől való elhagyatottságot, viszont a mű végére mégis dicsőítésbe fordul át.⁸⁸ A panaszima formája lehetővé teszi, hogy az író megfogalmazza fájdalmát, szenvedését és az Úr elé tárja panaszát. A dialógus megmutatja Jeremiás elkeseredését és kétségbeesését. Ezt a közlésformát a Jer 20,7-18-on keresztül fogom bemutatni.

Jeremiás panasza először számonkérő hangnemben jelenik meg. Látjuk, hogy Istent vádolja azért, hogy csúfolják (20,7), barátai bukását várják (20,10).⁸⁹ Ahogy a 4. fejezetben már tárgyaltuk a 7. versben található *pátáh* ige, amit a legtöbb magyar fordításban a „rászedtél” kifejezéssel találjuk, több jelentéssel is bír: (1) „elcsábítani” melyet akkor használtak, ha egy férfi elcsábított egy szüzet (Kiv 22,15); (2) „kiábrándítani”, mely a hamis prófétákra vonatkozik, akiket YHWH rászedett (1Kiv 22,19-23; Ez 14,9); (3) „legyőztél” ami szexuális elcsábítás alkalmával használatos (MTörv 22,25; 2Sám 13,11.14; Péld 7,13). Tehát a *pátáh* ige használata a szemrehányást még hangsúlyosabbá teszi mely azt üzeni, hogy YHWH becsapta küldöttét. A 8. versben Jeremiás elhivatásakor kapott küldetése köszön vissza, hogy

⁸⁵ Ricoer és Lacocque, 316.

⁸⁶ Ricoer és Lacocque, 317.

⁸⁷ Ricoer és Lacocque, *Bibliai gondolkodás*, 354.

⁸⁸ Uo. 355.

⁸⁹ Herman Gukel és Joachim Begrich, *Einleitung in die Psalmen*, 1933.

„gyomláljon és romboljon, építsen és ültessen” (1,10), amiről úgy tűnik, hogy eddig csak a feladat első része teljesült. Ebből fakad kiábrándulása is, mivel folyamatos üldöztetésnek van kitéve. A 9. versben Isten sürgetése ellenálhatatlanná válik: „Már azt gondoltam: Nem törődöm vele, nem beszélek többé a nevében. De ilyenkor mintha tűz gyúlt volna szívemben, és átjárta minden csontomat”. Tehát YHWH szavai, mint „emésztő tűz” (vö. Kiv 24,17; MTörv 4,24; 9,3; Iz 33,14) jelennek meg. Ezzel kapcsolatban meg kell említenünk, hogy csak Jeremiás használja ugyan ezt a kifejezést Isten szavára (vö. 5,14; 23,29). A 10. versben a „rettenet mindenfelől” felkiáltás a próféta kigúnyolására és nevetségessé tételére szolgál, ami megmagyarázza panaszát.⁹⁰

Az első szakasz a *panasz* (Jer 20,7-10) a második szakasz pedig a *dicséret* (Jer 10-18), amiben valami megváltozik. Nem tudjuk biztosra, hogy a körülmények vagy a beszélő hozzáállás, esetleg mindkettő, de az elkeseredettség helyébe, már az öröm és a hála képe van jelen. A dicséretnek három fő összetevője van: a) *bizonyosság abban, hogy Isten meghallgat*, b) *fogadalmak beteljesítése*, c) *doxológia és dicséret*. A kérdésben Isten eltávolodása van jelen, viszont a dicséretben a beszélő biztos imájának meghallgattatásában. Az imádkozó visszaemlékszik ígéretére, amit a nyomorúságban Istennek tett és itt kimondja saját hűségét és megbízhatóságát. A probléma megoldásának legfontosabb eleme a dicséret. Istent – akit eddig vádolt – most nagylelkűnek és szabadítónak látja. Ha valaki bekapcsolódik a költeménybe, az észreveszi, hogy nem csak a dicséretnek van jelentősége, hiszen a panasz volt az, ami Istent cselekvésre késztette. A szabadítási prófécia Isten ígérete a panaszkodó számára, hogy segíti és eljár az ügyében. Ez a beszéd, lehetővé teszi az ember számára, hogy bizalommal és hálával újrakezdje az életét.⁹¹

A 11-13. versekről sokáig azt gondolták, hogy nem a megfelelő helyen találhatóak, mivel mély bizalmat fejeznek ki, ami nem felel meg a próféta depressziós hangvételének. Rudolph megjegyzését, azonban sokan elfogadták, miszerint: olyan lélektani válságban, mellyel Jeremiás küzdött, nem várható el logikus hozzáállás.⁹² A 11. versben megmutatkozó bizalom alapja YHWH ígérete volt (Jer 1,8.19) melyet a próféta gyakran felidézett (Jer 15,20) és a megpróbáltatások ellenére is megőrizte az Úrba vett hitét.⁹³

Az Istennel való közösség, vagyis az igazi hitélet, sohasem független az élet szakaszaitól és kríziseitől. Az istenkapcsolatot befolyásolja, hogy egyensúly vagy egyensúlyvesztés

⁹⁰ <http://www.biblia-tarsulat.hu/biblia/kommentar.htm> 28JEREM, 61. pont

⁹¹ Brueggemann, *A hit a Zsoltárok könyvében*. 49-55.

⁹² <http://www.biblia-tarsulat.hu/biblia/kommentar.htm> 28JEREM, 61. pont

⁹³ <http://www.biblia-tarsulat.hu/biblia/kommentar.htm> 28JEREM, 61. pont

jellemezi az ember életét az adott pillanatban.⁹⁴ Ezzel párhuzamosan azt is kifejezésre juttatja, hogy mikor rendül meg és mikor nyeri vissza bizalmát Isten felé az imádkozó. A bizalom szívből fakad, nem a spekulatív észből. Minden nehézség ellenére a feltörekvő bizalmat és a mégis óhajtott dicsőítést rekonstruálja.⁹⁵

A 14-18. versekben Jeremiás elátkozza születése napját (vö. Jer 15,10), ugyanis itt a válság már a tetőfokára hágott.⁹⁶ Vagyis látjuk azt, hogy a próféta is ingadozik különböző lelki állapotok között, de az ima végére mindig dicsőítés ezzel pedig megkönnyebbülés és az Istenbe vetett hit visszanyerése helyeződik.

Isten és ember úgy kötődnek egymáshoz, mint „atya és fiú” ez a „vérrokonság” azt vonzza magával, hogy aki az embernek az ellensége az Istennek az ellensége is kell, hogy legyen. Ez magyarázza azt is, hogy a könyörgésben miért olyan hangsúlyos az *én* Istenem kifejezés, szemben a többszám első személyű megnevezéssel. Az *én* Istenem hagyott el, akiben mindig bízam és menedékem volt, nem csupán a „mi” Istenünk, hanem az én személyes Istenem, akiben mindig menedékem volt és aki örökre az enyém marad. Ebből a dilemmából csak Isten képes megszabadítani a szenvedő embert.⁹⁷

7. A mélylélektan módszere

A mélylélektani exegézist a 20. században dolgozták ki, ami az alternatív szentírásmagyarázat egyik fajtája, és a szinkronolvasat egyik műfaja. Célja, hogy kiegészítse a történetkritikát vagyis a Szentírás olvasásához, olyan szemléletmódot biztosítson, ami megfelel a tudomány követelményeinek és mindemellett megvilágítja a Biblia vallásos mondanivalóját és a történet egzisztenciális jelentőségét. Ez biztosítja, hogy a Biblia minden ember számára maradandó értéket teremtsen és átlépjen a történelem korlátjain. Az Istenről szóló beszéd mindig a titokra és a kimondhatatlanra irányul. Ezt a titkot az átélés és a megtapasztalás, valamint a képek és szimbólumok útján tudjuk kifejezni.

A mélylélektan kidolgozásában nagy szere volt Carl Gustav Jungnak a kollektív tudattalanról és az archetípusokról szóló felismerése által.⁹⁸ A kollektív tudattalan egy velünk született pszichikai adottság, ami nem tudatos dolog. Ezek olyan élmények és

⁹⁴ Brueggemann. 78.

⁹⁵ Ricoer és Lacocque, *Bibliai gondolkodás* 356-357.

⁹⁶ <http://www.biblia-tarsulat.hu/biblia/kommentar.htm> 28JEREM, 61. pont

⁹⁷ Ricoer és Lacocque, 329-331.

⁹⁸ Vö. CARL, Gusztav Jung: *Az archetípusok és a kollektív tudattalan*, Scolar Kiadó, Budapest, 2011

magatartásformák, motívumok és képek, amik minden emberben, ha eltéréssel is de ugyan azok, vagyis ezek „az öröklött agystruktúrákból származnak”.⁹⁹

Az archetípusok az általános, közös, ősi, az állandóan ismétlődő emberi tapasztalatoknak a bevéssődése a kollektív tudattalanba. Az archetípusok képekben nyernek kifejeződést. Ezek az archetípusos képek vagy képzetek, melyek megtalálhatók minden ember tudattalanjában, az egyén esetében pedig az álom szimbólumaiban törnek felszínre. Ezt a kollektív tudattalant fejezik ki a mítoszok, az álmok, a legendák és a vallási szimbólumok is.¹⁰⁰

Központi archetípus a mély-én, ami a személyiség egészét, az emberi psziché teljességét öleli fel. Ennek megvalósítására kell törekednünk, ez van a tudatalattinkba írva. A mély-énben található meg a transzcendenssel való kapcsolatteremtésnek a lehetősége.¹⁰¹

Jung egy másik lényeges tézise az önmegvalósítás folyamata, aminek lényege az igazi önmagunkra találás, az identitásunk megtalálása. Ehhez egyensúlyt kell teremteni az énnel az *animájával* / *animusával*. Az anima a férfi lélek tudattalan női oldala, a nőiség archetípusa. Ez olyan tudattalan tartalom, ami a férfi személyiségének a bizalomra és szeretetre való képességét, empátiát, kreativitást kölcsönöz. Ha a férfi nem képes arra, hogy integrálja animáját az érzelmi labilitásban, érzékenységben és szeszélyességben nyilvánul meg. Ugyanígy a női léleknek is van tudattalan oldala, az animus, ez az apai logosz képe, ami a szellemi-vallási eszmék iránti érdeklődést és megfontoltságot ad.¹⁰²

A mélylélektani exegézis a vallásos tapasztalatra és az átélésre helyezi a hangsúlyt. Célja az, hogy az elbeszélésekben a szimbolikus tartalmat, az archetípust és az azokban kifejeződő belső tapasztalatot, a szereplők lelkében lejátszódó folyamatokat vegye górcső alá. Fontos kiemelni, hogy a lélektani megközelítés nem zárja ki a történelmi magyarázatot, nem csak a lélektani folyamatok képszerű kifejezése a cél. Lényege abban van, hogy a történelmi elbeszélésnek egy másik oldalát világítja meg, ami a lélek mélyén játszódik le. Itt találkozunk az ember Istennel és ennek hatására talál rá igazi önmagára, arra a *mély-énre*, amire Isten is nyitott és ami Istennél van.

A mélylélektani exegézis első lépése az archetípusos képek felismerése és azok kiegészítése az irodalmi alkotásokban lévő hasonló motívumokkal. A második a szimbólumok jelentésének felkutatása, amit ezek elemzése követ. A legtöbb esetben ez már magában rejti a központi konfliktus vagy a jövőbeli fejlődés kiindulópontját, és nyomon követhető a központi

⁹⁹ ZAMFIR Korinna: *A Biblia értelmezése*, JATEPress, Szeged, 2005, 208.

¹⁰⁰ Uo. 208- 209.

¹⁰¹ Zamfir: i.m. 209.

¹⁰² Uo. 209-210.

alak kiválasztása, a lélektani folyamatok és a belső fejlődés útja is. A Bibliában sok mitikus motívum található. A mélylélektan ezeket kutatja fel, mert a szimbólumok megértéséhez segítenek hozzá. Jellemző, hogy a szimbólumok által a szerző sokkal több mindent fejez ki, mint aminek tudatában van. Az egymástól térben és időben távol lévő népek elbeszéléseiben jelen lévő vallási és emberi motívumok jelenléte azt bizonyítja, hogy ezek az emberi lélekben, a tapasztalatok útján vannak jelen.

A vallási szimbólumok és archetípusok forrása lehet a kinyilatkoztatás is. Ilyen archetípusos kép az atya és a király, ezek az én szimbólumai és ezen karaktereket sokszor veszély fenyegeti. Az egymással szemben álló fiúk / lányok az ellenséges testvérek archetípustát jelenítik meg. Ezek a képek minden nép elbeszélésben jelen vannak, a személyiség, az egymással küzdő erőknek a szimbóluma, ami a fény és az árnyék ellentétének a megismerésének. A megmentésre váró személy az *animus / anima*. A személyiség kibontakozása az árnyék, a tudattalan erőinek az integrálásával pedig a menyegző képében jelenik meg. Ennek analóg szimbóluma a szent hegy, a szent város, a paradicsom és a templom. A *mély-én*nek szimbóluma az isteni gyermek és a csillag is. A tenger a veszélyes mélység és a káosz képe, az emberi lélekben a félelmetes, de mégis az élet tudattalannak a szimbóluma. A kert és a benne elhelyezkedő fa az ember boldogsága és az élet teljessége, a kozmikus szakralitásnak a szimbóluma.

Az elbeszélésnek két síkja van egy objektív és egy szubjektív. Az objektív sík személyek interakciója révén jön létre. A szubjektív sík pedig az, ami a szereplők által véghezvitt cselekedetek és az azok által létrejött lelki folyamatok és belső történések által jött létre. Ennek célja, hogy a szubjektív szint felszínre kerüljön: a lelki folyamatok, törekvések és élmények, amik a személyben végbe mennek. Alapja az a megállapítás, hogy a külső történések mindig a belsőt fejezi ki. Így az archetípusos elbeszélés az individuációs folyamatoknak, a mély-én megtalálása.

Az archetípusos elbeszélések célja arra irányul, hogy a *mély-én* által megtaláljuk igazi önmagunkat és leküzdjük az akadályokat. Ezért az elemzésénél arra kell összpontosítani, hogy mi az elbeszélés célja, funkciója, honnan tudósítja a nehézségeket és konfliktusokat, milyen megoldásokat kínál erre és hogyan vezet el igazi önmagunkhoz és önmagunk Istenben való megtalálásához. Az egész figyelembevételének szabálya az, hogy az értelmezésben nem csak egy részt vizsgálunk, hanem az egész szöveget figyelembe vesszük.

Az archetípusos elbeszélés kiindulópontja azért fontos, mert már abban megmutatkozik az elbeszélés során kibontakozó feszültség, konfliktus, érzés és maga a téma is. Ezen keresztül az én válsága, a tudattalannal való szembesülése, valamint a *mély-én* meglátása. Az elbeszélés

akkor éri el a célját, ha az olvasó tud azonosulni azzal a lelki folyamattal, amiről az elbeszélés szól. Ehhez szükséges, hogy tudjon azonosulni a szöveggel, vagyis ki tudja jelölni az elbeszélés *én-alakját*, ami alapján a lelki fejlődést nyomon tudja követni. Ez a szereplő nem feltétlen egyezik meg a főszereplővel, a történetek folyamán előfordul az is, hogy több szereplő szemszögéből lehet ezt vizsgálni. Az elbeszélés értelmezése alatt a központi szereplő átalakul és a szerepek felcserélődnek, de az elbeszélés csak akkor lehet érthető, ha a központi témát és a központi szereplőt végig követni lehet.

Az elemzésben fontos felismerni, hogy miként történik meg az önmegvalósítás. Ez az archetipusos elbeszélés fordítottja, ami az elbeszélés keletkezésének kiindulópontja az emberi megtapasztalás, vagyis egy élmény, ami lelki folyamatokban csapódik le. Ezek később szimbolikus jellegű, képszerű elbeszélésekben kristályosodnak ki, ezért a benső valóságot kell feltárni, amit a szimbólum kifejez. Az archetipusos képek feladata vallási értelemben nem más, mint, hogy kifejezze a lelki fejlődést és kivezesse az embert a valóságból, majd elvezesse Istenhez, ahol önmagára talál, megszabadul és meggyógyul.

Tudatosítani kell azt, hogy a leírt folyamatok a valóságban az egyén életében többéves történéseket feltételeznek, a közösség életében pedig több évszázadot vagy évezredet foglal össze, míg a leírás alapján egy pillanat vagy néhány nap alatt megy végbe. Ezt a rövidítési eljárást az értelmezés során alkalmazott időtágítást ellensúlyozza. Arra vezet rá, hogy a valóságban ezek a történetek hosszabb időt foglalnak magukba. Ez teremti meg a múlt és a jövő egységét, mivel az archetipusos elbeszélés az emberiség korai tapasztalataihoz nyúl vissza, azért, hogy a jövő felé mutathasson. Ennek következményeképp a végső beteljesedés képei a kezdet képeivel megfelelnek (pl.: Ter 1-2 és Jel 21-22).¹⁰³

7.1 Jer 20,7-18 mélylélektani megközelítése

Archetipusos képként jelenik meg: az anya és az apa, illetve az álnok barátok képe. Megjelentek egyéb motívumok is, mint: a tűz, a csont (9. vers), a győzelem és a bosszú (10. vers), a szegénység és a siker (11. vers), a vese és szív (12. vers), a szegénység képe (13. vers), a születés (14. vers) ezzel szemben pedig a halál, vagyis a sír (17. vers) valamint a város képe (16. vers).¹⁰⁴

Az Ószövetségben az *'ém* egy fiú vagy egy lány szó testszerinti anyját jelenti (Péld 31,1-2; Bír 8,19; Zsolt 50,20; Ter 20,12; Lev 18,9; Ez 23,2). Amikor egy asszony *anya* lett, megnövekedett a családon belüli becsülete, ezt a becsületet a fiúgyermek még jobban emelte (1Móz 16,4; 29; 30). A gyermekek sem az anyjuk, sem az apjuk ellen nem vétkezhetek, mert

¹⁰³ZAMFIR: i.m. 212-218.

¹⁰⁴ZAMFIR: i.m. 218.

ezt büntette a törvény (Kiv 21,17; Lev 20,9). A Tízparancsolat is megköveteli az anya és az apa tiszteletét (Kiv 20,12; MTörv 5,16), de megjeleik a bölcsességirodalomban is (Péld 19,26; 20,20).

Az *apának* kellett gyermekeit az Úr szavára tanítania, szellemi jólétük és fejlődésük érdekében (MTörv 6,5-7; Páld 22,6). Az apának feladata, hogy példaként álljon gyermeke előtt, türelemmel és igazságossággal (Ef 6,4).¹⁰⁵

Az *'ohéb* vagy *réa* kifejezéseket használják a *barát* szó kifejezésére az Ószövetségben. A barátot úgy kell szeretni, mint önmagunkat (Lev 19,18), hiszen a barát olyan, mint a tulajdon lelkünk (MTörv 15,7). Dávid és Jonatán kapcsolata pont ilyen barátságot tár elénk (1-2 Sám). Mivel a barátok tudnak egymás terveiről ezért Ábrahámot is nevezhetjük Isten barátjának, mert Isten beavatta őt terveibe (Ter 18, 17,21), Mózesrel is úgy beszél Isten, mint egy ember a barátjával (Kiv 33,11). A bölcsességirodalom úgy mutatja be a barátokat, mint akik a nehéz időkben is kitartanak egymás mellett (Péld 17,17), mint akik formálják egymást (Péld 27,27). Jeremiásnál viszont nem ilyen barátokkal találkozunk. Ők a próféta bukását várják, nem építik őt tovább, ezért már nem lehet őket barátoknak nevezni.¹⁰⁶

Isten a *tűz* ura, megjelenését kíséri, jelenlétének szimbóluma (Kiv 3), mint eszköz jelenik meg a kezében. Jelen van a kultuszban, mint az áldozat elégetésének eszköze, amit folyamatosan égve kell tartani (Lev 6,5-6). A tűz jelen van, mint az isteni haragnak jelképe (Ter 19,24; Lev 10,2). Vannak esetek, amikor az emberi ítéletvégrehajtós eszköze (Józs 6,24; 7,15), és Isten haragjának a jelképe (Zsolt 89,47; Jer 4,4; 15,14). Az Újszövetségben a tűzből való kimentés képe is megjelenik ez akkor következett be, mikor valaki megtérített egy másik embert (Júd 23). A tűz Isten tisztító eszközeként is megjelenik, mikor a bűnösök égnek el, akkor már maga az égetés is tisztít (Mal 3,19). Izajás ajkát is az izzó parázs tisztítja meg (Iz 6,6-7). Isten tüzes fáklya és füstölgő kemence képében köti meg szövetségét Ábrahámval (Ter 15,17), az égő csipkebokorban jelenik meg Mózes számára (Kiv 3). A Sínai-hegyre tűzben száll le (MTörv 4,11.36; 5,24,26; Mal 3,2-3.19-20).¹⁰⁷ Jeremiásnál a tűz, mint a harag szimbóluma jelenik meg. Mikor a próféta elhatározza, hogy többet nem hirdeti Isten szavát, olyan érzés járja át, mint tűz gyúlna szívében (20,8). Nem tudott neki ellenállni az Úr akarata volt erősebb.

A *csont* az emberi test belső, szilárd vázát alkotja, ami Isten teremő munkáját mutatja (Jób 10,11; vö. 20,11), a kísértetek nem rendelkeznek csontozattal (Lk 24,39). A szétporladó

¹⁰⁵ <https://www.gotquestions.org/Magyar/Keresztyen-apa.html>

¹⁰⁶ <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztyen-bibliai-lexikon-C97B2/b-C9942/barat-C997D/>

¹⁰⁷ <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztyen-bibliai-lexikon-C97B2/t-CA6DE/tuz-CA7C8/>

holttestnek a csont az utolsó maradványa, amit el kell temetni (1Sám 31,13; Ez 39,15). Ezzel szemben Júda királyainak csontját kiszórják (Jer 8,1), mivel a holttest maradványa ezért tisztátalanként tekintetek rá (Szám 19,16; Mt 23,27). A csontok szétszórása a teljes elpusztulást jelentette (Zsolt 53,6). Jeremiásnál a csont, mint az emberi test belső része a szívhez tartozik, amiből az ige utat tud törni magának (Jer 20,9). A kiálló csont és a csontra száradt bőr, a betegség jeleként mutatkozik meg (Jób 19,20; 30,30;33,21). Ezékiel látomásában pedig Izrael reménytelen állapotát mutatja, hogy a nép száraz csontokból áll (Ez 37,1-4).¹⁰⁸ A tűz Jeremiás csontjait égeti (20,8). Itt a csont, mint az isteni teremtés lényege jelenik meg, amit a tűz tisztít meg.

A Szentírás szerint a *győzelmet* mindig Isten adja. Az Ószövetségben jelenlévő háborúból kikerült győztes csapat győzelme, mindig Isten győzelme is (Kiv 15,1-21; MTörv 33,29; Bir 5,2; Zsolt 44,3). Mivel Istené a győzelem őt magasztalás és dicsőítés illeti (Kiv 15; Bir 3,5; Hab 3,3).¹⁰⁹ Barátai akarnoknak győzedelmeskedni a próféta felett, aki nem boldogul Isten szavának hirdetésével (20,10).

A bosszú már a letelepedés előtt is ismeret volt a nomád törzsek számára, amit mindig kívülállókon alkalmaztak, mert a törzs tagjai vérrokonok voltak, vagy vérrel kötött szövetség fűzte őket egymáshoz. Mindig akkor következett be, ha egy kívülálló megölt valakit a törzsből, ez a tettet a gyilkos megölésével akarták kiegyenlíteni. A vérbosszú a királyi törvénygyűjtemények számára is ismert volt, a Codex Hammurabi is tartalmazza.¹¹⁰ A Bibliában a vérbosszú végrehajtója mindig a legközelebbi rokon volt, viszont végrehajtásának menetéről nem tudunk (Bir 8,18-24; 2Sám 3,30; 14,4-11). A bosszúálláshoz Istennek van joga (MTörv 32,35; Róm 12,19; Zsid 10,30) és ő az, aki végrehajtja (Zsolt 94,1). Ezzel a büntetéssel Isten és Izrael ellenségein kívül (Szám 31,3; MTörv 32,41.43; Ez 25,1.4.17; Mik 5,14), a választott nép is találkozik akkor, amikor megszegik az Istennel kötött szövetséget (Lev 26,25; Iz 1,24; Jer 5,9.29; 8,9; Ez 24,8).¹¹¹ Jeremiások azért akarnak bosszút állni, mert amit hirdet az negatív jelentéssel bír. Nem jelenik meg az isteni gondviselés, szeretet és a felszabadítás ígérete sem. Jeremiás olyan tényekkel szembesíti a királyi udvart és hallgatóságát, amit nem szívesen hallanak.

¹⁰⁸ <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-kereszttyen-bibliai-lexikon-C97B2/c-cs-C9A45/cson-t-C9ABD/>

¹⁰⁹ <http://lexikon.katolikus.hu/G/győzelem.html>

¹¹⁰ Hammurabi törvényei, Ajtai K. Albert Könyvnyomdája, Kolozsvár, 1911.

¹¹¹ <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-kereszttyen-bibliai-lexikon-C97B2/b-C9942/bosszu-C9A1C/>

A szégyen kifejezés héberül *bós* és *kalosz*. A *bós* azt jelenti, hogy valaki szégyenli magát mert elkövetett valamilyen hibát. Ez a szó az Ószövetségben 155 alkalommal fordul elő, leggyakrabban a próféta irodalmakban és a zsoltárókban, Jeremiás könyve 38 esetben írja le. A *kalosz* azt a fajta szégyenérzetet jelenti, amihez a nyilvános megaláztatás társul. Amikor a *bós* és a *kalosz* kifejezés egymás mellett jelenik meg az a nyilvános megszégyenülés érzetét jelzi.¹¹² A héber szöveg itt a *bós* kifejezést használja (20,11).

Sikerrel találkozunk az 1Kir 2,3-ban, amikor Dávid azt tanácsolja a fiának, hogy ahhoz, hogy sikeressé válhasson csak Istent kövesse. Salamon ezért a királlyá váló felkenésekor az Úrtól bölcsességet kért, hogy jól tudja vezetni népét nem pedig hatalmat. Cserébe istentől nem csak bölcsességet kapott, hanem a földi kormányzáshoz szükséges minden eszközt: gazdagságot és az emberek tiszteletét (1Kir 3,1-14).¹¹³ Jeremiásnál a siker el nem éréséről olvashatunk, vagyis, hogy álnok barátai nem tudnak bosszút állni rajta. (20,11).

Az Ószövetség világában az emberi lélek szellemi megnyilvánulásait és működését még nem osztották fel érzelmi, értelmi és akarati síkokra, hanem ezeket a test egyes részeihez kapcsolták, ilyen a szív és a vese, de ezek élesen nem váltak el egymástól. Ezért az Ószövetségben a mi „értelem” szavunk tartalmával nincs megegyező másik szó. Az emberi lélek értelmi működését a szívhez *léb* kötötték, ami minden szellemi tevékenység, az érzés, gondolkodás, kifejezés, törekvés kiindulópontja (Zsolt 4,5; 10,6; 15,2; 20,5). De a szívhez kötötték a fájdalmat, a félelmet és a reményt is. A szívben nyugvó érzések a külvilág száma rejtve maradnak, azokat csak Isten ismerhet (Zsolt 44,22; 28,3; 112,7).¹¹⁴ A próféta nem mondja ki érzéseit ebben az igeversben, helyette azt írja le, hogy az Úr, „aki a vesék és a szívek vizsgálója” (20,12), aki ismeri Jeremiás lelki világát. Meg tudja őt segíteni az nélkül is, hogy ezeket a fájdalmakat részletezné. Az Úrban való bizalmát fejezi itt ki.

Az izraeli asszonytól szinte kötelezően elvárták, hogy gyermeket, leginkább fiút szüljön, különben szégyennel bélyegezték (1Sám 1,5-6; Lk 1,48). Mindezek mellett a szülés az isteni ígérek megvalósulásának egyik eszköze is (Ter 17,19; 1Sám 1,5-6; Lk 1,13.31). A gyerek sorsára az is hatással volt, hogy születése után hogyan bántak vele (Ez 16,4; Jób 14,1; ApCsel 22,28; Fil 3,5). Ezért, ha életük nem volt sikeres, előfordult, hogy *születésük napját* átkozták el (Jób 3,3; Jer 20,15; Lk 23,29).¹¹⁵ Jeremiás korábban már leírta, hogy őt Isten, anyja méhében

¹¹² <https://sola.hu/folyoirat/a-szegyenerzet-bibliai-fogalma/>

¹¹³ <https://www.gotquestions.org/Magyar/biblia-siker.html>

¹¹⁴ <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-kereszttyen-bibliai-lexikon-C97B2/e-e-C9B2A/ertelem-C9C29/>

¹¹⁵ <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-kereszttyen-bibliai-lexikon-C97B2/s-sz-CA54E/szul-szuletes-CA6D7/>

kiválasztotta és a népek prófétájává tette (Jer 1,5). Születésével ez az isteni ígélet teljesedett be. Mikor születését átkozza el, csalódottsága már a tetőfogára hágott, ezekre a kijelentéseire nem tekinthetünk úgy, mint amit a próféta komolyan így gondolt volna.

A héber Bibliában szereplő városok egyszerre személyesítik meg a helyet és karaktert, háttérrel és előteret, lehet valós és irreális, koncepció vagy megnyilvánulás. Ezeket a megközelítéseket egyesíti az az ember, aki a materiális értelemben vett városokat és a róluk szóló történeteket létrehozta a Bibliában. Ebben a jeremiási szakaszban a városok csalónak, hazugnak, bűnnel telinek mutatkoznak. Olyannak, amit Isten joggal dúl fel, vagy pusztított el. Ilyen volt Szodoma és Gomora (Ter 18-19), Jeruzsálem is ilyen okból vált fogollyá.¹¹⁶

Objektív síkon az elbeszélés azt mutatja be, hogy a babiloni hódítás milyen lelki válságba kényszeríti az embert, milyen nehézségekkel kell ott megküzdenie; hogyan határolódik el a nép Isten szavától és ez milyen következményeket von maga után.

Szubjektív síkon Jeremiás szenvedését mutatja be. Mindig nehézséget kell hirdetnie a nép számára (Jer 20,8), barátai elárulták (Jer 20,10) és az Istennel való kapcsolata is ebben a lelki válságban meghanyatlik. Megmutatkozik a személy válsága az általa megtapasztalt konfliktus és annak esetleges feloldása. A próféta az én személyiség tudatos központjának a megtestesítője. Az én válságba kerül, szégyen tárgya lett és félelem fenyegeti.

Az Jer 20,7-18 – műfaját tekintve siralom vagy egyéni panasz - egy konfliktushelyzetet tár az olvasó elé. Elmondja, hogy küldetése kudarcba fulladt és erre a feszültségre keres megoldást. Az én-alak Jeremiás próféta, aki előtt az a feladat áll, hogy megvalósítsa igazi önmagát és így találkozhasson Istennel. A kezdő helyzet magát a konfliktus okát mutatja be. A próféta, mint én-alak az ember valóságát jelképezi. Ami Jeremiással történik az egy tipikus emberi történet. Az Úr küldetést adott a prófétának, aminek teljesítése közben ellenállásba, elutasításba ütközik, amit látszólag nem tudott teljesíteni, így egyéni kudarcélményét is fel kell dolgoznia, ezt nehezíti más emberek véleménye. A központi konfliktusnak ez a sikertelenség az oka. A probléma akut, megoldásra vár. A szégyen és a kudarc érzése átjárja az egész szakaszt: az Úr legyőzi a prófétát és nevetség tárgyává teszi (20,7), barátai elárulják és bosszút állnak rajta (20,10), elátkozza születése napját is (20,14-18).

Jeremiás a személyiség világos oldalát testesíti meg, minden nehézség ellenére bízik az isteni igazságszolgáltatásban. Ezért képes helytállni és továbbra is hirdetni az Úr szavát.¹¹⁷

¹¹⁶ <https://bibliakultura.blog.hu/2020/12/17/varos> 281

¹¹⁷ ZAMFIR: i.m. 220-222.

Jeremiás próféta esetében is pont ezzel az elbizonytalanodással találkozunk. Születését megátkozza fontos hangsúlyozni, hogy nem jelenlegi öngyilkosságra vágyik és magába zuhan. Az Úr szavának hirdetése kudarcba fullad, szavai nem nyernek meghallgattatást, ezért nem látja létének értelmét. Istent becsapással vádolja, elkeseredése itt a tetőfokára hág, viszont képes arra is, hogy panaszát őszintén az Úr elé tárja. Segítséget és választ remél, ami végül megmenti őt és ezzel hivatását is.

Ezzel a módszerrel, egy olyan megvilágítása történik a szövegnek, ami személyesen érinti meg az olvasót, mert az róla szól, az Istennel való személyes kapcsolatát mozdítja elő, ami a válságból tör utat és egész életét átalakítja. Jeremiás életében bekövetkező események szembe helyezkedtek akaratával és habitusával. A próféta mindig igyekszik megérteni az eseményeket és meggyőződéssel cselekszik, de a feszültség így is fellelhető személyisége és hivatása között. Ebből következik vallomása is, ami a panaszdal vagy a panaszima műfajába tartozik. Ebben Jeremiás és JHWH dialógusa mutatkozik meg, amikben szenvedése miatt tesz panaszt a próféta. Küldetését először kudarcón értékelhetjük, de ebben a kudarcban van az ő győzelme. Vallomásaiban az egyedülléttel, a magánnyal és az elhagyatottsággal találkozunk.¹¹⁸ A mélylélektani exegézis a Szentírás időfeletti mondanivalóját emeli ki, a szimbólumok jelentésének feltárásával pedig az igazságok mélyebb megismeréséhez vezet el. Teret enged a szereplőkben lejátszódó lelki folyamatok tudatosítására így azok átélésére is. A szereplőkkel való azonosulás lehetővé teszi a személyes válsághelyzet feldolgozását, meghívja az olvasót az önreflexióra, megtérésre és megváltozásra.¹¹⁹

8. A logoterápia alapelvei

A logoterápiát Viktor Frankl dolgozta ki. Ez az irányzat olyan premisszákból indul ki, amelyik a mélylélektani exegézisben már járható útnak bizonyult. Frankl szerint az emberi életnek a célja és értelme az öntranszcendencia. Ahhoz, hogy a személy túl tudjon tekinteni önmagán, valami olyat kell felfedeznie, ami vagy aki felé fordulva megtalálja élete értelmét. Az értelmét mindenkinek önmagának kell megtalálnia, vagyis hivatását, ami értelmessé teszi. Az ember csak akkor lehet boldog, ha felfedi azt amiért értelmes élnie. Ehhez három út vezet: egy feladat vagy mű megalkotása, amit csak én vagyok képes elvégezni, ennek felelősségteljes vállalása értelmet ad az életnek; a másik valakinek vagy valaminek a megtapasztalása, egy egyedülálló lénynek a szeretete; a harmadik pedig, ha elkerülhetetlen szenvedésben van részünk, amikor már nem vagyunk képesek alkotni és életünket nem teszi értelmessé egy szeretetkapcsolat. A

¹¹⁸ LUKÁCS Ottilia: *Istenbe kapaszkodni Istennel szemben?*, Deliberationes, (2010. III. évfolyam Különszám) 25-26.

¹¹⁹ ZAMFIR: i.m. 226-227.

harmadik esetben a szenvedésben kell megtalálnunk életünk értelmét. Ezt úgy tehetjük meg, ha megváltoztatjuk hozzáállásunkat, ami oda vezet, hogy önmagunk fölé emelkedhetünk és tragédiánkat győzelemmé alakíthatjuk át. A logoterápia ezért mindig a jövő és a cél felé tekint, amerre az embernek haladnia kell. Az ember felelősségét hangsúlyozza, arra ösztönzi, hogy felismerje élete értelmét és felismerje, hogy milyen feladat elé állítja az élet. Paradox intenciónak nevezzük azt a felismerést, hogy minél görcsösebben összpontosítunk arra, hogy elérjük azt, amit szeretnénk, annál nehezebben fog sikerülni és minél jobban félünk egy hiba elkövetésétől, annál nagyobb rá az esély, hogy bekövetkezik.

A logoterápia a Szentírás lélektani-egzisztenciális olvasata / megközelítése során is alkalmazható. Az ember nem elég önmagának, élete értelmét egy önmagán túl lévő valóságban találja meg, ez arra hívja fel a figyelmet az egyén, mindig egy feladat, egy sajátos hivatás előtt áll. Az olvasó a főszereplő válságából és élete értelmének az adott körülmények között való megtalálásából, a konfliktus megoldásából olyan tanulságokat vonhat le, amik őt is segíthetik.

8.1 A logoterápia alkalmazása a Jer 20,7-18 esetén

A főszereplő Jeremiás próféta, akinek elkerülhetetlen szenvedésben van része. Ebben a helyzetben megkérdőjelezi élete értelmét, pedig pont most kéne változtatnia hozzáállásán és megtalálnia azt. Feszültségben áll egykori barátaival, akik most bukását kívánják. Meginog bizalma és kétségbeesése születése napjának megátkozásához vezet, mellyel az isteni akarat ellen szegül. Ez az elkerülhetetlen szenvedés nem csak motivátlansághoz vezet, hanem egyesén léte értelmének megkérdőjelezéséhez. Reménytelensége és céltalansága megmutatkozik depressziójában és az agresszióban, melyet azok iránt az emberek iránt mutat, akik bukását várták. Illetve haragja kiterjed arra a férfira is, aki apjának vitte születése örömhírét. Hivatása Isten szavának a hirdetése és a nép hitének erősítése lenne. Élete értelmét kiválasztottságában leli meg, abban, hogy Isten ismeri őt és ezért kimenti ellenfelei kezeiből (20,11-12). Ez a szeretetkapcsolat az, ami átsegíti a válságon és értelmet ad életének, az a bizalom, amit az Úr felé táplál. Kihívást jelent számára a babiloni hódítás során tapasztalt hitetlenség és nyomorúság megélése, az emberek elfordulása az Istentől. Ebben a közegben jelentősen megnehezül hivatásának teljesítése.¹²⁰

8.2 A szenvedéssel átszót élet

A szenvedés problémája, minden korban megjelenik, ennek ellenére arra racionális választ nem lehet adni. Az emberi élethez tartozik a szenvedés, a nyomorúság és a fájdalom megélése, ezek

¹²⁰ ZAMFIR: i.m. 231-233.

nem kikerülhető jelenségek ezért mutatkozik az a magatartás forma, hogy választ keres rá a szenvedő ember. Ahhoz, hogy megérthető legyen a szenvedés, fontos megfigyelni azt, hogy az ember saját szenvedésével milyen kapcsolatban van, hogy reagál rá és hogy építi bele életébe. A legmélyebb szenvedést az ember az Istentől való elhagyatottságában élheti át, mert ekkor az élet forrásától szakad el, ami által valódi magányt élhet át.¹²¹ Az Istentől való elszakítottság állapotában olyan Isten felé következik be a jajkiáltás, aki látszólag nincs jelen a történelemben, vagy az egyén életében. Ez keresztény hívőként a legnagyobb és legmélyebb szenvedésként élhető meg.¹²²

Minden kor embere részesedik a szenvedés megélésében, de az ószövetségi ember és a ma élő személy más módon éli ezt meg. Ma az emberek szenvedésüket és gyötrelmeiket a legmélyebb valójukig képesek elnyomni annak reményében, hogy akkor nem érzékelik azt.¹²³ A tökéletesség mázát öntik a már-már összedőlni készülő valóságra.¹²⁴ Ezzel a magatartásformával szemben az ószövetségi ember mindig hangot adott szenvedésének, amivel hangsúlyozta Istenhez való tartozását. Ez az őszinteségében nyilvánult meg. Ma vizsgálva ezt a jelenséget úgy gondolhatjuk, hogy hitetlenség jellemezi azt az embert, aki Istennek elmondja panaszát, hiszen ma mindig magyarázatot próbálunk adni azokra ahelyett, hogy a kiváltó okot vizsgálnánk meg.¹²⁵ De a megjelenő problémák nagysága azt az érzést is keltheti az emberben, hogy Isten mégsem olyan hatalmas, mivel nincs hatalma minden rossz felett vagy, hogy elvesztette a kontrollt a világ felett, hiszen valami rossz dolog történt.¹²⁶ Ellenben a szenvedést nem elhallgatni kell, hanem szembenézni vele, hiszen ez egy dinamikus folyamat. Ennek a magatartásformának módja a panasz. Annak, hogy ma már elveszítette eredeti jelentőségét az az oka, hogy (1) szem elől tévesztette a kor embere, hogy a panasz Istenhez való fellebbezés, vagyis az élet felé, a változásra irányul, és (2) az imádságból kiszakított panasz eltorzult és negatív jelentést kapott, ezzel elveszítette eredeti jelentését. A panaszima jellegzetessége, hogy nyitva hagyja az a kérdést, hogy hogyan beszéljünk a világban jelen lévő szenvedésről, amit látszólag nem lehet összhangba hozni Isten teremtettségével. Ezen kérdés megválaszolására csupán útmutatást akar adni.¹²⁷

Az ember élete folyamatosan változik, más körülmények és helyzetek alakulnak ki körülötte. Egyes személyeknél ezek a változások nem olyan drasztikusan mutatkoznak, de azt

¹²¹ Ottilia Lukács, „Istenbe kapaszkodni Istennel szemben?“, *Deliberationes*, 2010. 9.

¹²² Paul Ricoeur és André Lacocque, *Bibliai gondolkodás* (Budapest: Európa könyvkiadó, 2003) 371.

¹²³ Lukács, „Istenbe kapaszkodni Istennel szemben?“ 9.

¹²⁴ Walter Brueggemann, *A hit a Zsoltárok könyvében* (Budapest: Kálvin Kiadó, 2008) 43.

¹²⁵ Lukács, „Istenbe kapaszkodni Istennel szemben?“ 10.

¹²⁶ Brueggemann, *A hit a Zsoltárok könyvében* 44.45.

¹²⁷ Lukács, „Istenbe kapaszkodni Istennel szemben?“ 10.

kijelenthetjük, hogy nem stagnáló, hanem folyamatos változást produkáló jelenség, hogy valaki a hitéletét tekintve merre mozdul el. Az egyik ilyen mozgásirány lehet, a *megszokott meggyőződés* felől az *elbizonytalanodás* felé való elindulás. Ekkor felbomlik a régi megszokott világunk, és eltűnik az Isten jó teremtésébe vetett hitünk. Ez az állapot sok negatív érzést is magával hoz: magányt, dühöt, szégyent, keserűséget, reménytelenséget és gyűlöletet. A panaszima ennek a fájdalomnak és gyötrődésnek a káoszban való mozgásnak és összefüggéstelenségnek a kifejezésére alkalmas. Mindez az isteni rend eltűnésével magyarázható. Aki ezt átéli ő ezt a világ végének érzékeli, ennek köszönhető az, hogy ilyen szenvedélyes imaformát választ érzései kifejezésére.¹²⁸

Ebből kifolyólag kimondhatjuk azt, hogy amikor ma valaki a panaszát ima formájában fogalmazza meg és meri Isten elé vinni, akkor élete valóban mélypontra került.¹²⁹

9. Elhívás, hivatás és annak válsága Jeremiásnál és ma

Az elhívás azt jelenti, amikor valaki meghívást kap valahova, vagy egy bizonyos feladat elvégzésére. Isten minden embert hív arra, hogy kövesse őt, viszont ezt a hívást nem mindenki képes felismerni. Azonban, ha valaki igent mond rá, az elköteleződéssel is jár, ahogy Lukács evangéliumában is olvashatjuk: „Jézus így válaszolt: »Aki az eke szarvára teszi kezét és visszafelé néz, nem alkalmas az Isten országára.«” (9,62).¹³⁰ Az evangélista értelmezése szerint, aki már elfogadta hivatását elköteleződött, a jövőben pedig ezen ígérekhez kell tartania magát.

Ahhoz, hogy felmérjem mi motiválja a ma élő keresztény embereket arra, hogy a 21. században betöltsék, az egykori próféták szerepét, vagyis papi vagy szerzetesi hivatást, illetve teológus, hitoktató, diakónus vagy akolitus munkakört válasszanak egy online kérdőívet készítettem. Nyolc kérdést tettem fel benne, melyek fő célja megvilágítani, hogy hogyan ismerték fel hivatásukat a kitöltők, mi a motivációjuk munkájuk végzésében, illetve találkoztak-e már a kiégés érzésével, ha igen, akkor pedig hogyan győzik azt le.

A kérdőívet összesen hatvan személy töltötte ki. Viszont négyen két különböző hivatást is megjelöltek, ezért annál a kérdésnél, hogy mi a kitöltő hivatása vagy munkája, hatvannégy válasz van, az arány pedig a következő: negyvenkét hitoktató, tizenegy pap, három szerzetes, három teológus, három akolitus és két diakónus. Ebből az egyik teológus és az egyik hitoktató akolitus is, még két pap szerzetes is egyben.

¹²⁸ Brueggemann 26.

¹²⁹ Brueggemann, *A hit a Zsoltárok könyvében* 25.

¹³⁰ <https://www.bibliai-kincsestar.hu/news/elhivas-es-valasz/>

A kitöltők életkorát tekintve négy személy 20-30 év közötti, a 31-45 és 46-60 év közötti életkort huszonnégy-huszonnégy személy jelölte meg, még a 60 feletti korosztályból összesen nyolcan töltötték ki a kérdőívet. Legnagyobb számban mindegyik korosztályban a hitoktatók vannak jelen, de ez nem meglepő, mivel a kitöltők 70%-át ők alkotják. A papok pedig a 31-60 év közötti korosztályban oszlanak el, ez alatt és felett is, csak egy-egy személy van.

Amikor egy személy dönt hivatása mellett, vagy felismeri, hogy milyen munkakör ideális számára, a legtöbb esetben sok külső tényező befolyásolja. A kérdőív is ezt mutatja, hiszen a kitöltők 22%-a minimum két különböző tényezőt megnevezett, akik vagy amik hozzá segítettek hivatásuk felismerésében. Ennél a kérdésnél kifejtős rész volt a válaszok megadására, vagyis minden kitöltő saját szavával foglalta össze, hogy mik hatottak pályaválasztására. A válaszokat mégis lehet kategorizálni, mivel sok hasonló érkezett. Legtöbben azt írták, hogy Isten hívta őket, vagy az evangélium olvasásának hatására döntöttek, valamely fent említett kategória mellett. Ezt tizenhét személy írta, és ebből négyen más hatást is említettek. A következő csoport, amit tizenhatan válaszoltak, hogy pap vagy lelkész segítette őket felismerésükben, illetve lelkigyakorlat, vagy közösségük hatására fogalmazódott meg bennük hivatásuk vágya. Megjegyzendő, hogy hét személy írt más tényezőt is, ami a hivatásválasztásban döntő volt, ilyen a hittantábor, vagy a vallásos nevelés. Kilenc személy saját döntéséből, minden külső befolyástól mentesen választotta munkáját, még ugyanennyi személy említette, hogy családjuk volt nagy hatással pályaválasztásukra. Az alábbi három kategóriát, mint a gyerekek szeretete, a hitoktatók hatása és az egyéni megtérést is három különböző válaszban fordul elő, de minden kategóriában van egy személy, aki szintén említett más hatást is. Ketten írták motivációjuk okának, a katolikus keresztény hit mélyebb megismerését mely egy kezdeti löketet adott a hitoktatói hívásuk felismerésében. Továbbá megjelent még egy-egy személynél a betegség, a könyvek és folyóiratok által felkeltett érdeklődés a hit iránt, a kitöltő saját plébániájának segítése, a COVID-19 hatása, illetve a kántor személye is, aki erre az útra terelte. Ezen kérdésre beérkezett válaszokból csak ötvennyolc értékelhető, mivel kettőben csak számadat jelenik meg, mely jelen esetben értelmezhetetlen.

Arra a kérdésre, hogy mi motiválja a kitöltőket munkájuk, illetve hivatásuk végzése során szintén sokrétű válaszok érkeztek. A hatvan kitöltésből harmincegy válaszban megjelenik a hit továbbadásának célja különböző megfogalmazásokban. Ilyen az üdvösség útjának kiépítése mások életében, a keresztény hit és Jézus Krisztus megismertetése az emberekkel. A gyermekek tanításánál pedig a hitoktatók azt tartják a legfontosabbnak, hogy megmutassák a tanulóknak Isten szeretetét, illetve saját életpéldájukon keresztül a katolikus hit által elfogadott világnézettel ruházzák fel őket. Öt válaszban megjelenik még a gyermekek szeretete, illetve a

kitöltő saját hitének és istenkapcsolatának megerősítése is, ez pedig már egy következő csoport, amit ezen felül még tizenkét válaszadó említett, úgy mint, a Jézus Krisztussal való kapcsolatának ápolása, a Megváltó szolgálata, vagy hitének megerősítése. Heten a gyermekeket nevezték meg, a legnagyobb ösztönző erőnek: számukra a gyerekek lelkesedése és öröme ad erőt a hitoktatói munkájuk elvégzésében. A kitöltők egy részének motivációja, hogy Isten szeretetét megmutassa és tovább adja a körülötte élőknek, de érkeztek olyan válaszok is, ahol a mozgató erő az embertársi szeretet és a gyermekek szeretete. Egy-egy válaszadó pedig a másoktól való tanulást, ami egy mélyebb hit felé vezet, a példamutatást, a szülőktől és a gyerekektől jövő megerősítést, az elért eredményeket, a szolgálat örömét vagy az Úr általi megerősítést írta. Végül egy pap válaszában a hit útján való megtartó eszközök, mint az ima, a Szentírás és a szentmise jelent meg.

A kérdőív kitér a kiégés jelenségére is, mely kimutatja, hogy a kitöltők 40%-a észlelte már magán ezt az állapotot. A legnagyobb arány a papok körében mutatható ki, a tizenegy kitöltőből hat igennel válaszolt, ami 56%-ot tesz ki. Negyvenegy hitoktatóból tizenötön szavaztak igennel, ami 37%-nak felel meg, a két diakónusból egy, illetve igent jelölt még két akolitus is.

Mivel nem minden ember tapasztalja élete során a kiégést, ahogy ezt a kérdőív is mutatja hiszen a kitöltők 60%-a nemmel válaszolt, ezért a következő kérdés megválaszolása nem volt kötelező. Ugyanis arra kérdez rá, hogy aki észlelte már magán a kiégést ő, milyen megoldást talált rá, vagy ha még nem talált megoldást, mit látna jónak. Ennek ellenére viszont, nem huszonnégy, hanem harminckét válasz érkezett. Két nagy kategóriát tudunk megkülönböztetni, az első, akik már észlelték magukon a kiégést, ezért megoldást írtak annak kezelésére. Volt, aki a kiégést nem, viszont a megfáradást érezte már, erre az volt a megoldása, hogy visszaemlékezett arra, miért is választotta hivatását, hogy miért lett pap, és abból a „kezdeti állapotból” merített erőt. Rendezte önmagáról és az életéről alkotott képét, pihent, kikapcsolódott, és többet imádkozott, mely által még szorosabb kapcsolatba került az Úrral. Ez a gondolat összesen nyolc válaszban jelent meg kiegészülve a sporttal és új célok, kihívások keresésével. Négyen az imát nevezték meg, amit pihenéssel, kikapcsolódással párosítottak. Sokan írták a szabadságot, a lelkigyakorlatot és a családot is, melyek a lelki feltöltődést tudják elősegíteni, de van, aki a múltbéli pozitív emlékekre, sikerekre emlékezett vissza ilyen esetben. Egy hitoktató beszámolt arról, hogy ő két és fél évre otthagyta ezt a fajta munkakört, amíg pihent és feltöltődött. Megfogalmazásából arra következtetnek, hogy ezután visszatért a hitoktatói munkakörbe, ám ezt nem írta le. Egy másik hitoktató, pedig a közösség megtartó és támogató erejét emelte ki. Ő egy lakhelyétől távolabb eső településen tanított melynek

következtében nem tudott beilleszkedni a közösségbe és a tanári karba sem. Ezért kérte áthelyezését, azóta saját lakhelyén tanít. Ez egyben egy javaslat is tőle mindenki számára, hogy aki teheti, saját közösségében, vagy legalább lakhelyéhez minél közelebb helyezkedjen el, ezen probléma kiküszöbölésére. Két válasz viszont értékelhetetlen, mivel csak egy-egy szót írtak le a kitöltők, és azt nem magyarázták meg, így nem világos, hogy mit értenek alatta, vagy olyan mértékű elgépelés történt, mely alapján a szavak értelmezhetetlenek.

A másik csoportba, azok a kitöltők tartoznak, akik munkájuk során, még nem találkoztak a kiégéssel, viszont javaslatokat tesznek, annak fellépésének kezelésére. Ilyen az istenkapcsolat megerősítése és ápolása, lelkigyakorlatokon, és szakmai továbbképzéseken való részvétel, közösségi élet, és barátságok erősítése, illetve olyan őszinte kapcsolat kiépítése valakivel, aki előtt nyitott lehet az ember, és nyíltan elmondhatja neki minden fellépő problémáját és nehézségét. Lehetőség szerint célszerű minél több sporttevékenységet végezni, melyek kikapcsolnak és felfrissítenek. De segítség lehet az imák számának gyarapítása és az abba való belemélyedés, valamint a hivatásunk pontos felismerése. Az utóbbit egy szerzetes írta, aki kiemeli, hogy az is meghatározó, hogy milyen feladatkört kell ellátnia a renden belül.

Az utolsó kérdés arra irányul, hogy mit tesz a kitöltő annak érdekében, hogy elkerülje a motivátlanságot és kiégést. Egy hitoktató a következő választ írta: „Keresem azokat a forrásokat, amik segítenek a pihenésben, kikapcsolódásban, töltekezésben, új inspirációk szerzésében. Ezekre kötelező jelleggel szánok időt. Ilyen pl. egy lelkigyakorlat, szentmise, ima, család, találkozások, beszélgetések, olvasás, kirándulás, továbbképzés.” Ez a válasz az, ami magába foglalja a többi kitöltő által is ajánlott módokat. Tizenhét válaszban olvasható az istenkapcsolat ápolása és mélyítése, tizenöten pedig az imát írják, ami kapocs Istenhez, ezért a legtöbb válaszban együtt jelennek meg. Az új módszerek elsajátítását és az eszköztár gyarapítását az oktatásban hat személy írta, de ugyan ennyien az önismeret és az önfejlesztés, valamint a pihenés és a kikapcsolódás fontosságát is hozzáteszik. Az önfejlesztésre egy nagyon jó példa annak a hitoktátónak a meglátása, aki megosztó kérdéseket tesz fel a tanulók számára, melyből a legtöbb esetben vita alakul ki a diákok között, hozzá pedig provokatív kérdéseket intéznek, és azt legjobb tudása szerint próbálja megválaszolni. Elmondása szerint előfordul olyan, hogy nem tud kielégítő választ ad, de ez mindig ösztönzi a tanulásra, és olvasásra, illetve az órákra is alaposabban felkészül, ha tudja mi lesz a vitás kérdés. Megjelenik négy válaszban az önfejlesztés fontossága, mint új dalok tanulása, gitár órák vétele és ismeretek bővítése hitoktatás terén, de ugyan ennyien tartják fontosnak a sportot és a kollégákkal való kapcsolatok ápolását és az esetleges problémák megosztását is. Az utóbbi két csoport viszont egyik válaszban sem jelent meg önmagában, mindig valami más mellett kísérőként. Segítség lehet a

keresztény értékeket közvetítő filmek nézése, illetve ilyen tartalmú könyvek olvasása, de az „énidő” is, mely feltöltődést biztosít. Változatos és segít elkerülni az egyhangúságot az is, ha valaki több iskolában tanít, mivel a hely-, és környezet megváltoztatása szint vihet a hétköznapiakba. Fontos az egyén számára, hogy tisztázza céljait, hogy mit és miért csinál, így könnyebben kirajzolódik előtte, mi életének fontossági sorrendje, és könnyebben megtanul nemet mondani azokra, amik nem előre viszik céljai felé, hanem inkább hátráltatják annak elérésében. Erőt és újfajta meglátásmódot adhat az is, ha új embereket ismerünk meg, és új kapcsolatokat, barátságokat alakítunk ki. De kiemelik még a pozitivitást, a testi, lelki és szellemi regenerációt és az összhangot, hogy a gyerekekkel a tanár személyes kapcsolatot ápoljon, illetve, hogy kreatív és játékos feladatokkal lássa el őket. Ez a tanár számára is segít, mert a felkészülést is kreatívabbá teszi, illetve könnyebben felfedezheti a gyerekek „működését”. Lehetőségként merült fel, a kihívások keresése is, vagyis a rutin elkerülése, olyan feladatok keresése, ami a tanár számára is okoz kihívásokat, mivel kreativitást igényelnek. Arra az esetre, ha észleli magán valaki a motiválatlanságot, az a javaslat érkezett, hogy mindenképp annak okát derítse fel, és annak megfelelően orvosolja azt. Ha ez egyedül nem megy, akkor pedig segítséget kell kérni, viszont fontos, hogy az ember olyan személyhez forduljon, aki a segítségére is tud lenni akár barát, lelkipásztor, de szakember is lehet. Viszont erre a kérdésre is érkezett be négy olyan válasz melynek mondataiból hiányzik a tárgy, például: „Aktívan keresem a lehetőségeket.”. Mivel mindegyiket hitoktató küldte, feltételezhető, hogy a tanítás terén keresnek új eszközöket és lehetőségeket, de a megfogalmazás értelmezése, így is problematikus.

A kérdőívet kitöltők közt sokan megnevezték az isteni sugallatot hivatásuk kiválasztásának okaként. Jeremiás prófétát is az Úr hívta meg szolgálatára (Jer 1,4-19). A válaszokban megjelent a kiegészítés, illetve a hivatás iránti motivációnak az elvesztése is. A kitöltőket segítette, ha imában Istenhez fordultak, elvonultak rendezni istenkapcsolatuk vagy felidéztek hivatásuk választásának okát. Jeremiás is a legnagyobb keservek és kín között Istenhez fordul és feltárja előtte panaszát (Jer 20,7-18). Egy a Bibliában megtalálható panaszima olvasásakor, a hívó bele tud helyezkedni abba a szituációba, melyet az író is érzett annak megfogalmazásakor, ez által segítséget kap, hogy Isten előtt feltárja panaszát.

10. Következtetések

Dolgozatom elején két kérdést fogalmaztam meg melyekre a válaszokat az alábbiakban foglalom össze. Az első kérdésem az volt, hogy: „Mit tanulhat a mai kor embere a hivatásról és az azzal járó kiegészítő lehetőségeiről, veszélyeiről Jeremiás próféta alakjából kiindulva?” Jeremiás

prófétát nehéz életkörülménye nagyban befolyásolta, hogy hivatását vonakodott elfogadni, de elkeseredettségének egyik legfőbb oka is volt. Nem talált környezetében senkit, aki hallgatott volna rá, még barátai is elfordultak tőle. A ma élő ember is tapasztalhatja, hogy a kiégéshez nagyban hozzájárul az elmagányosodás és az egyedül lét. Az ember társas életmódra lett megalkotva, ezért fontos, hogy közösségben tudjon élni, ez a közösség pedig valódi, megértő közeg legyen. A kiégés lehetősége minden embert érint, ezért fontos odafigyelni annak minden jelére.

A második kérdésem, hogy: „Meri-e és ha igen, hogyan tudja Isten előtt feltárni félelmeit és a hivatása iránti motivációjának elvesztését? Illetve, hogy melyek azok a módszerek és stratégiák, amik segítségével a kiégés leküzdhető?” A problémák kimondása és a gondok felvállalása minden körülmény közt nehéz feladat. Viszont a hívő embernek, lehetősége van Isten előtt a panaszima módszerével megfogalmazni panaszát. A panaszima lehetőséget biztosít arra, hogy az imádkozó őszintén Isten felé forduljon. Keresztényként fontos az istenkapcsolat ápolása és megerősítése, ahogy Jeremiás prófétánál is láttuk. Ez a cselekvésmód a kiégés megelőzésében vagy az abból az állapotból való kilépésből is elengedhetetlen.

11. Bibliográfia

1. Agustinus Aurelius: Szent Ágoston vallomásai, Szent István Társulat, Budapest 1995.
2. Biblia, Ószövetségi és Újszövetségi Szentírás, Szent István Társulat, Budapest, 2016, 7. kiadás
3. Carl Gusztav Jung: Az archetípusok és a kollektív tudattalan, Scolar Kiadó, Budapest, 2011.
4. Derek Kidner: Jeremiás könyve, Szél és vihar ellen, Harmat Kiadó, Budapest, 1997.
5. Dr. Babura László: Szent Ágoston élete, Szent István Társulat, Budapest 1924, 2. kiadás
6. Franz Werfel: Halljátok az igét!, K.u.K. Kiadó, Budapest
7. Füredi Júlia: Elég! Kiégtem. Most hogyan tovább?, Kulcslyuk Kiadó, 2021.
8. Hammurabi törvényei, Ajtai K. Albert Könyvnyomdája, Kolozsvár, 1911.
9. Hermann Gukel – Joachim Begrich: Einleitung in die Psalmen, 1933.
10. Israel Finkelstein - Nell Asher Silberman: Biblia és régészet, Az ókori Izrael történelmének két arca, Gold Book, h.n., 2003.
11. Jeromos Bibliakommentár I., Az Ószövetség Könyveinek Magyarázata, Szent Jeromos Katolikus Bibliatársulat, Budapest, 2003.
12. Jeromos Bibliakommentár II., Az Újszövetség Könyveinek Magyarázata, Szent Jeromos Katolikus Bibliatársulat, Budapest, 2003.
13. Josef Holzner: Szent Pál, Az apostol élete és levelei, Az Apostoli Szentszék Kiadója, Budapest, 1982.
14. Jubileumi kommentár, A Szentírás magyarázata, Református Zsinati Iroda, Budapest, 1970.
15. Karasszon István: Az Ószövetség teológiai üzenete, Károli Gáspár Református Egyetem, L'Harmattan, 2021.
16. Komoróczy Géza: Történelem a próféták kezében, A Bibliáról, Ab Ovo Kiadó, h.n., 2019.
17. Lukács Ottilia: Istenbe kapaszkodni Istennel szemben?, Deliberationes, (2010. III. évfolyam Különszám) 25-26.
18. Paul Ricœur - André Lacocque: Bibliai gondolkodás, Európa Könyvkiadó, Budapest, 2003.
19. Rainer Kessler: Az ókori Izrael társadalma, Történeti bevezetés, Kálvin Kiadó, Budapest, 2011.

20. Versegi Beáta-Mária: Lehetőségek a Kiegészésen innen és túl, Új Ember Kiadó, 2017.
21. Viktor E. Frankl: Az élet értelméről, Libri, Budapest, 2020.
22. Viktor E. Frankl: Über den Sinn des Lebens, Beltz Verlag, Weinheim Basel, 2019.
23. Walter Brueggemann: Spirituality of the Psalms, Fortress Press, Minneapolis, 2002.
24. Walter Brueggemann: The Theology of the Old Testament, Fortress Press, Minneapolis, 2005.
25. XVI. Benedek pápa: Pál a népek apostola, Budapest, 2008.
26. Zamfir Korinna: A Biblia értelmezése, JATEPress, Szeged, 2005.
27. Zamfir Korinna: Ószövetségi exegézis, Kolozsvári Egyetemi Kiadó, Románia, 2008.
28. <https://www.youtube.com/watch?v=Dq6GhM8E154>
29. <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztien-bibliai-lexikon-C97B2/a-a-C97B4/anya-C98B4/>
30. <https://www.gotquestions.org/Magyar/Keresztien-apa.html>
31. <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztien-bibliai-lexikon-C97B2/b-C9942/barat-C997D/>
32. <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztien-bibliai-lexikon-C97B2/t-CA6DE/tuz-CA7C8/>
33. <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztien-bibliai-lexikon-C97B2/c-cs-C9A45/csont-C9ABD/>
34. <http://lexikon.katolikus.hu/G/győzelem.html>
35. <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztien-bibliai-lexikon-C97B2/b-C9942/bosszu-C9A1C/>
36. <https://sola.hu/folyoirat/a-szegyenerzet-bibliai-fogalma/>
37. <https://www.gotquestions.org/Magyar/biblia-siker.html>
38. <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztien-bibliai-lexikon-C97B2/e-e-C9B2A/ertelem-C9C29/>
39. <https://www.arcanum.com/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-keresztien-bibliai-lexikon-C97B2/s-sz-CA54E/szul-szuletes-CA6D7/>
40. https://bibliakultura.blog.hu/2020/12/17/varos_281
41. <https://www.bibliai-kincsestar.hu/news/elhivas-es-valasz/>
42. <https://www.magyarokurir.hu/hirek/szent-pal-apostol-megterese-pal-fordulasa>
43. <https://archiv.katolikus.hu/szentek/szent140.html>
44. http://avkf.hu/wp-content/uploads/2018/11/szent_agoston.pdf
45. <http://biolka.ro/upload/Jubileumi%20Kommentar.pdf> 1341-1343, 1392.

46. <http://www.biblia-tarsulat.hu/biblia/kommentar.htm> 28JEREM, 61, 98. pont
47. <https://www.arcanum.hu/hu/online-kiadvanyok/Lexikonok-kereszttyen-bibliai-lexikon-C97B2/p-CA415/papok-es-levitak-CA433/>

12. Melléklet

2021. 04. 13.

Hivatás - élet - munka

Hivatás - élet - munka

Kedves Kitöltő!

Horváth Rebeka vagyok, a Pécsi Püspöki Hittudományi Főiskola harmadéves hittanár-nevelőtanár szakos hallgatója. Ezen kérdőívet azért állítottam össze, mert évfolyamdolgozatom, illetve majd a szakdolgozatom témája a hivatás és az elhívás kérdése, mely által szeretném felmérni, hogy a 21. században mi ösztönzi az embereket, hogy az Urat szolgálják, és hozzá másokat is elvezessenek. A kérdőív kitöltése maximum 15 percet vesz igénybe, anonim, és kizárólag az előbb említett célokra használom fel. Köszönöm, hogy kitöltésével támogatja munkámat!

***Kötelező**

1. Mi az életállapota és hivatása/munkája? *

Válassza ki az összeset, amely érvényes.

- ☐ Pap
- ☐ Szerzetes/nővér
- ☐ Teológus
- ☐ Hitoktató
- ☐ Diakónus
- ☐ Akolitus

2. Az Ön életkora: *

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

- ☐ 20-30
- ☐ 31-45
- ☐ 46-60
- ☐ 60 feletti

3. Hány éve gyakorolja hivatását/munkáját? *

4. Kinek vagy minek hatására választotta ezt a hivatást/munkát? *

5. Mi a motivációja hivatása/munkája végzésében? *

6. Észlelte munkája során a kiégést? *

Soronként csak egy oválist jelöljön be.

☐ Igen

☐ Nem

7. Ha igen, mi volt rá a megoldása vagy mi lehetne az?

8. Mit tesz annak érdekében, hogy elkerülje a motivátlanságot vagy a kiégést? *

Ezt a tartalmat nem a Google hozta létre, és nem is hagyta azt jóvá.

Google Űrlapok