

*KOVÁCS Szabolcs*¹:

Spiritualitás a vallásfenomenológia és pasztorálpszichológia horizontján/ 2

Abstract. Spirituality at the Horizon of Religious Phenomenology and Pastoral Psychology/ 2.

We are living in a designer world, where not only the circumstances but our gods will be created consciously. We hunger for a god. Choosing an inadequate god, a god too small to transcend our limitations and who, therefore, can neither save nor transform us drives us to keep hunting. This study outlines the phenomenology of Christian spirituality, religious practice and highlights their working field. We find correlation between spirituality and spiritual well-being and happiness, factors that contribute to a positive personal development. We are condemned to meaning. There is a universal impulse to endow our joys and sorrows with meaning. Christian spirituality is a condition for us to reframe and understand our life perspectives and reach the “Courage to Be” (Tillich).

Keywords: interpersonal relationship, spiritual intelligence, spiritual practice, spiritual communication, primary spiritual experience, existential fear, crisis, thankfulness, forgiveness, rites, well-being

¹ Egyetemi adjunktus, Babeş–Bolyai Tudományegyetem, Református Tanárképző és Zeneművészeti Kar; e-mail: ksz00th@gmail.com.



Bevezető gondolatok

Jelen tanulmány első részében² néhány alapvető fogalmat tisztáztunk, valamint rámutattunk a spiritualitás természetének dinamikus és integratív jellegére. Nincs önmagában értelmezett spiritualitás, mivel az csak adott történelmi kontextusban és adott vallásos gyakorlat keretében értelmezhető – az tehát egy kapcsolati fogalom, mely időről-időre újraértelmezést igényel. A társadalomtudományok közt az egészségpszichológia, a pozitív pszichológia, de az egyes pszichoterápiás irányzatok is felismerték a spiritualitás hordozta lehetőséget a segítőszolgálatban. A társadalomtudományok kutatásfolyamata elérkezett az antropocentrikus vizsgálódások rendjén arra a pontra, mely szerint érdemesnek és megke-
rülhetetlen kutatási területnek tartja az ember transzcendens tapasztalatának vizsgálatát és hatását a lét értelmére, a kapcsolatok alakulására és a személyiségfejlődésre.

A tanulmány – soron következő – második részében a spirituális tapasztalat intra- és interperszonális kapcsolati dimenzióit vizsgáljuk, valamint annak hatását a személyiségfejlődésre. Figyelmet szentelünk a spiritualitás születésének fejlődéslelektani körülményeire, különös tekintettel a családban szerzett primér tapasztalatokra, a szülő–gyermek kötődés kapcsolati ősmintájára, mely a vallásos tapasztalás és kötődés előfeltétele és mintája. Ismertetjük a spirituális intelligencia kulcsfogalmát, valamint annak dinamikus működési kontextusát. Vizsgáljuk a spiritualitás és krízis dialektikáját, mely a vallásos újrakeretezés által érvényesül a személyiségfejlődésben. Mindezeket szem előtt tartva emeljük ki a spiritualitás egészségmegőrző, a létkérdésekben eligazító és a személyes elégedettséget támogató jellegét. Kutatások igazolják, hogy kölcsönös kapcsolat áll fenn az értelemadás, a jóllét és a vallásosság között. A vallásosság pozitívan befolyásolja az értelemadás minőségét, az pedig pozitív hatással van a jóllét növekedésére. Azt keressük, hogy a spiritualitás hogyan járul hozzá a személy boldogságához, megelégedéséhez és az életértékek felismeréséhez.

A spirituális gyakorlat egy sajátos kommunikációs forma. Egyedisége a személy, a család kommunikációs interakciójának függvénye. Szerepet játszik benne az érzelmi kapcsolat, az intimitás és annak intenzitása. A következő fejezetekben a spirituális tapasztalat természetét és tetten érhető hatását vizsgáljuk a személyiségfejlődésben és a személy kapcsolatrendszerében.

² Megjelenési adatai: *Studia Universitatis Babeş–Bolyai, Theologia Reformata Transylvaniaica*. 2021/1.

1. A spirituális tapasztalat az intra- és interperszonális kapcsolatban

„A K. Grigensohn által képviselt század eleji spirituális tapasztalattal kapcsolatos kutatásokat annyiban tekinthetjük hangsúlyosnak, amennyiben a vallásos tapasztalatot mint *egész emberi lényünket* mozgásba hozó, megrendítő élményt vizsgáljuk, mely meghatározott magatartási változásra ösztönöz.”³ Ebben a folyamatban a *tapasztalat* kulcsfogalom. Egy belső, intraperszonális feszültségről beszélünk, mely az ember vágyát, ösztöneit, szellemi kompetenciáit (*intrapersonális terület*) összekapcsolja a külső, vágyott dolgokkal, illetve személyekkel (*interperszonális terület*), és e kapcsolat dinamikájából születő spirituális vagy vallásos tapasztalat a vizsgálódásunk tulajdonképpeni célpontja. Mit jelent ma a vallásos gyakorlat, a vallásos tapasztalat? Tanúi vagyunk ugyanis az *életértelmezés* és a *morális értékek relativizálásának*,⁴ azaz a konvencionális, hagyományos életértékek újszerű trendekkel és ideákkal történő felcserélésének.

„A vallásos tapasztalaton tehát értenünk kell a szubjektumot és a társadalmat létének forrásával összekapcsoló köteléket; a szentség jelenlétének közvetlenségére (megtapasztalhatóságára) utal.⁵ Süle Ferenc a vallásos élményt a külső és belső világunk egymással való kapcsolatában látja, s azok élményszerű megismerésének tartja: »A vallásos élmény alapja tehát a transzcendens végső valóságokkal való tapasztalati kapcsolatba kerülés.«⁶ Ezek az élmények nagy fontosságú, életünket befolyásoló és meghatározó események, melyeknek köze van ember- és világképünkhöz, megrázó átélést jelentenek, a legmagasabb értékek átéléséhez kapcsolódnak, titkos vágyainkról szólnak, s ezáltal kapcsolatban állnak igazi önmagunkkal, identitásunkkal. Mégis mindez csak részben tudatos folyamat, melyet akaratlagosan kieszközölni nem lehet, de keresni igen.”⁷

³ KOVÁCS Szabolcs (2020): *Iskolai lelkigondozás a középiskolában*. Kolozsvár, Presa Universitară Clujeană. 180.

⁴ WIKSTRÖM, Owe (2013): *Kápráztató sötétség. Szempontok a lelkivezetéshez*. Budapest, Luther Kiadó. 61. kk.

⁵ VERGOTE, Antoine (2001): *Valláslélektan*. Budapest, Párbeszéd Alapítvány. 30.

⁶ SÜLE Ferenc (1997): *Valláspatológia*. Szokolya, Gyuró Art-Press. 16. Vö.; VETŐ Lajos: *Tapasztalati valláslélektan*. Budapest, Egyetemi nyomda. 34. kk.

⁷ KOVÁCS (2020), 176.

A soron következő összefoglaló fejezetben a vallásos tapasztalás kora gyermekkori gyökereit keressük. Ennek megértésében a 20. századi személyiségpszichológia iskoláinak kutatásai lesznek segítségünkre, és egy lépéssel közelebb kerülünk annak megértéséhez, hogy a fejlődéslélektani folyamatokon keresztül miként válik értelmezhetővé a vallásos tapasztalat folyamata és dinamikája a valláslelektani vizsgálódás számára.

2. A családi szociális háttér és a primér vallásos tapasztalat

„A legjelentősebb hatással bíró befolyást a gyermekre a családi környezet, a szülők vallásos beállítottsága gyakorolja – állítják a jelenkori pszichológiai kutatók. E hatás annak függvénye, hogy a szülők maguk milyen vallásos hatás alatt álltak családi környezetükben. Ma már nem kétséges, hogy a családban kapott ingerek mennyire meghatározzák a gyermek vallásos beállítottságának kialakulását.⁸ Ennek alapján megállapítható, hogy a családon belüli kapcsolati struktúra és tapasztalati minta tulajdonképpen *előképe* a vallásos kapcsolatoknak és tapasztalatoknak (szülő–gyermek bensőséges viszonya, szeretetkapcsolatok, kötődés, bizalom, stb.).”⁹

Az anya–gyermek kapcsolat *őstapasztalatra* épül, melynek alapja az óceánikus, elrejtett-ség érzés. A tapasztalati források a magzati állapotra, az anyai öl ringató érzésére, a szopás, etetés, simogatás, mosolygás pre- és posztnatális élményeihez kapcsolhatók vissza. A biztonságosan kötődni tudó gyermek énképe és szülőképe is pozitív tendenciájú személyiségfejlődést eredményez. A *szeretni és szeretve lenni* tapasztalás képezi ennek a fejlődésnek alapját, amely nemcsak a kora gyermekkorra jellemző tapasztalásigény, hanem a teljes személyiségfejlődés szakaszainak vitalitásforrásaként is működik. Az érzelmi biztonság megtalálása a személy éréseinek különböző fokain újra és újra kifejezett és keresett igény.

⁸ KNEEZEL, Teresa T. – EMMONS, Robert A. (2006): Personality and Spiritual Development, In: Roehlkepartain, Eugene C. – King, Pamela Ebstyné – Wagener, Linda – Benson, Peter L. (szerk.): *The Handbook of Spiritual Development in Childhood and Adolescence*. London – New Delhi, SAGE Publications. 266–273.

⁹ KOVÁCS (2020), 189.

Exkurzus

A belső szelf–tárgy kapcsolatot igazoló lélekkutatók (Freud, Klein, Kohut, Fairbairn, Rank)¹⁰ munkáit követve Winnicott megfigyelései nyomán ismerjük fel, hogy az *átmeneti tárgy*¹¹ használata kisgyerekkorban (cumi, maci, takaró, stb.) a gyermek által megkülönböztetett szubjektív élmény és a valóság közti átmenetet képezi. Ezek a tárgyak és a megnyilvánulások (gügyögés, felszavak ismétlése, dűnnyögés) nem részei a csecsemő testének, de még nem is teljesen a külső valóság értelmes elemei.¹² Ez a terület a szubjektív észlelés és az objektív valóság köztes tartománya. Winnicott úgy véli, hogy az átmeneti tárgy *használata* a csecsemő számára egyben a különbségtétel tárgya is („nem én”, „nem anya”), és elsődlegesen az anyai biztonságérzet, az anyai jelenlét vagy autoerotikus cselekvés szimbolikus helyettesítője.¹³ Használata megelőzi a realitásérzék megszilárdulását. Az átmeneti tárgy használatával párhuzamosan beszélni kell az ún. *belső kép, belső tárgy* fogalmáról. Ez a belső tárgy az anyáról mintázódik, tulajdonságai összefüggésben állnak a csecsemőt gondozó anya létével, viselkedésével és életteliségével. Ha az anyai funkciók sikertelenek, azaz a csecsemő igényeire nem adnak kielégítő választ (etetés, érintés, ringatás, altatás, testközelség, simogatás, szemkontaktus stb.), a belső tárgy elveszti jelentőségét a csecsemő számára, s ennek következtében az átmeneti tárgy is jelentés nélkülivé válik.¹⁴ Ami számunkra ezekből a megfigyelésekből jelentőségteljessé válik az, hogy az átmeneti tárgyak és a belső introjektált képek az illúzió birodalmához tartoznak, mely a korai élmények kialakulásának *köztes színtere*. A csecsemő élményvilágának ez a köztes színtere az a tartomány, melyben később a vallásos élmények, az imaginatív élet, a kreativitás helyet kap. A köztes tér kialakulása és funkciója azt eredményezi, hogy létrejöjjön és elinduljon a kapcsolat a gyermek és a külvilág közt. Ebben szerepet játszik az anya adaptív viszonyulása, azaz a csecsemő igényeire jól válaszoló anya vagy gondoskodó személy jelenléte, valamint az érzelmi környezet. Az átmeneti jelenségek objektív-

¹⁰ Lásd rövid összefoglalását az elméleteknek: HAMILTON, Gregory N. (1996): *Tárgykapcsolat-elmélet a gyakorlatban*. Budapest, Animula Kiadó. 189. kk.

¹¹ A továbbiakban Winnicott tömör összefoglalójára támaszkodom.

¹² WINNICOTT, D. W. (1999): *Játszás és valóság*. Budapest, Animula Kiadó. 2.

¹³ I. m. 6.

¹⁴ I. m. 9–10.

szubjektív tartalmának mérlegelését és értékelését a szülőnek nem feladata elvégezni. Éppen ellenkezőleg, felismerhető az átfedés, miszerint a gyermekéhez hasonló köztes tereket magunk is hordozunk. Ennélfogva lehetséges a közös élmények megélése vallási és művészeti síkon.

Megfontolásra érdemes Winnicott gondolatmenete, miszerint a szülő–gyermek nevelési folyamat nem egyirányú. A modern pszichológia keveset foglalkozik a gyermek családot és szülői személyiséget alakító folyamataival,¹⁵ ezért a fent összefoglalt gondolatok alapján megfogalmazható, hogy a gyermek születéstörténeti eseményei, a személyiség kibontakozása olyan rejtett folyamatok eredménye, mely óhatatlanul hatással van a gyermek felé forduló szülőkre. Jézus hasonlata nyomtatékosan arra irányítja figyelmünket, hogy felnőttként olyanná legyünk, mint a gyerekek (Mt 19,3), mert ez a mi fejlődésünk nagyon lényeges vonását emeli ki. Jézus ugyan nem magyaráz mélylélektani folyamatokat, mégis Winnicott *köztes térről* alkotott mélylélektani értelmezése megláttat egy olyan átfedést, mely kapcsolópont a szülő–gyermek viszonyban, és szerepet játszik a személyes spiritualitás és vallásos élmény megtapasztalásában. Mert „Aki él, mind-mind gyermek és anyaöltre vágy”¹⁶ mondja József Attila, üzenete pedig arra a kollektív igényre és tapasztalatra utal, hogy mindannyian hordozunk magunkban megélt gyermeki emlékeket, tapasztalatokat, melyek a tudattalan rétegeibe merülve olykor újra aktiválódnak, előjönnek és a tapasztalati hasonlóságok által vagyunk képesek megérteni a gyermeki lelki működés mechanizmusát. A gyermeki én működése során átmeneti tárgyakhoz ragaszkodva egy átmeneti „lágú köztes teret”¹⁷ alakít ki, mely kapcsolatot jelent a gyermek énje és az objektív realitás között, amely intermediáris tér rendkívül fontos a sikeres életvezetéshez: „A stabil élményvilág fenntartásához ezenkívül kell még egy harmadik elem, ami nincs sem a szelf, sem a tárgy kontrollja alatt.”¹⁸ A felnőttkor spirituális tapasztalata a megélt teremtett világgal való egységélményében tulajdonképpen a gyermekkorból hozott *óceánikus érzésre* emlékezik.¹⁹

¹⁵ SÜLE Ferenc (2009): *Az életerő forrásai a családban*. Budapest, Szent István Társulat. 16. kk.

¹⁶ JÓZSEF Attila (1936): *Amit szívedbe rejtész*.

¹⁷ THEISSEN, Gerd (2008): *Az öskeresztyénység élményvilága és magatartásformái*. Budapest, Kálvin Kiadó. 217. Lásd még Székely Ilona összefoglaló leírását Winnicott munkájáról: SZÉKELY Ilona (2003): *Tárgykapcsolat-elmélet a családterápiában*. Budapest, Animula Kiadó. 56–66.

¹⁸ HAMILTON (1996), 190.

¹⁹ Vö. i. m. 16. kk.

Ezek az érzelmi tapasztalatok azért fontosak, mert általuk megértjük a gyerek korai vallásos élményvilágát tapasztalatai által, valamint a kezdeti istenkép kialakulását és változását. Megértjük, hogy a szeretetorientált nevelésből származó gyermek szülőképe egy hasonló mintára átképzett, hatalmasabb és gondoskodóbb istenképet feltételez.²⁰

A fenti gondolatokat összegezve tehetünk néhány megállapítást.

1. A kötődésnek mint kapcsolati mintának mimetikus dinamikáját felismerhetjük a személyiség szocio-pszichikai és spirituális fejlődésében. Az egyes kötődési minták másolásra és újraalkalmazásra kerülnek az életeseemények során. A gyermekkori kötődés, az anyához kötődés vágya, a köldökzsinór általi fiziológiai kötődés magzati ősállapotára emlékezik. Ezt a kapcsolódást keresi és mintázza az első életevek kötődési sémája, a tárgy-állandóság kialakulása.

2. A szülő–gyermek kapcsolati magatartásnak antropológiai gyökerei vannak. Az állatok ragaszkodási ösztöne hasonló tendenciájú előképet mutat, mint amelyet felfedezünk az ember kötődési igényében. A kapcsolati minták mimetikus ismétlődése érteti meg velünk, hogy az ember interperszonális kötődési igénye a transzperszonális (vallásos) kötődés előfeltétele.²¹ Másként fogalmazva, a transzperszonális kapcsolatunk a numinó-zummal, valamint annak strukturális és dinamikus aspektusai visszautalnak egy korábbi (szülő–gyermek) kapcsolati tapasztalat ősmintájára. Ha azonban a szülőtől való függés túl erős, akkor ez vissza is tarthatja a fiatalt függőségi fázisában, és vallásossága is ilyen természetű lesz.²²

2.1. A szülő–gyermek kapcsolat és az egzisztenciális félelem

Kevés olyan életeseemény létezik, mely mélyebben és maradandóbban befolyásolná a családok transzgenerációs fejlődését, mint a szülés-születés körüli történések és hatások. Ennek kapcsán nemcsak a pozitív előjelű hatásokat kell értelmeznünk, hanem a negatív, a szocio-politikai, kulturális és különböző trendek által hordozott értékválságból

²⁰ HORVÁTH-SZABÓ Katalin (2007): *Vallás és emberi magatartás*. Piliscsaba, Pázmány Péter Katolikus Egyetem, Bölcsészettudományi Kar. 139. kk.

²¹ THEISSEN (2008), 116. kk.

²² Vö. SÜLE Ferenc (1997), 250.

fakadó hatásokat is. Az alábbiakban azokat a lényegesebb szempontokat összegezzük – a teljesség igénye nélkül –, amelyek rámutatnak a gyermeket, a szülőt ért tudatformáló hatásokra és lehetséges következményeik utóhatására.

Az iparosodó társadalmak tradícióvesztése, azok szabályozó minőségének hiátusa, a generációk közti értelmi és érzelmi távolodás, az intergenerációs átadási folyamat megterjedése, a létbiztonság meggyengülése egyfajta érzelmi ürességet és tudatos kontroll igényét hordozza magán. A társadalmi gazdasági igények, a szociális nyomás, a versenyszféra, az ember teljesítményorientált termelőegység-státusa, a gyermekvállalás visszaesése mind az élet természetes életterének folyamatát hajtja kontroll alá, gyakran az etikai kérdések figyelembevétele nélkül: „újfajta egzisztenciális félelmet vezettünk be a világba”.²³ A gyermek (lét)joga, hogy kívánt legyen; a nem kívánt személynek nincsen létjoga. „Nem önmagamért vagyok értékes, személyes értékem viszonylagos és kívülről diktált, mivel attól függ, hogy mennyire akarnak. De, ha én nem rendelkezem abszolút, Istentől kapott értékkel, akkor más sem. Eldobható vagyok, de ők is azok.”²⁴

E tényezők az ember legérzékenyebb életciklusára (fogantatás–születés–csecsemőkori) is óhatatlanul hatást gyakorolnak, gyakran a gyermek létét veszélyeztetve. Ezt az elfojtást, bűntudatot tudatosan vagy tudat alatt elhordozzuk, az pedig életünk, személyiségünk latens részévé válik. Ha mi nem tudtuk kezelni ezt a problémát, egy következő generáció tudni fogja? „Az Atyák ették meg az egrest, és a fiak foga vásott el bele” (Jer 31,29b).

3. A spiritualitás isteni részecskéje

Az anya–gyermek kötődéséről, valamint annak személyiségfejlődését meghatározó tényéről a kötődéseméletek számos szakmunkája referált már. E megfigyelések közös alapja, hogy az ember születése mint létének eredete és folytonossága (kontinuitáselv),²⁵

²³ NEY, Philip G. – PEETERS-NEY, Marie A. (2001): *Abortusztilélok*. Kolozsvár, Agape Életvédő Alapítvány – Koinónia. 64.

²⁴ Uo.

²⁵ A kontinuitásemélet számos, természeti népek körében végzett pre- és perinatális kutatás nyomán született, mely a magzati gyermek és anya szoros, szimbiotikus együttélésében nyilvánul meg. A modern társadalmak gyakorlata a szülésről-születésről, gyermeknevelésről, a korai

a nevelkedésének körülményei, a gyermekre szabott személyes kapcsolatok mind meghatározó faktorok a személy létminőségére, egészséges identitásának megszilárdulására nézve.²⁶

A kötődéelmélet (*attachment theory*) J. Bowlby nevéhez fűződik.²⁷ A tárgykapcsolat-elmélet²⁸ jelentős mértékben hozzájárult a kötődési folyamat dinamikájának megértéséhez. Lényege, hogy az anya–gyermek szimbiózis következtében egy biztonsági kötődés alakuljon ki a gyermekben. E kötődés az ösbizalom/ösbizalmatlanság változó dinamikájában erősödik meg, és hangsúlyos benne a gyermek pozitív bizalmi megerősödése: „Környezetünk megbízható személyiségeivel szemben viszont gyermekkorunktól fogva a bizalom stratégiáját alkalmazzuk.”²⁹ Az anya–gyermek kapcsolat a *reménység* szikráját hordozza mint egységnyi részecskét egy fejlődő kapcsolatnak. Az önellátásra képtelen gyermek *reménysége* a róla való anyai gondoskodás pszicho-biológiai igényeinek kielégítése. Ez a részecske az a *spirituális gyökér*,³⁰ melynek fejlődése a felnőttkor spirituális identitását határozza meg. A remény társeleme a *hit*. A hit egy megalapozott bizalmi kötődést jelent a személyes Én és a felfedezett isteni Te között. A jó kapcsolat feltétele e kettő: a remény és hit. Hasonlóképpen a felnőttkor Istenhez való kötődésének képességét a gyermekkorban elsajátított általános kötődési képesség határozza meg.³¹ A hit tehát

kötődésről sok szempontból más állásponton van. LIEDELOFF, Jean (2007): *Az elveszett boldogság nyomában*. Kétezeregy Kiadó. 41. kk.; Vö. BLAZY Helga (1999): A pre- és perinatális élet kontinuitásáról, In: *Várandótság, születés és gyermeknevelés a magyarországi kultúrákban. Kongresszusi Tanulmánykötet*. Budapest, Animula Kiadó. 14. kk. Vö. ERKSON, Erik H. (2002): *Gyermekkor és társadalom*. Budapest, Osiris Kiadó. 111. kk., 165. kk.

²⁶ WINNICOTT (2006), 21. kk., 37. kk. Vö. C. MOLNÁR Emma (1995): *Az anyaság pszichológiája*. Budapest, Akadémiai Kiadó. 55. kk.

²⁷ Lásd Urbán tömör összefoglalóját. URBÁN Szabolcs (2021): *A vallásosság kötődéelméleti megközelítése*. Budapest, L'Harmattan Kiadó. 27. kk.

²⁸ Lásd: WINNICOTT, D. (1999): *Játszás és valóság*. Budapest, Animula Kiadó; HAMILTON (1996).

²⁹ THEISSEN (2008), 219.

³⁰ BENKŐ Antal SJ (2009): A remény és útjai – Pszichológiai és spirituális szempontok, In: *Embertárs*. VII. 4. 332. kk.

³¹ Tillich a *hitetlenség* teológiai fogalmát a társadalmi és ontológiai kapcsolatvesztésre vezeti vissza. Az ember teljes létevel elfordul Istentől, „a maga létezési önmegvalósításában önmaga és saját világa felé fordul, és elveszíti a saját lételemével való lényegi egységét”. A hitetlenség tehát elszakadást jelent. TILLICH, Paul (2000): *Létbátorság*. Budapest, Teológiai Irodalmi Egyesület. 274.

mint krízisfogalom a hit tárgyának fontosságát (kereszt és feltámadás), az élet krízisének meghaladását körvonalazza. Egy gyakorlati fogalom, mely az élet egészét meghatározza. A hit mint a spiritualitás együttállója nem egy befele forduló vallásosságot, hanem a személy világ felé való nyitottságát, bizalmi attitűdjét, azaz – pszichológiai terminussal élve – *megküzdési stratégiáját* jelenti.

4. Krízis és spirituális intelligencia

A személy életében bekövetkező krízishelyzetek ösztönző/kényszerítő hatással vannak rá, hogy az adódó konfliktust, válságot, veszteséget valamiképpen megoldja és a belső, valamint kapcsolati egyensúlyát újra felállítsa. Érdeklődésünk középpontját a krízis kulcsfogalma mellett a spirituális intelligencia szerepére irányítjuk.

A spirituális intelligencia (SI) meghatározása csak néhány évtizede került be a köztudatba:³² a személyes jóllét és az élet beteljesedésének faktora az empirikus pszichológiában. A nevelépszichológia hamar megtalálta és felismerte benne azt a potenciált, mely szükséges kompetencia a pedagógusok képzésében és a diákok nevelésében is.³³ A SI a személyes életvezetésben hasznosul, aktiválja a teljesség érzését és az integritásérzést, tehát a személyiségfejlődés egy fontos faktora. Emmons szerint³⁴ a SI egy keretrendszer, mely egy adott pszichikai működést és adaptációkészséget előfeltételez, képessé teszi az embert a problémákkal való megküzdésre és életcélokat helyez kilátásba. Egy olyan tudás, amely által a legbensőbb önmagunkkal kerülünk kapcsolatba, legbensőbb mozgatóerőinket érzékeljük, és amely a legerősebb motivációs készlet forrása bennünk. A SI 12 minőségi aspektusát lokalizálták, úgymint öntudatosság, spontaneitás, víziókészség,

³² Lásd Zohar összefoglalóját: ZOHAR, D (2000): *Spiritual Intelligence, the Ultimate Intelligence*. London, Bloomsbury.

³³ SRIVASTAVA, Prem Shankar (2016): *Spiritual Intelligence. An overview*, In: *International Journal of Multidisciplinary Research and Development*. 3(March). 224–227. https://www.researchgate.net/publication/321875385_Spiritual_intelligence_An_overview (utolsó megtekintés dátuma: 2022.09).

³⁴ EMMONS, Robert (2000): *Is Spirituality an Intelligence? Motivation, Cognition and the Psychology of Ultimate Concern*, In: *The International Journal for the Psychology of Religion*. 10. 3–26.

egészlegesség érzése, együttérzés, a változatosság elfogadása, függetlenség tere, alázatosság, a fundamentális „miért?” kérdésfelvetés, újraakerczés képessége, a viszontagságok pozitív átértelmezése, elhivatottság. A SI támogatja a pozitív személyiségfejlődést és szabályozza a negatív személyiség kialakulását.³⁵

A spirituális intelligencia működési tendenciája okozza, hogy a személy az őt érintő krízishelyzeteket képes pozitívan újraértékelni, s ezáltal képes önmagát és helyzetét egy új keretrendszerbe helyezni. A felmerülő negatív tapasztalatot a spirituális értelemadás által képes átkonvertálni és egy felsőbb értelmi összefüggésben nevelői szándékot tulajdonítani annak. E tekintetben a szenvedés értelmet nyerhet. Egyébként a szenvedés értelmét észérveken keresztül képtelenek vagyunk igazolni. A dilemma feloldását azonban visszavezethetjük, és megtaláljuk néhány szentírásai szenvedésleírásban.

Az ószövetségi Jahve szolgálja a szenvedés értelmét, jog és igazság szerint, az egész világra kiterjeszti. A szenvedés elhordozását a küldetés teszi lehetővé. „Mert lelke szenvedése folytán látni fog, és megelégszik, ismeretével igaz szolgálom sokakat megigazít, és vétkeiket ő viseli” (Ézs 53,11). Ez a felismerés vigasz, bizonyosság és megelégedés is egyben. Ez ismert Pál előtt is: „Mert amint bőséggel kijutott nekünk a Krisztus szenvedéséből, úgy bőséges a mi vigasztalásunk is Krisztus által” (2Kor 1,5). Pál szerint tehát létezik az ún. *szenvedésbizonyosság*, mely türelemre int, és az elhagyatottságban vigasztal.³⁶ A szenvedés, melynek magyarázata gyakran a racionalitás dimenziója felett keresendő, egyedül az Istenre irányuló hitben mint az értelmet túlhaladó dimenzióban oldódik fel. Ez csak egy hittel teljes vallásos háttér által lehetséges, ahol a Gondviselés az egymásnak ellentmondó hatalmakat összefogja és önmagában kiegyenlíti. „Mester, ki vétkezett: ez, vagy a szülei, hogy vakon született? Jézus így válaszolt: Nem ő vétkezett, nem is a szülei, hanem azért van ez így, hogy nyilvánvalóvá legyenek rajta Isten cselekedetei” (Jn 9,2–3).

A fentiek alapján láthatjuk, hogy a spirituális intelligencia dialektikus viszonyban áll a személy válságreakcióival, kríziseivel. A krízis³⁷ ismert és jól körülhatárolt pszichológiai fogalom. E tanulmányban azonban nem foglalkozunk az életesemények fejlődési

³⁵ ZOHAR (2000).

³⁶ HEUBÜLT Willem (1983): *Gewissen vor Gott*. München, Verlag Meta A. Behrendt. 189–193.

³⁷ A „*krízisz*” görög kifejezés, ami döntést, fordulópontot jelent, olyan állapotot, mely akkor következik be, ha a „személy fontos életcéljai[nak] megvalósítása közben akadályokba ütközik, amelyeket a problémamegoldás szokásos módjaival egy ideig nem tud leküzdeni”. ÓNODY

kríziseivel, hanem a vallásos tapasztalás során fellépő krízisállapotokat érintjük, úgymint a vallásos kételyt, bizalmi krízist, kapcsolati krízist, identitáskrízist és az értelemadás krízisét.

A vallásos kétellyel párhuzamosan működő krízisfolyamatok nem feltétlenül destruktív tendenciájúak. Jóllehet mindkettőt negatív érzések, úm. stressz, düh, lehangoltság, kétségbeesés, kísérik, azonban a krízis feldolgozásával a személyiség fejlődése, az Istennel való kapcsolat mélyebb átélése és erősebb vallásos elköteleződés jön létre. Negatív kimenetelű krízis esetén a személyiség megreked, nem talál a már meglévő mellett magasabb szellemi, erkölcsi értéket, mely felé forduljon, ami gyakori esetben az (Istentől való) elfordulást eredményezi. A krízis mélységét nem az átélt trauma nagysága, hanem a személy aktuális lelkiállapota, stabilitása, érzékenysége határozza meg. Mindemellett hangsúlyos, hogy a krízis önmagában nem *betegség*, hanem a személyiség egy válsághelyzeti válaszreakciója.

A *bizalmi krízisről*, vagy *perturbatorról*,³⁸ valójában mint a kisgyermekkorból származó szeretetigényből fakadó krízisről beszélhetünk. A gyermekkorban elszenvedett feldolgozatlan traumatikus életesemények későbbi életkorokban kerülnek újra elő, az akkori megoldási lehetőség felismerésével, de változatlanul nagy lelki terhet okozva. Amennyiben a krízis állapota nem nyer feloldást, így az a személy életének központi kérdésévé válik, aki *beszűkül*, és csak ezzel foglalkozik, idővel pedig tehetetlenségi haragja önmaga ellen fordul.

A szülővel való konfliktus és *kapcsolati krízis* igen gyakran összekapcsolódik a valóságosság képviselte autoritással, amelyet a gyermek elvetni próbál, de a boldogtalanság szorongató érzése kíséri: „nincs szükségem Istenre (atyára), magam döntök életem felől. De vajon milyen következményre számíthatok?” E szorongató vergődés egyfelől felforgatja a vallásos beállítottságot, negatívan hat a személyes istenkapcsolatra, másfelől pedig segít a vallásos kétely elmúlásával újra rendezni a személyes kapcsolati viszonyokat a transzcendenssel.

Sarolta – VIKÁR György (2005): A krízis, In: Pável Magda (szerk.): *Életesemények lelki zavarai*. Budapest, Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet – Párbeszéd Alapítvány. 149.

³⁸ HÉZSER Gábor (2005): *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*. Budapest, Kálvin János Kiadó. 152. kk.

Ma már tekintélyes szakirodalom foglalkozik az *identitáskrízissel, az élet értelmetlenségének krízisével, a céltalanság problémájával* és az ezzel kapcsolatos spirituális intelligencia támogató jelentőségével. A kutatási eredmények arra engednek következtetni, hogy a vallásosságon keresztül értelmezett spirituális intelligencia működése támogató-járható út lehet megtalálni az élet elvesztett értelmét.³⁹ Az *értelemadás, a lét végső kérdéseinek megválaszolása* mint egzisztenciális válaszkeresés a SI kutatott területe az egészségpszichológia és a valláspszichológia számára is. „Nincs olyan helyzet, melyben az élet megszűnne lehetőségeket felkínálni számunkra, s nem létezik személy, akinek az élet ne tartogatna feladatokat.”⁴⁰ Ez a keresés egy sajátos *dereflexiót* kíván, mely az én önmeghaladását, azaz önmaga elfeledését, saját bajából való kilépést, egy magasabb valóság felismerését eredményezi.⁴¹ A leggyakrabban felismerhető értelemtörekvések a mindennapi élethez kapcsolt személyes célokról beszélnek, ezek adnak értelmet a mindennapoknak: szeretetkapcsolatok kialakítása, a vallásosság, spiritualitás, munkateljesítmény, az én meghaladása, altruizmus, társadalmi elkötelezettség.

A vallásosság szempontjából történő újraértékelés vagy újrakeretezés azt jelenti, hogy a személy a korábbi kríziseseményeket és a vallásos tapasztalat összefüggéseit újraértelmezi önmaga számára. Az újraértelmezésben jelentősége van a személy életkorának. Az értelemadást döntően befolyásolja a felnőtt spirituális intelligenciája, azaz a személyiségében integrált spirituális érettség és komplexitás.⁴² Az újrakeretezés mindig együtt jár egy negatív tapasztalattal (elhagyni, szakítani a régi működési mintával), ám a vallásos hagyományok ezt pozitív konnotációban emlegetik, s gyakran nevelői, fejlődési jelentőséget tulajdonítanak e folyamatnak. Ebben a folyamatban „mind a valóság viszonyairól alkotott

³⁹ VERMA, Suman – MARIA, Madelene Sta. (2006): The Changing Global Context of Adolescent Spirituality, In: Roehlkepartain, Eugene C. – King, Pamela Ebstynne – Wagener, Linda – Benson, Peter L. (szerk.): *The Handbook of Spiritual Development in Childhood and Adolescence*. London – New Delhi, SAGE Publications. 124. kk.

⁴⁰ FRANKL, Viktor E. (2005): *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Budapest, Jel Kiadó. 170.

⁴¹ Vö. MARTOS Tamás (2007): Vallásosság és az értelmes élet pszichológiája, In: Horváth Szabó Katalin (szerk.): *Vallásosság és személyiség*. Piliscsaba, Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészettudományi Kar. 18. kk.

⁴² STEGER, Michael – KONKOLY Barna – MARTOS Tamás (2010): It Is Not Only What You Hold, It's How You Hold It: Dimensions of Religiosity and Meaning in Life, In: *Personality and Individual Differences*. 49. 8. 8.

alapvető feltevések és hiedelmek, mind az alapvető célok, törekvések és értékek, mind pedig az élet értelmességének élménye részleteiben vagy egészében jelentős mértékben változhatnak”.⁴³

A SI *valóság*hoz kötöttsége elengedhetetlen feltétel. Karl Jaspers filozófus megállapítja, hogy a felvilágosodás éppen nem a pusztá értelemre felépített világnézet változatlan módú elfogadását jelentette, hanem a civilizáció előnyeit felismerve és elfogadva egy szélesebb, metafizikai alapot keres és talál, mely a krízishelyzetek megoldásában hatékonyan nyújt segítséget.⁴⁴ Hasonló értelmezésben a spirituális intelligencia nem a fizikai világ elutasítását és egy légiés, szellemi létmód elfogadását jelenti, hanem a „fizikai, materiális környezet relatív, változékony voltának felismerését”.⁴⁵ Ez egy újfajta meg-/felvilágosodást jelent.

Összefoglalva, tehát, a krízis szerepét tekintve nem nevezhetjük azt egyértelműen negatív hangolású folyamatnak. Ugyan erős érzelmi töltet áll mögötte, mely megvisel és felborítja az intra- és interperszonális kapcsolati egyensúlyt, a spirituális intelligencia által létrejövő értelemadás mégis lehetővé teszi az átmenetet a személy létállapotának újraértékeléséhez, és elvezethet egy személyes, hitbeli döntés kialakulásához. A krízis és a spirituális intelligencia működése relacionális kapcsolatot feltételez. A krízis, mint olyan, szükségszerű velejárója az életciklusváltásnak, s jelen van az életesemények válságaiban. Ide kapcsolódik a megküzdésben oly fontos szerepet játszó spirituális intelligencia, amely által a krízis okozta válsághelyzet új értelmezést nyer, és a személy egy más szinten működő egyensúlyi állapotra törekszik.

5. Spiritualitás, lelki egészség, boldogság

A spiritualitás, lelki egészség és boldogság (elégedettségérzés) kapcsolati dinamikája azért kiemelten fontos, mert e három magába foglalja a személyességet, az egzisztenciális kérdésekre adott választ. Így a spiritualitás hatással van a személy hiedelemvilágára, gondolataira,

⁴³ MARTOS (2007), 24.

⁴⁴ Vö. JASPERS, Karl (1978): *Philosophie I. Philosophische Weltorientierung*. Berlin – Heidelberg – New York, Springer Verlag 4. Aufl. 71. kk.

⁴⁵ PAIZS Ábel (2006): Időszerű-e a spiritualitás? In: *Embertárs*. IV. 2. 191.

céljaira és érzelmeire, mely komponenseknek értelemadó szerepük van.⁴⁶ Ez egy átfogó jelentérendszer, amit *hiedelmek, átfogó életcélok és alapvető törekvések, az értelmesség élménye*⁴⁷ alkotnak.

Az *átfogó hiedelmek* alapvető feltevések a lét élıhetőségére vonatkozóan: igazságosság és tisztesség, szerencse és kontroll, a pozitív jövőkép, személyes biztonság. Az *életcélok*, úgymint kapcsolatok, munka, jólét, tudás, teljesítmény, valamint azok fenntartása nem teljesen tudatosak. Az *értelmesség élménye*, a személy egy olyan sajátos átélését jelenti, mely az élet értelemmel való telítettségének felel meg. A jelentérendszerek és a spiritualitás kapcsolata azt a sajátosságot ötvözi, mely szerint a szekularizált ember számára az élet felszíni megküzdése mögött létezik egy magasabb célszerűség és rend.

Figyelembe véve az értelemadás, a jóllét és vallásosság kölcsönösségén alapuló kutatási eredményeket, az értelemadás minősége kiemelkedő fontosságú faktornak bizonyul.⁴⁸ Ugyanakkor az értelem élménye visszahat a vallásos elköteleződésre. Ugyancsak kutatás igazolja, hogy az intrinzik (belülről fakadó) spiritualitás pozitívabb hatással van a depresszióval küzdő fiatalok életére, mint az extrinzik (látszólagos, utilitáris vallásos habitus) életgyakorlat.⁴⁹

Ezen együttthatók kölcsönösen generált hatással egyszerre hatnak és meghatározóak az ember boldogságérzésének, bizalmi légkörének, megelégedettségének kialakulásában. Látható tehát, hogy a krízis, a spirituális gyakorlat, az értelemadás, a jóllét növekedése nem szétválasztható fogalmak. Együttesen és kölcsönösen hatnak egymásra. Ebben a reciprok folyamatban jelentős szerepe van a személyes spirituális gyakorlatnak, amely a belülről fakadó spirituális motivációt testesíti meg. Ezen a ponton a személyes spirituális gyakorlatot (egyéni ima, elcsendesedés, adoráció, meditáció, igeolvasás, altruisztikus cselekedetek stb.) meg kell különböztetnünk az intézményesített vallásos gyakorlattól

⁴⁶ MARTOS (2007), 9. kk.

⁴⁷ Az alábbiakban Martos Tamásnak a *jelentérendszerek* értelmezésére támaszkodom. MARTOS (2007), 12. kk.

⁴⁸ Vö. STEGER – KONKOLY – MARTOS (2010). Lásd még: HICKS, Joshua – KING, Laura (2008): Religious Commitment and Positive Mood as Information about Meaning in Life, In: *Journal of Research in Personality*. 42. 43–57.

⁴⁹ TAHMASBIPUR, N. – TAHERI, A. (2011): The Investigation of Relationship between Religious Attitude (Intrinsic and Extrinsic) with Depression in the University Students, In: *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 30. 712–716.

(liturgiális vallásos aktusok). Az előbbi soha nem létezhet belső, lelki tartalom nélkül, míg az utóbbi olykor válhat megüresedett manifesztummá, melyet a liturgiális rend mégis fenntart.

6. A hála, a megbocsátás, a rítusok mint spirituális kommunikációs csatornák

A spirituális gyakorlat elemeire jellemző, hogy azokat folyamatosan újra kell értelmezni az egyén, a közösség kulturális, társadalmi és spirituális igénye szerint. A spirituális gyakorlatnak sajátos genealógiája van, szerepét akkor tölti be, ha plasztikusan tükrözi az egzisztenciális igényeket.⁵⁰ A spirituális gyakorlat és a spiritualitást gyakorló személy, illetve közösség kölcsönös egymásra hatásban élnek: a személy, illetve közösség alkotja meg és gyakorolja a spirituális elemeket, míg azok formáló erővel visszahatnak a személyre, valamint a közösségre. Minél mélyebben ágyazódnak a spirituális elemek egy közösség életében, annál mélyebb hatást gyakorol az individuuum világlátására, *spirituális jólétére*, érzésvilágára és önészlelésére. Ugyanúgy az individuuum felelőssége, *per se*, a közösség spirituális gyakorlatát elsajátítani és azok által a közösséghez mint egészhez kapcsolódni.

A társas kapcsolatokban alapvető szempontot képeznek az érzelmek, melyeknek kommunikációs síkja gyakran egybeesik a spirituális gyakorlattal. Tulajdonképpen az érzelmi sík nemcsak a társas kapcsolatok kommunikációs síkja, hanem a spiritualitása is. Minden vallásos tantételt egy mélyebb érzelmi síkon megfogalmazott és kifejezett spirituális érzés előz meg. A szeretet, a harag, a bűnbánat, a gyűlölet, az öröm, a félelem, a hála mind Istennel összefüggésbe hozható sajátos emberi érzések, amelyeken keresztül Isten üzenetét megértjük, és iránta való viszonyulásunkat kifejezzük. A magunkban elhordozott és kialakított istenkép (haragvó, kegyelmes, szerető, megbocsátó, közömbös)⁵¹ szintén érzelmi hatást vált ki. Kutatási eredmény igazolja, hogy a hála érzése és kifejezése

⁵⁰ PERRIN, David B.(2007): *Studying Christian Spirituality*. New York – London, Routledge Francis and Taylor Group. 268.

⁵¹ Lásd Pál Ferenc szemléletes összefoglalóját az integrált istenképekről, In: PÁL Ferenc (2011): *Természetes spiritualitás. Meghittségben Istennel*. Budapest, Kairosz Kiadó. 41. kk.

(úm. *hálaadás*), mely az interperszonális kapcsolatok alapvető kommunikációs komponense, a spirituális embereknél sokkal nagyobb gyakorisággal előforduló érzelmi megnyilvánulás, mint a nem vallásos emberek között.⁵² A hála és hálaadás sajátos kapcsolati dinamikát feltételez. Nemcsak valaki iránt vagyunk hálásak, hanem azt is feltételezzük, hogy valaki jóindulattal van irányunkban, amiért hálásak vagyunk, és ez pozitív tartalmat, értékelést jelent. A hálaadás gyakorlata összefügg a negatív életeseményekkel való megküzdéssel, melynek következményeként a krízis időszakát felülírja a szabadulás nyomán érzett hála.⁵³

A megbocsátás egyike a legismertebb és legfontosabb vallási kategóriáknak, melynek igen hatékony stresszoldó hatást tulajdonítunk. Ennek jelentősége a személy mentális egészségmegőrzésében, egyszersmind a személyes kapcsolatok javításában érhető tetten.⁵⁴ A megbocsátás központi fogalom mind az ószövetségi, mind az újszövetségi kontextusban. Jóllehet első renden teológiai fogalommal és vonzásterülettel van dolgunk, a pszichoterápia felismerte ezt a mélyről fakadó emberi igényt.⁵⁵ Számos kutatás visszaigazolja a megbocsátási folyamatban részt vevő spirituális gyökerek fontosságát. A Böszörményi-Nagy által megnevezett *kapcsolati etika*⁵⁶ fogalma feltételezi, hogy a gyermek többnyire azt képes továbbadni, amit a nevelés és gondoskodás által kapott.⁵⁷ A megbo-

⁵² MCCULLOUGH, Michael – EMMONS, Robert – TSANG, Jo-Ann (2002): The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography, In: *Journal of Personality and Social Psychology*. 82. 1. 112–127.; Vö. MARTOS Tamás – KÉZDY Anikó (2007): Vallásosság, lelki egészség, boldogság, In: Horváth Szabó Katalin (szerk.): *Vallásosság és személyiség*. Budapest, Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészettudományi Kar. 63. kk.

⁵³ EMMONS, Robert – SHELTON, M. Charles (2002): Gratitude and the Science of Positive Psychology, In: Snyder, C. R. – Lopez, S. J. (szerk): *Handbook of Positive Psychology*. New York, Oxford University Press. 459–471.

⁵⁴ Lásd összefoglaló kutatását: PARGAMENT, Kenneth (1997): *The Psychology of Religion and Coping. Theory, Research and Practice*. New York, Guilford Press.

⁵⁵ WALROND-SKINNER, SUE (2002): The Function and Role of Forgiveness in Working with Couples and Families: Clearing the Ground, In: *Journal of Family Therapy*. 20. 1. 3–19.

⁵⁶ Lásd Ducommun-Nagy összefoglaló írását. DUCOMMUN-NAGY, Catherine (2014): Lojalitás, erő, mely gúzsba köt vagy felszabadít. Kolozsvár, Exit Kiadó. 44–45., 139–162.

⁵⁷ Lásd Székely összefoglaló írását. SZÉKELY Ilona (2006): Megbocsátás a gyakorlatban, In: Székely Ilona (szerk): *Terápia és vallás – Újraközeledés*. Budapest, Animula Kiadó. 116. kk.

csátás folyamatára lefordítva ez azt feltételezi, hogy egy már megbocsátást tapasztalt ember könnyebben és inkább képes maga is megbocsátást gyakorolni. A megbocsátásban jelentős szerep jut a spirituális intelligenciának az önreflexió, az önelvonatkoztató, az együttérző működésmódok által. A meg nem történt vagy végérvényesen elmaradt megbocsátás zsákutcájában az is „nagy megnyugvást ad egy Istenben hívő személynek, ha komoly sérelem után nem tudja a teljes megbocsátást elérni megbántójával szemben, csak a (...) megértésig jut el...”.⁵⁸ A spiritualitás tehát olyan erőforrást jelent, mely segíti az őszinte megbocsátást és munkálja a megbékélést.

A spirituális gyakorlatok által bevett rítusok olyan támogató közeget biztosítanak, melyek a személy kritikus helyzeteinek, negatív érzelmeinek feldolgozását segítik. Ezt a hatást a pasztorálanropológia és a pszichoterápia egyaránt felismerte. Azt is nyilvánvalóvá tették, hogy a rítusok a társas kapcsolatok kommunikációjának alapvető alkotóelemét jelentik.⁵⁹ A rítus automatizmusa (mozdulatok, gesztusok, köszöntések) tehermentesítő hatással bír a kapcsolatokban, egy *jelentéssűrítő* kifejezőmód, mely kódolt formában képes kifejezni és kanalizálni a mély érzéseket, vágyakat vagy félelmeket a vallásos kultúrában kialakult, automatikussá vált *nyelven*. Az emberi életciklusok fordulópontjai kínálják a leggyakoribb lehetőséget a rítushasználatnak: a születés, a házasság, a temetés évezredek óta ismétlődő ciklusváltások, melyeknél ismert az ősidőktől fogva használt rítusos magatartás. A rítusok értelemhordozó és értelemvonó (abszorpció) szereppel bírnak. A rítus értelmet hordoz az ősképek megelevenítésekor, más esetben pedig a kogníció elvonását munkálja a túlságosan nagy sorscsapás idején, mely egy ösztönös, védekező mechanizmusként működik. A beszéd olykor nem képes a transzcendens és immanens tapasztalatok komplex valóságát visszaadni. A test- és jelbeszéd, a szimbolikus kifejezőeszközök, mint zene-, forma- és mozgásművészet, mítoszok, olyan ősképségeinket kumulálják, melyek a szimbólumok nyelvén képesek a megélt mélység teljes kifejezésre.⁶⁰ Általa hatékonyan kommunikálhatunk és teremthetünk kapcsolatot a belső megélt

⁵⁸ I. m. 130.

⁵⁹ HÉZSER (2005), 70. kk.

⁶⁰ HÉZSER Gábor (2003b): Rítusok és szimbólumok, a családterápia és a vallás közös öröksége, In: Horváth Szabó Katalin (szerk): *Valláspszichológiai tanulmányok*. Budapest, Akadémiai Kiadó. 191. kk.

mélység és a külső valóság között. A rítusnak tehát kommunikatív, hangoló és összekapcsoló ereje van. A családtagok közt egyezményes kommunikációt jelent, segít az összehangolódásban, de összekapcsolja a múltat és jelent is. Ennek ószövetségi gyökerei szépen kirajzolódnak a zsidó családok tagjainak *széder estet* előkészítő és megülő rítusos cselekedeteiben és dialógusában.⁶¹ A rítusos cselekedetek résztvevői különleges esemény megtapasztalói, amelynek hangsúlyosságát a hétköznapok szokványos eseményeitől való eltérés adja. Ezáltal felismerhetővé válik egy, a hétköznapitól eltérő törvényszerűség, mely a hétköznapok egyformaságában a résztvevők spirituális *itt és mostját* fejezi ki. A rítusban kifejezett és megélt kommunikatív elem transzgenerációs kapocsként is működik. Összekapcsolja a múltat a jelenel, mindig újraértelmezve a rítus üzenetét az adott kor generációja számára.

A spirituális gyakorlat tehát úgy része a család kommunikációs interakciójának, mint bármely családi mítosz vagy szabály. Ennek intenzitása és mélysége minden esetben változik, családonként különböző szerepet kap. A spiritualitás, mivel érzelmi szálon fut, a családi kapcsolatrendszer intimitásrétegeinek finomhangolását kíséri és támogatja – vagy összezavarja. A rítuselemek ambivalenciáját is meg kell említeni,⁶² melyek kettős utalást hordoznak, és a szubjektív értelmezés dönti el a rítus hatásának irányultságát, vagy éppen elveszti határfokát (pl. túl sok interpretáció deszimbolizáló hatással van). Tény, hogy a rítuselemek továbbra is intenzív kutatási és interakciós területet jelentenek a különböző pszichoterápiák és lelkipozítói irányzatok számára. Az istenkapcsolat mint a személy kapcsolati kontextusának egy sajátossága sajátos figyelmet igényel a lelkipozító/terapeuta részéről,⁶³ mivel vonatkozásai ugyanolyan értékkel és hatással bírnak, tehát teljes értékű részei az ember interperszonális kapcsolati rendszerének.

⁶¹ METTE, Norbert (2007): *Praktisch theologische Erkundungen 2*, In: Collet, Giancarlo – Feiter, Reinhard – Mette, Norbert – Schmalzle, Udo – Steinkamp, Hermann (szerk.): *Theologie und Praxis*. Münster – Hamburg – London, LIT Verlag. 163.

⁶² Lásd a tömör összefoglalását: HÉZSER (2005). 194. kk.

⁶³ MORGENTHALER, Chirstoph (1999): *Systemische Seelsorge*. Stuttgart – Berlin – Köln. W. Kohlhammer GmbH. 262. kk. Vö. HÉZSER Gábor (2003a): Gondolatok a családok lelkipozításáról. *Pasztorálpszichológiai szempontok*, In: *Embortárs*. I. 4. 6. kk.

Összegző gondolatok

A keresztyén életvezetésnek, a spiritualitásnak, így a vallásos gyakorlatnak sem önmagában keresendő az értelme, hanem célja van. A célt az ember létezésében, a te remtettség voltában való kiteljesedése adja meg, amely annyit tesz a keresztyén ember vonatkozásában, hogy felismeri az Isten előtt álló létét, önmagát meghaladni igyekszik, és tettei által közvetve vagy közvetlenül Isten gondviselő munkájában társként vállal aktív szerepet. Látnunk kell azonban, hogy a posztmodernitás, a szekuláris gondolkodás rányomja bélyegét a társadalmi elvárásokra: nem az számít értékesnek, aki valamiféle keresztyén értékrendet hordoz, képvisel és közvetít, hanem aki tudását, képességeit értékesíteni, azaz a marketing nyelvére lefordítani és eladni tudja. Tehát egy konformista „nem az leszek, aki akarok, az leszek, akinek akarod, hogy legyenek” elv érvényesül, mely az üzleti világba ugyan jól illeszkedik mint működési elv, de a lét végső kérdéseire adott válaszkérésben nem segít. „Mivégre vagyok a világban?” „Mi a céloom, hasznom, mi a küldetésem?” E létkérdések teszik lehetővé a pasztorálpszichológia számára a tudományos dialógust az egyes társadalomtudományok és irányzataik közt. Olyan területen vizsgálódunk, ahol a mérési adatok mellett, az ember szocio-bio-pszichológiai meghatározói mellett a spirituális aspektusok sem elhanyagolhatók. Teológiai megközelítésre és értelmezésre is szükség van az ember létének, működésének, fejlődésdinamikájának megértéséhez. A spiritualitását megélt ember vizsgálata mára már nemcsak egy interdiszciplináris metszéspont, hanem közös útszakasz, melyen a pasztorálintropológia és a pszichológiai antropológia együtt haladnak.

A tanulmányban rámutattunk a posztnatalis szülő–gyermek kapcsolat különleges voltára, mely nem csupán a kötődés általi ösbizalom kialakulásának kontextusa, hanem a gyermeki spirituális östapasztalatok bölcsője is. Felismerhetővé vált, hogy a krízisbe jutott ember nem csupán énjének és a segítő szakember szaktudásának alávetettje, hanem mindemellett a spirituális intelligencia mind a létértelmezésben, mind az újraképzésben fontos szerepet tölt be.

Az egészségpszichológia kutatásai egyhangzóan igazolják, hogy a személyes elégedettség és jólét, a boldogságérzés, integritásérzés a spirituális életgyakorlat által válnak teljessé. A spiritualitás „nyelvét” a rítusok által értjük meg. Egy kommunikációs csatorna,

mely egyszerre személyes (perszonális) és transzperszonális síkon hat. A spiritualitás nyelvezetének és alkotóelemeinek beható értelmezése és kutatása a szakrális kommunikáció kutatási szakterülete, mely azonban túlmutat a jelen tanulmány vállalásán.

Felhasznált irodalom:

- BENKŐ Antal SJ (2009): *A remény és útjai – Pszichológiai és spirituális szempontok*, In: *Embertárs* 2009.VII./4.
- BLAZY Helga (1999): A pre- és perinatális élet kontinuitásáról, In: *Várandósság, születés és gyermeknevelés a magyarországi kultúrákban. Kongresszusi Tanulmánykötet*. Budapest, Animula Kiadó.
- DAVID, B. (2007): *Studying Christian Spirituality*. New York – London, Routledge Francis and Taylor Group.
- DUCOMMUN-NAGY, Catherine (2014): *Lojalítás, erő, mely gúzsba köt vagy felszabadít*. Kolozsvár, Exit Kiadó.
- EMMONS, Robert (2002): *Is Spirituality an Intelligence? Motivation, Cognition and the Psychology of Ultimate Concern*, In: *The International Journal for the Psychology of Religion*. 10.
- EMMONS, Robert – SHELTON, M. Charles (2002): Gratitude and the Science of Positive Psychology, In: Snyder, C. R. – Lopez, S. J. (szerk): *Handbook of Positive Psychology*. New York, Oxford University Press.
- ERIKSON, Erik H. (2002): *Gyermekkor és társadalom*. Budapest, Osiris Kiadó.
- FRANKL, Viktor E. (2005): *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Budapest, Jel Kiadó.
- HAMILTON, Gregory N. (1996): *Tárgykapcsolat-elmélet a gyakorlatban*. Budapest, Animula Kiadó.
- HEUBÜLT, Willem (1983): *Gewissen vor Gott*. München, Verlag Meta A. Behrendt.
- HÉZSER Gábor (2003a): *Gondolatok a családok lelkigondozásáról*. Pasztorálpszichológiai szempontok, In: *Embertárs*. I. 4.
- (2003b): Rítusok és szimbólumok, a családterápia és a vallás közös öröksége, In: Horváth Szabó Katalin (szerk): *Valláspszichológiai tanulmányok*. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- (2005): *Pasztorálpszichológiai szempontok az istentisztelet útkereséséhez*. Budapest, Kálvin János Kiadó.

- HICKS, Joshua – KING, Laura (2008): Religious Commitment and Positive Mood as Information about Meaning in Life, In: *Journal of Research in Personality*. 42. 43–57.
- HORVÁTH-SZABÓ Katalin (2007): *Vallás és emberi magatartás*. Piliscsaba, Pázmány Péter Katolikus Egyetem, Bölcsészettudományi Kar.
- JASPERS, Karl (1978): *Philosophie I. Philosophische Weltorientierung*. Berlin – Heidelberg – New York, Springer Verlag 4. Aufl.
- KNEEZEL, Teresa T. – EMMONS, Robert A. (2006): Personality and Spiritual Development, In: Roehlkepartain, Eugene C. – King, Pamela Ebstyn – Wagener, Linda – Benson, Peter L. (szerk.): *The Handbook of Spiritual Development in Childhood and Adolescence*. London – New Delhi, SAGE Publications.
- KOVÁCS Szabolcs (2020): *Iskolai lelkigondozás a középiskolában*. Kolozsvár, Presa Universitară Clujeană. Elérhető itt: <http://www.editura.ubbcluj.ro/bd/ebooks/pdf/2656.pdf>.
- LIEDELOFF, Jean (2007): *Az elveszett boldogság nyomában*. Kétezeregy Kiadó.
- MARTOS Tamás (2007): *Vallásosság és az értelmes élet pszichológiája*, In: Horváth Szabó Katalin (szerk.): *Vallásosság és személyiség*. Piliscsaba, Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészettudományi Kar.
- MARTOS Tamás – KÉZDY Anikó (2007): Vallásosság, lelki egészség, boldogság, In: Horváth Szabó Katalin (szerk.): *Vallásosság és személyiség*. Budapest, Pázmány Péter Katolikus Egyetem Bölcsészettudományi Kar.
- MCCULLOUGH, Michael – EMMONS, Robert – TSANG, Jo-Ann (2002): The Grateful Disposition: A Conceptual and Empirical Topography, In: *Journal of Personality and Social Psychology*. 82. 1.
- METTE, Norbert (2007): *Praktisch theologische Erkundungen 2*, In: Collet, Giancarlo – Feiter, Reinhard – Mette, Norbert – Schmäzle, Udo – Steinkamp, Hermann (szerk.): *Theologie und Praxis*. Münster – Hamburg – London, LIT Verlag.
- MOLNÁR Emma (1995): *Az anyaság pszichológiája*. Budapest, Akadémiai Kiadó.
- MORGENTHALER, Christoph (1999): *Systemische Seelsorge*. Stuttgart – Berlin – Köln, W. Kohlhammer GmbH.
- NEY, Philip G. – PEETERS-NEY, Marie A. (2001): *Abortusztürelők*. Kolozsvár, Agape Életvédő Alapítvány – Koinónia.
- ÓNODY Sarolta – VIKÁR György (2005): A krízis, In: Pável Magda (szerk.): *Életesemények lelki zavarai*. Budapest, Semmelweis Egyetem Mentálhigiéné Intézet – Párbeszéd Alapítvány.
- PAIZS Ábel (2006): Időszerű-e a spiritualitás? In: *Embertárs*. IV. 2.
- PÁL Ferenc (2011): *Természetes spiritualitás. Meghittségben Istennel*. Budapest, Kairosz Kiadó.

- PARGAMENT, Kenneth (1997): *The Psychology of Religion and Coping. Theory, Research and Practice*. New York, Guilford Press.
- SRIVASTAVA, Prem Shankar (2016): Spiritual Intelligence. An Overview, In: *International Journal of Multidisciplinary Research and Development*. 3.
- STEGER, Michael – KONKOLY Barna – MARTOS Tamás (2010): It Is Not Only What You Hold, It's How You Hold It: Dimensions of Religiosity and Meaning in Life, In: *Personality and Individual Differences*. 49. 8.
- SÜLE Ferenc (1997): *Valláspatológia*. Szokolya, Gyuró Art-Press.
- (2009): *Az életerő forrásai a családban*. Budapest, Szent István Társulat.
- SZÉKELY Ilona (2003): *Tárgykapcsolat-elmélet a családterápiában*. Budapest, Animula Kiadó.
- (2006): *Megbocsátás a gyakorlatban*, In: Székely Ilona (szerk): *Terápia és vallás – Újraközeledés*. Budapest, Animula Kiadó.
- TAHMASBIPOUR, N. – TAHERI, A. (2011): The Investigation of Relationship between Religious Attitude (Intrinsic and Extrinsic) with Depression in the University Students, In: *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 30.
- THEISSEN, Gerd (2008): *Az öskeresztyénség élményvilága és magatartásformái*. Budapest, Kálvin Kiadó.
- TILLICH, Paul (2000): *Létbátorság*. Budapest, Teológiai Irodalmi Egyesület.
- URBÁN Szabolcs (2021): *A vallásosság kövődéelméleti megközelítése*. Budapest, L'Harmattan Kiadó.
- VERGOTE, Antoine (2001): *Valláslélektan*. Budapest, Párbeszéd Alapítvány.
- VERMA, Suman – MARIA, Madelene Sta. (2006): The Changing Global Context of Adolescent Spirituality, In: Roehlkepartain, Eugene C. – King, Pamela Ebstynne – Wagener, Linda – Benson, Peter L. (szerk.): *The Handbook of Spiritual Development in Childhood and Adolescence*. London – New Delhi, SAGE Publications.
- VETŐ Lajos (1964): *Tapasztalati valláslélektan*. Budapest, Egyetemi nyomda.
- WALROND-SKINNER, Sue (2002): *The Function and Role of Forgiveness in Working with Couples and Families: Clearing the Ground*, In: *Journal of Family Therapy*. 20. 1.
- WIKSTRÖM, Owe (2013): *Káprázató sötétség. Szempontok a lelkipavezetéshez*. Budapest, Luther Kiadó.
- WINNICOTT, Donald W. (1999): *Játszás és valóság*. Budapest, Animula Kiadó.
- (2006): *Az egyén fejlődése és a család*. Budapest, Animula Kiadó.
- ZOHAR, D. (2000): *Spiritual Intelligence, the Ultimate Intelligence*. London, Bloomsbury.