

A helyettes szenvedés helytelen gyakorlata

Egy fájdalmas felismerés

Suhai György

2025.12.08.

Hosszú évek, sőt egy egész évtized keresése, kutatása és küzdelme ért célba az elmúlt napokban. Egy nagyon nagy mérföldkőhöz érkeztem. Lyanne Payne, *Gyógyító jelenlét* c. könyvét olvasva nagyon komoly felismerésre juttatott el az Úr, egy gyakori lelkipásztori hibával, az ún. *helyettes szenvedéssel* kapcsolatban. A felismerés egy váratlanul rám törő székrekedéssel kezdődött, melynek ezúttal kizárólag lelki okai voltak.

Középkori szerzetesektől ered a helyettes szenvedés gyakorlata, melynek lényege az volt, hogy annyira azonosultak a szenvedővel, hogy megpróbálták átvállalni részben vagy egészében a szenvedő szenvedéseit. „Ennek követői önmagukat kínozták 'nem annyira azért, hogy Krisztus által harcoljanak a bűnnel és felülkerekedjenek rajta, hanem hogy Krisztussal együtt szenvedjenek, mintha Krisztus szenvedéseiből valamit [magukra véve] enyhíthetnének.”¹ A Krisztus illetve a szenvedő testvérük „keresztjét” akarták hordozni. Ebben akarták megélni a krisztusi szeretetet a szenvedők iránt. Később a leghíresebb 20. századi keresztyén író és apologéta, C.S. Lewis is belecsúszott a helyettes szenvedés gyakorlatába, a középkori behelyettesítés aszkézisébe, amit ő is a szeretet útjaként értelmezett.

Mert hogy **két szélsőség** létezik a segítő és segített közti kapcsolódást illetően: rideg, szeretetlen, empátia nélküli, kizárólag szakmai segítség nyújtás vagy teljes, túlzott érzelmi bevonódás. Mindkettő félreviheti a segítés folyamatát. Lyanne Payne a következőket írja:

"Akik mások megtérését és gyógyulását szívünkön hordozzuk, akaratunkon kívül könnyen esünk a behelyettesítés gyakorlatába. Ez leggyakrabban abból születik, hogy saját érzelmi létünkéből (csupán empátiából) szolgálunk (és nem a bennünk élő Krisztusból), vagyis az érzéseink vezérelnek és nem a Szentlélek... Ilyen helyettesítő ima lehet pl.: „Uram, ne engedd, hogy anya beteg legyen; ha valakinek betegnek kell lennie, hadd legyek inkább én, ne ő.”...

A *behelyettesítés* akkor jelenik meg, amikor szem elől tévesztjük a különbséget a Szabadító-Megváltó (aki egyedül csak Jézus, és amire egyedül csak ő képes) és Jézus tanítványa között (aki Jézus életét magán átengedni hivatott megszentelt csatorna). Amikor a *helyettes szenvedést* gyakoroljuk, egyrészt Krisztus már befejezett munkáját akarjuk mi magunk megtenni vagy kiegészíteni, másrészt elmulasztjuk elvégezni a ránk bízott feladatot.

A behelyettesítés egy igen gyakori jele, amikor valaki akaratán kívül veszi magára annak tüneteit, akiért imádkozik. A behelyettesítés legnagyobb veszélye ugyanis abban áll, hogy általunk nem ismert vagy fel nem ismert szellemi erők közvetlenül kapcsolatba kerülhetnek a test, lélek és szellem betegségeivel. Démoni jelenlét esetén ezek készségesen 'átteszik magukat' a betegről arra a személyre, aki a gyógyulásért vagy szabadulásért imádkozik...

Ha 'mások helyébe lépés' gyakorlata kézzátétellel is társul, miközben mások gyógyulásért imádkozunk, mindig *behelyettesítés* történik. Ez egy elhibázott gyakorlat, amely összezavarja mind annak a személynek elméjét, akivel a kézzátétel történt, mind pedig az érte imádkozóét. Lehetetlen, hogy valaki egy másik ember gyógyulását magára vegye, amint egy másik ember sötétségét vagy halálát sem veheti magára. Amit megtehet, hogy hittel imádkozik a másik személy gyógyulásáért és Jézusra

¹ Louis Bouyer: *Introduction to Spirituality*, 137.

veti annak minden terhét (1Pét 5:7). Ha a *helyettes imádságot* vegyítjük a közbenjáró imádsággal, súlyosan aláássuk az utóbbi erejét...

Agnes Sanford szerint a behelyettesítés: 'nem szándékos túlzott azonosulás a beteggel és elégtelen azonosulás az Úrral.' Ilyenkor a segítséget kérő 'beteg' személy jelenlétét gyakoroljuk, az ő jelenlétébe lépünk be a Szentlélek gyógyító jelenléte helyett. Ha (közvetítőként) mások sötétségét magunkra vagy magunkba vesszük, akkor jobb esetben tudatlanságból, rosszabb esetben büszkeségből járunk el. Mindkét úton messiás- vagy megváltó-komplexusba estünk, a szentlélek szerepét vesszük át és bűnbánatot kell tartanunk szabadulásunk érdekében...

Egy konferencia résztvevő így ír erről a felismeréséről: '...visszatekintve, valószínű egyfajta mártírnak vagy hősnek éreztem magam, aki önmagát odaadja valaki másért. Nemrégiben azon kaptam magam, hogy újra ezt teszem – arra kérem az Urat, hogy gyógyítsa meg a barátomat a cisztás fibrózisból, és helyette engem sújtsa – akármennyire is hátborzongató ez a gondolat. Amikor elkezdted kifejteni, hogy ez *helyettes szenvedés*, és rossz gyakorlat, először láttam meg, hogyan teszem magamat bizonyos értelemben Istenné – mint aki meg akarja határozni, hogy ki legyen beteg vagy egészséges, és aki büszkeségében önmagát ajánlja fel. Felismertem, milyen alattomos ez a kísértés, valamint hogy mennyire nem biblikus és nem méltó Istenhez.'...

Az ördögűző című népszerű film nem exorcizmust, hanem behelyettesítést mutat be. A pap, aki nem képes élni a hivatalából fakadó felhatalmazásával (nem képes Krisztustól kapott tekintélyével kiűzni a démont), a gyermeket gyöttrő démoni erőt magára veszi. A film végén kiugrik az ablakon és meghal. Ez a jelenet látványosan mutatja be, hogy a behelyettesítésnek mindig ára van. Ez az ár azonban nem az igaz keresztény szenvedés, nem a kereszt hordozása, hanem valami egészen más."²

Szabadító szolgálatról és belső gyógyulásról szóló tanításokban is beszélnek erről a jelenségről, amit „*nem Isten szerinti lelki kötődésnek*” neveznek. Ennek lényege, hogy amikor érzelmileg is bevonódunk egy szellemileg vagy betegséggel terhelt ember segítségébe, lelki kötődés alakul ki közöttünk, melynek van Isten szerinti része és nem Isten szerinti része. Az Isten szerinti lelki kötődést erősíteni kell, míg a nem Isten szerinti lelki kötődést fel kell ismerni és le kell építeni, el kell vágni, mert az túlzott, helytelen érzelmi bevonódáshoz, a segítségi folyamat félrecsúszásához, szükségtelen addicionális érzelmi, lelki sérülésekhez vezethet, amiket az alapproblémákon túl szintén orvosolnunk kell. Ez nagyban elnyújthatja a segítségi folyamatot.

Amikor érzelmileg túlságosan vagy nem helyes módon vonódunk be egy olyan ember terheinek hordozásába, kísérésébe, aki szellemileg terhelt vagy beteg, a nem Isten szerinti lelki/érzelmi kötődés által miránk is hatással lehetnek az adott személy démonai vagy betegsége, legalább is annak tünetei. Ezeket nevezzük *szimpátiatüneteknek*.

És pontosan ez történt az én esetemben is. Kiderült, hogy egy általam kísért személynek is ugyanakkor, ugyanazon a napon kezdődött a székrekedés, mint nekem. Mindkettőnknek hetekre makacsul beállt az emésztőrendszere.

Az is érdekes volt, hogy épp most tartunk ezzel a személlyel a gyászfeldolgozásnál és az én édesapám is nemrég ment el, vagyis én is frissen éltem most át a veszteséget, a gyászt, ami egyfelől nagyban segít most abban, hogy mélyen együtt tudjak érezni a segített személlyel, ugyanakkor most már látom, hogy ez magában hordozza a behelyettesítés veszélyét is!

² Lyanne Payne, *Gyógyító jelenlét*, (Lovas András fordítása), 183-187.

És amikor a könyvben C.S Lewis esetét olvastam, hirtelen leesett a tantusz: akarva-akaratlanul de én is elkövettem a helyettes szenvedés bűnét! A következőképpen ír erről Payne:

„C. S. Lewis hasonlóan sebezhető volt... Egy döntő pillanatban, amikor felesége a rákbetegsége következtében kínzó fájdalmat érzett a lábában,... Lewis kérte, hogy hadd vegye át a fájdalmat. Később, amint felesége jobban lett, kalcium hiány lépett fel a lábaiban. Levelei és barátainak írt feljegyzései alapján tudjuk, hogy ez szándékan kívüli behelyettesítés volt, ami mögött az a mély érzelemből fakadó vágy állt, hogy – a legigazabb keresztény értelemben – segítsen feleségének a terheket hordozni. Joy-t hazabocsátották, hogy otthon haljon meg, de április 21-én állapota stabilizálódott, majd gyógyulni kezdett. Nem volt fájdalma, hamarosan képes volt sétálni, és sántaságától eltekintve normális életet kezdett élni. Csodálatos imameghallgatásnak tűnt mindez, hiszen az őket összeadó lelkipásztor kézzel a kézzel is imádkozott az asszony gyógyulásáért. Ugyanebben az időben azonban, miközben Joy csontjaiban a kalcium szint emelkedett, Lewis csontjaiban elkezdett csökkenni. Csonttritkulást állapítottak meg nála, amelynek következtében azon nyáron késő ősziig kínzó fájdalmak gyötörték.

Ez a behelyettesítés nem Isten szándéka volt, még akkor sem, ha Lewis saját csontbetegségét csak „csekély árnak” tartotta Joy fájdalomtól való szabadulásáért (talán éppen ez volt a baj, hogy az ő betegségét, szimpátiatüneteit tartotta a felesége gyógyulása „árának”, Krisztus szenvedése helyett!). Ezt a gyakorlatot soha nem szabad a gyógyító imádság kiegészítéseként látnunk, sőt, valamilyen értelemben mindig szemben áll az igaz imádsággal. Végül Joy így is meghalt a rákban, és meg vagyok győződve arról, hogy Lewis élete is megrövidült.”³

Ez bizony kijózanító!

És fény derült arra is, hogy nem csak az imént említett segített személlyel kapcsolatban, hanem az immár 14 éve zajló cigánymisszióban is ugyanebben a „bűnben éltem”! Kezdetől fogva át akartam vállalni ezeknek a mélyszegénységben élő családoknak az egzisztenciális szenvedését, fájdalmát, az ő keresztjüket akartam hordozni, amire csak Krisztus képes, ahelyett, hogy melléjük állva, Krisztusra mutattam volna és Krisztushoz vezettem volna őket. Ez minimum 2 komolyabb kiégéshez, testi tünetekhez, bél- és szívproblémákhoz, igen komoly helytelen anyagiakkal való sáfárkodáshoz és sok-sok csalódáshoz vezetett. A jó szívemre, érzéseimre, együttérzésemre és nem az Úr, a Szentlélek vezetésére figyeltem. A behelyettesítésnek mindig ára van. Nem kizárt, hogy ettől a kísértéstől óvni az alábbi, további tanulmányozásra ajánlott Igék is:

„Testvéreim, ha valakit tetten is érnek valamilyen bűnben, ti, akik lelki emberek vagytok, igazítsátok helyre az ilyet szelíd lélekkel. De azért **vigyázz magadra, hogy kísértésbe ne essél.** ²**Egymás terhét hordozzátok,** és így töltsétek be Krisztus törvényét. ³Mert ha valaki azt gondolja, hogy ő valami, jóllehet semmi, megcsalja önmagát. ⁴Mindenki a saját tetteit vizsgálja meg, és akkor csakis a maga tetteivel dicsekedhet, és nem a máséval. ⁵Mert **mindenki a maga terhét hordozza.**” (Gal 6:2-5) – ennek (a mások és saját terhünk hordozásának) az egyensúlyát csak a Szentlélek vezetése által tudjuk megtalálni.

„A kézzel a kézzel ne siesd el senkinél! **Mások bűneiben ne légy részes!** Tisztán őrizd meg önmagadat!” (1Tim 5:22)

„Ítéld meg tehát, mi az, ami kedves az Úrnak,¹¹ és **ne vállaljatok közösséget a sötétség haszontalan cselekedeteivel,** hanem inkább leplezzétek le ezeket.” (Ef 5:11)

³ Gyógyító jelenlét, 190-191.

„Krisztus a gyógyító. Mi nem vehetjük magunkra mások szenvedését, bűnét vagy betegségét. Krisztus ezt már megcselekedte a Gecsemáné kertben és a kereszten (és a bemelegítések⁴). Ezért mi mindig arra mutatunk, aki így kiáltott a kereszten: „Én Istenem, én Istenem, miért hagytál el engem?” Neki, és egyedül neki engedjük át szenvedéseinket és bűneinket. Viszontváltul ő életben, bűnbocsánatban és gyógyulásban részesít minket. Velünk marad, betölt minket önmagával és élete rajtunk keresztül kiárad másokra is. Jelenlétében mi is arra segítünk másokat, hogy ne nekünk, hanem Krisztusnak adják át fájdalmaikat és sötétségüket...és azt tudatosítjuk bennük, hogy az ő sebei és nem a mi sebeink (helyettes szenvedésünk) által gyógyulhatnak meg...Egyedül ő a Megváltó, és nekünk sohasem kell az ő keresztyét hordozni, csak a magunkét. Ezen a kereszten kiáltotta, „elvégeztetett”. Az ő keresztye nem a mi keresztyünk, ugyanakkor ez tesz képessé bennünket saját keresztyünk felvételére és az ő követésére.”⁵

Amikor ezek így összeálltak, bűnbánatra jutottam és nagyon komoly bűnvallást tartottam, előbb magamban, majd a szorosabb gyülekezeti közösségemben és lám másnapra be is indult az emésztésem! Vagyis megszűntek a szimpátiatünetek.

És hogy miért tarott ilyen sokáig a székrekedés, miért tartott ilyen sokáig, hogy megtanuljam a leckét? Nem tudom, de nem kizárt, hogy ha előbb olvasom el a könyvet, akkor előbb jutok el erre a felismerésre (5 nappal a székrekedés megjelenése után már a kezemben volt a könyv, de valamiért 5 hétig halogattam az elolvasását; kicsivel több, mint 5 hétig volt székrekedésem).

Hol a határ a helytelen behelyettesítés és a helyes együttérzés között? Hogyan védekezhetünk a helyettes szenvedés kísértésével szemben?

- Mindenekelőtt a Szentlélek, **Krisztus jelenlétének rendszeres gyakorlása** által. Folyamatosan rá kell hangolódnunk a Szentlélek vezetésére, hullámhosszára.

„Jézus mindig az Atyára figyelt; azt tette, amit látott, hogy az Atya tesz, és amit hallott, hogy az Atya mond (Jn 5:19); maradéktalanul engedelmeskedett az Atyának és együtt működött a Szentlélekkel – így gyógyította a betegségeket és űzte ki az ördögöket.”⁶
- Nagyon fontos a **testvéri közösség védelme**, visszajelzése, felügyelete, befedezése egy-egy szolgálattal, segítségi folyamat során. Soha ne maradj és ne dönts egyedül!
- Nagyon fontos a **be- és kimosakodás** egy-egy segítő szolgálattal, beszélgetés előtt és után. Fontos, hogy komolyan vegyük Jézus felszólítását: „Minden gondotokat órára vessétek, mert neki gondja van rátok” (1Pét 5:7). Ha beterhelődsz egy szolgálattal, beszélgetés során, vedd minél előbb a terhedet Jézusra és oszd meg az érted imádkozó, téged befedező testvéreiddel (feldolgozás, kiértékelés).
- Fontos az **együttérzés**, ez Isten ajándéka, de ezt az érzést is megfertőzte, eltorzította a bűn s ezért ez is meg kell, hogy szentelődjön. Kérd az Urat, hogy **szentelje meg, tisztítsa meg az együttérzésedet** is.
- Fontos, hogy **lelepleződjön a helytelen segítség mögötti helytelen motiváció**. Büszkeség, önfényezés, Messiás-komplexus, hamis identitás? Nálam arra derült fény, hogy jóideje élek ún. „segítő” identitással. Én a segítő vagyok, aki másokon segít. Hagytam, hogy ez határozzon

⁴ „Miért kellett Jézusnak bemelegítenie?” <https://www.youtube.com/live/OpvsGx97oYU?t=1689s>.

⁵ *Gyógyító jelenlét*, 192.

⁶ u.o., 188.

meg engem. Így élek máig emberek (főként a roma családok) gondolataiban: Gyuri, aki segít. Pedig valójában én az Isten szeretett gyermeke vagyok, akinek az a küldetése, hogy másokat az igazi és egyetlen Segítőhöz vezessen!

Amikor valaki hozzám fordult segítségért, mindig azt gondoltam magamban: Meg kell oldanom ezt a problémát! Nekem kell megoldanom ezt a problémát! Nekem kell enyhíteni ezt a szenvedést! Meg kell mentenem őket a szenvedéstől, a fájdalomtól! Ezzel a hozzáállással azonban nem, hogy nem segítünk az embereken, hanem valójában az áldozati, a segített szerepben, identitásban erősítjük meg őket, átvállalva tőlük a felelősséget az életük megoldásáért. A kapcsolataimban, kevés kivétellel máig döntően segítő-segített dinamika érvényesül. Igen hamar belépek a segítő szerepbe egy-egy ismerkedésnél és a másik is készségesen belép a segített szerepbe. Ez nem helyes, nem egészséges. Az eredmény: túlterhelődés, kapcsolati lezárás, énközlés visszaszorulása, menekülés a mély kapcsolódástól stb. De most végre lelepleződött ez a „betegség”! És úgy tűnik, sokszor kell még hangosan is emlékeztetnem magamat Keresztelő János vallomására: **„Nem én vagyok a Krisztus”** (Jn 1:20), hogy valódi, maradandó áttörést éljek át ezen a területen és végleg megszabaduljak a helyettes szenvedés bűnétől és béklyójából.

És még egy fontos tanulság. Én rendületlenül hiszek a gyógyulásban, hiszem, hogy Jézus ma is gyógyít, sőt akar is gyógyítani. Kézenfekvő volt tehát, hogy többeket is megkérjek arra, hogy imádkozzanak a gyógyulásomért, a székrekedés megszűnéséért. Én is folyamatosan imádkoztam ezért. De mekkora ziccet szalasztottam volna el, micsoda felismerésről maradtam volna le, ha Jézus csak úgy meggyógyított volna és megszüntette volna a tünetet. Mennyivel fontosabb volt még a testi gyógyulásnál is számára az, hogy megértsem a testi problémám kiváltó okát és valódi, belső gyógyulást nyerjek.

Nem véletlenül hangoztatják sokan, hogy a testi problémáink döntő többsége lelki eredetű. Az enyém egyértelműen az volt. S ha ez igaz, akkor a célunk nem lehet csupán a tünet enyhítése (a sziréna kikapcsolása), hanem a lelki probléma leleplezése és megoldása. Ezért kell legfőképpen imádkoznunk: Uram, kérlek mutasd meg, hogy milyen belső lelki probléma van a testi problémám hátterében. Ez biztos, hogy helyes, kedves kérés az Úr előtt, amit meg fog hallgatni („*ez az a bizodalom, amellyel ő hozzá vagyunk, hogy ha kérünk valamit az ő akarata szerint, meghallgat minket*”, 1Jn 5:14). És az is biztos, hogy ezt csak Isten Szentlelke, az emberi lélek ismerője és vizsgálója tudja megmutatni nekünk. Milyen jó volt átélni, hogy most is számíthattam rá. És milyen jó, hogy Isten nem végez félmunkát. Ő jobban tudja, hogy mire van igazán szükségünk és ő valóban *„mindent megtehet sokkal bőszesebben, mint ahogy mi kérjük vagy gondoljuk”* (Ef 3:20)! Hát ez történt velem is. Hála érte az Úr Jézusnak! Hadd zárjam Jób barátainak biztatásával (a régi Károli nyelvezetével):

„Bízd csak azért magadat őreá és légy békességben: ezekből jó származik reád. Végy csak oktatást az ő szájából, és véd szívedbe az ő beszédeit!” (Jób 22:21-22)