

Bodó Sára

Lelkész a gyászoló mellett

Összefoglalás *Magyarországon a temetések jelentős száma a történelmi egyházak szolgálatával történik, így a lelkipásztorok természetes módon kerülhetnek kapcsolatba gyászoló emberekkel.*

Kiemelve a református egyház gyakorlatát, legalább háromféle értelemben jelenhet meg az a segítség, amelyik támasz lehet a gyászolók sajátos élethelyzetében:

1. Az egyház, a gyülekezet hitvallásából eredően olyan befogadó és támogató közösséget feltételez, amelyik igehirdetésében, egész istentiszteletében lehetőséget ad a védettség átélésére. Az istentisztelet menete, a liturgia egyrészt visszafordítja a gyászoló ember figyelmét a belső lelki tartalmak felé, másrészt segít kifelé-felfelé is figyelni a transzcendens valóság, Isten felé.

2. A személyes lelkigondozói beszélgetés arra kínál lehetőséget, hogy a lelkész és a gyászoló között kialakult bizalomra épülő kapcsolatban őszintén meg lehessen élni a gyász különböző fázisait, küzdelmeit. Különösen fontos lehet ez a büntudat oldásában, illetve az Isten iránt érzett düh, harag elfogadó feldolgozásában.

3. A gyászolóknak nyújtott harmadik segítség-lehetőség még csak részben jelent meg a református egyházban: ez a csoportos lelkigondozás. Részleges hagyománynak lehet tekinteni a bibliaórák „sajátélményre épülő” beszélgetéseit. A gyászolók egy csoportba hívása azonban olyan új utat kínál, amely hozzásegítheti a hasonló élethelyzetben lévő embereket a tapasztalatok és érzések kölcsönös átéléséhez, feldolgozásához. A lelkész ebben az esetben koordinátori szerepet tölt be, aki a gyászoló emberek egymásra figyelését segíti.

Magyarországon a temetések jelentős száma még mindig a történelmi egyházak szolgálatával történik. Csak a református egyház statisztikáira figyelve: 1998-ban a 141 ezer elhalálozási esetből a református lelkipásztorok megközelítőleg 30 ezer alkalommal álltak koporsó mellé, hogy igehirdetésükkel vigasztalják a gyászoló hozzátartozókat. Így –hivatásukból fakadóan – folyamatosan és gyakran kerülnek kapcsolatba gyászoló emberekkel. Most elsősorban az ő szolgálatukról lesz szó, ez azonban nem jelenti azt, hogy az alapvonások ne lehetnének jellemzőek más egyházak (római és görög katolikus, evangélikus) gyakorlatára nézve is.

Ha az elmúlt időszakban összességében kevesebb is lett az ún. kazuális egyházi szolgálatok (pl. az esketések, keresztelesek, temetések) száma, ezek egymáshoz viszonyított arányát mégis a temetési szolgálatok túlsúlya határozza meg. Nem csak országos népesedési, hanem egyházi adat is, hogy többet temetünk, mint keresztelelünk. Ez valószínűleg nem csak a fogyó születések száma miatt van így, hanem azért is, mert az emberi életutat nézve a halál magánya a legelviselhetlenebb érzés. Élni, házasodni, gyermeket nevelni megpróbálhat az ember önmagára nézve is, a halál közelébe érve azonban nem lehet olyan könnyen átlépni a transzcendens-kérdésen, azon, hogy Istennel szemben „senkié vagy emberé az élet” (Ady). Az elmúlás ténye a legracionálisabban gondolkodó embert is olyasmivel szembesíti, amire legalábbis nehéz racionális választ adni: ki uralta addig, s mivé lesz aztán az élet?

A lelkész nagyon sokféle gyászolóval kerül kapcsolatba. Feltűnő, hogy nem csak olyanokkal, akik a gyülekezet tagjaként hitvallásos keresztyén életet élnek, hanem olyanokkal is, akik laza, érintőleges kapcsolatban vannak az egyházzal, s olyanokkal, akik a temetést bejelentve és kérve találkoznak először komolyan az egyház sajátosságaival. Városi gyülekezetekben különösen sokszor történik meg az, hogy valaki bemegy a lelkészi hivatalba bejelenteni a temetést, de sem ő nem ismeri a lelkészt, sem a lelkész nem ismeri őt.

Miért kérnek az ilyen gyászolók egyházi temetést? Sokszor csak teljesíteni akarják az elhunyt kívánságát, de megtörténhet az is, hogy a gyász ténye, a tehetetlenség érzése, a halál visszafordíthatatlansága még a nem egyháztalabokban is felkeltik azt a vágyat, hogy valami „egyházias” vigasztalást kapjanak. Hogy részesei legyenek valami nagyon ősi rítusnak, amelyben az ember úgy fejezheti ki fájdmalmát, hogy közben Isten mindenhatóságára tekinthet.

Kiemelve a református egyház gyakorlatát, legalább háromféle értelemben jelenhet meg az a segítség, amelyik támasz lehet a gyászolók sajátos élethelyzetében.

1. Az egyház, a gyülekezet önmagában véve olyan *támogató és befogadó közösséget* jelent, amelyik istentiszteletében, liturgiájában lehetőséget ad a védettség átélésére. A gyülekezet már önmagában is lelkigondozó (Makkai, 1947), s nem elsősorban azért, mert a gyülekezeti tagok mind felkészült lelkigondozók, hanem azért, mert az egyház léte önmagában is azt hirdeti, hogy van valaki – Isten –, aki uralkodik olyasmin is, amin az ember már nem képes. A gyászoló szenved a halál hatalmától, ezért jó egy olyan hatalomhoz fordulnia, amelyről hiheti, hogy erősebb a halálnál.

A Szentírás emberképét a vigasztaltságra szorultság is jellemzi, hiszen az ember veszteséget átélő ember, aki elveszítette istenképűségét, büntelenségét, halhatatlanságát. A vigasztalás lényege pedig az, hogy a Szentháromság Isten megadja az ember számára a teljes egzisztenciális újrakezdés lehetőségét (Ézs40,1kk; Jn14,1kk.).

Mindezt szemléletesen fejezi ki a liturgia, az istentisztelet módja és rendje. A liturgia minden istentiszteleten újra és újra felidézi Isten cselekvését, szeretetét és hatalmát. A liturgia elemei, a közös éneklés, az imádságok, a bibliaolvasás, az igehirdetés, a hitvallástétel mind ugyanarról szólnak: Isten bevonja az embert saját cselekvésének folyamatába. Ennek átélése pedig lelkigondozás.

A temetések végén a lelkész meghívja a gyászolókat a gyülekezet istentiszteletére. Ez több ok miatt fontos:

— A gyászoló részese lehet a liturgiának, ami arra ösztönzi, hogy egy sajátos valóságsszinten élje meg aktuális helyzetét. Miközben lehetősége van arra, hogy az imádság, éneklés, igehallgatás közben fokozottan figyeljen saját belső lelki tartalmaira (érzéseire, indulataira), eközben az egész istentisztelet egyúttal kifelé és felfelé is fordítja a figyelmét a transzcendens hatalom felfedezésére (megóv a belső elszigetelődéstől). Az istentisztelet liturgiájában résztvevő ember nem csak kognitív szinten kap valamilyen üzenetet, hanem átrendeződhetnek belső lelki tartalmai is. Tudatosíthatja érzéseit, felvállalhatja indulatait, s ezzel már megkezdődik az átrendeződés. A gyászoló ember életében ez a lehetőség különösen fontos, hiszen neki épp a belső világát kell újra építenie ahhoz, hogy kifelé is rendezetten tudjon élni.

— A gyászoló olyan gyülekezeti tagokkal lehet egy közösségben, akiknek – éppen hitvallásukból eredően – a halál nem tabu. Maga a kifejezés is magától értetődően hangzik minden gyülekezetben, hiszen az egyház léte alapvetően egy szenvedéstörténetre utal. Nincs olyan istentisztelet, amelyen az éneklésben, imádságban, igehirdetésben (szimbolikus cselekvésekben) ne történne valamilyen utalás Jézus Krisztus halálára és feltámadására. A keresztyén ember számára a halál, a gyász, a veszteség életközeli fogalmak, a szocializáció elemei. Itt nem hangzik idegenül, hogy valaki meghalt, s valaki a gyász fájdmalmát éli. A hitét reprezentálni tudó gyülekezet mentálisan és érzelmileg is fogadóképes a gyászoló előtt.

— Az egyház lelkigondozó hatása, hogy az istentiszteleten a lelkész a gyászoló személyes gyászát is beemeli a liturgiába, hiszen az imádságban külön is könyörög vigasztalásért és megnyugvásért. Ezzel valójában a közösség imájának részévé teszi a személyes fájdmalmát, átélhetővé téve a közösség támogatását.

Az istentisztelet, a liturgia úgy is értelmezhető, mint az egyik legősibb rítus, amelyben a krízist átélő ember évszázadok alatt kiformalódott módon fejezheti ki érzéseit, küzdelmeit.

Ebben elfogadottságot élhet át, ami oldja a magára maradottság fájdmát. Ha eredményes gyászunkát nem lehet egyedül végezni, akkor ebben segíthet a gyülekezet liturgiája is.

2. A *személyes lelkigondozói beszélgetés* arra kínál lehetőséget, hogy a lelkész és a gyászoló között kialakult bizalomra épülő kapcsolatban őszintén meg lehessen élni a gyász különböző fázisait.

Az egyéni kísérésnek megvannak a hagyományos és egészen újszerű útjai is.

A hagyományos eljárás közé tartozik az, hogy a lelkész legtöbbször a temetés bejelentésekor találkozik először a gyászolóval. (Még akkor is, ha egyébként ismeri.) Ez azonban sajátos értelemben vett lelkigondozás, hiszen a gyászoló ebben az időszakban legtöbbször a kontrollált szakaszt (Spiegel, 1972) éli, amelyben még mindig késlelteti a gyással való mély szembenézést. Most tőle telhetően intézkedik. A temetés részleteinek megbeszélésén túl ez az első találkozás rendkívül fontos, hiszen a beszélgetés légköre, a lelkész empátiája, segítő biztonsága megalapozhatja, de meg is ronthatja a későbbi lelkigondozói kapcsolatot. A lelkész fölveszi az elhunyt adatait, ismerteti a temetési szertartást, amennyire lehet, a gyászolóval együtt felidéznek az elhunyt életének főbb állomásait, közben azonban kimondatlanul is elindul egy személyes lelkigondozói kapcsolat. A legnagyobb segítői támogatást talán az adja, ha a gyászoló biztonságban érezheti magát: a lelképásztor megérti őt, és mindent megtesz azért, hogy a temetés méltóságteljes és vigasztaló legyen.

A következő találkozás a temetésen történik, ami részben megjeleníti az egyház liturgiáját, részben pedig egészen személyes hangon szólítja meg a gyászolót. A tapasztalat azt mutatja, hogy a gyászolók többsége teljesen emocionális szinten éli át ezt az eseményt. Nem elsősorban az igehirdetés textusára emlékeznek, hanem a nem verbális üzenetekre. A hangsúlyokra, a légkörre, az együttérzésre vagy ennek hiányára. A lelkészek általában sokkal tudatosabb jelenlétet feltételeznek a temetésen, mint amire a gyászolók képesek.

Ezért fontos, hogy a személyes lelkigondozói kapcsolat ne fejeződjön be a temetési szolgálattal, hanem folytatódjon. Az elhangzott igehirdetés későbbi átadása jó alkalom lehet arra, hogy a lelkész akkor legyen a gyászoló mellett, amikor az több mindentől is elkerülhetetlenül szenved. A felkavart érzéseket tekintve, egy jelenség miatt különösen is fontos a lelkigondozói kapcsolat folytatása: ez az Istennel szembeni harag és düh megjelenése. Amennyire természetes lehet ennek fellobbanása, annyira megterhelő is. Ki más segíthetne e harag értő elvállalásában és feldolgozásában mint a lelkész, aki jól tudja, hogy a Szentírás „nagy vesztesei” (Jób, Illés, Mózes) is ismerték ezt az érzést. A düh és a harag folyamatosan jelen van a Biblia lapjain, a zsoltároknak éppúgy, mint az ósatyák és próféták történeteiben. Ez természetesen nem jelentheti az Isten iránti haragra való buzdítást vagy a harag parttalanná válásának helyeslését, de azt igen, hogy ezeket az indulatokat is el lehet fogadni, meg lehet érteni és fel lehet dolgozni.

A személyes lelkigondozásban talán az a lelkész legnagyobb lelkigondozói felelőssége, hogy legyen képes a gyászolót saját gyászának megélésére segíteni. Ha nem kényszeríti a gyászolóra mégoly gyönyörű bibliai törvényeket, elvárásokat sem, ha még lelki módon sem él vissza a gyászoló elesett helyzetével, hanem támogató empátiával segít a saját gyászt átélni.

Sajnos, nem minden gyászoló kap még ilyen személyes lelkigondozási lehetőséget, amely a gyász hosszabb folyamatában jelenthetne támogatást. A temetést bejelentő találkozás és beszélgetés vezetésének megújulása azonban megújíthatja az egész lelkigondozói folyamatot.

3. A gyászolóknak nyújtott harmadik segítség-lehetőség még csak részben van jelen a mai református egyházi életben, bár az alapok kezdettől fogva kísérik a gyülekezeti életet. Ez

az „önsegítő csoportokban” történő lelkigondozás. Részleges hagyománynak lehet tekinteni a bibliaórák „saját élményre épülő” beszélgetéseit. Ezen az összejöveten azonban a lelkésznek domináns szerepe van, hiszen gyakorlatilag egy „beszélgetős” istentiszteletről van szó. Rendjét a lelkész határozza meg, ő választ egy bibliai részt textusnak, bevezető prédikációt mond, majd beszélgetést ösztönöz. A beszélgetés sok esetben eljut a saját élettörténekek bemutatásához, a középpontban azonban mégis Isten ígéje áll. A résztvevők sem azonos helyzetből jönnek, és nem mindannyian gyászolók.

Új utat – ebben a formájában általában még kipróbálatlant – kínál az azonos típusú veszteséget átélt gyászolók egy csoportba hívása. A lelkész személyesen vagy levélben megszólítja a gyászoló embereket, és meghívja őket egy olyan beszélgető körbe, amelyben mód nyílik hasonló élethelyzetük tapasztalatainak és érzéseinek a kölcsönös átélésére, feldolgozására. Nem egy megszabott liturgia határozza meg a találkozások rendjét, nincs előre kiválasztott bibliai ige, hanem az átélt gyász adja a beszélgetések keretét és tartalmát.

A lelkész segítője, és nem kifejezett vezetője a csoport-összejöveteleknek. Ő szólítja meg a gyászolókat, ő gondoskodik a nyugodt találkozási helyszínről, ő kínálja fel a találkozások témaköreit (Pl. A közös idő; Az érzések kettőssége; A vallásosság és düh; A rítusok; A temetési istentisztelet; Az elengedés; A határok kitűzése, A saját idő). A csoportot szervezi, segíti, de nem vezet közvetlen módon. Engedi, hogy a csoporttagok szabadon beszéljenek, egymást meghallgassák, s csak akkor segíti tovább a beszélgetés menetét, ha az valóban elakad, vagy egy csoporttag nem kap lehetőséget a szóra. A lelkész ebben az esetben koordinátori szerepet tölt be, aki segíti a gyászoló emberek egymásra figyelését és kapcsolatát. A sorsközösség megléte önmagában is lelkigondozó hatású, a tapasztalatok cseréje azonban nem csak az elfogadottság érzését növeli, hanem egymás hiteles formálásának, a gyászból való kiútkeresés bátorságának az esélyeit is.

Az egyházak számára szinte felmérhetetlen lehetőség az, hogy szolgálatukból eredően ott lehetnek az emberi élet legnagyobb eseményeinél: születésnél, esküvőnél, keresztelezésnél és a halálnál, temetésnél is. Akkor végzik jól küldetésüket, ha ez a jelenlét olyan segítő és lelkigondozói támogatás, amelyben a gyászoló ember is méltósággal és bátorsággal nézhet szembe az elmúlás fájdmával és titkával.

IRODALOM

- Dietrich, Michael (2000): Pszichológiai és lelkipásztorkodási kézikönyv. Szent István Társulat, Budapest
- Hézszer Gábor (1990): A pásztori pszichológia gyakorlati kézikönyve. Református Zsinati Iroda Sajtóosztálya, Budapest
- Makkai Sándor (1947): Poiménika. A személyes lelkigondozás tana. Református Egyházi Könyvtár XXIII. Budapest
- Müller, Wunibald (1995): Gyász idején... Bencés Kiadó, Pannonhalma
- Spiegel, Yorick (1972): Der Prozess des Trauerns. Analyse und Beratung. Chr.Kaiser, (8).