

Spirituálhigiéné

Dr. Szalai András
Apológia Kutatóközpont

Lelkiségi egészség

A spiritualitás

Magyarul:

- lelkeség / kegyesség

A folyamat:

- hit (amit hiszünk)
- hitélet (ahogyan a hitet megéljük)
- lelkeség (ahogyan hitről, hitéletéről gondolkodunk)

Tkp. vallási mentalitás.

A spirituálhigiéné

A vallás az élet része: ki van téve a változásnak, a fejlődésnek, viszontagságoknak. Az élethez / valláshoz való hozzáállásunk lehet jó vagy rossz. A rossz mentalitás szembekerül a valósággal / a Bibliával: megbetegít.

A cél az okok tudatosítása, a gyógyír keresése.

5. Lelkiségi alkatok

Vallás és egyéni
spirituális temperamentum

Temperamentum

A temperamentum

Vérmérséklet, idegalkat, általános érzelmi természet, beállítottság.

Öröklött, életre szóló.

Alapvető a személyiség számára.

Egyéniség = vérmérséklet + személyiség.

A temperamentum meghatározó:

- előnyös / terhes
- fegyelmezhető.

Sokféle tipológia létezik: az egyénben több alapvető is meghatározó lehet.

Klasszikus tipológiák

Hippokratész

(Id. Ole Hallesby)

Testnedvek alapján:

- Kolerikus
- Flegmatikus
- Szangvinikus
- Melankolikus

C.G. Jung

(Id. Gyökössi, Vila, Myers-Briggs).

Általános viselkedés:

- introvertált / extravertált

Uralkodó tevékenység:

- értelem – érzelem
- érzékelés – intuíció

Vallási jelentősége

Személyes dimenzió

Az Istennel való kapcsolat egyéni útjai, ahogyan az egyén **a számára legtermészetesebb módon** ezt megéli és kifejezi.

Feladat: személyes felfedezés és tudatosítás!

Közösségi dimenzió

A vallási környezet (többség/vezetők) ismert lelki mintái, elvárásai +/- hatást gyakorolnak az egyéni hitéletre és az egyházi szerepvállalásra.

Feladat: felismerés, tolerálás, gondozás!

Modern kutatás

Gary Thomas, Gary Chapman
és Myra Perrine

Gary Thomas

Gary Thomas

Találkozás sokféle mai
lelkiséggel:

- és a bibliai alakok?
- és az egyháztörténet
személyiségek?

Szembesülés a személyes
igények nem tudatos vagy
tudatos elutasításával.

„Sacred Pathes”

Nincs „mindenkinek
működő” vallásosság.

A jó lelki vezetők mindig
tudták: ami az egyiknek
táplálék, a másinak diéta.

Egyháztörténet: az egy-
mástól tanulás helyett túl
gyakori az elkülönülés.

Gary Thomas

A kilenc „szent út”

- Természetkedvelők
(*Naturalists*)
- Érzékelők (*Sensates*)
- Hagyományőrzők
(*Traditionalist*)
- Remeték (*Ascetics*)
- Harcosok (*Activists*)
- Gondoskodók
(*Caregivers*)
- Rajongók (*Enthusiasts*)
- Szemlélődők
(*Contemplatives*)
- Agyalók (*Intellectuals*)

Gary Thomas

Tanulságok

Kilenc fő „spirituális
temperamentum” van.

Mindenkiben egy / több
domináns vonás van.

Mindenkinek van mit
tanulnia másoktól.

Krisztusra mindegyik
jellemző.

A korral / lelki éréssel a
hangsúly változhat.

A lelket gondozni / táplálni
kell – hosszútávra.

Az önismeret a tolerancia
feltétele.

Nincs mindenkinek tökéletes
gyülekezet / tanítás /
dicsőítés.

Myra Perrine

Myra Perrine (PhD)

Gary Thomas, Gary
Chapman stb. nyomán

1. A lelki elégedettség /
elégedetlenség összefügg
azzal, hogy az egyén a
számára **természetes**
módon élheti-e meg /
fejezheti-e ki az Istennel
való kapcsolatot.

What's Your God Language?

2. Különböző felekezetek
eltérő típusú embereket
vonzanak/taszítanak.

Ha a hívők **többféle** lelki-
séget megismernek, nő az
Istennel való kapcsolat
igénye és elégedettebbek
is a kapcsolattal.

Myra Perrine

További tanulságok

3. A pásztorok a kutatás
révén megértették, hogy
közösségük egyes tagjai
miért nem növekednek /
miért mennek el – és
hogyan lehetne minél
többféle hívőt megtartani.

Istenből tükröznek valamit:
melyikünk mire érzékeny?

Egyedi utak Istentől / Isten-
hez: így tud Ő velünk /
tudunk mi Vele kapcsolódni.

Ajándék Neked, a Te ajándék-
kod Istennek, Isten ajándéka
az egyháznak és a világnak.

A kilenc típus

A kilenc „szent út” (Thomas) vagy „Isten-nyelv” (Chapman, Perrine)

1. A természetkedvelő

Naturalists: Loving God out of doors

Istenhez legjobban a **természetben** kapcsolódik.

A természet *bizonyíték* Isten létezésére, sajátosságai *Istenről* tanítanak, *igéket* juttatnak eszébe, ihletik gondolatra, művészetre.

Pl. zsoltárok, természeti példázatok; ferencesek

Tanít: a természet csodái, az ember helye.

Kísértése: természet *imádata*; a városi-templomi hívők *lenézése*; magány.

2. Az érzékelő

Sensates: Loving God with the senses

Istenhez legjobban az **érzékszerveivel** kapcsolódik.

Az *esztétikai élmény és kifejezés*: impozáns épület, szimbólum, kép, formális nyelvezet, klasszikus zene; mozgás- és képzőművészet stb.

Pl. Szent Sátor, apokaliptika; ortodoxia

Tanít: öt érzékszervünk van, képzelet, kreativitás
Kísértése: az esztétikum *önmagáért* való élvezete; a verbalitás, intellektus *lenézése*.

3. A hagyományörző

Traditionalists: Loving God through Ritual and Symbol

Istenhez legjobban a **hagyományos formákban** kapcsolódik.

A hit *történelmi és strukturális* dimenziója: rítus, szentség, emlék-ünnep, szabályok; fegyelmezett életvitel; közösségi érzék.

Pl. Ósz-i törvény, Józsué; liturgikus egyházak

Tanít: az időtlen, a rend, a közösség hitéleti szerepe
Kísértése: a hagyomány és a szabály *önmagáért*; *gépies* hitélet; az informálás *lenézése*.

4. A remete

Ascetics: Loving God in Solitude and Simplicity

Istenhez legjobban a **magányban** kapcsolódik.

A hit *személyes, belső és közvetlen* dimenziója: csend és imádat, egyedül; fegyelmezett, önmegtartó életvitel.

Pl. Keresztelő János; szerzetesség

Tanít: belső szoba, csend és várakozás, önfegyelem
Kísértése: magány és szenvedés *önmagáért*; emberkerülés, a hitélet közösségi és aktív dimenziójának *lenézése*.

5. A harcos

Activists: Loving God through Confrontation

Istenhez legjobban a **küzdőlemben** kapcsolódik.

A *sikeres harc Isten ügyéért* a társadalomban, az evangélium hirdetésében, a Gonosz legyőzésében.

Pl. Ósz-i próféták; mártírok, Wesley, Schaeffer

Tanít: háború van, az egyháznak küldetése van
Kísértése: a harc *önmagáért*; siker a *számokban*; a „passzívák” *lenézése*.

6. A gondoskodó

Caregivers: Loving God by Loving Others

Istenhez legjobban a **másokról való gondoskodásban** kapcsolódik.

A *szerepet aktív, gyakorlati megnyilvánulása*: meglátni és szeretni Istent a szükségben levő emberben, a szeretet *kettős* parancsa (Isten+ember).

Pl. Mária, Jakab; üdvhad-sereg, Teréz anya

Tanít: hit és tett egysége, gyakorlati szeretet.

Kísértése: a *jótett eszköz*; elvesztés *másokban*; a „passzívák” és „önzők” *lenézése*.

7. A rajongó

Enthusiasts: Loving God with Mystery and Celebration

Istenhez legjobban **dicsőítéssel** kapcsolódik.

A hit *lenyűgöző, titokteli és ünnepi* dimenziója: a hit megtapasztalása, az ember teljes megragadottsága (zene, ének, taps, tánc).

Pl. Dávid, zsoldárok; misztikusok, karizmatikusok

Tanít: érzelmi átélés, közös ünneplés, motiváltság

Kísértés: az érzelmek *önmagukért*; tapasztalás *kontra* hit; érzések *elvárása* másoktól, az „észhitűek” *lenézése*.

8. A szemlélődő

Contemplatives: Loving God through Adoration

Istenhez legjobban a **szerepet átélésében** kapcsolódik.

Isten *atyai / romantikus szeretete*: a legtisztább, rajongó imádat; akár fizikai megnyilvánulások is.

Pl. ÉnÉn, zsoldárok; kontemplatív rendek

Tanít: Isten szeretetét, erre hív, erre tanít

Kísértése: az élmény *önmagáért*; mint *egyetlen* Isten-ember viszony; *passzív* hitélet; mások *lenézése*.

9. Az agyaló

Intellectuals: Loving God with the Mind

Istenhez legjobban az **igazság tanulmányozásában és hirdetésében** kapcsolódik.

A *hitigazságok* dimenziója: a hit elvi alapjainak, összefüggéseinek átlátása és csodálata, újra meg újra.

Pl. apostoli levelek; Kálvin, C.S. Lewis

Tanít: a hitet érteni és védeni is kell

Kísértése: az igaz tan *önmagáért*; racionalista és *passzív észhit*; a „nem tudatos” hitűek *lenézése*.

És Jézus?

Minden együtt

Jézus lényében egyszerre látjuk mindet:

- életmódja aszketikus
- csodáiban gondoskodó
- tanításában intellektuális és hagyományőrző
- példázataiban természetközeli, érzékelő

- imádságaiban rajongó és szemlélődő
- küldetésstudatában harcos.

Tanulságok az egyháznak

...
**Felekezetiesség és lelkiesség,
tolerancia és együttműködés**

Közösség, felekezetiiség

Igények

Természetesen könnyebb olyanokkal együtt lenni, akik hasonlóak.

Egy közösség szokásai azonban nem feltétlenül mind „biblikusak”, „Isten-től valók”.

Bizonyos alkatúakat nem vonzanak / kizárnak.

Hatások

A felekezetek lelkeségi sajátságait sokszor meghatározza az alapító személyisége és a történelem.

Az egészségtelen lelkeség jelei: ítélkezés, előírások / elvárások, elkülönülés.

Hazai kisegyházak

19. sz. és Horthy korszak

A kisegyházak sajátságai miatt eltérő rétegeket tudtak megszólítani:

- Nazarénusok: vidéki iparosok
- Baptisták: parasztság
- Pünkösdielők: ipari munkások

- Adventisták: városi kispolgárság
- Testvérgyülekezetek: városi értelmiség
- Metodisták: parasztság, értelmiség

Mai felekezetek?

Tolerancia

Teremtettség és másság

Az emberek **eltérő módon** kapcsolódnak Istenhez, és ezt **Isten tervezte** így.

- Elhiszed?
- A környezet engedi, hogy elhidd?

Önismeret és másság

Amíg nem látjuk, hogy **Isten** milyennek formált meg minket, másokat a **saját** képünkre akarunk formálni...

- Melyik típus idegesít?
- Melyiktől tanulhatnál?

Együtműködés

A könnyen kapcsolódók

- Gondoskodó és Harcos
- Agyaló és Hagyomány-őrző és Remete
- Rajongó és Szemlélődő
- Érzékelő és Természetkedvelő
- Remete és Szemlélődő és Hagyományőrző

Szükségük van (egy)másra

- Pl.
- Remete és Gondoskodó
 - Agyaló és Szemlélődő
 - Harcos és Természetkedvelő
- Stb.

Ajánlott irodalom

Gary Thomas: *Sacred Pathways—Discovering Your Soul's Path to God* (Thomas Nelson, 1996 / Zondervan, 2010) / garythomas.com

Myra Perrine: *What's Your God Language?—Connecting God with Your Unique Spiritual Temperament* (Tyndale, 2007)

Ole Hallesby: *Személyiség-típusok* (Harmat, 2007)

Gyököcsy Endre: *Magunkról magunknak* (Kálvin, 1992)

Pablo Martínez Vila: *Imádság és lelki alkat* (Harmat, 2009)

Gary Chapman: *Istenre hangolva* (Harmat, 2008)