

Sógor Árpád*

BOLDOGAN ÉLTEK, MÍG MEG NEM HALTAK? **

A LELKIPÁSZTOR HÁZASSÁGA ÉS VÁLÁSA ***

Néhány héttel azelőtt, hogy megtartottam volna ezt az előadást, és valaki jóindulatúan afelől érdeklődött, hogy állok az előadással, ezt válaszoltam neki: amióta felkértek erre az előadásra, egyfolytában a váláson jár az eszem, de még nem sikerült megírnom az előadást. Semmiképp sem az a célom, hogy humorossá tegyek egy sokak számára fájdalmas témát, de én is vallom, hogy a hit és hűség mellett nagyon fontos a humor is. (Az anyósvicceknek például kifejezetten biztonsági gőzkieresztő szerepük is van.) Nehéz volt a témával foglalkoznom, de valószínűleg még nehezebb meghozni egy olyan döntést, hogy váljak-e el, vagy próbáljam helyrehozni házasságomat. *Hézszer Gábor* szerint amikor egy témával foglalkozunk, nem árt tudatosítanunk, hogy noha első látásra úgy tűnik, mi választottuk a témát, tulajdonképpen a téma választ minket. Ebben az elméletben megerősített az is, hogy nemrég egy pszichológus, aki fiatalok ellenére a gyász-munka szakemberévé vált, 32 évesen halt meg súlyos rákbetegségben. Egy kicsit talán önvédelmi reflexből is kötöttem ki (saját házasságomat is féltve), hogy a válásról nem tudok beszélni úgy, hogy előtte ne beszéljek a házasságról; és az előadásra készülve kristályosodott ki bennem ez: ha az elvált lelkészek lelkipádoszásáról vagy a házassági krízisben levő lelkészeknek nyújtandó segítségről akarok párbeszédet kezdeményezni, akkor előbb beszélnem kell a házasságról, a jegyességről és az ismerkedésről is. Tehát előadásomban szó lesz az ismerkedésről, a jegyességről, a házassági felkészítőről, a házasságról, ezen belül a házassággon- dozásról, illetve a konfliktuskezelésről; és a válás kapcsán arról beszélek, hogy közben és utána milyen segítséget tudunk nyújtani a bajbajutottaknak.

Egy tíz évvel ezelőtti prédikációsorozat keretében a lelki- pásztor munkatársairól beszéltem a teológusok előtt, és a házastársi kapcsolatairól megvizsgáltuk az Ige fényében. Róm 16,3–4 alapján Akvila és Priscilla kapcsolatáról beszéltem. Most ebből idézek szemelvényesen:

„Mondhatjátok azt, hogy a házasság nem téma, vagy ép- penséggel téma, de hát ne szóljon bele senki ebbe, mert ez magánügy. Nekem ne mondja meg senki, hogy kinek ud- varoljak vagy kivel udvaroltassak, kit vegyek el feleségül vagy kihez menjek férjhez! És valóban többnyire – a professzorok vagy a lelkipásztorok tudta vagy előzetes véleménykikérése

nélkül – itt is, ott is megjelenik egy-egy karikagyűrű az uj- jatokon, vagy utólag értesülünk arról, sokszor mástól, hogy összeházasodtatok, valakivel összeköttöttétek az életeteket.

Természetünkből kifolyólag többnyire félünk a magányosságtól, az egyedülléttől, és nem akarjuk egyedül kezdeni a szolgálatot a parókiákon. Kimondva vagy kimondatlanul van egy ilyen kapuzárási pánik is a teológiai hallgatóknál, nemcsak az idősebb férfiaknál. Félnék attól, hogy amikor bezárul utánuk a teológia kapuja, akkor már nehezebben fognak házastársat találni maguknak, mert ekkor bizonyára a választék is kisebb lesz. Ebből kifolyólag sokan meggondolatlanul vagy elhamarkodottan kötik össze az életüket valakivel – nem életük végéig, hanem csak egy pár évig.

Hiszem, hogy a házasság, noha nem szentség egy- házunkban, mégis szent dolog. Jobb adni, mint kapni. Ez nemcsak a bokszban, nemcsak a házasságon belül, de azon kívül is érvényes. Egy házaspárnak nemcsak azt kell figyel- nie, hogy mit kaphat egy közösségtől, de azt is, hogy mit ad- hat a közösségnek. Különösen érvényes ez a lelkipásztorok életében.[...]

Manapság körületekintőbben vásárolunk kocsit ma- gunknak, mint amilyen körületekintéssel házasodunk. Ha kocsit vásárolunk, kikérjük mások véleményét is, meghall- gatjuk szakértők, kocsitulajdonosok tanácsát, arról nem is beszélve, hogy csak akkor ülhetünk kormányhoz, ha már nagykorúak vagyunk, vagyis benőtt a fejünk lágya. Ha egy luxuskocsit látunk meg, mégsem vesszük meg, mert tud- juk, hogy a hazai gödrös utakon úgysem lehet kihasználni. Ezzel szemben a házasság magánügy, abba nincs senkinek beleszólása. Valóban magánügy-e a párválasztás, a házasság kérdése vagy sem? Igen és mégsem.

Amikor ezekről a kérdésekről beszélünk, óhatatlanul tisztáznunk kell néhány dolgot. Legelőször is azt, hogy életünk párját mi keressük magunknak, vagy az Úr szerzi nekünk? Mert ha elfogadjuk az utóbbi állítást, bizony nem eléga a szerelem első látásra, hanem hosszú, talán gyötrő imádságok által kiharcolt isteni rábólintás is szükséges. Egy boldog ifjú párt látva nemcsak mi mondjuk, hogy ezeket még az Isten is egymásnak teremtette, hanem ők maguk is így gondolják ezt, és ez még nem is lenne baj. A gondok ott kezdődnek, hogy nemhogy a teológusok barátnői nem tudják, hogy mi vár rájuk lelkészfeleségként, de sokszor maguk a teológusok sem tudják, hogy micsoda felelősséggel jár egy közösség előjárójának, lelkészének lenni, és hogy ez micsoda terhet helyez házastársunk vállára is. [...] Priscilla és Akvila munkatársai voltak Pál apostolnak Krisztus Jézusban. Egymást is segítették a munkában, és a Jézus Krisztusba vetett hit is összekapcsolta őket. Az ApCsel 18,26-ban azt olvashatjuk, hogy Apollónak jobban meg-

* *Sógor Árpád* (sz. 1973) a Kolozsvári Protestáns Teológián szerzett lelkipásztori oklevelet. 1996-tól ugyanitt ifjúsági lelkész. Pasztorál- pszichológiai tanulmányokat Debrecenben és Kolozsváron folytatott, családterapeuta képzést pedig Kolozsváron szerzett. Kutatási terü- letei: istenképesség és emberképességünk, a teológiai hallgatók pályaszoc- ializációja, lelkipásztori élettörténetek, jegyesbeszélgetés, házassági konfliktusok megoldása.

** Az előadás a Romániai Országos Református Lelkészerkezeteti Szövetség országos értekezletén hangzott el Nagyváradon 2011. április 27-én.

*** Bár a tanulmány református lelkészházasságokat elemzi, hasznos ismereteket szerezhet belőle a házasságban élő baptista lelkész is. (a szerk.)

magyarázták az Isten útját. De talán az a legfontosabb – és különösen lelkészek házasságában nélkülözhetetlen és a félreértések elkerülése végett ezt jó lenne előre leszögezni –, hogy az a másokért élő önfeláldozó élet. Milyen szemléletesen mondja Pál apostol Priscilláról és Akviláról: az én életemért saját nyakukat tették le. Vállaljuk-e ezt? Akarjuk-e, tudjuk-e vállalni ezt? Jó volna, ha ezeket a kérdéseket idejében és őszintén tennénk fel magunknak és egymásnak, és ugyanolyan őszintén is válaszolnánk rá. Mert ne gondolja senki, hogy büntetlenül vagy maradandó károsodás nélkül lehet elválni, vagy egyszerűen azt mondani: ha nem megy együtt, akkor külön vagy mással majd könnyebb lesz. A kudarcélmény, hogy én, aki a szeretettől, a megértésről, az egymásra figyelésről, a másik meghallgatásáról prédikáltam, magam nem tudtam alkalmazni életemben, rányomja bélyegét nemcsak az én életemre, nemcsak a másik félre, de az egész gyülekezetre is.”

Néhány napja megkeresett egy kolléga, aki teológusként hallotta ezt a beszédemet, és meglepetésemre ebből a beszédből idézett gondolatokat. Elmondta, hogy nagyon magányos, fél az egyedüllétől, és nem találja élete társát. A kétségbeesés határán van magányában. *Nem jó az embernek egyedül lenni.* De hogyan ismerkedjen? Egy másik lelkész pedig arról számolt be, hogy egy nem is olyan nagy faluban 20 olyan 30–40 év körüli legényember él, akik még nem tudtak megnősülni, és a kocsmában töltik el estéiket.

ISMERKEDÉS

Életünk párját mi keressük magunknak, vagy az Úr szerzi nekünk? A teológus, a lelkész feleséget keres magának vagy tiszteletes asszonyt? A lelkész házasodik, vagy parókiásodik? *Pálhegyi Ferenc* jegyzi meg, hogy manapság a férfiak már nem házasodnak, hanem nőülnek. Sokszor még nem is tudnak leszakadni a szülői háztól, és nőülésre adják a fejüket, aztán rövidesen kiderül, hogy nem is a nő „sül”, hanem az ő feje fő a kapcsolatban.

Az egyházba is beszüremlett az a párválasztási modell, amit az élményfogyasztói társadalom sulykol belénk a könyvek, filmek, zene, reklám, a médiák által, s ez az ún. *hollywoodi modell*:

1. Keress! Keresd életed párját, számtalan történet biztat arra, hogy ha nyitott szemmel keresed, a legváratlanabb időben betoppan a nagy Ő.
2. Legyél szerelmes! Tudni fogod, hogy ő az igazi, fél méterrel a föld felett fogsz lebegni.
3. Vetítsd ki rá minden reményedet, álmodat!
4. Kezdd újra! Ha kiderül, hogy mégsem ő az igazi és nem működik a kapcsolat köztetek, akkor újrakezdheted az első lépéssel.

Van egy másféle párválasztási modell, ami a háttérbe szorult, de ami a Szentírásban követendő példaként előttünk áll. Az Ef 4,17–32 és Ef 5,1–2 arról szól, hogy nem elég csak együtt járni, hanem új életben, szeretetben kell együtt járni. Ez az úgynevezett *szentírási modell*:

1. Legy a megfelelő ember! Utánozd Istent, Krisztust ne csak az úton kövessed, hanem a cselekedeteiben is! Legyél jó, megbocsátó, legyél Isten embere!
2. Járj szeretetben! Döntéseidet egy ilyen közegben hozd meg. Azt adni a másiknak, amire a legnagyobb szüksége van akkor, amikor a legkevésbé érdemli meg.
3. Az Úristenbe vedd a reménységedet!
4. Ha nem működik a kapcsolat, kezd újra, az első lépéstől!

A sok kudarc láttán a kötődéstől való félelem erősödik meg a fiatalokban. *A szüleim elváltak, a testvérem elvált, én már oko-sabb leszek, nem házasodom meg.* Egy nem hivatalos felmérés szerint a romániai fiatalok 75%-a él élettársi kapcsolatban, anélkül, hogy törvényesítenék kapcsolatukat. Ki rövidebb, ki hosszabb ideig él úgynevezett próbaházasságban, amiből akármikor ki lehet lépni. Értelemszerűen jegyesbeszélgetésen sem vesznek részt, hiszen hivatalosan nem házasodnak össze, de valójában a kapcsolat dinamikája szerint viselkednek házasként és szenvednek sérüléseket is. Ezeket a fiatalokat nem tudjuk megszólítani. Ha csak annyit tudunk mondani, hogy a házasság nélküli együttélés, a házasság előtti nemi élet bűn, akkor búcsút vehetünk tőlük. Ezek nem egyháztól idegen fiatalok, hanem azok, akik nálunk konfirmáltak, ifire jártak, talán éppen saját gyerekeink.

Összehangoló névvel jegyesbeszélgetést hirdettem meg együtt járó pároknak. Járható útnak látom, hogy egy civil szervezet által (pl. Életfa) felajánlott képzésben közvetítsük a keresztény értékeket. Ha az együtt élő párokat jegyesbeszélgetésre hívjuk a lelkészi hivatalba, nehezebben jönnek el. De ha felnőttképzésre hívjuk őket egy civil szervezeten keresztül, akkor nagyobb a valószínűsége annak, hogy beszélgetni tudunk velük. Ha az ifjak, az együtt élő párok nem járnak a templomba, nekünk kell kilépni a templom falai közül. Sokkal nyitottabbnak kell lennünk mások felé.

Titokban ott él a vágy mindannyiunkban, hogy Péterekként tömegeknek szeretnénk prédikálni, azt keressük, hogy tudnánk tömegeket behívni a templomba, és közben Fülöpökként egyenként kell odaülnünk egy-egy ember mellé a szekérre, egy-egy ember lelki vezetőjévé válni, hogy aztán már érezve annak igényét, hogy egy közösséghez tartozzon, jöjjön a gyülekezetbe. Jelenleg nincs erre kapacitásunk a református egyházban. De ne is csodálkoznunk, ha egy individualizálódó világban a lelki vezetés után sóvárgók nem nálunk, a református egyházban keresik a válaszokat a kérdéseikre!

A két párválasztási modellt összehasonlítva leszűrhetjük tanulságként, hogy nem a megfelelő társat kell keresned, hanem a megfelelő emberré kell válnod. Nem arra kell koncentrálni, hogy szerelmes légy, hanem hogy szeretetben jársz. Nem azokra kell összpontosítanod, akik betölthetik az úrt az életedben, hanem Istenre kell nézned, és őt kell kérned, hogy alakítson téged és kapcsolataidat. A párkapcsolat során eljön az a pillanat, amikor az ember többre vágyik és elindul a házasság felé. Ezt előzi meg a jegyesség állomása.

JEGYESSÉG

Jegyesbeszélgetés, jegyesoktatás. Tudom, hogy sok esetben elmarad, illetve nagyon formális, csupán a házassági szertartásra korlátozódik. Különösen teológusok esetében, amikor egy-egy barátot vagy rokont kérnek fel a szolgálatra, azon címszó alatt, hogy ti úgyis tudjátok, miről van szó, elmarad a jegyesbeszélgetés.

Néhány éve ajánlhatom magam a hosszabb ideje udvarló teológusoknak, hogy ha elérkezettnek látják az időt a házasságra, részt vehetnek nálam egy öt-hat alkalomból álló jegyesbeszélgetésen. Aki élt ezzel a lehetőséggel, pozitívan emlékszik vissza rá. Egy dolgot kérek tőlük cserébe, ígérjék meg, hogy ha házasságuk válságba kerül, és nem tudnak magukban megbirkózni vele, megkeresnek vagy segítséget kérnek. Én is igyekszem nyomon követni a kapcsolatukat, és jóindulatúan érdeklődöm afelől, hogy miként élnek. Nem másoktól, hanem egyenesen tőlük. Erre senkit sem lehet kötelezni erőszakkal, mégis fontosnak tartom, hogy egy-egy ilyen, komolyabb felkészítő nélkül ne engedjük házasod-

ni teológus diákjainkat. Leírni és kimondani is nehéz volt ezt a mondatot, mégis úgy gondolom, hogy megmentene sok későbbi kellemetlenségtől.

Régebben a teológushallgatók csak püspöki engedéllyel házasodhattak össze. Vagy legalábbis atyai áldást kellett kérni a kapcsolatra. Manapság az ifjú pár csak bejelenti, hogy összeházasodnak. De azért arra is van példa, hogy jegyeskurzuson vettek részt, sőt olyanról is tudok, hogy már az ifjú pár vezeti a gyülekezet keretében beindított csoportos jegyeskurzust. Úgy gondolom, hogy sokkal komolyabban kell vennünk a házasulandókkal folytatott jegyesbeszélgetéseket, és nemcsak a háromszori kihirdetés kötelező, hanem a háromszori jegyesbeszélgetés is.

Követendőnek tartom azt a marosvásárhelyi katolikus példát, ahol a különböző plébániák nem külön tartják a jegyesoktatást, hanem arra a kollegájukra bízják, aki szakember ebben, és aki nem egyedül, hanem már egy kialakult munkatársi közösséggel végzi ezt a szolgálatot.

Az egyik alapkérdés, amit fel kell tennünk az ifjú párnak ez: *csak az esküvőre vagy a házasságra is készültek?* A jegyesbeszélgetéseken feltétlenül beszélnünk kell arról, hogy ki mit hoz a kapcsolatba; és itt nem az anyagi javakra gondolok, hanem a szellemi, lelki örökségre; illetve arról is beszélni kell, hogy kinek milyen elképzelései, reményei vannak a jövőt illetően. *A legtöbb, amit gyerekeinknek adhatunk: gyökerek és szárnyak* – mondta Goethe.

A jegyesbeszélgetés jó alkalom arra is, hogy a házasulandó párokat arra neveljük: merjenek segítséget kérni akkor, amikor bajban vannak. Beszélhetünk nekik arról, hogy mi a házasságban a primer, szekunder és terciér prevenció. Arról, hogy mindig könnyebb megelőzni a bajokat, mint utólag megoldást keresni azokra.

A prevenciókról röviden, Szarka Miklós alapján:¹

1. *Elsődleges, primer prevenció.* Tudatosítható vagy várható vagy előre sejthető válságok megelőzésére tett kísérlet kegyesség-spiritualitás és a párkapcsolat rendszeres ápolásának igényével. Vagy a pár maga gyakorolja ezt, vagy külső segítséget kér (2Móz 4,6-7; 2Kor 11,2-3).

2. *Másodlagos, szekunder prevenció.* A házasfelek nem értékelik egymást, vagy kölcsönösen lebecsülik egymás személyiségét a házaspárkapcsolat összetartó kohézióskrisztusi, érzelmi vagy akarati erők részleges csökkenése miatt. Kísérletet kell tenni e folyamat megállítása és a kapcsolat élénkítése érdekében, hogy meg lehessen előzni egy esetleges válást (1Móz 25,28).

3. *Harmadlagos, terciér prevenció.* A személyiségek kölcsönös és teljes lebecslése házaspár-kapcsolatot összetartó kohéziós erők teljes csökkenése nyomán: egymás nyomorúságát nem értik meg, megbocsátani nem tudnak, de nem is akarnak. A krízisfolyamat megállítására tett kísérlet. Továbbá segítségnyújtás akkor, amikor a házasfelek kimondták válási szándékukat, hogy a velünk együttműködő felet kimentsük a házaspárkapcsolat „romjai” alól (1Sám 25,14-24).

Nossrat Peseschkian, a pozitív pszichoterápia atyja A párkapcsolat 17+1 formája című könyvében² nagyszerűen gyűjtötte össze azokat a kérdéseket, amelyekről érdemes beszélgetni a jegyeség ideje alatt. Akár úgy, hogy a pár kettesben beszél át ezeket a kérdéseket, akár úgy, hogy egy szakember, lelkes, házassági tanácsadó van segítségükre ebben.

Mire ügyeljünk a házasság előtt?

Minden ember természetétől fogva képes a párkapcsolatra. Ám nem mindenki képes arra, hogy felkészülés nélkül vágjon bele egy adott kapcsolatba.

Hogyan készült fel ön a házasságra? Tisztában van-e azzal, hogy mit fog jelenteni önnek ez a párkapcsolat-házasság? Hogy képzelel el az eszményi élettársát? Miként képzelel el az együttélést? Ismeri-e jövődöbelije terveit és céljait? Mennyire felelnek meg ezek az ön saját céljainak, s a kettő mennyire közelíthető egymáshoz még a házasságkötés előtt?

Mire ügyeljünk a házasság ideje alatt?

Nem az a jó házasság, amelyben nincsenek konfliktusok, hanem az, amelyben a felek megfelelően képesek kezelni a fellépő gondokat és nézeteltéréseket.

Komolyan veszi-e partnere „apró” kívánságait? Mely aktuális képességek és élettartományok számítanak különösen sokat önnek és partnerének, és melyek rejlenek a konfliktusok hátterében? Boldognak érzi-e magát kapcsolatában? Mit tesz azért, hogy a párkapcsolat boldog legyen? Mit tud tenni azért, hogy megőrizze az elért boldogságot?

Mire kell ügyelnünk válás és szakítás esetén?

Meg kell kérdeznünk magunktól: tudjuk-e, hogy mely aktuális képességek és élettartományok teszik lehetetlenné párkapcsolatunkat? Tudunk-e különbséget tenni szex, szexualitás, szerelem és szeretet között? Mik a terveink a szakítás után? Mit jelent, mit hoz majd magával a válás nekünk, partnerünknek, gyerekeinknek, családunknak, környezetünknek? Eddig milyen módját vettük igénybe az öngyógyításnak és önterápiának?

A mesék általában úgy végződnek, hogy az ifjú pár egymásra talál a hosszas és nehéz próbák, megpróbáltatások után, aztán egybekelnek, és boldogan élnek, míg meg nem halnak.

HÁZASSÁG

Kevés mese szól arról, hogy mi is történt a házasság bekövetkezése után. Bár van néhány példa arra is, hogy ez a boldog élet milyen nehézségekkel jár: nincs mit tenni az asztalra; elmegy a szegény ember szerencsét próbálni; a szomszéd megkeseríti az életét; a burkus király szorongatja az országot stb.

A csonka, sérült vagy éppenséggel teljes, de mégis feszültséggel teli családokban felnőtt gyermekek kevés jó mintát kapnak arra, hogy mit jelent boldogan élni, férjként-apaként, feleségként-anyaként viselkedni egy párkapcsolatban. Teológusaink elég nagy százalékban (egy-egy évfolyamokon több mint 50%-ban), szakszóval élve sérült családból érkeznek: vagy árvák vagy pedig elvált szülők gyermekei, sok esetben az apa alkohol rabja. Önmagában véve ez nem gond, de azzá válik akkor, amikor nem mernek szembenézni ezekkel a tényekkel, és teher lesz a későbbiek során.

A családdal foglalkozó szakemberek a párok előtörténetének, jelenlegi magaviseletük, gondolkodásuk ismeretében szinte 90%-os pontossággal meg tudják jósolni, hogy a párok együtt maradnak vagy elválnak-e a későbbiek során. Érdekes, hogy a válást sokkal inkább meg tudják jósolni, mint azt, hogy a pár együtt marad. Nincs ebben semmi ördögösség, egyszerűen arról van szó, hogy a válás magától jön, a jó házasságért viszont meg kell dolgozni.

Autónkat két évente elvisszük a teljes műszaki vizsgálatra. Ez természetes, sőt törvénybe foglalt kötelességünk. A házasságunktól meg azt várjuk, hogy magától működjék olajozottan, anélkül hogy valamit is tennénk érte. A gaz magától nő a kertben is, a virágokért pedig meg kell dolgozni.

Mit tétél azért az utóbbi időben, hogy kapcsolatod, házasságod jó legyen, hogy boldognak lásd társadat, és magad is boldog

légy? Mit vagy hajlandó áldozni ezért? Időt, energiát, pénzt? Ha a kérdést csak anyagi szempontból közelítjük meg, sokkal olcsóbb egy házasságot áldozni, mint a válóperes ügyvédet kifizetni.

Még jobb volna, ha magára a házasságra is lelkiismeretesebben készülnénk, illetve készítenénk fel másokat. A testvéregyházak már megelőztek abban, hogy ennek intézményes keretet biztosítsanak. Magyarországon a 90-es évek elejétől Házasság- és Családsegítő Szolgálat indult be a reformátusoknál; Házassági felkészítő és tanácsadó műhely működik az adventista egyház keretén belül is. Római katolikus testvéreinknél 1994 óta Családpasztorációs Iroda áll az azt igénylők rendelkezésére, és Magyarország egyházmegyénként két-két házaspárt kértek fel a munka megszervezésére. Külön püspök felel a családokért.

Lássuk meg a misszió lehetőségét a családmisszióban. Családnapot kell szervezni a nem aktív egyháztagok megszólításával is. Keretet kell biztosítani, szakembert kell hívni, szexuális nevelést kell tartani. Ne csak ifit tartsunk, hanem ifjú házások biblióráját, de ha kell, elvált emberek biblióráját is. Máris vannak példák arra, hogy szülők úgy kapcsolódtak be az egyházi vértkeringésbe, hogy előzőleg gyermekeik vettek részt a nyári bibliaiskola meghirdetett alkalmain.

Mi egyelőre csak ilyen szinten foglalkozunk a válással: „Hallottad, hogy X. Y.-ék válnak? – Ne mondd, pedig milyen példás házasságban éltek!”

Nyolc évvel ezelőtt Tekében tartottunk néhány napos továbbképzőt, amelyen *Komlósi Piroska* vezetésével lelkészpárok voltak együtt. Lelkészerkezetek visszatérő témája a lelkészek lelkigondozása, mert mindenki a maga módján próbálja megoldani a saját gondját. Tudunk-e intézményesen segítséget nyújtani a bajba jutott kollégáknak? Tudunk-e olyan rendszert felépíteni, hogy megelőzzük a gondokat? Vagy igazából a lelkészközösséget kellene jobban ápolnunk, építenünk, és ha igazi közösségként működőnk, akkor könnyebben megoldást találnánk nyomorúságainkra. A 90 éves Vécsei Szövetség alakulásakor (1921. aug. 9–14.) fogalmazták meg, hogy nem klikkekre, hanem önszerveződő regionális szövetségekre van szükség. Amit elődeink célul tűztek ki a 11 pontban, ma is aktuális feladat:

„[...] azok, akik a szövetségbe felvétetnek, mindenképp feltárják egymás előtt önmaguk, gyülekezetük, intézetük, munkakörük helyzetét, nehézségeit, sikereit, reményeit, szükségégeit anyagi és szellemi oldalról.”²³

Öszintén beszélni ma, lelkészközösségben? Kevesen engednek meg maguknak ezt a luxust. De ameddig nem vállaljuk ezt a rizikót, addig halálra ítélt közösség vagyunk. Házasságunkról sem beszélünk szívesen mások előtt, mert ez az intimitás területéhez tartozik. A parókia fala üvegből van – tartja a mondás –, és sokan hadakoznak ez ellen. Nem értenek egyet vele. Én sem. Nem igaz, hogy a parókia fala üvegből van. A parókia fala dupla falú nagyítóüvegből van. Ezáltal minden jobban és nagyobbban látszik benne. És igazából az is felér egy igehirdetéssel, hogy miként él a lelkész a családjával, hogyan vállalja fel azt és keresnek együtt megoldást a családi konfliktusokra. De ha kirakatházasságként éli meg a kapcsolatát, és nem őszintén, akkor azzal súlyos károkat okoz önmagának és a körülötte élőknek is. Ha így közelítjük meg a problémát, újból feltehetjük a kérdést: magánügy-e vagy egyházi érdek-e a lelkészházasság, hogy jó házasságban éljenek a lelkészek?

A házasság gazdagítása

A Szentírásban több helyen is olvashatunk arról, hogy a férfi ismeré az ő feleségét és ebből az ismeretségből gyermek születik. Jelentősen összeillantanak a férfiak, hogy ez tulaj-

donképpen mit is jelent. Közben ez az ismeret nemcsak az aktust jelenti, amiből gyermek születik. Ebben benne van az is, hogy noha már félszavakból is értjük egymást, mégis alkalmat keritünk a meghitt beszélgetésre.

Kérdések a beszélgetéshez⁴

- Mit gondolsz, mivel gazdagította házasságunk az életünket? Mivel gazdagítottuk mi a házasságunkat?
- Mi mindent tanultunk meg azóta, hogy összeházasodtunk? Szerinted mit kellene másként csinálnom, hogy jobb férj/feleség legyek?
- Van-e valami, amiről nehezedre esik beszélgetni?
- Úgy érzed, hogy elfogadlak olyannak, amilyen vagy, vagy pedig meg akarlak változtatni?
- Van-e olyan szokásaim, amelyek bántanak?
- Tettem-e olyat a múltban, ami miatt azóta is neheztelsz rám?
- Van-e valami olyan a házasságunkban, ami ellentétes a Biblia tanításával?
- Úgy érzed-e, hogy kielégítem a szexuális igényeidet?
- Tudják-e gyermekeink, hogy mennyire szeretjük őket? Tettünk róla, hogy megérezzék?
- Mi volt a legjobb dolog, ami ma történt veled?

Hasznos lehet, ha diagnosztizálsd saját helyzetedet és meghatározod, hogy milyen kapcsolatra vágysz. A jó irányú változás első lépése ez: eldöntöd, hol vagy jelenleg, és hova szeretnél eljutni. Célszerű volna egy „házassági GPS” beszerzése és üzemeltetése. Íme néhány a diagnózis során megfogalmazódó lehetséges válaszok közül, a teljesség igénye nélkül:

- Sohasem voltunk igazán szerelmesek egymásba, még a házasságunk elején sem.
- Elvesztettük azt a szerelmet, amit valamikor éreztünk egymás iránt.
- Gondoskodunk egymásról, de házasságunk unalmas.
- Szeretném helyreállítani szerelmünket és megmenteni házasságunkat, de társam nem hajlandó együttműködni.
- Partnerem el akar válni.
- Újdonsült házások vagyunk, és olyan szerelemben szeretnénk élni, ami maradandó és mindig élvezetes.⁵

A történelem arról tanúskodik, hogy egyetlen nemzet sem élheti túl a családi élet széthullását. A görög és a római birodalom hanyatlásának egyik oka az otthon és a tartalmas családi élet felbomlása volt. Nem mondhatjuk, hogy a házasság, a válás teljesen magánügy, mindenki oldja meg saját házassága kérdéseit, hiszen egy idő után már visszafordíthatatlan folyamattá válik a kapcsolat fenntartása, és az első komolyabb konfliktusnál már elválunk.

A KONFLIKTUSOK

Mi a konfliktus? Az, amikor a királylányt veszed el, és a sárkánnyal ébredsz a nászéjszaka után. Piroska pedig meglép a farkassal. A királyfihoz méss feleségül, és egy undok békával ébredsz az ágyban.

Miért bomlanak fel a házasságok?

A „használd el és dobd el” magatartás belopózott a mások iránti érzelmeinkbe. Az emberek iránt tanúsított viszonyulásunk összekeveredik az árucikkekhez való viszonyulásunkkal. Ha valami nem működik, eldobjuk és újat veszünk.

A társadalom egyre inkább elfogadja az időleges házasságokat. Az emberek gondolkodásmódját áthatja az eldobhatóság lehetősége (mobiltelefon, számítógép, autó). Ki hányadik mobiltelefonnal, számítógéppel tart? Ha a Ford autók 30–50%-a a gyártás után néhány év alatt esne darabokra, mindenki

nyilvános vizsgálatot követelne. A házasságok felbomlása miatt azonban nem emelik fel a szavukat, noha az arány már ugyanaz. Nagyon rossz a helyzet, de megérett az idő, hogy a felmérésen, helyzetrajzon, statisztikán túl valami megoldási javaslattal, tervvel álljunk elő.

„Holtomiglan”, „holtáiglan” – mondjuk a házassági esküvel, vagyis örök hűséget fogadunk egymásnak. És mégis minden harmadik házasság felbomlik. És mi van akkor, ha a kapcsolat már halott, a férj és a feleség még élnek, a gyerekek is, de a köztük levő kapcsolat már élettelen, esetleg csak érdekszövetség? Bibliai verset idézek: Jobb a tető szegletében lakni, mint közös házban egy házsártos asszonnal (Péld 21,10).

10 tipikus párkapcsolati probléma⁶

1. A varázs elvesztése
2. A kapcsolat háttérbe szorulása
3. A család és a párkapcsolat összekeverése
4. A kommunikáció hiányosságai
5. Eltérő elvárások
6. Saját gondjaink rávetítése a másikra
7. Konfliktusok rossz kezelése
8. Túlzott összeolvadás
9. A feszültség levezetése párunkon
10. Önzés és önzetlenség közti egyensúly felborulása

Milyen pluszterhek adódhatnak a különböző lelkészházasságokban?

Modellek:

1. A férj lelkész, a feleség otthon van a gyerekekkel. Konfliktusforrások: a gyerekeket taníttatni kell, illetve fizetni kell a bentlakás költségeit, és anyagilag nehezzé válik a család fenntartása egy keresetből. Ez megterhelheti a kapcsolatot. Az elégedetlenség, az irigykedés, hogy másoknak könnyebb, megmérgezheti a kapcsolatot. Ha a feleség nem önszántából, hanem kényszerből adja fel a maga hivatását, ez később elégedetlenséget szül.

2. A férj lelkész, a feleség egyházi alkalmazott. A munkát is hazaviszik. A férj esetleg természetesnek tartja, hogy otthon, a házasságban is főnök, akárcsak a gyülekezeti munkahelyen. Az ilyen szerepvállalások kizárják az értékközlést. Mindketten függenek anyagilag a gyülekezettől, ha csak év végén gyűlik be az egyházfenntartó járuléka, ez a kettős függés megterheli a családot.

3. A férj lelkész, a feleség tanerő, doktornő, jegyző. Főleg a feleségnek nehéz helytállni a kettős szereposztásban, illetve meghúzni a határokat. Ha a feleségnek támad konfliktusa a település polgárával, ez óhatatlanul a lelkész és a gyülekezeti tag konfliktusává válik.

4. A férj lelkész, a feleség más településen dolgozik nagyobb fizetésért. A helyzet az előbbihez hasonló: nehéz helytállni a többes szereposztásban a fárasztó munkanap után, illetve kedvesen viszonyulni a gyülekezeti tagokhoz. Elképzelhető, hogy már nem jut energia a párkapcsolatra sem. A lelkész férj nehezen dolgozza fel, hogy tulajdonképpen a felesége tartja el a családot.

5. A férj lelkész, a feleség is lelkész más településen. A két település közti konfliktus megkeserítheti a párkapcsolatot is. Sokszor nem is az a gond, hogy a lelkész nő vagy a lelkész nem lakik a faluban, hanem az, hogy éppen a rivális faluban lakik.

6. A férj lelkész, a feleség is lelkész ugyanabban a gyülekezetben. Ez szerencsésebb felállás, csak nehéz kivárni. De itt is van azért bőven lehetőség a konfliktusra. Pl. ha a házastársak számára presztízskérdés, hogy ki miként szolgál, illetve hogy nem tudják kezelni azt a feszültséget, hogy egyes gyülekezeti tagok

jobban szeretik a lelkész szolgálatát, mások meg a lelkész nőt hallgatják szívesebben. Vagy a lelkész nő a kedvesebb, szóba áll a gyülekezeti tagokkal, míg a férje mogorva és állandóan siet. Kinek a pap, kinek a „papnő”.

7. A feleség lelkész, a férj „normális” ember. Kevés az ilyen kapcsolat, és talán nehezebb ilyenkor a férjnek, de néhány jó példa reményt adhat arra, hogy ezek nem eleve halálra ítélt kapcsolatok.

Szarka Miklós református lelképásztor és családterapeuta is beszél egyik tanulmányában a lelképásztori házaspárkapcsolatok (rejtett) válságokairól:⁷

- Viszonylag több időt töltenek együtt (egy házban), de ehhez képest kevés vagy semennyi időt sem fordítanak kapcsolatuk ápolására.
- Egyénileg imádkoznak, de nincs közös imaéletük.
- Ingergazdag szociális-társadalmi mozgástér mellettingerszegény belső-intim párkapcsolat.
- Keveset törődnek egymással ahhoz képest, hogy sokat tesznek gyermekeik jövőjéért.
- A házaspárkapcsolat sokáig (vagy tovább) marad gyülekezetért szolgáló kapcsolat, mint öröm- és gyönyörszerző párkapcsolat.
- Érzelmi diszsonanciák a „gyülekezetért szolgáló” és a „gyülekezetből kihúzódó” attitűdök feszültsége miatt.
- Feltűnően sokáig maradnak rejtettek a kis feszültségek, egészen addig, hogy a házaspári kapcsolatingerszegény lesz, és a kapcsolat leépül külső koalíciók nyomán, majd győgyíthatatlanná válik.
- Otthoni kapcsolati zavarok a gyülekezetben érzelmegazdagabb kapcsolatokhoz vezethetnek; vagy fordítva: az érzelmi élet hangsúlyeltolódása következtet (het) be.
- Gyógyító szempontok a gyülekezet-otthon/szolgálat-család területén jelentkező feszültségek oldásához:
- Az állandó professzionális szolgálókészség válságba sodorhatja a lelképásztor magánéletét: ezért fedezd fel újra társadat, gyermekeidet, és családi életet lehetőségeit.
- A házaspárkapcsolatingerszegénnyé válik, ezért: tölts több időt társaddal, beszéljess, imádkozz többet velem!
- A gyülekezeti és családi élet veszélyesen „egybefolyhat”: a titkokat, terheket tudd Isten elé tenni, hogy családodat némileg mentesíthesd. Otthoni feszültségeidet vidd Isten elé, hogy ne a szószekekre vidd fel ezeket.
- Családi életed érzelmegazdagsága metakommunikatív fokozza lelképásztori hitelességed. Szolgálati elkötelezettséged fokoz (hat)ja otthoni hitelességed.
- A szolgálatát, hivatását gyakorló, elhívott lelképásztor családtagjainak tudniuk kell, hogy a férj, az apa, az anya elhívott ember, ezért időnként le kell mondaniuk róla.
- A szolgálatát, hivatását gyakorló elhívott lelképásztornak tudnia kell, hogy ő férj, apa, anya, és erre a feladatra is elhívott, rendelt ember.
- A passzivitáskultúra kialakítása elengedhetetlen az elfáradás és kiegész ellen: a csend, a pihenés, az önmagunk felől érkező jelzések és az Isten felől érkező üzenetek figyelése a passzív feltöltődés idői.
- Gyermekeinknek, nem lelképásztor társunknak ne delegáljunk olyan szerepeket, amely(ek)re nem rendelkeznek belső motivációval.
- A legharmonikusabb szolgálat-család kapcsolat sem mentes attól az etikai dilemmától, amit a „kötelességek ütközése”-ként tartunk számon.
- Nem professzionális segítők, lelki menedzserekre,

gyülekezetépítőkre, fanatikuskokra van szükség, hanem átadott szívű és értelmű őszinte emberekre – otthon és a szolgálatban egyaránt.

Miért nem kérnek a lelkész házaspárok (külső, szakmai) segítséget?

- Mert hiányzik a prevenció szemlélet az egyházban: felelős vezetőkben, lelkipásztorokban, egyháztagokban. A prevenció szemlélet a prófétai lélek egyik megnyilvánulása.
- Mert az emberek agapéként transzcendentálják a szerelmi érzést, és olyan adottságként értelmezik, amelynek nincs szüksége kontrollra, fejlődésére, illetve arra, hogy hűségge minősüljön át.
- Mert olyan mértékű a munkára, szolgálatra való figyelés, az extroverzív alapállás, hogy a lelkipásztor belső magánélete önmaga előtt rejtve marad: egyikük vagy mindkettejük érzékeltlené válik a befelé és felfelé történő figyelés, észlelés folyamatai iránt.
- Mert a tanítói, igehirdetői direktív szerepéből, melyben ő vagy ők az „igazság birtoklóiként” érzékelik önmagukat, nehéz átállni a lelkigondozott nondirektív szerepébe.
- Nagyon sokan olyan „önmagukba zárkózási folyamat” áldozatai, amely bezártságból nem tudnak kitörni: nincs emberük, sem arra, hogy ők gondozzanak másokat, sem arra, hogy megnyíljanak mások előtt.

Így az éveken át hordozott konfliktusok, amelyek kezelhetőek lettek volna korábban, kezelhetetlenekké válnak: az ember „burn out”, „suicid”, „depreszív” tendenciák áldozatává válhat.

Ki vagy mi segít a lelkész házaspár-konfliktuson?

1. A teológiai tanulmányokra való felvétel esetén elengedhetetlen az alaposabb mentális és pszichológiai adottságok vizsgálata és szűrése.
2. A teológiai képzésben és továbbképzésben – a hagyományos teológiai diszciplínák oktatása mellett – elengedhetetlen az önismereti-kísérő tevékenység és kultúra mélyítése.
3. E fentiekre való tekintettel létszükséglet – az egyház evangélizáló-oktató-tanító tevékenysége mellett – a lelkigondozó lelkivezetői kultúra terjesztése és az egyén önmaga iránt támasztott lelki önismereti igényének mélyítése.
4. A párkapcsolatok kezdeti időszakának pozitív érzelmi dinamikáit mint kezdeti lendületet lehet bevonnai az érzelmi ingerszegényülési folyamatok megelőzésébe.
5. A csoportos konzultatív-preventív válságkezelés és válságkezelés egymás mellett szinkronban alkalmazandó az egyéni házaspárgondozással és terápiával.
6. Ugyanis gyakran megtörténik, hogy a csoportos válságkezelő, megelőző tevékenység közben derül fény arra: vannak párok, akiket egyéni párterápiába kell delegálni.
7. Visszafordíthatatlan lelkész házaspár-válság, azaz válás nyomán ajánlatos, hogy az elvált lelkész(ek) poszttraumás válságkezelésben részesüljenek és új szolgálati helyen folytassa(ák) szolgálatukat.
8. Nem ajánlatos válási folyamaton átment lelkész(ek) egyházi bíróság elé idézése. Ez alól kivételt képeznek azok az esetek, amikor a válási folyamatot tudatosan vagy nem tudatosan gyülekezetmegosztási jelenségek kísérik a lelkész(ek) részéről, legyenek akár passzív, akár aktív alanyai e fenti faktoroknak.
9. Minden lelkipásztor, tisztviselő és mindenki elsősorban önmagáért felelős. E felelősséget nem háríthatja át sem a közegyházra, sem egyházi vezetőkre. Különösen veszélyes

felelős tisztviselők meggondolatlan, egyoldalú felelőssé tétele egy-egy emberi tragédiáért.

10. Ugyanakkor óriási a felelős vezetők és döntéshozók felelőssége: a vezetőtől nem csupán a munkatárs, a törvények és a tan iránti hűsége kéri számon, hanem lelkük állapota is; márpedig az ember élő lélek.

Az általam ismert és elvált lelkészek közül 50-nek küldtem levelet.⁸ Azon a véleményen vagyok, hogy minden ember egyedi és nem lehet nekik általános tanácsokat adni, mégis úgy gondoltam, hogy előadásom nem lenne kerek, ha éppen az elvált lelkészek nem kapnak hangot benne. Mivel az érintettek közül kevesen vállalják közvetlenül, hogy megszólaljanak ebben a témában, ezért gondoltam, hogy levélben keresem meg az elvált lelkészeket.

Másrészt mindenki érintett lehet, és most talán boldog házasságban él, de kis idő múlva olyan konfliktusban találja magát, amiből nehezen tud szabadulni. A tulajdonképpeni kérdésem, amire választ keresek, ez: lelkészekként, lelkészársadalomként milyen megelőző, kísérő és utógondozó segítséget nyújthatunk szenvedő kollegáinknak? Itt akár a különböző szenvedélyek fogságában levőkre is gondolhatunk. Az 50 lelkészből tízen küldték el válaszaikat, ezek közül az egyik megírta, hogy ő ezt a kérdést megszenvettede és lezárta, és így semmilyen szinten nem akar foglalkozni vele. A kilenc válaszlevélből nyilván nem tudok általános igazságokat megfogalmazni, de a válaszok azért alátámasztják az elméleti fejtegetésemet néhány dologban.

A válaszokból az derült ki, hogy volt, amikor éretlenül vágtak neki a házasságnak; volt, amikor már házasság előtt láták a konfliktusgócokat, hogy a segítségnyújtás szükséges lett volna, de vagy későn érkezett, vagy nem tudták mit kezdeni vele. Mindenki megszenvettede a válást; és van, aki tanult belőle: meg tudott bocsátani korábbi házastársának és magának is, és az új házasságában minden percnek örülni tud. Van olyan is, aki szerintem még mindig cipeli az elszenvettedt sérelmeket, és szenved. Az is kiderült, hogy nem 50, hanem legalább 90 lelkész vált el a két egyházkerületben. De az is lehet, hogy ha pontosan utána számolunk, akkor a 100-as létszámot is meghaladjuk. Ehhez hozzávehetjük a formálisan még együtt maradt, de ténylegesen már meghalt kapcsolatokat.

KONFLIKTUSMEGOLDÁS

Mi az igazi segítség? Van, amit mi külső segítőként annak gondolunk, de a krízisben levő nem annak fog fel. Erre is találunk jó példákat a válaszlevelekből.

Nem szégyen segítséget kérni házastársi konfliktusaink megoldásához. Neveljük erre a jegyesbeszélgetés során a párokat: merjünk segítséget kérni. És teremtsük meg annak a feltételeit, hogy lehessen segítséget kérni. De van-e olyan bizalmasom, akihez fordulhatok? Miért nem működik közösségként a lelkész-közösség?

Nagyapámnak volt egy listája, amire feljegyezte azon rossz emberi tulajdonságokat, amelyek gyengítik, aláássák a lelkész hitelességét: irigység, kicsinyesség, pökhendiség... Ha jól emlékszem, talán 40 tulajdonságot sorolt fel. Gondolatban én is nyitottam egy listát, amelyre – az egyéni rossz tulajdonságok mellé – folytatásképpen próbálom összeírni azokat az okokat, helyzeteket, fájdalmakat, amelyek megméltelyezik a lelkész-közösség életét. Például:

- Nem szolgatársak, hanem vetélytársak. A jól működő regionális lelkész-közösségek felbomlanak az első parókia megüresedésekor. Tudunk-e örülni egymás sikerének, szak-

mai előmenetelének?

- Pályázási anomáliák, a megfelelő ember a megfelelő helyre elv sérülése is a közösségre való okok közé sorolható.
- Zsinat-presbiteri egyház vagyunk, de az időnként mégis hierarchikus rendszerben nehéz őszinte munkaközösséget kialakítani.
- Sok az elfojtott agresszió az egyházban, ebből kifolyólag a frusztráció is. Depressziós, megkeseredett lelkészek, szenvedélybetegek, a szolgálatba belefáradt szolgatársak kínlódnak napról napra.
- Bizalmatlanság, sokszor valós vagy kivetített belső félelem metélyezi közösségünket.
- Lelkészek irigyek az olyan társaikra, akik elváltak és látszólag boldogok egy második házasságban, ők meg továbbra is szenvednek egy boldogtalan kapcsolatban.

Minden jó szándékú segítségnyújtás csak felületi tünetkezelés marad mindaddig, amíg nem sikerül gyökeresen megváltoztatni a közösséghez való hozzáállásunkat. Vannak olyan lelkészek, akik évek óta nem vesznek részt a lelkesértekezletek munkájában, nem vállalnak közösséget sem egyházmegyei, sem kerületi, sem országos szinten, és nem kéri számon tőlük senki ezt a mulasztást.

A mai világban, ahol követelmény, hogy földrengés- és bombabiztos házakat építsünk, kitzúzhajjuk célként azt is, hogy válásbiztos házasságot építsünk, vagy legalábbis tervezzünk. A biztonsági rendszerre milliókat költünk, hogy ne törjenek be a házukba. A templomokat, a parókiákat bebiztosítjuk, kötelező módon, akciós áron, de így is szép summáért. Nem vitatkozunk azon, hogy ez szükséges vagy sem. Ezt mindannyian fontosnak tartjuk. Azt a pénzt, amit megtakarítottunk azzal, hogy egyévesen az egyházkerületen keresztül kötöttünk biztosítást, nem fordíthatnánk a házasságaink biztosítására?

Amerikából nemcsak a Coca-Colát és a popcornot kaptuk, hanem a krumplit és a családterápiát is. A krumpli hasznosságát nem vitatjuk. Tanúsítom, hogy a családterápia is jó. Az amerikaiak pragmatikus módszereket dolgoztak ki a konfliktuskezelésre. Igaz, nem lehet mindent szolgai módon, mint egy recept előírását követni, de tanulni lehet tőlük.

Az egyik szimpatikus módszer egy úgynevezett békepaktum vagy fogadalom megkötése. Ezt szintén a jegyesbeszélgetés során lehet átbeszélni a párral, illetve ünnepélyesen aláíratni is velük, azért, hogy amikor netalán robbanásig feszülne kapcsolatuk, tudják, miként kell hatástalanítaniuk a bombát.

Békepaktum. Fogadalom⁹

Ha konfliktus üti fel a fejt házaságunkban, így fogunk tenni:

1. Azt fogjuk szem előtt tartani, hogy a konfliktus hozzájárul házaságunk növekedéséhez és fejlődéséhez. Nem mondjuk, hogy „ne kezd megint”, ugródeszkának tartjuk a probléma megoldását egy jobb házasság kialakításához.
2. Felismerjük a bennünk feltoluló haragot, és Isten segítségével igyekszünk úrrá lenni rajta.
3. Idejekorán foglalkozunk a konfliktusokkal, időt hagyunk a lehiggadásra, de nem hagyjuk a dolgot másnapra.
4. Pontosan, egy vagy két mondatra szűkítve megfogalmazzuk a konfliktus lényegét, hogy az mindkettőnk számára világos legyen.
5. A gonddal szállunk szembe, nem a másik féllal.
6. Nem a másikat hibáztatjuk, hanem vállaljuk a felelősséget azért, amivel mi magunk hozzájárultunk a probléma kialakulásához.
7. Inkább a megoldásra összpontosítunk, mint a gond ecsetelésére.

8. Figyelmesen hallgatjuk a társunkat, és nemcsak a gondolatot, hanem az érzéseit is igyekszünk megérteni.
9. Megtanuljuk kimondani, hogy „nem volt igazam” és „bocsáss meg”, és szükség esetén használjuk is ezeket a szavakat.
10. Keressük a bocsánatot, és magunk is megbocsátunk.

A házasságban folyó legtöbb párbeszéd párbajbeszéd. Tanuljuk meg felismerni az odafigyelés akadályait saját kapcsolatunkban, és tegyünk gyakorlati lépéseket a leküzdésükre! Nemcsak a szavakra, hanem a szavak mögött meghúzódó érzésekre is figyeljünk!

Milyen kérdéseket érdemes mindenképpen feltennünk párkapcsolatbeli konfliktushelyzet esetén az önterápia keretében?¹⁰

- Van-e lehetőség a változtatásra? Akarok-e egyáltalán változtatni? Meg tud-e felelni partnerem elvárásaimnak? Akarja-e, hogy megoldódjék a gond? Én mit tettem eddig azért, hogy megoldjuk a gondjainkat?
- Őszintén/nyíltan látom-e helyzetünket? Őszintén megmondom-e a véleményemet? Hajlandó vagyok-e meghallgatni a másikat? Adok-e időt neki is meg magamnak is, vagy azt várom, hogy egyik pillanatról a másikra megoldódjanak a problémák?
- Azt várom, hogy a másik változzon meg, vagy magam is kész vagyok megváltozni? Adok-e még egy esélyt a partneremnek? Hű maradok-e hozzá súlyosabb konfliktus esetén is?
- Ha gondjaim adódtak a kapcsolatunkban, a végleges döntés előtt igénybe vettem-e szakembereket, illetve rokonok és ismerősök segítségét és tanácsát?
- Mit tennék, ha partneremnek munkahelyi vagy anyagi gondjai támadnának? Akkor is vele maradnék? Mi történne, ha hirtelen be kellene érnem/érnünk a legszükségesebbel? Rá vagyok-e utalva partneremre, vagy egyedül is elboldogulnék az üzleti ügyek, illetve a háztartás igazgatásával?
- Mi van akkor, ha nincs konfliktus, csak „kihűlt” a kapcsolat? Mi van akkor, amikor a válni készülő pár azt mondja: „Nekünk nincsenek nyílt konfliktusaink, csak közömbösek lettünk egymás iránt.” Ilyenkor valami rejtett konfliktus van a mélyben, talán a házastársak sem tudnak róla.

A közömbösség az égő gyűlölet közvetlen eredménye, amely depresszióhoz és minden érzelem – örömteli vagy szomorú – kiöléséhez vezet. Ha fenn akarjuk tartani a látszatot, hogy boldog házasságban élünk, de ez csak színjátás, számíthatunk arra, hogy drága árat fizetünk egy olyan színdarabért, amiben mi magunk játszunk.

Ha szerelemmel teli házasságra vágyódsz, akkor engedheted meg magadnak az önsajnálát, a megsértődés vagy a harag luxusát. Ha nem akarsz megbocsátani házastársadnak, ez a szerelem halálához vezet. Isten nem a megbocsátás érzésének a kimunkálására kér házastársad iránt, hanem döntés elé állít, hogy bocsáss meg neki. A „nem tudok megbocsátani” helyett helyesebb úgy fogalmazni, hogy „nem akarok megbocsátani”.

A megbocsátás három lépcsőfoka:¹¹

1. eldöntjük, hogy megbocsátunk;
2. tudatosan ahhoz a viselkedéshez szabjuk magunkat, amit az Úr helyesnek mutatott a Bibliában;
3. bízunk benne, hogy elvégzi az ő részét azzal, hogy megújítja értelmünket és megajándékoz új, átalakított magatartásformával.

Mint keresztény lelkipásztoroknak, lelkipásztoroknak az a nagy többletünk, hogy nemcsak szakmai szempontból fog-

lalkozhatunk a segítségért folyamodó párral, hanem imádkozhatunk értük, sőt velük is. Nem biztos, hogy úgy alakul a beszélgetés, hogy imádkozás is lesz benne, de előtte, míg a beszélgetésre készülünk, és utána, a beszélgetés zárásaként imádkozhatunk. Ettől nem tarthat vissza semmi.

Gyökössy szavaival: fontos bemosakodni és kimosakodni a beszélgetés előtt és után. Lelkészekként elmehetünk a családokhoz, nem kell megvárniuk, míg ők szánják rá magukat arra, hogy felkeressenek. Lehet, hogy így kisebb bennük a motiváció az őszinte beszélgetésre, a gondok feltárására, de áldott, gyógyító alkalommá is válhat, ha tudnak élni a lehetőséggel.

Ki az az ember, aki így keresheti fel családlátogatási céllal a lelkipásztorokat és családjaikat? Az esperesek nem jók erre a célra. Nem a személyük, hanem a hivataluk miatt. Amíg hierarchikus viszony van esperes és lelkipásztorok között, addig ez nagymértékben lehetetlenné teszi a lelkipásztorok viszony kialakulását. A püspök, mint episzkoposz, mint felvigyázó, jó lenne erre a feladatra, ha szét tudnánk választani a püspökök munkáját két területre, lenne egy szuperintendensünk, akinek kormányzói, adminisztratív feladata van és lenne egy lelkipásztorok püspökünk, aki látogatná a lelkipásztorokat.

*Terrence Real*¹² részletesen foglalkozik a házassági válsággal és annak okaival, illetve megnevez őt olyan vesztes stratégiát, amely válsághoz vezet:

1. *Az igazság hajszolása.* Az objektív igazságnak nincs helye az intim párok kapcsolatban. Nem az a lényeg, hogy kinek van igaza-, hanem, hogy megtaláljuk a megoldást. A kapcsolaterősítés azt jelenti, hogy megtanulunk erőszakmentesen élni. Kerüljük az agressziót másokkal és saját magunkkal szemben egyaránt.
2. *A partnerünk irányítása.* Olyan emberekhez vonzódunk, akiknek gondolatai tökéletesen illelnek a mi problémáinkhoz, és ez garantálja, hogy újra megvívjuk gyermekkori csatáinkat. Nem az a jó párok kapcsolat, amelyben a sebekkel nem foglalkoznak, hanem az, amelyben a sebeket kezelik. És az a kiváló párok kapcsolat, amelyben a sebeket begyógyítják
3. *A gátlástalan önkifejezés.* „A hányászacsó átadása”: milyen nyomorultul érzem magam a te hibáid miatt. Elfojtott érzelmek (*Freud*) – gőzkieresztés. Nem fog belehalni, ha nem mondja ki azonnal, ha eszébe jut valami. A konstruktív önkifejezésnek helye van a párok kapcsolatban.
4. *A megtorlás.* Passzív agresszió a düh burkolt kifejezése a megtagadással keresztül. Általában akkor folyamodunk a megtorláshoz, ha az első három vesztes stratégia csődöt mondott. Igen? Ha nem ismered el, hogy igazam van, ha nem engeded, hogy irányítsalak, és ha nem érdekelnek érzéseim, akkor ezt kapd ki. Az áldozat helyzetéből támadunk. Különbőség van az önvédelem és a megtorló támadás között.
5. *A bezárkózás.* A bezárkózást motiválhatja a megtorlás elutasítása, a konfliktustól való félelem, a bizalmatlanság a közelséggel szemben, a sebezhetőség kerülése vagy egyszerűen a fásultság is.

Ha tenni akarunk azért, hogy jó párok kapcsolatban éljünk, akkor egészséges, józan és biztonságos helyre van szükségünk. Ha konfliktusos a gyülekezettel való kapcsolat, akkor ez is megnehezíti a házastársi kapcsolatot, de az is lehet, hogy akkor a külső ellenséggel szemben zárunk rövidre a házastársak, csak hogy ez éppenséggel nem egészséges kapcsolat. Nem fognak messzire jutni a házastársak meghittségük keresésében, amennyiben egyikükre vagy mindkettőjükre igaz az alábbi kijelentések valamelyike:

- pszichés eredetű betegsége van (kényszerbetegség, fóbia, de-

presszió, szorongás);

- szenvedélybetegségben szenved, és nem kezelik azt;
- túlfűtött szexualitásra vagy agresszív viselkedésre hajlamos, és nem kezelik azt.

A depresszió nemcsak a betegeket sújtja, hanem a szereteteiket is. Mindenkinek joga van egyedül dönteni arról, hogy vállalja vagy elutasítja a kezelést, ameddig egyedül él; aki azonban családot alapít, annak a döntése nemcsak a saját életét érinti. Őt depresszióból kettő kér segítséget, pedig kb. 90%-ban eredményesen lehet kezelni. Kötelességünk arra törekedni, hogy a legjobb házastárs és a legjobb szülő váljon belőlünk. Jogunk, sőt kötelességünk mindent megtenni azért, hogy a családtagjaink egészségesek legyenek.

Érezzük, hogy összefonódnak a dolgok? Nem lehet a lelkeszházasságok gondozásáról beszélni, ha nem foglalkozunk például a depressziós lelkeszek megsegítésével. Depressziós lelkeszek, alkoholista lelkeszek, a kiégett, megkeseredett lelkeszek köztünk élnek. (A depresszió oka, hogy valaki rájön, hogy szerepeket játszott és többet nem akar játszani – mondja *Feldmár András*.)

Ha a párok kapcsolatban úgy akarunk dolgozni, hogy közben magunkkal cipelünk egy szenvedélybetegséget, az olyan, mintha az egyik lábunkkal a gázpedált, a másikkal pedig a féket nyomnánk. Egész nap bőgöghetjük a motort, akkor sem jutunk sehová. A szenvedélybetegség a kapcsolaterősítés fékje.

A szenvedélybetegség nem azt jelenti, hogy valaki nem tud meglenni anélkül, amitől jobban érzi magát, hanem azt, hogy nélküle nem tud boldog lenni. Szerfüggőség, viselkedési függőség, de bármilyen örömszerző cselekvést lehet kényszeresen végezni (veszélykeresés, adrenalin, evészet, internet, pornográfia).

Ha valaki egy cselekvéshez vagy egy szerhez nyúl vigaszért, akkor nem a házastársához fordul. A szakkönyvek beszélnek az úgynevezett boldogtalanságstabilizátorokról. Boldogtalanságstabilizátor minden, amihez az emberek fordulnak, ahelyett, hogy egymás felé fordulnának, és közösen megpróbálnák megoldani a gondokat. Gőzszelep szerepük van, elvezetik az elégedetlenséget, elodázzák a válságot, ugyanakkor bebetonozzák a beteljesületlenség érzését. Éppen annyi elégedettséget adnak, amennyi elég annak a helyzetnek az elviseléséhez, amelyet egyébként jobb lenne megváltoztatni.

A férfiakra jellemző a munkamániá, a szerfüggőség, a veszélyek hajszolása, a szerencsejáték, az étkezési zavar, a túlzott tévézés, a túlzott internetezés és a szexfüggőség.

A nőkre jellemző a szeretetfüggőség a gyerekekkel való kapcsolatban, az étkezési zavar, a gyógyszerfüggőség, a költekezés, a túlzott testmozgás, a „nyüzsgésfüggőség” és a szeretetfüggőség egy romantikus kapcsolatban.

Terrence Real felsorol öt nyeroő stratégiát is, amit követhetünk házasságunkban.¹³

1. *Panaszkodás helyett kérés.* Ne kritizáljunk, kérjünk. Nincs jogunk elpanaszolni, hogy nem kaptuk meg azt, amit nem is kértünk. A remek párok kapcsolatban több a világos önkifejezés és kevesebb az elfojtott neheztelés (együttérző, problémamegoldó, tapasztalatmegosztó hallgatás).
2. *A szeretetteljes és megértő kommunikáció.* A konfliktusokat nem a nézeteltérések kiiktatása szünteti meg, hanem a nézeteltérések kezelése. Láttam, erről én azt gondoltam, ezt én úgy értelmeztem, éreztem, most azt szeretném.
3. *Nagyvonalú reakciók.* A megértés empátiához vezet, az empátia együttérzéshez, az együttérzés pedig a harc lezárásához. Amikor a társunk szembesít valamilyen visel-

kedésbeli jellemhibával, ne kezdjünk el védekezni. Ahelyett, hogy tagadnánk, amit csak lehet, inkább ismerjük el mindent, amit csak lehet.

4. *Egymás megerősítése.*

5. *A megbecsülés, mint kiaknázatlan lehetőség.* Ha nem tudjuk élvezni a sok jót, akkor semmibe vesszük azokat az ajándékokat, illetve teljesítményeket, amelyek megbecsülést érdemelnek, és semmibe vesszük azt aényt, hogy jogunk van a boldogsághoz.

A megosztott öröm kétszeres öröm, a megosztott fájdalom fele fájdalom. Ez a kapcsolatok egyik alapszabálya.

A RAGYOGÓ HÁZASSÁG RECEPTJE¹⁴

Ha a lehető legjobb házasságot szeretnéd megvalósítani azzal, akit választottál, akkor add a legjobbat a magad részéről házastársadnak, éspedig a következő területeken: áldás, építés, osztozás, érintés.

Áldás: eulógia, jó szó, reagálási mód

Ne térj ki a vita elől, de jó szavakkal válaszolj még akkor is, amikor társad beszéde keménnyé, kritikussá, sértővé válik. Rendelkezel azzal az erővel, hogy megáldd házasságodat a partnerednek kimondott szavaidon keresztül. Azzal is áldást jelenthetsz, ha megtanulod, hogy mikor kell csendben maradnod. Áldást jelentesz a társadnak és házasságotoknak az alábbi négy módon:

1. kedves, szeretetteljes szavaidon keresztül, ahogy vele és róla beszélsz;
2. magatartásoddal, melyből szerető kedvesség sugárzik felé kis és nagy tetteiben;
3. köszöneted és dicséreted kifejezésével;
4. azzal, hogy imádkozol érte Istenhez.

Tehát szép szavak, kedves tettek, hálás dicséret és közbenjáró imádság a társadért. Nem számít, hogy bánik veled a társad, a lényeg az, hogy te áldással reagálj. A szeretet nemcsak érzés, hanem elhatározás, döntés is. Mondjatok áldást szóval, cselekedettel és akkor áldást örököltök. Ne gondold, hogy jobb vagy, mint társad. Amennyire tőled függ, legyen békesség a házasságodban.

Építés

„Szeress még jobban, hogy még értékesebb legyek.” Aedes – tűzhely; oikodomeo – család, otthon, házépítés. Miközben egymást építitek, egy közös otthont is létrehoztok. A Róm 14,19 értelmében a személyes bátorítás, belső megerősítés és béke, harmónia kialakítása tartozik ide.

Építke-e a beszédemmel vagy rombolok? Mit mondhatnék társamnak, ami építi, bátorítja, megerősíti és ami békességet eredményez? A gyógyító figyelmesség is egy fontos építőanyag a házasság építésében. Ne kritizáld a társadat, gondolj pozitív tulajdonságaira, értékeld és dicséred.

Osztozás

Az osztozás igényli önmagad odaadását, a társadra való figyelmet és az együttélések során olyan érzékenységet kifejlesztését, mely észreveszi, hogy mikor adódnak alkalmak a kettőtök közti szeretet elmélyítésére. Minél több szálon kapcsolódtok egymáshoz, annál nagyobb lesz a szeretetetek. Mi mindent oszthat sz meg társaddal? Közös élmények. Egyéni élmények. Életünk megosztása maradandó szeretetet teremt.

Érintés

Az érintés elsődleges kommunikációs eszközünk azok felé, akiket

szeretünk, akár tudatosan ez bennünk, akár nem. Manapság a testi érintésnek csupán három formáját fogadják el: a felszínes kézfogást, az agresszív érintkezést bizonyos sportágakban, és a szexuális közösülést. A férfiak automatikusan a szexet keresik, amikor meghitt közelségre vágnak. Napjaink túlfűtött szexualitása tulajdonképpen mély, kielégítetlen igényünket tükrözi a melegségre, elfogadásra és a nem szexuális érintés meghittségére. Az esetek legnagyobb részében a házassági hűtlenséget nem annyira a szexuális kalandvágy okozza, hanem az érzelmi meghittség utáni vágy. Több olyan esetet ismerek, amikor a házastársak az után váltak el, hogy részt vettek pszichodramás vagy önismereti csoportban. Talán azért, mert egy olyan nagymértékű intimitást tapasztaltak meg a csoportban, amire a párkapcsolatban még addig soha, és nem láttak reményt arra, hogy valaha is megérik.

Ölelj, simogassad a társadat, tanuld meg a nem szexuális indíttatású simogatás örömeit! Igyekezz kifejezni a szeretetedet az érintésen keresztül! Lassítanod kell meghitt érzések kifejezésének megtanulásához! A simogatások mellett legyen alkalmatok a beszélgetésre! Legyen minden este 10 perccel arra, hogy egymás karjaiban fekdjetekek a sötétben, mielőtt elaludnátok. Osszátok meg egymással legmélyebb gondolataitokat és a nap apró örömeit! Kerüld a vitakozást! Ilyenkor van ideje a meghittség kialakításának és a közös elalvásnak. Egymás karjaiban begyógyulnak a nap folyamán szerzett sebek és kudarckok. Lehet, hogy ez a beszélgetés együttes imádságra is készítet, vagy csupán ellazít a testileg is érzékelhető, vigasztaló szeretet.

VÁLÁS

A gyülekezet és az elvált lelkész viszonyát az határozza meg döntő módon, hogy a lelkész milyen minőségű ember volt és milyen minőségű szolgálatot végzett a válás előtt, valamint az is, hogy miként zajlott le a válási procedúra. Ha a válás kigyűrűzik a parókia falain túl, az nagyon sok hitben kiskorú vagy hitben el sem indult embernek okoz elakadást, megbotráncozást. Hatással van mindazokra, akik a lelkészre előzőleg felnéztek és lelkiileg, etikailag függenek tőle. A válaszevelekből az derült ki, hogy a lelkészek, noha félték a gyülekezet reakciójától, sok esetben megértésre találtak.

A felek sokszor nem is a partnertől, hanem a lehetetlen, krízisbe jutott állapottól akarnak elszakadni. Ezért a válás folyamatában felismerhetővé válik, hogy a kapcsolatnak milyen irányba kell fejlődnie ahhoz, hogy a pár tovább tudjon együtt élni.

Először *Andreas Hesstől* hallottam a válás liturgiáról, és azt hittem, hogy ez örültség, s hogy ilyesmit csak egy pihent agyú nyugati találhatott ki. Később megtudtam, hogy az első válási liturgia a 10. századból, a kopt egyház tradíciójából származik. Bűnbánati istentiszteletet tartani válás esetén – *Hézszer Gábor* szerint ez még megoldásra váró feladat. Hézszer Gábor fel is vázol egy lehetséges liturgiát.¹⁵

Ma már szimpatikusabb számomra az ötlet, olyan szinten, hogy azt látom: az egyház magára hagyja az elvált embereket, lelkészeit is, a válás krízisének folyamatában. A válás is egy gyász folyamat, a kapcsolat halálát kell meggyászolni. (Két érdekes könyvet is olvastam a válásról: az egyikben *Barbara Leahy Shlemon*¹⁶ öt gyermek hívő, keresztény anyja 30 év házasság után válik el a férjétől, és elmondja a gyógyulás lehetőségeit. A másik, *Jim Smoke*¹⁷ könyve.)

Ha nem foglalkozunk érzelmeinkkel, érzelmeink fognak foglalkozni mivélünk. A bánattal kapcsolatos érzelmek nagyon sok energiát vonnak el tőlünk. Az intenzív és hosszan tartó

harag levezető alkalmat keres magának. Sokféle gyengítő fizikai tünetet vagy betegséget válthat ki: fekélyek, migrénes fejfájás, bőrbetegségek, asztma, bélhurut. Ha megtanuljuk felismerni az elraktározott harag tüneteit, képessé válunk arra, hogy irányítsuk azokat és ne azok irányítsanak minket.

Hogyan éljük túl a válást?

- Amikor a válás valósága reád tör, szánj elég időt arra, hogy ezt a helyzetet imádságon keresztül helyezd az Úr kezébe. Kérd őt, hogy segítsen, vezessen és érzelmileg támogasson téged!
- Hívd fel a legjobb barátaidat, és kérd meg őket, hogy imádkozzanak érted, és érzelmileg támogassanak!
- Maradj kapcsolatban az érzelmeiddel! Oszd meg őket azokkal az emberekkel, akikben megbízol!
- Nézz szembe a helyzetteddel! Lehet, hogy egy olyan rossz döntést kell túlélned, amit más ember hozott.
- Ne ess pánikba! Emlékezz arra, hogy akármi is történik, Isten gondoskodik rólad!
- Menj el egy ügyvédhez, hogy megtudd, mik a jogaid.
- Írj egy listát az összes félelemedről! Aztán készíts egy másik listát az összes (anyagi, emberi és érzelmi) készségedről!
- Vond magad köré a családtagjaidat, akiket csak tudsz. Kérd a szeretetüket és támogatásukat!
- Keress egy elváltakat támogató csoportot!
- Emlékezz arra, hogy a gyógyuláshoz idő kell! Nem lehet a válás tapasztalatait „azonnal” kezelni.
- Kérj Istentől bölcsességet, hogy eltemesd a múltat, megteremtsd a márt és megtervezd a holnapot!

Hogyan segíthetünk másoknak, hogy épüljenek a válás által?

1. *Ne ítélj!* Fejezd ki mindkét elvált félnek, hogy mindkettőjüket értékeled, és hogy az irántuk érzett barátságod nem azon a személyes teljesítményükön alapul, amit egymással tesznek! Kérd meg őket, hogy engedjék meg, hogy semleges maradj, és mindkettőjükkel folytathasd a barátságot, ha így döntesz.
2. *Szeretettel és megértéssel figyelj oda rájuk!* A jó lelkipogató mindig jó hallgató. A legtöbb ember nem igényli a válaszokat, pusztán olyan emberekre van szükségük, akik szeretettel és megértéssel odafigyelnek rájuk.
3. *Mindenben légy segítőkész!* Nagyon ijesztő és érzelmileg kimerítő, ha valaki egyedül bonyolít le mindent a válás utáni alkalmazkodási szakaszban. Bátorító, ha van egy baráti társaság, amely besegít, ha szükséges.
4. *Adj útmutatást, ahol tudsz!* Tanács helyett útmutatást adj. Ismerd fel korlátaidat, amikor segítséget és útmutatást adsz másoknak.
5. *Irányítsd az embereket a rendelkezésükre álló forrásokhoz!* Minden közösségnek véget nem érő listája van az emberi segítség lehetséges forrásairól. A legtöbben nincsenek tisztában azzal, hogy ezek léteznek, egyszerűen azért, mert még soha nem volt szükségük ilyesmire. Az elvált személy átmeneti állapotban van, az egyik életformából a másikba. Ez nehéz folyamat, nagyfokú segítséget és türelmet igényel.

A megbocsátás szép példája áll előttünk a Jákob és Ézsau találkozásában. A megbocsátó testvér arcában Isten arca sejlik fel. Kiábrázolódik valami abból, hogy Isten az ő arcára és hasonlóságára teremtett minket. A te orcádban Isten orcáját láttam tündökölni. Így kell tekintenünk házastársunkra is.

FELADATOK

Mit tehetünk annak érdekében, hogy a címbeli kérdőjelt felkiáltójellé alakítsuk lelkészházasságokban élő párok esetében: Boldogan éltek, míg meg nem haltak! és még azután is. Milyen megelőző, kísérő és utógondozó segítséget nyújthatunk a lelkészházaspároknak?

- Öszinte problémafeltárás.
- Öszinte beszélgetés, tanácskozás arról, külső szakemberek bevonásával is, hogy mások, más egyházak, közösségek milyen megoldásokat kerestek, találtak ezekre a problémákra.
- Mentorrendszer, epizkoposzrendszer, szupervizorrendszer kidolgozása és kidolgozása, mindenkinek legyen egy lelki atyja.
- Önismereti képzésben való részvétel.
- A jegyesbeszélgetések komolyan vétele, csoportos jegyeskurzusok szervezése, a házasság hete szervezésében való aktív részvétel.
- Tematikus regionális csendesnapok, egyházmegyei lelkész-értekezletek házaspárok részére.
- Erdélyi „Locarno-központokban” félévente minden egyházmegyből egy-egy hétre egy lelkészházaspár üdültetése, helyettesítést az esperesi segédlelkésszel megoldani. A 25 párnak minikonferencia tartása neves előadók, jó szakemberek bevonásával. (*Baptista közösségünkben is működik hasonló. A szerk.*)
- A pozitív példák nagyobb médiajelenléte, az aranylakodalmasok nyilvános felköszöntése. Nem amerikai műmosolyt, hanem életszagú történeteket bevinni a köztudatba.
- Sokszor nem is a nagyobb fizetésre van szükség, hanemcsak annak megtapasztalására, hogy értékelik már itt a földön a hűségesen elvégzett munkát.
- A szenvedélybeteg, depressziós, megkeseredett lelkipásztorokra való hatékonyabb odafigyelés, segítségnyújtás.
- Az elvált lelkészek utógondozása, elváltakkal foglalkozó terápiás csoport.
- A különböző missziók (ifjúsági, kórház-, mentő) mellett a családmiszió beindítása, családbarát templomok, liturgiák.
- Családi életre nevelés, felnőttképzés, civil szervezetekkel való hatékonyabb együttműködés, ennek anyagi támogatására az EU által kínált támogatást igénybe lehet venni.
- Az egyházkerületnek, a lelkészközösségnek érdeke, hogy papjai kiegyensúlyozottak legyenek, hisz így hatékonyabb munkát tudnak végezni.
- Karbantartani a házasságot. Ez azt is jelenti, hogy öleljük a házastársunkat. A te kezébe teszem le az én lelkemet – Krisztus kereszten mondott szavai a zsidó gyermekek esti imádsága is volt. Minden próbálkozásunknak, prevenció, megelőző, kísérő támogatásunknak, házassággazdagító tevékenységünknek vagy utógondozó segítségnyújtásunknak akkor van értelme, ha Isten kezébe tesszük le a mi házasságunkat is.

Forrás:

Református Szemle. Az Erdélyi Református Egyházkerület, a Királyhágómelléki Református Egyházkerület és az Evangélikus-Lutheránus Egyház hivatalos lapja, 2012/1. szám
<http://www.proteo.hu/refszemle/2012/Ref-Szemle-2012-01.pdf>

Jegyzetek

1. Szarka Miklós: *Lelkészházasságok végveszélyben*. Kézirat. Házasság

- és Családsegítő Szolgálat, 2008.
2. Nossrat Peseschkian: *A párkapcsolat 17+1 formája*. Helikon Kiadó, Békéscsaba, 1992, 215.
 3. Fekete Károly: A Vécsei Szövetség. In: Tudománnyal és a hit pajzsával. Kolozsvár, 2008, 26. o.
 4. Selwyn Hughes: *Holtodiglan-holtomiglan*. Harmat, Budapest 1995, 48. o.
 5. Ed Wheat–Gloria O. Perkins: *Szerelemről minden házaspárnak*. KTA Kiadó, Budapest 2001, 16. o.
 6. Palágyi Kata: *10 tipikus párkapcsolati probléma*. Ld. <http://www.parkapcsolatok.com/parkapcsolatiproblema.html> (megnyitva: 2011. márc. 16.).
 7. Szarka Miklós: *A szolgálat és a családi élet feszültségei a gyakorló lelkipásztor életében*. Kézirat. Házasság és Családsegítő Szolgálat 2007.
 8. „Nagytiszteletű X. Y. lelkipásztor úrnak
Kedves Y!
Felkérést kaptam, hogy a soron következő országos lelkész-értekezleten mint lelkipásztor és családterapeuta a lelkészek házasságáról és válásáról tartsak előadást. Az előadás címe: „Boldogan éltek, míg meg nem haltak? Házasságról és válásról a lelkészek körében.” Ezért segítségedet szeretném kérni. Megkérlek, válaszolj néhány kérdésre. Ígérem, hogy a válaszokat név nélkül fogom felhasználni az előadásra való készüléskor. Névtelenül is válaszolhatsz a kérdésekre, ez esetben egy ismeretlen e-mail címről postázd leveled. Meggyőződésem, hogy az elvált lelkészeket sokat tanulhatnak a házasságban élők vagy a párkapcsolat előtt állók, de ennek a tudásnak az átadása nem történik meg, pedig lehet, sok konfliktus másképp alakulna vagy nem végződne válással, ha azt a tapasztalati tudást, amit a konfliktusok, válások közben szereztetek, meg tudnátok osztani másokkal is.
Kérdéseim:
– Hány elvált lelkésztől tudsz? Sorolj fel néhányat, abban a sorrendben, ahogy eszedbe jutnak!
– Mi volt a probléma, ami miatt elváltatok? És a házastársad szerint?
– Mikor jelentkeztek a konfliktus első jelei?
– Volt lehetőségek segítséget kérni a konfliktusok megoldásában? Ha igen, kitől?
– Volt olyan pillanat a kapcsolatokban, amikor jó lett volna, ha valaki kívülről felajánlja a segítségét, hogy megoldjátok a konfliktusokat? Mikor lett volna erre a legnagyobb szükség?
– Befolyásolt a válásodban a lelkész mivoltod? Az egész válási folyamatban mi történhetett volna másképpen, ha nem vagy lelkész?
– A válás után mi volt a legjobb segítség, amit kaptál? És mi lett volna az, amit reméltél?
– Mit tanultál a válásodból?
– Kihez fordulhatsz bármikor gondjaiddal?
– Ki segít, ha nehézséged támad?
– Kihez fordulhatsz bátorításért, elismerésért, ha kétségbeesel?
– Kiben bízol meg, fenntartás nélkül?
Köszönöm, hogy válaszaiddal segítesz abban, hogy egy ilyen nehéz kérdésben együtt gondolkodjunk. Március 15-ig várom a leveled.
Szeretettel Sógor Árpád
Kolozsvár, 2011. február 24-én, Jégtörő Mátyás napján”
 9. Hughes: 84. o.
 10. Nossrat Peseschkian: 218. o.
 11. Ed Wheat–Gloria O. Perkins: 231. o.
 12. Terrence Real: *Házasság vagy szövetség? Modern játzmák egy ősrégi intézményben*. Park Könyvkiadó, Budapest 2008, 368.
 13. Terrence Real: 369. o.
 14. Ed Wheat–Gloria O. Perkins: i. m. alapján.
 15. Hézser Gábor: *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*. Kálvin Kiadó, Budapest 2005, 186–190. (B. v. Issendorf nyomán, in: *Zeitschrift für Gottesdienst und Predigt*, 1988/5., 18. skk.)

Ritusvázlat (liturgia)

Orgonajáték, majd votum:

Teljes életünk, boldogságunk és boldogtalanságunk, örömünk és szenvedésünk Isten kezében van. Vétkeinket és elégtelenségünket magára vállalta Krisztus. A Szentlélek Isten vezet életünk megújulásához. Az Atyának, a Fiúnak és a Szentlélek Istennek nevében, Ámen.

Ének és igeolvasás: Jöjjetek énhozámm mindnyájan, akik megfáradtatok és megterhelhettetek, és én megnyugosztalak titeket. Ima, majd Tanítás a válásról.

Bűnbánati kérdés, majd válasz: Igen, Isten segítségével.

Bűnbocsánat-hirdetés: Nyújtsátok kezeteket egymásnak – a megbékülés és a kölcsönös megbocsátás jeleként. Ének, majd prédikáció, utána pedig orgonajáték.

Az egymás iránti tisztelet megvallása.

Áldás.

Az elváltak imája egymásért.

Miatyánk és ároni áldás.

16. Barbara Leahy Shlemon: *A válás sebeinek gyógyítása. Lelki vezetés a belső gyógyuláshoz*. Marana Tha, Budapest 2004.

17. Jim Smoke: *Épülhetsz a válás által? Leépülsz vagy felépülsz*. Magyar Evangélimi Szövetség–Aliansz, h. n., 2007.

18. Smoke: 8. o.

Felhasznált irodalom

- Boswijk–Hummel, Riekje: *A párkapcsolat forradalma*. Ursus Libris Kiadó, Budapest, 2007.
- Fekete Károly: *A Vécsei Szövetség In Tudománnyal és a hit pajzsával*. Kolozsvár, 2008.
- Gyököcssy Endre: *Ketten – hármásban*. Új Ember, Budapest, 1997.
- Hézser Gábor: *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*. Kálvin Kiadó, Budapest, 2005. (B. v. Issendorf nyomán, *Zeitschrift für Gottesdienst und Predigt*, 1988/5., 18. skk.)
- Hughes, Selwyn: *Holtodiglan-holtomiglan*. Harmat, Budapest, 1995.
- Mol, Arnold: *Házaspárbaj - Nyerjünk mindketten*. Harmat, Budapest, 2008.
- Pálhegyi Ferenc: *Utak és útvesztők a társkapcsolatokban*. Bibliai Házasság gondozó Szolgálat, Budaörs–Pécel, 2005.
- Peseschkian, Nossrat: *A párkapcsolat 17+1 formája*. Helikon, Békéscsaba, 1992.
- Shlemon, Barbara Leahy: *A válás sebeinek gyógyítása. Lelki vezetés a belső gyógyuláshoz*. Marana Tha Kiadó, Budapest 2004.
- Smoke, Jim: *Épülhetsz a válás által? Leépülsz vagy felépülsz*. Magyar Evangélimi Szövetség–Aliansz, h. n., 2007.
- Süle Ferenc: *Az életerő forrásai a családban*. Szent István Társulat, Budapest, 2009.
- Szarka Miklós: *A szolgálat és a családi élet feszültségei a gyakorló lelkipásztor életében*. Kézirat. Házasság és Családsegítő Szolgálat, 2007.
- Szarka Miklós: *Lelkészházasságok végveszélyben*. Kézirat. Házasság és Családsegítő Szolgálat, 2008.
- Tóth Miklós: *Házasságtérápia*. Medicina Kiadó, Budapest, 2005.
- Wheat, Ed - Perkins, Gloria O. : *Szerelemről minden házaspárnak*. KIA, Budapest, 2001.

**Megtalálhatók vagyunk
a világ legkedveltebb
közösségi oldalán is:**

facebook.com/szolgotars