



Ne aggódj!

Fil 4,6

■ KOCZOR GYÖRGY

Kiegész. Más kifejezéssel: burnout. Néhány éve, amikor először hangzott el lelkeszkonferencián ez a kifejezés, akkor nem is tudtuk, hogy mi fán terem. Ez biztos valami külföldi nyavalya, gondoltuk. Az akkor még távoli Nyugat hozzánk is beszűrődő nyavalyája. Mert tudtuk, hogy előbb-utóbb elérkezik, ezért beszélünk róla. A burnout ma már egyértelműen diagnosztizált a lelkeszek között is.

Mi vezetett idáig? Természetesen lehet erről néhány doktori disszertációt írni, de az egyszerű ember is meg tudja fogalmazni a maga módján: az a tempó, amellyel ma élünk. A világot felgyorsulva érzékeljük. Mi pörgetjük fel, hogy meglegyen mindenünk, és főleg a gyerekeinknek meglegyen mindene. A jóléti igényben eddig jutottunk. Mindenünk legyen meg!

„Ne aggódjatok tehát, és ne kérdezzétek: Mit együnk? – vagy: Mit igyunk? – vagy: Mit öltünk magunkra? Ilyesmikért a pogányok törik magukat; a ti mennyei Atyátok pedig tudja, hogy szükségetek van minderre. Keressétek először Isten országát és az ő igazságát, és mindezek ráadásként megadatik majd nektek. Ne aggódjatok tehát a holnapért, mert a holnap majd aggódik magáért: elég minden napnak a maga baja.” (Mt 6,31–34)

Vajon igazából nem az aggodalom sodort-e minket eddig is? Az az aggodalom, ami a megélhetésünk miatt van bennünk. A múltkor egy beszélgetésben szóba kerültek a „régidők”. Amikor kiejtettem a számon azt, hogy én 3000 Ft fizetéssel kezdtem a lelkeszi szolgálatot, akkor élesen bevillant, amikor nagybátyám mesélte, hogy ő a segédlelkési szobában télen a lavórban törte a jeget... Történetnek jó ez, de akkoriban nem aggódtunk ezen. Annyi volt, abból kellett megélni. Kérdés, hogy a hitünk volt nagyobb, vagy az együgyűségünk?

„Örüljete az Úrban mindenkor!” „Semmiért se aggódjatok...” Nem közhelyeket sorol fel itt Pál, és nem üres beszéd az, amit ír, hiszen ott van bizonyásként háta mögött a börtöncella. Annak a sötétjéből és magányából, de mégis örömmel teli szívvel írja ezeket a sorokat.

Az aggodalmaskodás sokszor ráveti árnyékát a mi szolgálatunkra is. Ilyenkor nehéz arra felelni, hogy „mit mondjak?”. És ennél még fontosabb és aggasztóbb lehet, hogy „hogyan?”. Mi is ismerjük Jézus tanításait, amelyeket ő helyezett mindenkori tanítványai szívére.

Jézus mondja: „Amikor pedig elhurcolnak és átadnak titeket, ne aggódjatok előre, hogy mit mondjatok, hanem azt mondjátok, ami megadatik nektek abban az órában, mert nem ti vagytok, akik szóltok, hanem a Szentlélek.” (Mk 13,11)

Akkor azonban, amikor szembekerülünk azokkal az elvárásokkal, amelyeket felénk támasztanak, mégis egy kicsit megrendülünk. Amikor a lelkeszutanpótlást a jelen generációján kéri számon, akkor értetlenkedve állunk.

A nyári „vakáció” sokféle lehetőséget hordoz. Talán megteremti a hetedik nap nyugalma, amikor

végignézhettünk elvégzett munkánkon. Amellett, hogy úgymond jár a szabadság, mégis nehéz letenni az elmúlt tanévet. A sikertelenség – melyről tudom, hogy nem feltétlenül miattam van, hanem talán a Szentlélek munkája maradt rejtve – átjárja a gondolataimat.

Mit és hogyan kellett volna mondanom? Mit és hogyan kellett volna mondanom annak a gyerekeknek, akivel már negyedik órája szenvedtük végig az Egyiptomból való szabadulás történetét, mégis segélykérőn néz, és látszik, hogy tekintete mögött nagy az úr? Mit és hogyan kellett volna mondanom annak a szülőnek, aki értetlenkedve állt velem szemben, hogy mikor is fogadta meg, hogy elhozza gyermekét az istentiszteletre, sőt talán ő is aktív részese lesz annak? Mit és hogyan kellett volna mondanom annak az idős, súlyos beteg presbiternek, aki az udvariasan feltett kérdésre, hogy vállalja-e a szolgálatot újabb hat évre, azt válaszolta, hogy „persze..., hogy a lányomnak ne kelljen vállalnia”? Mit és hogyan kellett volna mondanom annak...

„Semmiért se aggódjatok, hanem imádságban és könyörgésben mindenkor hálaadással tárjátok fel kéréseiteket Isten előtt.” (Fil 4,6)

És máris megvan a kiégés (vagy ha jobban tetszik, burnout) megoldása. És nem a Szaffiból jól ismert Feuerstein lovag feje tetején levő nyomáskiegyenlítő csap, hanem az, amit az apostol is javasol. Ugyanis nekünk van hova fordulnunk. Van kitől segítséget kérni. Van kinek feltárni az életünk nehézségeit, hiányosságait. Igaz, hogy a vele való szupervízióért nem jár LÉM-pont, de ez az a szupervízió, melynek egyedül értelme van. És akkor most már csak:

„Lelkem várja az Urat, jobban, mint az örök a reggelt, mint az örök a reggelt.” (Zsolt 130,6)

Kisdiák voltam még. A Balaton mellett voltam úttörőtáborban, ahol a legizgalmasabb feladat az éjszakai őrség volt. Mikor én is jelentkeztem, a vezető tanár – életkoromat figyelembe véve – utolsó-nak, hajnali 5 órától osztott be. Nyáron akkor már világosodik, és nem olyan félelmetesek a víz melletti természeti hangok, zörejek. Mélyen aludtam azon az éjszakán. Az átadó őr szavaira keltem: Ébredj! Itt az idő! Te jössz! – mondta. Pillanatok alatt talpon voltam. Átvettem a karszalagot, a lámpát és az órát, ami alapján váltottuk egymást. Mikor az előző őr eltűnt a sátorban, csak akkor tudatosult bennem, hogy sötét van. Azt mondták, már szürkülnie kell, de biztos mindjárt világosabb lesz. Békák brekegtek, madarak vijjogtak, zörgött-neszezett minden, ott is, ahol nem volt semmi. Félelmetes volt, és az idő csak lassan telt. Számoltam hatvanig, aztán megint hatvanig. Egy perc, meg még egy. Csak nem akart hajnalodni. Az óra már hatot mutatott, de csak nem lett világosabb. Mikor a tanárt felébresztettem, hogy „Tanár úr, ma nem kelt fel a nap”, csak akkor derült ki, hogy minden addigi őr annyira félt, hogy mindenki tolt egy kicsit a mutatókon, és valójában még csak fél 4 volt.

Zárásként három dologra szeretném ennek a történetnek kapcsán felhívni a figyelmet:

1. Ébredj! Itt az idő! Te jössz! Ma neked szól az ébresztő, hiszen látod a környezeted sötétségét. Lehet, hogy félelmetesek a hangok-zörejek. De eljön a hajnal! *Ne aggódj!*

2. Mi is csak tologatjuk az órát előre. Gyorsítjuk az életünket. Mindent *most* szeretnénk, sőt már a *most* is későn van. Életünk idejét is szeretnénk siettetni, és már nincsenek titkok, meglepetések és meglepődések. Isten azonban tartja az időt. Ő tudja az időszámítást. Ő tudja, hogy mikor jön el az idő. *Ne aggódj!*

3. Felkel az Isten napja! Bátorító, hogy mi már tudjuk, hogy felkelt. Jézus Krisztus egyszer s mindenkorra felhozta az Isten napját. Ő a világ világossága. Elhozta közénk és meg is világosította számunkra az Isten országát. Halálával pedig ki is nyitotta annak kapuját nekünk. *Ne aggódj!*