

HÉZSER GÁBOR:

## A vigasztalásról a tárgykapcsolat-elmélet mint a pasztorálpszichológiai tájékozódás egy lehetséges alapja

Nem tudunk nem vigasztalni. Nem tudunk nem együttérezni. A vigasztalás az együttérés által kiváltott reakció. A másik szenvedése együttérést és vigasztalni akarást vált ki bennünk – segíteni, hogy kezelni tudja a szenvedését, és segíteni magunknak, hogy kezelni tudjuk a szenvedéstől való félelmünket. Senki sem szenved egyedül, aki kapcsolatba kerül vele, megérintődik. Aki megérintődik, maga is vigasztalásra szorulhat. A szenvedés a szenvedők szolidáris közösségét alakíthatja ki. Feltételezik, hogy a vigasztalás szó a mai köznyelvben ritkábban fordul elő, mint korábban. Talán azért, mert a vigasztalás sokat veszített értékéből azzal, hogy helyébe az üres vigasztalgatás lépett<sup>1</sup>. Ezekből a tapasztalatokból indultunk ki.

És abból, hogy H. E. Richter megállapítása szerint a „társadalom a szenvedni nem tudás betegségében szenved”<sup>2</sup>. Ha a szenvedés és a vigasztalás egymást meghatározó, korrelatív kapcsolatban áll, akkor a szenvedni nem tudás „vigasztalni nem tudáshoz” is vezethet. A biblikus és a különböző diszciplínák vigasztalásértelmezése segíthet annak felismerésében, hogy mi veszett el abból, ami korábban megvolt és mérlegelendő, hogy egy pszichoanalitikus elmélet segítheti-e a pasztorálpszichológiát visszatálcálni a gyökerekhez.

### 1. A vigasztalás értelmzése a Bibliában

*Az Ószövetség koncepciója.* A szenvedést az Ószövetség embere nyomasztó, fojtogató, fuldoklásos érzésként éli meg. A vigasztalás „fizikai és pszichikai erősítést” jelent, a teljes emberre<sup>3</sup> irányul, amint azt maga a vigasztalást kife-

1 KLESSMANN, M.: *Seelsorge*. Ein Lehrbuch. V&R, 2009.

2 *Der Gotteskomplex*. Die Geburt und Krise des Glaubens an die Allmacht des Menschen. 1979. Neuauflage Psychosozial-Verlag 2005, 129ff (A „társadalom a szenvedni nem tudás betegségében szenved” könyv 2. részének címe).

3 Pl.: Pred. 4,1, Zsolt, 23,4. Részletesen SCHNEIDER-HARPPRECHT, Chr., *Trost in der Seelsorge*, Kohlhammer, 1989. 123k; G. J. Botterweck/Ringgren & al. (kiad.), *Theologisches Wörterbuch zum Alten Testament*, Stuttgart/Berlin/Köln/Mainz 1970, II. köt. 62kk.

jező ige gyökerének széles jelentéstartalma kifejezi<sup>4</sup>. Etimológiájában megjelenik a „*mélyet lélegezni*” jelentés<sup>5</sup>, a fellélegezés. A fojtogató fuldoklásból kiszabadulás a vigaszra találás szimbólumának tekinthető. – A lelkigondozás figyelmét ez arra irányíthatja, hogy a vigasztalás nem primer az intellektualitásra irányul, hanem *érzelmi támogatás*. A szenvedő arra vágyik, hogy *szíve szorongása enyhüljön* (Zsolt 25,17). A héber ige gyökerének széles jelentéstartalma arra is utal, hogy a vigasztalás motivációja lehet részvét, együttérzés, szánalom, egy okozott sérelem megbánása, vagy akár a másik jogtalanul elszenvedett igazságtalanságának a „megbosszulása”. Ezzel felhívja a figyelmet, hogy jó, ha a segítő tudatosítja magában a motivációját, hogy miért vigasztal egy konkrét esetben.

Az *Újszövetségi koncepciójának* fókuszja: a szenvedő ember nem tud önmagának vigaszt nyújtani. A forrás a rajta kívüli, *extra nos*, amint az ember szenvedése részt vállalás Krisztus szenvedésében, a „mi vigasztalásunk is” „olyan bőséges Krisztus által”<sup>6</sup>. Az újszövetségi koncepció az erre való *nyomatékos emlékeztetés*. Ez a transzcendens vigasz az ember embernek nyújtott vigasztaló képessége által – *inter nos* – valósul meg, ölt testet, inkarnálódik. A vigasztalás ezért és ennyiben *karizma, ajándék*<sup>7</sup>. Az átmeneti tárgy elmélet segíthet elképzelni, hogy ez az emberközi kapcsolatokban hogyan realizálódik.

Az *újszövetségi koncepció a félreértelmezés veszélyével is jár*. A kora keresztyén tradíciót befolyásolta a földi életet siralomvölgynek minősítő sztoikus vigasztalásirodalom (Seneca). A szenvedés a földön túli megváltás áráként jelenik meg, a vigasztalás az erről történő racionális kioktatás, a szenvedés

A gyászolók például az élet fenntartásához ételt, italt és ajándékokat kapnak, ami egyben a szolidaritás, az együttérzés jele is (Jer 16,7; Ez 24,17.22; Hos 69,4 ill. Jób 42,14).

4 *nħm* (naham נחם) a konjugáció szerint jelenthet: vigasztalni, megvigasztaltatni (vigasztalást kapni), megbánni (megbánást megengedni), részvéttel (együttérzéssel) lenni, megkönyörülni, megbosszulni. In: E. KÖNIG, *Hebräisch und aramäisches Wörterbuch zum Alten Testament*, Leipzig, 1922 és *Lexikon der Bibelwissenschaft*, i. h.

5 J. SCHARBERT, *Der Schmerz im Alten Testament*, Bonn, 1955, 62 kkk, idézi: Chr. Schneider HARPPRECHT, i. m., uo. A *Lexikon der Bibelwissenschaft* szerint a zsoldároknak (a korábban tévesen léleknek fordított) *nefes* bizonyíthatóan a „valakibe lelket lehelő vigasztalást jelenti” (vö. Zsolt. 77,3; 94,19).

6 Kor 1,3-5: <sup>3</sup>Áldott az Isten, a mi Urunk Jézus Krisztus Atyja, az irgalom Atyja és minden vigasztalás Istene, <sup>4</sup>aki megvigasztal minket minden nyomorúságunkban, hogy mi is megvigasztalhassunk másokat minden nyomorúságban azzal a vigasztalással, amellyel Isten vigasztal minket. <sup>5</sup>Mert amilyen bőséggel részünk van Krisztus szenvedéseiben, olyan bőséges Krisztus által a mi vigasztalásunk is.

7 Róm 12,7-8: <sup>7</sup>aki a szolgálat ajándékát kapta, az végezze szolgálatát; a tanító a tanítást, <sup>8</sup>a vigasztaló a vigasztalást, az adakozó szerénységgel, az előljáró igyekezettel, a könyörülő pedig jókedvvel.

elviselésére és vezeklésre intés. A félreértést és félreértelmezést elősegítette, hogy a vizsgálatra használt görög szó egyaránt kifejez vizaszt és intelmet is. A nyelvtudomány fejlődése konkrétabb értelmezéshez vezetett, a szót például „a szenvedőhöz való együttérző odafordulással” adják vissza<sup>8</sup>.

Tovább élt az az archaikus örökség is, amely a szenvedést a bűn büntetésének vagy „transzcendens pedagógia eszköznék” minősítette és így a vezeklést tartotta a leghatékonyabb *analgetikum*nak. Az egyháztörténet során egyes kegyességi formákban egy, már szenvedés-szenvedélyre emlékeztető, mazochista és szadista vonásokat sem nélkülöző deformáció is kialakult. A szakirodalom ma ezt szekunder magyarázatnak vagy akár blaszfémianak tekinti<sup>9</sup>.

## 2. A pasztorálpszichológiai, szociológiai és rendszerszemléletű vigaszértelmezés

A *pasztorálpszichológia* a szenvedést kapcsolati krízisnek értelmezi és a vezeklés, kioktatás helyébe az együttérző és együtt hordozó, emocionális támasz gyakorlatát állítja<sup>10</sup>, úgynevezett coping folyamatnak<sup>11</sup> tekinti. A vizsgálatot dinamikus kapcsolati folyamatnak tartja, amely például a tárgykapcsolat-elmélet<sup>12</sup> szerint értelmezhető: egy olyan – szimbolikusan értel-

8 A görög parakalezis kifejezés jelentésspektruma: segítségül hívás; bátorítás; építő megszólíttatás, intelleum. A lelkigondozás számára a pontosabb értelmezést feldolgozta: PIPER, H-CHR., *Einladung zum Gespräch. Themen der Seelsorge*. V&R, 1998, 181ff, idézi és részletesen kifejti: KLESSMANN, M., *Seelsorge. Ein Lehrbuch*. V&R, 2009, 220. vö. MENGE-GÜTHLING, *Enzyklopädisches Wörterbuch der griechischen und deutschen Sprache*, Berlin, 1951, címszó; az értelmezéshez ld. PIPER, H-CHR., *Einladung zum Gespräch. Themen der Seelsorge*. V&R, 1998, 181kk; Christian MÖLLER: *Seelsorglich predigen. Die parakletische Dimension von Predigt, Seelsorge und Gemeinde*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1990.

9 Például Pld. 3,12k. vö. Gerstenberger, W., Schrage, G., Leiden. Stuttgart 1977, 196kkk Sölle, Dorothee, Leiden, Herder, Freiburg, 1993, 26 kk.

10 KLESSMANN op. cit. 220.

11 Coping (angol), a Lazarus bevezette fogalom megküzdési stratégiát jelent.

12 A Freud utáni pszichoanalitikus elméletek vezették be az úgynevezett *átmeneti tér* és *átmeneti tárgy* fogalmát. Jelenti a kisgyermek és az anya közötti tökéletes biztonság érzetét nyújtó teret, és amelyben ennek a biztonságérzetnek a következtében fel is ismerheti, hogy ő nem azonos az anyjával, hanem önálló személy. Az *átmeneti tárgy*: a jelen nem lévő anyát megjelenítő, rá emlékeztető tárgyak, melyek számára az anyát *reprezentálják* – pl. a kedvenc maci. Egyszerre szimbólumok és konkrét tárgyak, értéküket nem a szimbólum, hanem a kézzelfogható valóságosságuk adja. – A felnőtt személyiség számára krízishelyzetekben a létfontosságú biztonságérzést és -tudatot, amit egykor az anyához való kapcsolat adott, egy segítő kapcsolat nyújthatja. (A kifejezés nem egészen

mezett – biztonságos térség biztosítása, ahol a szenvedő az érzelmeit védett körülmények között, szabadon kiélheti, azokra regredálhat, és érzelmileg visszakapcsolódhat azokhoz a személyekhez, szituációkhoz, helyekhez, amelyek kisgyermekkorában biztonságot nyújtottak<sup>13</sup>.

A *szociológia* a vallás nyújtotta vigaszt általában a társadalom kiváltotta szenvedés kompenzációjának vagy a közösségbe való (re-)integrációnak tartotta. Mások, például Luhmann<sup>14</sup> szerint a vallás integrációs funkciója erősen ambivalens, egyaránt lehet konstruktív és destruktív, ezért elutasítják ezt a nézetet. A német szociológus a vallás vigaszfunkcióját az előre nem látható veszélyforrások (kiszámíthatatlan történések, véletlenek, kontingenciák<sup>15</sup>) kezelésében ismerte fel. Az ilyen veszélyforrások lehetnek testi-fizikaiak (betegség, baleset), pszichikaiak (traumák), szociálisak (megözvegyülés), ökonómiaiak (munkanélküliség, csőd) és spirituálisak (az élet értelmének krízise, életközépi válság).

A *rendszer szemlélet*<sup>16</sup> aspektusából a *vigasztalás egy dinamikus kapcsolat rendszerfolyamata*. A vigasztalást másfél évtizeddel ezelőtt általában még csak a két érintett közötti interakciónak tekintettük<sup>17</sup>. Ha a perspektívahatárokat kibővítjük, felismerhetővé válnak a környezeti befolyások, például hogy a közösség (társadalom, egyházak) kialakította aktuális vigasz-kultúra miként befolyásolja, hogy „kell/helyes/illik” szenvedni és vigasztalni. Konvenciókkal. Irányítja a szenvedő önmagához és segítőjéhez, valamint a segítő önmagához, továbbá a kettőjük egymáshoz való kapcsolatát. Ezek a befolyások hamarosan dominálhatnak a szubjektív ember- és Isten-képük felett. A szenvedés veszít vagy elvesztheti a személyes átélés egyediségét, azt,

---

szerencsés, mivel ilyen esetben nem „tárgyról”, hanem segítő személyről van szó.) – A magyar származású Melanie Klein, Bálint Mihály, Ferenczy Sándor által képviselt elméletet fejlesztette tovább Winnicot, majd a családterápia számára John Bowlby. Irodalom magyarul: A kapcsolatban bontakozó lélek: Válogatott tanulmányok. Szerk. Péley Bernadette, ford. Alpár Zsuzsa et al. Budapest, Új Mandátum (Pszichológiai horizont) 2004; ill. John Bowlby, A biztos bázis: A kötődés-elmélet klinikai alkalmazásai. Animula, 2009. Angol: Winnicott, D. W., *The Child and The Outside World*. London: Tavistock, 1957.

13 Gyakorlati teológiai reflexiót ad Wagner-Rau, U. „...viel tausend Weisen, zu retten aus dem Tod”. *Praktisch-theologische Reflexionen zu Trost und Trösten*, in: PTh 93 (2004), 2–16.

14 SCHNEIDER HARPPRECHT, op. cit. 109 ff mit Hinweis auf Luhmann, *Funktion der Religion*, 1977, 31kk.

15 Contingit (lat.) történik, contingencia (lat.) véletlen, lehetőség.

16 Rendszerszemlélet: egymás működését kölcsönösen befolyásoló elemek egységét követő tájékozódás. Vö. HÉZSER G., *Miért? Rendszerszemlélet és lelkigondozói gyakorlat*. Pasztorálpszichológiai tanulmányok. Kálvin Kiad., Budapest, 2001<sup>3</sup>.

17 WAGNER-RAU, U., i. h.

ami által „érettebbé válunk, növekszünk, és általa túlnövünk magunkon”<sup>18</sup>. A geokulturális kötöttség mellett (vagy azzal szemben) a *vigasztaló vigasztalás* feltétele az, hogy eljussunk a „vigasztalni nem akarni tudó vigasztalás művészetéhez”<sup>19</sup>, aminek ismertetésére később visszatérünk.

Ha a vigasz *folyamat*, akkor egyértelmű, hogy a gyakorlatban nem jelentheti valamely „kész spirituális-intellektuális pasztoráltechnikai csomag” átnyújtását, legyen az mégoly jól hangzó elmélet vagy rutinos gyakorlat. A vigasz sokkal inkább – Klessmann szavaival körülírva – egy olyan „jótékony, gyógyító momentum”, pillanatelem, amelyet nem mi „állíthatunk elő”, hanem egy kapcsolatban egyszerre csak létrejöhet, aztán eltűnhet, hogy újra megjelenhessen<sup>20</sup>.

*A vigasztaló reprezentáns.* A tárgykapcsolat-elmélet vázolásából kitűnt, hogy a vigasztaló (segítő, lelkigondozó, diakónus, terapeuta) pasztorálpszichológiai szemléletben *helyettesítő* személyként értelmezhető. Két vonatkozásban is: egyrészt a rajtunk kívüli vigaszt és bizakodást egyedül nyújtani tudó *extra nos* reprezentánsa, másrészt a szenvedő korai biográfiai tapasztalata során szerzett ösbizalmat és biztonságot nyújtó személy (nem kizárólag az anya) re-representánsa, megjelenítője.

A vigasz- és bizalomképességet a személyiségfejlődés során a primer kapcsolathoz (általában, de nem kizárólag az anyához) való kötődés alakította ki. A segítő, a lelkigondozó – a maga személyében – ennek a *biográfiai érzelmi tapasztalatnak* a reprezentánsa. A lelkigondozó ezt a primer funkciót – vagy a Bálint Mihály koncepciója szerinti „primer szeretetet” – nem tudja reprodukálni, ám jelenlétével hozzá tud segíteni ahhoz, hogy annak életető, erősítő, reményt adó *emléke megelevenedjen*. Ezt tárta fel a tárgykapcsolat-koncepció.

Ezzel összecseng az a teológiai axióma, hogy a vigasz forrása az önmagunkon, a humánumon túli *extra nos*, az Isten. Teológiailag a segítő ennek a forrásnak olyan reprezentánsa, aki *nem pótolja* a távollévőt, hanem *mint távollévőt teszi távollétében jelenlévővé*, amint ezt a Winnicotti-koncepciónál láttuk. A reprezentáns személye nem „garancia” arra, hogy a távollévő Isten, aki a bizakodás és vigasz forrása, feltétlenül megtapasztalhatóvá válik, hanem azt testesíti meg, hogy a teremtett embernek *van* egy ilyen forrása.

18 FRANKL, Viktor, *Das Leiden am sinnlosen Leben*. Herder Verlag, Basel, Freiburg 1991, S. 34.

19 FEITER, R., tanulmányának programmatikus címe: Trösten – oder: die Kunst, nicht trösten können zu wollen. in: *Pastoraltheologische Informationen* 26 (2005), H. 2, 149–160.

20 A rendszerszemlélet terminológiájában: önmagát építő (autopoietikus) és önszabályozó (autoregulatív).

### 3. A lelkipásztori vigasztalás – frazeológia helyett tranzitív reprezentáció

A szenvedő szenzibilitása az átlagos sokszorosa, megérzi az együtt *nem* érezni tudást vagy a professzionális átmítató, hitegető frázisok bántó ürességét.

Korai tapasztalataink alakítottak ki személyiségspecifikus vigasztalásképességünk (éppúgy, mint vigasztalásképtelenségünk). A vigaszt nem csak a verbalitás hordozza<sup>21</sup>, fontos, de nem elég az aktív meghallgatni tudás. A kapcsolati alap, mint minden antropológiai konstansnál, itt is sokkal mélyebb, nem a szavak szintjéhez kapcsolódik. Ami összeköt, az az együttérzés. Az együttérzés – érzés, amely itt a tudat előtti funkció. Akkor érzek valakivel együtt, ha a másik *együttérzve érzi magát* akkor is, ha szó alig hangzik el. Egy példa erre: apja halálának híre egy családterápiás képzésen érte el. Azonnal pakolt és indult. Valaki kivette a kezéből a táskáját, lekísérte az emeleten át a kerten, a kapuig. Ott megölelte, és ennyit mondott: „Lejöttem veled, talán megérezted, nem maradsz magadra új utad első lépésénél...” Megérezhető vigasz volt a tettből, abból, ami a másiktól kisugárzott, amit nonverbális kommunikációnak nevezhetünk, és amiről tudjuk, hogy az érzelmeket a szavaknál sokkal hitelesebben fejezi ki. Hogyan lehetséges ez?

Teológiaiilag értelmezve nem mi, emberek nyújtunk vigaszt. A vigasz *történik*: akkor, ha Isten a magát veszélyben érző emberi egzisztencia számára közvetlenül *megtapasztalhatóvá* válik. A vigasz Isten dolga és priviligiuma<sup>22</sup>. A vigasztaló ember, a lelkipásztor *csak* istenreprezentáns: nem pótolja a Távollévőt, hanem általa válik a Távollévő *jelenléte* távollétében is megtapasztalhatóvá, azonban a vigasztaló *nem kevesebb*, mint istenreprezentáns! A teológiai tétel és Winnicott „átmenetitárgy”-elmélete összecsengenek.

\*

*A vigasztalan vigasz* messze nyúló gyökerei vannak. Láttuk, hogy az újszövetségi szó, a parakaleo, amit a páli levelek használnak, fordítható vigasztalással és intellemmel is<sup>23</sup> és máig él a szenvedés archaikus összekapcsolása a bűnnel, illetve annak büntetésével. Az erre adott vigaszreakció a *büntelenítést* tartja feladatának, vezeklésre int. Így akar rejtett vagy nyílt ok-

21 A következőkben Feiter, R. Trösten – oder: die Kunst, nicht trösten können zu wollen. In: *Pastoraltheologische Informationen* 26 (2005), H. 2, 149–160. gondolatmenetét követem.

22 2Kor 1,3.

23 THOMAS, J.: *Art. parakaleo*, in: EWNT III (1983), 54–64.

nyomozó bíraskodással vigasztalni. Ez vagy hatástalan, vagy lelkiismereti nyomással növeli a szenvedést. A „nem vigasztalni akarni tudás”<sup>24</sup> óvhatja meg a szenvedőt és vigasztalót a hitegető-ámítgató vigasztalgatás valótlan-ságától és a dogmatizáló, racionális meggyőzésre igyekvő racionális kioktatástól. A súlyos krízisek olyan pre- vagy postdogmatikus élethelyzetek, amikor nem az oknyomozó analízis, nem teológiai reflexió ad támaszt, hanem az istentapasztalat keresése és szerzése<sup>25</sup>. A reflexió ideje a krízis lecsengése után jóval később, a mentális képességek helyreállása után jöhet el.

A vigasztalás nem verbális produktum, hanem történés, ami az *extra nos* által történik. Ezt a történést akadályozhatja, ha az érintettek kommunikatív kapcsolata nem tud megértést, *együttérzést* közvetíteni. A lelkigondozás ezt tudja, és ezért alkalmazza ilyen élethelyzetben a Rogers által kidolgozott partnerközpontú modell gyakorlatát és annak normatív eszköztárát. Ezek ismerete és alkalmazása a gyakorlatban a professzionális kompetencia elengedhetetlen követelményei – *primum non nocere*<sup>26</sup>. De az ilyen pasztoráltechnika még nem oldja meg a szimbólum paradoxijának problémáját<sup>27</sup>: a szenvedő a neki nyújtott vigaszt akkor ismeri fel vigasznak, ha reméli, hogy vigasz van, és azt a vigasztaló személyében magában fel tudja ismerni, ha az ezt éreztetni tudja. A vigasztaló, mint istenreprezentáns, mint „átmeneti tárgy” nem vigasztal, hanem *vigaszt nyújt – át*.

### *Amitől a „szív szorongása enyhülhet” – a vigasztalás mint komplex történés*

Az egyházi gyakorlat azzal, hogy meghatározóan „vigasztaló szavakra” koncentrált, maga is hozzájárult a vigasztalás vigasztalan állapotának kialakulásához és kiüresedéséhez. Ez alól sajnos gyakran a vonatkozó imakultúra sem volt kivétel. A vigasztaló szó, a segítő beszélgetés is szükséges, de távolról sem elég. A lelkigondozó – és nem csak ő – ezt legkésőbb akkor tapasztalja, amikor a szenvedéssel konfrontálódva felismeri és elismeri, hogy tehetetlen, hogy pasztoráltechnikai eszköztára hatástalan, hogy *maga is vi-*

24 FEITER, R. megfogalmazása, i. m.

25 Gerd Theißen ebben az összefüggésben részletesen kifejti, hogy az, amit hitnek nevezünk, nem Isten ismeretére vonatkozik, hanem a vele szerzett tapasztalatra, és a teológia nem bíraskodhat a személyes tapasztalat felett. In: *Glaubenssätze. Ein kritischer Katechismus*, Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, 2012.

26 *Primum non nocere* (lat.): az „első, hogy ne ártsunk”, a hippokratészi etika alaptétele.

27 Például: aki egy jeggyűrűt lát, ismernie kell a házasság intézményét, fel kell tudnia ismerni: aki hordja, házas.

gaszra szorul. Ez a felismerés a valódi kapcsolati alap a szenvedő és közte, ez az, ami élő kapcsolatot biztosít. A szenvedők ilyen szolidáris közössége azonban differenciált is: a lelkigondozó hisz a tranzitív vigaszban anélkül, hogy tudná, most hogyan fog az most inkarnálódni. És le tud mondani arról, hogy ő akarjon vigasztalni. Ez a lehetőségeink határainak nemritkán fájdalommal járó elfogadását jelenti. Az ilyen *lemondani tudás* igen komoly pszichikai teljesítmény, a pszichoanalízis szerint<sup>28</sup> egyenesen az érett személyiség egyik legmarkánsabb ismérve, a teológia szerint úgy mondhatnánk, a hité.

A bibliai vigaszparadigma reflektív: nem Jób barátainak kegyes és kegyetlen elmefuttatásai, a direktivitás a követendő példa, aki vigasztalni akar, az *sírjon a sírókkal*. A bibliai vigaszparadigma „homeopatikus”: kondoleálni azt jelenti, hogy együtt érezni a fájdalmat. Ez igazabb, őszintébb, és esetenként megterhelő. De ez nyithat meg további *gyakorlati* vigaszlehetőségeket. Exemplárisan néhány olyan lehetőségre térünk ki, amelyeknek a köztudatban inkább pejoratív jelentése van. A pszichoanalitikai félreértése ezeket kerülendő „elfojtásnak”, „hárításnak” tartani. Valójában, mint minden pszichikai jelenség, ezek is ambivalensek, hatásuk, attól függően, hogy milyen életkontextusban lépnek fel, lehet destruktív és lehet konstruktív. A lelkigondozásban, terápiában jelentős támaszfunkciójuk lehet. Inspiráló Stollberg<sup>29</sup> pragmatikus megállapítása:

*A lelkigondozásban nem lehet mindent megtenni, de mindenről lehet eltűnődni, fantáziálni.*

Minden vigasztalás alapja a fenti értelemben vázolt tranzitív reprezentáció. Az ilyen alapú lelkigondozói attitűd segíthet a szenvedőnek emlékezni személyes üdvtörténete emléknymaira, a vágyaira és a lehetséges pótcselekvések nyújtotta vigaszra.

*A személyes üdvtörténet nyomaira emlékezés.* A lelkigondozói vigasztalás nem azt jelenti, hogy a lelkigondozó talál (ki) vigaszt. Feladata a bábáskodás<sup>30</sup> – hozzásegíteni ahhoz, hogy a szenvedőben újra világra jöjjenek *személyes üdvtörténete* emlékei. Az ilyen emlékezés, ha meglepő is, akkor sem

---

28 FREUD, S., „Das Unbehagen in der Kultur”. In: *Das Unbehagen in der Kultur*. Und andere kulturtheoretische Schriften. Frankfurt am Main, 1994.

29 STOLLBERG, D., in: *Mein Auftrag – deine Freiheit: Thesen zur Seelsorge*. München, 1972.

30 A Szókratész által kidolgozott *maieutikus* beszélgetésvezetés, amelyet a bábák (maieutiké [gör.] „a bábáskodás művészete”) munkájára alapozott, azt jelenti, hogy valakinek segítenek a saját felismerések megszületésénél, nem a baba szüli meg a gyermeket. A görög filozófus anyja szülésznő volt. Az elméletet Platón fejlesztette tovább.



történik spontán, amikor éppen erre lenne leginkább szükségünk. Ennek oka, hogy egyik fontos pszichikai védőmechanizmusunknak hála, a „rosszat” sokkal intenzívebben őrzik meg emlékezetünk, mint a „jót”. Az ilyen emlék így megóv attól, hogy újra hasonló „rosszba”, veszélybe kerüljünk. Ugyanakkor a korábbi megpróbáltatásokat túléltük, viszont hogy miképp, arra nem, vagy alig emlékszünk. A vigasztalódás egyik formája felidézni, tudatosítani ezt a személyes üdvtörténetet, a túlélést, azt, amit Ady úgy fogalmazott<sup>31</sup>, hogy „amikor elhagytak, mikor a sorsom roskadozva vittem, csöndesen és váratlanul átölelt az Isten”. Az ilyen emlék erős támaszt nyújt, de felidezéséhez sokszor segítség kell. Ennyiben a magunk „lelkipogatója” vagyunk, de szükség lehet valakinek a támogatására, hogy ezzé válhassunk.

*Illúzió* lenne, ha most pontosan ugyanazt a megszabadulást akarnának elérni, kikényszeríteni. Freud valláskritikájának egyik sarkalatos pontjának azt tartják, hogy a vallást az ember vágyai által generált illúzióknak tekintik, amely megakadályozza a szembenézést a realitással. Freud ennél sokkal differenciáltabban gondolkodott: alapvető különbséget tett aközött, hogy valaki valamire vágyik, vagy görcsösen ragaszkodik egy vágy feltétlen teljesüléséhez, a vágy ilyenkor kikényszerítésként jelenik meg. A kettő nem ugyanaz: „akkor nevezünk egy hitet illúzióknak, ha motivációját a vágyteljesülés uralja...”<sup>32</sup> Azaz nem minden vágy, nem minden kívánság illúzió. De aki ezek teljesülésére *fixálódik*, elveszti a kapcsolatot a realitáshoz, és ez beszűkíti az életterét. A vágy, a kívánság hozzánk tartozó realitás. Konstruktív szerepe (is) van az életben: segít kitekinteni a jelenből, segíti a transzcendálást és ezzel lehetővé teszi egy aktuális élethelyzet új aspektusból történő áttekintését, esetleges korrekcióját, alternatív tervezést és cselekvést. Ennyiben a vágnak is bábáskodó funkciója van. Ha a lelkigondozó nem tudja a vágy és a vágyteljesülés közötti feszültséget, a nyitott kimenetet elviselni, azt, hogy *deo volente*, hogy ember tervez, Isten végez, és az emberi vágyteljesülés illúzióját stabilizálja, azzal nem vigasztal. Ez illúzióba menekülés és elkerülhetetlenül csalódáshoz vezet, ami növeli a szenvedést. Hogy erre egy lelkigondozó képes-e, hogy tudja-e a vágyat mint vigaszt is nyújtani tudó *átmeneti tárgyat* kezelni, vagy a vágyteljesülés illúziójába menekül, az a spirituális kondicionáltságától függ.

*Pótcselekvéseknek* is lehet vigasztaló hatása. Amint azt a kifejezés érzékelteti, egy jelenleg vagy maradandóan lehetlenné vált cselekvési lehetőség helyettesítéséről van szó<sup>33</sup>. Általános tapasztalat, hogy a cselekvés stresszszol-

31 Ady Endre: *Az Úr érkezése*.

32 FREUD, S., *Die Zukunft einer Illusion*, Frankfurt am Main, 1993, 134.

33 Első leírása: FREUD, S., (1909): *Bemerkungen über einen Fall von Zwangsneurose*.

dó. Ez a pótcselekvés egyik értelmezése, és arra hívja fel a figyelmet, hogy nem segít, ha a környezet az ilyen, sokszor értelmetlennek tűnő tevékenységet akadályozni törekszik. Ha a krízisbe jutott stabilizálódott, pótcselekvésre nincs szüksége, és az elmarad, ha nem, akkor önállósult kényszercselekvéssé alakulhat, és ilyenkor szakember segítségére van szükség. Talán a legismertebb *konstruktív* példák egyike, hogy a nők nehéz lelkiállapotukat igen eredményesen tudják kompenzálni rendrakással, takarítással. Egy másik típus például, ha egy régóta vágyott utazás lehetetlenné válik, az úti céllal foglalkozó irodalommal, művészetekkel való ismerkedés vigasztalni tud. Bizonyára mindenkinek elég példa jut eszébe személyes eszköztárából. A pótcselekvések mottója: azt tenni, ami lehetséges, és nem a lehetetlenre fixálódni. Érdemes elgondolkodni ennek a beállítottságnak a teológia relevanciáján.

A személyes üdvtörténet emlékeinek felidézése, az illúziók, vágyak szépségének elképzélése, a pótcselekvések vigasztalnak. Hogy az ember képes rájuk, a kegyelmi ajándékok közé tartozik éppúgy, minthogy a személyes vigasztalni tudni akarásról való lemondásom teszi lehetővé, hogy a távollévő Vigasztaló *távollétében jelenlévővé* váljon.