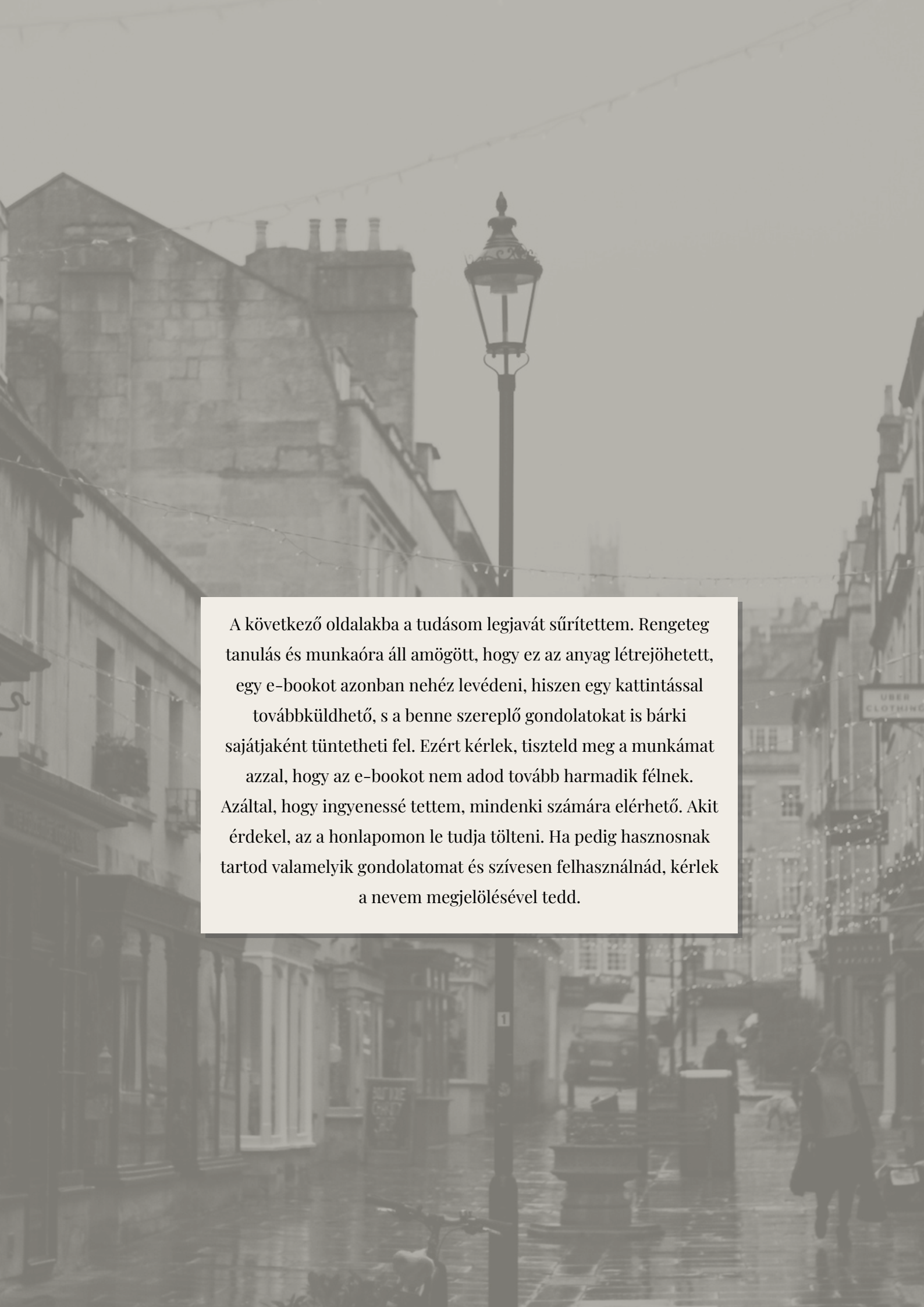
Istenképeink

Ismerd meg Istent olyannak, amilyen!
Egy munkafüzet a gyógyulásért

SCHINDLER ZSÓFIA PSZICHOLÓGUS



A következő oldalakba a tudásom legjavát sűrítettem. Rengeteg tanulás és munkaóra áll amögött, hogy ez az anyag létrejöhetett, egy e-bookot azonban nehéz levédeni, hiszen egy kattintással továbbküldhető, s a benne szereplő gondolatokat is bárki sajátjaként tüntetheti fel. Ezért kérlek, tiszteld meg a munkámat azzal, hogy az e-bookot nem adod tovább harmadik félnek. Azáltal, hogy ingyenessé tettem, mindenki számára elérhető. Akit érdekel, az a honlapomon le tudja tölteni. Ha pedig hasznosnak tartod valamelyik gondolatomat és szívesen felhasználnád, kérlek a nevem megjelölésével tedd.

Tartalom

Milyen az egészséges istenkép? 5

Az istenképed alakulása 8

A gyógyulás nem megy egyedül 10

Bűntudattal kapcsolódás 12

Az Istenhez való kapcsolódás módjai 14

A boldog Isten 21

Perspektívaváltás 24

A belső kritikusod nem Isten 27

Szent Isten 33

De akkor Isten sosem haragszik? 36

Csalódást okozni Istennek 39

Az áldás jelentősége 42

Ilyen Isten valójában 44

Így tarts fenn egy egészséges istenképet 46

Függelék 49

Kedves Olvasó!

Azért vagy itt, mert tudni szeretnéd, milyen Isten valójában. Különböző tanítások és személyek megsebeztek, összezavartak vagy elbizonytalanítottak azzal kapcsolatban, hogy ki is ennek a világnak az ura és hogyan viszonyul hozzánk. Tudom, hogy érzel és szeretnék segíteni, hogy eltalálj egy valódi, igaz, egészséges istenképhez! Köszönöm, hogy ebben bizalmat szavaztál nekem és az e-booknak! Számomra az az egészséges istenkép, ami igaz is. Nem elég, hogy jó érzéseket kelt valami, ha közben távol áll a valóságtól. Ezért kérlek tudd, hogy nem egyszer imádkoztam azért, hogy a következő oldalak tartalma igaz, gyógyító és hasznos legyen számodra!

Megjegyzések a munkafüzettel kapcsolatban:

Az e-book semmilyen formában nem helyettesíti a terápiát. A torz istenképek szorosan összefonódhatnak olyan témákkal, mint a trauma, spirituális bántalmazás vagy a szülő-gyerek kapcsolat (csak hogy néhányat említsünk). Ezért amennyiben úgy érzed, hogy a problémád mélyebben gyökerezik, mint amit itt lehetőségünk nyílik érinteni, bátorítalak, hogy keress fel egy szakembert. FONTOS: Súlyosabb traumák feldolgozására ez a munkafüzet semmiképpen sem alkalmas.

Az e-bookban szereplő esetek:

Az érintettek védelme érdekében az e-bookban szereplő esetek több valós történet egybeolvasztásából születtek. Minden alkalommal álnevet használok, így amennyiben a leírtak alapján magadra ismersz, illetve az ismerősi körödből felismerni vélsz egy konkrét személyt, az kizárólag a véletlen műve.

Őszinteség és bátorság:

Az Istennel való kapcsolatunkat nem egyszerű megvizsgálni. Ugyanis jókora őszinteség és bátorság kell hozzá, hogy ne a „betanult”, tankönyvi válaszokat adjuk (akár saját magunknak is), hanem ki merjük mondani, hogyan is érzünk, mit is gondolunk valójában. Mindig ott a kísértés, hogy azt mondjuk, amiről megtanultuk, hogy igaz, még akkor is, ha mélyen legbelül teljesen más a megélésünk. Ijesztő beismerni, hogy fenyegetőnek vagy folyton dühösnek látjuk Istent, akiről egyébként tudjuk, hogy nem az. Ezért mielőtt belevágnánk a konkrét témákba és feladatokba, kérlek, hogy törekedj minél őszintébb és bátrabb lenni. Erre itt-ott emlékeztetni is foglak a következő oldalakon.

Milyen az *egészséges* istenkép?

Isten az embert a saját képmására teremtette. A legnagyobb torzítások akkor történnek, amikor az ember Istennel próbálja ugyanezt tenni. A saját képmásunkra formált isten nem valódi isten.

Ezért, ahogy azt a bevezetőben már említettem is, az egészséges istenképet mindenekelőtt igazság jellemzi. Nem lehet jótékony a lélek számára valami, ami távol áll a valóságtól, bármilyen jól hangozzék is. Ezért, amikor arra törekszünk, hogy helyrehozzuk a hitünkön keletkezett töréseket, fontos elhatároznunk, hogy az igazságot keressük. Nem azt, amit valaki más hallani szeretne, de még csak nem is azt, amit talán mi magunk szeretnénk hallani. Olyannak szeretnénk látni Istent, amilyen. Ez pedig jóval nagyobb objektivitást igényel, mint amihez mi, emberek alapjáraton szokva vagyunk.

Ugyanis egy arrogáns, rossz vezető szájából is elhangozhat igazság. Valami nem lesz kevésbé igaz attól, hogy dühösen kommunikálják felénk. (Kevésbé vonzó viszont igen.) Érts jól: a bántó, arrogáns, kontrolláló viselkedés nincs rendben. Pont. Jogos a fájdalmad és a dühöd, ha hasonlóban volt részed. Ha pedig még igazat is mondott az illető: akkor sem jogosult akárki arra, hogy egy adott témát felhozzon. Bizonyos kérdésekben ki kell érdemelni a jogot arra, hogy a másik számára tanácsot, kritikát vagy visszajelzést fogalmazzunk meg.

Az érem másik oldala, hogy egy kedves, barátságos ember szájából is érkezhet tévtanítás. Nem feltétlenül hasznos a számunkra, csak azért, mert szelídebb módon érkezett. Amit mondani szeretnék az az, hogy nehéz szétválasztani egymástól a személyt és az üzenetet, egy egészséges istenkép kialakításához azonban elengedhetetlen. Az üzenet értékelése azonban távolról sem jelenti az ember értékelését. Attól, hogy valami igaz, még nem minimalizáljuk az agresszív stílust, amelyben elhangzott. Attól, hogy valami hamis, még nem nézzük le az embert, aki egyébként jószándékkal megfogalmazta.

De az igazság fontos. Mert egyedül az igazság gyógyít. Egyedül az igazság tesz szabaddá.

Az istenkép torzulása több irányban is történhet és rendre Isten egyik attribútumának túlhangsúlyozása okozza. Ez lehet a harag, amely, mint minden szerető szülőt, úgy a Mennyei Atyát is jellemzi, amikor a világban pusztító gonoszságot látja. Melyik apa ne lenne jogosan dühös, ha azt tapasztalja, hogy a gyermeke szenved a saját vagy mások rossz döntései miatt? Ám Isten nem egy állandóan háborgó, mosolytalan Úr. Talán a leggyakoribb torzulás, amikor ezt a tulajdonságát túlhangsúlyozzuk.

A másik oldalon viszont legalább ennyire káros a szeretetet úgy középpontba állítani, hogy az minden más attribútum rovására menjen. A szüntelenül helyeslő, bólogató, cukormázas istenkép szintén nem fedi a valóságot, ennélfogva pedig nem egészséges a számunkra. Mivel a töréseket többnyire azok igyekeznek orvosolni, akik az előbbi kategóriába esnek, ezért ez az e-book is főleg rájuk fog koncentrálni. Ennek ellenére fontosnak tartom itt kiemelni, hogy a hamis istenképek a spektrum másik végén is kialakulhatnak.

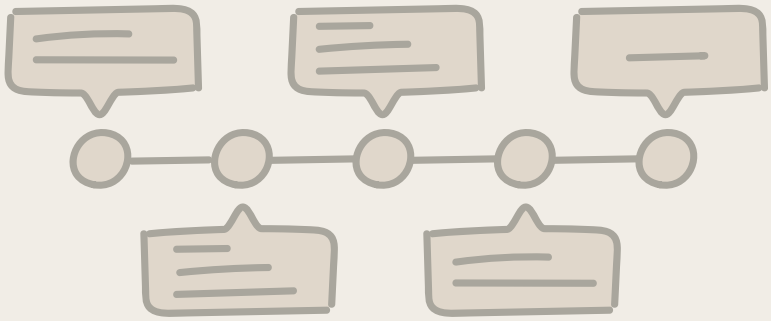
Mindegy, hogy miben tévedünk, a gyógyír ugyanaz: kíváncsivá válni az igaz Istenre. Megismerni, hogy milyen is ő valójában és hogyan viszonyul hozzánk. Hagyni, hogy a Szentlélek korrigálja a látásunkat és vezessen minket az úton.

„A legfontosabb dolog saját magunkkal kapcsolatban az, ami elsőként eszünkbe jut, amikor Istenről gondolkodunk.”

– A. W. Tozer

Az istenképed alakulása

Egy fektetett A4-es lapra rajzolj az alábbihoz hasonló idővonalat! Ez reprezentálja az eddigi életedet. Nem arra törekszünk, hogy hónapra pontosan felidézzünk emlékeket, ezért ne aggódj, ha nem tudod megmondani, egy-egy tapasztalatod mikor született.



1 Mi volt a legkorábbi élményed Istennel, amit fel tudsz idézni? Jegyezd fel az első buborékba, majd innen indulva tüntesd fel az idővonalon a legfontosabb hatásokat, amelyek az istenképedet formálták (mind pozitív, mind pedig negatív értelemben)! Ezek lehetnek konkrét személyek, találkozások, tanítások, könyvek vagy egyéb élmények, amelyek jelentőséggel bírtak. A pozitív tapasztalatokat színezd citromsárgára, a negatívakat szürkére!

2 Milyen érzések kapcsolódnak az idővonalon feltüntetett élményekhez? Írd őket az egyes buborékok köré. Az érzelemkerék segíthet, hogy minél pontosabban megragadd mindazt, ami benned van!

3 Hol vagy most az Istennel való kapcsolatodban? Hogyan látod őt?

Tekints az idővonaladra és ismerd fel, hogy az Istenről alkotott képed ebben a pillanatban is formálódik. Egy negatív, félelemmel vagy szorongással árnyalt felfogás nem kell, hogy egy egész életen át elkísérjen! Képes vagy változtatni azon, ahogy Istenre tekintesz, ám ami még ennél is fontosabb, hogy ő képes változtatni azon, amilyennek látod!

C.S.Lewis Narniájának egy rövid párbeszéde szépen megmutatja, hogy még az egészséges istenkép is folyamatosan változik, ahogy növekszünk a hitben.

> *– Aslan – mondta Lucy – Mintha megnőttél volna.*
> *– Azért, mert kicsit idősebb lettél, kedvesem. – válaszolt ő.*
> *– Nem te nőttél meg?*
> *– Nem bizony. Ahogy növekszel, úgy látsz engem is egyre nagyobbnak.*

Az idővonalnak tehát nincs vége, s ez bizakodásra ad okot, ha úgy érzed, az istenképeden keletkezett repedések már sosem tűnnek el. Ugyanitt fontos leszögezni, hogy Isten sokkal hatalmasabb annál, mint hogy azt emberként felfoghatnánk. És ez így van jól. Nem érdemes olyan Istent követni, akit belefér az általunk alkotott keretekbe. Pontosan a végtelen jóság, szentség, igazságosság az, ami a dicsőítésünk alapja, s ugyanez táplálja a kíváncsiságunkat is. Mert soha nem tudunk úgy Isten elé jönni, hogy ne ismerhetnénk meg még többet belőle. Ez pedig csodálatos! Ezért elengedhetetlen, hogy a sérüléseink ellenére elkezdjünk kíváncsivá válni arra, hogy milyen is Isten valójában. Az egyik legnagyobb kár, amelyet tévtanítás okozhat az, hogy a félelem és a szorongás, amit kelt bennünk, elszeparál minket Istentől.

4 Állj meg egy pillanatra és adj hálát azokért a személyekért és pillanatokért, amelyek pozitívan formálták az istenképedet! Ha van kedved, magának a személynek is kifejezheted, hogy mennyit jelentettek számodra a szavai/tettei. Talán évek teltek el, de egy rövid, hálás üzenet sosem érkezik rosszkor.

Az istenkép helyreállítása nem megy egyedül

Remélem nem bizonytalanodtál el nagyon az oldal címét olvasva. Amikor ugyanis azt írom, hogy az istenkép helyreállítása nem megy egyedül, nem arra utalok, hogy felesleges a munkád, hanem, hogy nem vagy magadra hagyva. Ez pedig a legjobb hír! Mert az igazság az, hogy mindent megtehetünk, ami tőlünk telik, ám akkor is csakis annyit fogunk látni Istenből, amennyit ő megmutat nekünk. Ezért elengedhetetlen, hogy alázattal jöjjünk elé és a segítségére támaszkodjunk.

Ne becsüljük alá a Szentlélek erejét, mert végső soron Isten Lelke az, aki megnyitja a szemünket, élesíti a látásunkat, világosságot ad és megszabadít a szürkehályogtól, amely a lelki szemeinkre tapadt. A következő oldalon ezért találsz egy imádságot, ami mintaként szolgálhat, hogy hogyan kérd Isten segítségét a róla alkotott kép helyreállításában. Természetesen nem kell szóról szóra az én szavaimat használnod, inkább csak azért hagyom itt, hogy ha szeretnéd, hasonló módon bátran szólítsd meg te is a Szentlelket.

Mennyei Atyám! Azért jövök eléd, mert szeretnélek olyannak látni, amilyen valójában vagy. Az évek alatt több olyan hatás ért, amely torzította a látásomat, ezekből van, amit felismertem, de sokról talán most sem értem, milyen mértékben formálta a rólad alkotott képemet. Kérlek vezess, hogy eltaláljak egy igaz és egészséges istenképhez! A Szentlelked által tisztítsd meg a látásomat minden torzulástól, homálytól, sötétségtől! Ragyogd be világosságoddal a hitemnek minden olyan szegletét, amelyben félelem vagy szorongás honol. Élesítsd a lelki szemeimet, hogy kirajzolódjon előttem, milyen Isten vagy valójában és méltóképpen dicsérhesselek és örülhessek a veled való kapcsolatnak! Segíts letennem mindent, ami az igaz ismeretednek az útját állja! Jézus nevében kérlek.

Ámen.

Bűntudat, mint kapcsolódási mód

ESET:

Roland rendszeresen jár bűnvallásra, mégsem érzi úgy, hogy a gyakorlat megkönnyebbülést hozna számára. Hiába biztosítja a lelkész Isten bocsánatáról és szeretetéről, Roland újra és újra attól tart, hogy nem érvényes a vallomása. Fél, hogy talán kifelejtett valamit, vagy nem úgy fogalmazott meg egy dolgot, hogy annak a valódi jelentőségét át tudta volna adni. Máskor előfordul, hogy a bűnvallásról hazafelé jut eszébe egy vélt vagy valós bűn, amit elfelejtett említeni, s ilyenkor mardossa a bűntudat. Roland saját bevallása szerint szeretne jó keresztény lenni és Istennek tetsző életet élni, ám úgy érzi, minden igyekezete ellenére képtelen rá.

Roland esete nem egyedi. Azt tapasztalom, hogy számtalan keresztény küzd a bűntudattal, bűnt keresve ott is, ahol nincs, felnagyítva akár a legapróbb hibákat is. Ők általában úgy tekintenek magukra, mint “rossz” keresztényekre, holott paradox módon ők azok, akik nagyon is komolyan veszik a hitüket.

A jó hír viszont, hogy folyamatos bűntudat nélkül is lehetünk jó követői Krisztusnak. Egyrészt meg kell tanulnunk elhordozni azt a belső feszültséget, amit a bűntudatunk teremt. A kényszeres bűnvallástól ugyanis rendre megkönnyebbülést várunk, ám ahogyan azt Roland esete is mutatja, többnyire csak tovább növeli a szorongásunkat. Ezért azt szoktam javasolni, hogy tekintsünk el a lelkésznél töltött vég nélküli vallomásoktól és korlátozzuk azokat egy bizonyos rendszerességűre (pl. havonta egy alkalom), amelytől akkor sem térünk el, ha nagyon feszít a szorongás. Segíthet, ha a bűnvallásunk során kérjük Istent, hogy azokat a bűnöket is nézze el nekünk, amelyek nem jutottak eszünkbe vagy nem interpretáltuk őket aként. Ez egy egyszerű módja annak, hogy lefedjünk mindent, ami esetleg kimaradt a felsorolásból, s könnyebben elbírjuk a következő alkalomig felmerülő nehéz érzéseket.

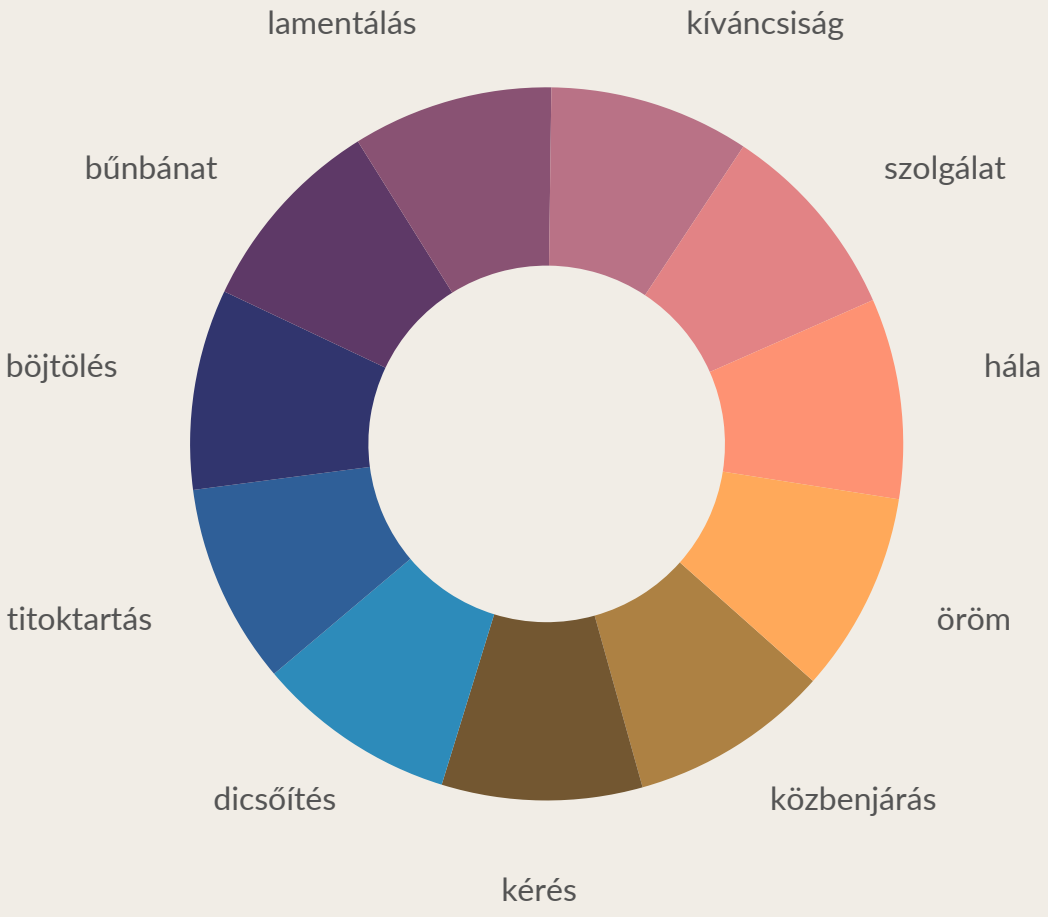
> *A kényszeres bűnvallástól ugyanis rendre megkönnyebbülést várunk, ám ahogyan azt Roland esete is mutatja, többnyire csak tovább növeli a szorongásunkat.*

A másik fontos igazság, amelyet meg kell tanulnunk tudatosítani az az, hogy Isten kegyelme aktív, működik és nekünk is szól. Nekünk is, nem csak mindenki másnak. Utóbbit valahogy könnyebb elhinni, pedig előbbi legalább annyira igaz. Mert talán kifelejtettünk egy bűnt a vallomásunkból. Talán nem úgy fogalmaztuk meg, ahogyan kellett volna. De a keresztény hit soha nem a hibátlan prezentáción alapult. A kegyelem kipótolja az esetlenségünket. A kegyelem figyelembe veszi, hogy feledékenyek vagyunk. De meg kell tanulnunk elfogadni. Meg kell tanulnunk támaszkodni rá. Meg kell tanulnunk felismerni, hogy a folyamatos bűnvallással és bűntudattal egyet teszünk: kiszorítjuk Isten éltető kegyelmét az életünkből. A következő oldalakon megmutatom, mi mindent tehetünk, hogy ez változzon.

„Isten kegyelme aktív, működik és neked is szól.”

Az Istenhez való kapcsolódás módjai

A sérült istenkép egyik jellemzője, hogy az Istenhez való kapcsolódás módjai leszűkülnek. Amikor ugyanis Istent szigorúnak, büntetőnek és könnyen ingerelhetőnek élem meg, a bűntudat válik a kapcsolódás elsődleges formájává. Félek, hogy végleg elvágom magam tőle, hogy elutasításban részesülök, hogy csalódik bennem, hogy nem is vagyok valódi keresztény, ezért nem tudok máshogy közeledni hozzá, mint folyamatos bűnvallással, lelkifurdalással, bocsánatkéréssel. Ezek azonban ritkán hozzák el a várt megkönnyebbülést. Ezért az istenkép helyreállításának egyik elengedhetetlen lépcsőfoka, hogy újra felfedezzem az Istenhez való kapcsolódás sokféleségét. Mert igen, fontos a bűnbánat (nagyon is), de nem abban merül ki a hitünk. Mutatom, mennyi más lehetőségünk van (a teljesség igénye nélkül):



kíváncsiság

Kíváncsiság

Az e-book elején már említettem, hogy az egészséges istenkapcsolat alapja a kíváncsiság, azaz, hogy tudni akarom milyen Isten, mi az ő akarata és mire szeretne tanítani egy-egy élethelyzetben. A kíváncsiság nyitottságra épül. Nyitott füllel, nyitott szemmel, nyitott szívvel érkezünk egy olyan Isten elé, aki szeretné megmutatni magát, szeretne formálni, és sokféle mondanivalóval bír. Ezzel szemben, amikor Istent a kozmikus rendőrfőnökkel azonosítjuk, pont ez a nyitottság hiányzik a részünkről. Hiszen már tudni véljük a reakcióit. Biztosak vagyunk benne, hogy ezt és ezt gondolja. Nem hagyunk teret, hogy megmutassa magát, mert helyette a félelmeinkre építünk.

Praktikus tipp:
Amikor egy Bibliai szakaszt olvasol, próbáld ki, hogy egy-egy tanulság mellett arra is figyelsz, milyennek mutatja be Istent az adott történet vagy vers. (Jó kiindulópont lehet János evangéliuma vagy a Zsoltárok.) A csendes idődd kezdetén imádkozhatsz is, hogy a Szentlélek engedjen minél többet és minél élesebben látni Istenből az ő Igéjében.

szolgálat

Szolgálat

Amikor az Istenhez való kapcsolódás a bűntudatban merül ki, érdemes lehet a figyelmünket a közösségben betöltött szerepünkre összpontosítani. A keresztény testvéreinkkel való találkozás tagadhatatlan, hogy néha a sérüléseink helye, ám sokkal gyakrabban lehetőség, hogy megtapasztaljuk Isten gyengéd szeretetét. Merjünk odalépni másokhoz és felajánlani a segítségünket! Merjünk beszédbe elegyedni velük, ráhangolódni a szükségleteikre és felismerni bennük a gyermeket, akit Isten pontosan úgy szeret, mint minket!

Praktikus tipp:
Kezdd el tudatosan használni a talentumaidat a másik ember és a közösséged javára! Ez jelentheti, hogy az istentisztelet előkészítésében vagy a gyerekvigyázásban segítesz, de akár a dicsőítésben vagy a köszöntő szolgálatban való részvételt is; az opciók szinte végtelenek.

Hála

Ismerd fel, hogy minden jó, amit egy nap folyamán átélsz, Istentől származik és az ő ajándéka számodra! Hajlamosak vagyunk átsiklani a különböző apró áldások felett, holott egy kis odafigyeléssel a hála válhat az Istenhez való kapcsolódásunk egyik legalapvetőbb módjává.

Praktikus tipp:

- Vezess hálanaplót! Gondold végig esténként, hogy miért vagy hálás és írd le egy jegyzetfüzetbe!
- Amikor jó dolog történik, állj meg egy másodpercre és magadban (vagy akár hangosan) mondd ki: „Köszönöm, Jézus!"
- Ügyelj arra, hogy megköszönd a másik ember munkáját, odafigyelését, támogatását! (Akár köszönőkártyát is küldhetsz, ez a villámgyors Messenger üzenetek korában egy kifejezetten kedves gesztus.)

Öröm

Nincs az a szülő, akinek ne okozna boldogságot látni, hogy a gyermeke örül a tőle kapott ajándékoknak! Mennyivel inkább igaz ez a Mennyei Atyára! Ezért téves az az elképzelés, hogy a hiteles kereszténység az állandó komolysággal és mosolytalansággal egyenlő. Merj örülni egy fülbemászó dallamnak, egy finom ételnek, egy várva várt utazásnak, az élet számtalan kisebb-nagyobb ajándékának! Hogyan adnál hálát, ha közben nem engeded meg magadnak, hogy szívből örülj? Nem logikus megköszönni azt, amitől a szánk széle sem görbül. Örülj!

Praktikus tipp:
Keresd ezen a héten tudatosan azokat a tevékenységeket és programokat, amelyek örömet okoznak neked és add át magad az élménynek Isten iránti hálával! Rendelj egy finom ebédet, nézz meg egy kiállítást vagy egyszerűen csak sétálj egyet a Duna-parton!

közbenjárás

Közbenjárás

Egy alkalommal, amikor Jézus tanította a népet, néhány férfi kibontotta a tetőt, hogy egy béna beteget leeresszen hozzá a házba. Ennyire fontos volt számukra, hogy a szükségben lévő barátjukat a Megváltó elé vigyék! Nekünk ma nem kell hasonló akadályokkal megküzdenünk, ha egy szerettünk (vagy akár valaki, akit alig ismerünk) nehéz helyzetbe kerül. Kapcsolódhatunk Istenhez oly módon, hogy másokért kérjük: segítse, vezesse, óvja, gyógyítsa őket. Így szépen lassan beépülhetnek az istenképünkbe olyan tulajdonságok, mint a gondoskodás, a támogatás és a törődés.

Praktikus tipp:

- Gondold végig, hogy az ismerősi körödben, kinek, mire van most a legnagyobb szüksége. Imádkozz értük név szerint és ha gondolod, oszd meg velük, hogy imában hordozod őket! (Kevés jólesőbb dolog létezik, mint a tudat, hogy valaki szívén viseli a helyzetünket.)
- Ha meghallod valahol a mentő hangját, imádkozz ismeretlenül is a betegért, akiért éppen sietnek!

kérés

Kérés

A Mennyei Atya jó szülő. Ennélfogva pedig a kéréseid nem teher vagy nyűg a számára, hanem örömét leli abban, hogy hozzá jössz és tőle várod a segítséget. Amikor mersz kérni, egy olyan istenképet erősítesz magadban, amely gondoskodáson, szereteten és biztonságon alapul. A Biblia Istene pedig pontosan ilyen.

Praktikus tipp:
Bátran kérj Istentől! Ha bizonytalan vagy a vágyaidat illetően, akár azt is megfogalmazhatod felé, hogy tanítson jól, jó dolgokat kérni.

dicsőítés

Dicsőítés

A dicsőítés szóról a keresztények többségének a zene jut eszébe. És nem véletlenül. Ám az igazság az, hogy Istent minden olyan nemes cselekedettel dicsőíthetem, amelyet érte teszek, jószándékkal és a tudásom legjavával. Dicsőítés lehet az, amikor pontosan és precízen végzek egy olyan feladatot, amit egyébként hajlamos vagyok összecsapni. Dicsőítés lehet az, amikor a kevéske időmből is áldozok arra, hogy megvigasztaljak valakit, aki szomorú. Dicsőítés lehet az, amikor a gyerekeim ágyneműjét századjára is türelemmel áthúzom a vírusos időszak közepén. A dicsőítésben megjelenik Isten szentsége és nagysága, hiszen egy tökéletlen, korlátolt hatalom nem érdemelné meg az ember imádatát.

Praktikus tipp:
Válassz valamit, amivel a héten Istent dicsőíted! Ez lehet a családodhoz vagy a munkádhoz köthető tevékenység, de akár olyasvalami is, amivel a szabadidődben foglalkozol.

titoktartás

Titoktartás

A titok szóval kapcsolatban általában negatív asszociációkkal rendelkezünk, ezért talán meg fogsz lepődni, amikor azt mondom, hogy a titoktartás is egy módja lehet annak, hogy közeledj Istenhez. Gondolok itt arra, amiről Jézus beszél az evangéliumokban: úgy jót tenni, hogy azt ne tudja meg mindenki. Vagy úgy böjtölni, hogy a kívülállóknak fel se tűnjön. Amikor ugyanis képesek vagyunk hallgatni a jó cselekedetünkről, az nem csupán a saját titkunk. Az az Istennel közös titkunk. Mert ő látja és elég, ha ő látja. Tényleg elég.

Praktikus tipp:
Adakozz egy jó cél érdekében vagy segíts más, praktikus módon valakinek, aki talán nem is számít rá! Még ha nagy is a kísértés, ne posztolj róla utána a social médiában, hanem ízlelgesd a tudatot, hogy ez egy közös titkod a Mindenható Istennel.

böjtölés

Böjtölés

A katolikus és az ortodox egyházakban gyakoribb a böjt, mint a protestáns felekezetekben, holott egy olyan gyakorlatról beszélünk, amelyre minden keresztény meghívást kapott. A lemondásban ugyanis egészen különleges módon kapcsolódhatunk Istenhez. Hiszen mi történik egy böjt során? Ez: ürességet teremtünk – a gyomrunkban, a napirendünkben, attól függően, miről mondunk le-, amelynek a betöltését tudatosan Istentől várjuk. Fontos, hogy a böjt nem a Mennyei Atya szeretetét hivatott elnyerni vagy kiérdemelni. Sokkal inkább azért merünk lemondani dolgokról, mert tudjuk, hogy van egy szerető Apánk, aki nem hagy minket lélekben szűkölködni.

Praktikus tipp:
Mondj le valamiről egy napra (vagy akár hosszabb időre is)! Ez lehet egy étkezés (úgy, mint pl. ebéd), egy konkrét étel-ital (pl. a napi két kávé), de akár az internethasználat vagy az esti sorozat is. A felszabadult időt használd arra, hogy az Istennel való közösséget keresd imában, Biblia olvasásban vagy közösségi alkalmakon!

lamentálás

Lamentálás

A lamentálás szót ma már nem használjuk túl gyakran, ami azért érdekes, mert egy olyan cselekvést ír le, amelyre viszont nem lett kevesebb szükségünk. Jeremiás siralmai vagy Dávid király egyes Zsoltárai egy ilyen fajta kapcsolódási formáról szólnak: amikor is egy hívő a fájdalmát, szomorúságát, kétségbeesését viszi Isten elé. A lamentálás a zokogó miértek műfaja. Betegségben, gyászban, veszteségben vagy a világ ijesztő alakulását látva, nem kell úgy tennünk, mintha minden rendben lenne. Isten van annyira biztonságos, hogy akár sírva, kiáltva öntsük ki előtte a lelkünket.

Praktikus tipp:
Olvasd el a következő Zsoltárokat, hogy megismerkedj a műfajjal:
Zsolt 3, Zsolt 17 és Zsolt 120

kérdések

1 Számodra melyik kapcsolódási forma dominál és miért?

2 Mi az a kapcsolódási mód, amivel szinte soha nem élsz? Mi az oka annak, hogy ilyen formában ritkán keresed Istent?

3 A következő hetekben igyekezz kipróbálni minél többet az ábrán látható kapcsolódási módokból. Figyeld meg, hogyan változik az istenképed a különböző tevékenységek és szemléletváltások hatására! (A szabadon hagyott helyre lejegyezheted a tapasztalaidat, megéléseidet is.)

A boldog Isten

Egy személyes történet: tisztán emlékszem, amikor először hallottam egy tanítást arról, hogy Isten boldog. „Na várjunk!”, gondoltam, miközben ültem a helyemen és próbáltam befogadni az elhangzottakat. Az első gondolatom ugyanis nem a helyeslés volt, hanem a megdöbbenéssel vegyes gyanakvás. Félreértés ne essék, azt nem tudtam volna kimondani, hogy Isten *nem* boldog, mert pontosan tudtam, hogy nem egy savanyú, mosolytalan személyben hiszek. De valahogy arra rábólintani, hogy Isten boldog, könnyelműnek hatott. Tiszteletlennek szinte. Mintha azzal, hogy elismerném Isten örömét, minimalizálnám a szentségét. Mégis hogyan lehet Isten boldog, miközben annyi rossz történik a világban? Nem hagyott nyugodni a dolog, úgyhogy azt tettem, amit ilyenkor általában szoktam: elkezdtem nyomozni, hogy kiderítsem, mi is az igazság.

Nem túlzok, amikor azt mondom, hogy minden megváltozik azzal, ha elfogadjuk: az Isten, aki a világot alkotta –és ebben a pillanatban is fenntartja– egy boldog Isten. *Does God Want Us to Be Happy?* c. könyvében Randy Alcorn író Steve DeWitt sorait idézi: „Mielőtt megélted az első boldog pillanatodat, vagy a dédszüleid megélték az első boldog pillanatukat, vagy Ádám és Éva megélte az első boldog pillanatát –sőt, mielőtt a világmindenség létrejött– Atya, Fiú és Szentlélek egy tökéletes kötelékben örült egymásnak.” Hányszor szorul perifériára a Szentháromság tana! Tartunk tőle, hogy nem értjük, hogy túl bonyolult –ami talán igaz is–, ám korán sem indok arra, hogy hanyagoljuk ezt a nagyon fontos igazságot. Különösen, ha ebben rejlik a boldog istenkép kiindulópontja. Az Atya, a Fiú és a Szentlélek öröktől fogva boldog Szentháromságban léteznek. Az, hogy Isten boldog, nem jelenti, hogy felelőtlen. Az, hogy Isten boldog, nem jelenti, hogy minden mindegy számára. Az, hogy Isten boldog, nem jelenti, hogy ne lenne képes haragudni, amikor gonoszságot vagy pusztítást lát. Miért zárná ki egymást a boldogság és a szentség? Miért ne létezhetne együtt a boldogság és az igazságosság?

Néhány igehely, amely Isten öröméről szól:

- Zsolt 16,8-11
- Zsolt 40,16
- Zsolt 43,4
- Jer 32,41
- Mt 25,21
- Lk 15,32
- Jn 15,11
- Zsid 1,9

ESET:

Gábor azt tanulta, hogy a személyes boldogságra vágyni nem prioritás a kereszténységben. A lelkésze jószándéktól vezérelve ugyan, de azt közvetítette felé, hogy a boldogságot kitűzni célul éretlen hitre vall. Az érett keresztény szent életre vágyik. Hiteles életre. Erőre a megpróbáltatásokban. De hogy boldogságra? Hm. Az Isten, akit Gábor a vasárnapi prédikációkból megismert, nem úgy tűnt, hogy az ember örömét priorizálná. Hiába próbálkozott azonban máshogy imádkozni, a szíve mélyén mégiscsak arra vágyott, hogy lelkifurdalás nélkül kimondhassa „Uram, én csak boldog szeretnék lenni!”

Azt gondolom, Gábor esete jól példázza, hogy mi, keresztények néha hajlamosak vagyunk gyanakvással tekinteni nem csak a boldog Isten, hanem a boldog ember képére is. Ennek azonban nem az az oka, hogy a boldogságra vágyni éretlen spiritualitásra vall, hanem sokkal inkább az, hogy a boldogságot annak legfelelőtlenebb és legönzőbb formáival azonosítjuk. Mind ismerünk legalább egy olyan személyt, aki végtelenül jól érzi magát az életben, ám ezt a maga vagy mások kárára teszi. Joggal utasítjuk el ezt a fajta „boldogságot”. Isten számára fontos az örömünk, ám ő azt szeretné, hogy az árát ne a környezetünk fizesse meg.

Gondolkodtál már azon, hogy az evangélium miért „örömhírt” jelent? Azért, mert minden okunk megvan az örömre! Mert egy boldog Isten osztozni akar velünk az örömén! Egyikünk sem tökéletes. Hol akarva, hol akaratlanul hibázunk, rossz döntéseket hozunk, hagyjuk, hogy úrrá legyen rajtunk az önzés, az irigység, a lenézés (és még sorolhatnám). Krisztusban a bűneink megbocsáttattak! Krisztusban a Mennyei Atya gyermekeivé váltunk! Örök életünk van, amelyet nem magunk elé meredve, kínos csendben fogunk tölteni, hanem egy boldog Isten társaságában! A talentumok példázatában Jézus a jó szolgának azt mondja: „Menj be urad örömébe!” (Mt 25,21) Krisztus nem beszélne örömről, ha a Szentháromság Isten egy fanyar, kimért személy lenne.

Isten azt szeretné, hogy boldog legyél, nem csak tisztességes. Ne félj boldogságért imádkozni! Ami azt illeti, a legjobb személytől kéred. Mert ő tudja azt úgy megadni neked, hogy közben igaz és hű tudj maradni. Az Igében ez áll: „Szentek legyetek, mert én szent vagyok!” (1Péter 1,16). Randy Alcorn szerint pontosan ugyanezen okból örülhetünk is: mert Isten is így tesz.

1 Mi a véleményed arról az állításról, hogy a Biblia Istene egy boldog Isten? Könnyű elfogadnod vagy inkább bizonytalanságot kelt benned?

2 Ha konfliktusos érzéseid vannak a fenti állítással kapcsolatban, vizsgáld meg, hogy miért! Mi miatt érzed nehéznek kimondani, hogy Isten boldog?

3 Ha Isten valóban boldog Isten, az miben változtat a saját, boldogsághoz való hozzáállásodon?

Perspektívaváltás

A keresztény hit nem egy aknamező. Dietrich Bonhoeffer, német evangélikus lelkész találóan így fogalmazott: „A keresztény hit kevésbé szól arról, hogy hogyan kerüljük ki óvatosan a bűnt, mint arról, hogy hogyan cselekedjük bátran Isten akaratát.” Bonhoeffer itt természetesen nem a bűnt minimalizálja, hanem ugyanannak az éremnek megmutatja a másik oldalát. Isten akaratát keresni ugyanis egyenlő a bűn kerülésével. A különbség csak annyi, hogy jóval kevesebb szorongással jár, ha nem úgy élem a napjaimat, mintha minden sarkon veszély leselkedne rám, hanem tudatosan azt keresem, ami Istennek tetsző. Előbbi egyébként passzívvá tesz, mert egy lépést sem merek tenni, nehogy vétkezzek. Utóbbi viszont aktivitásra sarkall, hiszen keresnem kell azokat a lehetőségeket és helyzeteket, amelyekben dicsőíthetem Istent. Magától értetődik, hogy ez a fajta mentalitás alapból jóval kisebb esélyt teremt arra, hogy rossz döntéseket hozzunk vagy rosszul reagáljunk, így mondhatni két legyet ütünk egy csapásra.

1 Te hol érzed az életedben, hogy aknamezőn jársz? Az életednek mely területén tartasz különösen a bűntől?

2 Hogy nézne ki, ha a fent említett területeken inkább arra fókuszálnál, hogy aktívan keresd és cselekedd Isten akaratát? Milyen praktikus módon tudna ez a fajta mentalitás megjelenni a viselkedésedben?

Az attól való félelem, hogy olyat teszünk, ami Istennek nem tetszik, gyakran más kontextusban is felmerül. Keresztényként hisszük, hogy Istennek terve van az életünkkel, s erről az útról semmiképpen sem szeretnénk letérni. (Más kérdés, hogy ez egyáltalán lehetséges-e, én nem hiszek benne.) Ez azonban vezethet oda, hogy kínosan fókuszálunk a döntéseinkre, sokszor egy helyben álldogálva akár hosszú időszakokon át. Ezért itt is jól jöhet egy kis perspektívaváltás. Jen Wilkin Biblia tanító írja, hogy „Keresztényként, ha tudni szeretném Isten akaratát az életemre vonatkozóan, nem az az első kérdés, hogy „Mit tegyek?", hanem, hogy „Milyen ember legyek?" Hasonlót fogalmaz meg Dallas Willard filozófus is, amikor azt mondja „Egy-egy konkrét helyzetben ne azt kérdezzük magunktól, hogy pontosan ugyanazt tettük-e, amit Jézus példázataiban hallottunk, hanem, hogy olyan emberek vagyunk-e, mint akikről beszélt?" Félre ne érts: a cselekedeteink fontosak! Sem a fenti tanítók, sem én nem arra szeretnélek bátorítani, hogy felelőtlen legyél. De tény, hogy a Bibliát olvasva azt látjuk, a megváltás lényege elsősorban nem egy sor új viselkedésminta, hanem egy új szív, ami a krisztusi hozzáállást generálja.

1 Előfordult már, hogy úgy érezted, egy-egy döntéssel letérsz a számodra kijelölt útról? Végül hogyan alakultak azok a helyzetek?

2 Számodra miben más a cselekedetek helyett a karakterformálódásra tenni a fókuszt? Könnyebbnek hangzik? Vagy éppen ijesztőbbnek?

3 Szerinted miért hajlunk arra, hogy ennyire a tetteinkre koncentráljunk?

Amikor megbénít a tudat, hogy talán rossz döntést hozol vagy letérsz a rád szabott útról, egy olyan istenkép alapján élsz, ami ki van élezve a bukásaidra. Azaz úgy viszonyulsz Istenhez, mintha lesben állna, mintegy „várva” a pillanatot, amikor elszúrod. Megint. Csakhogy Isten nem ilyen. Nem görcsösségre kaptál meghívást, hanem szabadságra és életre! Ezért kezdj el élni! Ne attól szorongj, hogy hol a bűn, hanem törekedj tudatosan arra, hogy Krisztushoz hasonló legyél!

A belső kritikusod nem Isten

A belső kritikus hangját könnyű lehet összetéveszteni Istennel, különösen akkor, ha alapból egy szigorú és örömtelen istenképpel rendelkezünk. A belső kritikus ugyanis kiválóan felismeri, hol hibáztál, ám ezt rendre jóval súlyosabbnak festi fel, mint amekkora jelentőségű valójában. Ezenkívül ott is bűnt lát, ahol egyszerűen hiba történt. Ez a különbségtétel azért fontos, mert nem minden hiba bűn. Akkor sem, ha esetleg úgy érzed és mardos a bűntudat és az önvád. Lekésni a buszt vagy véletlenül megkarcolni a kocsidat hiba, de nem bűn. Ennélfogva pedig bűntudatot sem érdemel. Minden bűn hiba, de nem minden hiba bűn.

Belső kritikus:

„Ezt megint sikerült elbénáznod!”
„Nem hiszem el, hogy lehetsz ennyire szerencsétlen/buta/béna stb.!”
„Ezt a bűnt már Isten nem fogja megbocsátani.”
„Szép volt, megint sikerült csalódást okoznod.”
„Isten nem szeret, hogyan szerethetne valakit, aki állandóan elrontja a dolgokat?”
„Ezért pokolra fogsz kerülni.”
„Miért nem tudod egyszer végre jól csinálni?”
„Miért kellett ezt is elrontanod?”

Isten hangja:

- tudja a különbséget bűn és hiba között
- nem minden ballépés esik ugyanolyan súllyal a latba
- szeretettel szembesít a bűnnel
- szembesít, de egyúttal kész megbocsátani
- ha közeledsz hozzá, nem fordul el tőled
- nem porba tipor, hanem a legjobbat akarja neked
- felismeri, hogy ember vagy és ezáltal nem tökéletes

Eszedbe jutnak példák, amikor hibáztál, de az a hiba mégsem volt bűnként felfogható?

Ezenkívül a kritikus előszeretettel támadja a személyedet. Nem pusztán arra hívja fel a figyelmedet, hogy hibáztál, hanem azt akarja elhitetni, hogy te magad vagy a hiba. Isten ezzel szemben szeretett gyermekeként tekint rád. Látja a különbséget egy cselekedet és maga az ember között. Utóbbi azonban nem azt jelenti, hogy mentesít minket a felelősségünk alól. A Mennyei Atya nem abban különbözik a belső kritikustól, hogy minden lépésünket helyesli. A moralista terapeutikus deizmus (MTD) kozmikus terapeutája legalább annyira távol áll az egészséges istenképtől, mint a belső kritikusunk. Az igaz Isten úgy szembesít a rossz döntéseinkkel, hogy közben a legjobbat akarja nekünk. Nem földbetiporni szándékozik, hanem felemelni. Nem megsemmisíteni, hanem formálni. És ehhez hozzátartozik, hogy felhívja a figyelmünket –a lelkiismeretünk, a Biblia vagy más emberek által– arra, amit nem jól csinálunk.

1 Amennyiben hajlamos vagy a belső kritikust Isten hangjaként aznosítani: próbáld meg átgondolni, hogy mit mondanál egy számodra kedves személynek, aki hajlamos ostorozni és vádolni magát? Tegyük fel, hogy a belső kritikus fent idézett mondatai visszahangoznak a fejében és te erről tudomást szerzel. Hogyan reagálsz? Mit mondasz barátként/testvérként/anyaként/feleségként stb.?

2 Olvasd vissza a fenti válaszaidat és próbáld meg a saját helyzetedre is alkalmazni őket! Amikor vádlod és hibáztatod magad, igyekezz úgy reagálni, ahogy egy szeretett személyhez viszonyulnál, aki hasonlón megy keresztül. Ha őt nem ostorozod, akkor magadat miért?

A tékozló fiú története*

(*egy kicsit másképp)

Egy embernek volt két fia. A fiatalabb egy napon odaállt az apja elé és azt mondta neki: „Apa, nem érzem igazságosnak, hogy csak akkor leszek gazdag, amikor te meghalsz. Az még évtizedekbe telhet. Add nekem az örökség rám eső részét most!” A szülő pedig úgy tett, ahogy kérte. Még aznap felosztotta a vagyont a két gyereke között.

Eltelt pár nap, a fiú pedig összepakolta a holmiját és elköltözött egy távoli vidékre, jó messzire az atyai háztól. Nem tartott sokáig, mire az összes pénzét elpazarolta a lehető legfeleslegesebb dolgokra. Csakhogy éppen akkoriban szűkös idők következtek és nem maradt tartalék, amihez visszanyúlhatott volna. Amikor már kibírhatatlanná vált a helyzet, elment munkát keresni és végül nem maradt más választása, mint egy gazdag föltulajdonos disznóit legeltetni. A fiú egy ponton annyira éhes volt, hogy azon kapta magát, hogy akár a moslékot is megenné. Ez volt az a pillanat, amikor gondolkodni kezdett mindazon, amit addig tett.

Rádöbbent, hogy a saját apjának a munkásai bőven kaptak enni, míg ő a disznók eledeléből sem részesült. A bűntudat a velejéig hatolt. „Ideje hazamenni és bocsánatot kérni”, gondolta. Igaz, az apja nem fog örülni, ha meglátja, valószínűleg hetekig ignorálja majd, de ha meghúzza magát és kerüli, akkor nagy baj nem érheti. Összeszedte magát és elindult hazafelé. Amikor meglátta a szülői házat a távolban, összeszorult a gyomra és a szíve hevesen vert. „Óriásit csalódott bennem.” gondolta „Minden joga meglenne, hogy kiabáljon vagy hozzám vágjon valamit. De remélem elfogadja a bocsánatkérésemet.” Amikor belépett az udvarba, automatikusan a hátsó ajtóhoz ment, hogy csendben, észrevétlenül felmenjen a szobájába, ám apja éppen akkor jött vissza a földről és meglátta. „Apa, annyira sajnálom!” mondta sietve és elsírta magát „Nem ezt érdemelted. Borzalmasan viselkedtem. De ígérem jóvá teszem! Reggeltől estig dolgozni fogok, hogy lásd, tényleg komolyan gondolom.” Az apa nem szólt semmit. Úgy tett, mintha meg sem hallotta volna. „Megértem, hogy mérges vagy rám, szörnyű ember vagyok…” folytatta a fiú, mire az apa megelégelte és váratlanul ráförmedt „Nem szégyelled magad? Mindazok után, amit tettél, van bátorságod idejönni és bocsánatért esedezni? Ha jót akarsz magadnak, most felmész a szobádba és egy darabig nem kerülsz a szemem elé.”

kérdések

Talán felismered, hogy a fenti sorok a tékozló fiú történetét idézik, egy sérült istenképpel rendelkező személy szemszögéből. Azok, akik a Mennyei Atyát zordnak és könnyen ingerelhetőnek látják, bár nem szándékosan, de valahogy így tekintenek rá. Helytelenül. Amikor ugyanis úgy érezzük, hogy legszívesebben elbújnánk, hogy csalódást okoztunk, hogy ezer meg egy jócselekedettel kell „visszanyernünk” az apa szeretetét, akkor garantáltan nem a valódi Istenről beszélünk. Jézus ugyanis merőben más történetet mesélt a fiúról, aki óriásit hibázott, majd hazatért bocsánatot kérni.

Olvasd el a tékozló fiú történetét a Bibliában! (Lk 15,11-32)

1 Amikor hibázol, mi a legelső gondolatod? Szerinted hogyan tekint rád Isten? (Ne feledd, nem a „begyakorolt” válaszokra vagy kíváncsi, hanem arra, amit valóban gondolsz.)

2 Mit mond ezzel szemben a tékozló fiú története?

3 Milyen érzéseket kelt benned a két történet közötti kontraszt?

Szent Isten

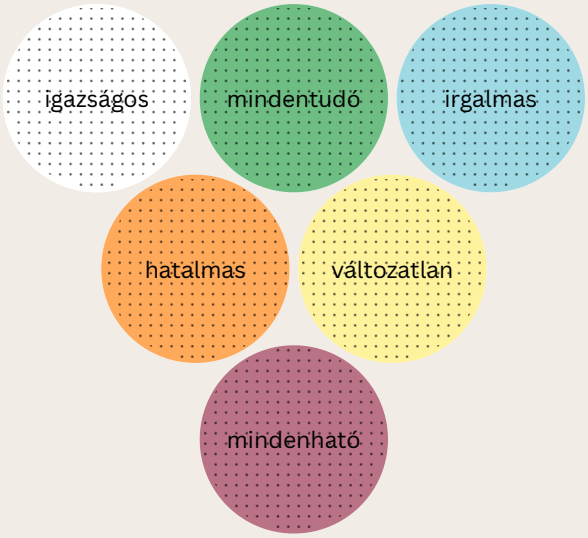
„Istennek egyetlen olyan tulajdonsága van, amelyet a Biblia háromszoros nyomatékkal említ: szent, szent, szent.”

–R.C. Sproul

A fenti idézet R.C. Sproul tanítása Ézsaiás próféta 6,3 és a Jelenések könyve 4,8 verse alapján. Ezzel szemben Istennek éppen ez az attribútuma kapja a legkevesebb figyelmet. Beszélünk a szeretetéről, a kegyelméről, a haragjáról is talán, de a szentségéről alig esik szó, pedig az istenképünk alakulásában kiemelkedően fontos, hogy megértsük, mit is jelent ez. Mert igaz, hogy Isten szeret minket, de mégsem azt zengik a szeráfok, hogy Isten szeretet, szeretet, szeretet. Nem is azt, hogy düh, düh, düh. Hanem, hogy szent, szent, szent.

Manapság a szót leginkább arra használjuk, hogy egy különösen jó embert írjunk le vele („Ő egy igazi szent!”), ezért talán meglepetésként fog érni, hogy nem ez az elsődleges jelentése. A szent jelentése elsősorban az, hogy elkülönített. Ami önmagában nem biztos, hogy sokat mond, ezért könnyebb megragadni, ha végigveszünk néhány dolgot, amit a Biblia szentnek nevez. Úgy, mint szent föld, szent kenyér, szent hely, szent szombat. Folytathatnánk a sort, de talán így jobban látod, hogy nem pusztán egy morális vagy etikai kategóriáról beszélünk. A „szent kenyér” különleges célt szolgált, s erre a célra lett elkülönítve a „közönséges” kenyértől. A szent nap is attól szent, hogy nem olyan, mint bármelyik másik hétköznap.

A szentség ezenkívül összefügg a tökéletességgel és a tisztasággal. Amikor tehát azt mondjuk, hogy Isten szent, nem pusztán arra célzunk, hogy jobb és hatalmasabb, mint mi, (bár ez kétségkívül igaz). Hanem, hogy egészen más. Páratlan. Az embert mindenben meghaladó. Tökéletes tisztaság és világosság. A szentség nem egy, Isten megannyi jellemzője közül, hanem egy olyan minőség, amely minden tulajdonságát áthatja. Szent a hatalma, szent az öröme, szent a haragja.



Isten hiba nélkül való (Mt 5,48). Nincs benne semmi sötétség (1Jn 1,5). Ezért a neki szentelt dolgok is mindig a legjobb, legszebb, leg-leg-leg kell, hogy legyenek. Gondolj csak arra, milyen részletesen írja le az Ószövetség a templomot vagy az áldozat bemutatásának menetét! A „jól van az úgy” mentalitás nem jöhetett szóba annál, aki közeledni akart Izrael Istenéhez. Ő mindenkor azt érdemli, ami a legjobb.

Ha Isten szentségén elmélkedve kicsinek érzed magad, s az ámulattól elnémulsz, akkor azt hiszem, közel jársz az igazsághoz. Mert ez az adekvát reakció, amikor megértjük, milyen a világ Ura. Biztosan van, aki szerint egy egészséges istenkép jellemzője, hogy nagynak, kompetensnek és magabiztosnak érzed magad, de pontosan ezért írtam, hogy az egészséges hit csak akkor az, ha igaz is. Mert egy szent Isten előtt igenis összezsugorodunk. Megremegünk. Minden kifogásunk és háborgásunk elcsendesedik. És ekkor kezdjük el annak a csodáját megérteni, hogy egy ilyen tökéletes, tiszta, világosságban lakozó Isten a kapcsolatunkat keresi. Barátságra hív. A családjába fogad.

Ez a választásunk: vagy mi leszünk kicsik, vagy Istent fogjuk annak látni, egészen addig, amíg nem tudatosítjuk, hogy szent.

kérdések

1 Eddig mit jelentett számodra Isten szentsége? Milyen asszociációkat hívott elő ez a szó vele kapcsolatban?

2 Hogyan formálja az istenképedet, ha tudatosítod magadban, hogy Isten szent?

3 „Szentek legyetek, amint én is szent vagyok.” (1Pt 1,16), írja az Ige. Mit gondolsz, hogyan valósulhatna meg az életedben ez a szentség? Mit jelentene ez a viselkedésedre, kommunikációdra, gondolataidra nézve?

De akkor Isten *sosem* haragszik?

Amikor egy torz istenképet korrigálunk, ügyelnünk kell arra, hogy egyik végletből, ne essünk át a másikba. Talán megfigyelted, hogy az e-book során többször is úgy hivatkoztam Istenre, mint valaki, aki nem állandóan dühös. Apróságnak tűnhet, de az „állandóan” szót fontosnak tartottam hozzáfűzni, mert azt sem gondolom, hogy Isten sosem dühös. Mind ismerjük a Biblia erre vonatkozó szakaszait. Látjuk, hogy a gonoszságra és a bűnre a Mindenható nem közönnyel reagál. Azonban nem mindegy, hogy a haragját hogyan értelmezzük. Mert az a harag, amiből emberként kiindulunk, többnyire a saját tapasztalatainkra épül. Hiszen éltük már meg, hogy igazságtalanul csattant rajtunk (vagy valaki máson) az ostor. Szem- és fültanúi voltunk a céltalan, romboló dühnek, amelynek semmi értelme. Folytathatnám a sort, de azt hiszem érted, miről beszélek. Az isteni harag teljesen más. Kezdve azzal, hogy elválaszthatatlan az igazságtól és a szentségtől. Ami annyit jelent, hogy Istennél nincs értelmetlen, felesleges, túlzó reakció. Soha nem ok nélkül cselekszik. Soha nem csinál bolhából elefántot.

Amikor a Sínai-hegyen Isten elvonult Mózes előtt, így beszélt magáról: „Az Úr, az Úr irgalmas és kegyelmes Isten! Türelme hosszú, szeretete és hűsége nagy!” (Ex 34,6) A „hosszú türelem” azt jelenti, ad időt. Készen áll várni. Készen áll megbocsátani. Nem hirtelen haragú. Nem ingerlékeny. De a türelmének van határa. Nem végtelen. És ez így van jól.

A második szempont, amit tudatosítanunk kell, hogy egy olyan tökéletes Lélekről beszélünk, aki nem tűri meg maga körül a legkisebb sötétséget sem. Mert míg az ember számára néha vonzó a bűn és úgy érezhetjük, hogy nyerünk vele, Isten olyannak látja, amilyen valójában: károsnak. Ezért lép fel ellene. A közöny ugyanis nem erény. Képzeld csak el azt, hogy a drága alkotásodat, ami a tulajdonodat képezi, fenyegeti valami. Jobbat mondok: képzeld el, hogy a szeretett gyermekeidet környékezi meg bármi káros, származzon másoktól, vagy a saját elhibázott döntéseikből! Egy jó szülő minimum frusztrációval reagál, de nem azért, mert utálja a gyermekét. Hanem pont azért, mert szereti. Szereti annyira, hogy megvédje. Szereti annyira, hogy szembesítse. Szereti annyira, hogy nem indifferens a fejlődése iránt. Röviden: féltőn szereti.

Miroslav Volf a Yale egyetem teológia professzora egykor úgy vélekedett, hogy a harag nem méltó Istenhez. Hiszen ha Isten szeretet, akkor nem az lenne a logikus, hogy a szeretet győzedelmeskedik a harag felett? Majd rájött, hogy Isten nem a szeretete ellenére, hanem pontosan amiatt dühös. Volf ugyanis Horvátországban született, s tanúja volt a Délszláv háború borzalmainak. Amikor szembesült a veszteségekkel és az etnikai tisztogatás kegyetlenségével, egyszerre képtelen volt elképzelni, hogy Isten nem dühös. Mert milyen Isten lenne az, aki ránéz a világban zajló gonoszságra és pusztításra és közömbös a látottak iránt?

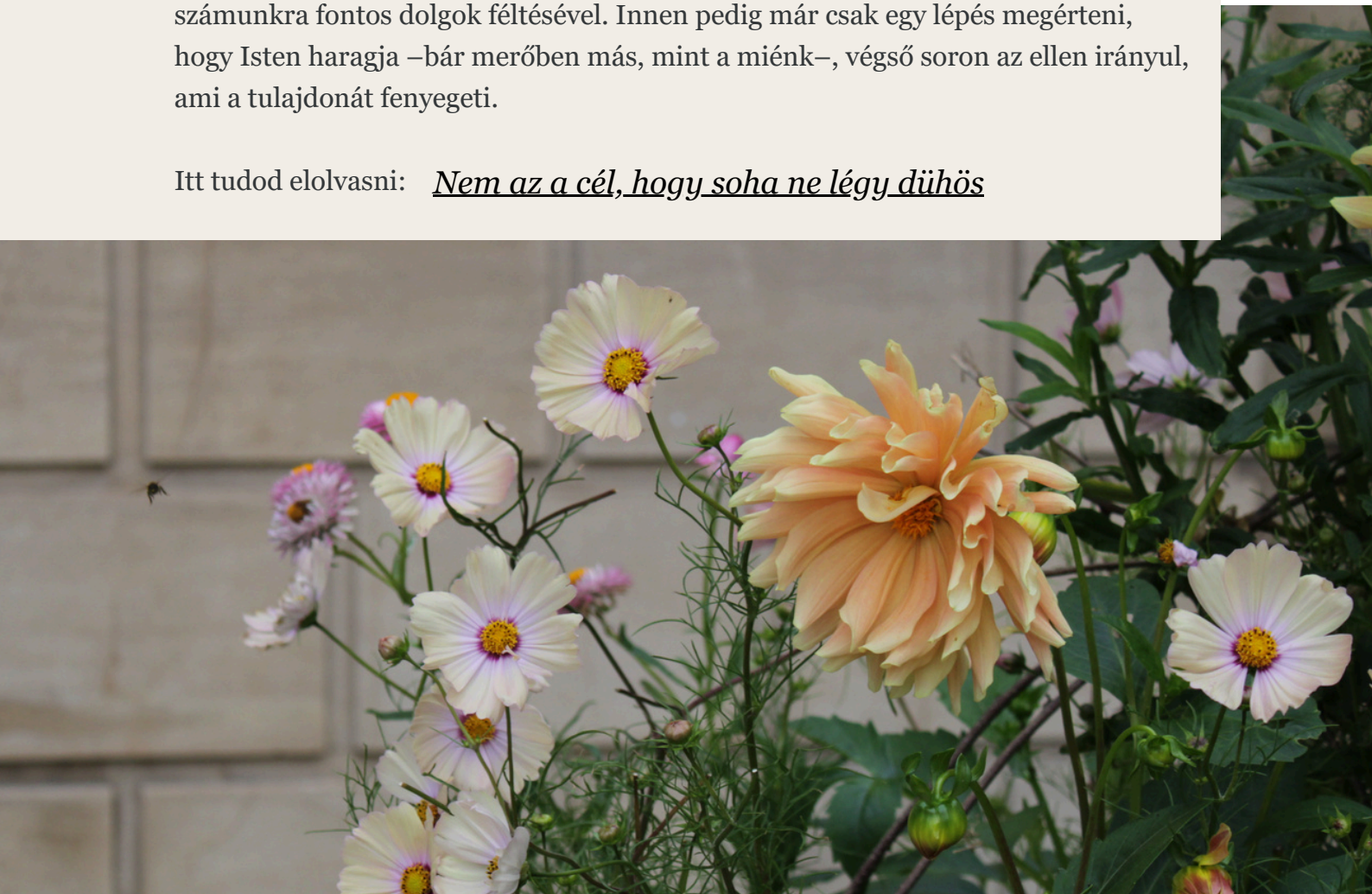
Magam is tapasztalom, hogy akit ért már komolyabb sérelem vagy akár trauma az életben, az könnyebben megérti, hogy Isten haragja jogos. Sőt, nem csak megérti, hanem vágyik arra, hogy az isteni igazságszolgáltatás érvényesüljön. Miért? Mert nem mindenki tudja megvédeni magát. Nem mindenki tudja helyrehozni a károkat, melyeket mások okoztak az életében. Nem mindenkinek áll módjában továbblépni. S ilyenkor erőt ad a tudat, hogy van, aki a mi oldalunkon áll. Van, aki látja a történteket és értünk haragszik. Nem ellenünk. Ha jól emlékszem, szintén Miroslav Volf beszélt valahol arról, hogy a bosszúállás ellenszere lehetne, ha megértenénk és elfogadnánk Isten haragját. Aki ugyanis hiszi, hogy Isten igazságot szolgáltat, az nem fogja szükségét érezni, hogy maga tegyen így, ezzel folytatva az erőszak pusztító láncolatát.

1 Számodra mit jelent Isten haragja? Milyen érzéseket, asszociációkat hív elő?

2 Mennyiben más Miroslav Volf perspektívájából tekintened Isten haragjára?

Ha szeretnéd jobban megérteni a harag működését, korábban írtam róla egy cikket. Ugyan nem keresztény perspektívából közelítettem meg a kérdést, de ha figyelmesen olvasod, segít tisztábban látni, hogy a haragunk hogyan függ össze a számunkra fontos dolgok féltésével. Innen pedig már csak egy lépés megérteni, hogy Isten haragja –bár merőben más, mint a miénk–, végső soron az ellen irányul, ami a tulajdonát fenyegeti.

Itt tudod elolvasni: *Nem az a cél, hogy soha ne légy dühös*



Csalódást okozni Istennek

Most, hogy gondolkodtunk Isten haragjáról, hadd hozzak be még egy olyan témát, amely sok keresztény lelkét terheli, ez pedig a szorongás attól, hogy csalódást okozunk Istennek.

Ki ne ismerné az érzést, amikor egy embertársunk nem tölti be a hozzá fűzött reményeket? Amikor a sziklaszilárd meggyőződésünk, hogy az illető így és úgy fog cselekedni, egy csettintéssel szertefoszlik? A másikban történő csalódás annyi, mint tévedés a személyét illetően. Volt egy előfeltevésem vele kapcsolatosan, hittem egy bizonyos kimenetelben, ám végül nem lett igazam: tévedtem. Az efelett érzett fájdalmat és kiábrándultságot hívjuk csalódásnak.

Mi, emberek, hajlamosak vagyunk saját magunkból kiindulni, amikor Istenről gondolkodunk. Tudjuk, hogyan érzünk és reagálunk egy adott helyzetben és a tapasztalatainkat néha automatikusan kivetítjük Istenre is. Éppen ezért fontos emlékeznünk arra, hogy ő más. A Biblia Istene olyan tulajdonságokkal rendelkezik, amelyeket felfogni is nehéz és amelyeknek emberként a közelébe sem érhetünk. Amikor úgy véljük, Isten csalódott bennünk, ezek közül hagyunk figyelmen kívül egyet: Isten mindentudását.

Isten mindentudó. Mit jelent ez? Hát ezt: Isten mindent tud (Zsolt 147,5). Tökéletesen, helyesen, teljesen. Ennélfogva pedig képtelen csalódni. Miért? Mert láthattuk, hogy a csalódás tévedésen alapszik. És Isten sosem téved. Az ő ismeretei nem hiányos vázlatok, amelyek kiegészítésre vagy korrekcióra szorulnak. Számára nem létezik új információ, meglepetés vagy sokk. Ő jobban ismer minket, mint mi saját magunkat. Képes-e csalódásra valaki, aki ekkora, mindenre kiterjedő tudással rendelkezik? Az igazság az, hogy nem. Lehet, hogy minket meglep, amikor hibázunk, ám Istent nem éri váratlanul a bűnünk. Ő nem egészíti ki a rólunk készült jegyzeteit, mint holmi kíváncsi kutató, akinek a kísérleti alanyai valami újat produkáltak.

Miért fontos erre emlékeznünk?

Az, hogy Isten nem képes csalódni bennünk, nem mentesít a felelősség alól. Ahogy arra sem jogosít fel, hogy a saját fejünk után menjünk. Ez a felismerés sokkal inkább azért fontos, mert ablakot nyit Isten irgalmas és szerető szívére. Ő kezdettől fogva tudja, hogy sok mindent el fogunk rontani. Számol vele. Mégis kinyújtja felénk a kezét. Nem a hibáink ellenére, hanem éppen azok miatt.

Mert Krisztus nem a tökéleteseket hívja, hanem azokat, akik tudják magukról, hogy a bukdácsolástól koszos a térdük.

Péter a tagadását követően keservesen sírt, de nem azért, mert csalódást okozott az Úrnak, hanem éppen azért, mert rájött arra, hogy Jézus nem csalódott benne. Ami Pétert borzalmas sokként érte, nem volt újdonság a Mesternek. Olyannyira nem, hogy Jézus előre megmondta, mit fog tenni Péter, amikor az még makacsul ragaszkodott a saját igazához (Lk 22,34). Jézus tudta. Attól a perctől fogva, hogy a Galileai-tenger partján járva meglátta a hálóját mosó halászt. Sőt még annál is korábban, amikor még Galilea sem volt, sem a tenger, sem a halász, csak a Lélek a vizek felett. Ő tudta. Tudta, hogy egy napon a kakas kiált majd és Péter elbukik. Mégis őt választotta barátjául. Őt és minket. Mert ennyire szeret az Isten.

Krisztus nem a tökéleteseket hívja, hanem azokat, akik tudják magukról, hogy a bukdácsolástól koszos a térdük.

gyakorlat

1 Helyezkedj el egy kényelmes pozícióban, egyenes háttal, laza végtagokkal és figyelj arra, hogy mi zajlik a testedben! Amikor arra gondolsz, hogy csalódást okoztál Istennek, felismered, hogy ez az érzés hol jelentkezik a testedben? Van egy pont, ahol lokalizálni tudod ezt az érzést? Ha igen, hogyan írnád le?

2 Az első ábrán meg is jelölheted és ábrázolhatod az érzést, ami a testedben jelentkezik. Milyen színű? Milyen formájú?

3 Helyzed a tenyeredet a testeden arra a pontra, ahol a fenti érzést azonosítottad és mondd ki lassan, hangosan a következőket: *„Ember vagyok. Hibázok. Isten nem csalódik bennem. Ha el is rontottam valamit, ő támogat abban, hogy legközelebb jobban csináljam. Szeretve vagyok.”* Engedd, hogy hassanak rád a szavak és figyeld meg, hogyan változik a testedben azonosított érzés a hatásukra!

4 Ábrázold a változást a második illusztráción! Miután kimondtad a fenti gondolatokat, milyen színű és alakú az, amit érzel? Ugyanott található, mint korábban vagy esetleg elvándorolt egy másik pontra a testedben?

5 Szánj egy pillanatot arra, hogy összevesd a két rajzot, amit készítettél. Mit veszel észre?

Az áldás jelentősége

> **Fontos:**
>
> Amennyiben súlyosabb trauma ért, kérlek a következő feladatba semmiképpen se vágj bele anélkül, hogy előzetesen egyeztettél volna a terapeutáddal. Ahogy azt az e-book elején írtam is, a munkafüzet tartalmai sajnos nem alkalmasak arra, hogy a traumafeldolgozásban ilyen mélységig támogassanak.

A következő feladat nehéz, ezért nem baj, ha egyelőre nem állsz készen rá. Ne érezz magadon nyomást! Ha hetek, hónapok vagy akár évek múlva tudod csak meglépni, az is értékes lesz.

Arra kérlek, hogy térj vissza az idővonalhoz, amellyel az e-book elején foglalkoztunk! Nagy valószínűséggel megjelöltél rajta személyeket, akik negatívan hatottak az Istenről alkotott képedre. Talán visszaéltek a pozíciójukkal. Talán képmutató módon viselkedtek. Az is lehet, hogy ijesztő tanítás hangzott el a szájukból, amelyet nem szerettél volna hallani. Vagy éppen megszégyenítettek egy hibád miatt, anélkül, hogy biztosítottak volna a szeretetükről. Bármi miatt került is fel az illető neve az idővonaladra, szeretnélek támogatni abban, hogy az iránta érzett keserűségedet le tudd tenni. Írtam egy cikket az áldás jelentőségéről, amit belinkelek ide és szeretném, ha elolvasnál:

Ezért kívánj jót annak is, aki nem érdemli meg – Az áldás pszichológiája

Az áldás nem jelenti, hogy …	***Az áldás azt jelenti, hogy …***
helyesled, amit a másik tett.	annak ellenére kívánsz jót, amit a másik tett.
minimalizálod a történteket.	megtöröd a haragnak való alárendeltséget.
el van felejtve, ami történt.	felülemelkedsz a fájdalmon.
nem fontosak az érzéseid.	a jobb utat választod.
nem érdemled meg a bocsánatkérést.	

Jézus a hegyi beszédben azt mondja, áldjuk azokat, akik átkoznak és imádkozzunk azokért, akik bántanak minket (Lk 6,28). Nem azért, mert megérdemlik, hanem mert mi nem érdemeljük meg, hogy a düh és a keserűség rabjai legyünk. Van ennél jobb út.

Egy nem keresztény kliensemnek, Kingának, azt a feladatot adtam, hogy kezdjen el jót kívánni annak a nőnek, aki hetek óta a konzultációink témáját képezte. Kinga jogosan érezte magát sértve. Minden oka megvolt a keserűségre. Mégis szerettem volna, hogy kikerüljön a düh és a fájdalom örvényéből. Nem kell részleteznem a megütközést az arcán, amikor közöltem vele, hogy házi feladat gyanánt minden este szakítson időt arra, hogy hangosan jót kívánjon a szóban forgó hölgynek. Végül azonban beleegyezett a dologba. A következő alkalommal nevetve ismerte be, hogy fogalma sincs miért, de működött a stratégiánk. Fogcsikorgatva ugyan, de elkezdett hangosan jót kívánni, „Kívánom, hogy xy legyen egészséges. Kívánom, hogy legyen jó napja. Kívánom, hogy oldódjon meg a problémája.”, majd azon kapta magát, hogy lassan párologni kezd az iránta érzett frusztrációja. Szinte lehetetlen dühösnek lenni valakire, akinek a legjobbakat kívánjuk.

Egyikünk sem tökéletes, ezért fontos, hogy ne farizeus módjára közelítsük meg a dolgot, mintegy hálálkodva, hogy mi nem vagyunk olyan borzalmasak, mint a másik ember. Nincs értelme összehasonlítani a gyarlóságunk mértékét. Ha ugyanis attól érezzük jobban magunkat, hogy van, aki nálunk sokkal rosszabb, nem jó oldalról közelítettük meg a kérdést.

Senkinek nincs nagyobb szüksége az imára és az áldásra, mint annak, aki tévelyeg. Senkinek nincs nagyobb szüksége a jóra, mint annak, aki másokba belegázolva próbálja fenntartani az önbizalmát.

1 Ha úgy érzed, készen állsz rá, kérd Istent, hogy áldja meg azokat, akik sérülést okoztak benned! Kívánj nekik jót, bölcsességet, gyógyulást, vezetést!

2 Figyeld meg, hogy érzed magad, miután időt szántál az előző feladatra! Mi változik benned? Milyen új érzések jelennek meg az érzelmi palettádon? Hogyan látod most magad?

Ilyen Isten valójában

Charles Spurgeon, a prédikátorok fejedelme mutatott rá arra, hogy a négy evangéliumban egyetlen olyan alkalomról olvasunk, amikor Jézus a saját szívébe ad betekintést. Máté 11,29 versében ugyanis ez áll: „szelíd vagyok és alázatos szívű”. Kérlek olvasd el néhányszor ezt a rövid vallomást, mielőbb tovább haladnál! Engedd hatni magadra a szavakat! Mit jelent a szelídség? Mit jelent az alázatosság? Azt, hogy közeledhetsz Jézushoz. Hogy nem akar rádförmedni. Hogy nem kell félned. Hogy lehetsz őszinte. Hogy megoszthatod a legmélyebb gondolataidat és érzéseidet. Hogy bízhatsz benne.

Nincs valódi istenkép a szelíd és alázatos szívű, megváltó Krisztus nélkül. Mert amilyen ő, olyan az Isten. Maga Jézus mondta Fülöpnek: „Aki engem lát, látja az Atyát.” (Jn 14,9). Tudni akarod, milyen Isten? Nézz Jézusra! Nézd, ahogy az evangéliumban megtérésre hívja az embereket, gyógyítja a betegeket, enni ad az éhező tömegnek, feltámasztja a halottakat, borrá változtatja a vizet! Nézd, ahogy vízen jár, démonokat űz ki, bűnöket bocsát meg, s még az életét sem sajnálja azért, hogy megmentse az övéit! Nézd, ahogy vállalja a megaláztatást, az elhagyatottságot, a szenvedést és a halált! Nézd, ahogy a sír sötétjéből feltámad a harmadik napon! Nézd, ahogy uralkodik mindenek felett ebben a pillanatban is! „Ő a láthatatlan Isten képmása.” (Kol 1,15). Ilyen Isten!

Amikor elbizonytalanodsz, félelmek vagy kételyek gyötörnek, mindig Jézus Krisztus legyen az, akihez visszatérsz. Mert biztosan fogsz még tévtanítással –vagy nehezen emészthető igazsággal– találkozni a kereszténységen belül. Emlékszel? Az idővonalnál megállapítottuk, hogy az istenképünk alakulásának még nincs vége. De ha Jézus a kikötő, ahol a lelked le tud horgonyozni, nincs az a vihar, ami messzire sodorhatna az igazságtól.

gyakorlat

Készíts egy emlékeztetőt magadnak Jézus szavaiból: „szelíd vagyok és alázatos szívű”! A legegyszerűbb, ha egy post-it cetlire írod, majd kiragasztod a tükörre, a hűtőre, vagy a laptopodra. A lényeg, hogy olyan helyen legyen, ahol naponta látod és emlékeztet arra, hogy milyen Isten valójában.

„Ő a láthatatlan Isten képmása.”

Kol 1,15

Így tarts fenn egy egészséges *istenképet*

Légy őszinte a kérdéseiddel!

Amikor félünk kérdéseket megfogalmazni, tökéletes táptalajt biztosítunk a torzulásoknak. Mert a kérdés őszinte a bizonytalanságokkal, ennélfogva pedig teret biztosít a gondolkodásra. Ellenben, ha nem kérdezünk, óhatatlanul is magunkra erőltetünk (vagy erőltetnek mások) olyan válaszokat, amelyeknek köze sincs az igazsághoz. Vagy ha van is, nem állunk készen hallani őket.

Úgyhogy tisztázzuk: a kérdés nem egyenlő a hitetlenséggel. A kérdés nem egyenlő a bizalmatlansággal. A kérdés nem sérti Istent. A kérdés kíváncsiságot jelent. Vágyat, hogy tanulj, érts, tisztázz. Tehát ne félj kérdezni! Akkor sem, ha nem tudod a választ. A kérdést attól még fontos megfogalmazni.

Gondolkodj kritikusan!

Ez szorosan kapcsolódik az előző ponthoz. Az igazság nem fél a kérdésektől. Ezért bátorítalak, hogy merj kritikusan gondolkodni, különösen, ha olyan információval találkozol –legyen az könyv, vagy tanítás–, amelyet valamiért nehéz megemészteni vagy a megérzésed azt súgja, hogy valami nem stimmel.

A kritikus gondolkodás megnyilvánulhat például így:

„De ha itt azt írja, hogy… , akkor később miért állítja mégis, hogy… ?”
„Nekem ez nem logikus, el tudnád újra magyarázni?”
„Addig világos, hogy… , de ezt a részt továbbra sem értem.”
„Nem egyértelmű számomra, hogy miből következtetett arra, hogy… ?”
„Én itt nem látok összefüggést.”
„Szerintem nincs igaza.”

Viseld el a feszültséget!

Amikor két, látszólag egymással ellentétes igazsággal szembesülsz, ne mondj le ösztönösen az egyikről, csak azért, hogy megszüntesd a kettő között fennálló feszültséget. Mondok egy példát: amikor a szerető Isten látszólag ellentmond a haragvó Isten képének, sokan ösztönösen úgy oldják fel a feszültséget, hogy utóbbit egyszerűen elutasítják. Holott az előző fejezetek során láthattuk, hogy a kettő nagyon is megfér egymás mellett, sőt, még összefüggést is találunk köztük. Amikor azonban választásra kényszerítjük magunkat egy olyan helyzetben, ahol abszolút nem szükséges választani, nagy eséllyel torzítunk az istenképünkön.

Imádkozz rendszeresen egy igaz és egészséges istenképért!

Ahogy az e-book elején írtam is, az istenképünk alakulása egyáltalán nem csak rajtunk múlik. Jó emlékeztetni magunkat arra, hogy amit látunk Istenből, azt kizárólag azért látjuk, mert ő megmutatta magát nekünk. Minden törekvésünk hiábavaló lenne, ha ő nem akarná, hogy megismerjük. Ezért fontos, hogy megtegyük, amit tudunk, ám végső soron mégis tőle várjuk, hogy vezessen minket az úton. Bátran támaszkodj Istenre imában és kérd, hogy folyamatosan tisztítsa meg a lelki szemeidet! Hogy olyannak lásd őt, amilyen.

Olvasd a Bibliát!

Néha elfelejtjük, mekkora kincs, hogy hozzáférhetünk a Szentíráshoz és akkor olvashatjuk, amikor csak kedvünk van. Néhány száz éve ez még egészen máshogy alakult. Az embereknek azt az interpretációt kellett elhinniük, amit a lelki vezetőik eléjük tártak, ugyanis nem volt hozzáférésük saját, anyanyelvükön íródott Bibliához. Ezenkívül a mai napig vannak országok, ahol a Szentírást olvasni életveszélyes vállalkozás. Privilégium, hogy mi békében forgathatjuk.

Isten igaz ismeretéhez elengedhetetlen, hogy megismerjük, mit mond ő saját magáról. Mert a Biblia tulajdonképpen erről szól. Hogy Isten megmutatja magát és terveit. Ezért a keresztény hitben az ő megismerésének elsődleges módja soha nem a befelé figyelés vagy a természetben töltött idő (bár ezek is fontos szerepet kapnak), hanem a Biblia forgatása. És itt is ugyanúgy igaz: merj őszinte lenni a kérdéseiddel, amikor olvasod! Merd kimondani, ha látszólag ellemondást észlelsz és kutatni, hogy mi is az igazság!

Felhasznált és ajánlott irodalom

Randy Alcorn: Does God Want Us to Be Happy? The Case for Biblical Happiness, Tyndale Momentum 2019.

John Piper: A Hunger for God, Crossway 2013.

A.W.Tozer: The Knowledge of the Holy

Jen Wilkin: None Like Him. 10 Ways God Is Different from Us (and Why That's a Good Thing), Crossway 2016.

Jen Wilkin: In His Image. 10 Ways God Calls Us to Reflect His Character, Crossway 2018.

Dallas Willard: The Divine Conspiracy: Rediscovering Our Hidden Life in God, William Collins 2014.

Dane Ortlund: Gentle and Lowly. The Heart of Christ for Sinners and Sufferers, Crossway 2020.

Kelly M. Kapic, Justin Borger: The God Who Gives. How the Trinity Shapes the Christian Story, Zondervan 2018.

R.C. Sproul: The Holiness of God, Tyndale Momentum 1998.

Tina Boesch: Given. The Forgotten Meaning and Practice of Blessing, NavPress 2019.

Függelék

Az e-bookban többször hivatkoztam a morális terapeutikus deizmusra (MTD). Amennyiben számodra ez egy új fogalom, röviden összefoglaltam, hogy mit is értünk alatta. A National Study of Youth and Religion keretein belül két szociológus –Christian Smith és Melinda Lundquist Denton– az amerikai tinédzserek vallási meggyőződéseit vizsgálta. Eredményeik alapján a fiatalok hitét a következő pontok jellemezték:

1. Isten teremtette a földet és őrködik az emberek felett.
2. Isten azt akarja, hogy az emberek jól viselkedjenek, ahogy azt a Biblia és más vallások is tanítják.
3. Az élet célja, hogy boldogok legyünk és pozitívan érezzünk önmagunk iránt.
4. Istennek nem jut nagy szerep az életünkben, kivéve, ha egy probléma megoldásához szükségünk van rá.
5. A jó emberek haláluk után a Mennybe mennek.

A fentieket a kutatók moralista terapeutikus deizmusnak (MTD) nevezték el. „Moralista", miután a szemlélet egy központi eleme, hogy jó emberek legyünk. „Terapeutikus", a MTD ugyanis egy kozmikus terapeuta képén alapszik, akinek a legfőbb feladata, hogy boldoggá tegye az embereket. Végezetül pedig „deizmus", mert elismeri ugyan Isten létezését, de nem gondolja, hogy különösebb beleszólása lenne az emberek életébe.

A moralista terapeutikus deizmus nem egyenlő a kereszténységgel

De mégis miért ezt a nevet adták a kutatók valaminek, ami sokak számára egyszerűen csak az általuk ismert keresztény tanításnak tűnik? Röviden azért, mert a MTD ugyan némely tekintetben valóban hasonlóságot mutat a kereszténységgel, utóbbi üzenete mégis merőben más. A hagyományos kereszténység ugyanis nem azt vallja, hogy a jó emberek mennek a Mennybe, hanem abból indul ki, hogy senki sem elég jó ahhoz, hogy pusztán a cselekedetei alapján örök élete legyen. Isten azonban nem hagy minket cserben és a Biblia szerint azért küldi el az ő Egyszülött Fiát, hogy helyettünk töltse be a törvény követeléseit, a kereszten pedig kifizesse a bűneink árát.

Aki benne hisz, üdvözül. Ezért a jó cselekedetek az Isten iránti hálából és szeretetből fakadnak, nem azt kiérdemelni hivatottak. Ez pedig a lehető legjobb hír. Ugyanis annyiszor hibázunk és hozunk rossz döntést, (sokszor a legjobb szándékunk ellenére is), hogy megkönnyebbülés tudni: Isten nem akkor szeret, ha mindent tökéletesen csinálunk. Ne ezért akarjunk jó emberek lenni. Hanem mert ő jó.
A kereszténység ezenkívül nem az ember személyes boldogságát és önbizalmát tűzi a zászlajára, bár tény, hogy az a felfogás, amely szerint ezek egyáltalán nem fontosak, szintén téves. Isten akarja a boldogságunkat. Csak nem ekörül forog minden. Az élet célja nem az, hogy magunk iránt pozitívan érezzünk, hanem hogy megismerjük Istent, vele valódi kapcsolatunk legyen és az egész életünk őt dicsérje.

Smith és Denton munkája számtalan szempontból elemezhető, az e-bookban én a terápiás részt emeltem ki. Utóbbi ugyanis egy olyan jelenség, amelyet korosztálytól függetlenül észrevehetünk, különösen olyankor, amikor valaki egy büntető istenképet igyekszik korrigálni. Ezekben az esetekben ugyanis könnyen megtörténik, hogy az inga a másik oldalon leng ki és az illető istene egyfajta terapeutaként kezd funkcionálni. Azaz mindig elérhető, mindig megért, mindig igazat ad, nem korrigál, nem támaszt elvárásokat, nem mondja azt, hogy „gyermekem, ezt most elrontottad". A kereszténység Istene azonban –mint láthattuk– más. Jóval több ennél.

Egyrészt igaz az, hogy mindenkor elérhető. Igaz, hogy a javunkat akarja. Igaz, hogy a problémáinkban fordulhatunk hozzá. Viszont, ha felidézed a belső kritikusról szóló fejezetet, Isten nagyon is szembesít minket a ballépéseinkkel. Kimondja, ha rosszul döntöttünk és a boldogságunkat pontosan úgy munkálja ki, hogy sokszor nemet mond arra, amit szeretnénk. Érthető, ha ennek a megemésztése időt vesz igénybe, hiszen emberként ösztönösen úgy érezzük, hogy mi vagyunk önmagunk legjobb ismerői. „Majd én tudom, hogy min múlik a boldogságom!" Holott hányszor tapasztaljuk, hogy a Mennyei Atya bölcsebb volt, amikor nem hagyta, hogy a saját fejünk után menjünk.

A szerzőről

Schindler Zsófia vagyok, okleveles pszichológus. Szakmai pályafutásomat 2015-ben, Németországban kezdtem, ahol egy családsegítő alkalmazásában öt éven keresztül foglalkoztam tanulási nehézségekkel küzdő fiatalok iskolai integrációjával, mellette pedig kivándorolt magyarok számára tartottam pszichológiai tanácsadást. 2020-as hazaköltözésem óta magánrendelésben dolgozom magyar, német és angol nyelven, valamint három évig a McDaniel College budapesti campusán oktattam egészség- és szociálpszichológiát. Szakemberként legfőbb érdeklődési területem a hit és a pszichológia kapcsolata.

Köszönöm, hogy velem tartottál és közösen gondolkodhattunk! Nagyon örültem Neked! Kívánom, hogy legyen ez az e-book áldás számodra és gyógyír a sebeidre! Isten áldjon!

www.zsofischindler.com

@lelkesblog

Záró megjegyzések

Az e-bookban szereplő szövegek és fényképek

Az e-bookban szereplő szövegek és fényképek mindegyike a tulajdonomat képezi és szerzői jogvédelem alatt áll. A felhasználása kizárólag írásos engedéllyel és a nevem megjelölésével történhet.

Dizájn és megjelenés

Az e-book megjelenése –beleértve a dizájnt és a tördelést– Lőrincz-Schindler Dávid munkája. Instagram oldal: @david.l.schindler

Egy utolsó megjegyzés

Biztosan észrevetted, hogy az e-book oldalain kisbetűvel hivatkoztam Istenre. Ennek nem a tiszteletlenség az oka, hanem az olvasás megkönnyítése. Úgy találtam, hogy a túl sok nagy betűvel írt személyes névmás (Ő, Neki, Hozzá stb.) megnehezítené a szöveg vizuális befogadását.

Az e-bookot ingyenesen letölthetővé tettem, mert nem szerettem volna, hogy bárki anyagi okok miatt ne jusson hozzá. Amennyiben szívesen támogatnád, hogy a jövőben is készüljenek hasonló anyagok, a *Buy me a coffee* oldalon támogathatsz egy (vagy két) csésze kávé árával. Egyszerűen csak kattints az alábbi gombra és máris a profilomon találod magad.
Hálásan köszönöm a támogatásodat!

Buy me a coffee