

Mit kezdjek az érzelmeimmel?

Érzelmek, józan ész és a hit kapcsolata

Suhai György

2011.06.09.

Sokunknak okozott már fejtörést, hogy keresztyénként mennyire tulajdoníthatunk jelentőséget az érzéseinknek egy-egy döntés meghozatalakor. Biztos vagyok benne, hogy sokféle tanulmány és cikk született már ebben a kérdésben. Én csupán néhány kiegészítő gondolatot szeretnék megosztani az érzések, gondolatok és hit összefüggéséről, a teljesség igénye nélkül.

Ahhoz, hogy megértsük az érzéseink szerepét Isten követésében, azt kell világosan látnunk, hogy milyen világban élünk és hogy hogyan jutottunk el oda, ahol most vagyunk.

Kezdjük a **Racionalizmussal (16-17. sz.)**. Az ész térhódítása és mindenképp felett valósa az egyik legkomolyabb gyümölcse volt a felvilágosodásnak. „*Gondolkodom, tehát vagyok!*” Ezen irányzat képviselői szerint ez határozza meg az embert és ezért mindent az ész és a logika alapján próbáltak meghatározni. Az ember végső soron egy racionális lény, az emberi ész kell, hogy döntsön arról, hogy mi helyes/jó és mi helytelen/rossz.

A Racionalizmus rideg objektivitására (tárgyszerűségére) született meg válaszul a **Romantika (18-19. sz.)** irányzata, mely az *érzelmeket* helyezte az emberi lét és a mindennapi élet középpontjába. „*Érzek, tehát vagyok!*”

Ez a két irányzat az egyházon belül is éreztette hatását. A racionalizmus egyházra gyakorolt hatása a **Skolasztika** rideg dogmatizmusában mutatkozott meg. Ezen irányzat képviselői a Bibliát egy a rendszeres teológia alapjául szolgáló információ gyűjteményként kezdték el kezelni (Kálvin és Luther még nem így tekintett a Bibliára, az utánuk következő teológus generáció csinált csak rendszert Kálvin és Luther tanaiból, melyet Kálvinizmusnak [Béza Tódor] és Luteránizmusnak [Melancthon Fülöp] nevezünk). Ekkor kezdtek el olyan tantételek minél precízebb megfogalmazásán dolgozni, mint pl. a predestináció, megigazulás, megszentelődés, megtérés, újjászületés, megváltás, stb. Észre sem vették, hogy szinte teljesen kiveszett a Lélek a teológiából. A teológia olyan egzakt tudománnyá vált, mint pl. a matematika, fizika, filozófia, stb.

Az egyház rideg, lélektelen dogmatizmusára a válasz a **Pietizmus (17-18. sz.)** volt. Ez a német gyökerű, alapvetően pozitív kegyességi irányzat a keresztyénség belső, szubjektív oldalát hangsúlyozta, az Istennel való személyes kapcsolat, a lelki élet ápolását, mélyítését. A kics csoportos iget tanulmányozások és imaalkalmak beindulása, az újjászületés/megtérés fontosságának hangsúlyozása szintén a Pietizmus nagyon komoly „vívmánya” volt. Bármilyen fontos és örömdetes is mindez, látnunk kell azt is, hogy a Pietizmus ugyanolyan radikális reakció volt az egyház túlzott dogmatizmusára, mint a Romantika a Racionalizmusra. És mint minden ellenreakciónak, úgy a Pietizmusnak (és itt kiemelten a Zinzendorf féle irányzatra gondolok) is megvannak a maga veszélyei, melyek egyike az *egyéni, szubjektív (személyes)* érzések, érzelmek, istenélmények *túlzott*

hangsúlyozása. Ismét mondom, a túlzott hangsúlyozással van baj, nem az érzelmekkel vagy a személyes istenélményekkel.

A magyar református kegyességi irányzatra (melybe én is bekapcsolódtam az életem egy adott pontján) mindmáig a Pietizmus gyakorolja a legnagyobb hatást. Ezért fontos, hogy tisztában legyünk a gyökereinkkel. A Pietizmus ezen oldala vagy hatása kiváló összhangban van a mai posztmodern gondolkodásmóddal is, mely szintén nagy hangsúlyt fektet a személyes érzelmekre. Helyes az, ami jó érzéssel tölt el, ami megnyugtat, ami boldogság érzetet kelt bennem. Helytelen vagy rossz az, ami nem okoz boldogságot, vagy ami fájdalommal, szenvedéssel jár. Ezt szokták etikai Utilitarizmusnak (haszonelvűség) nevezni. Tehát nem egy rajta kívül álló objektív mérce alapján határozza meg a posztmodern ember, hogy mi a jó/helyes vagy mi a rossz/helytelen, hanem a belső érzései alapján, t.i. hogy mi hoz neki nagyobb érzelmi hasznot, azaz boldogságérzést.

Ugyanennek a hozzáállásnak megvan a keresztyén verziója is, azaz amikor azt mondjuk, hogy valamit azért nem teszünk, mert nincs benne békességünk, mert nyugtalanok vagyunk. „Ha nincs békességed, akkor az nem az Istentől van” - mondták előljáróim. Észre sem vettük, hogy életünk nagyobb kérdéseiben is, mint pl. a párválasztás vagy pálya-/munkahelyválasztás ezt a posztmodern, pietista, romantikus megközelítést alkalmazzuk, mindent felülmúló és felülíró jelentőséget tulajdonítva az éppen aktuális érzéseinknek. Van-e bennem békesség vagy nincs? Szerelmes vagyok-e vagy sem? Jó érzéssel tölt-e el vagy sem, amikor arra gondolok, hogy...? Hangsúlyozom, nem önmagukban az érzelmekkel van baj, hanem azzal, hogy túlzott jelentőséget és rendkívüli fontosságot tulajdonítunk nekik.

Következzék egy idézet az Éva magazin egy korábbi számából, ami úgy gondolom elég jól érzékelteti azt, amiről írok:

„A nevelőként dolgozó Kata heteroszexuális identitással élte a kamaszkorát. Hétköznapjaira csak az vetett árnyékot, hogy jóval intenzívebb érzelmek fűzték egyes barátnőihez, mint más lányokat a társaikhoz. Volt, aki megkörményezte, ám Kata kategorikusan nemet mondott, hiába vonzódott az illetőhöz. 'Lehetetlennek éreztem, hogy meleg legyek.' Ám férfikapcsolataival nem boldogult, két hétnél tovább senkivel sem járt, s zilált érzelmei végül egy szektába hajszolták. 'Ma már tudom, hogy a magány és a szeretetelenség űzött oda.' Ám nyugtalansága, hiányérzete nem szűnt meg, végül kilépett. 'Akkortájt találkoztam Ildivel, és rájöttem: szerelmes vagyok! Megértettem, miért vallottam rendszeresen kudarcot a férfiakkal, mit rejtenek a barátnőim iránt táplált homályos érzelmeim.'”¹

Mi alapján döntött Kata? Az érzései alapján. Nem jött meg a hőn áhított szerelem a férfiakkal való sorozatos kapcsolati próbálkozásai során, s ezért a saját neme felé fordult, mert a nők iránt megvolt benne a mindent eldöntő és felülíró szerelemérzés. Mindegy, hogy lesbikussá vált, hogy Isten Igéje az ilyen kapcsolatra egyértelműen azt mondja, hogy bűn (Rm 1:26-27), Kata akkor is az érzéseire hallgatott.

Tudom, hogy meredek a párhuzam, de hadd kérdezzem meg: mi nem ugyanezt csináljuk? Magunkat hívő keresztyéneknek valljuk és mégis a legkritikusabb, legfontosabb döntéseinket elsősorban érzelmi alapon próbáljuk meghozni. És többünkénél ez bukások, kudarcok, vereségek és rossz döntések sorozatához vezet vagy vezetett már eddig is. Ha nincs benne békességed, ha nem vagy

¹ Női utak, Éva magazin, 2010. októberi szám,
http://evamagazin.hu/parkapcsolat/14444_noi_utak_4_irany.html

belé úgy igazán szerelmes, ha nincsenek jó érzéseid az adott dologgal kapcsolatban (legyen az egy potenciális párkapcsolat, munkahely vagy bármilyen döntéshelyzet), akkor ne tedd! – hangzott a nagyon gyakori lelkipozítói tanács. Ugyanakkor szinte soha senki nem kérdezte meg, hogy egy döntési helyzetben *mi az oka* a békétlenségemnek, hogy miért is vannak bennem rossz érzések. Pedig sok zsákutcát elkerülhettem volna, ha valaki segít a végére járni annak, hogy egyáltalán jogos-e vagy helyes-e az, hogy békétlenséget érek.

Lehet, hogy nagyon sokszor azért vagyunk nyugtalanok, mert az Isten által kínált valóság nem egészen felel meg az általunk elképzelt vagy régóta bennünk élő és egyre mélyebben gyökerező, gyakran a múlt megszépült élményeiből táplálkozó ideállal? Mi pedig az érzéseinkre hallgatunk ahelyett, hogy valóban hitből próbálnánk élni és vállalnánk azt az utat, amire Isten hív és amihez valóban Istentől való hitre van szükségünk, mert saját erőnkől, saját elhatározásból tényleg nem fog menni. Mert ha erről van szó, akkor - és ezt a saját tapasztalataim alapján is elmondhatom -, egészen addig újra meg újra el fogunk bukni az életünk legfontosabb kérdéseiben, amíg le nem leplezzük magunkban ezeket a korszellelem által táplált tendenciákat és Isten kegyelméből radikálisan szembe nem fordulunk velük. Minél tovább hagyjuk, hogy ezek az ideáink (az általunk elképzelt és remélt valóságképek) gyökeret verjenek bennünk, annál hosszabb ideig fog tartani a gyógyulásunk. Tapolyai Emőke, keresztyén pszichológus és lelkipozító ezt a folyamatot, nagyon találóan, a salak kitakarításának nevezi, amelyhez idő kell.

Azt gondolom tehát, hogy nagyon fontos, hogy alaposan körbejárjuk az érzelmeink, gondolataink és a hitünk kapcsolatának kérdését. És ezért tartom nagyon fontosnak azt is, hogy megőrizzük a helyes sorrendet: 1. hit, 2. gondolkodásunk, 3. érzések. Hinnünk kell azt, hogy ami Isten szerint való (és ez bizony nagyon sokszor szöges ellentétben áll azzal, amit a világ diktál vagy amivel kapcsolatban nekünk pozitív érzéseink vannak), amögé előbb-utóbb az érzéseink is fel fognak sorakozni. Sok esetben az érzéseink azért nem akarnak összhangba kerülni az Isten által kínált valósággal, mert még mindig nem akarjuk vagy merjük elhinni, hogy az a valóság. Miért? Mert még mindig elsősorban az érzéseinkre hallgatunk, még mindig nem hitből élünk.

Nem csak a hitünk és gondolkodásunk megújulására van tehát szükség, hanem az érzelmeink megújulására is. A megtérés a teljes emberre ki kell, hogy hasson. Ehhez a megújuláshoz pedig nem csak élő hitre és Isten kegyelmére van elengedhetetlenül szükségünk, hanem a rendszeres testvéri közösségre (a helyi gyülekezet iránti elköteleződésre), az őszinte hívő barátok, „harcostársak” bátorítására, támogatására is (Rm 15:13-14; Kol 3:16; 1Thessz 5:11; Zsid 3:13). Szükségünk van arra, hogy csalárd szívünk és érzéseink által befolyásolt gondolataink lelepleződjenek és hogy valaki folyamatosan az Isten Igazságára emlékeztessen minket. Mert csak az Igazság (a Biblia és Krisztus által képviselt Valóság) képes bennünket teljesen megszabadítani a múlt bűnös beidegződéseitől és valótlán ideáljaitól (Jn 8:32).