

A bőség alakzatai

Szerkesztette

MOLNÁR KRISZTINA és MÁNDI NIKOLETTA



A bőség alakzatai

A bőség alakzatai



A kötet megjelenését az Emberi Erőforrások Minisztériuma támogatta, a *Családok gyarapodása érdekében a termékenységet javító egészségügyi, oktatási és lelki szolgáltatást nyújtó állami vagy egyházi fenntartású intézmények ellátásának fejlesztése* című, IV/656-1/2020/EGST számú támogatási okirat alapján.



A bőség alakzatai

Szerkesztette

MOLNÁR KRISZTINA és MÁNDI NIKOLETTA

APOR VILMOS KATOLIKUS FŐISKOLA

VÁC, 2021

Szakmai lektorok
NAGY BEÁTA MAGDA
SZIGETI F. JUDIT

Egyházi lektor
LOVASSY ATTILA

TARTALOM

AJÁNLÁS (Dr. Gloviczki Zoltán)	7
BEVEZETÉS (A szerkesztők)	9
LAKATOS ENIKŐ: <i>A reprodukciós nehézségek és a stressz kapcsolata</i>	11
UZSALYNÉ PÉCSI RITA: <i>Értékek és szerepek a keresztény családban</i>	37
LÁSZLÓ LAURA: <i>A gyermek utáni vágy Frida Kahlo műveiben</i>	65
NACSINÁK GERGELY ANDRÁS: <i>Termékenység és terméketlenség a keresztény hagyományban</i>	85
FRIVALDSZKYNÉ JUNG CSILLA – CSÜRKE JÓZSEF: <i>A logoterápia módszertanának alkalmazása az Anna–Joachim Programban</i>	101
NAGY RÉKA ANNA: <i>Irodalomterápiás foglalkozások az Anna–Joachim Programban</i>	119
NYÁRY PÉTER – MARLOK ZSUZSA: <i>Bibliodramatikus eszközök alkalmazása az Anna–Joachim Programban</i>	131
HOLLÓSI MÁRIA CECÍLIA – FRANKÓ ANDRÁS: <i>A párkonzultáció szerepe és tapasztalatai az Anna–Joachim Programban</i>	145
SZERZŐK	157

AJÁNLÁS

Anna–Joachim Program. Amikor az Apor Vilmos Katolikus Főiskola szakembereinek és meghívott szakértőinek közössége a meddőség pszichés-spirituális megközelítésének lehetőségeit kutatta elméleti és gyakorlati kontextusban, mindezt azzal a finomsággal és tapintattal tette, amellyel a program névválasztása is diszkréten jelképezi a felvetett problémát. A keresztény kultúrát, a hagyományt, az irodalmi-művészeti megközelítést, a spiritualitást – és nem utolsósorban a párkapcsolat és a család nézőpontját – egyszerre hordozza Jézus nagyszüleinek alakja és története. Közvetve, utalásszerűen, nem tolakodóan, mégis egyértelműen.

Jelen kötetünk teszi – a maga nyilvánvalóan töredékes mivoltában is – teljessé a program kutatási elemének képét. A *hiány transzformációi* című kiadvány mintegy beteljesítő tükröként foglalja össze a képzőművészet, irodalomterápia, bibliodráma, a hétköznapi stresszel foglalkozó vagy éppen a logoterápia eszköztárával közelítő pszichológia, a keresztény hagyomány és a családi közösség lehetséges válaszait a hiányra és annak transzformálhatóságára – bőséggé.

Maga a kötet is a bőség egyfajta alakzata. Számos lehetőséget ad az olvasó, kereső, kutató kezébe, egyszerre csatornázza ezeket a 2020–2021. években terápiás sorozatainkra érkező házaspárok tréningjébe, s egészítve ki azokat egyúttal a tréningek gyakorlati szempontjaival és tapasztalataival.

Főiskolánk határozott szándéka, hogy az itt összegyűlt elméleti és gyakorlati eredmények alapján hosszú távú támogatást nyújtson a gyermekáldásra váró párok mentálhigiénés-spirituális segítéséhez. Reményeink szerint kötetünk önmagában is hozzájárul ehhez a célkitűzéshez. Ebbéli reményünkben nyújtjuk át olvasóinknak.

Dr. Gloviczki Zoltán
az Apor Vilmos Katolikus Főiskola rektora

BEVEZETÉS

Közel hároméves munkánk második kiadványát tartja kezében a kedves Olvasó, amely első könyvünkhöz hasonlóan az Apor Vilmos Katolikus Főiskola Anna–Joachim Programjában alkalmazott terápiás eljárások összefoglalóit adja közre, valamint a Program tematikáját helyezi különféle tudományok, megközelítések értelmezési keretébe.

Nagy megtiszteltetés volt számunkra, hogy kialakíthattunk egy keresztény szellemiségű támogató rendszert, amely az ember legszemélyesebb, ugyanakkor aktualitásában társadalmi mérce szerint is kiemelten fontos problémájának megválaszolására tesz kísérletet: a reprodukciós nehézségre. Kiváló és elkötelezett szakembereket hívhattunk együttműködésre, hogy csoporttréningek, illetve egyéni- és párkonzultációk révén segítsék a gyermekáldás bekövetkezését akadályozó lelki okok feltárását és feloldását, a testi-lelki harmónia elmélyítését, a megküzdési stratégiák tudatosabbá válását, a kapcsolati minőség javulását a foglalkozásokon részt vevő házaspárok tagjai között – mindezeken túl pedig egy erőforrást adó közösség épülését. És: nevet adhattunk ennek a komplex szisztémának, amely kezdettől fogva több volt, mint hatékony önismereti és fejlesztő módszerek ötvözete, majd a legújabb kutatási eredményeket integráló szakmai bázis.

Szűz Mária szüleinek, Jézus Krisztus nagyszüleinek nevével egy szimbolikus üzenetet szerettünk volna útjára bocsátani – nemcsak arról, hogy a terméketlenség állapota, a várákozás ideje a változás, a kibontakozás termékeny, újraalkotó energiájává válhat mindannyiunk életében; hanem arról is, hogy személyes történeteink mélyét végső soron a tudomány hatókörénél nagyobb erők rendezik. Hiszen Joachim azt jelenti: Isten megvigasztal. Anna pedig: kegyelemmel áldott.

2020 végén látott napvilágot *A hiány transformációi* című kötet, amely a gyermektelenségből fakadó hiányállapotot helyezte interdiszciplináris kontextusba, valamint válogatást közölt az Anna–Joachim Program első tréningjének műhelytanulmányaiból. E mostani könyvvel ugyancsak az interaktív diszkurzivitás szerkesztői koncepciója szerint

folytatjuk a gyermektelenségre adható válaszok, gondolatok, megoldások sorát a második és harmadik tréning tapasztalatait bemutatva, illetve a pszichológia, a neveléstudomány, a művészettudomány és a teológia felé nyitva a teoretikus horizontok körét.

A kötet elméleti elemzései és praxisleírásai ugyanakkor reményeink szerint nem csupán tágítják az egzisztenciális kiteljesedés szemléleti és megvalósulási lehetőségeit, hanem feltárják a hiány transzformációiból eredő többlet értékeit is.

A szerkesztők

A reprodukciós nehézségek és a stressz kapcsolata

LAKATOS ENIKŐ

Bevezetés

A nem kívánt gyermektelenség olyan multifaktoriális jelenség, ami ugyan testi szinten nyilvánul meg, mégis számos pszichoszociális terhet is magában foglal. Jelen tanulmány gazdagítani kívánja a meddőségről folytatott komplex gondolkodást, hogy amikor erről a jelenségről beszélünk, akkor figyelembe vegyük az egyént meghatározó bio-pszicho-szociális, kulturális és spirituális környezetet, mely mind külön-külön, mind összetett módon kifejtheti hatását az egyén / pár identitására és társadalmi szerepére. Tanulmányom ízelítőt kíván adni a női terméketlenség és a stressz kapcsolatát bemutató nemzetközi és hazai szakirodalomból, a témával kapcsolatos legfontosabb és legfrissebb közlemények alapján.

A meddőségről általában

Meddőségen orvosi értelemben azt értjük, amikor legalább egy éven át tartó, védekezés nélküli szexuális élet ellenére sem jön létre a kívánt terhesség (ZEGERS-HOCHSCHILD-ADAMSON-MOUZON-ISHIHARA-MANSOUR-NYGREN-SULLIVAN-VANDERPOEL, 2009). A meddőség nemzetközi előfordulása összességében 10%-ra tehető (DIREKVAND-MOGHADAM-SAYEHMIRI-DELPISHEH-DIREKVAND-MOGHADAM, 2014), a nyugati társadalmakban 10–15% (EVERS, 2002), azonban az utóbbi években (1988 óta) növekvő tendenciát mutat (DIREKVAND-MOGHADAM és mtsai, 2014). Az érintetteknek körülbelül a fele veszik igénybe orvosi segítségnyújtást világviszonylatban, így az elmúlt négy évtizedben (15%-os sikerarányra kalkulálva) mintegy hatmillió gyermek születhetett asszisztált reprodukciós eljárás (Assisted Reproductive Technology – a továbbiakban ART) révén (BOIVIN-BUNTING-COLLINS-NYGREN, 2007).

Hazánkban a meddőség előfordulásának gyakorisága megfelel a legtöbb fejlett és fejlődő országban megfigyelt aránynak (BERNARD–KRIZSA, 2006), ugyanakkor a prevalencia fentebb említett növekedése a szakrendelések és a meddőséggel foglalkozó szakemberek tapasztalatában is megmutatkozik, jelenleg a párok körülbelül 15%-át érinti (TÖRÖK–MAJOR, 2013). Ez a növekedés számos tényező együttes fennállásának köszönhető.

Az utóbbi évtizedekben jelentősen megnőtt a terhességre vágyó nők átlagéletkora, ami összefügg a gyermekvállalás idejének kitolódásával. A hormonális változások miatt a női fertilitás és az életkor fordítottan függ össze, jóllehet e jelenség egyéni mintázatot mutat (LIU–CASE, 2011). A női termékenység 30 éves kor körül hanyatlani kezd, és a 40 éves korban bekövetkező terhesség valószínűsége már csak fele a 40 évnél fiatalabbak közt mért értéknek. Megduplázódhat vagy megháromszorozódhat a spontán abortusz előfordulása, és a terhesség során fennálló megbetegedések – például terhességi toxémia, magas vérnyomás, diabétesz – fokozott kockázata is fennáll (BRUGO–OLMEDO–CHILLIK–KOPELMAN, 2000). A késői gyermekvállalás tehát csökkenti a sikeresség esélyét, és magas orvosi kockázattal jár.

A nyugat-európai trendhez hasonlóan a magyar nők is elhalasztják első gyermekük megszületésének idejét. A Központi Statisztikai Hivatal (KSH) adatai szerint Magyarországon az első gyermek születésekor a nők átlagéletkora majdnem öt évet emelkedett az elmúlt években (1988–2011) (KAPITÁNY–SPÉDER, 2015). Ez egybecseng a legfrissebb magyar epidemiológiai vizsgálat (Magyar Lelkiállapot 2013) eredményeivel, miszerint a 30–35 éves gyermektelen nők átlagosan 3 évvel később szeretnének gyermeket (DUKAY–SZABÓ–ÁDÁM–SUSÁNSZKY–GYÖRFFY, 2013).

A késői gyermekvállalás melletti döntés mögött olyan szociokulturális tényezők is állhatnak, mint az oktatás expanziója, az egyéni szakmai és karrierambíciók, a labilis munkaerőpiaci körülményeknek tulajdonítható egzisztenciális bizonytalanság, valamint a családról vagy a párkapcsolatról vallott értékrend megváltozása (KAPITÁNY–SPÉDER, 2015). Figyelemre méltó tény, hogy hazánkban 2010 és 2016 között az első házasságkötés átlagos életkora már egyik nem körében sem emelkedett tovább, valamint nőtt a házasságkötések száma (KSH, 2017). Mindez kedvezően befolyásolhatja a gyermekvállalási kedv alakulását, mivel a családdá válás és gyermeknevelés szempontjából meghatározó a tartósan elkötelezett, kétszülős párkapcsolati viszony (DANILUK, 2015).

Kétségtelen, hogy a fogamzásgátlók és a művi beavatkozások (abortusz és ART) következtében a nők tudják kontrollálni reprodukciós képességüket, úgynevezett *reproduktív autonómiára* tehetnek szert (LEMOINE–RAVITSKY, 2015).¹ Így más tényezők mellett egyfajta „*reproduktív 22-es csapdája*” állhat fenn, ami egyfelől magában foglalja a társadalom gyermekvállalással kapcsolatos felelős szülői magatartás kívánalmát (beleértve a leendő szülők gazdasági és társadalmi pozíciójának stabilitását), másfelől arra ösztönözheti az érintetteket, hogy hagyják figyelmen kívül a reproduktív biológiai kereketek szűkülését (DANILUK, 2015). Fontos kitétel azonban, hogy miközben a reproduktivitás csökkenése biológiailag leginkább a nőket érinti, a jelenségért semmiképpen sem tehetjük csak őket felelőssé. Az ondó minőségében bekövetkezett változások is indokolttá tehetik a meddőségi tanácsadást. Továbbá, a termékenységgel kapcsolatos orvosi beavatkozások szélesebb körű hozzáférése segíti a párokat, hogy szegyenérzet nélkül forduljanak szakorvoshoz (BRUGO–OLMEDO–CHILLIK–KOPELMAN, 2000).

A meddőség orvoslásának rövid története

Az elmúlt 300 év írásos emlékei alapján a nők többszáz éve igyekeznek segíteni a megfogantatást szakemberek által ajánlott gyógyvizes és gyógynövényes kúrákkal, különböző diétákkal, valamint aktív mozgással (MARSCH–RONNER, 1996). 1978-ban az első „lombikban” fogant gyermek, Louise Brown megszületése hatalmas tudományos eredménynek számított. Az *in vitro* fertilizáció (IVF) kidolgozásáért Robert G. Edwards 2010-ben megkapta az orvosi Nobel-díjat.

¹A témával kapcsolatban LOVASSY Attila egyházi lektor NEMES György Sch. P. szempontjainak bevonásával és azokról köszönetet mondva a következő morálteológiai kiegészítést fogalmazza meg. A hagyományos protestáns és katolikus bioetika ugyanazon alapon áll, ugyanakkor bizonyos eljárásokra eltérő módon tekint. – A magzatvédelmet illetően hasonló álláspontot képviselünk. Katolikus szempontból az abortusz minden formája elfogadhatatlan, kivéve, ha az anya élete is veszélybe kerül, ekkor nem direkt módon akarva a magzat halálát (vö. a kisebbik rossz; kettős hatás elve) erkölcsös magatartás az édesanya életét menteni. – A katolikus Egyház a természetes családtervezést tarja elfogadhatónak, más módszereket, eszközöket nem. A fogamzásgátló tabletták a várandósság elkerülésére nem alkalmazhatók, de megengedhetők a meddőség kezelésére oly módon, hogy a gyermektelenséggel küzdő nő egy ideig szedi azokat, majd hirtelen abbahagyja, ezzel esélyt adva a gyermek megfogantatására. – A reprodukciós eljárások közül az „*in vitro*” elutasítandó, de a homológ mesterséges megtermékenyítés elfogadható, amennyiben a házastársak közötti nemi aktus egységét tiszteletben tartja, azt az eljárás nem helyettesíti, hiszen „a szaporodásba történő orvosi beavatkozások erkölcsi irányelveit az emberi személy méltóságából, nemiségéből és eredetétől kell levezetni”. (DV 7) Más esetben nem fogadható el az inszemináció. – (Felhasznált irodalom: VI. PÁL: *Humanae vitae*. Vatikánváros 1967; HITTANI KONGREGÁCIÓ: *Donum vitae*. Vatikánváros 1987; NÉMETH GÁBOR: *Bioetikai vázlatok*. Budapest 2018; SOMFAI BÉLA SJ: *Mesterséges megtermékenyítés*. Szeged 1995; WEBER, Helmut: *Speciális erkölcszológia*. Budapest 2001.)

Magyarországon az első, ART-eljárással segített sikeres terhesség 1987-ben jött létre, az első lombikban fogant gyermek pedig 1988-ban született meg (NAVRATYIL, 2011). A 90-es évektől kezdve hazánkban is egyre több, társadalombiztosítás által finanszírozott asszisztált reprodukciós beavatkozást végeznek (évente körülbelül 6000-et), melynek következtében mára több tízezer gyermek született meg (GRESZ, 2012). Egy friss magyar kohorszvizsgálat (2018-2019-ben születettek) eredményei alapján az ART-eljárás (az inszeminációt is beleértve) segítségével született gyermekek éves száma 1920 és 2631 között valószínűsíthető (MAKAY, 2020).

A meddőség elméleti megközelítési módjai

A reprodukciós problémák kutatásának 20. századi robbanásszerű előrehaladása a meddőség tudományelméleti szempontrendszerének gazdagodását hozta magával. Mára a meddőséget nem csupán lineáris (ok-okozati) tényezők következményeként értelmezzük, hanem olyan holisztikus szemlélet keretében, amely figyelembe veszi a test és a lélek egymást feltételező, komplex hatását.

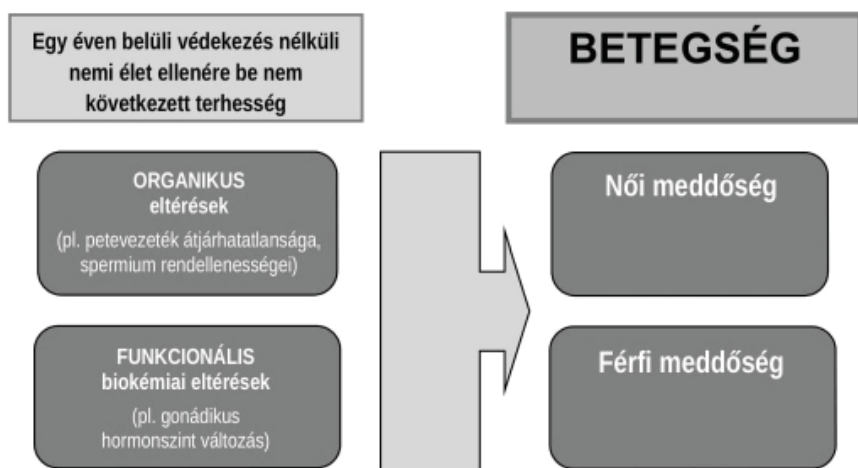
A biomedikális szemlélet

A meddőség tudománytörténeti értelmezését tekintve a legkorábbinak a biomedikális szemlélet tekinthető, amely a meddőséget lineáris okság mentén, kizárólag a reprodukciós rendszer hibás működésében rejlő szomatikus okokra vezeti vissza. E modell keretében a sikertelen gyermekvállalás 45–50%-ban női, illetve 40–45 %-ban férfi testi okokra, 15–20%-ban női és férfiok kombinációjára, illetve körülbelül 5–15%-ban megfelelő orvosi magyarázatot nélkülöző meddőségre vezethető vissza. Az organikus eredetű meddőség hátterében a reprodukciós szervek elváltozásai állnak, melyek nők esetében két nagy csoportba sorolhatók: a méhen belüli eltérések és a petevezető rendellenességei. A férfimeddőség hátterében leggyakrabban a hímivarsejt képzése, vagyis a volumen, spermakonzentráció, mozgásképesesség és morfológia hiányosságai állnak (BRUGO-OLMEDO-CHILLIK-KOPELMAN, 2000).

A 60-as évektől az orvosbiológiai kutatások folyamatos előrehaladást mutatnak a szomatikus tényezők azonosításában (RABE-GÖR-URBANCSEK-RUNNEBAUM, 1997). Ezért a modern szakorvosi irodalomból és gyakorlatból mára eltűnt a „megma-

gyarázhatatlan” diagnózis, helyét átvette az ún. ismeretlen eredetű, idiopátiás meddőség. Azaz, a mai biomedikális szemlélet, amennyiben egyik félnél sem talál organikus eredetű problémát a meddőség hátterében, akkor funkcionális okokat feltételez (olyan különböző endokrinológiai eltéréseket, mint például a mellékvese-működés zavarai vagy a hipotalamusz-hipofízis-gonadikus tengely szintjein bekövetkező működési zavarok stb.), illetve egyre nagyobb hangsúlyt fektet a meddőség pszichés tényezőinek tisztázására és kezelésére (TÖRÖK–MAJOR, 2013).

A modern szakorvosi szemlélet definíciójában különválasztja a női és a férfi meddőséget, azok lehetséges okait külön szempontrendszer alapján tárgyalva (1. ábra). Mindez a két nem biológiai különbségeiből fakad, valamint abból, hogy a különféle női és férfi eredetű biológiai problémák más-más orvosi beavatkozásokkal kezelhetők. Ugyanakkor a pár reprodukciós problémáit együttesen érdemes figyelembe venni (BRUGO–OLMEDO–CHILLIK–KOPELMAN, 2000).



1. ábra. A meddőség biomedikális modellje (LAKATOS–PÁPAY–ÁDÁM–BALOG, 2014)

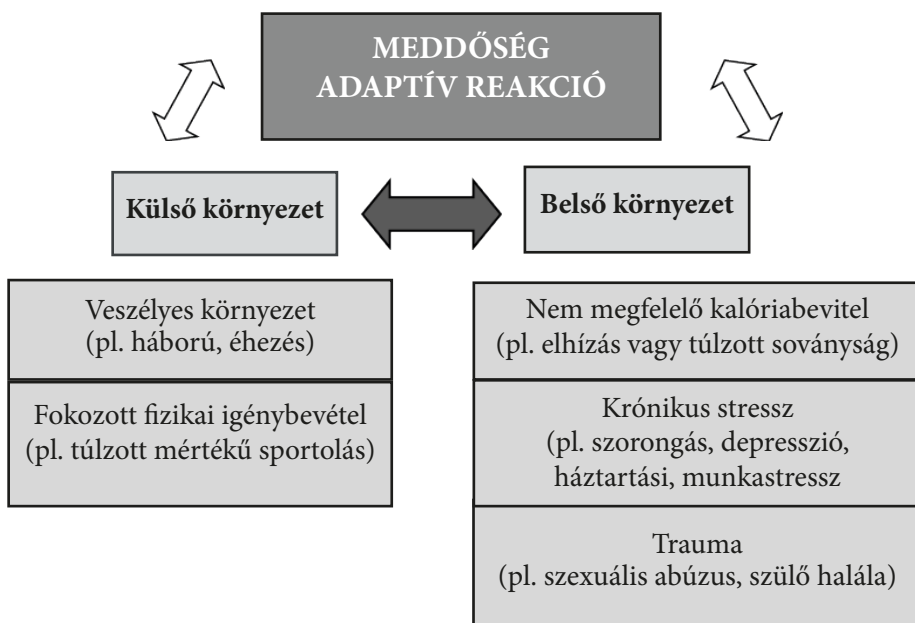
A reprodukciós problémát az orvosi megközelítés a WHO definíciója alapján (GURUNATH–PAUDIAN–ANDERSON–BHATTACHARYA, 2011) betegségként definiálja, ezáltal az érintett párok beteg státuszba kerülnek (PÁPAY, 2012), ami hozzásegíti az érintetteket az őket megillető orvosi ellátáshoz. Az Egészségügyi Minisztérium érvényben lévő protokollja alapján (SZNSZK, 2010) a hazai meddőséggel küzdő párok is „beteg státusz” alap-

ján kaphatnak orvosi ellátást. A párok jelentős része azonban a kapott orvosi segítség mellett a betegstátuszt lelki tehernek éli meg, hiszen a legtöbb esetben egyébként egészséges, aktív, önmagukat megvalósítani szándékozó személyekről van szó, akik életciklusuknak és aktuális vágyaiknak megfelelően a produktivitás lehetőségeit keresik, aminek szerves része a gyermekvállalási szándék (PÁPAY, 2012).

Az evolúciós szemlélet

Az evolúciós pszichológiai szemlélet a reprodukciós tevékenységet alárendeli a természetes szelekció folyamatának, amely szerint a reprodukció sikerességét az adott külső és belső környezeti feltételek határozzák meg. Az agy (a központi idegrendszer információértékelő és -feldolgozó tulajdonságánál fogva) képes felbecsülni a túléléssel és szaporodással járó nyereségeket vagy veszteségeket, és (a környezeti tényezőkhez való alkalmazkodás jegyében) optimális viselkedéses válaszokat hoz létre (BERECZKEI, 2002). Ebben az értelemben a reprodukciós probléma – jóllehet az egyén aktuális életszakaszában nehézségként jelenik meg – evolúciós szempontból adaptív reakcióként tartható számon. Ez a szemlélet a reproductív sikertelenséget tehát nem veszteségként értelmezi, hanem a fennálló környezet kihívásaival, a környezeti „veszélyekkel” szembeni egyéni, adaptív stratégiaként, melynek következménye az alacsony vagy magas reprodukciós arány (2. ábra).

Az evolucionista értelmezés alapján a környezeti tényezőket értékelő központi idegrendszer, a stresszrendszer hormonális válaszain keresztül negatív hatást fejthet ki a reprodukciós rendszer működésére, jelezve a szervezetnek, hogy a környezet utódnemzés szempontjából nem biztonságos, az ily módon aktivált biológiai háttérmechanizmusok pedig funkcionális meddőséghez vezethetnek. Ugyanakkor a gyermekvállalást olyan racionális döntési keret is meghatározhatja, mint az anyasággal kapcsolatos reprezentációk (gyermekvállalással kapcsolatos vágyak) vagy az anyagi körülmények (a lehetőségek alapján mérlegelt költségek) értékelése, mely szempontok mérlegelése vezet el a gyermekvállalás szándékához, majd a tudatos döntéshez (PÁPAY-RIGÓ-NAGYBÁNYAI-NAGY-SOLTÉSZ, 2014). Hasonlóképpen, költség-haszon elemzés alapján tudatos, racionális döntés lehet a gyermekvállalás elhalasztása vagy a szándékos gyermektelen életforma is (SZENDI, 2007).



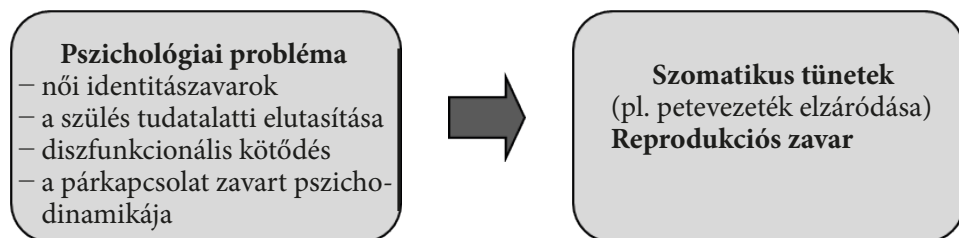
2. ábra. A meddőség evolucionista modellje (LAKATOS és mtsai, 2014)

Ha tehát a faj fennmaradását befolyásoló külső és belső környezeti tényezők képesek negatívan befolyásolni a reprodukció eredményességét, akkor azzal is szükséges számolnunk, hogy a körülmények pozitív megváltozásával visszaállhat a reprodukciós biológiai funkció, és létrejöhet a spontán terhesség (SZENDI, 2007). Így ebben a szemléletben, a meddőség orvosi diagnózisa mellett, kulcsfontosságú szerepet kapnak a reprodukciós diszfunkció nem biológiai aspektusai is. Evolucionalista nézőpontból tehát a meddőség kezelésekor legfontosabb feladat a tág értelemben vett kedvezőtlen környezeti tényezők monitorozása és hatástalanítása (például életmódbeli tényezők javítása).

Pszichológiai modellek

A 20. században a hagyományos biomedikális értelmezés mellett megjelentek a reprodukciós problémák pszichológiai megközelítései is. A sokszínűség azzal magyarázható, hogy a nehezített fogamzás és a pszichés tényezők ok-okozati összefüggései többféle

formát ölthetnek (SZIGETI–KONKOLY THEGE, 2012). Így a megközelítések nem egységes szemléletűek, történetileg sok koncepcióváltáson mentek át. Körülbelül az ötvenes évek közepétől, a biomedikális modell térhódításával párhuzamosan jelent meg a meddőség *pszichogén modellje* (GREIL, 1997), amely a reprodukciós nehézséget alapvetően *pszichés okokra* vezeti vissza. A pszichogén modell pszichoanalitikus szemléleti beágyazottságú, a sikertelen teherbeesés okaként a meddőséggel küzdők kóros motivációit, intrapszichés problémáit jelöli meg (BRKOVICH–FISHER, 1998). E modell legfontosabb vizsgálati területei a női szereppel kapcsolatos elfojtott ellenérzések, melyek például kötődési zavarokban (MOREIRA–SILVA–MOLEIRO–AGUIAR–ANDREZ–BERNARDES–AFONSO, 2003), az anyával való problematikus viszonyban (DAMANT, 2003), a személyiség éretlenségében (FASSINO–GARZARO–PERIS–AMIANTO–PIERÒ–ABBATE, 2002), az anyaság és a szülés tudatalatti elutasításában (FORGÁCS–NÉMETH, 1995) és a diszfunkcionális kötődési mintákkal összefüggő párkapcsolati problémákban (C. MOLNÁR, 2006) jelennek meg (3. ábra).



3. ábra. A meddőség pszichogén modellje (LAKATOS és mtsai, 2014)

A pszichogén modellel szemben az egyik legfontosabb kritika, hogy a nő pszichés működését tekinti a reprodukciós probléma kizárólagos okának, azaz figyelmen kívül hagyja a férfinem szerepét a meddőség pszichés etiológiájában. Továbbá, e modell képviselői nem adnak magyarázatot arra, hogy a felsorolt lelki tényezők pontosan milyen mechanizmusokon keresztül hatnak a test működésére (GREIL, 1997). A kiderítetlen eredetű meddőség hátterében kizárólag pszichológiai okokat feltételez, miközben a háttér tisztázatlansága még nem – vagy nem pontosan – diagnosztizált organikus okokat is jelenthet (BALEN, 2002).

A pszichogén modell érvényességét az is korlátozza, hogy leginkább pszichoanalitikus esettanulmányokból származó klinikai tapasztalatokkal támasztották alá. Nincsenek nagy elemszámú empirikus kutatások a témában, ezért a felmutatott eredmények sok esetben spekulatív következtetéseknek tűnnek (EDELMAHN-CONNOLLY, 1986).

A reprodukciós nehézségek és a stressz összefüggéseinek vizsgálata kapcsán később az úgynevezett *pszichológiai következmény modell* vált uralkodóvá (GREIL, 1997; GREIL-SLAUSON-BLEVINS-MCQUILLAN, 2010), ami a reprodukciós problémával együtt járó negatív pszichés változásokat (szorongás, depresszió), valamint a tartósan kedvezőtlen pszichológiai állapotot (*meddősségspecifikus distressz*) a *meddőség következményének* tekintti. Ebből a perspektívából a meddőség olyan distresszt, szorongást vagy depressziót kiváltó negatív életesemény, amit a termékenység problémák diagnózisa (BRANDES-VAN DER STEEN-BOKDAM-HAMILTON-DE BRUIN-NELEN-KREMER, 2009), az orvosi vizsgálatokkal járó fizikai (HERRMANN-SCHERG-VERRES-VON-HAGENS-STROWITZKI-WISCHMANN, 2011), lelki (REIS-XAVIER-COELHO-MONTENEGRO, 2013) és anyagi megterhelés (AKYUZ-SEVER, 2009), esetleg a gyermektelenség elfogadásának nehézségei (MILES-KEITEL-JACKSON-HARRIS-LICCIARDI, 2009) indukálnak. Mindez negatívan befolyásolja az egyén testi-lelki jóllétét, valamint partner- és társas kapcsolati rendszerét (CHACHAMOVICH-CHACHAMOVICH-EZER-FLECK-KNAUTH-PASSOS, 2010).

A leíró tanulmányok beszámolóí alapján a meddőség komplex veszteségélmény, ami olyan negatív érzelmeket foglalhat magában, mint például szomorúság, félelem, tagadás, harag, elszigeteltség és bűntudat. Ennek része a várandósság élményéből való kimaradás (EDELMAHN-CONNOLLY, 1986) és a reményvesztett jövőkép miatti identitás-sérülés (EXLEY-LEATHERBY, 2001), mivel utód nélkül nem teljesíthető a biológiai kontinuitás (GERRITY, 2001). A meddőség mint veszteségélmény (*sense of loss*) tekinthető gyászfolyamatnak, jóllehet nem feltétlenül történik valóságos halál, mégis elmarad a gyermekvárás élménye (GIBSON, 2007), és beteljesületlen marad az olyannyira vágyott szülői szerep (EXLEY-LEATHERBY, 2001). Amennyiben a meddőség további veszteségélménnyel (vetélés, halvaszülés) párosul, akkor a meddőségre adott érzelmi válasz a legtöbb esetben a tartós bánat és lehangoltság (GIBSON, 2007).

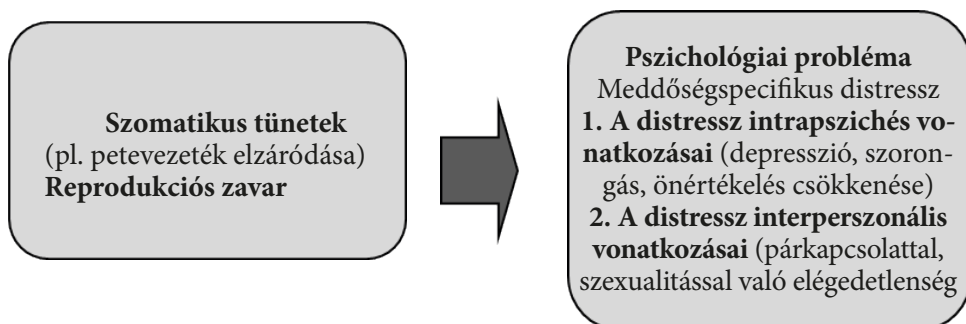
Tény, hogy a meddőséget a párok jelentős része élete legmeggrázóbb tapasztalatának tartja, ami váratlanul és megmagyarázhatatlanul jelenik meg az életükben (GREIL, 1997; GREIL és mtsai, 2010). Tekinthető akut életkrízisnek (*Life-Crisis Theory*, GERRITY, 2001),

ami hatással van az érintettek személyiségére (VERHAAK–SMEENK–EVERS–VAN MINNEN–KREMER–KRAAIMAAT, 2005a) és stressz-szintjére (VERHAAK–SMEENK–EVERS–VAN MINNEN–KREMER–KRAAIMAAT, 2005b). Ugyanakkor a meddőség mint élethelyzet csak kevés pár esetében átmeneti jellegű. A párok többségénél jelentős pszichoszociális terheléssel járó, krónikus krízisállapotról beszélünk. Mindazonáltal, az empirikus vizsgálatok egy része nem igazolta a depresszió és a szorongás (BOIVIN–GRIFFITHS–VENETIS, 2011) szignifikáns növekedését a kontrollcsoporthoz vagy az átlagpopulációhoz képest, csupán tendencia mutatkozott egy-egy pszichológiai alskálán (GREIL, 1997; GREIL és mtsai, 2010).

Amennyiben a meddőséget a pár mint egység működészavarának tekintjük, akkor figyelembe kell venni a meddőséget követő interperszonális változásokat is: a párkapcsolattal és szexualitással való elégedettség alakulását. Számos tanulmány e tekintetben sem talált szignifikáns különbséget a kontrollcsoporthoz vagy a normatív értékekhez képest (GREIL, 1997; GREIL és mtsai, 2010). Ugyanakkor egyes vizsgálatok fokozott házastársi stresszt igazoltak, akár a meddőség nyomán (VERHAAK és mtsai, 2005a), akár a sikertelen orvosi beavatkozásokra adott érzelmi válaszként (BOIVIN–SCHMIDT, 2005). Számon tartják az orvosi kezelések elégtelen partneri támogatással összefüggő abbahagyását is (DANILUK, 2001). Mások azonban az ART alatt erősödő párkapcsolatról számoltak be (SCHMIDT–HOLSTEIN–CHRISTENSEN–BOIVIN, 2005). Megjegyzendő még, hogy a kívánt gyermekáldás elmaradása gyakran szexuális (a vágy és / vagy az együttlétek hiányával jellemezhető) elégedetlenséggel is együtt jár (NELSON–SHINDEL–NAUGHTON–OHEBSHALOM–MULHALL, 2008) (4. ábra).

A meddőségi distressz nem konstans, hanem hullámzó, változó érzelmi állapot, melynek különböző stádiumaiban különböző pszichés hatások érvényesülnek. Így csak is a többlépcsős, utánkövetéses vizsgálatok képesek komplex képet nyújtani a meddőségi élethelyzetről. Ezenkívül fontos kiemelni a pszichológiai mérőeszközök jelentőségét is. A korábbi kutatások nagyrészt pszichiátriai betegcsoportok számára készült mérőeszközöket használtak, ami az egyik oka lehet annak, hogy nem találtak különbséget stressz-szintben a normatív csoportokhoz képest. Ilyen vizsgálóeszköz a depressziós betegek tüneteinek mérésére készült Beck Depresszió Kérdőív (BDI) (BECK–WARD–MENDELSON–MOCK–ERBAUGH, 1961) vagy a szorongás mérésére használt Spielber-

ger-féle Állapot- és Vonásszorongás Kérdőív (STAI, SPIELBERGER–GORSUCH–LUSHENE, 1970). Az újabb kutatások speciálisan a meddőségi élethelyzetre kidolgozott, többszörös faktorstruktúrájú mérőeszközöket alkalmaznak, ilyen például a *Fertility Problem Inventory* (FPI) (NEWTON–SHERRARD–GLAVAC, 1999) vagy *The Fertility Quality of Life Questionnaire* (FertiQoL), (BOIVIN–TAKEFMAN–BRAVERMAN, 2011; SZIGETI–GREVENSTEIN–WISCHMANN–LAKATOS–BALOG–SEXTY, 2020).

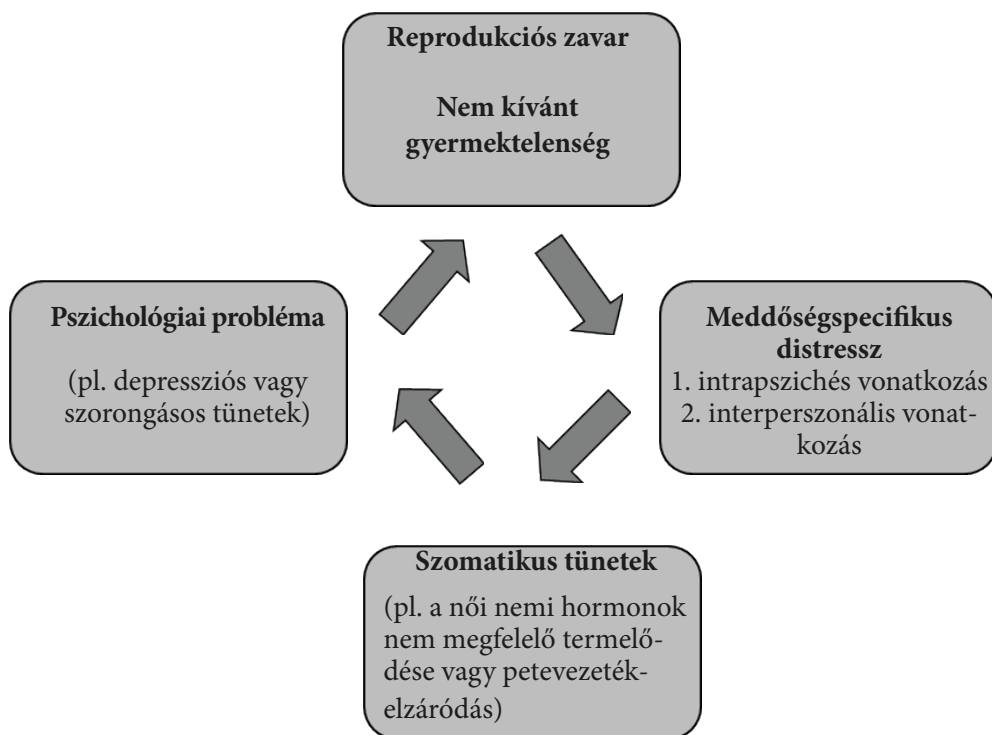


4. ábra. A meddőség pszichológiai következmény modellje (LAKATOS és mtsai, 2014)

Arra is fontos kitérni, hogy a meddőségi élethelyzettel mint traumatikus élménnyel való megküzdés pozitív változásokhoz is vezethet, mint például a korábban említett párkapcsolati kohézió (SCHMIDT és mtsai, 2005), vagy az önbecsülés megerősödése (DANILUK–TECH, 2007), ami lényeges szerepet játszhat a személyiség éréseben, fejlődésében. E tekintetben a meddőségi állapot következménye nemcsak pszichológiai probléma, hanem hosszú távon – megfelelő társas támogatás esetén – ún. poszttraumás növekedés (*posttraumatic growth*, PTG) is lehet (KONG–FANG–MA–LI–YANG–MENG–LI–LI, 2018).

Az addig uralkodó lineáris nézetrendszerekkel szemben a 1990-es évektől az úgynevezett *cirkuláris szemlélet* vált meghatározóvá, ami a meddőséget a test és a lélek kétirányú összefüggéseinek komplexitásában vizsgálja. Elemzi egyfelől a pszichés distressz szomatikus (meddőséghez vezethető) tünetekben való megjelenését, valamint fordítva: a meddőség és az asszisztált reprodukció pszichés következményeit is. A modell kitüntetett szerepet tulajdonít a stresszrendszer és a reprodukzív rendszer közötti összefüggések, valamint az asszisztált reprodukciós kezeléseket befolyásoló pszichoszociális té-

nyezők feltárásának (GREIL és mtsai, 2010) (5. ábra). A cirkuláris modell tesztelésére tervezett kutatások utánkövetéses vizsgálatok, melyek a reprodukciós egészséggel párhuzamosan több pszichés dimenziót is vizsgálnak.



5. ábra. A meddőség cirkuláris modellje (LAKATOS és mtsai, 2014)

Reprodukció és stressz cirkuláris összefüggései

Mára már ismert, hogy az emocionális stressznek antireprodukciós hatása lehet, ami többnyire centrális mechanizmusokon keresztül érvényesül, jóllehet a folyamat összetettsége miatt részleteiben egyelőre nem tisztázott. Lényege, hogy a stressz a hipotalamusz-hipofízis-mellékvese tengely működésén keresztül neuroendokrin hatásokat

közvetít, ami zavart okozhat a nemi szervek működésében. A hipotalamuszban gátolja a *gonadotropin releasing* hormon (GnRH) szekrécióját, a hipofízisben befolyásolja a GnRH által indukált gonadotropinok (folliculus stimuláló hormon: FSH, luteinizáló hormon: LH) kibocsátását, míg a gonádokban (nemi mirigyekben) megváltoztatja a gonadotropinok serkentő hatását a nemi szteroidok kiválasztására. Ez a hatás végigkíséri a nemi szervek működését a fejlődés egyes életszakaszaiban (CHROUSOS–TORPY–GOLD, 1998).

A stressz indukálta hormonális változások, valamint azok reprodukciós kimenetelre gyakorolt negatív hatásainak empirikus igazolása azonban módszertani nehézségekbe ütközik. A témában készült metaanalízisek ellentmondásos vizsgálati eredményekről számoltak be. Matthiesen és munkatársai (2011) metaanalízise, amely az 1980–2011 között megjelent prospektív, empirikusan jól megalapozott vizsgálatokra (N=31)² épül, gyenge, de statisztikailag szignifikáns összefüggést talált a stressz, az állapot-, illetve vonássonorongás és az ART-kezeléssel létrejött klinikai terhességek között (MATTHIESEN–FREDERIKSEN–INGERSLEV–ZACHARIAE, 2011). Ezzel szemben Boivin és munkatársai (2011) metaanalízise, amely az 1985 és 2010 közt megjelent prospektív, pszichoszociális vizsgálatokat (N=14) vette alapul, nem talált összefüggést az IVF-kezelést közvetlenül megelőző pszichés állapot (depresszió, szorongás) és a beavatkozások sikere között, egyetlen ART-ciklus folyamán. Az eltérő eredmények magyarázatául módszertani különbségek szolgálhatnak. Matthiesen és munkatársai (2011) a pozitív ART-eredményt szérumból tesztelt, klinikailag igazolt terhesség vagy élveszülés tekintetében vizsgálták. Elemzésükben a stresszt a háztartási, munkahelyi, meddőségspecifikus stressz vagy jelentős negatív életesemény formájában operacionalizálták. Boiviné elemzésébe csak azok a munkák kerültek be, amelyek szigorúan az IVF-ciklus előtti distressz és az adott beavatkozás nyomán létrejött várandósság közti összefüggést vizsgálták, és amelyekben a szorongás- és a depressziószintet differenciáltan dokumentálták (BOIVIN–GRIFFITH–VENETIS 2011).

Az újabb metaanalízisek nagyobb módszertani pontosságról tesznek tanúbizonyságot, eredményeik mégis, továbbra is, vegyesek. Nicoloro-SantaBarbara és munkatársai (2018) metaanalízise olyan, 1977 és 2017 között megjelent prospektív, véletlen kiválasztáson alapuló kontrollált vizsgálatokat (N=20) foglal magában, melyek a negatív lelki-

² Itt és a továbbiakban az N= zárójeles számok a metaanalízisekben vizsgált tanulmányok számát jelölik.

állapotok különféle formáit mérték ART-ciklus folyamán vagy azt megelőzően. A metaanalízis valamennyi pszichés változó egymástól független önálló hatását vizsgálta az ART-ciklus (szérum hCG-ben, embriószívhangban vagy élveszülésben mért) sikerességére, és azt találta, hogy nem csökkentette a siker esélyét sem az ART-ciklus előtt fellépő szorongás, depresszió- vagy észlelt stressz-szint, sem a ciklus során tapasztalt szorongásos vagy depressziós tünetek (NICOLORO-SANTABARABARA-BUSSO-MOYER-LOBEL, 2018). Purewalnak és munkatársainak a metaanalízise – súlyozott hatásméretekkkel – véletlen hatás modellt alkalmazott egyetlen ART-ciklus során, 1979–2016 között megjelent prospektív tanulmányok (N=11) alapján (PUREWAL-CHAPMAN-VAN DEN AKKER, 2018). Itt a siker (szérum-hCG-vel vagy klinikailag igazolt terhesség, élveszülés) kisebb mértékű – ART-ciklus idején mért – depressziós és állapotszorongás-pontszámmal járt együtt, mint a sikertelenség. Ugyanakkor nem igazolt, hogy ezen pszichés mutatók ART-ciklus során bekövetkezett változása összefüggne a ciklus sikerével. Az eddigi empirikus vizsgálati eredmények alapján tehát nem tekinthető egyértelműen bizonyítottnak, hogy a fokozott distressz állapot hatással volna az ART-ciklus kimenetére.

Míg a fentebbi összegző tanulmányok a stressz és az ART-siker összefüggéseit vizsgálták, más összefoglalók az ART előtti / alatti pszichoszociális intervenciók hatását prezentálják. Egy 1978 és 2007 között megjelent, 21 tanulmányt összefoglaló metaanalízis arra a konklúzióra jutott, hogy a pszichoszociális (egyéni / csoportos) intervenciók növelik a teherbeesés esélyét (1,4-szer nagyobb az esélye azoknak, akik részt vesznek ilyenben, mint azoknak, akik nem), különösen az ART-kezelések előtt állók körében (HÄMMERLI-ZNOJ-BARTH, 2009). Egy másik tanulmány, amely 1978 és 2014 között végzett 39 kutatás eredményeinek metaanalízisét mutatta be, kiemelte, hogy meddő párok pszichoszociális terápián való részvétele, különösen a kognitív viselkedésterápia (*cognitive behavioural therapy*, CBT), hatékony lehet mind a pszichológiai distressz csökkentése, mind a fogamzási arány növelése terén. A beavatkozások nyomán csökkent a szorongás (N=25) és a depresszió (N=21), valamint a nők körében (N=10) mintegy kétszeresére növekedett a fogamzások száma azokhoz képest, akik ART-kezelésben igen, de intervencióban nem részesültek (FREDERIKSEN-FARVER-VESTERGAARD-GRØNHØJ-SKOVGÅRD-INGERSLEV-ZACHARIAE, 2015).

Bizonyított, hogy mind az érzelmek kifejezésére és megosztására fókuszáló (dinami-

kus vagy szupportív), mind pedig a stresszcsökkentésre irányuló (kognitív és relaxációs, edukatív) intervenciók hatékonyak a meddőséggel küzdő nők pszichés jóllétének javításában (BOIVIN, 2003). Különösen hatékonynak számítanak az olyan átfogó programok, amelyek többféle elemet integrálnak, például a *Mind-Body Program* (DOMAR–SEIBEL–BENSON, 1990) vagy a távol-keleti bölcseletből inspirálódó *Eastern Body-Mind-Spirit* (CHAN–NG–CHAN–TIMOTHY–CHAN, 2006) program. A *Mind-Body* program csoportos formában, 10 héten át kognitív átstrukturálást, érzelemkifejezési és relaxációs technikákat tanít, valamint táplálkozási és testmozgással kapcsolatos adaptív szokásokat próbál kialakítani a résztvevők körében. Az *Eastern Body-Mind Spirit* (EBMS) csoportmódszer célja olyan „stresszmentes” övezet megteremtése, melyben a terméketlenséggel küzdő pár végiggondolhatja gyermektelensége jelentését. A program tajcsi, meditációs és légzőgyakorlatokat, életmód-pszichoedukációt, valamint érzelemkifejezést és pozitív gondolkodást elősegítő gyakorlatokat (például rajzolás, levélírás, kognitív átstrukturálás) is tartalmaz. Összességében elmondható, hogy mind az egyéni, mind a csoportos intervenciók hatékonyak a meddőséggel küzdő nők pszichés jóllétének javításában, különösen, ha a meddőség kezdeti fázisában alkalmazzák (LIZ–STRAUSS, 2005). A pszichológiai intervenciók a teherbeesés esélyét is képesek növelni, különösen akkor, ha a beavatkozás megelőzi az ART-kezelést (HÄMMERLI–ZNOJ–BARTH, 2009). Ugyanakkor az is igazolt, hogy vannak eredményes kognitív terápiás technikák (mint például a gondolatnapló-írás) vagy relaxációs válasz elérését is célzó eszközök (mint az ima, a meditáció és a jóga), amelyek alkalmazása nem feltétlenül kötődik szakember jelenlétéhez (DOMAR, 2002).

A cirkuláris szemlélet elterjedésével tehát a meddőség értelmezésében megjelent a rendszerszemléletű, bio-pszicho-szociális nézőpont, ami figyelembe veszi az egyén / pár reprodukciós egészségi állapotát, pszichés jóllétét, valamint a meddőség társas vonatkozásait is. Mindezekén túl a nehezített fogamzás spirituális szinten is érinti a személyt, mivel az élet teljességére, egy új élet megfogadására vonatkozó kérdéskört foglal magában. Így a spiritualitás kitüntetett jelentőséggel bír a krónikus meddőségspecifikus distresszel való megküzdésben.

Meddőség és spiritualitás / vallásosság

A spiritualitás fogalma a materialitáson vagy az egón túl lévő transzcendenshez fűződő viszonyt foglalja magában (FARKAS–GEREVICH, 2005). Vallásosságon a vallási szimbólumok és gyakorlatok szervezett keretrendszerének gyakorlatát értjük, ami segítséget nyújt a transzcendens (Isten, végső igazság stb.) megragadásában (TANYI, 2002). A vallásosság tehát előfeltételezi a spiritualitást, ugyanez fordítva nem igaz (NAGY, 2009).

A vallásosság a lelki egészség egyik fontos mutatója, mivel jótékony hatást fejthet ki az egészség mindhárom (testi, lelki és szociális) aspektusára (PARK, 2007). Egyebek közt hosszabb élettartammal, jobb egészségi állapot-mutatókkal és egészséggel összefüggő életminőséggel, kevesebb szorongással, depresszióval és öngyilkossággal, krónikus betegség esetén pedig hatékonyabb megküzdési stratégiákkal hozható kapcsolatba (MUELLER–PLEVAK–RUMMANS, 2001).

A spirituális dimenzió a meddőség legkevesebé kutatott vonatkozását képezi (SZIGETI–KONKOLY THEGE, 2012). A témában született, húsz év szakirodalmát áttekintő tanulmány megállapította, hogy miközben a meddőség etnikulturális szemlélete egyre inkább elterjed, vallás és meddőség kapcsolatának vizsgálata még mindig csekély teret kap. Az etnikulturális megközelítések figyelembe veszik az adott társadalom termékenységről alkotott kulturális és vallási reprezentációit, és hangsúlyt fektetnek a meddőséghez kapcsolódó bűnösségelméletekre és a társadalmi kirekesztés (stigma) jelenségére. A vallás szerepét és jelentőségét a meddőség megélésében mindössze két kutatás vizsgálta közvetlenül. A hit témája más elemzésekben csupán spontán módon merült föl a páciensek narratíváiban a velük felvett mélyinterjúk során (ROUDSARI–ALLAN–SMITH, 2007).

A spiritualitás / vallásosság többféle módon képes segíteni a meddőséggel küzdő nők mentális állapotát. A kutatások szerint a spirituális / vallási hiedelmek elfogadása jelentős segítséget nyújt a stressz, a szenvedés vagy az életproblémák elviselése terén azáltal, hogy növeli a kitartást és az elfogadást, önbizalmat ad, és segít értelmet és új célokat találni életünk történéseiben. A vallásos hit tehát nem saját jogon tesz boldogabbá, hanem stabil kognitív keretet biztosít az egzisztenciális kérdések (például élet, halál, a lét értelme stb.), az egyéni és társas kapcsolati történések megértéséhez, így segít életeseményeink feldolgozásában (NAGY, 2009). Mindezen túl, a vallási közösségben való részvétel, az

istentiszteletek / misék látogatása, a közösségbe tartozás élményével kielégítik az olyan interperszonális szükségleteket, mint a szociális kapcsolatépítés és a társas támogatás, és biztosítják a szociális kapcsolatok kontinuitását (KAWACHI–KENNEDY–GLASS, 1999). Mindez képes csökkenteni a meddőség miatti társas elszigetelődést is (DOMAR–PENZI–AS–DUSEK–MAGNA–MERARIM–NIELSEN–PAUL, 2005).

A szakirodalom két csoportba sorolja a vallásos megküzdési (*coping*) technikákat. A pozitív megküzdési módok közé tartozik például, ha életünket egy nagyobb spirituális egész részeként látjuk, ha hitünkre úgy tekintünk, mint életünk új irányvonalának megtalálását segítő erőre, ha nehéz élethelyzetünkben megpróbálunk Istentől származó tanítást felfedezni, vagy ha gyülekezetben keresünk támogatást (NAGY, 2009). E tekintetben beszélünk az úgynevezett *intrinszik*, azaz belső vallási orientációról, ami emocionális szinten (például ima, meditáció) nyilvánul meg, inkább szubjektíven értelmezhető, és emiatt empirikusan nehezebben megragadható. Ugyanakkor igazolt, hogy a belső vallási irányultság alapvető szerepet játszik a hétköznapi és a meddőségspecifikus stresszel szembeni megküzdésben (DOMAR és mtsai, 2005). A *coping*-repertoár részeként alacsonyabb szerfogyasztással (alkohol, drog, dohányzás) és jobb pszichoszociális alkalmazkodással jár együtt (GOOD–WILLOUGHBY, 2014).

Mindazonáltal a vallás egyéni és közösségi szintű megnyilvánulása minősülhet negatív *coping*-technikának is. Ronthatja az egyéni megküzdést, amennyiben problémáinkat Isten büntetéseként vagy a Sátán műveként értékeljük, passzívan várjuk az isteni beavatkozást, nehézségeink közepette megkérdőjelezzük Isten szeretetét (MOREIRA–ALMEIDA–NETO–KOENIG, 2006), a nehezített fogamzás állapotát a múlt bűneinek jogos következményeként értelmezzük, netán a vallási tanítás miatt mélyen gyötrődünk az ART-kezelés megkezdésével és folytatásával kapcsolatban (DOMAR és mtsai, 2005; JENNINGS, 2010). A gyülekezet túl kritikus közösségi szintű megnyilvánulása, amennyiben betarthatatlan előírásokat közvetít az egyén felé, az megbillentheti a lelki egyensúlyt, és növelheti a depresszió előfordulását (DEW–DANIEL–ARMSTRONG–GOLDSTON–TRIPLETT–KOENIG, 2008). Azt is szükséges megjegyezni, hogy a vallási közösségek az identitás alapját a szülőségben és a nők életadó szerepében látják (ELLISON–HALL, 2003). Az egyházi alkalmak általában sok gyermek jelenlétével járnak együtt, így az ezen való részvétel emlékeztetheti a meddő nőt terméketlenségére (JENNINGS, 2010).

DOMAR és munkatársai (2005) ART-kezelés alatt álló meddő nőkre kiterjedő vizs-

gálatukban fordított együttjárást találtak a spirituális jóllét és a depressziószint, valamint a meddőségspecifikus distressz között, így arra a következtetésre jutottak, hogy a spiritualitásnak fontos szerepe van a termékenységi problémákkal küzdő nők mentális jóllétében. SEWPAUL (1999) munkája megállapította, hogy a meddőségi állapot értékelése, vagyis az, hogy az egyén az aktuális az élethelyzetére büntetesként vagy fejlődési lehetőségként tekint, összefügg a hit egyéni megnyilvánulásával és a személyes istenkapcsolattal. Vallás és meddőség komplex összefüggéseit támasztotta alá Jennings 2010-es mélyinterjú kutatása is. A vizsgált nők körében jellemző volt az ART igénybevétele, függetlenül egyházuk tanításától, ugyanakkor a gyermektelenség, mint Isten akaratának elfogadása, negatív hatással volt az érintettek lelkiállapotára. Összességében azonban számos nő hite gazdagodásáról számolt be, amennyiben élt a vallási vezetőjével folytatott segítő beszélgetés lehetőségével (JENNINGS, 2010).

Másik fontos kutatási kérdés a témában az egyéni vallásosság és az orvosisegítség-kereső magatartás összefüggéseinek vizsgálata. Greil és munkatársai amerikai nőkre vonatkozó, 2010-es reprezentatív vizsgálatukban megállapították, hogy a vallásosság és az orvosisegítség-kereső magatartás összefüggése indirekt és komplex. A vallásosság közvetlenül összefüggött az anyaság fontosságának érzésével, ezáltal megnövelte az orvosisegítség-keresés valószínűségét. Ugyanakkor az orvosi segítség igénybevételére vonatkozó etikai aggályokat a vallási közösség látogatottsága befolyásolta közvetlenül, ami ezáltal közvetve csökkentette annak az esélyét, hogy a párok meddőségi centrumba jelentkezzenek. Fontos azonban megjegyezni, hogy az orvosisegítség-keresés különböző szakaszaiban (orvosi konzultáció, kezelés igénybevétele, kezelés elutasítása stb.) e magatartás intenzitása nem állandó, hanem folyamatosan változó, dinamikus jelenség (GREIL–BENJAMINS–JOHNSON–JOHNSON–HEINZ, 2010).

A meddőségben rejlő értelemkeresés kapcsán meg kell említeni a pozitív pszichológiai elméleteket is, amelyek a nehéz élethelyzetek, pszichés traumák kapcsán azok konstruktív feldolgozását és megoldását keresik, nagy hangsúlyt fektetve a spiritualitás dimenziójának vizsgálatára (KULCSÁR–NAGY, 2005). Ismert a korábban említett poszttraumás növekedés (*posttraumatic growth*, PTG) koncepciója, amely a rendkívül stresszes életeseménnyel való megküzdésre nemcsak veszteségként, hanem a pszichológiai nyereség tapasztalataként is tekint (TEDESCHI–PARK–CALHOUN, 1998). E tekintetben a meddőségi élethelyzet az ezzel szembesülők életében pozitív irányú változásokat indukálhat azáltal, hogy lehetőséget ad az élet jobb megbecsülésé-

re, egy új, optimista életszemlélet kialakítására és a megbocsátás átélésére (PAUL-BERGER-BERLOW-ROVNER-FERGUSON-FIGLERSKI-GARDNER-MALAVE, 2010).

Mindezek fényében elmondható, hogy vallásos meggyőződéseink képesek segíteni a nehezített fogamzás stresszával szembeni hatékony megküzdést, a veszteségfeldolgozást, az orvosi beavatkozások révén megváltozott élet elfogadását, illetve a történetekben rejlő jelentés megtalálását. SZIGETI és KONKOLY THEGE (2012) azt a világos következtetést fogalmazza meg, hogy a vallásosság megélése, a stresszel való vallásos megküzdés konstruktív vagy destruktív módozatai fontos részét képezik a meddőségi tapasztalatnak. Ezért a – holisztikus megközelítésű – kezelésből nem célszerű kihagyni a spirituális távlatokat sem.

Kitekintés

A meddőség cirkuláris szemléletének értelmében a nehezített fogamzás olyan biológiai állapot, ami növelheti a pszichoszociális distresszt. Ezért az érvényes nemzetközi irányelvek javasolják az ART-kezelésben részesülők pszichoszociális támogatását (GAMEIRO-BOIVIN-DE KLERK-EMERY-LEWIS-JONES-THORN-VAN DEN BROECK-VENETIS-VERHAAK-WISCHMANN-VERMEULEN, 2015). A magyar meddőségi ellátásról és az asszisztált reprodukcióról szóló protokoll azonban nem tartalmazza a kezelték pszichoszociális ellátását (SZNSZK, 2010), így nem valósul meg a szolgáltatások Országos Egészségbiztosítási Pénztár általi finanszírozása sem. Az érintettek legfeljebb magánúton, csekély mértékben vagy egyáltalán nem fordulnak pszichológushoz, lelkipásztorhoz, illetve mentálhigiénés szakemberhez, jóllehet a meddőség korszerű ellátásában akkor járunk el hatékonyan, ha komplex, bio-pszicho-szociális szemléletben gondolkodunk, kiegészítve azt a létezés értelmét fészegető spiritualitással. A termékenységi problémák megelőzése és kezelése érdekében szükséges lenne az interdiszciplináris segítségnyújtás, melyben orvos, biológus, pszichológus, lelkipásztor, mentálhigiénés szakember, dietetikus, életmód-tanácsadó és gyógytornász-fizioterapeuta együtt segítik a meddőséggel küzdő nőket az anyává válás vágyának beteljesülésében.

IRODALOM

- AKYUZ, AYGUL – SEVER, Nese (2009): Reasons for infertile couples to discontinue in vitro fertilisation (IVF) treatment. *J Reprod Infant Psych*, 27(3): 258–268.
- BALEN van, Frank (2002): The Psychologization of Infertility. In: *Infertility around the Globe*. Szerk. Marcia C. Inhorn és Frank van Balen. University of California Press, Berkeley–Los Angeles–London. 79–98.
- BECK, Annika T. – WARD, Herb C. – MENDELSON, Mark – MOCK, Jackqueline – ERBAUGH, James (1961): An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry*, 4: 561–571.
- BERECZKEI Tamás (2002): Evolúciós pszichológia: új szemlélet a viselkedéstudományokban. *Magyar Tudomány*, 1: 8–19.
- BERNARD Artúr – KRIZSA Ferenc (2006): A meddőségről általában. In: *A meddőség korszerű diagnosztikája és kezelése*. Szerk. Steven G. Kaáli. Medicina Kiadó, Budapest. 13–23.
- BOIVIN, Jacky (2003): A review of psychosocial interventions of infertility. *Soc Sci Med*, 57: 2325–2341.
- BOIVIN, Jacky – BUNTING, Laura – COLLINS, John A. – NYGREN, Karl G. (2007): International estimates of infertility prevalence and treatment-seeking: Potential need and demand for infertility medical care. *Hum Reprod*, 22(6): 1506–1512.
- BOIVIN, Jacky – GRIFFITHS, Emily – VENETIS, Christos A. (2011): Emotional distress in infertile women and failure of assisted reproductive technologies: Meta-analysis of prospective psychosocial studies. *BMJ*, 342: 223.
- BOIVIN, Jacky – SCHMIDT, Lone (2005): Infertility-related stress in men and women predicts treatment outcome 1 year later. *Fertil Steril*, 83(6): 1745–1752.
- BOIVIN, Jacky – TAKEFMAN, Janet – BRAVERMAN, Andrea (2011): The fertility quality of life (FertiQol) tool: Development and general psychometric properties. *Hum Reprod*, 26(8): 2084–2091.
- BRANDES, Mirko – van der STEEN, Jan O. M. – BOKDAM, Sam B. – HAMILTON, Carl J. C. M. – de BRUIN, Jan P. – NELEN, Willianne L. D. M. – KREMER, Jan A. M. (2009): When and why do subfertile couples discontinue their fertility care? A longitudinal cohort study in a secondary care subfertility population. *Hum Reprod*, 24(12): 3127–3135.
- BRKOVICH, Andrew M. – FISHER, William A. (1998): Psychological distress and infertility: Forty years of research. *J Psychosom Obst Gyn*, 19: 218–228.
- BRUGO-OLMEDO, Santiago – CHILLIK, Claudio – KOPELMAN, Susana (2000): Definition and causes of infertility. *Reprod BioMed Online*, 2(1): 41–53.
- C. MOLNÁR Emma (2006): Reprodukciós zavarok. In: *Szülészet-nőgyógyászati pszichológia és pszichiátria*. Szerk. C. Molnár Emma, Füredi János és Papp Zoltán. Medicina Könyvkiadó, Budapest. 145–150.

- CHACHAMOVICH, Juliana R. – CHACHAMOVICH, Eduardo – EZER, Hélène – FLECK, Marcelo P. – KNAUTH, DANIELA – PASSOS, Eduardo P. (2010): Investigating quality of life and health-related quality of life in infertility: A systematic review. *J Psychosom Obstet Gynaecol*, 31(2): 101–110.
- CHAN, Celia H. Y. – NG, ERNEST H. Y. – CHAN, CECILIA L. W. – HO, Mae Y. – CHAN, Timothy H. Y. (2006): Effectiveness of psychosocial group intervention for reducing anxiety in women undergoing in vitro fertilization: A randomized controlled study. *Fertil Steril*, 85(2): 339–346.
- CHROUSOS, Georg P. – TORPY, David – GOLD, Phillip W. (1998): Interactions between the hypothalamic-pituitary-adrenal axis and the female reproductive system: Clinical implications. *Ann Intern Med*, 129(3): 229–240.
- DAMANT, Bev (2003): *The body speaks: Psychogenic infertility, femininity and life scripts*. PhD Dissertation. University of Johannesburg. Johannesburg. <http://hdl.handle.net/10210/1430> (Utolsó megtekintés: 2018. 06. 10.)
- DANILUK, Judith C. (2001): Reconstructing their lives: A longitudinal, qualitative analysis of the biological transition to childlessness for infertile couples. *Journal of Counseling & Development*, 74: 439–449.
- DANILUK, Judith C. (2015): “Sleepwalking into infertility”: The need for a gentle wake-up call. *Am J Bioethics*, 11: 52–54.
- DANILUK, Judith C. – TENCH, Elizabeth (2007): Long-term adjustment of infertile couples following unsuccessful medical intervention. *Journal Couns Dev*, 85: 89–100.
- DEW, Rachel E. – DANIEL, Stephanie S. – ARMSTRONG, Tonya D. – GOLDSTON, David B. – TRIPLETT, Mary F. – KOENIG, Harold G. (2008): Religion/Spirituality and adolescent psychiatric symptoms: A review. *Child Psychiatry Hum Dev*, 39(4): 381–398.
- DIREKVAND-MOGHADAM, Ashraf – SAYEHMIRI, Kourosh – DELPISHEH, Ali – DIREKVAND-MOGHADAM, Azadeh (2014): The global trend of infertility: An original review and meta-analysis. *Int J Epidemiol Re*, 8(1): 35–43.
- DOMAR, Alice D. (2002): *Conquering Infertility*. Penguin Books, London.
- DOMAR, Alice D. – PENZIAS, Alan – DUSEK, Jeff – MAGNA, Amora – MERARIM, Dalia – NIELSEN, Barbara – DEBIKA, Paul (2005): The stress and distress of infertility: Does religion help women cope? *Sexuality, Reproduction and Menopause*, 3: 45–51.
- DOMAR, Alice D. – SEIBEL, Machele M. – BENSON, Herbert (1990): The mind/body program for infertility: A new behavioral treatment approach for women with infertility. *Fertil Steril*, 53(2): 246–249.
- DUKAY-SZABÓ Szilvia – ÁDÁM Szilvia – SUSÁNSZKY Anna – GYÖRFFY Zsuzsa (2013): Gyermekválalás fiatal felnőttek körében: vágyak kontra tények. In: *Magyar Lelekiállapot 2013*. Szerk. Susánszky Éva és Szántó Zsuzsa. Semmelweis Kiadó, Budapest. 227–239.

- EDELMANN, Robert J. – CONOLLY, Kevin J. (1986): Psychological aspects of infertility. *Brit J Med Psychol*, 59: 209–219.
- ELLISON, Marcia A. – HALL, Janet E. (2003): Social stigma and compounded losses: Quality-of-life issues for multiple-birth families. *Reprod Endocrin* 80(2): 405–414.
- EXLEY, Catherine – LETHERBY, Gayle (2001): Managing a disrupted lifecourse: Issues of identity and emotion work. *Health*, 5(112): 112–132.
- EVERS, Johannes L. (2002): Female subfertility. *Lancet*, 360(9327): 151–159.
- FARKAS Lajos – GEREVICH József (2005): Vallásosság és egészség kapcsolatának kutatása: elméleti kontextus. *Egészségfejlesztés*, 43(3): 23–27.
- FASSINO, Secondo – GARZARO, Lorenzo – PERIS, Clementina – AMIANTO, Federico – PIERÒ, Andrea – DAGA, Giovanni A. (2002): Temperament and character in couples with fertility disorders: A double-blind, controlled study. *Fertil Steril*, 77(6): 1233–1240.
- FORGÁCS Attila – NÉMETH Marietta (1995): Has vagy gólya? *Thalassa*, 6: 203–212.
- FREDERIKSEN, Yoon – FARVER-VESTERGAARD, Ingeborg – GRØNHØJ SKOVGÅRD, Ninna – INGERSLEV, Hans J. – ZACHARIAE, Robert (2015): Efficacy of psychosocial interventions for psychological and pregnancy outcomes in infertile women and men: A systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*, 5(1): e006592.
- GAMEIRO, Sofia – BOIVIN, Jacky – DANCET, Eline – de KLERK, Cora – EMERY, Matthew – LEWIS-JONES, Clare – THORN, Petra – van den BROECK, Uschi – VENETIS, Christos – VERHAAS, Christianne M. – WISCHMANN, Tewes – VERMEULEN, Nathalie (2015): ESHRE guideline: Routine psychosocial care in infertility and medically assisted reproduction – A guide for fertility staff. *Hum Reprod*, 30(11): 2476–2485.
- GERRITY, Deborah A. (2001): A biopsychosocial theory of infertility. *Fam J Alex Va*, 9: 151–158.
- GIBSON, Donna M. (2007): The Relationship of Infertility and Death: Using the Relational/Cultural Model of Counseling in Making Meaning. *The Humanistic Psychologist*, 35(3): 275–289.
- GOOD, Marie – WILLOUGHBY, Teena (2014): Institutional and personal spirituality/religiosity and psychosocial adjustment in adolescence: Concurrent and longitudinal associations. *J Youth Adolesc*, 43(5): 757–774.
- GREIL, Arthur L. (1997): Infertility and psychological distress: A critical review of the literature. *Soc Sci Med*, 45(11): 1679–1704.
- GREIL, L. Arthur – MCQUILLAN, Julia – BENJAMINS, Maureen – JOHNSON, David R. – JOHNSON, Katherine M. – HEINZ, Chelsea R. (2010): Specifying the effects of religion on medical helpseeking: The case of infertility. *Social Science and Medicine*, 71: 734–742.
- GREIL, Arthur L. – SLAUSON-BLEVINS, Kathleen – MCQUILLAN, Julia (2010): The experience of infertility: A review of recent literature. *Sociol Health Illn*, 32(1): 140–162.

- GRESZ Miklós (2012): Válogatás az in vitro fertilizációról szóló adatgyűjtés 2010. évi adataiból nemzetközi kontextusban. In: *GYEMSZI Egészségügyi Évkönyv 2011. II. rész. Számok a Magyar Egészségügyről*. Szerk. Borbás Ilona és Mihalicza Péter. Gyógyszerészeti és Egészségügyi Minőség- és Szervezetfejlesztési Intézet, Budapest. 15–20.
- GURUNATH, Suamana – PANDIAN, Zabeena – ANDERSON, Richard A. – BHATTACHARYA, Siladitya (2011): Defining infertility – A systematic review of prevalence studies. *Human Reproduction*, 17: 575–588.
- HÄMMERLI, Katja – ZNOJ, Hansjörg – BARTH, Jürgen (2009): The efficacy of psychological interventions for infertile patients: A meta-analysis examining mental health and pregnancy rate. *Hum Reprod Update*, 15(3): 279–295.
- HERRMANN, Darja – SCHERG, Horst – VERRES, Rolf – von HAGENS, Cornelia – STROWITZKI, Thomas – WISCHMANN, Tewes (2011): Resilience in infertile couples acts as a protective factor against infertility-specific distress and impaired quality of life. *J Assist Reprod Genet*, 28(11): 1111–1117.
- JENNINGS, Patricia K. (2010): “God Had Something Else in Mind”: Family, Religion, and Infertility. *Journal of Contemporary Ethnography*, 39: 215–237.
- KAPITÁNY Balázs – SPÉDER Zsolt (2015): Gyermekvállalás. In: *Demográfiai Porté*. Szerk. Monostori Judit, Öri Péter és Spéder Zsolt. Stanctechnik Kft., Budapest. 41–56.
- KAWACHI, Ichiro – KENNEDY, Bruce P. – GLASS, Roberta (1999): Social capital and self-rated health: A contextual analysis. *Am J Publ Health*, 89: 1187–1193.
- KONG, Linghua – FANG, Mei – MA, Tao – LI, Guopeng – YANG, Fang – MENG, Qian – LI, Ye – LI, Ping (2018): Positive affect mediates the relationships between resilience, social support and posttraumatic growth of women with infertility. *Psychol Health Med*, 23(6): 707–716.
- KSH (2017): *A házasságkötési magatartás változásának demográfiai jellemzői*. Központi Statisztikai Hivatal, Budapest. 1–18. <http://www.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/pdf/hazassagkotes.pdf> (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 20.)
- KULCSÁR Zsuzsanna – NAGY Henrietta (2005): A szomatizáció problémája a családorvosi gyakorlatban V. *Családorvosi Fórum*, 5(1): 40–45.
- LAKATOS Enikő – PÁPAY Nikolett – ÁDÁM Szilvia – BALOG Piroska (2014): Paradigmák a meddőség értelmezésében. *Pszichológia*, 34(3): 261–287.
- LEMOINE, Marie-Eve – RAVITSKY, Vardit (2015): Sleepwalking into Infertility: The Need for a Public Health Approach toward Advanced Maternal Age. *Am J Bioethics*, 15(11): 37–48.
- LIZ de, Therese M. – STRAUSS, Bernhard M. (2005): Differential efficacy of group and individual/couple psychotherapy with infertile patients. *Hum Reprod*, 20(5): 1324–1332.
- LIU, Kimberly – CASE, Allison (2011): Advanced reproductive age and fertility. *J Obstet Gynaecol Can*, 33(11): 1165–1175.

- MAKAY Zsuzsana (2020): Miért kell sokat várni a babára? Teherbeesési nehézségek, életkori hatások, és asszisztált reprodukció Magyarországon. *Demográfia*, 63(2–3): 137–170.
- MARSCH, Margaret – RONNER, Wanda (1996): *The Empty Cradle. Infertility in America from Colonial Times to the Present*. The Johns Hopkins University Press, Baltimore.
- MATTHIESEN, Signe M. – FREDERIKSEN, Yoon – INGERSLEV, Hans J. – ZACHARIAE, Robert (2011): Stress, distress and outcome of assisted reproductive technology (ART): A meta-analysis. *Hum Reprod*, 26(10): 2763–2776.
- MILES, Laura M. – KEITEL, Merle – JACKSON, Margo – HARRIS, Abigail – LICCIARDI, Fred (2009): Predictors of distress in women being treated for infertility. *J Reprod Infant Psy*, 27(3): 238–257.
- MOREIRA, João M. – SILVA, Mariade de Fátima – MOLEIRO, Carla – AGUIAR, Patrícia – ANDREZ, Micael – BERNARDES, Sónia – AFONSO, Helena (2003): Social support as an offshoot of attachment style. *Personality and Individual Differences*, 34: 485–501.
- MOREIRA-ALMEIDA, Alexander – NETO, Francisco L. – KOENIG, Harold G. (2006): Religiousness and mental health: a review. *Bras J Psychiatry*, 28(3): 242–250.
- MUELLER, Paul S. – PLEVAK, David J. – RUMMANS, Teresa A. (2001): Religious involvement, spirituality, and medicine: Implications for clinical practice. *Mayo Clin Proc*, 76(12): 1225–1235.
- NAGY B. Magda (2009): A spiritualitás szerepe a krónikus betegségekkel való megküzdésben. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 10(1): 21–46.
- NAVATYIL Zoltán (2011): Az asszisztált reprodukciós eljárások főbb fajtái és történeti kialakulásuk az etikai-jogi reakciók tükrében. *Iustum Aequum Salutare*, 7(1): 109–121.
- NELSON, Christian J. – SHINDEL, Alan W. – NAUGHTON, Cathy K. – OHEBSHALOM, Michael – MULHALL, John P. (2008): Prevalence and predictors of sexual problems, relationship stress, and depression in female partners of infertile couples. *J Sex Med*, 5(8): 1907–1914.
- NEWTON, Christopher R. – SHERRARD, Wendy – GLAVAC, Irene (1999): The Fertility Problem Inventory: Measuring perceived infertility-related stress. *Fertil Steril*, 72(1): 54–62.
- NICOLORO-SANTABARABARA, Jennifer – BUSO, Cheyanne – MOYER, Anne – LOBEL, Marci (2018): Just relax and you'll get pregnant? Meta-analysis examining women's emotional distress and the outcome of assisted reproductive technology. *Soc Sci Med*, 213: 54–62.
- PÁPAY Nikolett (2012): A termékenységi problémák egészségpszichológiája. In: *Az egészségpszichológia elmélete és alkalmazása II. Klinikai egészségpszichológia*. Szerk. Urbán Róbert, Demetrovics Zsolt, Rigó Adrién és Oláh Attila. ELTE Eötvös Kiadó, Budapest. 83–119. <https://www.eltereader.hu/media/2020/12/Egeszsegszichologia-II-1.pdf> (Utolsó megtekintés: 2021. 01. 23.)

- PÁPAY Nikolett – RIGÓ Adrien – NAGYBÁNYAI NAGY Olivér – SOLTÉSZ Adrienn (2014): A gyermekvállalási attitűdök alakulásának pszichoszociális meghatározói. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 15(1): 1–30.
- PARK, Crystal L. (2007): Religiousness/spirituality and health: A meaning systems perspective. *J Behav Med*, 30: 319–328.
- PAUL, Marilyn S. – BERGER, Roni – BERLOW, Nancy – ROVNER-FERGUSON, Harriette – FIGLERSKI, Lesli – GARDNER, Susan – MALAVE, Anne F. (2010): Posttraumatic growth and social support in individuals with infertility. *Human Reproduction*, 25(1): 133–141.
- PUREWAL, Satvinder – CHAPMAN, Sarah C. E. – van der AKKER, Olga B. A. (2018): Depression and state-anxiety scores during assisted reproductive treatment are associated with outcome: A meta-analysis. *Reprod Biomed Online*, 36(6): 646–657.
- RABE, Thomas – GÖR, Ufuk B. – URBANCSEK, János – RUNNEBAUM, Benno C. (1997): Assisted Reproduction. In: *Gynecological Endocrinology and Reproductive Medicine*. Szerk. Benno C. Runnebaum és Thomas Rabe. Springer-Verlag, New York. 297–342.
- REIS, Salomé – XAVIER, Maria R. – COELHO, Rui – MONTENEGRO, Nuno (2013): Psychological impact of single and multiple courses of assisted reproductive treatments in couples: A comparative study. *Eur J Obstet Gyn R B*, 171(1): 61–66.
- ROUDSARI, Robab L. – ALLAN, Helen T. – SMITH, Pam A. (2007): Looking at infertility through the lens of religion and spirituality: A review of the literature. *Human Fertility*, 10: 141–149.
- SCHMIDT, Lone – HOLSTEIN, Bjørn – CHRISTENSEN, Ulla – BOIVIN, Jacky (2005): Does infertility cause marital benefit? An epidemiological study of 2250 women and men in fertility treatment. *Patient Educ Couns*, 59: 244–251.
- SEWPAUL, Vishanthie (1999): Culture, religion and infertility. *British Journal of Sociology*, 29: 741–754.
- SPIELBERGER, Charles D. – GORSUCH, Richard – LUSHENE, Robert E. (1970): *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press, Palo Alto.
- SZENDI Gábor (2007): A női funkcionális meddőség evolúciós értelmezése. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 8(1): 5–48.
- SZIGETI, Judit F. – GREVENSTEIN, Dennis – WISCHMANN, Tewes – LAKATOS, Enikő – BALOG, Piroška – SEXTY, Réka (2020): Quality of life and related constructs in a group of infertile Hungarian women: A validation study of the FertiQoL. *Hum Fertil*, 27: 1–14.
- SZIGETI F. Judit – KONKOLY THEGE Barna (2012): A meddőség pszichológiai aspektusai: szakirodalmi áttekintés. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(3): 561–580.
- SZNSZK (Szülészeti és Nőgyógyászati Szakmai Kollégium) (2010): Az Egészségügyi Minisztérium szakmai protokollja a meddőségi ellátásról és az asszisztált reprodukcióról. (1.

- módosított változat.) *Hivatalos Értesítő*, 30: 6467–6478. <http://www.kozlonyok.hu/kozlonyok/Kozlonyok/12/PDF/2010/30.pdf> (Utolsó megtekintés: 2020. 12. 10.)
- TANYI, Ruth A. (2002): Towards clarification of the meaning of spirituality. *Journal of Advanced Nursing*, 39: 500–509.
- TEDESCHI, Richard G. – PARK, Chrystal L. – CALHOUN, Lawrence G. (1998, szerk.): *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis*. Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah.
- TÖRÖK Péter – MAJOR Tamás (2013): Új lehetőségek a női meddőség ambuláns kivizsgálásában. *Orvosi Hetilap*, 154(33): 1287–1290.
- VERHAAK, Christianne M. – SMEENK, Jesper M. J. – EVERS, Andrea W. M. – MINNEN van, Agnes – KREMER, Jan A. M. – KRAAIMAAT, Floris W. (2005a): Predicting Emotional Response to Unsuccessful Fertility Treatment: A Prospective Study. *J Behav Med*, 28(2): 181–190.
- VERHAAK, Christianne M. – SMEENK, Jesper M. J. – KREMER, Jan A. M. – KRAAIMAAT, Floris W. (2005b): A longitudinal, prospective study on emotional adjustment before, during and after consecutive fertility treatment cycles. *Hum Reprod*, 20(8): 2253–60.
- ZEGERS-HOCHSCHILD, Fernando – ADAMSON, David G. – de MOUZON, Jacques – OSAMU, Ishihara – MANSOUR, Ragaa – NYGREN, Karl G. – SULLIVAN, Elizabeth A. – van der POEL, Sheryl (2009): International Committee for Monitoring Assisted Reproductive Technology (ICMART) and the World Health Organization (WHO) revised glossary of ART terminology. *Fertil Steril*, 92(5): 1520–1524.

Értékek és szerepek a keresztény családban

UZSALYNÉ PÉCSI RITA

„A család az élet szentélye”

(Szent II. János Pál pápa)

A család mint alapérték

Minden ember valamilyen módon családból származik, mégha úgy is alakult az élete, hogy nem családban nevelődött, vagy nem a származási családjában vált felnőtté. Ezért minden ember identitásának legmeghatározóbb tényezője a család, sok esetben a hiányból eredő sérüléssel együtt. De nemcsak egyéni életünk, hanem társas valónk, sőt a Természetfölöttivel való kapcsolatunk első bölcsője is a család. „A család az Egyház és a társadalom alapsejtje. Az emberi nem jövője ma a családtól függ.” (II. JÁNOS PÁL pápa, 2002: IV. 86.) *A család az élet szentélye* – megrendítő belegondolni, hány embernek kellett szeretnie egymást ahhoz, hogy az én életem megfogadjon

Az élet legelső törvényét, a befogadást, az együttműködést sejtszinten hordozzuk, és amint a későbbiekben látni fogjuk, ez a személyiség fejlődését is nagymértékben befolyásolja. Apánk 23 és édesanyánk 23 kromoszómája együttesen hozták létre az emberi életünk legelső sejtjét. A fogantatás tehát együttműködés, egymásra találás, a női petesejt „Juno” és a hímvarsejt „Izumo” fehérjesejtjeinek egymáshoz illeszkedése, megnyílás és befogadás (Gavin Wright – Oxford – sejtbiológus felfedezése nyomán) – és nem verseny, behatolás ahogyan ezt sokáig gondoltuk.¹ (HORVÁTH, 2021.) További döntő, biológiai tényből származó és egész további életünket meghatározó axióma, hogy már ebben a pillanatban eldől, hogy milyen biológiai nemüként jövünk majd a világra. A sejtosztódás során ezután minden következő sejt megkapja az eredetinek a tökéletes mását. Így nem csupán nemi szerveink, és nem is csak a hormonjaink és az agyunk,

¹ <https://dev.biologists.org/content/141/19/3732> (Utolsó megtekintés: 2021. 04. 11.)

hanem testünk minden sejtje hordozza ezt az alapprogramot. Jóllehet a szocializáció rendkívül erős hatással van később a személyiség fejlődésére, és az ember szabadságában áll akár mindezt negligálni és a természetnek ilyen sejtszintű törvényével szembehelyezkedni, az mindenkor kockázatos és sok mellékhatással, számos kétes kimenetelű következménnyel jár.

A születéssel pedig folytatódik az élet kiáradása. Amint láthattuk, a beágyazódás magzatkorunktól kezdődően az élet megmaradásának törvénye, a további fejlődés záloga. A születés után is ez a törvényszerűség szolgálja a kibontakozást legjobban. A gyermeknek nemcsak fizikai léte ágyazódik immár mélyen a családba, hanem „lelkünkéből lelkedzenek” – ahogyan Arany János fogalmaz. Csak ebben az elrejtettségben erősödhet meg annyira a személyiség, hogy felnőtté válva képes legyen a legnagyobb erőt igénylő lépésre, kilépni önmagából és a „te” felé fordulni. Ez a mai tömegtársadalomban különösen is aktuálissá vált szükséglet, ugyanis a szeretetkapcsolat létesítésének képessége a feldolgozhatatlan mennyiségű „kvázikapcsolattal” túl van terhelve, így paradox módon alulfejlett lesz. A tömegben visszafejlődik az ember szeretetre való képessége, mint egy olyan izomzat, amit nem használunk. (BELLER, 2018.) Olyan embert kell nevelni, aki elég erős ahhoz, hogy élni tudjon a szuggesztív tömegtársadalomban. Aki tud személyesen szeretni, annak ellenére, hogy ezekkel van kapcsolatban.

A szeretetre való képességet kell visszaadni az embereknek. Ez csak úgy lehetséges, ha felkínálnak egy olyan teret az embernek, ahol szeretet uralkodik. Vagy még pontosabban olyan teret kapnak az emberek, ahol fogantatásuk pillanatától szeretik őket, és ők is szorongások nélkül szerethetnek. (BELLER, 2018.) Az ember szabad szellemi lény, rendelkezhet saját maga fölött. És ennek van egy belső iránya. Ez az irányultság az érett személyiségben a „te”-re vonatkozik. Aki ezt nem kapja meg és nem tanulja meg a családban, ezután házról házra jár, infantilis marad, és pótmegoldásokban keresi a szeretetet. Napjaink családjában kevés az emberi élet-kapcsolat – pedig az embernek emberre és nem tárgyakra van szüksége. Ennek híján ún. kötődési úr támad, ami a személyiség többoldalú torzulásához vezet. (BELLER, 2018.)

Az ember társas lény, azaz nem elég önmagának, ezért a kibontakozása is társas mezőben válik teljessé, így a boldogulásának útjai sem az „önmegvalósítás” technikái nyomán rajzolódnak ki, hanem az átadás, az önfelülmúlás, az önelajándékozás fényében. „Hiába fürösztyöd önmagadban, / Csak másban moshatod meg arcodat.” (József Attila)

Ez korunkban valóságos árral szemben úszást jelent, hiszen – itt most fel nem sorolható összhatás eredményeként – rendkívül erősen terjed az „én+én+én járvány” (McCREADY, 2016). Az ember „csak akkor találhat teljesen önmagára, ha őszintén elajándékozza magát”, és ez természete szerint azt igényli, hogy maradandó és visszavonhatatlan legyen. Ebben a „mi”-ben egy új emberi „te” születik meg. (II. Vatikáni Zsinat, 2007: *Gaudium et spes*, 24.) Ennek az érési folyamatnak a legtermészetesebb, egyben legtáplálóbb közege a család. Az életnek ebben a műhelyében igen sokrétű formáló erőnek kell egymással összhangban működnie. Nagy szerepe van benne az anyának, az apának, a testvéreknek, a nagyszülőknek és a nagycsalád többi tagjának is, idővel pedig „a gyermek felneveléséhez az egész falu kell” – tartja a keleti közmondás.

Az értékközpontú családpedagógia ezt a folyamatot gondolja, kíséri, támogatja. Miért van erre szükség? Mert korunkban egyre erőteljesebben erodálódik a család eszménye. A kifejezetten családzúzó törekvések a személyek civilizációját folyamatosan átírják a dolgok, a termelés és az élvezet civilizációjává. A család funkcióit már-már gazdasági ellátórendszerre degradáltuk, kikezdte azt a fogyasztói, utilitarista és egocentrikus közgondolkodás, és leválasztottuk az istenkapcsolatról, az isteni rendeltetéséről is, a család Teremtőjét pedig a „sekrestyébe” küldtük. Tetézi ezt a folyamatot, hogy a kezdetben még csak a nők egyenjogúságáért, egyenlő esélyeiért küzdő, valamint a korunkban tapasztalható új férfi-női szerepvállalás kutatását célzó gendermozgalom megtámadta a család alapjait jelentő férfi-nő polaritás életet nemző szeretetszövetségének létjogosultságát is. (KUBY, 2008.) Mindezek következtében a család formációja, intézményrendszere és funkciója talán eddig soha nem tapasztalt krízisbe került, és a családalapítás előtt állókat csakúgy, mint a benne élőket komoly válságba sodorta. Napjainkban ez a feszültség különösen megfigyelhető a klasszikus és a genderideológia alapján értelmezett családfogalomban.

Érthető, hogy mindenki elementáris vágyat érez arra, hogy a klasszikusnak nevezhető családi kötelékek megtartó és megerősítő szövetékében éljen. Ez azonban rendkívül törekény és számtalan biológiai, szellemi és spirituális hatástól függő rendszer, így érthető az is, hogy igen sérülékeny, és mivel esendő emberek alkotják, tökéletes sohasem lehet. Mégis van értelme az eszménykép felmutatásának, hiszen az ember teleologikus, azaz célirányult lény, így képes arra, hogy közös erőfeszítések árán megközelítse ezt az ideált, valamint a pillanatnyi helyzetét ehhez mértén tudja megítélni.

„Árnyék mögött fény ragyog, / Nagyobb mögött még nagyobb, / S amire nézek, az vagyok” – írja Gyökössy Endre. „Az igazság szabaddá tesz” – olvassuk a Bibliában (Jn 8,32).

Van tehát „klasszikus” – azaz egyetemes értékeket felmutató család? A válaszunk egyértelmű igen. Ilyen a biológiai és szellemi alapok harmonikus egymásra épüléséből kibontakozó formáció: férfi és nő kölcsönös és növekedésre képes szeretetszövetsége, amely új élet forrásává lesz. Apa, anya, gyerekek. A család csak ebben a formájában képes felmutatni mindazt az egyetemes igazságot, amely a legteljesebben hordozza a biológiai, szellemi és lelki életet. Ez a mérce.

Ennek a beágyazódásnak a vágyát hordozzuk letagadhatatlanul a sejtjeinkben és a szívünkben. Minden, ami az élet kiszámíthatatlan sodrásában ettől eltérően alakul, pl. az egyszülős vagy mozaikcsalád, az lehet „családias” kötelékekben élő közösség, de nem klasszikus értelemben vett család. „Családias”, ami arra törekszik, hogy minél jobban megközelítse a klasszikus mércét. Mint ahogyan egy szerzetesközösség, vagy egy vagyongyűjtőközösségben élő lakóközösség, vagy Maugli és a farkasok, vagy egy team, vagy egy zenekar sem az. Ennek természetesen semmi köze nincs az elfogadáshoz, sem ahhoz, hogy bizonyos értelemben jól érezheti-e magát benne valaki. (SZILVAY, 2020.)

A hiány jelen van valamilyen formában, és ezzel számolnunk kell. „Valaminek a jelen lévő, érzékelhető részlete, sejtethetősége nyilvánvalóvá teszi a teljesség, az egész hiányát. A hiány megélése pedig a gyógyulás / fejlődés kezdete. Mindazonáltal, hogy vannak betölthető és betölthetetlen hiányok.” (KAPOSI, 1963: 12.) Gondoljunk csak a meghalt szülők gyermekeire, akik mindannyiszor átélik, hogy kíváncsi ugyan, hogy egy új „apukám vagy anyukám” legyen, egy személy azonban bizonyos értelemben helyettesíthető, de teljes mértékben soha nem pótolható. (KAPOSI, 1963; BARCSI, 2020.)

Sajnos minden válás is természetszerűen komoly sérülést eredményez a gyermekben, akinek „élő szülők árvájaként” kell újra magára találnia. Így van ez még akkor is, ha komoly okok miatt érthetőnek és célszerűnek látszik a házasság felbontása, és kultúrálisan történik a család szétválása. Fontos, és egyben a gyógyulás feltétele, hogy a hiányt ne letagadjuk, hanem tudatosan keressük meg az elég jó, tehát az eszményünkhöz leginkább közel álló megoldást. „Kösd a szekeredet egy csillaghoz” (R. W. Emerson).

Értékközpontúság a családban

Az *érték* ebben a folyamatban: mindaz, ami az élet keletkezésének körülményeiről – egyéni kapcsolati, fizikai, lelki és spirituális dimenzióját egyaránt tekintve – felelősségteljesen gondoskodik, ami az élet növekedését, ápolását szolgálja – az apraját-nagyját beleértve, nemzedéktől nemzedékig. A klasszikus családpedagógiának tehát meghatározó szegmensei a következők: a párkapcsolati képesség, az elköteleződés gondozása, a férfi-női lét megélése és kibontakoztatása az apává-anyává válás során, a szülői felelősségvállalás, a családban betöltött szerepek, a kommunikáció, az önnevelésre épülő gyermeknevelés megannyi részterülete, a családi ciklusok normatív kríziseire való felkészítés, a generációk együttműködése, a nagycsalád dinamikája, a társadalmi közeg felé nyitó befogadó-szolgáló családi attitűd, és a természetes kapcsolati létre épülő természetfölötti, a spirituális életre való készség művelése. (NEMES, 2001.)

Mindez olyan organikus egységet képez, hogy nehéz belőle kiragadni egy-egy területet úgy, hogy ne kellene legalább érintőlegesen foglalkoznunk a többivel is (UZSALYNÉ PÉCSI, 2011). Valóban olyan eleven ez a rendszer, mint egy élőlény, mint pl. egy fa. Ahhoz, hogy a rendelt időben gyümölcsöt teremjen, igen sok feltételnek kell teljesülnie. A talaj minőségétől a légköri sajátosságokon át a kórokozókkal szemben tanúsított küzdelmekig. És ha a gyökér sérül, beteg lesz a fa, ha a kérgét megrágnák a vadak, nem jut táplálékhoz a levélzet, ha a vihar megtépázza, idő előtt lehullanak a még éretlen gyümölcsök stb. A termékeny, gyümölcsöző életre nevelés legalkalmasabb színtere a jól működő családi organizmus. Ebben minden családtagnak megvan a sajátos eredeti szerepe, és ha ezt kibonthatja, azáltal nemcsak ő lesz eleven, hanem a többieket is az ő saját egyéni kibontakozásukhoz segítheti.

„A család felelőssége óriási, ugyanakkor lehetőségei is rendkívüliek: a jellem alapvonásai, az érzelmi-akaratú élet fontos jegyei, a külvilághoz való viszonyulás stílusa ugyanis a kisgyermekkorban alakulnak ki, és így ennek az életszakasznak a jelentősége, hatása az ember későbbi életére felmérhetetlen.” (RANSCHBURG, 1995: 140.) Természetesen a gyermekkor további életszakaszaiban ugyanilyen erőteljes formálóerővel bír a család, majd a serdülőkorban is elmondhatjuk, hogy a személyiség újjászületésének hatalmas és meglehetősen hosszú kríziseit legbiztonságosabban az addig kialakult erős és egészséges családi kötelékek képesek úgy átívni, hogy az ifjúkor átmeneti időszakának lezártaival

megszülessen a szülők és a teremő Isten felelős társává vált felnőtt ember. Időközben a szülőknek meg kell tanulniuk „nyitott tenyérrel szeretni” (Rogers), és a „menedzseri” szerepkörből tanácsadóvá válni.

Mindeközben a családi élet több ciklusváltását is át kellett élniük, nem feledve, hogy az egyéni életciklusok változása is megannyi feszültséggel, minden esetben külső vagy belső krízissel is jár. Ezúttal természetesen nem fejthetjük ki a krízisek megoldási útvonalainak lehetőségeit, csak utalunk arra, hogy milyen óriási szükség van a házaspár stabil, értő és elfogadó felnőtt szövetségére és a szentségi házasságban jelen lévő isteni támaszra ebben az összetett, számos váratlan kihívást jelentő életfolyamatban. (UZSALYNÉ PÉCSI, 2010.)

A szövetségi lét mint a párkapcsolat és a család alapja

Előjáróban vázoljuk fel, mit is jelent a szövetségi igényű párkapcsolat – hiszen ez feltétele lesz a családtagok harmonikus fejlődésének, és immanens feladata a szülőpárnak, hogy a nevelés során a gyermekek érzelmi intelligenciája, ezen belül a társas intelligenciája és kötődésképesége olyan szintre jusson, hogy maguk is képesek legyenek az ilyen minőséget hordozó társ kapcsolatra. A gondolatmenet alapját Josef Kentenich organikus pedagógiai rendszerének egy jelentős területe adja, amelyben összegzi azokat az együttthatókat, amelyek képessé tehetik az embert, hogy természetes és természetfölötti szövetségekben éljen.

A házastársi szövetség a „személyek közössége, *communio personarum*” – amelyben a személyek „kölcönösen ajándékozzák és megkapják egymást” (II. JÁNOS PÁL pápa, 1994b: 30). Egy gazdag, dinamikus, személyes, *állandó* és *kölcsönös* dialógus. Az állandóság és a kölcsönösség egyformán fontos eleme ennek a kapcsolatnak. Semmiképpen sem reked meg a jogszerű szerződésizű társuláznál, amikor a jogokat és köteleességeket kimérjük, és jó előre számbavesszük. Nem csupán feladatsszövetség, pláne nem érdekszövetség. „Az adományok, a feladatok és a szív cseréje” (Kentenich, idézi UZSALYNÉ PÉCSI, 2016) – azaz a szó gazdag emberi és szakmai értelmében is *szeretetszövetség*ről, a szeretés és kötődésképeség tanulható és mégis kiszámíthatatlan kalandjáról beszélünk. A biztosságot jelentő hosszú távú elköteleződés hozza létre az *állandóság* feltételeit, tehát azt, hogy a társam számára minden helyzetben, minden életkorban, nehézségben

és örömben JELEN akarok lenni. A *kölcsönösség* pedig garantálja, hogy nem csupán egy jótékonyági / nevelői szándékú, karitatív akcióról van szó – addig, amíg így látjuk eredményesnek, netalán kényelmesnek –, hanem véglegesnek szánt, „holtomiglan-holtodiglan” tartó kölcsönös elfogadásról és odaadásról, a konfliktusokban is fenntartott párbeszédről. Ez szavatolja a két – állandó változásban lévő – személyiség számára azt a légkört, amiben a felek nem csupán használják, hanem szolgálják is a kapcsolatot. J. Kentenich az ilyen szövetségi létet öt karakterisztikus fogalom párral jellemzi, amelyek szintén organikusan egymásba fonódva, a mindenkori élethelyzetnek megfelelően, sőt mindenkor a szövetséget alkotó személyek egyénisége által is alakítva érvényesülnek. A felsorolás tehát nem hierarchikus egymásutániságot, hanem egy egység különböző oldalainak megvilágítását jelenti. (HUG, 1987.)

Állandó és kölcsönös kiegészítés és egység

Gondolhatunk az egymástól eltérő temperamentumunkra vagy az erőnk, a tudásunk, az adottságaink, testi, szellemi, lelki képességeink, lehetőségeink kiegészülésére a társunk sajátos, eredeti, a miénktől mindenképpen eltérő tulajdonságaival. De kiegészítik egymást, és a közös életünk során egygyé csiszolódnak a szokásaink, a tapasztalataink, az érdeklődésünk, a vágyaink is.

Ám természetesen idetartoznak a biológiai adottságainkból következő kiegészítésre vágyó / szoruló tulajdonságaink. Legjellemzőbben például férfi-női mivoltunk, ami tagadhatatlanul jelen van az életünk minden mozzanatában, és egyszerre jelent elfogadásra váró korlátokat és ajándékká váló lehetőségeket is. Az ember legősibb vágya egy másik személlyel való ilyen tökéletes egyesülés, amelyben a két fél egy szétválaszthatatlan egységet alkothat úgy, hogy közben megtartja saját önállóságát. (FROMM, 1984.) Ezt élhetjük át a nemi egyesülésben, amely a szexualitás minden dimenziójának – szellemi-lelki-testi-spirituális – kifejezője és jele. Valóságos „ex-tázis”, tehát kilépés önmagamból. „Semmi sem hasonlít jobban Istenre, mint a házaspár, mégpedig a nemi egyesülés pillanatában.” (Kentenich, idézi BELLER, 2011: 17.) A férfi és női biológiai testi adottságok is ezt a „nászra hivatottságot” hordozzák. A szexuális intimitás ezért szentségi jelkép (Bernardin érsek, in ROUSSEAU és mtsai, 1995), és ebből az aspektusból érthető, hogy a házasság, a nemiségből adódó szex szent, tehát az életszentségnek nem akadály, hanem forrása! Sajnos ez a tézis sokáig nem volt az egyház örömhírhirdetésének része, sőt sokkal inkább kapcsolódott a témához a bűn, a szégyen, a baj, semmint a kiteljesedés, a boldog kiegészülés vagy az ember istenképmás mivoltának teremtető erővel is felruházott átélése.

Nyilván nagyon sokat rontott ezen a helyzeten az, hogy természetesség címén abnormalis mértékben szexualizált világban élünk, aminek következtében eljuthatunk oda, hogy az ezen felnövő generáció több tagjának a szex nem több hormonális és technikai kérdésnél, ami kizárólag az egyén saját vágyainak kielését szolgálja. Müller Péter találó írói megfogalmazása szerint az ilyen ember olyan, mint az „a hegedűs, aki már csak annyit tud a zenéről, hogy a lószőrvonót a bélhúrokon húzogatni kell” (MÜLLER, 2011).

Ahhoz, hogy felnőttként a szövetségi lét természetünkbe ágyazott, intenzív, szenvedélyes kiegészítés és egység élményét átélhessük, komoly nevelői tevékenységre, az érzelmi azonosulás alapjául szolgáló sok jó mintára van szükség. Ez is az értékorientált családpedagógia része.

Állandó és kölcsönös képviselő és fölcserélhetőség

Teljes értékűen képesek vagyunk egymás érdekeit képviselni. Számíthatunk egymásra – akkor is, amikor ez nem jelent dicsőséget. Tudunk egymás szemével látni, egymás ízlése szerint gondolkozni, belemegyünk egymás (kimondatlan) kívánságaiba, szükség szerint a szerepcserébe, feladatátvállalásba.

Állandó és kölcsönös terhelhetőség és igénybevehetőség

A szeretet mértéke jelzi a terhelhetőség mértékét. Ha a mérce a jog vagy a kötelesség, akkor gyorsan kimerül a tartalék, és a legváratlanabb, gyakran a legkritikusabb időszakban „telik be a pohár”. Az állandó és kölcsönös dialógus itt is érvényes. Rendelkezésre állok – nagylelkűen, nem méricksélve az időt, az erőt. Hasonló ez pl. az anyai szeretethez, aki gyermeke betegsége esetén a legtermészetesebb módon viraszt át vele akárhány éjszakát, sámlin, ágy szélén, bárhol. Nem merül fel, hogy lejárt a munkaidő, hogy nekem is jár egy kis pihenés, jogom van az éjszakához legalább...

A biztonságot a két felnőtt, érett ember egymásrahangeltsége adja. A határokat egymásnak is segítjük meghúzni, de ha szükséges, a – kölcsönösen vallott – mérce ez: „életét adja barátaiért”. Az élet azonban éppen azt igazolja, hogy nem meghalni nehéz egymásért, hanem élni. A kezdetben szimpatikus eredetiségét évtizedek múlva is értéknek látni, de legalábbis elfogadni.

Állandó és kölcsönös kiszolgáltatottság és függés

Ha két ember vállalja a folytonos odaadottságot, befogadást, kiegészülést és kiegészítést, ha képessé válnak arra, hogy egymást képviseljék, ha kölcsönösen felkínálják társuknak a terhelhetőséget, az igénybevehetőséget, ez óhatatlanul egy nagyfokú kiszolgáltatottsággal és egy jó értelemben vett, de nem könnyű, egymástól való függéssel jár.

A mai ember talán ettől fél a legjobban, pedig minden mélyülésre vágyó kapcsolatban jelen van ez a kiszolgáltatottság. A szeretet közelséggel, a közelség pedig sérülékenységgel is jár. Ez csak úgy lehet épülésünkre, ha önkéntes függésről, állandó és kölcsönös egymásnakadottságról van szó.

– „Tied vagyok, rabod vagyok, megkötözött foglyod vagyok, *Édesem!*” (Népdal)

– „Semmi sem szabadabb, mint amit a szeretet köt össze, semmi sem rendezettebb, mint amit a szeretet rendez el.” (LUBICH, 1972: 147.)

– „Ha szeretsz, sebezhető vagy. Szeress bármit, és biztosra veheted, hogy megszakad a szíved, de legalábbis sebet kap. Ha érintetlenül meg akarod őrizni, ne add senkinek, még egy állatnak se! Óvatosan bugyoláld be mindenféle kis hóbertba és kedvtelésbe, gondosan kerülj minden kötődést; zárd be jól önzésed ládikójába! De ott a koporsóban – ott a biztonságos, sötét, fülledt éjszakában elváltozik majd. Nem törik össze, törhetetlen, áthatolhatatlan, megválthatatlan szív lesz belőle.” (LEWIS, 1995: 158.)

Állandó és kölcsönös megpróbáltatás és szeretettanúság

Az élet folytonos változás. Az élő kapcsolat különösen is, hiszen egyszerre van kitéve a körülmények változásának és a másik ember változásának is. Ez újra és újra fizikai, szellemi, lelki megpróbáltatásokat okoz, olykor olyanokat is, amelyekre nincs válaszuk. „Igazán attól fáj az ütés, kitől simogatást várnál, de nem adhatod vissza, mert rögtön belehálnál.” (Radnótinak tulajdonított, ismeretlen eredetű mondás.)

A konfliktus a kapcsolat elevenségét jelzi. Ahol nincs, ott el kell gondolkozni azon, vajon van-e egyáltalán kapcsolat még? Hosszú tanulási folyamat, amíg megtanuljuk, hogy hogyan lehet ezeket a fájdalmakat kezelni, és hogy vannak olyanok, ahol – legalábbis egyelőre – csak az elfogadás útján találhatjuk meg ismét egymást. A konkrét feszültséget okozó tényeken és az egyéni temperamentumunkon túl jó, ha ezen a területen is figyelembe vesszük, hogy általában másképpen reagál a stresszhelyzetre a női és másképpen a férfi agy. A férfiak megoldást keresnek, személyes felszólításnak

érzik a problémát, ezért szó szerint elindulnak, és gondolkodni szeretnének a megoldáson. Nem szívesen kérnek tanácsot sem. A női agyban ezzel szemben stresszhelyzet esetén aktivizálódik a beszédközpont, tehát ő pontosan az ellenkező stratégiát választaná: maradunk itt, beszéljük meg, vagy legalább gondolkozzunk hangosan a kérdésről. Az eredmény: nem elég, hogy baj van, a társam még érthetetlenül is viselkedik... Ez pedig csak a jéghegy csúcsa ebben a helyzetben.

Közele kötıdéseinkben mindig szem elıtt kell tartanunk azt az iránytűt, amely azt mutatja, hogy a kapcsolat mindig fontosabb az igazamnál. Ilyenkor ki kell tudni mondani: „Nem értelek, de szeretlek. Nem értelek, de a Tiéd vagyok. Fáj, ahogy viselkedsz, de Veled vagyok.”

Böjte Csaba gyakori tanácsában humorral hidalja át ezt a problémát: „Barátom, el kell fogadni, hogy vannak esetek, amikor a feleséged és az igazság egyszerre nem lehet a tiéd...”

A szövetségben élı pár mint szülı – apává, anyává válni

„Szállj hát velem / egy rezdüléső szárnycsapással, / Hullongó tollak voltunk egyedül, / – szárnyak lettünk egymással.” (Váci Mihály: *Két szárny*)

A fentiekben körvonalmazott szövetségi lét megteremti azt a légkört, amiben a személyiség harmonikusan fejlődhet. „Ebből a magányt gyógyító találkozásból ered az életfakasztás és a család.” (FERENC pápa, 2016: 13.) „Bonum est diffusivum sui.” A jó természete szerint kiáradó. (Szt. Tamás: *Summa Theologiae* 1,5,4, ad 2.) Ez a kapcsolat lesz a világon a legalkalmasabb a TEREMTÉS-re amiben hasonlókká válunk Istenhez. Új élet – gyermek – születhet kettőnk rejtekéből. Ez már *szövetségi gyümölcs, ami mindenkor több, mint „az egy meg egy az kettő”*. Szinergia. „Az emberi anyaság és atyaság – lényegileg és kizárólagosan hordozza az isten hasonlóságot, s erre alapul a család, az emberi élet közössége, a szeretetben egyesült személyek közössége.” (II. JÁNOS PÁL pápa, 1994b: 6.) Mindketten, a férfi és a nő, az apa és az anya „a teremtı Isten szeretetének munkatársai, mintegy tolmácsai”. (II. Vatikáni Zsinat [2007]: *Gaudium et spes*, 50.) Az Úr anyai és atyai arcát mutatják meg gyermekeiknek. Emellett együtt tanítják meg a kölcsönösség, a különbözőségek találkozásának értékét, melybe mindenki beleviszi a maga identitását,

és el tudja fogadni a másikat. Ha valami elkerülhetetlen oknál fogva egyikük hiányzik, keresni kell valamilyen módon a pótlását, hogy a gyermek megfelelő érlelődését elősegítsék. (FERENC pápa, 2016.)

Fontos tehát az egészséges fejlődés szempontjából, hogy mindkét minőségű szeretettel élő kapcsolat alakuljon ki. Másképpen szeret az anya, és másképpen az apa. Más a szerepe a családban, ami nem azonos a feladatvállalásban napi gyakorlatként megjelenő szövetségi felcserélhetőséggel. Természetesen megoszlanak a családi élet feladatai, bármelyikünk mosogathat és porszívózhat, és adott esetben anyukánk is visszateheti a bicikli láncát, ha leesett.

Amint azt a korábbiakban láthattuk, a női-férfi mivoltunkat minden sejtünkben hordozzuk, az lesz tehát a lényeges, hogy az ebből következő „magfunkciókat” (Jung) megőrizzük, és az előző egyszerű példánál maradva, az apa férfiként legyen jelen a családban akkor is, amikor mosogat, és az anya is nőiségének megtartásával szerelje meg a biciklit. Érdemes tehát röviden áttekinteni, mit jelent az anyai, és mit az apai jelenlét a családban – természetesen most is az ún. klasszikus eszmény felvázolásának igényével, és annak tudatában, hogy nincs két egyforma személyiség, nincs két egyforma pár, nincs két egyforma család. A teremtés e tekintetben is rendkívül gazdagon „pazarol”, mindannyian kialakíthatjuk azt, a csak ránk illő közösségi eszményt, ami sajátos módon tükrözi Isten arcát a mi családukban.

Az említett jungi magfunkciók jó iránymutatást adhatnak a két nem által – testi-lelki-szellemi értelemben egyaránt – képviselt sajátosságok feltérképezéséhez. A női kvalitások közé tartozik a befogadás, hordozás, teherviselés, vonzás, megtermékenyülés, kibontakoztatás, érlelés, a „falakon belüli” otthonteremtés, az élet világra hozása önmagá odaadásával. A férfi lét domináns képességei: felkutatás, meghódítás, újrakezdés és befejezés, termékenyítés / önmagát beleadva, elengedés, vetélkedés, győzelem, otthon védelme. (UZSALYNÉ PÉCSI, 2012.)

Amint a férfi-nő szövetség inkább egy kettős középponttal rendelkező ellipszishez hasonlít jobban, mint pl. az egy középpontú köralakhoz (Kentenich), úgy a család, mint csoport is kettős vezetésű közösség, amelyben az apa az ún. demonstratív vezető, aki kifelé képviseli a családot, és gondoskodik a gyermekek kilépéséről is, az anya pedig a belső életet szervezi, gondozza elsősorban (FODOR, 1992). Ezzel együtt mindketten egyazon „Szeretet tolmácsai. [...] Minden gyermeknek joga van ahhoz, hogy megkapja

az édesanya és édesapa szeretetét, mindkettőre szüksége van teljes és harmonikus növekedéséhez. [...]mindegyikük a maga módján járul hozzá a gyermek növekedéséhez. Egy gyermek méltóságának tiszteletben tartása azt jelenti: állítjuk, hogy szüksége és természetes joga van ahhoz, hogy anyja és apja legyen. [...] Nemcsak az apa és az anya egymástól független szeretetéről van szó, hanem kettejük egymás közötti szeretetéről is, mint saját létük forrásáról, mint fészekről, mely befogad, és mint a család alapjáról. Máskülönben a gyermek lecsupaszodik egy személyes birtoktárggyá. Mindketten, a férfi és a nő, az anya és az apa a teremtő Isten szeretetének munkatársai, mintegy tolmácsai.” (FERENC pápa, 2016: 5. fejezet 168.)

Több tanulmányt is igényelne az anyai-apai szerepek részletes kibontása, ezúttal mindössze összefoglalhatjuk a személyiség fejlődése szempontjából legmeghatározóbb funkciókat.

Anya

Anyává válni, anyának lenni, természetes hivatás, felemelő küldetés. Anyányi lányainknak ma mégis komoly dilemmát jelent a karrier kihívása és az anyaság közötti választás. Valóban fontos, hogy a nők is kamatoztathassák talentumaikat a társadalom egyéb munkaterületein is, valamint az is, hogy biológiai sajátosságaik miatt ne szenvedjenek hátrányt, ugyanakkor egyénileg és társadalmilag is létfontosságú, hogy ne töröljük el sajátosságaikat.

Szent II. János Pál pápa mintegy himnuszként énekl meg a női lét egyetemes hivatását:

A hála, melyet az Úrnak a nők világban betöltött hivatására és küldetésére vonatkozó tervéért fejezünk ki, egyúttal konkrét és közvetlen hála a nők felé is, minden nő felé azért, amit az emberiség életében képviselnek.

– *Hála neked, nő, aki édesanya vagy, aki egyedülállóan örömteli és fájdalmas tapasztalattal anyaöllé leszel az ember számára; aki a világra jövő gyermek számára Isten mosolyává leszel, aki első lépéseit irányítod, gondját viseled, míg felnő, és olyan pontot jelentesz további életútján, ahová mindig visszatérhet.*

– *Hála neked, nő, aki feleség vagy, aki sorsodat visszavonhatatlanul egy férfiéhez kapcsolod, önmagatok kölcsönös elajándékozásában szolgálva a közösséget és az életet.*

– Hála neked, nő, aki leány és nővér vagy, aki érzékenységeddel, intuitív adottságoddal, önzetlenségeddel, állhatatosságoddal gazdagítod a szűkebb családot, s általa a társadalom egész életét.

– Hála neked, dolgozó nő, aki a szociális, gazdasági, kulturális, művészeti és politikai élet minden területén jelen vagy – azért, hogy nélkülözhetetlen módon hozzájárulsz az értelmet és az érzelmet összekapcsoló kultúra fölépítéséhez, az életnek a „misztériumra” mindig fogékony értelmezéséhez, az emberibb gazdasági és politikai struktúrák létrehozásához.

– Hála neked, nő, aki szerzetesnő vagy, aki Krisztus, a megtestesült Ige édesanyjának, minden nők között a legnagyobbnak példája szerint engedékenyen és hűséggel nyílsz meg az isteni szeretet számára, így segítvén az Egyházat és az egész emberiséget, hogy élete Istennek adott „jegyesi” válasz legyen, mely csodálatos módon fejezi ki azt a közösséget, melyet ő teremtményeivel meg akar valósítani.

– Hála neked, nő, azért, hogy nő vagy! Női mivoltodban gyökerező érzékenységeddel gazdagítod a világ megértését és hozzájárulsz az emberi kapcsolatok teljes igazságához. (II. JÁNOS PÁL pápa, 1995: 2.)

Egy nő számára a legmaradandóbb alkotómunka lehetősége, kihívása tagadhatatlanul az új élet világra hozása és gondozása. Valóban „áldott állapot”, nemcsak a várandósság idején, hiszen gyümölcsei valóban (örök)életre szólók. „Mert a nő nagysága magában foglalja mindazokat a jogokat, amelyek nem csak elengedhetetlen emberi méltóságából, hanem a társadalom számára nélkülözhetetlen női génuszából is fakadnak. Sajátos női képességei – különösen az anyaság – kötelességekkel is járnak, mert női mivoltával különleges küldetés is jár ezen a földön, melyet a társadalomnak óvnia és őriznie kell mindenki javára.” (FERENC pápa, 2016: 191.)

A fenti magasztos eszményt kissé a hétköznapiakra fordítva, idézzünk fel egy kedves kis történetet:

A házasságuk első napján az újdonsült feleség és a férj megbeszélték, hogy senkinek nem nyitnak ajtót. Hamarosan csengettek, a férj szülei jöttek látogatóba. A férfi ki akarta nyitni az ajtót, mivel azonban megállapodtak, nem tette meg, a szülők elmentek. Kicsit később, ugyanazon a napon, a feleség szülei is jöttek. A nő könnyes szemmel suttogtá: én ezt nem tudom megtenni a szüleimmel. És kinyitotta az ajtót. A férj nem szólt semmit. Teltek az évek, négy fiúk született, majd ötödikként egy kislány. Az apa nagy partit rendezett az újszülött kislány örömeire. A feleség megkérdezte: Miért volt ez a nagy ünnepség ennek a babának, mikor az első négyet nem így ünnepeltük meg? A férj csak ennyit válaszolt: Tudod, ő az, aki mindig ki fogja nekünk nyitni az ajtót!

Anyának lenni: *kinyitni az ajtót. Befogadni, elfogadni*. Minden „ilyenségével” együtt. A másik ember eredetiségének ajtót nyitni, és *otthont*, ha kell, *menedéket nyújtani* neki. A ki-teljesedett női lét erre az elrejtettségre hívja meg mindazokat, akik rá vannak bízva. Ha ez egy embernek megadatik, megnyugszik a világa – modern elméleti meghatározással biztonságos kötődés alakul ki – (NEWTON, 2019), ha nem, akkor könnyen „csavargóvá válik”. Ma országszerte csavargók tömegével találkozhatunk, azaz sok olyan emberrel, akiknek szellemileg-lelkileg – és sok esetben fizikailag – sem volt otthona, menedéke, biztonsága, így nem tudott igazán meggyökerezni. Az anya a fenti elfogadás attitűdjével az *életet hordozza*.

Mit is jelent ez? *Szeretlek úgy, ahogy vagy!* – és nem olyanak, amilyenek mások, vagy akár én látni akarlak. A te megismételhetetlen egyediségedet *igenelem*. Csak ebből az elfogadásból következik a változás, a fejlődés. Hasonlít ez a magatartás az anyák ösztönös viselkedéséhez, amikor a kisgyermek elesik és sírva fakad. Látva ezt az anyja először nem azt mondja, hogy *fúj, koszos a kezed-lábad, azonnal indíts kezet mosni!* Nem. Főle hajol, megöleli – talán „gyógypuszt” is ad –, és csak ezután mondja: *na most gyere, kezet mosunk!* És ebből valóban lesz felállás, megtisztulás, és abbamarad a sírás is. (BOULAD, 2009.)

Miután a női agy gondolkodásának középpontjában a személy, és nem elsősorban az ügy áll, ezért ez az egyénire való érzékenység könnyen megerősödik a gyermeke születésével (RANSCHBURG, 1998). Anyámnál átélhetem, hogy szerethető vagyok, tökéletlenségeimmel, furcsaságaimmal együtt. Nem a teljesítményemért, nem azért, mert ide vagy oda beiratkoztam, mert ötöst hoztam, versenyt nyertem, hanem engem, magamat szeret, a létem a korlátaimtól függetlenül is értékes. *Ez az ősbizalom, a kötődésképeség egyik alapja*. Mindannyian erre szomjazunk. Ha ezt nem élheti át egy személy, szívébe fészkel magát a szorongás, a kisebbségi érzés, a bizalmatlanság. Ha pedig megkapja, akkor a mindaddig rejtett erőit is képes mozgósítani. „Minden teknős gazella az anyja szemében” – tartja egy bölcs mondás. Ez a „kinézni belőle” a lélektani szakirodalomban a Pygmalion-hatás valódi mozgatórugója.

Különös megnyilvánulását figyelhetjük meg ennek a teremtető elfogadásnak egy, Edison gyermekkoráról feljegyzett történetben.

*Edisont hazaküldték az iskolából azzal a dokumentummal, amin ez olvasható: ne küldjék többet az iskolába, mert gyermekük képezhetetlen!! Mire édesanyja óriási lélekjelenléttel úgy tett, mintha felolvashá az értesítést, és ezt mondta: Fiam, azt üzenik az iskolából, hogy itthon tanuljunk, mert ügyes vagy.*²

² <https://www.youtube.com/watch?v=Iuh6attl4kg> (Utolsó megtekintés: 2021. 04. 12.)

Ilyen a teremtő, életet előhívni képes anyai szeretet. Nem a rózsaszín szemüveg ez, hanem a benne rejlő érték felfedezése és előhívása. Ma is csaknem ezer találmányát használjuk a *képezhetetlen* Edisonnak!

Ebben, az anya által teremtett otthon légkörében megpihenhetek, önmagam lehetek, de egyben *a biztonságot jelentő korlátokat is itt kell megtanulnom*. Szükség van tehát a határozott vezetésre is, ebben jó támaszunk lesz az apa is. A határokat következetesen és sokszor meg kell tapasztalni ahhoz, hogy végül belsővé váljanak, ehhez azonban a szeretetteljes légkör, az elfogadó anyai jelenlét elengedhetetlen, hiszen korlátokba ütközni, saját hibaival szembesülni senkinek sem kellemes, mégha valóban hasznos is!

Az anyai szerep és feladat tehát olyan, mint a kertész munkája. Néha a körülményt, a földet kell művelni, máskor nyesegetni kell vagy a kártékony rovaroktól megvédeni, a tetvektől megszabadítani, sokszor türelmesen várni – és az igazi kertészek beszélgetnek is a növénnel, ami ma már bizonyítottan jót is tesz a növekedésének. Ezt bibliai szóhasználattal talán úgy fogalmazhatjuk, hogy az anya *táplálja az életet*, de nemcsak *tejjel*, hanem *mézzel* is. Ezáltal élhetővé teszi a nehezét, a kötelességet és ünneppé varázsolja a hétköznapi. „Az anyai szeretet ezen a második lépcsőfokon azt érezteti a gyerekek: jó, hogy megszületett; nemcsak az életben maradás vágyát, hanem az élet szeretetét is elülteti benne. Ugyanennek az eszmének a kifejeződéseként értelmezhetünk egy másik bibliai szimbolizmust is. Az ígért földje (a föld mindig anyaszimbólum) »tejjel-mézzel folyó«. A tej a szeretet első aspektusának, vagyis a törődésnek és az igenlésnek a jelképe. A méz az élet édességét jelképezi, az élet szeretetét és az életben levés boldogságát. A legtöbb anya képes rá, hogy »tejet« adjon, de csak kevesen tudnak »mézet« is adni. Hogy mézet adhasson, ahhoz az anyának nemcsak »jó anyának«, hanem boldog embernek is kell lennie – és ez már keveseknek sikerül. A gyerekekre tett hatást aligha lehet eltúlozni. Az anya életszeretete éppoly ragályos, mint a szorongása. Mindkét magatartás mélyen kihat a gyermek egész személyiségére; könnyű megkülönböztetni egymástól azokat a gyerekeket – és felnőtteket –, akik csak »tejet« kaptak, azoktól, akik »tejet és mézet« kaptak.” (FROMM, 1984: 67.) Játék, gyengédség, derű, humor, kedvesség, művészet, szépség, ének, tánc. Annak a tapasztalatnak az átadása, hogy az élet jó, a Te léted számunkra öröm. Ez a szó szoros értelmében vett *megszemélyesített* szeretet. Érzelmvilágunk kifejlődésének leggazdagabb tápláléka ez, ami nélkül a személyiségünknek nem lesz tartása. Aki pedig a mai tömegnyomásnak ellene akar állni, annak erős személyiségre lesz szüksége. Egy „személyiségecske” ezzel nem birkózik meg.

A biztonságos kötődésben tanuljuk meg elfogadni magunkat. Martin Buber szerint akkor lehetek „én”, ha rátalálok valakire, akit tegezhetek, s aki engem viszont tegez (BUBER, 1991). Másrészt pedig ebben az *elfogadottságban* lehet bátorságunk ahhoz, hogy a másik emberhez forduljunk, és felismerjük a „te” gazdagságát. „Való igaz, hogy »az anyaság a legerősebb ellenszer az önző individualizmus terjedésével szemben. [...] Az anyák az élet szépségének tanúi.«” (FERENC pápa, 2016: 174.) „Humorától vidámak, tartásától magabiztosak, fantáziájától kreatívak, türelmétől pedig kiegyensúlyozottak lettünk.” (D. Butler)

Itt feltétlenül meg kell még említenünk, hogy a nevelés mindent megelőzően (a priori) *érzelmi intelligenciát* fejlesztő, kibontakoztató tevékenység, tehát a hatékonyságot a sokszorosan átélt élmények alapozzák meg, amelyek tapasztalatokká izmosodnak, és a nevelő személyéhez való érzelmi kötődés által azonosulás jön létre. A legerősebb emberformáló tényező tehát az ilyen tapasztalatokat biztosító otthon légköre, és az itt kialakuló biztonságos kötődés lesz.

Kétségtelen, hogy „egy anyátlan társadalom embertelen társadalom volna, mert az anyák mindig, még a legnehezebb pillanatokban is éreztetni tudják a gyöngédséget, az odaadást, az erkölcsi erőt. Gyakran az anyák adják át a vallásgyakorlás legmélyebb értelmét: az első imádságokban, az áhítat első gesztusaiban, melyeket egy gyermek megtanul. [...] Anyák nélkül nemcsak új hívők nem támadnának, hanem a hit is elveszítené egyszerű és mélységes melegének jó részét.” (FERENC pápa, 2016: 5. fejezet 193.)

A fentiekben talán érzékelhetővé vált, hogy ebben a folyamatban milyen kulcsszerepe van az anyának. Ám nem szóltunk még egy nagy anyai életfeladatról, az *elengedésről*, ami komoly önnevelést igényel a női természet számára. A gyermekeihez fűződő, fogantatásuktól kezdve ápolt szoros kötődést nehéz úgy transzformálni, hogy a felelősség, az élet hordozása ne sérüljön, mégis gondoskodjon arról, hogy ők a saját útjukat járassák. „Hú nevelőim, dunántúli dombok, / ti úgy karoltok, hogy nem korlátoztok, / nem fogtok rabul, amikor öleltek, / ti úgy öveztek, hogy égig emeltek.” (Illyés Gyula: *Tolna*) Az anyai szeretet a szülés első pillanatától kezdve mély tapasztalattal rendelkezik arról, hogy a szeretet fájhat. Bizonyos értelemben most ugyanezt a szülési fájdalmat éli át, ugyanazzal a reménnyel, hogy új, immáron teljesen önálló élet születik. „Az asszony is amikor szül, szomorkodik, mert eljött az órája, de amikor megszülte gyermekét, már nem emlékezik gyötrelmeire, mert örül, hogy ember született a világra.” (Jn 16,21.)

„Csak az, a valóban szerető asszony, akit boldogabbá tesz, ha ad, mint ha elvesz, aki erősen gyökerezik a saját létében, csak az tud szerető anya lenni, amikor gyereke az elkülönülés folyamatában van. A felnövő gyerek iránti anyai szeretet, az a szeretet, amely nem akar semmit önmagának, talán a legnehezebben megvalósítható formája a szeretetnek, és fölöttébb megtévesztő amiatt, hogy olyan könnyű az anyának a kisbabát szeretnie. De épp e nehézség miatt, egy nő csak akkor tud igazán szerető anya lenni, ha tud szeretni; ha képes rá, hogy szeresse a férjét, a többi gyereket, idegeneket, minden emberi lényt. Az a nő, aki nem tud szeretni ebben az értelemben, lehet gyengéd anya, amíg a gyereke kicsi, de nem tud szerető anya lenni, aminek az a próbája, hogy jó szívvel viseli el a különválást, és utána is ugyanúgy szeret tovább.” (FROMM, 1984: 71.)

Ezt az anyaságot láthatja a hívő ember Jézus anyjának példáján is. Máriának sem a tanításai adták az erejét, hanem az életet hordozó lény, az otthonuk légköre, amiben Jézus rövid földi életének harminc esztendejét töltötte. Mária vette észre a kánai menyegzőn, hogy elfogyott a bor, mindenkor tudott finoman szolgálni, de ha kellett, a háttérben maradt. Persze volt, hogy aggódott, sírt és szenvedett, de minden élethelyzetben *jelen* volt. Személyiségének kisugárzásában növekedett a Gyermek kedvességben és bölcsességben. (Lk 2,52.) És „lelkét tőr járta át” (Lk 2,35) – Anya, akinek öléből élet születik, a közelségében az élet növekszik, és az örök élet forrászik.

Apa

„A világ ismét az apák után kiált a természetes és természetfölötti létben egyaránt” (J. Kentenich, idézi UZSALYNE PÉCSI, 2011a: 7).

Az apa mint a *Teremtő Erő és az iránymutató, megtartó, gondviselő Jóság képviselője* az anya mellett a személyiségfejlődés szempontjából a másik pótolhatatlan tényező. Ő az *első külső személy* a gyermek életében, akihez kapcsolódva a *kötődést tanulja*. Mivel anyánkkal az életünk kezdetén szinte szimbiózisban élünk, így a vele való egységért semmit nem kell tennünk, ő nem lehet számunkra ez a szabadon választott, vonzó *másik* személy. Sajnos ma is aktuális J. Kentenich megállapítása, miszerint „a mai kor tragédiája az apa tragédiája”. A SOTE Magatartástudományi Intézetének felmérése szerint a magyar felnőtt lakosság több mint 60%-a (!) nem tud biztonságosan kötődni (PÁL, 2019). A kötődésképeség kialakulásának ugyanis az egyik pillére csak az anyai szerepbe ágyazott ösbizalom átélése, a másik ugyanilyen fontos támasza az apa lenne.

Az apa hozza be a külvilágot az otthonunkba, és az ő kezét fogva ismerkedünk az első kihívásokkal is, majd így hódítjuk meg az idegennek tűnő nagyvilágot. Az *életben való boldogulás*, a talpraesett megküzdési módok *első mintája* is ő. Ezt a minőséget figyelhetjük meg a Jézus gyermekségét kísérő Szent József alakjában is, ahogyan Ferenc pápa bemutatja őt az „Apai szívvel” kezdetű, legutóbbi apostoli levelében. Ő az, aki „mindig képes a problémát lehetőséggé alakítani” (FERENC pápa, 2021: 5) és bízni a gondviselésben. Szembenéz családjával konkrét problémáival, akárcsak a világ sok más családapája. Jézus és Mária őrzője.

Apánk visszautasítása vagy elfogadása lesz az első támpontunk abban a tekintetben is, hogy megbízható-e a külvilág, vagy éppen ellenséges. Ezért *elvárásai és elfogadása a legmeghatározóbb belső mércénkké válik*, vele kapcsolatban éljük át, hogy életképesek, értékesek vagy éppen ügyetlen, sajnálni való, vagy figyelemre sem méltó teher a személyünk mások számára. Látható tehát, hogy *az önbizalom és az identitásunk* szempontjából az apával eltöltött évek vagy az életünket igenlő kulcsélményévé válnak, vagy a hiánya hosszan gyógyuló, ún. apasebet eredményez. „*Érted-e már, hogy olyan fiú, kit apja nem szeretett, maga sem tud szeretni*” (R. Shelton, idézi ROHR, 2004: 89). Az apai elismerés, védelem és érzelmi megközelíthetőség nélkülözése valóságos hiánybetegséget, ún. apasebet okoz. „Ha a férfioldal nem szeret, akkor örökre kételkedni fogok magamban” – írja R. ROHR (2004: 92). „A mai világ tragédiája az apa tragédiája” – teszi hozzá J. Kentenich. Az apahiány következtében a személyiség mindig súlyosan sérül. Konfliktusossá válik a sokáig képlékeny *nemi identitás megszilárdulása*, problémái lesznek a *tekintély elfogadásával* vagy éppen túlságosan is függővé válik tőle. A fiúk gyakran káros vagy bonyolult kerülőutakon, pótmegoldásokat keresve próbálnak férfivá válni, a leánygyermek pedig nem ismerik meg a másik nemhez való egészséges, örömteli kapcsolódás mikéntjét.

Az apa lesz az *első istenképünk mintája* is, valóban ő az, aki a mennyei Atyát megjeleníti a gyermek számára. A természetfölötti a természetesre épít. Úgy is mondhatjuk, Isten nem iskolás leckéken és hittanórákon keresztül közli magát először az embernek, hanem az apán keresztül. Ez a tény egyúttal felrajzolja az apai szerepkör további leglényegesebb körvonalait is.

Josef Kentenich mesterien tömören mutat rá az apa által a család számára megjelenített Atyakép néhány vonására (UZSALYNÉ PÉCSI, 2011).

Először is *jelen van az életünkben*. Ez talán a mai apák számára a legnagyobb kihívás. Sok gyerek azt tapasztalja, hogy apja a munkájába mindent belead, de otthon egyetlen vágya az, hogy békén hagyják... A jelenlét, az érzelmi és fizikai megközelíthetőség, az együtt töltött idő hordozza a gyermek számára a „fontos vagy nekem” bizonyosságát.

Az „atyai” apa *ismeri övéit*. Képes a gyermek adottságaiból, „ilyenségéből” kiindulni. Megtanítja küzdeni azért, hogy a saját útját megtalálja.

Jó király és jó pásztor. Végtelenül igazságos és végtelenül irgalmas. Meri vállalni a családfő id. tekintélyét, a vezetést, a kiállást azokért, akikért felelősséget vállalt. Ugyanakkor pásztorként utánamegy az elveszettnek, a tékozló fiát is mindenkor visszavárja.

Szent. Ez korántsem jelent elérhetetlen ideált a mai apának. Nem a tökéletesség az eszményünk, hanem az erre való törekvés. „Szent az, akiben Isten tevékeny.” (T. Bel-ler szóbeli közlése nyomán.) Nyitott Isten vezetésére. Ha elesik, láthatjuk a talpraállás erőfeszítéseit is. Az ilyen apa nagylelkűvé válik, tudja, hogy nem tévedhetetlen, belső tartása van, nem kell hatalommal bizonygatnia erejét.

Végül a szolgálni és szeretni képes személyiség kifejlődéséhez még egy fontos tényezőt meg kell említenünk. Az egyik legértékesebb örökség, amit a családban kaphatnak a gyerekek, az az, hogy láthatják, hogy apjuk *szereti az édesanyjukat*. A valóságos szeretetkapcsolat mindennapi átélése lesz még a személyes istenkapcsolat szilárd alapja is. Tanúság arról, hogy valóban létezik egymást befogadó, kölcsönös szeretet. Érdemes tenni érte. A gyermeknek tehát nem két „darab” szülőre, hanem *az apai és az anyai minőség kiegészítő egységére van szüksége*. Egyrészt a minta miatt, másrészt pedig a valóságos szeretetkapcsolat testközeli átélése miatt. „Aki szeretni tud, az nemcsak valakié lesz, hanem valakivé is: jelentős személyiséggé mások életében.” (Varga Domokos, idézi BENKŐ–MOHAY, 1992: 80.) A szülők a fentiekben vázolt anyai, apai és házastársi szerepükben megélt, immáron *családi szövetségi egységben* életre szólóan jelentős személyiséggé válnak egymás és a gyermekeik életében egyaránt.

„Szociológiai tanulmányok eredményei szerint azok a gyerekek maradnak meg felnőtt korukban is a katolikus hitben, akiknek a szülei bensőséges egységben éltek, úgy, hogy ezt a felnövő gyerekek maguk is észrevették. Ha nem volt a szülők közt bensőséges egység, vagy ha volt is, de a gyerekek nem voltak ennek tudatában, akkor nem váltak hajlamossá arra, hogy megmaradjanak a katolikus hitben. [...] A szülők bensőséges szeretetkapcsolatának átütőbb volt a jelentősége, mint annak, hogy katolikus iskolába

jártak-e, sőt annál is, hogy a család imádkozott-e együtt, vagy jártak-e rendszeren a vasárnapi misére. Ez értékes bizonyíték arra, hogy a bensőséges kapcsolattartás érzékelése mennyire hihetővé teszi Isten szeretetét.” (ROUSSEAU és mtsai, 1995: 109.)

Az ember jövőjének evangelizálása nagymértékben a „családi egyháztól” függ (LUBICH, 2002).

A befogadó család – a család küldetése

Egy társadalom akkor életképes, ha a tagjait egy tapasztalható, nagy *szövetségi háló* részeseivé képes tenni úgy, hogy korának, tehetségének, rátermettségének, erejének és egészségének megfelelően aktív előmozdítója, alkotója és hordozottja is tud lenni. Ez a működő szövetségi elv az izolált egyénekből egy nemzetet képes teremteni. A nemzet legkisebb önálló egysége a „klasszikus” család, ami egy férfi és egy nő megbonthatatlan szövetségi egységében gyökerezik. Ők képesek a teremtésre, a generációról generációra történő megújulásra.

Ugyanez a család az egyháznak is az alapsejtje. Az egymásra igent mondó, a másik személy eredetiségét kibontakoztatni vágyó férfi és nő testi, szellemi, szívbéli és lelki közösségének összetartó erejében Isten szeretete ragyog fel. (CSERMÁK, 1991.)

Korunk a családot két generációra korlátozza, és ez csaknem olyan veszélyes az önátadásra, önelajándékozásra irányuló személyiség kibontakozása szempontjából, mint a páros önzésre berendezkedett kapcsolatok zsákutcája. A kétgenerációs kis család mondhatni „csak” – az egyáltalán nem lebecsülendő – kezdet, a meggyökerezés feltétele. Ki kell azonban mondanunk, hogy az ember többre hivatott, mint amit a házaspár vagy a kétgenerációs család be tud tölteni. Végtelenre vágyó lény. „... nyugtalan a szívünk, míg Benned meg nem nyugszik” – írja Szent Ágoston a *Vallomásokban*. A Teremtés könyvében pedig így szól Isten: „nem jó az embernek egyedül, alkotok mellé hozzáillő segítőtársat” (Móz 2,18). Tehát a házastársunk az Istenhez vezető úton elkötelezett segítőnk lesz. Egymás szövetségeseiként ezt a közös utat vállaltuk. És Isten erre azt mondta, hogy ez *nagyon* jó, azaz áldott. De a házasság és a család önmagában nem cél, hanem sokkal inkább az emberi kiteljesedésünk eszköze, és egyben a szélesre tárt lehetősége annak, hogy másokat is – a gyermekeinket elsősorban, de a családhoz kapcsolódó széles

rokonságot, testvéreinket, a nagyszülőket, dédszüelőket, nagybácsikat és nagynéniket, unokatestvéreket, keresztgyermekeinket – saját személyiségük boldog kiteljesedéséhez hozzásegíthessük. A család a maga természetes és a ráépülő természetfeletti dimenzióival a legáltalánosabb és legalkalmasabb segítője és ösztönzője annak, hogy ne csak magunk körül forgó, magunkkal foglalkozó, egyhelyben topogó külön életet éljünk, hanem képesek legyünk magunk fölé emelkedni az életünk elajándékozása által.

Az atomizálódott és ebben a formában a meglehetősen szűk énközpontúságra berendezkedett család néhány évtizeddel ezelőtt még ismeretlen fogalom volt. Az emberek inkább azon igyekeztek, hogy keresztanyával, keresztapával, elevenen tartott rokoni, generációkon átívelő kapcsolatokkal, barátokkal erősítsék meg a törekény „mag-közöséget”. A teherviselés megoszlott, a társas intelligencia edződött, fejlődött, a sokoldalú problémamegoldás lehetőségei megsokszorozódtak, és ez minden érintettnek javára vált. A felnövekedő gyerekek, fiatalok több mintát láthattak, az anyák nem maradtak magukra a teljesíthetetlen mennyiségű tennivalójuk közepette. A gyerekek mindig találhattak a ház körül valakit, akár egy nagyszüelőt vagy dédit, akivel szót válthattak, aki figyelt rájuk, természetesek voltak a nagycsaládban élő különböző korosztályú játszó társak, a „tündéri” nagynéni vagy a nagyvilág dolgaiban jártas nagybácsi kapcsolódása is bizonyára komoly segítség lehetett. Ha pedig egy-egy családtag bármely okból egyedül maradt, gyakori volt, hogy valamelyik testvér vagy egy jólelkű barát „integrálta” őt a családjában, és a családtagok szívében otthonra lelhettek, és ők is ajándékká válhattak számukra. Számos ilyen jó példáról tudhatunk, ahol a letagadhatatlan terhek ellenére az őket hordozók őszinte, nagy szeretetet és ragaszkodást kaptak tőlük.

A termékeny élet más útjai

Amint azt a fentiekben a lehetőségek szerint több szempontból körüljártuk, megállapíthatjuk, hogy az ember kibontakozásának, boldogulásának legáltalánosabb, legtermészetesebb és legjárhatóbb útja a házasság és a család – nem mindig egyenes, sok tekintetben keskeny, sőt néha igen meredek ösvénye. Ezen túlmenően mindannyian családból származunk, egyéniségünk, emberré válásunk első meghatározó élményei is ebben az életformában gyökereznek, így törvényszerűen egészséges vágyaink mentén is ezt az

eszményt tűzzük ki célul magunk elé. Mindenki ott él a vágy a bensőséges emberi kapcsolat iránt. Ez humán alapszükséglet. Szeretni, és szeretve lenni. Ha ezt nem fogadjuk el, az torzulást okoz. Még tovább lépve, itt is megfigyelhető a „*gratia supponit naturam*” teológiai elve „a természetfölötti a természetesre épül”, ugyanis a spirituális kibontakozásunk – kapcsolatépítés a nálam többel – is alapvetően ebből táplálkozik. Sajnos azonban létezik énközpontú spiritualitás is. Kapcsolódom *a nálam többhöz*, de azért, hogy ÉN sikeresebb, egészségesebb, boldogabb legyek. Ez ideig-óráig megtevesztheti az embert, és hasonló vitalitást, motiváltságot nyújt, mint az önmagunkon túlmutató, ún. „több központú” spirituális intelligencia. Az énközpontúság mindenkor beszűkült érzelmi- és tudatállapotot, komoly realitásvesztést jelez, így ebben a vonatkozásban is csalódáshoz és kiábrándultsághoz vezet. A lelki érettségre szert tett ember képes arra, hogy ebből kilépjen, és a többlépcsős fejlődés útját bejárva eljusson arra, hogy elkötelezett, egyetemes, mégis egyéni színezetű természetes és természetfölötti szövetségekben éljen. Ez is, mint minden organikus fejlődés, lassú folyamat, ahogyan az e területen széles körű kutatásokat végző James W. Fowler kimutatta, a 30 év fölöttiek 25 százaléka sem érte el az érett spiritualitás szintjét. (PÁL, 2019; FOWLER, 1995.)

Visszatérve a természetesre épülő természetfölötti kötődésünkre, különösen szép az, ahogyan a Biblia az Isten és az ember közti szeretetkapcsolatot számtalan esetben ábrázolja a jegyesség, a menyegző, a vőlegény és menyasszony nem ritkán szenvedélyes, lángoló szerelmének képével. „A kedvesem az enyém, s én az övé vagyok.[...] Én a kedvesemé vagyok, s ő az enyém” (Én 2,16; 6,3). Ld. még: Mt 9,14.15; Mt 9,1–12; Mt 22,1–14; Mt 25,1–13; Jn 3,26–30; Ef 5,21–33.

Az Istennek szentelt életnek is sokszínű formáit ismerjük, elég, ha csak arra gondolunk, hogy mind a görög katolikus, mind a protestáns egyházi közösségek lekipásztorai családban élnek, míg a latin rítusú katolikus papság a cölebsz életállapotban adja magát Istennek. Ennek is megtalálhatjuk a szentírási „fedezetét”, hiszen Jézus mondja a házassággal kapcsolatban: „Van, aki azért képtelen a házasságra, mert úgy született. Van, akit az emberek tettek a házasságra alkalmatlanná. Végül van, aki a mennyek országáért önként mond le a házasságról.” (Mt 19,12.) Osztatlan szívvel szeretné szolgálni az Urat az, aki ezt az életformát választja. Isten országának a jele lesz, amely Krisztust hirdeti. Az embereket hűségre hívja ez a jel, hiszen a keresztény házasságnak is gyökere a Krisztussal kötött szövetség – amit szentségi rangra emel az Egyház, ugyanúgy, mint a papi szolgálatot. Így a cölibátusban élők a maguk hűségével megerősíthetik a házasságban élők Krisztus-követését.

„Természetesen máshol is meg lehet tanulni a szeretetet. De őszintén megvallva, nincs még egy olyan szeretet, amely az emberi szeretetképességet olyan erősen és mélyen formálná, mint a férfi és nő közti szerelem. Aki életében sohasem tapasztalta meg ennek egész mélységét, meglehet, hogy az Isten-szeretetében is szegényebb marad...” – írja Tilmann Beller, egy mélyen elkötelezett katolikus schönstatti szerzetes pap, aki egészséges és „jókedvű” cölibátusban élt. Máshol ugyanő így ír: „a szingli állandóan abban a veszélyben él, hogy csak saját magát látja...” (BELLER, 2011: 14, 100.)

Érthető ez a megállapítás, hiszen míg a házas és családos ember életében a kikerülhetetlen helyzetek és feladatok, a személyes közelség sokkal könnyebben kiműveli az egyes emberben az élete mindennapi elajándékozását, az egyedülállónak meg kell találnia azokat a személyeket (rajtuk keresztül a jó ügyeket), akikkel az „állandó és kölcsönös” odaadottság és elfogadás szellemében természetfölötti szövetséget kötve ajándékká válhat, és Istenéhez személyes kapcsolatot talál. A mai atomizálódott tömegtársadalomban ez egyáltalán nem könnyű. A döntő kérdés a közösség lesz. A szerzeteseknek ez talán egy fokkal könnyebb, mert a számukra létezik egy adott „életközösség”, akik elkötelezték magukat egymás mellett – feltéve, ha ez a kapcsolatrendszer a fentiek értelmében valóban elég „családias”, és elég szövetségi. Egy cölebsz életet élő egyedülálló pap esetében – a randomszerű diszpozíciók terhét is hordozva – a legnagyobb nehézség, hogy semmi garancia nincs arra vonatkozóan, hogy a természetes élet síkján az ő életét is hordozná valaki. Nagy jelentőséggel bír az ő életükben, hogy tudnak-e egy papi testvéri közösséghez tartozni. Ez módot ad mind az emberi, mind a sajátosan papi lelkipásztori problémák megbeszélésére, biztosítja a testvéri közösséget. Különösen nagy jelentőségű lehet válságok és krízisek idején, amikor erőt meríthetnek a kölcsönös szeretetben közöttük lévő Jézus Krisztusból. Az istenkapcsolat és a néhány stabil baráti-szövetségi kapcsolat mellett ez jelentheti az egyedüli megtartó közeget. Számos életképes papi közösség született már szerte a világon. Vannak, akik együtt laknak, vannak, akik bizonyos időszakonként találkoznak, de mindannyian ebben a „családias” (!) papi közösségben találják meg azt a természetfölötti családot, amelyről a zsinat is beszél. (II. Vatikáni Zsinat, 2007: *Presbyterorum ordinis*.)

Mindezek után joggal tehető fel az a kérdés, hogy hogyan teljesezhet ki azok élete, akiket pl. a hivatásuk annyira lekötött, hogy kiszorult az életükből a házasság és a család? Hogyan lesz gyümölcsözővé a papi vagy szerzetesi élet? Az özvegyek, vagy a

válás következtében egyszülős családdá vált emberek, vagy az újráházasodottak hogyan élhetik meg mindezt? Mi a reménye annak, aki nem talált társat? Az alapkérdés mindig ugyanaz marad: szerethessenek és szeressenek. Kilépni magamból, ajándékká válni. A felsorolt kötelékek nem a természet rendje szerint alakultak, ezért nem általánosítható eszmények, de természetesen mindegyik életállapotban lehet teljes életet élni, de sokszor nehezebb, kanyargósabb az út.

Akik *elváltak*, nem véletlenül keresik azt a társat, akivel újra vagy először megélhetik a szövetségi befogadást és önelajándékozást. Tudatosan vagy tudat alatt ők is ugyanezt az eszményt szeretnék megvalósítani rengeteg kétes kimenetelű nehezítő körülmény vállalásával. Az *egyszülős családok* (meghalt házastárs, elváltak) esetében is sok praktikus szükséglet teljesülhet, de szinte lehetetlenségre vállalkoznak, mint az a repülni szándékozó madár, amelynek csak egy szárnya van. A meghalt társ azonban még mindig tisztább képet jelent, mert az ő szelleme még hiány formában is támogató, míg a válások esetében legtöbbször zavart, mindennapos leküzdendő erőfeszítést igényel az a tudat, hogy tudunk egymásról, de nem vagyok már fontos neki. Az ezután felvállalt egyedüllét csak a nagyon kiegyensúlyozott és kellő spirituális érzékenységgel rendelkezők számára vezet megoldáshoz. A gyermek biztosan nem képes arra, hogy otthont nyújtson a szülőjének, és ezt hiba is lenne elvárni tőle, viszont neki szüksége van annak a minőségnek a tapasztalataira, élményeire, amelyet a hiányzó szülőtől kellett volna megkapnia, hogy vele azonosulva benne is felépülhessenek ezek. Az ő esetükben fokozott mértékben szükséges a „bábák” bekapcsolása. Nagynéni, nagybácsi, keresztszülők, nagyszülők, baráti családok, edző, tanár, pap. És közösség, közösség, közösség! Fokozott mértékben áll a már idézett keleti mondás: egy gyermek felneveléséhez egy egész falu kell.

Sajnos nagyon sokan a potenciális szövetségesükkel *már házasságot sem kötnek*, mert a házastársi kötelék presztízse olyan mértékben meggyengült, hogy úgy érzik, hogy az a nehézségek során már egyáltalán nem lesz megtartó erő, hanem csak fölösleges egyéb bonyodalmak forrása. Esetükben az $1+1=2$ mechanikus logikáját messze meghaladó életminőség, a szövetségi egység és az ebből fakadó erőter aligha jöhet létre. Mivel fel sem fedezték ennek az eszményét, ezért igazán vágyakozni sem tudnak rá. Életközösségük jórészt a praktikus élet szintjén mozog. Törvényszerű a következmény is, hogy a gyermekeiknek valószínűleg ugyanezt örökölték át. Mihelyt elfogynak a mindennapok sürgetései, a kapcsolatuk üressé, unalmassá válik, és legfeljebb a megszokás tarthatja még össze őket.

„Ha nem támad ismét rokonszenv ezen életszövetség iránt, amely képes megvédeni a jövő nemzedékeket a bizalmatlanságtól és közömbösségtől, akkor a gyermekek a házassági szövetség gyökereitől megfosztva jönnek a világra már az anyaméhtől fogva. A férfi és a nő közötti stabil és az élet továbbadására irányuló életszövetség társadalmi leértékelése nyilvánvalóan mindenki számára veszteséget jelent. Ismét megbecsülést kell szerezni a házasságnak és a családnak!” (FERENC pápa, 2015: 8. 2.)

Létezik olyan hivatás is, amely az *Istennek való egész és teljes odaadásra* szólít fel. Ez nem jelent feltétlenül papságra vagy szerzetességre való elhívást. Intézmények nélkül is szentelheti magát valaki Istennek. A cölibátusban élő papi, szerzetesi és egyéb, önként vállalt szüzességi életforma szintén a fenti kérdésekkel néz szembe. Az Isten-nel való személyes kapcsolatban, a testvéri közösségben és a szövetségi igényű baráti kapcsolatokban feloldódik a magány, az emberekért vállalt atyai-anyai felelősségben pedig beteljesül a generatív ösztön, az életátadás, a gondoskodás igénye. Ilyen módon a szeretet hálóját szőhetjük magunk köré házastárs nélkül is. Ezekben a helyzetekben válik érzékelhetővé, hogy pl. a nő olyan anyaságra hivatott, amely végtelenül felülmúlja a testi síkot. Hallatlan reménységet jelenthet ez mindazok számára, akik nem szülhetnek gyermeket – fogalmaz *Jo Croissant*, a Nyolc Boldogság Közösség alapítójának felesége *A szív papsága – A nő hivatása* című könyvében. A természetes helyzetben a családban kibontakozó otthonteremtés, a személyes törődés, az elfogadás minden nőnek lehetősége, akár vér szerinti gyermekek anyja, akár nem, sőt attól függetlenül is, hogy nevel-e gyermekeket vagy sem. Hasonlóképpen az életbátorság továbbadása, a külső keretek megerősítése és védelme, a fizikai-lelki-szellemi támasznyújtás, a királyi és pásztori szolgálat vagy a szellemi célkitűzések megosztása minden férfinak atyai küldetése, a kiteljesedett férfi lét záloga.

A házas és a nem házas ember tehát alapvetően ugyanaz előtt a kihívás előtt áll: mindkettő arra hivatott, hogy a jóságnak az áramlatát (a hívó ember nyelvén Isten benne élő Lelkét megelevenítse) önmagából elindítsa, és ezzel a másik embert elérje. Amit egy személyiség kisugárzásán értünk, az az a képesség, hogy a környezetét fényesebbé képes tenni, hogy a közelsége által erőt tud adni, jelenléte által egy másik embernek azt a tudatot képes nyújtani, hogy ő is jó. Ez a kisugárzás tehát nem szexuális természetű, hanem szexuális vonzaskörön kívüli jelenség, a másikon sem a szexuális szükségletet érinti. A gyengédség kultúráját jelenti, ami egyszerűen az emberi élet része, mégis szükséges újra megteremteni.

Az így keletkező lelki összetartozás, a lelki kisugárzás az életnek és a tapasztalatnak ezen tartománya ma messzemenőig kiveszett és kevésbé érzékelhető. Ezáltal egyébként a szeretet és a szerelem tekintetében is szegényebbek lettünk. („A szerelem része a másik utáni testi vágyakozás, de nem azonos vele [...] a szerelemben sokkal fontosabb a lelki egyesülés élménye” [SZENDI, 2009: 142] – ennek „csak” kiteljesedése, következménye, jele lesz – jó esetben – az a szexuális egyesülés, amit már a szó nemes értelmében szeretkezésnek nevezünk.)

Ritkán figyelhető meg az ilyen szövetségi lét: a lelki egyesülés. (A női intelligencia könnyebben érzékeli és műveli ezt, de senkinél nem automatikus, mindenkinek gyakorolnia kell és lehet.) Lelki közelség születik – ami messze van a másik testi megérintésének kívánságától – az érzékelés harmonikus oda-vissza áramlása, az egyesülés, az elválás és az újra egymásra találás, az öröm és a harag, a félelem, a derű és az elidőzés vagy egyszerűen a következetes munka során létrejövő egység lüktetése, sodrása, áradása. Akikkel ilyen kapcsolatba kerülünk – azokkal lelki családdá formálódunk.

A család az élet és a szeretet szentélye

A házastársi egységben megjelenik és kiárad az isteni szeretet, az „valóban az Úr saját szövetségi szeretetének legtisztább, egyszersmind leggyakorlatiasabb világi metaforája” (MASON, 1999). Ez az ajándékozó egység a családban is jelenvalóvá teszi az Isten országát, és a szeretetből élet fakad. Ez a család küldetése, hogy ebbe az irányba alakítsa át a szűkebb és szélesebb közösségeink légkörét. Amikor az Egyház nagy intézménye válságban van, az Isten jelenlétét a férfi és nő bensőséges életszövetségi egységében, a „család-egyházban” lehet fölfedezni. Ez az otthon templom, az Isten és az egymás iránti szeretet háza. Innen indulhat a világ újramisszionálása. A családokban megélt szeretet öröme az Egyháznak is ujjongása. (FERENC pápa, 2016.)

A tét és a lehetőség nagy. A család: a társadalom reménye (LUBICH, 2002), sőt „az emberi nem jövője a családtól függ” (II. JÁNOS PÁL pápa, 1981). Aranyszájú Szt. Jánossal együtt kívánjuk: *„Legyenek az otthonaitok templommá és a családjaitok egyházzá!”*

IRODALOM

- BARCSI Tamás (2020): A hiány néhány elméleti vonatkozásáról. In: *A hiány transzformációi*. Szerk. Molnár Krisztina és Mándi Nikolett. Apor Vilmos Katolikus Főiskola, Vác. 75–89.
- BELLER, Tilmann P. (2002, 2018): *A családi élet: küldetés és munka I., II.* Családkadémia Kiadó, Óbudavár.
- BELLER, Tilmann (2011): *Úton Feléd*. Kulcs a Muzsikához Kiadó, Pécs.
- BENKŐ Ágota – MOHAY Tamás (1992, szerk.): *Reményünk a család – A II. Családkongresszus előadásai*. NOE, Budapest.
- BOULAD, Henri (2009): *Szeretlek úgy, ahogy vagy*. Korda Kiadó, Kecskemét.
- BUBER, Martin (1991): *Én és te*. Európa Könyvkiadó, Budapest.
- CSERMÁK Kálmán és Alice (1991): *A családi élet*. Szent István Kiadó, Budapest.
- FERENC pápa (2015): *Katekézis a családoknak*. <https://katcsal.hu/ferenc-papa-katekezise/katekezis-sorozat>
- FERENC pápa (2016): *Amoris laetitia – A családban megélt szeretetről*. Szent István Társulat, Budapest.
- FERENC pápa (2021): *Apai szívvel*. Nagymaros–Zebegény R. k. Plébánia, Csáki Tibor, Nagymaros.
- FODOR Katalin (1992): A család belső élete. In: *Reményünk a család*. Szerk. Benkő Ágota és Mohay Tamás. NOE, Budapest. 119–131.
- FOWLER, James (1995): *Stages of Faith*. Harper, San Francisco.
- FROMM, Erich (1984): *A szeretet művészete*. Helikon Kiadó, Budapest.
- HORVÁTH Edina (2021): <https://www.prenatalisfejlodes.hu/l/megsem-a-leggyorsabb-a-nyero/> (Utolsó megtekintés: 2021. 03. 10.)
- HUG, Heinrich (1987): *Was soll aus diesem Kinde werden – Einführung in die Pädagogik P.J. Kentenichs. I-II-III-IV-V*. Vallendar-Schönstatt.
- II. JÁNOS PÁL pápa, Szent (1981): *Familiaris Consortio*. Szent István Kiadó, Budapest.
- II. JÁNOS PÁL pápa, Szent (1994a): *Férfi és nő. (Elmélkedés a Teremtés könyve alapján.)* OMC, Bécs.
- II. JÁNOS PÁL pápa, Szent (1994b): *Levél a Családokhoz*. Szent István Kiadó, Budapest.
- II. JÁNOS PÁL pápa, Szent (1995): *Levél a nőknek* (a Nők IV. Világkonferenciája alkalmából II. János Pál pápa). Peking, 1995. szeptember. MKPK. <https://regi.katolikus.hu/konyvtar.php?h=77> (Utolsó megtekintés: 20021. 03. 10.)
- II. JÁNOS PÁL pápa, Szent (2002): *A családi közösség. (Familiaris consortio.)* Szent István Társulat, Budapest.

- KAPOSI Márton (1963): A fenséges helye és szerepe a vallásos művészetben. *Acta Universitatis de József Attila nominatae*. Sectio philosophica. József Attila Tudományegyetem, Szeged. 3–18.
- KENTENICH, Peter Joseph (2003): *Egy újkori pedagógia alapvonásai*. Családkadémia Óbudavár Egyesület, Óbudavár.
- KUBY, Gabriele (2008): *A nemek forradalma*. Kairosz Kiadó, Budapest.
- LEWIS, Clive Staples (1995): *A szeretet négy arca*. Harmat Kiadó, Budapest.
- LUBICH, Chiara (1972): *Ha tüzet gyújtánánk*. Róma.
- LUBICH, Chiara (2002): *Család – A társadalom reménye*. Új Város, Budapest.
- MASON, Mike (1999): *A házasság misztériuma*. Harmat Kiadó, Budapest.
- MCCREADY, Amy (2016): *Az én, én, én járvány*. 21. Század Kiadó, Budapest.
- MÜLLER, Péter (2011): *Szerelemről, szeretetről, szeretkezésről*. Alexandra Kiadó, Budapest.
- NEMES, Márta Cs. F. (2001, szerk.): *A családpedagógia módszertana*. Családi Nevelésért Alapítvány Közha., Vác.
- NEWTON, Ruth (2019): *A biztonságos kötődés megalapozása*. Kulcslyuk Kiadó, Budapest.
- PÁL Ferenc (2019): *Ami igazán számít*. Kulcslyuk Kiadó, Budapest.
- RANSCHBURG Jenő (1995): *Szülők lettünk*. Cser Kiadó, Budapest.
- RANSCHBURG Jenő (1998): *A nő és a férfi*. Cser Kiadó, Budapest.
- ROHR, Richard (2004): *A férfi útja II*. Ursus Libris Könyvkiadó, Budapest.
- ROUSSEAU, Mary F. – GALLAGHER, Charles A. SJ – MALONEY, George A. SJ – WILCZAK, Paul F. (1995): *A megszentelő szerelem*. Márton Áron Kiadó, Budapest.
- SZENDI Gábor (2009): *A nő felemelkedése és tündöklése*. Jaffa Kiadó, Budapest.
- SZILVAY Gegely (2020): *A gender-elmélet kritikája*. Alapjogokért Központ, Budapest.
- TOMKA Ferenc, dr.: *A család és az evangélizáció – jegyzet*. <http://tomkaferenc.hu/lelkipasztor-kodas/hazassag-csalad-neveles/csaladok-helyzete> (Utolsó megtekintés: 2021. 03. 10.)
- UZSALYNÉ PÉCSI Rita (2010): *A nevelés az élet szolgálata 1*. Kulcs a Muzsikához Kiadó, Pécs. 41–65.
- UZSALYNÉ PÉCSI Rita (2011a): *A nevelés az élet szolgálata 2*. Kulcs a Muzsikához Kiadó, Pécs. 8–37.
- UZSALYNÉ PÉCSI Rita (2011b): *A nevelés az élet szolgálata 3*. Kulcs a Muzsikához Kiadó, Pécs. 97–123.
- UZSALYNÉ PÉCSI Rita (2012): *A nevelés az élet szolgálata 4*. Kulcs a Muzsikához Kiadó, Pécs.
- UZSALYNÉ PÉCSI Rita (2016): *Szövetségben élve I-II*. (10A/B-DVD) Kulcs a Muzsikához Kiadó, Pécs.
- II. Vatikáni Zsinat (2007): *A II. Vatikáni Zsinat dokumentumai*. Szent István Kiadó, Budapest.

A gyermek utáni vágy Frida Kahlo műveiben

LÁSZLÓ LAURA

*My painting carries within it the message of pain. [...]
Painting completed by life. I lost three children. [...]
Paintings substituted for all of this.
I believe that work is the best thing.
(TIBOL, 1977: 50)¹*

Bevezető

Frida Kahlo, a 20. századi mexikói festő a fenti mottó szerint kvázi beteljesít egy sor esztétikai klisé: a tragikus sorsú művész, aki műveiben s nem gyermekeiben „él tovább”, aki fájdalmát műalkotásokban „élte meg”, aki gyermekeknek nem adhatott életet, s így képei „helyettesítik” a meg nem fogant életet, illetve aki alkotásaival tör a „halhatatlanság” babérjaira. A fent idézett gondolat főként a romantika óta jelentős elhasználdáson ment keresztül, s manapság talán közhelynek hat, ám felidézhetjük, hogy eredetét tekintve egy komplexebb problémakörhöz, az Erősz természetéről való vizsgálódáshoz kalauzol vissza. Platón *A lakoma* című dialógusában Diotima és Szókratész megállapodik, hogy a halandó természet igyekszik a maga módján halhatatlanná válni, ehhez pedig a testi, valamint egy magasabb rendű lelki termékenység vezet:

Akik inkább lelkiükben, mint testükben hordozzák a nemzési vágyat, azok azzal terhesek és azt hozzák világra, ami a lélekhez illik. És mi illik a lélekhez? A bölcsesség és minden más erény. Közéjük tartozik minden költő, aki műveket hoz világra [...] ha Homéroszra tekint és Hésziadoszra, meg a többi költőre, irigyen látja, hogy olyan utódokat hagynak maguk után, melyek halhatatlan hírt és emlékezetet szereznek nekik, lévén maguk is halhatatlanok. (PLATÓN, 2005: 209a–d.)

¹ „Festészetem a fájdalom üzenetét hordozza magában. [...] A festészet beteljesítette az életemet. Három gyermeket veszítettem el. [...] A képeim helyettesítik őket. Úgy gondolom, a munka a legjobb dolog (a világon).” (A szerző fordítása.)

A Frida Kahlo testi, illetve lelki termékenységét összefűző olvasat ugyanakkor ezzel együtt is egyfajta pszichologizáló és pozitivista megközelítés veszélyét rejti, vagyis az életrajz és a művészi kifejezés egymásra vetítése mint módszer eleve problematikusnak tűnhet. Kahlo életműve azonban igencsak énközpontúnak mondható, rendkívül intim és vállaltan önéletrajzi ihletettségű, amiről nemcsak képtémái, hanem személyes megnyilatkozásai is tanúskodnak. A művek szokatlanul nyersen, leplezetlenül, olykor ironikusan és tabukat nem ismerően beszélnek, s a motívumok mögött sokszor a művész egyes sorsfordító eseményei húzódnak meg. Erre utal például Patricia Cordero, a 2018-as budapesti Kahlo-kiállítás katalógusának egyik szerzője is, aki szerint a festőnő megismeréséhez nem a műkritikák, elemzések, tanulmányok vagy ismerősök visszaemlékezései visznek közelebb, hanem maga az – egyébként mindössze kb. 250 képet tartalmazó – életmű időrendi áttekintése (CORDERO, 2018: 25), mely révén kibomlanak a Kahlót foglalkoztató legfontosabb tematikák mind személyes, mind alkotásesztétikai vonatkozásban – természetesen ebből a szempontból lesznek érdekesek számunkra bizonyos biográfiai adatok. Tézisünk szerint a termékenység és a terméketlenség nemcsak hogy Kahlo meghatározó témái közé tartoznak, de azokat igen változatos módon, az egészen nyílt és húsavágó ábrázolásoktól a finomabb, enigmatikusabb, rejtettebb motívumokig számtalan formában dolgozta fel. Célszerű lehet ezeket a műveket egy speciális felosztás mentén értelmezni: a konkrétan a szüléssel és a vetéléssel kapcsolatos képek, az önarcképek, valamint a csendéletek révén. A képelemzések tehát e három kategória köré összpontosulnak, előtte azonban kitérünk a témánk szempontjából releváns életrajzi vonatkozásokra és a stílus kérdésére is, mely kapcsán foglalkozunk azzal az újszerűséggel is, mellyel Kahlo a nőiség és a speciálisan a nők által megélhető tapasztalatok képzőművészeti megjelenítéséhez közelített.

Életrajzi kitekintés

Bár három évvel mindig fiatalabbnak mondta magát, mivel a mexikói forradalom tiszteletére 1910-et tekintette születési évének, Frida Kahlo 1907-ben látta meg a napvilágot, édesanyja Matilde Calderón y González – művészi hajlamát valószínűleg fotográfus anyai nagyapjától, valamint édesapjától, a német bevándorló Wilhelm (Guil-

lermo) Kahlo fényképésztől örökölte, aki hat gyermeke közül állítólag Fridát tartotta a legtehetségesebbnek. Ösztönözte, hogy lánya – lánygyerekek esetében akkoriban kvázi rendhagyó, és a festményeken megjelenített sajátos nőkép szempontjából témánk kapcsán sem elhanyagolható – olyan elfoglaltságoknak hódoljon, mint például az ökölvívás, de a tudományok és például a fotográfia és a grafika révén a művészetek irányába is fogékonnyá tette. Frida Kahlo ennek megfelelően orvosi tanulmányokra készült, s az egyik egyetemre felkészítő foglalkozásról sietve szenvedte el tizennyolc évesen az életét súlyosan befolyásoló balesetét: a busz, melyen utazott, villamossal ütközött, miáltal Frida borda- és gerinctöréseket szerzett, az egyik kapaszkodókorlát szinte hüvelyéig hatolva felnyársalta. Kahlo, aki fiatalabb korában járványos gyermekbénulásban is szenvedett, s emiatt jobb lába maradandóan sérült, hosszú időre ágyhoz kényszerült, ekkor hagyott fel orvostudományi terveivel és kezdett el komolyabban is a képzőművészet felé fordulni: édesanyjától egy ágyban is használható festőállványt kapott, a plafonra szerelt tükörben pedig még inkább megfigyelhette önmagát – kézenfekvő, hogy első festménye rögtön egy önarckép lett (*Önarckép bársony ruhában / Self-portrait in a Velvet Dress*, 1926). Állapota javulásakor élete szerelmét, a „súlyosabb” balesetének nevezett elismert festőművészt, a 21 évvel idősebb Diego Riverát keresi meg első olajképeivel (KAHLO, 2005: 13), aki további munkára biztatta – első házasságukat 1929-ben kötötték (kétszer keltek egybe). Egy évvel később került sor Kahlo első vetélésére, a buszszerencsétlenség folytán károsodott medencéjével képtelen volt gyermeket kihordani. 1932-ben immár Amerikában, Detroitban vetélt el másodszor, melyet egészségi állapotának súlyosbodásával (lábát és vakbelét is operálják) egy harmadik is követett 1934-ben, miközben férje hűtlenkedései miatt is szenvedett – később Kahlónak is számos szeretője volt, férfiakkal és nőkkel is folytatott viszonyt. Élete végéig fűzött kellett hordania és rengeteg műtéten esett át, vesebetegséggel is küzdött, csontátültetést is hajtottak végre rajta, utolsó éveiben kerekese székbe kényszerült, elüszkösödött jobb lábát amputálták – 1954-ben, mindössze 47 évesen érte a halál.

Szakmailag ugyanakkor betegségei és magánéleti tragédiái ellenére is igen aktív volt, egy évvel halála előtt maga fogalmazott úgy rövid önéletrajzában, hogy amíg festhet, boldognak érzi magát (KAHLO, 1953). Utolsó képeinek egyikén is kvázi az életet ünnepelte (az 1954-es dinnyéket ábrázoló csendéletére a „Viva la Vida”, azaz „Éljen az Élet” feliratot festette), ami az életmű egészen végighúzódo (ön)ironikus látásmódot is

jól reprezentálja. Azt festette, amit maga körül látott, témái között dominálnak az önarcképek, megannyi természetábrázolást és csendéletet találni, munkáin számos politikai utalás és hazafias motívum is felfedezhető, de megalkotta a hozzá közel álló emberek portréit is, a családfáját, a kedvenc állatait, s persze, a sorsát alakító meghatározó eseményeket, köztük például a buszbalesetet megörökítő *A busz* (*The Bus*, 1929) vagy a gerincsérülését megidéző *A törött oszlop* (*The Broken Column*, 1944) című képeit, valamint vetéléseinek drámáját is, ahogyan arról szó lesz a következőkben. A közönség sokáig pusztán a híres Diego Rivera festő feleségeként ismerte Kahlót, műveire kezdetben Diego kiterjedt szakmai kapcsolatai, megbízásai, külföldi meghívásai révén vetülhetett fény. San Franciscóban *Frida és Diego Rivera* (*Frida and Diego Rivera*, 1931) című képét állították ki először nyilvánosan, egy 1937-es mexikói tárlaton már négy művel szerepelt. Később megismerkedett a Mexikóba látogató André Bretonnal, a szürrealista mozgalom „pápájával” és alapítójával. 1938-ban nyílt első önálló kiállítása New Yorkban, majd Breton Franciaországba is meghívta, ahol felvette a kapcsolatot más szürrealistákkal is. Hazájában 1942 után vált ismert művésszé, a halála előtti évben került sor első egyéni kiállítására Mexikóban – 1958-tól szülőháza, a mexikóvárosi Casa Azul ad otthont a Frida Kahlo Múzeumnak. Mint majd látni fogjuk, Kahlo rendkívül szubjektív művészetéhez e fenti ismeretek a téma kapcsán érdekes képek, képcsoportok értelmezéséhez is fontos adalékként szolgálhatnak.

Stiláris kérdések és női szempontok

Ha megfigyeljük Frida Kahlo képeit, igen határozott, bátor és olykor elnagyolt ecsetkezeléssel, élénk színekkel, erős szíkontrasztokkal és kontúrokkal, idealizált és misztikus hátterekkel, kvázi lehetetlen perspektívákkal, leegyszerűsített formákkal, különleges kabalaállatokkal, a latin-amerikai kultúrából származó tárgyakkal, szimbólumokkal és szókimondó nőábrázolásokkal találkozunk. Kihívást jelenthet sajátos képi világát konkrét stílusirányzatokhoz rendelni, művészte táplálkozik a mexikói hagyományokból, ugyanakkor, mint fentebb is utaltunk rá, a nemzetközi galériák világában és művész barátai körében mozogva a nyugati képzőművészettel is

volt kapcsolata, hatottak rá az amerikai és az európai trendek.² Az alábbiakban röviden kitérünk ezekre a kérdésekre is, hiszen ezek a megjelenített nőkép és a termékenységgel kapcsolatos ábrázolások szempontjából is fontosak lesznek számunkra.

A stílus kapcsán máig meghatározó mozzanat, hogy André Breton született szürrealistának nevezte Kahlót, aki ezt azzal hárította, hogy ő nem az álmait, hanem a saját valóságát festi meg (MORRISON, 2003: 11; HERRERA, 2018: 11), sőt, egy ironikusabbnak tűnő megjegyzése szerint Breton fellépéséig nem is sejtette, hogy szürrealista (HERRERA, 2020: 28). Attól függetlenül persze, hogy maga a művész hogyan vélekedett erről, valóban érdemes lehet elgondolkodni e besorolás megalapozottságán, tekintve, hogy Kahlo egy egészen más kultúrából származik, művészete egészen más problémákból, témákból táplálkozik, mint az európai gyökerű szürrealizmusé. A francia *surréalisme* (valóság felettiség) fogalmával jelölt, Breton *Szürrealista kiáltványával* 1924-ben meghirdetett mozgalom hátterében egyfelől egy markáns veszteségtapasztalat áll, ami az I. világháború tragédiájából és Európa hanyatlásából fakadó illúzió- és értékvesztésre, a szépség és a rend felbomlására vezethető vissza, melyhez a technikai modernizáció okozta elidegenedettségérzet is hozzátehet – így a szürrealizmus a káoszra történő reflexióként is felfogható. Az irányzat másfelől Freud pszichoanalízisére – s főként a tudattalan működésével kapcsolatos felfedezéseire – támaszkodik, Breton megfogalmazása szerint abban az értelemben, hogy a szürrealizmus „az álmok, sejtelmek, látomások világát fölébe helyezi a valóságnak, hisz az álom mindenhatóságában, a freudi lélekelemzésnek abban a tételében, hogy az álmok igazabb világunkat, őszintébb énünket jelentik” (BAJOMI, 1979). A „valóság felettiség” vagy az „álom” tehát nem a realitástól való tökéletes elrugaszkodásra, hanem inkább egy „szupervalóságra” vagy egy abszolút realitásra utal, ahol a tudattalan és a vágyak „felszabadulnak” és létrehoznak egy „valódibb” valóságot. A szürrealisták egy olyan „tisztá képet” kívántak megteremteni – legyen szó képzőművészetről vagy akár költészetről –, ahol a legkülönbözőbb, s a szoros logikai kapcsolatokat nélkülöző elemek kapnak helyet a „kiszabadulás a logika börtönéből” alapelv

² „Natural elements are carefully investigated and reproduced, but the main idea of the composition is a general rearrangement of nature, an avoidance of each of its unimaginative laws. There's no wonder why [Pieter] Bruegel, [Matthias] Grunewald, and [Hieronymus] Bosch are among her preferred painters. The surrealists will say her work is surrealism, but Frida begs to differ due to both the ideology and the meaning of her work. She does not commune with [Salvador] Dalí, with [Kurt] Seligmann, or any of the others who claim Bosco as their predecessor. For different reasons, she admires Piero della Francesca, [Paolo] Uccello, Clu  , and [Pierre-Auguste] Renoir, and others who resemble her work, such as [William] Blake, [Paul] Kl  e, and Marcel Duchamp. The only female painter who interests her is Leonora Carrington.” (HERRERA, 2020: 37.)

szerint, vagy ahogyan a francia költő, Lautréamont fogalmaz a szürrealizmus kapcsán: „egy esernyő és egy varrógép véletlen találkozása egy boncasztalon” (BAJOMI, 1979). Az irányzat alapeszméjéhez ekként a montázs vagy a kollázs szabad asszociációs szerkesztésmódja vihet a legközelebb – ez a technika Frida Kahlo ábrázolásaiban is felfedezhető. Breton pszichikai automatizmusnak nevezte a szürrealista gyakorlatot, mint akár az ún. „automatikus írást”, mely akár szóban, akár más formában „a gondolatok igazi működését fejezi ki”, melyben dominál a szabadság, felszínre törnek az elfojtott vágyak és a legmerészebb fantáziaelemek, melyben a szépség kategóriája helyett más esztétikai minőségek, például a bizzar vagy a groteszk dominál, elmosódhatnak a határok olykor ábrázolási stílusok, valamint férfi és nő, állat és ember, gép és ember, s általában a valóság és a képzelet között, főként az illuzionisztikus ábrázolások, az érzékek megtévesztése útján (gondoljunk akár a *trompe l'oeil* – „szembecsapás” – kedvelt technikájára például René Magritte-nál).

E külső jegyek alapján Kahlo festészete, mely nem nélkülözi a „hibrid” ábrázolásmódot, vagyis a határok elmosódását és a stílusok ütköztetését, akár közel is állhatna a szürrealizmushoz vagy a mágikus realizmushoz. Ráadásul – tekintve, hogy élete első kiállítási lehetősége volt³ – elfogadta Breton közbenjárását és ajánlását is, hogy huszonöt képét a „szürrealizmusorientált” New York-i Julien Levy Galleryben mutassák be 1938-ban, majd néhány hónappal később, szintén Breton hívására, Párizsba utazott, hogy immár Európában is bemutatkozhasson. A kiállításra Marcel Duchamp segítségével a Pierre Colle Galerie-ben került sor. 1940-ben aztán a mexikóvárosi Galería de Arte Mexicano által szervezett nemzetközi (és Mexikóban az első) szürrealista kiállításon szerepelt, s a tárlat két nagy szekciója, a „nemzetközi” és a „mexikói” művekre fókuszáló blokk közül Frida Kahlo az előbbiben kapott helyet olyan művészekkel együtt, mint Giorgio de Chirico, Yves Tanguy, Max Ernst, vagy éppen Marcel Duchamp. Kahlo ápolta tehát a szürrealistákkal való kapcsolatot (MAHON, 2011; PORCHINI 2017; HAYNES), bizonyos megszólalásai ugyanakkor ambivalens viszonyulást feltételeznek az irányzathoz, egyedül Duchamp-t tartotta például két lábbal a földön járó „igaz” embernek a sok „őrült-elmebajos” szürrealista között, a párizsi művészi életet pedig nagy-

³ „I have never had an exhibition before. I was always shy and afraid to show my things. The first time in my life I sold a work was a few weeks ago to Edward G. Robinson. I gave as a present three or four paintings to people I like, and that is all. I never knew I was a Surrealist till André Breton came to Mexico and told me I was. The only thing I know is that I paint because I need to, and I paint always whatever passes through my head, without any other consideration.” (HERRERA, 2020: 28.)

zolónak, dekadensnek látta, s úgy vélte, Európa „rothad” (HERRERA, 2020: 18). Már e kívülállóság-tapasztalatra utaló megjegyzések is jelezhetik valamelyest, hogy Kahlo művészi gyökerei másutt keresendők. Ám még jobban rávilágíthat erre az a tényező, hogy legtöbb képe visszakövethetően életrajzi elemekkel dolgozik, azaz motivációjuk feltehetően eltér a szürrealista eszmékétől: még ha a fantáziaképszerű ábrázolásmódok megjelenésükben hasonló jegyeket is mutatnak az irányzattal, nem a fentebb említett, s főként európai léttapasztalatból eredő problémák hatottak rá, mint ahogyan az is kétséges, hogy pusztán valamiféle „öncélú”, modernista formabontás iránti vágytól vezérelve készítette volna műveit. Kahlo nem festett elolvadó órákat (mint akár Salvador Dalí), s szenvedő nőalakjai nem valamiféle rejtett és elképzelt szimbolikából erednek – jegyzi meg egyik vezető monográfusa, Hayden HERRERA (2018: 63) –, Kahlo azt festette, ami *vele* történt. Herrera ezért is vitatja a sokak által „leginkább” szürrealistának tartott *Amit a víz adott nekem* (*What the Water Gave Me*, 1938) című kép (ahol egy kád fürdővízben ábrázolja saját lábfejét, körülötte sorsfordító eseményeivel és fontos emlékképeivel) irányzathoz kötődését is. De ugyanitt lehetne említeni egy másik nevezetes képet, *A megsebzett szarvast* (*The Wounded Deer*, 1946) is, mely kvázi kentaurként ábrázolja Kahlót (agancssal és egy szarvas nyilakkal teletűzdelt testével, a háttérben kettétört, élettelen fákkal), mely szintén tekinthető szubjektív vonatkozásúnak, amennyiben műteti fájdalmaira utal (ebben az évben végeztek rajta például csontátültetést). Kahlo és a szürrealizmus „egyértelmű” összetartozását érdemes tehát némi távolsággal kezelni, s inkább úgy fogalmazni, hogy művei bizonyos hatások és formajegyek alapján közelítenek az irányzathoz, vagy ha úgy tetszik, egy sajátos, szubjektív vagy akár „naiv” és mexikói hagyományokból is táplálkozó „szürrealizmust” adnak elő. Már csak azért is fontos ezt hangsúlyozni, mert a besorolás reflektálatlan elfogadásával kvázi egy újabb európai „intervenció”, vagyis egy művészettörténeti értelemben vett kolonizációs törekvést is elfogadnánk (amennyiben az európai művészet kategóriáit és elnevezéseit alkalmazzuk egy másik kultúrából származó művészi kifejezőmódra), ami egyébként illeszkedhet abba az „erőszaknarratívába” is, amely Mexikó újkori történetét a gyarmatosítás révén meghatározza (pl. az ún. „Malinche-mitológia” a spanyol hódító Hernán Cortés, valamint bennszülött tolmácsnője és szeretője, Malinche kapcsolatára utal, ahol Malinche alakja a konkvisztádorok által „megerőszakolt” Mexikót testesíti meg, ld. LINDAUER, 1999: 34–35).⁴

⁴ Malinche szerepének kettősségéhez ld. GYÖRGY 2018.

A szürrealista vonatkozások ugyanakkor több szempontból is érdekesek számunkra. Egyrészt a művész kanonizációja kapcsán, hiszen az alapvetően férfiak által dominált – szürrealista – művészvilág Kahlót *nőként* ismerte el egyenrangú alkotótársként, kollégaként, vagyis nőként boldogulhatott egy maszkulin játéktérben, ami mexikói szemmel még kevésbé lehetett szokványos. Emlékezhetünk, Kahlót hazájában – ahol a festészet egy nő számára nem hivatást, hanem alapvetően privát, szabadidős tevékenységet jelenthetett – sokáig csak Diego Rivera festő feleségeként ismerték, s ekként vele szemben, férjes asszonyként, a gyermekáldás volt az elsődleges társadalmi elvárás (LINDAUER, 1999: 46). A kutatók álláspontja nem egységes a tekintetben, hogy e nyomásnak lehetett-e szerepe – s ha igen, mekkora – a vetélések tragikus megfestésében (ami e patriarchális viszonyok között kvázi „társadalmi felmentést” jelenthetne egy nő számára), illetve hogy az ilyen ábrázolások vajon a gyermekek elvesztésének fájdalmáról vagy inkább a saját testi fájdalom drámájáról szólnak igazán (ZETTERMAN, 2006). Számunkra itt természetesen nem ez a spekulatív és valószínűleg megválaszolhatatlan kérdés lesz releváns, hanem maga az a tény, hogy e problémákat Kahlo női szempontból tette és tehette képzőművészeti témává, vagyis hogy *nőként* mutathatott meg olyan (intim) női helyzeteket, ami alapvetően a férfiak előjoga volt – persze azzal a különbséggel, hogy ezúttal nem férfi tekintetek általi szexualizált beállításokat láthatunk. A terhességgel, anyasággal vagy vetéléssel kapcsolatos ábrázolásokkal ráadásul még továbbment, hiszen ezáltal művészettörténeti előzményekkel nemigen rendelkező, speciálisan női témákat vállalt magára – erről szó lesz még a későbbiekben. Kahlo ugyanakkor egyéb tekintetben is eltért a társadalom által „elvárt” női viselkedésmintáktól, írja például a vele több interjút is készítő Bertram Wolfe (LINDAUER, 1999: 29). Wolfe „maszkulin” jegynek tekintette, hogy a festőnő olykor öltönyben járt, rövidre vágatta a haját, nőikkel is folytatott viszonyt, láncdohányos volt, nem vetette meg az alkoholt, vagy mert nyilvánosan is használt trágár és obszcén kifejezéseket – s ahogyan az közismert, szinte önarcképei védjegyévé vált összenőtt szemöldöke és az orra alatti pihe vagy „bajusz”, ami így ikonográfiai értelemben is kvázi a „hagyományos” vagy sztereotip nőkép elleni lázadásnak tekinthető. E határátlépő gesztusok – s köztük főként a nőművészként való érvényesülés lehetősége – nem elhanyagolhatók unikális nőábrázolásai szempontjából sem, melynek támogató közeget nyújtott a szürrealista mozgalom kanonizációs célzatú jelenléte is. Kahlo témái ezáltal – művészettörténeti értelemben is – megszülethettek, visszhangra lelhettek.

A szürrealista kapcsolatok és festészeti hatások másfelől azért fontosak, mert így képi médiumon szokatlan vagy korábban nem látott, tabunak számító kérdések is vászonra kerülhettek. Pontosabban: a szürrealizmus vonzalma a furcsához, az oda nem illőhöz, az abszurdhoz, valamint az irányzat „játékossága” és ironikus attitűdje megteremthette az alapot egy nézők számára is „feldolgozható” képi megfogalmazásnak, ahol a megjelenített tragédiák még fő motívumként sincsenek „nyers horrorként” tálalva. Magyarán, ezek a súlyos témák némiképp „könnyedebbé”, „légiesebbé”, s ezzel kvázi befogadhatóbbá válnak, hiszen a misztikus, akár „meseszerű” és sokszor perspektíva nélküli ábrázolások jelentősen ellentételezik a megjelenített drámát, feszültséget, szenvedést – sőt, bizonyos értelemben elvonntá is teszik azt. Például a már említett *A megsebzett szarvas* esetében, ahol bár a szarvas Kahlo fejét hordozza, az ábrázolásmód voltaképpen eltávolítja a nyílak okozta fájdalmat az arccal megjelenített szubjektumtól. Az ilyen jellegű eltávolítás irányába hathatnak ugyanakkor a mexikói népművészetből, vagyis a prekolumbiánus indián hagyományból származó, bizonyos értelemben profanizáló képi elemek is, mint akár az ősi maszkok megfestése. *A dadám és én* (*My Nurse and I*, 1937) című képen az indián dajka például egy teotihuacani temetési maszkban szoptat; csendéletein is feltűnnek ősi, sírmellékletként használt agyagszobrok (*Csendélet / Still Life – I Belong to Samuel Fastlich*, 1951). A Nap és a Hold együttes megjelenítése is gyakran visszaköszönő szimbolika Kahlo képein (pl. *Lucha María, tehucáni kislány portréja, avagy a Nap és a Hold*, 1942), melyek az azték fogalmak szerinti fény és sötétség közötti örökös háborúra, a kozmikus és földi erők egységére s a menny „uraira” utalnak. Előbbi a maszkulin, a megtermékenyítő, az életadó, utóbbi pedig istenek és emberek anyjaként a feminin entitást jelöli – ez a szimbólumrendszer a mexikói kultúrában keresztény jelentésréteget is kap (a keresztre feszített Krisztust ábrázoló képeken is megjelenik), így feltehetően Kahlo az ábrázolás drámai feszültségének fokozása céljából is alkalmazta. Meghatározó inspirációs forrást jelentettek számára a mexikói *retablók* (oltártáblák) is, melyek 10-12 hüvelyk méretű fémlemezre festett narratív fogadalmi képeket jelölnek. A szentek, Szűz Mária vagy Jézus Krisztus valamilyen tragédiát elhárító csodás közbelépését ábrázolják naiv stílusban (minimális vagy helytelen perspektívával, furcsa színhasználattal, aprólékos részletkidolgozással, az elbeszélő jelleg miatt olykor ismétlődő figurákkal), a képek alatt lévő rövid dedikáció pedig megadja a teljes történetet, valamint a benne szereplő hívek és a donátor nevét (HERRERA, 2018). Kahlo első

retabló „stílusú”, fémre festett képe a vetéléséről készült *Henry Ford Kórház* (*Henry Ford Hospital*, 1932), melyhez természetesen e mediális sajátosság is újabb jelentésrétegeket adhat – erre visszatérünk majd az elemzésben.

A fentiekből tehát körvonalazódhat, hogy Kahlóra, aki egyébként ateistának vallotta magát, a keresztény kultúrkör is hatással volt, és tudatosan építette festményeibe a keresztény ikonográfiai hagyomány bizonyos elemeit, ráadásul nemcsak mediális, hanem tematikus értelemben is. A már említett *A dajkám és én* című festmény, ahol a dajka ölében a gyermek testű, de felnőtt vonású Frida Kahlo arcképe látható, egyértelműen utalhat például a Szűz Mária és a karon ülő kis Jézus ismert nyugati keresztény ábrázolásaira, és azon belül is arra a típusra, ahol a gyermek Jézus kvázi felnőtt fejfel és felsőtesttel jelenik meg (vagyis a homunculuszelmélet alapján kész felnőtt formájában születő gyermekként – lásd például Masaccio és Masolino *Szent Anna harmadmagával* című képét, 1424-25 körül). Mindez azért is érdekes, mert ezek alapján Kahlo nyilvánvalóan azzal is tisztában volt, hogy a gyermekáldás mint képtéma a nyugati művészet kanonizált történetében alapvetően vallási kontextusban jelenhetett meg, vagyis egy elvontabb spiritualitás felsőbb regisztereiben, ahol a fókuszban a mennybe és Istenhez törekvő Jézus Krisztus, nem pedig a közemberek profánabb szintje, például a terhesség mint speciálisan női probléma állhat. Az európai kultúrkörben a „másállapot” megjelenítésében a Mária-kultusz dominált a leginkább – bár természetesen a görög mitológia is szolgáltat ilyen témákat, elég csak a Kalliszto-ábrázolásokra, s ezen belül is például Tiziano 1559-es festményére gondolni. De a motívum visszaköszönhetett királyi dinasztiák megrendelt festményein, mint akár Raffaello *La Donna Gravidáján* (1505-506), Holbein *Mórusz Tamás lánya* című képén (1526-27) vagy éppen Charles Beaubrun festményén a jövőbeni XIV. Lajos francia királlyal terhes Ausztriai Annáról (1638). Ugyanakkor jól látható, hogy e nem vallásos reprezentációk szintén idealizálják, vagyis megszabadítják a témát a női átalakulás mindenfajta testi szenvedésének megmutatásától, valamint hasonlóképpen kizárják az átlagember megjelenítését az állapotosság kapcsán. Az itáliai reneszánsz is igen „diszkrétén”, kvázi kódolva kezelte a termékenységet és a menstruációt, magyarul e témák pusztán „rejtjelezve” kerülhettek a képekre – hasznos lehet ehhez egy pillantást vetni például az ékszerek, s leginkább a gyöngyökkel, drágakövekkel kirakott melltűk vagy egyéb brossok ikonográfiájára is, melyek a menyasszonyt megjelenítő esküvői portrék szokványos elemeiként tűnnek fel. Ezek az ékszerek rendszerint az

újdonsült férjtől és családjától származnak egyfajta „ellenhozományként”, mely az arát – az ajándék „viszonzásaként” – voltaképpen a feleségszerepre és ezáltal az utódlásra, a családi vérvonal folytatásának kötelezettségére emlékezteti. Ilyen brossokat láthatunk például Botticelli *Tavaszi* (1470-es évek) című festményének központi nőalakjain is, ami valószínűvé teszi, hogy a képen a termékenység ebben a formában, a felszín alatt is megjelenik. A menstruáció kapcsán pedig említhetnénk Tizianótól az *Égi és földi szerelem* (1514) című képet, melyen a két oldalt lévő nőalakok ugyanazt a személyt mutatják be két különböző beállításban: a bal oldali, felöltözött figura egy szarkofágból lett kútra támaszkodva egy csokor mirtuszt fog, másik kezében egy korsót tart, eközben a jobb oldali, szinte meztelen figura bal kezében egy üst vagy edény látható, a háttérben lévő kupidó pedig a kút vizével játszik. A folyó víz ábrázolása szarkofágokon menstruációra utaló motívum (Péter és Marcellinus szarkofágján például öt alkalommal is szerepel ilyen ábrázolás, melyből kettőnek konkrét bibliai vonatkozása is van a vizet fakasztó Mózes és a samaritánus nő története révén) – Tiziano feltehetően ismerhette és felhasználhatta ezt a fajta vizuális hagyományt (NUTT, 2017).

Talán már e rövid kitekintésből is kiviláglik, hogy Frida Kahlo a maga termékenységgel kapcsolatos képeivel művészettörténeti értelemben egy sor radikális újdonságot vezetett be, hiszen egyfelől átlagembereket, modern nőket, s többnyire saját magát jelenítette meg rajtuk, másfelől e témákat, a termékenységet, a meddőséget, s egyáltalán, a nők sajátos testi tapasztalatait sokszor a maguk leplezetlenségében, kendőzetlenül mutatta be – tulajdonképpen ő volt az első, aki ezeket a kérdéseket ily módon vihette vászonra. Kahlo ugyanakkor kapcsolódott a „hagyományhoz” is, amennyiben bizonyos festményein pusztán rejtetten fogalmaz meg hasonló problémákat, ahogyan például csendéletein vagy különleges kegytárgyakkal, figurákkal és egyéb háttérelemekkel gazdagított önarcképein vagy önábrázolásain – idősebb lesz tehát a következőkben ezekhez a képcsoportokhoz is közelebb lépni.

A termékenység és a vetélés képei

Frida Kahlo legeklektánsabbnak tekinthető képe a vetéléssel kapcsolatban a *Henry Ford Kórház*, avagy a *Repülő ágy* (1932), melyről a fentiekben is esett szó. Ez volt az első olyan alkotása – egyébként férje, Diego Rivera biztatására –, ahol a művész a „retabló stílust”

alkalmazta mind mediálisan, amennyiben olajjal fémtáblára festett, mind az ábrázolásmódot tekintve, amennyiben a fő motívumot övező figurák és egyéb jelentőségteljes szimbólumok kvázi naiv „felsorolásban”, perspektívából kiemelve tárulnak elének, illetve ahogyan a képtémát, helyszínt feliratok is aláhúzzák. A kép mérföldkőnek számít abból a szempontból is, hogy az ún. „véres” vagy „horrorisztikus” önábrázolások sorában ez volt az első darab – Rivera szerint Kahlo ezzel olyan mesterművek sorozatába kezdett ekkor bele, mely példa nélküli a művészettörténetben. A kép említett fő motívuma Kahlo meztelen alakja, amint a detroiti Henry Ford Kórház ágyán fekszik vetélése után, alatta vérben úszó lepedő – az ágy körül különböző képi elemek láthatóak: egy fiú magzat, egy csiga, egy medencecsont képe, egy orchidea, egy gép mint feltehetően orvosi segédeszköz, orvosi modell a női testről (kvázi női torzó), melyeket összeköt a Kahlót ábrázoló figura hastájékáról induló véres „köldökszinór”. A festmény megszületésének háttere természetesen életrajzi vonatkozásokat rejt, hiszen 1932-ben került sor Kahlo második, életét is veszélyeztető vetéléseire, az orvosi beavatkozás és a kezelés ráadásul férje megbízatása miatt idegenföldön, Detroitban történt.

Művészi festővásznon soha korábban nem jelenhetett meg a női szenvedés a maga ilyen drasztikusságában és nyersségében – a központi alak, bár meztelen, teljességgel nélkülöz mindenfajta erotikus konnotációt, vagyis „férfias” szemszög helyett színtiszta a helyzet tragédiáját fizikailag is átérző és átélő női perspektíva érvényesül, ennyiben is rendkívül eredeti és újszerű az ábrázolás. Az arcon lévő könnycseppek elnagyolt, határozott kontúrú, fehér cseppekként való naiv megmutatása a szomorúságot kifejező színházi maszkok megjelenésmódjára emlékeztet, s ez a megoldás talán az állapot állandóságára, a fájdalom meg nem szüntethetőségére utal, amennyiben a felöltött maszk „érzelemkifejezése” sem tud megváltozni. Maga a szenvedés képi megfogalmazása, vagyis egy igen sokrétű és nehezen hozzáférhető belső állapot külső, azaz vizuális reprezentációja komplex művészi feladat, amit Kahlo rendkívül egyedi módon kivitelezett: a maszkyszerűség voltaképpen egyfajta tárgyi kivetülése a fájdalomtól megkövült, megmerevedett vonásoknak, vagyis egy olyan „segédeszköz”, amely a testtől némiképp eltávolítva vagy éppen abból kiemelve sajátos nagyításban és „egzakt pontossággal” képes megmutatni a figura aktuális beállítódását. Hasonlóképpen, vagyis a belső „külső objektívációiként” értelmezhetők akár a fekvő alak körül lévő szimbolikus tárgyak is, melyek szolgálhatnak az érzelmi állapot kvázi tudományos igényű szétszalazásaként is, a tragikus folyamatból

kiemelt pillanatképekként, s e különös montázs mögött egyfajta természetes kíváncsiság is meghúzódhat – hogyan jött létre, s egyáltalán, miből tevődik össze a szenvedés? Az ágy fölött középen, azaz hangsúlyos pozícióban látható magzat a vágyott, de „megtestesülni” nem tudó fiúgyermeknek ad ily módon „testet”, vagyis ismét egy nehezen megjeleníthető, hiszen nem létező entitásnak ad arcot. A kép szürrealista hatását fokozó, látszólag a jelenetbe nem illő csiga a beavatkozás és a rehabilitációs folyamat lassúságára utal; az ágy alatt középen orchideaszirmot láthatunk, mely alakjával, a kórházba látogató férjétől kapott virágon túl a méhüreget idézi. Tudva, hogy Kahlo fiatalon orvosi pályára készült, talán kevésbé lehet meglepő, hogy a kép két átellenes sarkában már a „tudományos” és szenvtelen tekintet kap szerepet a medencecsont és a női torzó ábrázolásával; a bal sarokban lévő, funkcióját illetően kérdéses masina pedig utalhat akár a műtét kegyetlen és gépies megvalósítására, de korrelálhat a háttérben feltűnő iparváros szürke épületeivel, óraműpontosságú és érzelemmentes működésével is. Itt feltehetően némi társadalomkritika és Mexikóba hazahúzó honvágya is felsejlik, ismét elvont fogalmak vizuális megjelenítődéseként. Lényeges elem, hogy ahol az említett épületek sorakoznak, ott a képet kettéválasztja egy markáns horizont, az alsó rész kvázi a föld barnáját, a felső regiszterek az ég kékjét kapják – az ágy tehát nem egy belső, zárt kórházi térben található, hanem e két szféra határán helyezkedik el diagonálisan, s bár nagyobb része, talán az esemény materialitása és valóságosága okán inkább a föld felé „húz”, máris érthető lehet ezáltal a kép alternatív és akár ironikusnak is tekinthető címe, a *Repülő ágy*. Ez, illetve az ágy és a centrális fekvő figura körül sugarasan elhelyezkedő objektumok a szürrealizmus valószínűtlen látomásainak képzetét kelthetik, miáltal maga a tragédia is kap egy „légies” ellenpontot, némileg absztrahálódik, „eltávolodik” a befogadótól, talán hogy a véres jelenet vizuálisan is emészthetőbbé váljék. Ehhez tehet akár hozzá a már említett retablóhatás alkalmazása is. Mint utaltunk rá, az ilyen fogadalmi képeken eredetileg egy tragikus eseményből való, „isteni beavatkozásnak” köszönhető megmenekülés, vagyis egy *csoda* képi elbeszélése történik. Ebben a kontextusban pedig maga a vetélés is merőben új színben, mondhatni pozitív megközelítésben tárul elénk: a kép így voltaképpen egy hálaadási gesztussá lényegül, amennyiben a kép alkotója az életét is veszélyeztető eseményt túlélhette, s ebbe az értelmezésbe talán a remény, egy jövőbeni, potenciális életadás is beleérthető.

A fentiek alapján tehát kijelenthető, hogy a *Henry Ford Kórház* esetében nem a vetélés tragédiájától elködösödött tekintetű művész formátlan vagy bárdolatlan, terápiás célzatú traumafeldolgozása áll, hanem egy nagyon is tudatosan felépített művészi kifejezéssel állunk szemben. Vagyis a műre oly gyakran alkalmazott „biográfiai” vagy „szubjektív” jelző azzal a megkötéssel fogadható el, hogy a témák és a művek bár közvetlen vagy személyes ihletettségből táplálkoznak, de ezt a közvetlenséget vagy személyességet Kahlo a művészi megmunkálhatósághoz elengedhetetlen távolságból adja elő – nem a vér és a horror, hanem a női test korábban nem látott perspektívába állítása, a bemutatás módja lesz a nóvum.

A vetélés konkrét ábrázolásaival összefüggésben ugyanakkor még számos kép tárgyalható. Ilyen például a *Frida és a vetélés (Frida and the Miscarriage)* című fekete-fehér litográfia szintén 1932-ből, melyen a *Henry Ford Kórház*éhoz hasonló motívumokat fedezhetünk fel: egy ezúttal középen álló, Kahlót ábrázoló, könnyező és vérző meztelen nőalak, s körülötte ismét csak kiemelt képi elemek és szimbólumok, úgymint a magzat, a megtermékenyítés és az embriófejlődés különböző stációi, a férfi-női kapcsolatra és egybeolvadásra utaló, egyébként könnyeket hullajtva megjelenő Nap–Hold-szimbólika, valamint egy festőpaletta és megint csak feltehetően a megtermékenyítést jelképező különféle növényi elemek – a nőalakban fejlődő embriót és a mellette lévő magzatot szintén egy köldökzsinór köti össze a kép bal oldalán, a másik oldalon a könny és a vér, majd a termőföldből kikelő növények „útját” követhetjük, s ezzel kvázi egy cirkulárisan olvasható narratív képi kompozícióhoz jutunk, ahol maga ez a cirkuláris logika is az élet körforgására, újjáéledésére utalhat. Kahlo ugyanebben az évben, tehát 1932-ben festette meg nevezetes *Születésem (My Birth)* című képét is, melynek biográfiai hátterét a vetélés mellett édesanyja halála jelenti. A kép brutális erővel fogja össze e két tragédiát, amennyiben középpontjában ismét egy ágyon fekvő, ezúttal vajúdó pózban lévő és lepedővel letakart arcú figura mint az édesanyja „portréja”, valamint az éppen megszületőfélben lévő gyermek mint a halott Frida Kahlo jelenik meg egy véres lepedőn. A hűsbavágó jelenet anya és lánya életben és halálban való összetartozásának, valamint a festő terméketlenségének megrendítő vallomása, amennyiben méhéből egyfelől csak „halott gyermek” jöhet világra, másfelől amennyiben maga Frida kvázi „társadalmilag” válik „halottá”, minthogy az őt körülvevő patriarchális kultúrában képtelen beteljesíteni az elvárt feleség- és anyaszerepet. A kép vallásos konnotációit a retablók megidézése (tech-

nikája szintén olaj fémlemezen), illetve az ágy fölött függő Fájdalmas Szűzanya portréja erősítheti fel, míg művészettörténetileg ironikus módon Gustave Courbet a maga idejében botrányt keltő *A világ eredete* című, 1866-os képét idézheti, persze annak ellenpárjaként, teljességgel „antierotikus” kivitelezésben. Fontos lehet még megemlíteni a *Frida és a császármetszés* (*Frida and the Cesarean*) című, 1931-es befejezetlen festményt is, ahol az elképzelt császármetszés reménye tűnik fel Frida meztelen, belső szerveit is megmutató alakján keresztül egy szintén narratív jellegű, több képmezőre felosztott kompozícióban. Érdekes lehet tárgyalni e kontextusban *A kör* (*The Circle*, 1954) című rendkívül szuggesztív, s egyben igen elvont és lírai ábrázolást is, melyen a női test, vért spriccelő, szinte felrobbanó, fej és láb nélküli „torzóként”, s eközben a természeti környezettel, főként fákkal és egyéb növényzettel szinte egybeolvadva jelenik meg. A már-már posztimpresszionista hatású, kör alakú festmény talán éppen ezért fonáságában is az életet „ünnepli”, ismét megmutatva, hogy a meddőség és a termékenység csakis egymás mellett, egymás vonatkozásában érthető és értelmezhető – s az ilyen vonatkozású képek sora természetesen még hosszan folytatható.

Önarcképek és csendéletek

A következőkben a termékenység és terméketlenség korábbiaknál rejtettebb motívumaira térünk ki, ezek gyakorta különböző önarcképeken és csendéleteken tűnnek fel. A már említett *A dadám és én* (1937) című festmény felnőtt arccal és gyermek testtel mutatja Frida Kahlót az őt szoptató, maszkot viselő indián dada mellén – a kahlói ikonográfia visszaköszön, a megjelenő tejcseppek összecsengenek a korábban is elemzett vér- és könnycseppek ábrázolásával, s eme életművön átívelő motívum révén akár a termékenység képében is potenciálisan megbúvó fájdalomnak, sőt, a meddőség rémének finom és impliciten maradó megfogalmazását láthatjuk viszont. Az asszociációs lánc ugyanakkor tovább bővül, amennyiben a háttér baljós, sötétké égen – talán egy újabb utalásként arra, hogy bármikor minden „sötétbe” borulhat – a tej „csepegéséhez” hasonló megformálásban szemerkelnek az esőcseppek. A vizuális egyezés, vagyis a tej, valamint az eső mint életet adó, termékenységet jelentő szimbólum rímélése a fentebb már érintett ember és természet összeolvadásának jelképrendszerét bővíti. Ennek to-

vábbi képi bizonyítékaul szolgálnak a háttérben az esőt magukba szívó növények, mint a dadája segítségével táplálkozó gyermek Kahlo kvázi természeti megfelelői – a dada mellében ezen felül szintén apró növényekként tűnnek fel a tejmirigyek, ezzel is aláhúzza a természettel való szoros összetartozást. A festmény életrajzi dimenzióihoz tartozik, hogy Fridát csak rövid ideig tudta szoptatni az édesanyja, mivel szinte rögtön terhes lett Frida húgával, Cristinával (a két testvér között tizenegy hónap a különbség), így a kép értelmezéséhez ily módon az anyahiány, s átvitt értelemben, immár Fridára vonatkoztatva, az anyaképnek való meg nem felelés tapasztalata is hozzátartozhat.

A *törött oszlop* (*The Broken Column*) című, 1944-ben készült olajfestmény hasonló háttér előtt, de immár egyedül mutatja a felnőtt Kahlo alakját derékig meztelenül: a horizont ismét egy viharral fenyegető, borult, sötétkék égboltot és egy sivár, ürességében is zöldellő természeti tájat választ el, a Kahlót ábrázoló figura arcán a színházi maszkok jól ismert, fehér könnycseppjei, testét fehér merevítők ölelik körül, gerincoszlopa helyett pedig egy erősen megrepedezett ión oszlop látható. A belső, vagyis a fájdalom érzete tehát – a korábbi példákhoz hasonlóan – „eltávolítva”, azaz egy külső objektumra vetül ki szürrealizmust idéző stílusban, és mégis talán mindennél beszédesebben. Korábban utaltunk rá, hogy Kahlo az európai festészet keresztény szimbólumrendszerében és hagyományában is jártas volt, így a szögekkel a testében feltűnő figura, valamint az oszlopot keresztező merevítők voltaképpen egy belső „keresztre feszítés” jelenetét festi meg, valamint Krisztus szögekkel megkínzott testi szenvedését transzponálja a saját helyzetére – a legnagyobb szög a szív helyén található a reprezentáció pátoszáét és tragikus hangvételtét erősítendő. A deréktól lefelé megjelenő lepel vagy kvázi üresség ismét csak utalhat a meddőség drámájára – nincs *mit* megmutatni –, ahogyan a belső állapot allegóriájaként is értelmezhető, háttérben lévő kopár és elhagyatott tájon sincs megmutatnivaló, melyből Kahlo alakja kvázi *kinőtt*, s amelynek ő maga is inherens részét képezi önnön terméketlenségével – az ábrázolásmód ezúttal nélkülöz mindenfajta pozitív felhangot és reményt, a képen a szenvedésből kilábalni nem tudó, megtört Fridát láthatjuk. Témánk szempontjából szintén beszédes az 1940-es *Önarckép tövis nyakláncsal és kolibrivel* (*Self-portrait with Thorn Necklace and Hummingbird*), mely első megközelítésben és színhasználatát tekintve már sokkal energikusabb és életigenlőbb miliőt sugároz a maga buján zöldellő növényeivel és az olyan tréfásnak mondható képi elemekkel, mint a háttérben lévő majmocska vagy éppen a pillangóformájú hajtűk. Ezzel kontrasztban

a másik oldalon megjelenő fekete macska ugyanakkor vészjóslóan tekint ki a képből, Kahlo arcának beállítása merev és szigorú, a nyakán fonódó tövisfonat „nyaklánc”, melynek mentén finoman sarjad a vér, pedig szintén a krisztusi szimbolikára utal. A medál, vagyis a kolibri szintén „kétarcú” jelkép, amennyiben az aztékok szerint a háború istenének hírnöke, akit azonban a termékenység istennője hozott a világra (LANTOS, 2018) – ábrázolása nem lehet a véletlen műve, azaz szintén példája lehet a „belső” lelki folyamatok Kahlo képein megszokott exteriorizációjának.

Az olyan csendéletek, mint például *Az élet virága* (*The Flower of Life*, 1944), *A Nap és az Élet* (*The Sun and the Life*, 1947) vagy éppen a *Csendélet papagájjal és zászlóval* (*Still Life with Parrot and Flag*, 1951) folytatják az ilyen jellegű „képes beszédet”. A legelső tulajdonképpen egyfajta vörösben úszó, antropomorf növényi motívum révén egy „férfi” és egy „női” lényeg (egy fallikus forma és benne egy méhet idéző „üreg”) találkozását mutatja be a megtermékenyítés pillanatában, a jobb felső sarokban lévő vörös Nap akár e megtermékenyítendő petesejt allegóriájaként is olvasható. A sorban a második kép ismét a pirosas árnyalatban látható, a megtermékenyítő Nap szimbolikájával és az előző festményen is megjelenő, egy-egy helyen az ejakulációt idéző növényi elemekkel dolgozik; míg a legutoljára említett ábrázolás Mexikóban honos gyümölcsöket, többek között kettévágott sárgadinnyét, fügekaktuszt vagy nagy szapotát (*mamey*) mutat meg, mely utóbbi, szintén kettévágva és átszúrva egy apró mexikói zászlóval, a női nemi szervet idézi – a felvágott, de a festményen még szinte kicsattanóan egészségesnek tűnő lédús gyümölcsök kettévágva és átszúrva voltaképpen a pusztulást jövendölik, s akár a termékenyben megbúvó terméketlenség igen eredeti vizuális megfogalmazásaként is érthetőek. Megrázó fúziója végül a növényi motívumok és a meddőség témájának az évszám és cím nélküli, „Szív, kaktusz és magzat” (*Heart, Cactus and Foetus*) címkével jegyzett olajkép, ahol egy embrió konkrétan is feltűnik, és egy kaktusz által megsebzett szívhez kapcsolódik a már jól ismert köldökhúsinór-motívumon keresztül – a szimbolika alkalmazása itt is tudatos művészi technikának tekinthető.

A tematikához kapcsolható képeket természetesen sokáig lehetne még elemezni – a motívum szinte kimeríthetetlen Frida Kahlo festészetében. Az alábbi dolgozat nem is vállalkozhat arra, hogy e kérdést a maga teljességében tárgyalja, mindössze vázlatos képet nyújthat. Összegezve: a tanulmány arra tesz kísérletet, hogy rávilágítson a termékenység és a terméketlenség reprezentációjának néhány markáns vonására, azaz stílár

jellemzők, hatások s főként a tematikus egységek vagy képkategóriák felvillantásával potenciális fogáspontokat kínáljon az életmű ilyen irányú értelmezéséhez. A magyarországi Frida Kahlo-kutatás jelenleg még csak keresi ezeket a kapaszkodókat – a 2018-as budapesti kiállítás ellenére is, igényesen megszerkesztett katalógusának izgalmas és főként a nagyközönségnek szóló tanulmányai e munka kezdetének tekinthetők –, s az is megértendő jelenség, hogy popkulturális beágyazottsága miatt lehet nagyobb jelenleg, mint a tudományos feldolgozottsága. A dolgozat írója csak reméli, hogy e kérdések felmerülhetnek a közeljövőben, s Frida Kahlo, a személy után immár a művészettörténeti szempontú megközelítések, motívumelemzések is divatba jöhetnek, akár a termékenység releváns képtémájáról is.

IRODALOM

- ANKORI, Gannit (2013): *Frida Kahlo*. Reaktion Books, London.
- BAJOMI Lázár Endre (1979): *A szürrealizmus*. Gondolat Kiadó, Budapest.
- CORDERO, Patricia (2018): Nincs mit elrejtteni. Frida Kahlo, kendőzetlenül. Ford. In: *Frida Kahlo. Remekművek a mexikóvárosi Dolores Olmedóból (kiállításkatalógus)*. Szerk. Lantos Adriána. Magyar Nemzeti Galéria – Szépművészeti Múzeum, Budapest. 25–53.
- GYÖRGY Erika (2018): *Malinche: áruló vagy áldozat? Egy indián nő szerepe Mexikó spanyol gyarmatosításában*. <http://midra.uni-miskolc.hu/document/28978/24779.pdf> (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 20.)
- HAYNES, Anna: *Frida Kahlo: An Artist 'In Between'*. https://www.gla.ac.uk/media/Media_41183_smxx.pdf (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 20.)
- HERRERA, Hayden (2020): *The Biography of Frida Kahlo*. Bloomsbury Publishing, London – New York – New Delhi – Sidney.
- HERRERA, Hayden (2020, szerk.): *Frida Kahlo. The Last Interview and Other Conversations*. Melville House, Brooklyn–London.
- JOSTEN, Jennifer (2006): Reconsidering Self-Portraits by Women Surrealists: A Case Study of Claude Cahun and Frida Kahlo. *Atlantis Critical Studies in Gender Culture & Social Justice*, 30(2): 22–35.
- KAHLO, Frida (1953): „*Mexican Autobiography*” <http://content.time.com/time/subscriber/article/0,33009,818329,00.html> (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 20.)
- KAHLO, Frida (2005): *The Diary of Frida Kahlo: An Intimate Self-portrait*. Abrams, New York.

- KAHLO, Frida (2018): *Frida Kahlo. Remekművek a mexikóvárosi Dolores Olmedóból (kiállítástalóus)*. Magyar Nemzeti Galéria – Szépművészeti Múzeum, Budapest.
- LANTOS Adriána (2018): „Nick, szeretlek...” *Frida Kahlo magyar szerelme, Nickolas Muray*. http://epa.oszk.hu/02900/02996/00023/pdf/EPA02996_artm_2018_05_018-023.pdf (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 20.)
- LINDAUER, Margaret A. (1999): *Devouring Frida: The Art History and Popular Celebrity of Frida Kahlo*. Wesleyan University Press, Middletown.
- MAHON, Alyce (2011): The Lost Secret. Frida Kahlo and the Surrealist Imaginary. *Journal of Surrealism and the Americas*, 5(1–2): 33–54.
- MORRISON, John (2003): *Frida Kahlo*. Chelsea House Publishers, New York.
- NUTT, Rachael G. (2017): *What You Look At, You Make: Menstruation and Fertility in Italian Renaissance Art*. <https://scholarworks.uvm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1045&context=castheses> (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 20.)
- PLATÓN (2005): *A lakoma*. (Ford. Telegdi Zsigmond.) Atlantisz Kiadó, Budapest.
- PORCHINI, Dafne Cruz (2017): *The 1940 International Exhibition of Surrealism: A Cosmopolitan Art Dialogue in Mexico City*. <https://ir.uiowa.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1329&context=dadasur> (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 20.)
- SCHAEFER, Claudia (2009): *Frida Kahlo. A Biography*. Greenwood Press, London.
- SOUTER, Garry (2011): *Frida Kahlo*. Parkstone, New York.
- TIBOL, Raquel (1977): *Frida Kahlo: Crónica, Testimonios y Aproximaciones*. Ediciones de Cultura Popular, Mexico City.
- ZETTERMAN, Eva (2006): *Frida Kahlo's Abortions. With Reflections from a Gender Perspective on Sexual Education in Mexico*. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00233600601130137?journalCode=skon20> (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 20.)

Termékenység és terméketlenség a keresztény hagyományban

NACSINÁK GERGELY ANDRÁS

Szaidnaja. Még a háború előtt jártam ott, Szíriában, Damaszkusztól északra. Egy sziklaszirt tetején félig erőd, félig madárfészek, egy monostor trónolt a sivatag peremén: a szaidnaji Istenszülő-zárda. Még a hatodik században alapították, ha minden igaz, maga Justinianus császár, akiről azóta is nehéz eldönteni, hogy tetteiben mennyi volt az őszinte hit és mennyi az elképesztő cinizmus. Bárhogya is, a monostor ott van mind a mai napig, jóllehet az utóbbi tíz év történeteitől megtépázva. És ott van benne, mint valami titkos barlang, rejtett kincs a templom háta mögött, a *Saghura* Szentélye.

Saghura nagyjából annyit tesz: *Tiszteletreméltó*. Azt a láthatatlan ikont nevezik így, amelynek különálló, kis kápolnáját olajmécsesek garmadája világítja meg, úgy-amenyire. Inkább pislákolásnak mondanám. A zárándok leveti a cipőjét, kivárja sorát, és belép a szobányi térbe, mely meleg és félhomályos, akár az anyaméh. Kisebb-nagyobb ikonok, fogadalmi ajándékok ezüstje-aranya lepi a falakat, a földön puha szőnyeg a talpunk alatt, s Kelet felé, egy mélyedésben ott van az Istenszülő képe, akihez messze földről érkeznek az év minden egyes napján, mindenféle felekezetű keresztények, de muszlimok és más hitűek ugyanígy. Őt nevezik *Saghurának*, és persze nem arról van szó, hogy ténylegesen láthatatlan volna, csupáncsak nem látható. Hiszen a mécsesek apró csillagaitól megvilágított sötétben, a szentély odvában, ezüstborítás alatt rejtőző, megfeketedett képmást nincs szem, amely ki tudná venni. De persze egyikünk sem azzal a reménnyel érkezett ide, hogy lássa – nem látni akarjuk, csak együtt lenni vele egy kis ideig a kőből épített anyaölből, pontosabban azt akarjuk, hogy Ő velünk legyen, és azt akarjuk, hogy segítsen.

Ezért jönnek a zarándokok a *Saghurához*, napkeltétől napnyugtáig, keresztények és nem keresztények, egyedülállók, családosok, fiatalok és idősebbek, de nők, főleg nők: csadorban, fátyollal, fejkendővel és hajadonfótt. Az egyedüllétre gyógyírt találni. Mert évszázadok, tán Justinianus kora óta makacsul tartja magát az a hit, hogy a szaidnaji Istenszülő segít a terméketlenségen.

– A muszlimok azért járnak ide, mert gyermeket szeretnének – felelte egyszerűen az apáca. – Miasszonyunk megmutatta nekik a hatalmát, és sok muszlimot meggyógyított már. Ők azután meséltek a gyógyulásukról, és most már több muszlim jár ide, mint keresztény. Ha Miasszonyunkhoz imádkoznak, ő itt lesz.

Miközben beszélgettünk, egy muszlim házaspár lépett oda hozzánk. Az asszony le volt fátyolozva, csak a szája látszott ki a fekete leplek alól. A férje nagydarab férfi volt, bajusztalan szakállal, és igencsak úgy festett, mint a dél-libanoni újságokban látható Hezbollah-parancsnokok egy vadabb kiadása. Bármilyen volt is a férfi politikai hovatartozása, az egyik kezében nagy tartályban olívaolajat hozott, a másikban egy óriási műanyag tál volt, tele friss cipókkal. Mindkettőt átadta az apácának, félénken lehajtott fejjel, nagy zavarban, mint egy iskolásfiú, és elment.

– Esténként jönnek – folytatta az apáca. Fogadalmat tesznek, és az asszonyok utána itt töltik az éjszakát. Ott alszanak takaróikon Miasszonyunk szent ikonja előtt, amelyet Szent Lukács festett. Néha az asszonyok megeszik a lámpás kanócát, amely ott ég a kép előtt, vagy megisszák a szent olajat is. Reggel azután isznak az udvaron lévő forrás vizéből. Kilenc hónap múlva pedig megszületik a gyermekük.

– És ez működik?

– A saját szememmel láttam – mondta Tekla nővér. – Jordániából érkezett egy mohamedán asszony, aki huszonöt éven át hiába várta a gyermekáldást. Már idősebb volt a gyermekszülésre alkalmas kornál is, de valakitől hallott a Saidnaji Szűzről. Idejött, két éjszakát töltött a szentkép előtt. Olyan kétségbeesett volt, hogy vagy húsz lámpa belét ette meg.

– És mi történt?

– Egy év múlva hármas ikrekkel jött vissza – felelte Tekla nővér.” (DALRYMPLE, 2014.)

Amikor tehát – ki tudja, honnan, annyi év távlatából – eszembe jutott a sziklaszirtbe kapaszkodó szaidnaji monostor és benne a *Saghura* kápolnája, tudtam, hogy nem kell tovább várnom az első mondatra: már tudom, honnan induljak el. Megjelent előttem a homokszín épületek képe, a kőkert a sivatag közepén, ahol apácák élnek árván maradt leánygyermeküket gondozva, míg e többszörös terméketlenség szívében ott lakik a

termékenység maga: az Istenszülő Szűz. Keresve sem találni szemléletesebb kifejezését annak a sokszólamú, ellentmondásoktól sem mentes viszonynak, amely a keresztény gondolatot fűzi a termékenységhez.

Elterjedt nézet, hogy az Ószövetségben, amely e szempontból legalábbis híven tükrözi a közel-keleti népek szemléletmódját, a termékenység az ég jóváhagyásának bizonyítéka volt, ellenben a terméketlenség – legyen az földé, asszonyé vagy esztendőé – úgyszólván átokszámba ment. A vándorló nép Istene viszont azt ígéri népének: „Minden más nép előtt áldott leszel: nem lesz terméketlen körödben sem férfi, sem nő, sőt még jószág sem” (MTörv 7,14). Világos beszéd: ahol termékenység van, ott áldás van, és viszont – ami pedig kívül esik a termékenység körén, az a kiválasztottság körén is kívül áll. A „mag megsokasítása” visszatérő ígéret, kézzelfogható bizonyíték arra, hogy az Úrral kötött szövetség, azaz kapcsolat, továbbra is érvényben van. Végso soron egzisztenciális szerződés ez: Isten a lelket kéri, cserébe pedig bőséget juttat: kövér jószágot, fiakat, dús legelőket, valamint egyéb kívánatos javakat. Az Ígéret Földje: zsíros és termékeny vidék, a pusztaságból nézve már-már visszahódított Paradicsomkert.

Csak hogy ez mégsem ilyen egyszerű.

Ott van mindjárt Jób, akinek az Istennel ápolta kapcsolata igazán azzal veszi kezdetét, amikor ráront a Sátán, és egy túlzásaival jóformán komédiába hajló csapássorozat eredményeképp megfosztja mindenétől. Ami ugyebár azt jelentené, hogy oda a bőség, oda a szövetség. Aki ennyire explicit módon átok alatt áll, hogy mindene egyszerre odavész, s nem hogy ismerősei, de józan gondolkodású neje is elfordul tőle és hagyja derűsen időzni a trágyadombon – nos, az ilyen ember nyilvánvalóan elvesztette kapcsolatát az éggel. És hihetőleg jogosan, minekutána csakis egy ki tudja, miféle súlyos, meg nem vallott bűn miatt érhetik ilyenét retorziók. Holott Jób Könyvének mennyei prologusából, amelyre a színen mozgó és gyötrődő szereplőknek nincs és nem is lehet rálátásuk, mindjárt az elején kitetszik, hogy éppen nem ez a helyzet. Hogy pontosan ebben az *elhagyatottságban* alapozódik meg egy lélek és Istenének olyan kapcsolata, amely kívül esik a konvencionális megállapodás körén. (Hogy aztán a végén, a javak nem kevésbé komikus visszaszolgáltatásával helyrebillenjen az elvárható isteni méltányosság mérle-

ge.) Mégis, itt jelenik meg talán először egy konvencionális értékeken túllépő Isten–egyén viszony képe – az áldás és átok emberi, pontosabban társadalmi értelmezésének megkérdőjelezésével együtt –, amely igazából nem alapul semmin, és ezért nem is függ semmitől. Kötőanyaga az indokolatlan bizalom, és ráadásul, ha jól megnézzük, mindkét fél részéről – sem Jób, sem pedig Isten nem lehet bizonyos abban, hogy egymáshoz való hűségük nem pusztá önámítás-e. Egyszóval itt jelenik meg, itt válik felismerhetővé a *szabadság*: isteni és emberi szabadság, a választás és bizalom indokolatlan szabadsága egymásban tükröződnek. Nem véletlen, hogy az ortodox kereszténység Jób égiektől is, földiektől is elhagyott, pokol kapujában tengődő, sebekkel borított alakjában egy eljövendő alakot lát fölsejleni: az Istenemberét, akinek abszolút szabadsága a teljes magány poklában is érvényesül – ugyanennyire, vagy még inkább indokolatlanul.

Aztán ott vannak az Írás egyéb terméketlen nagyjai: Sára és Ábrahám, akik angyalokat látnak vendégül, Erzsébet, aki végül a próféták pecsétjének ad életet, és persze maguk a próféták is, akik szinte mindig egy meddővé váló kapcsolat mediátorainak szerepében tűnnek fel – és közreműködésüknek köszönhetően szerencsés esetben ez a viszony újból termőre fordul. Ha egy egész nép szárad is ki lelkiileg, ők, egyedülként felvállalják a termékenységet; késznek mutatkoznak arra, hogy sorsukban ideiglenesen megvalósítsák mindazt, ami egy egész nép sorsa kellene, hogy legyen: áldásként létezni a világban, egy égi hang őrzőiként, egy indokolatlan szeretet és időtlen ragaszkodás tanúbizonyságaképp. A próféták a sivár pusztaságból vizitálják meg a népek prosperáló, ám terméketlen városait. Jónás – egy másik előkép – a ricinusbokor (igazából nem tők) árnyékából nézi Ninivét, és alighanem szívből kívánja, hogy pusztuljon már végre ez a szapora üresség, amely isteni jóváhagyás nélkül, ha ugyan nem épp annak ellenében merészel orcátlanul virágzni. Akkor ő, nem mellesleg, leteheti végre prófétaságának terhét, a megtérés igazságának képviselőjét, amelyet egymaga kénytelen hordozni e nyomorultak helyett. De Ninive nem pusztul el. Isten minden jel szerint ragaszkodik Jónáshoz is, a prófétai igazsághoz is, de megmagyarázhatatlan módon Ninivéhez is. A próféták mindig *valakihez* vagy *valakikhez* küldetnek: egy kapcsolat fenntartóiként, egy viszony újraalapozásának lehetőségeként. Nyitva hagyott ajtókként. Ezek az ajtók később pedig minden emberi lélekre egyenként nyílnak.

Talán ezen a ponton lehet megsejteni a változás lényegét, ami a kereszténység számára a régi világból az újba történő átmenetet jellemzi. A mindenség színeváltozáson esik át: az isteni jelenlét, ami eddig „odakint” volt, a mennyek felfoghatatlan magasságában, vagy jobb esetben is messze, a Szentek Szentjének elzárt mélyén, most már „belül” van. Vagy ott kellene lennie. Az együttlét vagy külön-lét *minősége* változik meg: külső autoritásból személyessé lesz. A szövetség stációi, ígéretei és buktatói most már a lélekben zajlanak: egyebek mellett a termékenység és terméketlenség törékeny dialektikája is oda helyeződik át. És itt most kénytelen vagyok egy rövid teológiai kitérőt tenni. A keresztény gondolkodás számára, ha felfedezhető valahol cezúra a létezésben, az nem – mint gondolni szokták – az anyagi és szellemi közt húzódik, hanem a *teremtett* és *teremtetlen* közt. Az ontológiai törés, amely a bűnbeeséssel bekövetkezett, nem azzal járt, hogy a világ anyagi és szellemi félre hasadt, hanem hogy megszűnt az eleven, bizalmas viszony a Teremtő és a teremtett világ egésze között. Más szóval nem az a feladat, hogy megkülönböztessünk testet és lelket, minden pozitívumot az utóbbi javára írva, míg az elsőt legfeljebb kerékkötőként véve számításba, mint ahogy a hívő dolga sem az, hogy a kettő közti feszültséget megtapasztalva és kihasználva a mérleget erőnek erejével a lélek és a lelkiek javára billentse. A sokszor és sokféle narratívával előkerülő dualista nézet, mely szerint a világ voltaképp a lomha anyag és a szárnyalni vágyó, ám sajnálatos módon az anyag börtönében sínylődő anyagtalan lélek küzdelmének színtere, semmiképp sem a keresztény teológia sajátja. Ezekben sokkal inkább ősi közel-keleti mitológémák paroláznak karteziánus eszmékkel. A keresztény intuíció szerint a valódi, ontológiai különbség a Teremtő és a teremtett valóság közt van: ez utóbbiba pedig „anyagi” és „szellemi” létezők egyaránt beletartoznak, innen nézvést egyik sem előbbrevaló vagy magasabb rendű a másiknál. Mindaz viszont, ami „teremtetlen” – a keleti teológia egyik kardinális terminusát idézve –, vagyis ami az isteni sajátja, csaknem elérhetetlenné vált a valóságban bekövetkezett ama törés által, amelyet a bibliai nyelv „ősbűnként” vagy „bukásként” aposztrofál. És ez az ontológiai törés egészen addig fennállt, ameddig az Istenember megjelenése új, minden addiginál szorosabb – és a szó szoros értelmében „szervesebb” – viszonyt nem létesített az isteni és az emberi természet, tágabb értelemben a teremtetlen és teremtett valóság között. De nem csupán arról van szó, hogy az isteni jelenlét valamiképp „megreparálta” a bukás óta romlásnak és széthullásnak kitett létezést, begyógyítva a bűn által okozott sebeket: ezért aztán az Írás „új emberről” és „új teremtről” beszél: „Ezért ha

valaki Krisztusban van, új teremtés az: a régi elmúlt, és íme: új jött létre!” (2Kor 5,17). A megváltás ereje nem a régi, bukott világ javításának sikerében rejlik – erkölcsi útmutatással, bölcs tanítással vagy akár „jó példával” –, hanem abban, hogy olyasvalami jön létre, ami addig nem létezett: a keresztény értelemben vett üdv távlatai merőben új távlatok, lényege egy addig ismeretlen valóság: misztérium. Ezért nevezi az egyházi hagyomány Krisztust, a megtestesült Istent „Második Ádámnak”, e szimbolikus névvel is jelezve az új kezdetet.

Azonban testi és lelki beidegződéseink általában arra ösztönöznek, hogy egyre a régi, bukott teremtés paradigmái alapján gondoljuk el a világot és önmagunkat: alkalmasint észre sem véve az újjászülető világ új horizontját. A kereszténységben „vallást” látunk, az Egyházban intézményt, tanításában pedig dogmatikai rendszert vagy etikai iránymutatást: az egyéni üdvösség és a társadalmi stabilitás megannyi eszközét. Az egyén arra törekszik, hogy „jobb” legyen, a közösség pedig arra, hogy „hasznossá” tegye magát (vö. YANNARAS, 1996). Ám ez csupán tünet: annak tünete, hogy még mindig az elaggott világot vesszük természetesnek, az egyetlen adott és egyetlen lehetséges realitásnak, amely sorsára hagyatott az idővel, és ilyen körülmények közt a legtöbb, amit tehet, hogy igyekezzék jól viselni magát, és lehetőleg sztoikus nyugalommal elmélkedjek önnön végességén. Pál apostol tanácsa – „az élet újdonságában járjatok” (Róm 6,4) – már nehezebben megvalósítható feladat lenne. A régi teremtés nem tud eltekinteni a halál sejt szinten ismert realitásától, miközben az új teremtés számára nem létezik halál – olyan antagonisztikus ellentét ez, amely a keresztény lét-tapasztalat szívét jelenti.

Ebben a régi mintát követő, mulandóságnak kitett létezésben a fennmaradás vigaszt egyetlen dolog biztosíthatja: az emlékezet. Az ember, ha közvetett módon is, visszhang módjára, róla tanúskodó művek által hosszabbíthatja meg létezését – legyen szó utódokról, megművelt földekről vagy „halhatatlan” alkotásokról. Egy emléktábla valamely roskatag bérház falán is jobb, mint a semmi. Ez volna tehát számára a „termékenység” értelme: fennmaradni. Az Ószövetség, az első teremtés világában a választott nép osztályrésze a sokasodás és fennmaradás: az *egyén*, meglehet, elvész, ám a *szövetség* Isten és ember közt, a néppel együtt és a nép által halhatatlan. Generatív öröklét, amely biológiai vagy szellemi produktivitáson alapul: és hajlamosak vagyunk rá, hogy ösztönösen ezt a szemléletet tegyük magunkévá; hogy továbbra is a termékenységnek ebben a dimenziójában gondolkodjunk – tudniillik a mennyiségiben. Termékeny anya az, aki sok utódot

hoz a világra, termékeny atya, aki sok gyermeket nemz; a termékeny szerző ontja magából a könyveket, ahogy a termékeny gondolkodó is az eszméket. Egy termékeny élet sok produktumot hagy maga után, s e tekintetben édesmindegy, hogy fizikai vagy szellemi produktumokról beszélünk. Ami a minőséget illeti, e megközelítésben legfeljebb másodlagos szerepet játszhat – az, hogy valaki „termékeny szerző”, a művek mineműségéről még semmit sem árul el. Ha valamit, inkább csak gyanút ébreszt.

A kereszténység szakít a generatív halhatatlanság természetbe ágyazott eszméjével. Ha konvencionális szemléletünkben az általános előbbre való is, mint az egyedi, a faj pedig fajsúlyosabb az egyednél, a teológiai kiindulópont ennek éppen az ellenkezője. A krisztusi tanítás horizontján a *személy* jelenti a létezés alapját (ZIZIOULAS, 1997). A legkézenfekvőbb példa talán a triadológia: az egyházatyák tanítása a Szentháromságot illetően. Itt nem azt találjuk, hogy egy „közös isteni lényeg” volna a kiindulópont, amely a teremtés forrása, s amely három – voltaképp esetleges – „személyben” tükröződik, hanem ellenkezőleg: a lét forrásánál egyetlen Személy áll: az Atya, és pontosan „atyai” mivolta az, amely lehetővé teszi mind a Fiú, mind a Lélek létét, s rajtuk túlmutatóan a mindenségét is. A Fiú pedig – „testet öltve” – szintúgy személlyé, konkrét létezővé vált – nem pedig „általános értelemben” emberré –, ami egyebek közt azt is jelenti, hogy nem csupán a test, az anyag (a „test mint olyan”), és vele a lelki és mentális tartalmak lettek megszentelve, mintegy „Istennel telítve”, hanem maga a *személy* mint egész is: sőt, éppenséggel mindez együtt, Istennel egyesülve illethető a „személy” elnevezéssel. Isten a maga mélységesen személyes mivoltával egyesíti a széthullani készülő világot, és ebben rejlik a világ egységének biztosítéka is. Kapcsolata a világgal – és viszont, a világ kapcsolata övele – legmélyebb formájában nem is lehet más, mint személyes: csak úgy teljesezhet be, ha „belülről”, a valóságnak ebből a mély és egyedi mivoltára érzékeny rétegéből táplálkozik. (Az evangéliumi nyelvben ezt illusztrálja a *kovász* és *só*: mind belülről hatva hoz létre változást.) És amennyiben nem áll meg ott, hanem minden külső formát, megnyilatkozást is ez a tágassá vált közvetlenség hat át: legyen az liturgikus, tanítói, gondolkodói vagy művészeti megnyilvánulás – de akár földművelés, játék, imádság vagy bármi más. Ha Isten is, ember is megszólítható. Ezért áll olyan hangsúlyos helyen a keleti keresztény hagyományban az ikon, amely mindezt szemléletesen, valóságosan, egyedien és mégis univerzálisan képes közölni.

Ebből következik, hogy minden, ami nem személyes, nem néven nevezhető és nem megszólítható: ördögi. A Jelenések Könyvében tomboló fenevad kilétét is egy számsor írja le. A bukott természet, amelyben általános szabályok, egyetemes törvények kényszerítő ereje hat, ezt az általánosat érzékeli előbbrevalónak: a rendszert, a többséget, a megszokottat. Miután zárt rendszerekről van szó, ezért a világ e zártságának, lepecsételt mivoltának emblémája: a halál. A megváltott természet ellenben megszólítható, mert nem az általános szabály, hanem az örök kivétel, a személyes viszony határozza meg: a szentek madarakkal és vadállatokkal értenek szót, viharokat csöndesítenek le, megrögzött gazfickókból tisztas embert faragnak. A megváltás ugyanakkor nem eltörli az általános érvényét (vagyis a „Törvényt”, vö. Mt 5,17), hanem csak a személyes hatálya alá helyezi. A természet nem szűnik meg természetnek lenni, csak épp felszabadul; a teremtettség valóság továbbra sem azonos a teremtetlennel, hanem azzal együtt, egységben létezik: és ebben a kapcsolatban rejlik szabadságának záloga. A testté lett Istenember eszik, iszik, izzad, örül, elfárad: nem megkerüli a természetet, vagyis a halált, hanem átváltoztatja. Krisztus nem „meghal, *de aztán feltámad*” – hanem általa a halál életté változik át.

A természet tehát továbbra is megmarad, de minden ízében és elemében más jelentést kap. Kenyér és bor immár nem „*végterméke*” a természet és az ember együttes munkájának, hanem *kiindulópont*: az átváltozás kezdete. A test nem „sírbold”, nem is törékeny „cserépkorsó”, az enyészet edénye, hanem templom – a szó szoros értelmében és idézőjel nélkül, mert csakugyan a Testetlen vesz benne szállást. De még a szavak is, mióta az Isten-Ige emberré lett, más fénytörésben állnak: és szoktatnunk kell magunkat ahhoz, hogy ne néhai értelmük szerint használjuk őket. Ilyen megújult, és megújulásra váró szó például a *termékenység* és *terméketlenség* fogalom párja is.

Mintha tökéletesen ismernénk jelentésüket – ámde tüzetesebben szemügyre véve őket, lehetőleg evangéliumi távlatban, máris kezd látszani, hogy másfelé irányulnak, mint korábban: nem a fennmaradás vagy a továbbörökítés lesz az elsődleges jelentésük. Talán az a mód, ahogy Krisztus használja e szavakat, némi eligazítással szolgálhat a kérdésben.

Kézenfekvő kiindulópont lehet a magvetőről szóló példázat: azon ritka példabeszédek egyike, amelyeket maga Jézus magyaráz meg hűledező tanítványainak. És ez-

zel máris egy fontos ponthoz érkeztünk, mely rávilágít a két világ, az Ó- és Újszövetség világának és szóhasználatának különbségeire. A rabbinikus hagyományban a példázat szerepe általában az, hogy megmagyarázza, szemléletes vagy szellemes párhuzam segítségével világosan érthetővé tegye az Írás valamely nehezen érthető helyét. Jézus példázatai ellenben, ahogy azt Andrei Pleșu is észrevette, mintha épp ellenkezőleg, még tovább komplikálnák a meglévő értelmezési nehézségeket (PLEȘU, 2019). Ennek oka alighanem abban rejlik, hogy a jézusi parabolák nem illusztrációk, azaz nem *magyaráznak* bizonyos problémás szöveghelyeket, hanem a tapasztalatok bonyolult hálózatát képezik le: nem válaszokat adnak, hanem egzisztenciális helyzeteket teremtenek. A történetek, amelyek elhangzanak, egy-egy kérdés számára készített környezetként, „megismerési térként” foghatók fel. „Krisztus példázataiban nem a kényelmes válaszok széles választékát kívánja nyújtani, hanem behív a kérdés terébe. Azaz megkísérli megértetni a kívülállókkal, hogy nem kaphatnak választ olyan kérdésekre, amelyek nem foglalkoztatják őket, és amelyeket fel sem tesznek. Ahhoz, hogy a »kívülálló« megérthessenek egy ilyen beszédet, az szükséges, hogy *ne* értsék azt; hogy érezzék saját sötétségük vékáját” – írja PLEȘU (2019). Azaz a parabolákban elsősorban nem tanulságos mesékkal, hanem önnön léthelyzetünkkel – vakságunkkal, dilemmáinkkal – találkozunk. És ez igaz az olyan „megmagyarázott” beszédekre is, mint amilyen a magvetőé, amely afféle metapéldázatként működik: beszéd a beszédről, ige az Igéről: éppen arról van benne szó, hogy az üzenetet nem „megérteni” kell, hanem „befogadni”. (Ezért komikus, amikor a tanítványok tüstént rákérdéznek a szavak „jelentésére”.) A „termés bősége” vagy a „terméketlenség” nem az igén, a beszéden, még kevésbé a beszélőn múlik, sokkal inkább a befogadón: ahhoz, hogy az ember képes legyen felfogni az új teremtés szavait, nem elég „meghallani” vagy „ismerni” ezeket a szavakat, hanem alkalmas lénnyé, „jó földdé” kell válni hozzá (vö. Mk 4,20). Nem valamiféle elvont, „szellemi értelemben vett” termékenységről van itt szó, hanem arról, hogy csakis egy bizonyos *létezési mód* számára adatik meg az istenivel való kapcsolat az élet misztériumaként. Ahhoz, hogy az isteni szó létezhessen a világban, hogy megfoganhasson benne és termőre fordulhasson, mindekelőtt ezt a „létmódot” kell megvalósítani.¹ Minden más létezési stratégia, amely nem az életet adó Igével ápolat eleven kapcsolaton alapul, meddő.

¹ A „létmód” – *troposz hüparxeósz* – az ortodox teológiában elsősorban Hitvalló Szent Maximosz által előszeretettel használt fogalom.

Nem arról van szó tehát, hogy a keresztény gondolatban a hangsúly egyszerűen áthelyeződne a testiekről a lelkiekre, a természetről a „szellemire”, értsünk bármit is ez utóbbin. Sem az anyagi, sem a szellemi önmagában nem jelent biztosítékot semmire, sem az üdvre, sem pedig a kárhozatra. Ahogy van átitenült anyag – a keresztény Kelet ikon- és szentkultusza ebből táplálkozik –, éppúgy van istentelen szellem is. Az Evangéliumban a bőség mindig olyan kontextusban jelenik meg, hogy képtelenség egyértelműen „lelki” tartományba utalni, de ugyanígy képtelenség kizárólag szó szerinti értelemben is venni. Mint általában a Jézus által használt nyelvben: a szavak éppen az adott helyzet konkrétuma és az egyetemesség határvonalán állnak, mindkét tartományban egyaránt érvényesen – az „adjátok meg a császárnak, ami a császáré” (Mt 22,21) talán megfelelő példa erre. Ha a *bőség* és *szükség* vagy *szűkösség* fogalmainak előfordulását vizsgáljuk, éppen ezt látjuk: a gazdagság, bőség, bővelkedés haszon, termés szavak mindig az üdvösséghez kötődnek, vagyis az isteni jelenlét ismérvei („Azért jöttem, hogy életük legyen és hogy bőségben legyen” – Jn 10,10), ellenben a szükség, ínség, nélkülözés az ember, s hogy pontosítsuk, a világba vetett ember – az Evangélium nyelvében a „szolga” – osztályrésze. Amikor pedig nem a *gazdagságról* van szó, hanem arról, hogy valaki *gazdag*, az gyakorlatilag a kárhozattal egyenlő. Olyan jelzöt vagy pozíciót bitorol ugyanis, amely Istent illetné: létezési módja ezért, ha nem is egyenesen sátáni, de mindenképp istenkísértés számba megy. („Könnyebb egy tevének átjutni a tű fokán, mint a gazdagnak bejutni Isten Országába.” – Mt 19,24.) A „gazdagság” és „termékenység”, a „kimeríthetetlenség” sőt, a „fölösleg” mind Isten országához tartozó fogalmak, tehát az isteni létmód jellemzői (ld. a csodálatos kenyérszaporítást); amikor ellenben evilági körülmények közt, azaz autonóm módon, Istentől függetlenül jelennek meg, akkor a létezés zsarnokaként, veszélyként, igazságtalanságként jelentkeznek (mint egy másik példázat a gazdag ember esetében, aki a termésből keletkezett fölöslegnek készült újabb és újabb csűröket építeni, miközben záros határidőn belül lelkéről kell számot adnia: Lk 12,16). A „fölösleg” ugyanis, a bukott, önmagába zárt világban végképp „halott” dolog: mint ama kincs, amelyet „moly és rozsdá emész” (Mt 6,19), vagyis ami nem szolgálja senkinek a javát, nem fordul termőre, amelyből (tulajdonosán kívül, aki e kincsek rabtartója) senki sem részesül. Márpedig ez volna a dolog veleje, a *részesülés*: mindaz, ami szolgál, megosztásra kerül, amiből részesülni és aminek örülni lehet, annak léte nem fölösleges, nem halott: részt vesz az Életben és maga is életet ad. Ami csak

találkozik Istennel, a valóságos Élettel, megszűnik elkülönülni, önmagába zártnak, tehát praktikusán holtnak lenni – hiszen a halál a végső elzártság, az ontológiai elkülönülés állapota. Amikor az evangélium „gazdag fővámszedője”, Zákheus találkozik a két lábon járó Istennel, tüstént megszabadul a fölöslegtől, amelyben eladdig letétbe helyezte a lelkét, azaz „önmagát”: „Ha valakitől valamit törvénytelenül elvettem, négyannyit adok helyette” (Lk 19,8).

Itt szemlélhető az „*ami je van*”-ból az „*ahogyan van*”-ba átváltozás csodája, vagy ahogy Erich Fromm mondaná, a *birtoklásból* a *létezésbe* való átmenet: az új létezési mód, amikor a személyt nem a mennyiség definiálja, nem az mutatja meg, hogy ki ő, *amit* birtokol – legyen szó javakról vagy akár tulajdonságokról, szokásokról, ismérvekről, melyek az „övéi” –, hanem az, hogy *miképpen* létezik. Hogy viszonyban áll-e Istennel és a többi emberrel (idézzük ide a két „főparancsot”), vagy pedig viszonymentesen, nézetei és vágyai örök és reménytelen referenciapontjaként tengődik. (Vö. FROMM, 1994.)

Bőség és termékenység tehát eredeti jelentésében Istenhez tartozik: az ember, amíg a bukott teremtésben él, legfeljebb ennek szálnalmas paródiáját művelheti. Pótlékok keresése közepette, ahol mindegy is, mennyi az, amit birtokol, mennyi is a fölösleg, amelyet a holnaptól félve megtart, mert maga a kisajátítás mozdulata vágja el őt az Élettől, szálnalmas, holt dologgá silányítva bármit, amit a keze közt tart. A gonosz szőlőmunkásokról szóló példabeszéd is ezt járja körbe: a napszámosok ördögi mivolta nem abban rejlik, hogy a szőlőskert urától küldött hírnököket rendre kiebrudalják, hanem abban a végzetes tévedésben, hogy a kert az övék lehet: „Amikor a munkások meglátták a fiát, így szóltak egymás között: Ez az örökös, gyertek, öljük meg, hogy mienk legyen az örökség” (Mt 21,38). Mintha a létezés természetét illető végzetes vakságukban megfedekeznének róla, hogy bár a kertben ők dolgoznak, ők tartják azt rendben, de hogy a szőlő kihajt és rajta gyümölcs terem, korántsem az ő érdemük, hanem a teremtésnek köszönhető, végső értelemben pedig a Teremtőnek. „Én vagyok a szőlőtő” – mondja magáról Krisztus, az egyértelműség kedvéért (Jn 15,5).

Hasonló felvetés ismétlődik, jóllehet eltérő hangsúlyokkal, a talentumok jól ismert történetében. Miben is áll a „rossz szolga” vétke? Hogy a talentumot a földbe rejti, és sértetlenül szolgáltatja vissza urának – sértetlenül ugyan, de „haszon” nélkül is. „A haszontalan szolgát pedig vessétek ki a külső sötétségre! Ott lesz majd sírás és fogcsikorgatás.” (Mt 25,30.) Nem túlzás ez? Amikor a szerencsétlen éppen azon volt, hogy biztonságban

megőrizze azt, amit az úr, e kiszámíthatatlan valaki reá bízott. De épp itt van a bökkenő. Hogy semmi *egyébre* nem volt gondja (képtelen lévén a „bőség” és „termékenység” tágabb kategóriáiban gondolkodni), mint megúsni valahogy ezt a talentumosdit. Sem a reá bízottal, sem az urával nem foglalkozott, egyes-egyedül önmaga biztonságával törődött, nem vállalva a többlet kockázatát. (Amelyről már kezdjük sejteni, hogy transzcendens kategória, tehát *maga* a kockázat.) Márpedig e példázat alapján úgy tűnik, a kockázatot nem lehet és nem is tanácsos elkerülni. Az Istennel ápoltságban elkél némi kreativitás és merészség, de nem árt egy kevés kezdeményezőkézség és fantázia sem – máskülönben lapos, terméketlen, földbe temetett létezés lesz az osztályrészünk.

A bukott ember sokszor cselekszik amúgy „szolga módra”: valamit, ami az éghez tartozik, a földnek ad. Amit kapott, eltemeti „evilágba”, mintha nem is mennyei dolog volna. Vagy: „e világba” helyezve, az evilágra bízva eltemetődik, holtta lesz, lévén olyasvalami, amit a „föld” nem képes megtöbbszörözni, termőre fordítani. Hogyan is tudná – ha egyszer nem belőle való. A szövegben egyébként az áll, hogy az úr a szolgáknak „átadta a vagyonát” (Mt 25,14). Azaz nem egyszerűen „adott belőle”, hanem szétszította azt. Az Isten nem ad a *magából* valamicskét (ahogy mi tesszük, amikor adunk), hanem átadja *önmagát*: a keleti teológia úgy mondja, kiüresíti magát (*kenónetai*), amikor emberré lesz.² Szétszítja dicsőségét a teremtésnek. Talentumaink: erényeink, adottságaink, képességeink, de még szeretetünk is – tehát mindaz, ami bennünk valamirevaló, tükörcserepei ennek az isteni teljességnek. Nem tehetjük mindezt földdé: nem őrizgethetjük, pusztá félelemből, a magunk javára. Az „istenhiányos” világban ugyanis, elvágva az életet jelentő kapcsolattól, mindez nem lesz „több”: nem válik többé önmagánál, nem változik át bőséggé és létté az mindenki számára, hanem kolonc lesz, gond, és legfeljebb alkalom a kárhozatra, mint a fenti „rossz szolga” esetében.

Az Evangéliumban azt látjuk, hogy a létezés természetes állapota és rendje a bőség és öröm: és ez meg is nyilvánul abban a pillanatban, amint Isten feltűnik, és a világ nem kénytelen nélkülözni Őt. A mennyek országának képe Jézus beszédeiben sohasem valamiféle elvont üdvösség, hanem mindig lakoma, vigasság, menyegzői ünnepség. És ez az örövendezés az, ami – ha töredékesen is –, de azonnal kezd kibontakozni a megtestesült Isten jelenlétében: elég a kánai menyegzőre, a kenyérszaporításra vagy a jeruzsálemi bevonulásra gondolni. De az is elhangzik, hogy „az aratnivaló sok”, csak épp a munkáskéz kevés; a legszebben talán János evangéliumában: „Vajon nem ti magatok mondjátok-e,

² A fogalomhoz ld.: PERCZEL, 1999.

hogy még négy hónap, és jön az aratás? Íme, mondom nektek: emeljétek fel a szemeteket, és lássátok meg, hogy a mezők már fehérek az aratásra” (Jn 4,35). Ezekben a megnyilatkozásokban az aratás, a bőséges, beérett termés eszkatologikus távlatot nyer. „Az arató megkapja jutalmát és termést gyűjt az örök életre, hogy együtt örvendjen a vető az aratóval” (Jn 4,36). Itt már nem munkásokról és szolgákról van szó, jól vagy rosszul elvégzett munkáról, hanem arról az örömről, amit a beteljesedett év bőséges termése fölött *együtt* él át az, aki vetett, és aki aratott: az Isten és az ember. A keleti teológiában gyakran visszatérő fogalom a *szünergeia*, amelynek értelmében a megváltás műve, az üdv nem olyasvalami, ami kizárólag Isten munkája, hanem hangsúlyozottan az isteni és emberi tényezők együttműködésének gyümölcse. Máshol, még explicitebb módon, amikor búza és konkoly, értékes és értéktelen együttes jelenléte kerül szóba a Gazda szántóföldjén: „Az aratás a világ vége, az aratók pedig az angyalok.” (Mt 13,39.)

Amennyiben a termékenység, tágabb értelemben – amely adott esetben az anyagi termékenységet is magában foglalhatja – nem kizárólag a természethez köthető, hanem lényegileg egy kapcsolat kifejeződése, úgy ez a terméketlenségre is igaz. Az újszövetségi képlet azonban itt is árnyaltabb, mint az ószövetségi, amely hajlamos volt egyenlőséget tenni átok és terméketlenség közé. Az Evangélium legismertebb és alighanem leginkább zavarba ejtő példája erre azé a bizonyos terméketlen fügefáé, amelyet az Úr átkoz el, hogy „soha gyümölcsöt ne teremjen” (Mt 21,19), az pedig másnap reggelre teljesen elszárad. Korábban azonban, mintegy előrejelzésképpen már feltűnik egy hasonló kép az egyik parabolában is: „Egy embernek volt egy fügefá a szőlőjében. Kiment, gyümölcsöt keresett rajta, de nem talált. Ezért így szólt az intézőjéhez: »Íme, három esztendeje, hogy ide járok, gyümölcsöt keresek ezen a fügefán, de nem találok. Vágd ki, miért foglalja hiába a földet?« De az így felelt neki: »Uram! Hagyd meg még ebben az évben, amíg körülásom és megtrágyázom, hátha gyümölcsöt hoz jövőre; ha pedig nem, akkor vágd ki.«” (Lk 13,6–9.) A kulcs itt talán az együttműködésre, a *szünergeiára* való képtelenség: a fa *hiábavalóan* foglalja el a máskülönben termékeny földet; a benne rejlő lehetőséget nem váltja valóra, képtelen a beteljesülésre, amelyhez pedig minden adott. Ám egész más ez, amikor nem példabeszédben, hanem valóságos eseményként játszódik le ugyanez a Be-

tániába vezető útfélen. A fa hirtelen halála annyira zavarba ejtő, hogy nemcsak az apostolok, de a későbbi olvasók sem igen tudnak mit kezdeni vele: hiszen ebben az esetben még csak nem is arról van szó, hogy a fügefa ellene szegülne valamilyen isteni rendelkezésnek, vagy hogy ne tenné meg – ne „gyümölcsöztetné” – amit megtehetne; hanem arról, hogy egyszerűen nem jött még el a gyümölcs ideje. Krisztus átka ezért szembeszökően igazságtalannak tűnik.

„Mi volna ennél könyörtelenebb, égbekiáltóbb igazságtalanság?” – kérdi Nicolae Steinhardt. „Megátkozni egy szerencsétlen, kétségkívül ártatlan fát! Hiszen minden világos és egyértelmű; az igazságtalanságot és az indokolatlan haragot nem lehet letagadni, takargatni.” (STEINHARDT, 2001: 18.)

Ez a szakasz az ortodox liturgikus hagyományban nagyhét keddjén kerül felolvasásra: s az egyházi kommentátorok nem is igen leplezik a történetek feletti tanácsstalanságukat. A fügefa esetében legtöbbször „intő jelet” látnak, annak példáját, hogy az isteni szó nemcsak életet adhat, de ítéletet is szolgáltathat, méghozzá váratlanul; s ezen felül még az isteni irgalmasság tanújelét, hiszen Jézus ebbéli hatalmát nem emberen, hanem csupán egy növényen mutatta meg. Mások a fügefa gyümölcstelenségét szimbolikus módon magyarázzák: „Tehát József példája szerint tisztán kell élnünk, s a fügefa példájából okulva lelkileg mégis termékenynek kell lennünk. Mert aki csak ezt az előző – kétségtelesenül nagy – erényt gyakorolva a többi, s főként az irgalmat elhanyagolja, az nem mehet be Krisztussal az örök nyugalomba, hanem megszegyenül és visszautasításban részesül. Mert nincs szálnalmasabb és szégyenteljesebb dolog, mint az ilyen javak nélkül maradó szüzesség.” (A Szent Nagykedd szinaxárionja. *Nagyböjti énektár*, 1998: 636.)

A fa terméketlensége tehát az *önmagáért való* tisztaság jelképe itt: azé az üdvhajszo-lásé, amelynek kiindulási és végpontja is egyedül önmaga. Tisztának maradni és *mégis* termékenynek lenni: ez a paradox állapot az, amely jelzi, hogy a természet túllépett a maga hatókörén, a magára maradt világ által megszabott lehetőségeken, és kapcsolatba lépett a lehetetlennel, amelyben a természetfeletti nyilatkozik meg. Erről a fajta terméketlenségről beszél roppant emlékezetes módon a Júdás-levél is; a hitről, amely annak köszönheti meddőségét, hogy önmagának él: „Szégyenfoltok ezek a lakomáitokon, tartózkodás nélkül lakmároznak, és önmagukat hízlalják; esőtlen felhők, amelyeket a szelek ide-oda kergetnek, őszi, terméketlen, kétszer kiveszett, gyökerestül kitépott fák, vad tengeri hullámok, amelyek saját gyalázatukat tajtékozzák, bolygó csillagok, amelyekre

a sötétség vihara vár örökké” (Júd 1,12–13). „Kétszer kiveszett” – a görög szöveg nyíltan azt mondja: kétszeresen halott (δις ἀποθανόντα). Egyszer azért, mert bár ősz van, mégsem termett, így „belülről halott”, másodsorban pedig, ennek az előzőnek folyományaképp kiszakadt – vagy eltávolították – a földből, és gyökerestől kitépve már nem is teremhet – ez az a bizonyos „második halál”, ami János Jelenéseiben többször is említésre kerül (Jel 2,11; 20,14; 21,8).

Nicolae Steinhardt mindenesetre filozofikusabb megközelítéssel keres érvényes választ a fügefa-problematikára. Ebben az esetben, írja, nem az a cél, hogy igazságot tegyünk vagy keressünk a történetben, hanem hogy képesek legyünk hagyományos gondolkodási kereteink közül kilépni. Ugyanis a „fügeérés ideje” természeti idő, az év egy meghatározott, többé-kevésbé mindig ugyanakkor bekövetkező szakasza: ellenben az isteni hívás – Jézus mozdulata, hogy a fához fordul, és csakis tőle várja a gyümölcsöt – rendkívüli esemény, nem helyezhető el a szokványos időkeretek és törvények között – így az erre adott válasz is rendkívüli kell, hogy legyen. És pontosan ez az, ami nem következik be, ahogy nem jönnek el a meghívott vendégek a „királyi ember” által rendezett lakomára sem, szokványos, érthető, tökéletesen logikus és semmitmondó érvekkel indokolva a válaszcím hiányát. „Örökké, minden pillanatban itt az idő – ebben a pillanatban is: Igen, Uram, hallgatlak. Ezen a szinten, ezen az elvi és erkölcsi síkon állva, már aligha lehet a földi joggyakorlat logikájával ítélni. Ott a határidők, hátralékok, hivatkozások és hagyatkozások tökéletesen érvényesek. Emitt: teljességgel értelmetlenek és igazolhatatlanok. A fügefa termése – az emberi természet és jellem összes megnyilvánulása – alá van rendelve a természet törvényeinek; ellenben az emberi odaadás nem ismer sem határidőt, sem vakációt (STEINHARDT, 2001: 19). Vagyis a termésnek, válaszcímnek, viszonyba lépésnek nincs sajátos ideje: *mindig* ideje van. Vagy kellene, hogy legyen: mindenesetre nem külső körülményeken, hanem jelek szerint a szándékon, vagyis a *létezés módján* múlik. „Fordítsátok tehát minden gondotokat arra, hogy hitetekkel szolgáljátok az erényt, az erénnyel a tudományt, a tudománnyal a mértékletességet, a mértékletességgel a béketűrést, a béketűréssel az istenfélelmet, az istenfélelemmel a testvérek iránti jóindulatot, a testvérek iránti jóindulattal pedig a szeretetet. Mert ha ezek megvannak, és bőven vannak meg bennetek, nem lesztek tétlenek, sem gyümölcstelenek a mi Urunk Jézus Krisztus ismeretében” (2Pt 1,5–8).

Így térünk vissza a kiindulópontához, a szíriai sivatag szélén a szaidnaji sziklához, a sziklán a monostorhoz, a monostorban megbúvó szentélyhez, benne a láthatatlan ikon-nal, amely az *együttlét* helye. Az apácákhoz, akik maguk bár gyermektelenek, mégis gyermekeket nevelnek, sőt, segítenek a világra azzal, hogy az Istenszülő ősi szentélyét fenntartják és gondozzák, napról napra őrizve a lángot, amely a mécslámpákban ég. Termékenység a terméketlenség szívében, termékeny terméketlenség, szembeszegezve a világ sokszor határozottan terméketlennel bizonyuló termékenységgel. Az Egyház paradox, ám pontos pozíciója: a gyümölcs vagy a gyümölcstelenség nem természeti kategória, nem is kötődik magától értetődően vagy szükségszerűen semmihez: sem „női elvhez”, sem „férfierőhöz”, sem égi áldáshoz, sem nevelő célzatú transzcendens fenyítés-hez. Tehát: nem jel, nem instant áldás vagy átok. Ha valami, talán inkább egy kapcsolat erőtere: és ez a viszony az, a maga összes kockázatával, talányosságával, változatosságával és dinamizmusával – ez az, ami terméketlenségnek és termékenységnek, e világban és a következőben, egyaránt értelmet ad.

IRODALOM

- DALRYMPLE, William (2014): *A Szent Hegytől keletre*. Holnap Kiadó, Budapest.
- FROMM, Erich (1994): *Birtokolni vagy létezni*. Akadémiai Kiadó, Budapest.
- Nagyböjti énektár (1998): *Nagyböjti énektár*. Nyíregyháza.
- PERCZEL István (1999): *Isten felfoghatatlansága és leereszkedése*. Atlantisz, Budapest.
- PLEȘU, Andrei (2019): *Jézus példázatai*. Koinónia, Kolozsvár.
- STEINHARDT, Nicolae (2001): *A gyümölcs ideje*. Koinónia, Kolozsvár.
- YANNARAS, Christos (1996): *The Freedom of Morality*. St Vladimir's Seminary Press, New York.
- ZIZIOULAS, John D. (1997): *Being as Communion*. St Vladimir's Seminary Press, New York.

A logoterápia módszertanának alkalmazása az Anna–Joachim Programban

FRIVALDSZKYNÉ JUNG CSILLA – CSÜRKE JÓZSEF

Tanulmányunkban ismertetjük a logoterápia és egzisztenciaanalízis, mint a harmadik bécsi pszichoterápiás irányzat alkalmazásának tapasztalatait az Anna–Joachim Programban, ahol meddőséggel küzdő párokkal dolgoztunk. A programhoz kapcsolódó szakmai megközelítésünk premisszáját az irányzat megalkotójától, Viktor Emil Frankltől kölcsönözzük, aki rendkívül lényegre törő, esszenciális kivonatát fogalmazta meg az értelmes élet és a nőiség, az anyává válás összefüggéseinek egyik alapművében, *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben* című kötetében:

Vagy rendelkezik értelemmel az élet, s akkor az független attól, hogy rövid-e vagy hosszú, hogy továbbörökíti-e magát vagy sem, vagy nem rendelkezik értelemmel, s ezen nem változtat az sem, ha mégoly soká is tart, s ha korlát nélkül képes magát továbbörökíteni. Ha ilyen alapon egy gyermektelen nő élete valóban értelmetlen lenne, akkor ez azt jelentené, hogy az ember csak a gyermekeiért él, s egzisztenciájának kizárólagos értelme a mindenkori eljövendő nemzedékben rejlik. Ezzel azonban csak más síkra tolódott el a probléma: az egyik nemzedék megoldatlanul tolja azt át a következőnek. Mi másban rejlene az egyik generáció életének értelme, ha nem a rákövetkező felnevelésében? Ám az ilyen értelmetlenség továbbörökítése maga is értelmetlen, mert az értelmetlenség pusztán attól nem lesz értelmessé, hogy örökkévalóvá válik. Így jutunk el ahhoz a paradoxonhoz, hogy egy olyan élet, amelynek egyetlen értelme önmaga továbbörökítésében áll, eo ipso önmagában ugyanúgy értelmetlen, mint annak továbbörökítése. Fordítva, az élet továbbörökítésének igazán csak akkor van értelme, ha már az élet maga is valami értelmeset képvisel. Ha tehát valaki a női élet kizárólagos értelmét az anyaságban látja meg, valójában nem a gyermektelenül maradt nő életének értelmét veszti el, hanem éppenséggel az anyává lett nő életét. (FRANKL, 2005: 259.)

A tréning tematikája

Előkészítő fázis

A párok részére egy bemutatkozó és a logoterápiás módszertan alkalmazására felkészítő és ráhangoló levelet, tájékoztató anyagot és feladatot küldtünk a tréninget megelőző hétvégén. Fontosnak gondoltuk a laikusok számára vélhetően kevésbé ismert frankli logoterápia és egzisztenciaanalízis szellemi háttérének bemutatását, amellyel minden résztvevő egyéni igénye és érdeklődése, felkészültsége és lehetősége szerint tájékozódhatott a harmadik bécsi pszichoterápiás iskola hagyományairól. Emellett a felkészülést támogatni kívántuk azzal is, hogy egy-egy kérdést kértünk a részt vevő személyektől, valamint a pároktól együttesen is, olyan kérdést, amely az Anna-Joachim termékenységi projekt célkitűzéseivel és témaköreivel kapcsolatosan jelenleg számukra személyes és párkapcsolati szinten meghatározó kihívásokat tartalmaz. A levél mellékleteként megküldtük saját szakmai bemutatkozó anyagunkat, illetve egy brossúrát, amely a három évvel ezelőtt megrendezésre került vándorkiállítás¹ alkalmából készült V. Frankl munkásságáról a Logoterápia Alapítvány² gondozásában. Szakmai megközelítésünk szerint meghatározó jelentőségük van a ráhangolódást segítő gyakorlatoknak, miután egy rövid, intenzív, egyetlen napos tréningalkalomról volt szó, serkenteniünk kellett az ismerkedési folyamatokat, mind a módszerrel, mind a trénernek személyével.

A levél szövege a következő volt:

Kedves Házaspárok, tisztelettel és szeretettel köszöntjük Önöket a július 4-i, logoterápiás tréningnap előkészítéseként!

Engedjék meg, hogy közös munkánkra hangolódásként mellékelten megküldjünk Önöknek egy, a logoterápia és egzisztenciaanalízis atyjának, V. E. Frankl életéről és munkásságáról készült átfogó brossúrát, melyet Dr. Sárkány Péter professzor úr, a Logoterápia Alapítvány elnöke szerkesztett a három évvel ezelőtt megrendezésre került vándorkiállítás alkalmából, (<http://logoterapia.hu/magunk.html>), valamint rövid szakmai önéletrajzunk révén magunk is szeretnénk bemutatkozni.

¹<https://uni-eszterhazy.hu/hu/gtk/gtk/hirek-1032/c/vandorkiallitas-viktor-e-frankl-munkassagarol>
(Utolsó megtekintés: 2021. 05. 06.)

²<http://www.logoterapia.hu/> (Utolsó megtekintés: 2021. 05. 06.)

Emellett szeretnénk kérni is Önöktől egy kis készülést szakmai napunkra: egy-egy személyes és egy, a házastársukkal közösen kidolgozott kérdést. A kérdés valamely, az Anna-Joachim Program szellemiségéhez kapcsolódó, személyes-családi-kapcsolati nehézséget, kihívást, dilemmát jelent, amelynek feltérképezésében és megválaszolásában a csoportot hívják segítségül a reflexió eszközeivel. Szakmai hitvallásunk szerint a jól kidolgozott kérdések igazán előrevivőek tudnak lenni, s mi a közös munkánk során az egymással és a logoterápiával történő ismerkedést követően szeretnénk valamennyiüknek lehetőséget biztosítani, hogy ezekkel a kérdések formájában megfogalmazódó témakörökkel dolgozhassanak a logoterápia és egzisztenciaanalízis szemléleti és módszertani eszköztárának segítségével.

Egy igazán lélekemelő és tartalmas nap reményében, üdvözli Önöket Csilla és József

Szakmai bemutatkozó anyagainkat kifejezetten erre a tréningre készítettük, s mellékeljük az elektronikus úton eljuttatott beköszönő levélhez.

A tréning megvalósulásának lépései

1. A tréning- és csoportszabályok kialakítása

- A tréningalkalom első fázisa: ismerkedés, a keretek és szabályok tisztázása, az előzetes tudások és elvárások megfogalmazása, a kapcsolatépítés.
- A keretek tisztázása során kitértünk a csoporttitokra, valamint a logoterápiás beszélgetésvezetés szellemiségével összhangban a szeretet retorikájára (LUKAS, 2011), melynek során a résztvevők egymás segítőiként elfogadó és támogató módon, alapvetően jóindulatú alapattitúddal, az ítélkezés és minősítés kerülésével igyekeznek egymás felé reflexiókat tenni. A résztvevők a tréningfolyamat ezen pontján személyesen, szóbeli közlés útján kifejezetten elfogadták az előzetesen kialakított szabályokat, valamint valamennyien hozzájárulásukat adták ahhoz, hogy a szakmai dokumentáció elkészítéséhez anonimitásuk megőrzése mellett feljegyzéseket készítsünk és azok kivonatát közöljük.
- Az ismerkedés első eszközének egy klasszikus, érzelmi intelligenciát fejlesztő módszer alkalmaztunk, mégpedig az ún. „macis kártyákat”³, amelyek mindegyikén kü-

³http://iskolapszichologiai-modszertani-bazis.elte.hu/wp-content/uploads/2015/08/macika%CC%81rtya_ja%CC%81te%CC%81kok.pdf (Utolsó megtekintés: 2021. 05. 06.)

lönböző hangulatot, kognitív és emocionális állapotot megjelenítő ábra látható, s amely egyfajta leegyszerűsített projekciós felületként kiválóan alkalmas az aktuális mentális hangoltság nonverbális kifejezésére. Arra kértük a párokat, legyenek szívesek az eléjük kiterített kártyákból választani kettőt, az első a jelenlegi, a másodikat a tréningnap végével kapcsolatos elképzeléseik (elvárásaik) szerinti mentális állapot megjelenítéseként. – A házaspárok eszközöket, új megközelítéseket, térképet, megnyugtató impulzusokat, jó érzéseket és vidámságot, értelmes nézőpontokat, boldogságot és hálát ébresztő, valamint örömteli élményeket vártak előzetesen a tréningalkalomtól.

– Az ismerkedési és kapcsolatépítési folyamat befejező állomásaként arra kértük a párokat, hogy röviden mutassák be magukat, különös tekintettel a programba érkezésük szempontjából releváns tényezőkre, hatásokra és élményekre.

A párok valamennyien nagyon sokszínű életutat és eltérő narratívákat mutattak be. Az Anna–Joachim Programba érkezésüket megelőzően sok különféle kihívással küzdöttek meg, amelyek megosztása jelentősen facilitálta a tréningalkalom fejlődését és az érzelmi megérkezést. Mindannyian más és más fázisban tartanak a gyermekáldás beteljesülésével kapcsolatos folyamatban, ezek bemutatása kölcsönösen hatott a tréningnap résztvevőire. A beszámolókból erőteljesen jelent meg a megoldáskeresés, a feldolgozás és az értelemtalálás igénye, a lelki tényezőkkel való foglalkozás szükséglete, a megosztás és a sorsközösség élményének pozitív hatásai, a reménnyel-reménytelenséggel, a beteljesüléssel-beteljesületlenséggel kapcsolatos ellentmondásos érzések, a meddőség személyes jelentései, a családi elvárásokkal való megküzdés konstruktív mintázatai, a transzgenerációs elvárások nyomasztó súlya, a korábbi veszteségek és traumatikus élmények témái⁴.

Általános ismertető a módszerről

A tréning során az alábbi módszerismertető hangzott el Power Point prezentáció segítségével, interaktív megbeszélés formájában. Lehetőséget kínáltunk az érintett témakörökkel kapcsolatos kérdések és reflexiók megfogalmazására, egyes részterületek kibontására, magyarázatára.

⁴ A nehéz helyzetekkel való sikeres megküzdés témakörének tárgyalására tréningprogramunk bemutatásának célkitűzése, valamint jelen írásunk terjedelmi és koncepcionális keretei kevésbé kínálnak megfelelő alkalmat, ám az érdeklődő olvasók számára kiváló szerzők átfogó írásait vonultatja fel a *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana* c. kötet (KISS–MAKÓ, 2015).

A logoterápia és egzisztenciaanalízis megalkotója Viktor E. Frankl orvos, pszichiáter. A logoterápia a harmadik bécsi pszichoterápiás irányzat Freud pszichoanalízise (melyben az ember fő motivációja az öröm akarása) és Adler individuálpaszichológiája (mely szerint az ember motivációja a hatalom akarása) után. A logoterápia elgondolása szerint az értelem akarása az ember fő motivációja, feladata pedig az értelembeteljesítés, az értékek megvalósítása (az ösztön űz, míg ezzel szemben az érték vonz) (FRANKL, 1997).

A Frankl által megrajzolt emberképben az ember 3 dimenziója jelenik meg: testi, lelki, szellemi dimenzió. A testi és a lelki dimenzió egyértelműsége mellett a szellemi dimenzió tartalma lehet számunkra kérdéses (FRANKL, 2005). Ennek megértésére álljon itt egy gondolati bevezető:

A szellemi dimenzió léte miként világítható meg? *„Kérem képzeljen el egy szeretett személyt az életéből, gondoljon rá erősen. Most képzelje el, hogy ennek a személynek nagyon hosszú időre el kell utaznia egy távoli országba, és Önnek ez a személy nagyon fog hiányozni. Felajánljuk Önnek, hogy fájdalomla enyhítésére kap egy testileg ugyanolyan adottságokkal rendelkező, pontosan ugyanolyan külső megjelenésű (testi dimenzió), és egy lelki alkatában teljesen megegyező, ugyanolyan érzelmekkel és gondolatokkal rendelkező személyt (pszichikai dimenzió)... most mit érez? Megfelel ez a személy teljességgel fájdalomla enyhítésére? Át tudja rá vinni hiánytalanul a szeretetét?”* Általában a válasz: *nem!* És az a megfogalmazhatatlan, ami hiányzik, az: *a szellemi dimenzió!*

A logoterápia emberképéről FRANKL (1997) azt vallja, hogy minden ember egyszeri és megismételhetetlen, önmagában értéket jelentő személy, s a szellemi dimenziót tekintve specifikusan emberinek. Míg a testi és lelki részeink meg tudnak betegedni, a szellemi dimenzióknak nem. Az lehetséges csupán, hogy nem férünk hozzá, mint egy csecsemőnél vagy egy kómában fekvő betegnél. Azt vallja, hogy az ember képes a szellem dacoló hatalmával élni, vagyis szembemenni pillanatnyi testi-lelki szükségleteivel. Vagyis le tudunk mondani az ételről egy nálunk jobban rászoruló számára, és tudunk uralkodni a dühünkön vagy egyéb negatív érzelmeinken. Nem mindig tesszük meg, de képesek vagyunk rá. Frankl lágeréről írt könyvének címe: *Mégis mondj igent az életre!* (FRANKL, 1988). Ez a „mégis” a szellem dacoló hatalma.

A szellemiben van valamire való szabadság. Az első két dimenzióban nincs szabadság (félelem, düh, ösztönérzéseket nem lehet lecserélni, a kondicionáltságokat nem lehet megsemmisíteni, a szociális előformáltságokat nem lehet lerázni, a tehetségkorlátokat

nem lehet megszüntetni). A szellemiben érhető el a szabadság, melynek révén a pszichofizikumhoz kapcsolódó beállítódás módosítható. A szellemi dimenzió érzékszerve a lelkiismeret (FRANKL, 1997).

A logoterápia értelemközpontúsága a konkrét tanácsadói gyakorlatban az egyént értékeivel és értelemmegvalósítási lehetőségeivel szembesíti (SÁRKÁNY, 2008). Nem egy műltperspektívájú ösztönsorselemzés a cél, hanem elsősorban egy távlati célkitűzés, egy belső újraorientálódás, ami egy sikeres élet- és értelembeteljesülés eléréséhez vezet. Akkor leszek jól, ha olyan, rajtam túlmutató dolgokat csinállok, olyan értékek mentén élek, amelyeket személyesen értelmesnek tartok. Ha egy jó ügynek tudom magam szentelni (LUKAS, 2019). Frankl ezt nem csak leírta, hanem meg is valósította a megpróbáltatások közepette (FRANKL, 2005).

Az értelemlehetőségek rajtunk kívül adottak, megtalálni kell őket, nem megalkotni. Sajátos egyedi mintázat, egyedi értékhierarchia jellemez mindannyiunkat. A boldogságot – ezen emberképből következően – sosem lehet megcélózni, mindig csak következmény lehet. (FRANKL, 2012.) Az értékek a logoterápiában *az élményértékek, a beállítódási értékek és az alkotói értékek* formájában valósulnak meg, melynek során az ember nem önmagára mutat, hanem öntranszcendenciában van, vagyis önmagán túlra mutat. Az *élményérték* esetében pl. feloldódik egy szép zenemű hallgatása vagy egy beszélgetés közben, *alkotáskor* belesűríti magát és a figyelmét a születendő műbe. *Beállítódási érték* megvalósulása esetén pedig kilép az eddig biztonságosnak tűnő stratégiák és sémák világából, és képes más szemszögből látni a történeteket. Elisabeth Lukas klinikai szakpszichológus, logoterápiás szakember, V. Frankl egykori tanítványa saját empirikus vizsgálataiban arra kereste a választ, hogy a vizsgált személyek „mit tartanak életükben a legfontosabb értelemadó tartalomnak?” (LUKAS, 2019: 84.) A válaszok maradéktalanul besorolhatóak voltak a fenti kategóriákba: a megkérdezettek 50%-a az alkotói, 25-25%-a pedig az élmény- és beállítódási-értékek körébe besorolható tartalmakat említett. Lukas fontos további megállapítása, hogy „*téves az az elképzelésünk, hogy az életünk vagy üres vagy értelemmel teli [...], az életünk minden körülmények között értelmes, a legnehezebb viszontagságok ellenére is, melyek épp beállítódási értékek után kiáltanak*” (LUKAS, 2019: 85). A logoterápia úgy tekint az életünkre, mint a feltárulkozó értelemlehetőségek kimeríthetetlen forrására.

A logoterápia az emberi szenvedést valódi teljesítményként szemléli. Megállapítja, hogy nem megfelelő hozzáállás azt kérdeznünk, hogy: „*Mivel érdemeltem ezt? Miért kell nekem szenvednem?*” Helyes hozzáállásnak azt tartja, ha azt kérdezi az ember: „*Mit tehetek én mindezek mellett vagy ellenére?*” FRANKL (1997) meglátása szerint nem mi kérdezzük, hanem az embernek tesz fel kérdéseket az élet, és nekünk kell válaszolnunk, létünk tehát FELEL-ős lét, a szónak mind válaszadási, mind felelősségvállalási értelmében.

Ahogy Kant „kopernikuszi fordulatként” utalt egy meglévő és megkérdőjelezhetetlennek tűnő világkép és perspektíva radikális megváltozására, úgy Frankl is így nevezi ezt a gondolkodásbeli váltást, amikor nem mi kérdezzük a sorsot, hanem a sors kérdezi minket, és nekünk felelnünk kell a sors által feltett kérdésre (FRANKL, 2005). Lehetséges történet, hogy a sors „kijátssza a lapot”: pl. elvesztettem az állásom. „Ki a hibás?” A kérdés nem termékeny. A helyes hozzáállás sokkal inkább a következő: „Mit fogok most csinálni? Milyen új lehetőségek tárulnak fel nekem? Hogyan tudom ebből a legtöbbet, a legértékesebbet kihozni?” – és így tovább. Fogalmazhatnánk úgy is, hogy amik kiteljesítenek, azok nem a sebből, hanem a sebre adott válaszok. (Sebzetten és tökéletlenül is lehet értelmes, teljes életet élni. Ld. művészek, tudósok, hősök, szentek...)

Kihasználom, hogy új lehetőségeim nyílnak? Bele merek vágni dolgokba, amelyekbe még soha? Vagy ha elvesztettem egy szerettemet, hogyan tudom az általa képviselt értékeket mégis tovább vinni? Esetleg befejezni vagy továbbadni azt a jót, amit elkezdett? A logoterápia hangsúlyozza, hogy még a leghetetlenebbnek tűnő helyzetben is van szabadságom arra, hogy döntést hozzak (FRANKL, 1997). Ha másról nem, akkor a hozzáállásomról. Ebben a beállítódásmodulációban nagy szerepet kaphat a példaképhatás jelensége (LUKAS, 2019). A frankli szemlélet szerint példaképszeméllyé olyan emberek válnak, akiket valamely krízis erőssé tesz, akik a sorscsapások ellenére, a megvalósított beállítódási értékek révén sikeresen megküzdene a kihívásokkal és töretlen lényükkel előttünk járnak.

A logoterápia számára önismeretünk megszerzése nem végcél (mit ér az okos beteg, ha beteg marad?), célja az „önmagunkkal való bánásmód” megtanulása. Az önismeret felfedi azt, amivé a „magunk” lett (ösztönszerű tudattalan, neveltetés stb.), az önmagunkkal való bánásmód megteremti azt, amivé a „magunk” lehet. A tudatosítás tehát nem elég, döntenie és cselekednie kell.

Olyan öngyógyító erőit érzi és tudatosan erősíti a terapeuta a páciensnek, mint a „bátorság”, a „dacoló erő”, a „humor” vagy a „hála”, melyek a logoterápiában a lelki immunrendszer alkotóelemei (FRANKL, 1997). A szenvedés teljesítmény tehát, mely az embert látóvá teszi, valakiért, vagy valamiért odaadom magam, valakit vagy valamit önmagam elé tudok helyezni. A módszer ezzel egy kicsit sem szeretné elvitatni azt a rengeteg fájdalmat és szomorúságot, amit a nehéz helyzetekben átélünk, sőt, éppen ez az egyik legnagyobb emberi teljesítmény, amikor a fájdalmat hagyjuk, hogy megérkezzen hozzánk, és mégis igent tudunk mondani. Az ilyen erőfeszítéseket sokszor alig tudatosítjuk, és talán alig kapunk olyan visszajelzést, hogy ez valódi emberi teljesítmény.

Boglarka HADINGER (2013) pszichológus, logoterapeuta, szintén Frankl tanítványa volt. A pozitív életeseményekkel kapcsolatban is találhatunk felfedezni valókat Hadinger nyomán. Persze remek dolog, ha leadunk egy munkát, ha felneveltük a gyerekeinket, ha jó a házasságunk, de mi mindennek az ára? Néztünk erre már ebből a szempontból? A munka ára esetleg, hogy rendetlenség lesz otthon, a gyerekek ára talán, hogy nem mi lettünk a vezérigazgatók, a jó házasságunk ára pedig lehet egy kibíratatlan anyós. Ha csak ez utóbbiakat nézzük, azt gondolhatjuk, hogy sikertelenek vagyunk. De ha azt tudom mondani, hogy rendben, nekem a munkám ér annyit, hogy most rendetlenség van, a férjem meg bőven ér annyit, hogy elviseljem az anyósom, egészen más perspektívát kapok. Nem kényszer lesz, hanem szabad döntést hozhatok: nekem a férjem az anyóssal együtt kell!

FRANKL azt mondja (1997), hogy ne egy udvari festő meghamisító, megszépítő hozzáállásával közelítsünk a saját életünkhöz, hanem egy szemorvos igényével, aki a tisztánlátást hivatott elősegíteni. „Ne verjük ki a holló szemét, hogy csak a jót lássa”, hanem vegyük észre, hogy a rossz vagy rossznak titulált események is eredményezhettek gyümölcsöket az életünkben.

2. A csoportmunka kereteinek kialakítása és felkészítés a módszertani lépések alkalmazására

A házaspárokkal való munka során felszínre kerültek mindazok a fájdalmak, amelyeket a gyermekáldás iránti vágy és annak beteljesületlensége folytán eddig megélték életük

során, valamint őszinte elfogadással, az előrevivő, pozitív mozzanatokra nyitottan beszélgettünk arról, hogy a fájdalmaink egyfajta igazgyöngyalkotási lehetőségekké válhatnak.⁵

A csoportmunka megfelelő légkörének megteremtéséhez ismertettük és átbeszéltük a párokkal a logoterápia beszélgetésformáját, a – fentebb is tárgyalt – szeretet retorikáját. Ennek elemei:

- a személyt felértékelni (jó oldalait itt és most kiemelni, kedvező kiteljesedési lehetőségeit a jövőben, nem-értékelés helyett felértékelés a cél),
- hozzájárulni a tisztánlátáshoz (akár mások cselekedetei korai megítélésének leállítása is lehet, ellentmondások feltárása),
- alternatívákkal játszani (pl. milyen módokon válaszolhatott volna még egy adott személy, pl. férje durva viselkedésére?),
- az értelmet kipuhatolni (különböző fantáziatükrökben figyelje magát, melyiket tudná tisztelni, melyikkel azonosulna szívesen; korábbi krízisek feltérképezése, mi lendítette át; értelemre való rátalálás).

A csoportmunkában a szupervíziós metodológiát és a logoterápia ún. értelemszenzibiláló tréning módszertanát (LUKAS, 2011; VARGA, 2016) ötvözve alkalmaztuk egy-egy fókusz témán dolgozva. Az értelemszenzibiláló tréning lépései a következők:

1. Mi az én problémám?

A problémának nem szabad homályosnak és megfoghatatlannak maradnia, hanem konkrétan kell megragadni. (Ha a probléma elég jól körülhatárolt, akkor jobban látszik a problémamentes terület kontúrjai is, ami vigasztaló lehet.)

2. Hol van az én szabad terem?

A sorsszerűség talaját le kell fektetni, lehet, hogy lehet valamin változtatni, de bizonyosan vannak megváltoztathatatlan részei is. A szabad cselekvési mozgástérre kell irányítani a figyelmet.

3. Milyen választási lehetőségeim vannak?

Előbb mindenféle értékelés nélkül össze kell gyűjteni ezeket. Ez egy fantáziagyakorlat. Olykor bámulatos, mennyi választási lehetőségünk van, melyeknek nem vagyunk eléggé tudatában.

⁵ Élhetünk a hasonlattal, hogy a természetben az igazgyöngy keletkezésének folyamata során a kagylók egy beléjük került szennyező anyag által keltett irritációt csökkenteni tudnak azáltal, hogy váladékukkal, mely magas kalciumtartalmú, bevonják a szennyező anyagot. Így 10-12 év alatt borsószem nagyságú gyöngyöt hoznak létre, melynek 92%-a kalcium-karbonát, 6%-a szerves anyag, 2%-a víz.

4. Ezek egyike a legértelmesebb?

A lelkiismeretet szólítjuk meg itt, találja meg a legértelmesebb lehetőséget. Azt nem vesszük figyelembe, hogy ez élvezetes-e. Az elképzelhető következményekre azonban nagyon is tekintettel vagyunk minden érintett számára.

5. Ezt meg akarom valósítani!

Ezt a lépést a páciensnek egyedül kell megtennie. Ez az Ő „igen, úgy legyen”-je. Döntő választás az értelem mellett.

A logoterápia eme módszerét megismertettük és megbeszéltük a részt vevő házaspárokkal, akik a módszerrel azonosulni tudtak, emberképét, fő alapvetéseit megértették, elfogadták. A prezentáció során teljes körű figyelmet sikerült elnyerni, a résztvevők nyitottak, befogadóak voltak, és az előadás – az azt követő kérdések és észrevételek száma alapján – az érdeklődést is fokozta a logoterápia szellemi háttere és módszertana iránt.

3. A résztvevők által hozott kérdések áttekintése

A házaspárok sikeresen teljesítették előzetes kérésünket, valamennyien hoztak három-három kérdést a tréningre, melyek igazán érdemiek és izgalmasak voltak, s amelyekből a későbbiekben témacsoportokat hoztunk létre. Kérdéseik, témáik tartalmi kivonata az alábbiakban foglalható össze:

- Az elengedés. Hogyan lehet megtanulni elengedni a negatív impulzusokat, illetve másként reagálni ezekre a hatásokra, eseményekre, élményekre?
- Hogyan lehet jól, őszinte örömmel reagálni mások sikeres gyermekvállalására?
- Mit szeretnék kezdeni magammal egyénként és párkapcsolati szinten, különösen ha házastársként sokkal jobban tudom magam azonosítani, mint egyénként?
- Miként lehet az egymással zajló kommunikációt fejleszteni, hogyan lehet helyesen, jól csinálni?
- Milyen reális eszközeink vannak a saját családi határaink felépítésében, megtartásában?
- A másik megértésének és befogadásának problémái.
- Az önelfogadás, önszeretet nehézségei.
- A békés és nyugodt, ugyanakkor előrevivő kommunikáció létrehozásának lehetőségei, amely tekintettel van mások igényeire és érdekeire.

- A gyermek nélküli lét elfogadása. Miként tudom elfogadni a gyermektelenséget és továbblépni? Mit lehet kezdeni az idősödéssel és az egészségügyi problémákkal?
- A feladatok rangsorolásának nehézségei.
- Versengés a házaspárok között: miként lehet jól kezelni a dominancia iránti igény szülte konfliktusokat?
- Egy művi abortuszról szóló film, a szülési trauma és a hálacsoport során megélt mély lelki fájdalmak feldolgozásának igénye.
- A túlhajszoltság és -feszítés jelensége, ennek megváltoztatása.
- Belső félelmek a megrekedéstől, a korábbi veszteségek és traumák miatt esetlegesen kialakult lélektani akadályok felszámolásának lehetőségei.

4. A témakörök kialakítása

A csoport, a trénerek vezetésével, négy témakört alakított ki a fenti kérdések alapján, melyek a nap további részének főbb tartalmi egységeit hozták létre.

A négy témakör a következő volt:

- I. A család külső és belső határai, kommunikációs folyamatainak szabályozása, leválás, elkülönülés-elkülönböződés, konfliktuskezelés
- II. Az önszeretet és önelfogadás kihívásai
- III. Az elengedés nehézségei
- IV. A hiány: szembenézni a saját életünkben jelen lévő veszteségekkel, kudarcokkal és mások növekedésével, sikereivel, beteljesülésével

5. A témakörök feldolgozása

A fentiekben kialakított témaköröket a logoterápia egyik meghatározó módszere, az értelemszenzibiláló tréning módszertana alapján dolgoztuk fel úgy, hogy azt a problémaalapú, tapasztalati tanulási módszertan, a csoportos szupervízió eszköztárával és lépéseivel ötvöztük.

A témakörök fő feldolgozási egységei az alábbiak voltak:

1. A téma kifejtése: valamennyien részletesen elmondhatták, miként jelenik meg a témához kapcsolódó személyes nézőpontjuk, tapasztalatuk és nehézségük. Igyekeztünk a témákat személyes kérdésekké formálni, szűkíteni.

2. Információgyűjtés, kiegészítés, pontosítás. A résztvevők, akik nem hoztak az adott témához közvetlenül kapcsolódó kérdést előzetesen, lehetőséget kaptak tisztázó kérdések megfogalmazására.
3. Az értelemszenzibiláló tréning módszertana szerinti feldolgozási modul, melynek – fentebb már említett – lépései a következők:
 - a) Mi az én kérdésem, problémám?
 - b) Hol van az én szabad terem?
 - c) Milyen választási lehetőségeim vannak?
 - d) Ezek közül melyik a legértelmesebb?
4. Reflexiók. Az egyes témakörök kapcsán a személyes és / vagy szakmai tapasztalatok, tudás, benyomások stb. alapján visszacsatolásokat foglalmaztak meg a tréning résztvevői egymás részkérdései, dilemmái felé. A reflexiók célja a témához résztvevők támogatása volt a kérdések megválaszolásának folyamatában. Nem direkt tanácsadás és nem is az esetleges döntések kimenetelére vonatkozó javaslat, sokkal inkább finom, érzékeny megsegítés az elakadások feltérképezésében és feloldásában.

A feldolgozások során számos, igencsak hangsúlyos egyéni- és párkapcsolati fejlődési folyamattal kapcsolatos észrevétel született, melyet a trénerек segítségével a logoterápia és egzisztenciaanalízis szakmai-módszertani nézőpontjának révén is elemeztünk. A feldolgozási folyamat során megfogalmazott számos mély és személyes reflexió teljes körű bemutatására itt most – a titoktartási szabályok és terjedelmi korlátok miatt – nincs lehetőségünk, ám ízelítőül néhányat kiemelünk:

- családi életciklusok és azok váltásai, krízisei kapcsán létrejövő nehézségek;
- lojalitáskonfliktusok természete, kezelési lehetőségei;
- az eredeti / származási család és az „új család” modellje, tradíciói, működési mechanizmusai stb. kapcsán kialakuló nehézségek kezelési lehetőségei;
- transzgenerációs hatások tudatosítása;
- a szándék, annak megfogalmazásának és kifejezésének nehézségei, szükségszerűsége;
- a döntés jelentősége;⁶
- a távolságszabályozás konstruktív mintázatai;
- határok kijelölése és a határtartás során keletkező interperszonális feszültségek kezelése;
- a házasságon belüli és kívüli kommunikációs csatornák és tartalmak kezelése;

⁶ A *döntés* c. nagyszerű kötetre vonatkozó utalás (EGER, 2017).

- az igények, szükségletek meghatározásának, megfogalmazásának és kifejezésének lehetőségei;
- a dereflexió⁷ jelentősége;
- a paradox intenció⁸ jelensége, a megkérdőjelezés, az önirónia és az eltúlzás módszerének terápiás hasznossága, amely segítheti a kliens önreflexiója során megváltoztatni a problémákhoz való beállítódás természetét (intenzitás, hangoltság stb.);
- a pozitív és negatív élmények egyensúlyának kérdése, a hála jelentősége;
- a beállítódásmoduláció jelensége és lehetősége;
- az önszabotázs természetrajza és feloldása;
- a jóvátétel mint öngyógyító és kapcsolatmegújító eszköz;
- az irányítás, önirányítás, túlkontrollálás jelensége és újraszabályozása;
- spirituális megközelítések és megküzdési stratégiák;
- a megértés és elfogadás folyamatának kihívásai.

6. Értékelés, zárás

A tréning zárásaként részletes értékelés alá vettük a teljes szakmai napot és a benne megélt élményeket, megvizsgáltuk a logoterápia fogalmi rendszerében többletként azonosított értékeket. A résztvevők értékelései kifejezetten pozitívak voltak, a következőkről számoltak be (nem szó szerinti, csak tartalmi kivonatban):

- nagyon gyakorlatias, praktikus, jól használható szempontokat és eszközöket kapott;
- még vidámabb, mint előtte;
- félt az alkalmától, de kellemesen csalódott;
- ijesztő volt az előzetes benyomások alapján, de nagyon jó dolognak látja és érdekes szemléletet kapott;
- hogy tud ilyen erősen hatni?
- nagyon hasznos!
- mennyit tud segíteni!
- ez dolgoztatta meg legjobban a három hétvégéből!

⁷ A dereflexió olyan logoterápiás technika, melynek során a kliens az öntranszcendencia – önmeghaladás, önfelelültség – segítségével a túlzott önmagára figyelést (hiperreflexiót) képes csökkenteni. Ez tulajdonképpen a figyelem irányának a korrekciója, amellyel jelentős tünetcsökkenés érhető el.

⁸ A paradox intenció olyan logoterápiás módszer, melynek lényege az intenció (szándék) inverziója (megfordítása), azaz arra szólítja fel a logoterapeuta a szorongó klienst, hogy amitől fél (pl. kézizzadás), pont azt kezdje el kívánni magának.

- ott tudott maradni a saját nehéz témájánál, és ez jó!
- rengeteg pozitív visszajelzést kapott a trénerektől és a csoporttól;
- nagy motivációt érez a tanulásra, olvasásra;
- kicsit könnyebb napnak gondolta, a délelőtti nehezebb, elméletibb rész után a délután sokat emelt;
- sok nehéz tartalom, téma;
- kíváncsiság ébredt benne, utána szeretne olvasni, mélyebben tanulmányozni;
- érzelmi dömping volt, hálás érte;
- végre előjöttek a legnehezebb témái, amiért ide jelentkezett.

A tréning vezetőinek kiegészítő értékelése

A tréning megvalósításának ütemezése a járványhelyzet⁹ miatt sajátosan alakult, a teljes, négy hétvégeből álló folyamat utolsó két állomása néhány hónapos csúszással tudott csak megvalósulni, akkor viszont nagyobb intenzitással, az általunk tartott tréning egy héttel követte az előzőt. A program vezetői és megvalósítói azonban mindent megtettek, hogy online térben fenntartsák a folytonosságot és ezzel a program elején megindult csoportdinamikai folyamatokat.

Komoly figyelmet szenteltünk az előkészítésnek és a terminációnak: az előkészítés során a párok részére egy bemutatkozó és a logoterápiás módszertan alkalmazására felkészítő és ráhangoló levelet, tájékoztató anyagot és feladatot küldtünk a tréninget megelőző hétvégén. A teljes projektet átszövő konzultációs lehetőségek mellett megajánlottuk elérhetőségünket a szünetekben és a programot követő két hétben telefonon és elektronikus csatornákon, ezzel is biztosítva a megélt élmények kivezetésének módját, hiszen számítottunk arra, hogy az esetlegesen létrejövő felkavaró, megrendítő tréningélmények után szükség lehet a támogatásunkra. Úgy véljük, ez szakmailag így biztonságos, humánus és etikus.

A tréningalkalmunk kezdő szakaszában érzékelhető volt számunkra, hogy egy dinamikailag kialakult csoport fogad bennünket, mondhatni vendégül lát, és nem mi, trénerként hozzuk létre a csoportok indulása kapcsán megszokott klasszikus dinamikai folyamatokat. A csoport tagjainak jelentős többsége alapvetően nyitottan és elfogadóan fordult felénk, ám ahogyan számítottunk is erre, többen jelezték, hogy túlságosan közeli

⁹ A 2019 végén induló COVID–19-pandémia.

az elmúlt hétvége élménye, amely intenzív és megmozgató hatásokat hozott, és jobb lett volna kicsit több időt hagyni azok kifutására. Mások említést tettek arról is, hogy tartanak a tréning tematikájának komolyságától és mélységétől, hogy túl elméleti lesz és ez megterhelően hat majd rájuk, például többen jelezték, nem szeretnék többet sírni. A magunk, tréneri-terapeutai-tanácsadói jelenlétével ezeket a jelzéseket gyengéden és elfogadóan tudtuk regisztrálni, s mindenkit biztosítottunk arról, hogy alapvetően rájuk bízunk a megosztásaik mélységének szabályozását, és vigyázni fogunk rájuk.

Az ismerkedési szakasz második részében sokat oldódott a csoport, úgy tűnt, sikerült olyan nézőpontokat felsorakoztató gyakorlatokat és kérdéseket kapniuk a házaspároknak, amelyek hasznos és újszerű reflexiókat hívtak életre, és segítették a csoporton belül kialakult kapcsolódások mélyülését, miközben számunkra is lehetőséget teremtettek a házaspárok megismerésére. Valamennyi feldolgozott témakör lehetőséget kínált az Anna-Joachim Program fókuszának, a gyermek után vágyódással kapcsolatban felmerülő nehézségeknek az elemzésére, s a logoterápiás megközelítéssel történő ismerkedésre.

A résztvevők a felvázolt és alkalmazott munkamódszereket, technikákat nyitottan fogadták, szívesen tanultak önmagukról és egymástól, egyensúlyban volt az adni és elfogadni képessége és gyakorlata, miközben mindvégig sikeresen tartották az előzetesen kialakított kereteket és szabályokat.

Összefoglalva elmondhatjuk, hogy határozottan sikeresen valósítottuk meg az Anna-Joachim Programban vállalt célkitűzéseket és egy igazán tartalmas, mély és előremozdító szakmai napot hoztunk létre a résztvevőkkel.

A módszer alkalmazásának lehetőségei a projekt meghatározott célja kapcsán

A logoterápia és egzisztenciaanalízis emberképe és módszertana maximálisan indikálnak mondható gyermektelen párok meddőséggel kapcsolatos pszichés megsegítésében. A gyermekáldás beteljesületlensége a meddő házaspároknál komoly, elnyúló lélektani krízist okozhat. Ezen krízis növekedésre való átfordításában a logoterápia a konvencionális pszichológiai hozzáálláshoz viszonyítva új perspektívát adhat.

Bár a vonatkozó pszichológiatudományi kutatások¹⁰ empirikusan nem támasztják alá, s pusztán hozzájáruló tényezőként említik, pszichoterápiás, illetve tanácsadási praxisunkban számos olyan szakmai tapasztalattal találkozunk, ahol a termékenységi nehezítettség mögött lélektani tényezők is felmerülnek. A teljesség igénye nélkül említünk néhányat:

- tudatos vagy nem tudatos félelem a szülői szereptől;
- félelem a terhességtől, a szülés során lehetséges komplikációktól;
- félelem sérült gyermek lehetséges érkezésétől;
- felnőttkori feldolgozatlan veszteségek, pl. korábbi művi vetélés miatti büntudat vagy spontán vetélés miatti veszteségélmény;
- újabb sikertelen beültetések miatti félelem;
- párkapcsolati bizonytalanság, félelem a kapcsolat átalakulásától, a megváltozott családi dinamika miatti esetleges elhagyástól vagy a gyermek miatt a párok között kialakuló nagyobb távolságtól;
- a nő oldalán azonosulásra alkalmatlan anyai minta miatt félelem a rossz anyává válástól, avagy ugyanez a férfi oldalán;
- előfordulhat az anyáról való leválás hiánya, a felnőtt, felelősségvállalásra kész életalakítás késleltetése.

A logoterápia nem múltorientált terápia, fókuszába azt helyezi, hogy a kliens képes legyen fellelni: jelen élethelyzetében (melyben fennáll a meddőség) hol van a személyes szabad cselekvési tere arra vonatkozóan, hogy megtalálja az aktuálisan megélt szenvedés ellenére megvalósítható értelmet, mely személyes s kifejezetten számára sejlik fel az intuíció, a szellemi dimenzió érzékszerve által. Ilyen értelembeteljesítési lehetőség lehet pl. a párkapcsolat elmélyítése a gyermek érkezéséig, a gyermek nélküli életállapot egyedi, eddig kiaknázatlan értelemlehetőségei (pl. régóta dédelgetett álom megvalósítása, mint adott hangszeren való játék megtanulása, utazási cél megvalósítása, önkéntes munka teljesítése stb.). A sor végtelen, a lényeg abban rejlik, hogy a pár a hiperreflexió állapotából (túlzott fókuszálás a gyermektelenségre, az okokra, a menstruációs ciklus mozzanataira, a túlkontrollált szexuális életre) átállítódjon a dereflexió állapotába (amikor kifejezetten önmagukon túlmutatóan szentelődnek oda egy más természetű, megvalósítandó értéknek, értelemnek, közös

¹⁰ A témakör kimerítő szakirodalmi áttekintését és elemzését lásd: SZIGETI, 2020.

célnak). Frankl egy sokat idézett gondolata szerint: „*amikor többé már nem tudunk egy helyzeten változtatni [...], az a kihívás ér bennünket, hogy magunkat változtassuk meg.*” (FRANKL, 1988: 131.)

A logoterápia pszichoterápiás módszertana a klienst a jelenre segíti fókuszálni, arra sarkallja, hogy egy-egy nehéz élethelyzete kapcsán ne azt kérdezze, hogy ennek az egésznek mi az értelme (értsd: milyen okból történik mindez?), hanem azt, hogy mi az értelme ennek az épp most megélt órának. Mit tud most megragadni, ami számára értelemmel telített? A meddőséggel küzdő pároknak ez a módszer segíthet az itt és most megragadásában, az önmarcangoló beállítódás helyett a magukon túlmutató értelemlehetőségek megtalálásában, a kontrollált, megtervezett életszakasz ellenére a spontaneitás megragadásában.

A meddőség tartós fennállása – mint kritikus lelkiállapot – megkívánja a lelki immunrendszer erősítését, mely a logoterápiában fontos szakmai feladat (humor, hála, bátorság, dacoló erő). A meddőséggel kapcsolatos párkapcsolati és személyes fájdalmak megközelítése új perspektívát kaphat azáltal, ha ezeket a bennük rejlő egészséges potenciálokat jobban megragadjuk.

Frankl logoterápiája azért is mondható adekvátnak a meddőséggel küzdő párok gondozásában, mert élete, átélt szenvedései (koncentrációs tábor, szeretteinek elvesztésével) hitelessé teszik szakmai hitvallását. Munkáiban több helyen konkrétan is ír arról, hogy az emberi élet értelme nem továbbörökítésében rejlik csupán, a vér szerinti gyermekek vállalásával. Kifejezetten és nyíltan fogalmazza meg, hogy a gyermeket nem szülő nő élete is értelemmel teljes élet, amennyiben megtalálja mindazon értelemmegvalósítási lehetőségeket, amelyek specifikusan őt szólítják meg, és amelyek beteljesítése órá vár.

IRODALOM

EGER, Edith Eva (2017): *A döntés*. Libri Könyvkiadó, Budapest.

FRANKL, Viktor E. (1988): *...mégis mondj igent az életre! Egy pszichológus megéli a koncentrációs tábort*. Pszichoteam Mentálhigiénés Módszertani Központ, Budapest.

FRANKL, Viktor E. (1997): *Orvosi lélekgyógyászat*. UR, Budapest.

FRANKL, Viktor E. (2005): *Az ember az értelemre irányuló kérdéssel szemben*. Jel Kiadó (Értelmes Élet sorozat 4.), Budapest.

- FRANKL, Viktor E. (2012): *A szenvedő ember*. Jel Kiadó (Értelmes Élet sorozat 11.), Budapest.
- HADINGER, Boglarka (2013): Személyiségfejlesztés a gyakorlatban. In: Boglarka Hadinger, Renata Mrusek és Wolfram Kurz: *Értelemkeresés és személyiségfejlesztés*. Jel Kiadó, Budapest. 169–204.
- KISS Enikő Csilla – SZ. MAKÓ Hajnalka (2015, szerk.): *Gyász, krízis, trauma és a megküzdés lélektana*. Pro Pannonia Kiadó, Pécs.
- LUKAS, Elisabeth (2011): *A logoterápia tankönyve*. Agapé Kiadó, Szeged.
- LUKAS, Elisabeth (2019): *Értelemkeresés és életöröm. Logoterápiás segítség depresszió és értelemkrízis esetén*. Ursus Libris Kiadó, Budapest.
- SÁRKÁNY Péter (2008): *Filozófiai lélegzondozás. Fenomenológia – egzisztenciaanalitikus logoterápia – filozófiai praxis*. Jel Kiadó, Budapest.
- SZIGETI F. Judit (2020): A termékenység nehézségek modern pszichológiai szemlélete. Értelmezési és segítségnyújtási lehetőségek. In: *A hiány transzformációi*. Szerk. Molnár Krisztina és Mándi Nikoletta. Apor Vilmos Katolikus Főiskola, Vác. 11–30.
- VARGA Szabolcs (2016): A logoterápia eszköz- és módszertárának alkalmazási lehetőségei a szupervízióban I–II. *Képzés és Gyakorlat*, 14(1–2): 239–251.

Irodalomterápiás foglalkozások az Anna–Joachim Programban

NAGY RÉKA ANNA

„Ha meghalok is szeretni foglak.”¹

Az irodalomterápiáról dióhéjban

A művészetterápiás ágak közül – napjaink egyre népszerűbb és gyakran alkalmazott területe – a biblioterápia, mindazok számára ajánlható, akik nyitottságot éreznek a mélyebb önismeretre, saját élmény- és érzésviláguk megosztására és mások belső tapasztalatának, véleményének befogadására egy-egy irodalmi művön, olvasmányon keresztül. Olyan személyiségfejlesztő tevékenységről beszélhetünk, ahol elsődleges szerepet kap a válogatott, célzott olvasmányok haszna és használata a gyógyításban, a lelki eredetű problémák, krízisek orvoslásában és továbblépésre ösztönöz.

Elnevezése a görög *biblion* (könyv) és *therapeia* (gyógyítás, kísérés) szavak összekapcsolásából származik. Ma sok helyen szinonimaként alkalmazzák a biblioterápia és az irodalomterápia fogalmát (e tanulmányban is ezt követjük). Előbbi tágabb értelmezési keretet nyújt: „Általában bármely könyvvel elért befolyásoló hatás áll a középpontjában, míg az irodalomterápia az esztétikailag értékes, szépirodalmi művekkel óhajt elérni megelőző és gyógyító hatást” (JENEY, 2012: 23). Ezt a véleményt azonban nem minden szakember osztja. Ebből is látszik, hogy nincsen egységesen elfogadott definíciója és követendő módszertana, sokkal inkább különböző irányzatai, iskolái és képviselői vannak a meghatározott célcsoportok igényének kielégítése érdekében. A hazai gyakorlatban ma már komoly múlttal rendelkező akkreditált képzések, szakmai műhelyek, egyesületek gyűjtik maguk köré a (leendő) szakembereket, a képződni, fejlődni vágyókat. Minden érdeklődő megtalálhatja a maga habitusának, ízlésének, értékrendjének leginkább megfelelő közeget, azt a szemléletmódot, melyet leginkább preferál, és szívesen átad, közvetít, képvisel. Az elmúlt években hatalmasra nőtt a téma szakirodalmi apparátu-

¹ Részlet Vathy Zsuzsa *Paradicsommadár* című írásából.

sa, elméleti és tapasztalati szinten egyaránt.² Jelen tanulmány kereteit szétfeszítené a különféle nézőpontok részletes bemutatása, erre nem is vállalkozom, ezért inkább egy közös halmazt, az általánosságban vett jellemzőket próbálom meg felvázolni, illetve azt a látásmódot és tanult módszereket, amelyeket magaménak vallok.

A szépirodalmi művek gyógyító hatását évszázadok óta szinte minden kultúrában elismerték. Az irodalomterápia kialakulása szorosan összefonódik azzal a felismeréssel, hogy a test és lélek gyógyulásában a mesék, az olvasás, olvasmányélmények jótékony hatása is jelentős szerepet játszik. Az olvasásterápia először a gyógyítás és rehabilitáció érdekében, intézményi keretek között terjedt el. *Klinikai alkalmazása* ma is többnyire pszichiátriai szakember kíséretében történik.

A fejlesztő biblioterápia jellemzői és módszerei

Az irodalomterápia másik ága, a *fejlesztő (preventív) biblioterápia* egészséges egyének körében végzett csoportos tevékenység, amely szintén az olvasás alapvető mentálhigiénés funkciójára épít, az önismereti munka fontos része lehet és hozzásegíthet érzelmi egyensúlyunk megtalálásához. (BÉRES, 2014.) Célja a személyiségfejlődés elősegítése, a mentális egészség megőrzése, az önismeret mélyítése. Az előbbiektől elválaszthatatlan a szociális és kommunikációs képességek, a társas kapcsolatok, az empátia és a kreatív gondolkodás fejlesztése, végső soron egy harmonikus életminőségre törekvés.

A fejlesztő biblioterápia csoportterápiás formában, „beszélgetős” terápiaként működik leginkább, zárt csoportban a legeredményesebb. A résztvevők elköteleződnek egy bizonyos célra, időtartamra, meghatározott csoportszabályok szerint. Ez az elköteleződés szolgálja azt a bizalmat, „meghittséget”, ahol a résztvevők megélhetik identitásukat, kiléphetnek szerepeik, gyakran felvett álarcaik mögül, felvállalhatják véleményüket. Nemegetszer valódi közösséggé formálódnak az eltelt idő során, támogatói, baráti kapcsolatok alakulhatnak ki.

A kiscsoportban történő beszélgetés lehetőség más emberekkel és önmagunkkal való találkozásra, a szépirodalom gyógyító, bátorító erejének meg tapasztalására. A kiválasztott szöveg, amely megszólít, esetenként megérint, mindannyiunk számára mást és mást jelent, személyes olvasattal bír. Azonosulhatunk vele vagy éppen indulatokat gerjeszthet

² A Magyar Irodalomterápiás Egyesület honlapján található áttekintés egy ajánló felsorolás az érdeklődők számára: <http://www.irodalomterapia.hu/konyvek-cikkek.php> (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 12.)

bennünk. Segíthet a minket foglalkoztató élet- és döntési helyzetekben, megoldási stratégiáinkban, aktuális kérdéseinkhez újabb szempontokat nyújthat.

A csoportban való munka során sokat tanulhatunk egymástól, megismerhetünk különböző véleményeket, megerősítést kaphatunk, miközben a személyesség, az egyéni látásmód, vélemény sem vesz el, ha a bizalom és az őszinteség határozza meg a közös együttléteket. A szépirodalom, pontosabban az irodalomterápia módszertana ezt kívánja biztosítani. Az irodalmi művekről való beszélgetés és önreflexió segíthet abban, hogy jobban rálássunk életünkre, kapcsolatainkra, esetleges elakadásainkra, ki nem mondott nehézségeinkre, félelmeinkre. Tudatosíthat bennünk követendő vagy olykor éppen idegennek érzett magatartás- és cselekvési mintákat. Az olvasmányok segítséget nyújthatnak abban, hogy a terápiában részt vevő külső szemszögből láthassa a problémáit, példát vagy épp ellenpéldát ismerjen meg rá, következmények nélkül gondolhasson át megoldásokat. (BÉRES, 2014.)

A résztvevő – ha igazán támogató a csoport – bátran felvállalhatja, megélheti érzéseit. Belehelyezkedve egy-egy történetbe, a szereplők bőrébe belebújva megvizsgálhatjuk, hogy az adott helyzet mire ösztönöz minket, milyen változásokat, cselekvést indít el bennünk, hogyan érint, mire tanít. A felkínált olvasmány érzésvilágunk megfogalmazásában, tudatos döntések meghozatalában, új lehetőségek felfedezésében, pozitív önértékelésünkben segíthet. „A biblioterápia nem jelent mást, mint tudatosítani és módszerre alakítani át saját tapasztalatunkat, élményeinket és mindazt, ami észrevétlenül valósult meg eddig” – mondta egy interjúban Oláh Andor, a biblioterápiát alkalmazó hazai orvosok egyike. (BARTOS, 1999: 13.)

A biblioterápiának és -terapeutának nem áll szándékában végérvényes igazságokat megfogalmazni a mű, illetve a beszélgetés kapcsán. A szöveg mindig nyitott az új értelmezésekre, különböző véleményekre, mert nem lehet egyetlen, „igazi” értelmezés. Nincs egyértelmű, mindenki számára kimondott „tanulság” a találkozások végén, inkább egyénre szabott felismerésekkel, továbbgondolásra ösztönző élményekkel, kérdésekkel távozhat a résztvevő.

A fentebb említettek mellett a terapeuta felelősségéről, kompetenciahatáraitól, saját belátási folyamatairól is szólnunk kell.

Döntő fontosságú az olvasó- és ezáltal befogadóközpontú szemlélet ennél a módszernél, vagyis az, hogy az olvasó az olvasás / felolvasás révén hogyan ismer magára,

és ez a felismerés hogyan indít el benne érzelmi és kognitív változásokat (GILBERT, 2014). A provokatív szembesítés súlyossága helyett ajánlható a résztvevő számára a szövegben fontos, beszédes hely, rész vagy szereplő kiemelése és az arról való diskurzus. Ha a mű maga döntési dilemmák elé állít is, és súlyos kérdéseket vet fel, a terapeutának arra kell törekednie, hogy a folyamat során elvezesse a résztvevőket a feloldásig. Igazán komoly irodalmi és pszichológiai érzékre van szüksége a terapeutának ahhoz, hogy egyszerre legyen jelen háttérbe vonulva is. Tudnia és éreznie kell, mikor és mennyire lehet tevőlegesen aktív, úgy beszélgetve a résztvevőket a műről, hogy érintettségük érvényesüljön, ám a mű általi fedésben és védettségben. (GILBERT, 2014.) Fontos hangsúlyozni, hogy nem műértelmezésről vagy -elemzésről van szó, sokkal inkább magunk megértéséről, egy belső találkozásról a mű keltette diskurzus okán.

Kíváncsi lenni az olvasók, a csoporttagok ízlésével, reakcióival kapcsolatos elvárásokat egy-egy felfedezett szöveg kapcsán. A terapeutának elképzelése kell, hogy legyen a kommunikációs zavarok vagy indulatok kezelésére, figyelmesnek és rugalmasnak kell lennie a tekintetben, hogy az adott személynek vagy célcsoportnak alkalomról alkalomra mire van leginkább szüksége, hogyan tudja a csoportot leginkább segíteni. (BÉRES, 2014.) A legnagyobb kihívás kétségtelenül a megfelelő szöveg kiválasztása és „életre keltése”, vagyis egy termékeny és együttgondolkodásra ösztönző beszélgetés elindítása. A szakemberek körében megoszlanak a vélemények abban a tekintetben, hogy mi is az igazi ismérve azoknak a műveknek, melyek terápiás cézzal alkalmazhatóak. „A terapeuta meggyőződése, döntése, választása, hogy milyen szöveggel próbálkozik. Az ő tapasztalata, múltja, iskolázottsága vezérli szövegkínálatát.” (GILBERT, 2016: 245.)

A biblioterapeuta valójában közvetít mű és olvasó / befogadó között, segít az érintettség felismerésében és feldolgozásában.

A beszélgetések folyamán a kulcsszó a jelenlét és a megosztás van, az érzés- és élményszintű kommunikáción, az egyénre szabott üzenet megtalálása érdekében.

Lázár Ervin, egy 2005-ben adott interjúban ezt így fogalmazta meg: *„Azt szoktam elmondani a gyerekeknek, hogy a mese egy fél alma. Az író leírta, és jön az olvasó, hozzáteszi a másik felét, akkor lesz teljes. És – mert mindenki mást szűr ki ugyan abból az írásból – az almák soha nem lesznek egyformák. És ez így helyes.”*

A fentebb leírt alapelveket érzem magaménak, egyfajta belső iránytűmmé vált az évek során. A biblioterápia számomra a megengedés és elengedés, a személyes, de mégis közös kincsek feltárása érdekében alkalmazott nemes játék, amely belső növekedésünket szolgálja, és amelyben mindannyian gazdagodhatunk egymás által.

Az irodalomterápiás modul megvalósulása az Anna–Joachim Programban

A három hétvégét magába foglaló program abból a felismerésből született, hogy a gyermekáldásra vágyó pároknak lelki támogatást nyújtson különféle, elsősorban keresztény alapokon nyugvó terápiás módszerek segítségével. A biblioterápiás foglalkozások két, félnapos csoportos együttlét lehetőségét biztosították öt, harmincas éveiben járó házaspár számára. Korábban főleg a spiritualitás témakörében tartottam műhelyfoglalkozásokat, így igen komoly szakmai kihívással szembesültem, amikor igent mondtam a felkérésre. Sok bizonytalansággal és egy csepp kishitűséggel is küzdöttem, de már a felkészülés is értékes tapasztalatokkal szolgált. A biblioterápia gyakorlata – mint az a korábbiakból kiderült – minden korosztály s a legkülönbébb élethelyzetben levők számára ajánlható, tehát nem függ a kulturális háttértől, iskolázottságtól, az olvasási hajlandóságtól. A tapasztalatok mégis azt mutatják, hogy mind a résztvevők, mind a terapeuták leginkább a nők közül kerülnek ki, elvétve akad egy-egy férfi a foglalkozásokon. Éppen ezért külön öröm volt számomra, hogy most megszületett az egészséges egyensúly a házaspárok részvételével.

A terápia célja elsősorban az erő- és örömforrások tudatosítása, az összetartozás érzésének elmélyítése, a testi-lelki harmónia megerősítése volt a pár tagjai között. Minőségi időt, lehetőséget kínálva annak végiggondolására, hogy a párkapcsolatukban miért lehetnek hálások, mit tudnának, szeretnének jobban vagy másképp csinálni.

Terapeutaként olyan műveket választottam – elsősorban rövidebb novellákat, verseket, klasszikus és kortárs, zömmel magyar szerzők szépirodalmi alkotásait felhasználva –, amelyek a szeretetkapcsolatok alapjairól, megkerülhetetlen kérdéseiről szólnak. Ezek a művek adták beszélgetéseink alapját, egyéni, páros és csoportos feldolgozási technikákkal.

A műveket a foglalkozásokon ismerték meg, hallották először a résztvevők, ez is tudatos része volt a munkának. Az alkalmakra nem kellett előre készülni, (hozzá)olvasni, ezzel is próbáltam nem megterhelővé, hanem oldottá, pihentetővé tenni az összefüggéseket. Az *itt és most, az aktív, figyelmes jelenlét* volt a kulcsszó.

A beszélgetések során nem mű- vagy kortörténeti elemzések hangzottak el, hanem az adott mű megismerése kapcsán felmerült érzések, élmények, emlékek, átélt tapasztalatok megosztására helyeztük a hangsúlyt. A kiválasztott művek mellett többféle szó- és képasszociációs játék is szerepelt minden alkalommal.

Tudatosan összeállított tervemet hamar felülírta a vírushelyzet adta új kihívás, de egy odaillő történet segített a kezdeti nehézségeken. A *józan ész meséjében*³ elhangzott tanácsokat, magatartásmintákat nagyon hamar saját életükre lefordítva a jelenlévők képesek voltak reális célkitűzéseket megfogalmazni. Ahogy az egyik résztvevő megállapította: „még csak egy fél órája vagyunk együtt, de nem gondoltam volna, hogy ilyen mélyre megyünk.”

A bemutatkozásra többféle lehetőséget kínáltam. A párok egymás bemutatása mellett a képasszociációs kártyákat is igénybe vehették, hogy jelenlegi helyzetükről, pillanatnyi hangulatukról beszámoljanak. A kiválasztott képek játékos formában segítettek a bemutatkozást, miközben az elvárások, vágyak is megjelentek az általuk fontosnak vélt mondanivalóval.

A közös csoportszabályok ismertetése és elfogadása a titoktartást, a személyes megnyilatkozást támogatta, a bizalmi légkör kialakítását szolgálta. Fontosnak tartottam elmondani, hogy mindenki annyit tesz bele a közös beszélgetésbe, amennyit jónak lát, ezáltal is gazdagítva egymást, a csoportot. Nem kötelező megszólalni, de megéri! Saját magam nevében beszélni – bár evidensnek tűnik – nagyon is nehéz dolog, de így kerülhető el a moralizálás, általánosítás vagy az ítékezés! Nem lehet cél, hogy legyőzzem és meggyőzzem a másikat a vélt vagy valós igazammal. A biblioterápia fókuszában az elfogulatlan és ítékezésmentes attitűd áll, és akkor működik jól, lélegzik együtt a csoport, ha megtanuljuk tiszteletben tartani mások véleményét, ezáltal egy sokféle és gazdag értelmezési háló bontakozhat ki.

A csoportkeretek megbeszélése után egy ráhangoló „játékkal” kezdtünk, Doris Reinthal *Felráztál* című versével.

³ <https://www.delmagyar.hu/orszag-vilag/a-mese-fel-alma-interju-lazar-ervinnek-281833/>. (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 07.)

A csoport létszámának megfelelően, tíz részre vágva szétosztottam a verset, mindenkinek csupán egy-két sor, egy gondolat jutott. Megfogalmazhatták, mit jelent számukra az adott sor, mondat, milyen személyes üzenete van, hol érzik érintettnek magukat? Ha belehelyezkedünk a szövegbe, milyen kontextusban, helyzetben tudja elképzelni ezeket a gondolatokat? Hogyan folytatná, ki lehet a másik fél a párbeszélgetésben? – tettem fel a kérdéseket.

Majd közösen megpróbáltuk összerakni a gondolatfüzért, amely különféle olvasatokban lehet istenes avagy szerelmes vers. Érdekes volt megfigyelni, hogyan kapcsolódtak egymáshoz gondolatilag, személyesen. Megkértem egy vállalkozó szellemű csoporttagot, hogy olvassa fel a verset, illetve azt az alkotást, szellemi produktumot, amit együtt állítottak össze. Így már egy másfajta értelmezési és érzelmi háló, jelentéstartalom bontakozott ki, amely másképp szólította, érintette meg őket. Ezeket a sorokat el lehetett tenni.

A csoportkohéziót és a játékosságot, jókedvet egyaránt erősítette a kreatív írásként is népszerű feladat: a történetírás / mesélés, amelyben a párok erre az időre elszakadtak egymástól. Külön férfi és külön női csoport alakult, ahol ugyanazokat a szavakat kapták egy-egy általuk húzott borítékban, s percek múlva megszületett mindkét csoport saját története, melynek vázát ugyanazok a szavak alkották. Nagy derűtség fogadta a felolvasásokat. A rácsodálkozás élményével beszélgettünk arról, hogy még a „közös” szókincs is mennyire különböző irányba alakíthatja saját, egyéni történetünket. Nemcsak az adott szöveg bizonyítja ezt, de személyes élményeink is. A közös történetük a következő alkalommal is a faliújságon szerepelt.

Majd én is felolvastam az eredeti történetet, Vathy Zsuzsa *Paradicsommadár* című novelláját.

Az írás kapcsán a legelső benyomásokról, élményekről, érzéseikről kérdeztem őket: Van-e olyan gondolat, mondat, ami most nagyon eltalált, elgondolkoztatott, amit elvinnél magaddal? Kinek a helyébe lennél? Mit jelent: szavak nélkül is megérteni a másikat? Mikor fontosak avagy szükségtelenek a szavak két ember kapcsolatában? Van olyan közös tevékenység, amit szívesen csináltok együtt, amiben nagyon jó együtt lenni? Egy nagyon őszinte hangvétellő beszélgetés bontakozott ki, ahol egyre többet tudtak meg a párok egymás szokásairól, hétköznapijairól, érzelmi életéről, küzdelmeikről.

A szeretetnyelvek nyomán indultunk tovább és egy komoly játékkal, amivel egy számmra nagyon kedves biblioterápiás társaság szentendrei műhelynapján találkoztam. Szétosztottam egy négylábú asztal képét – ami a párkapcsolatot szimbolizálta – egy egyszerű rajz formájában, és az volt a kérésem: Ha ez a masszív asztal jelképezi a kapcsolatokat, mik lennének a lábai? Mi tartja össze a szövetségeket, mitől működik? A párok csak akkor beszélhettek meg egymás között a válaszokat, ha készen voltak a saját „asztalukkal”.

Ezt követően vallomásszerűen hangzott el, hogy mit tanultak / kaptak a párjuktól, ami által többek lettek, gazdagodtak? Itt az volt a kérésem, hogy hangosan is legyenek kimondva ezek a tulajdonságok, erények, értékek a másik felé. Jól észlelhető volt, hogy voltak párok, akiknek a meglepetés erejével hatottak ezek a „beismerések és elismerések”. Visszatérve Vathy Zsuzsa novellájához, a saját címadásra vártam ötleteket, vagyis ami a legjobban kifejezi a személyes mondanivalót, érintettséget.

Pihenés gyanánt egy verskalákával készültem, ami annyit jelentett, hogy egymás után, megszakítás nélkül olvastam fel szerelmes verseket, szerzők és cím nélkül. A csoportrésztvevőknek semmi más dolguk nem volt, mint a legkényelmesebb testhelyzetet felvenni, hallgatni és pihenni.

A versek válogatásánál olyan – az életben és a költészetben / hivatásban is együvé tartozó – szerzőpárokat kerestem, mint *Károlyi Amy és Weöres Sándor, Hervay Gizella és Szilágyi Domokos, Szécsi Margit és Nagy László, Szabó T. Anna és Dragomán György, Vathy Zsuzsa és Lázár Ervin*, de bekerült a válogatásba *Gergely Ágnes és Pilinszky János* is egy-egy verssel.

A versrelaxáció után a több példányban is kihelyezett versek közül mindenki felolvashatta saját választását, vagyis ami leginkább megérintette őt, először mindenféle kommentár, indoklás nélkül. Így voltak versek, amelyek többször is elhangzottak vagy éppen egyáltalán nem kerültek kapcsolatba most senkivel.

A megosztásnál nagyon érdekes volt megtapasztalni, hogy a gyerekkori vagy fiatal-kori élményeknek milyen szerepük lehet a versválasztásban, többen Weöres Sándorhoz fűződő élményükről beszéltek vagy éppen a nemi szerepek is befolyásolhatják az egy-egy műhöz, szerzőhöz való kötődést. Arra is kíváncsi voltam, hogy találnak-e olyan verseket, olyan, egy házaspár által írt műveket, amelyeket mindketten „elfogadnak”, sajátjuknak érznek.

Az idő előrehaladtával Lázár Ervin *Csodapatika* című mesenovelláját osztottam szét „otthoni” olvasásra, megfontolásra. Az eltéveszthetetlen stílusban íródott, ámbar nagyon is életszerű párbeszéd az önvizsgálat, személyiségfejlődés terén lehet segítség, a mű végén konkrét kérdést szegezve az olvasónak: Te kinek a helyébe lennél és mit tennél?

A visszajelzéseknél arról beszéltek, hogy a nap folyamán milyen meglepetés, újdonság érte őket, akár saját magukkal vagy a párjukkal kapcsolatban, amit jól esik elvinni, eltenni a nehézségek idejére. Az összetartozás élményét, erejét emelték ki leginkább, a felszabadultság érzését, illetve volt, aki eddig az irodalmat csak a nemszeretem, kötelező kategóriába sorolta, új volt számára az élmények, érzések szintjén történő megkínálás.

A második alkalommal a vágyak és hiányok ambivalens viszonyával, kettősségével indultunk tovább.

Szavakat helyeztem az asztalra: *elengedés, elfogadás, vágy, csoda, reménység, bizalom, hála, megajándékozottság, hiány, elégedetlenség, harag, várakozás, vágyakozás, aggodalom, gyász, veszteség, teljesség, titok*. A bemutatkozó, megérkező körben az eltelt időszak élményeire, reflexióira voltam kíváncsi, illetve arra, hogy most mi az, ami meghatározó az életükben. A kártyák által előhívott beszélgetés lehetőséget adott megtalálni „*azt a szót, ami segít rajtad, de magadtól nem tudod kimondani*”. (BARTOS, 2020: 97.)

Egy rövid, de humoros hangvételű novellát olvastam fel, Száraz Miklós György *Tíz kívánságát*, amely életünk főbb prioritásairól és választásairól szól. A történetnek nincs (egyértelmű) befejezése, pontosabban egy meg nem fogalmazott, ki nem mondott kérdéssel zárul: Mit tennénk a főszereplő helyében? A képzelőerőt segítségül hívva az volt a kérésem, hogy gyűjtsük össze a „tökéletes” kívánságlistánkat – ahogy a műben is szerepel. Mindenki annyit és azokat a kívánságait osztotta meg a csoporttal, amit fontosnak tartott. Könnyű vagy nehéz megfogalmazni vágyainkat, miért fontos, hogy legyenek vágyaink? A beszélgetés során a kívánságok és vágyak közötti különbségek, legmélyebb vágyaink és a megkülönböztetés nehézségei is szóba kerültek.

Örkény István *Meddig él egy fa?* című megrázó története azt a kérdést járja körül, hogy mi marad utánunk, illetve mennyire fontos, hogy maradjon utánunk valami / valaki. Hogyan lehet a hiányainkkal teljes életet élni? Milyen mintát, kapaszkodót adhatnak a megismert szereplők? Mit jelent a jelenben élni?

Ez volt az a pont, ahol tartottam az előtörő fájdalomtól, hiányérzetektől. Meglepő és jóleső tapasztalat volt számomra, hogy többnyire az elfogadás, a jelen pillanat tudatos

megélése volt inkább a középpontban a novella kapcsán. Az egyik résztvevő megfogalmazása szerint az a hivatásunk, hogy mindenki – személy szerint – megkeresse és megtalálja a saját „hársfáját”, életfeladatát, ami a következő lépést jelentheti az előrehaladásban.

Életem legelső biblioterápiás foglalkozásán elhangzott és azóta is meghatározó élményt nyújtó novellájával zártam a csoportfoglalkozásunkat, amelyért nagy köszönettel tartozom Utasiné Benes Beátának.

A már-már klasszikussá vált és sokat idézett Lázár Ervin-novellának, a *Focinak* az alapélménye a nem várt csoda és reménység megjelenése az életünkben, amikor már el sem hisszük, hogy velünk is megtörténhet valami váratlan jó. Sokan és sokszor nyúltak már ehhez az íráshoz, többfajta megközelítésben, ezért most csak egyetlen, lelki tapasztalatra irányult a kérdés: Mikor tette Isten vállamra a kezét, hogyan látogatott meg? Ez alkalommal nem a házaspárok találkoztak egymással, hanem tudatosan próbáltam cserélni és változtatni a párok összetételén. A tízperces beszélgetésben beszámolhattak egymásnak Isten-élményükről, tapasztalatukról. A közös megosztó körben szabadon beszélhettek a hála- és csodaélményeikről. Az alkalom lezárásaként képes kártyák segítségével osztottak egymás élményéből, öröméből.

Értékelés, összegzés

A biblioterápiás alkalmak „szelíd, megengedő gyógymódként” kívántak jelen lenni és kísérni a párokat egy válságos életszakaszukban. A mély önfeltárási kísérletek, belső harcok, személyes krízisek nem ebben a csoportban történtek, így egyfajta kísérő és támogató szerepkörben éreztem magamat és a terápiás formát egyaránt.

A résztvevők pozitív visszajelzéseiből arra a következtetésre jutottam, hogy a kívánt terápiás cél elérte hatását: a nyugalmas légkört, a minőségi időt, a művek kapcsán kibontakozó tartalmas beszélgetéseket és felismeréseket ajándékként, hálával élték meg.

IRODALOM

- BARTOS Éva (1999, szerk.): *Segített a könyv, a mese. Vallomások életről, irodalomról, olvasásról.* Magyar Olvasástársaság, Budapest.
- BARTOS Éva (2020, szerk.): *A biblioterápia közelről. „A szentendrei modell.”* Pont Kiadó, Budapest.
- BÉRES Judit (2014): „Azért olvasok, hogy éljek.” Szöveg, olvasás és lélektani munka a biblioterápiában. *Pannonhalmi Szemle*, XXII(2): 59–67.
- BOLDIZSÁR Ildikó (2010): *Meseterápia.* Magvető Könyvkiadó, Budapest.
- GILBERT Edit (2014): *Az együttérzés irodalmi és vonzatai.* Pont Kiadó, Budapest.
- GILBERT Edit (2016): Biblioterápia mint alkalmazott irodalomtudomány és lehetséges oktatási modell. *Helikon*, 62(2): 239–248.
- GOMBOS Péter – VÖRÖS Klára (2015, szerk.): *Könyv és lélek. Biblioterápiai tanulmányok.* Magyar Olvasástársaság, Budapest.
- JENEY Éva (2012): *Nyitott könyv. Irodalom, terápia, elmélet.* Balassi Kiadó, Budapest.
- VATHY Zsuzsa: (2016): Paradicsommadár. In: Vathy Zsuzsa: *Ki nevet a végén? Válogatott novellák és kisregények.* Helikon Kiadó, Budapest. 484–491.

Bibliodramatikus eszközök alkalmazása az Anna–Joachim Programban

NYÁRY PÉTER – MARLOK ZSUZSA

A bibliodramáról

A bibliodráma középkori hagyományokban gyökerező, a 20. században megújuló műfaj, a Bibliával való egzisztenciális foglalkozás és önismereti munka egyik izgalmas, a lelket mélyen megmozgató lehetősége (NYÁRY–SARKADY, 2008; STANGIER, 2003; MARTIN, 2003). A Bibliával találkozni vágyó ember napjainkban többnyire az olvasó vagy a hallgató egyoldalú pozíciójából közeledik az Élet Igéje felé, szerencsésebb esetben egy bibliakör aktív tagjaként, intellektusát mozgósítva cserél eszmét társaival az olvasottakról.

A bibliodráma ezzel szemben – s ez a viszonylag újszerű benne – az ember egész kreativitására, testi-lelki-szellemi képességeire épít, ezeket egyre jobban kibontakoztatva közelíti a Biblia teljes emberi valónkat megszólító képeihez, szimbólumaihoz, jeleneteihez, eseményeihez. A bibliodráma csoport tagjai nemcsak az elvi meggyőződés, hanem a gyakorlati, testi-lelki átélés szintjén is részesévé válnak a Bibliában foglaltaknak.

A módszer maga az 1960–70-es években alakult ki Németországban, ahol evangélikus közegben, vallástanárok, lelkészek kezdtek először bibliai szövegekkel dramatikusan dolgozni. (WARNS–FALLNER, 2003; BOBROWSKI, 1991). Magyarországra 1989–90-ben Tomcsányi Teodóra révén került. Sarkady Kamilla és Nyáry Péter vezetésével 1992-ben indultak bibliodráma csoportok, 2002-től kiképző csoportok, a szerzőpáros egy könyvet (*Bibliodráma*. Harmat Kiadó, 2008, 2014) és két tematikus folyóiratszámot (*Embertárs* 2013/1. és 2014/2.) is megjelentetett a témában. A bibliodráma módszerében való kiképződés szervezetenként a Magyar Pszichodráma Egyesülethez és annak képzési rendjéhez kapcsolódik.

Maga a bibliadráma csoport általában ötven–hetven órát foglal magában, mely havi egy négyórás alkalmat jelent, de léteznek más konstrukciók is: „elvonulós” hetek, hosszú hétvégék stb. Egy csoport létszáma átlagosan 10–12 fő. A meghirdetett csoport vonatkozhat egy témára („Présben”, „Találkozások”) vagy egy bibliai személyre (például Pál vagy Naámán). Mint a csoportos önismereti műfajok többségében, itt is alapelv, hogy a résztvevők között ne legyen szoros ismeretség, vagyis az önismereti csoportokra vonatkozó szokásos kontraindikációs keretek és szabályok (rokon, főnök stb.) itt is érvényesek.

Jellemzően a csoportok többségét vallásos emberek képviselik, de körülbelül húsz százalékban előfordulnak kereső és / vagy spirituális érdeklődésből jelentkező résztvevők is. Egy csoportot általában két vezető tart, a vezetőpárosok fölállításánál előnyös, ha egyikük dramatikusán, másikuk inkább teológiailag képzettebb. A csoportokban az ökumenikus szemlélet a jellemző, azaz bármely keresztény valláshoz tartozzon is a résztvevő jelentkező, könnyedén megtalálhatja a helyét. Itt ugyanis a dramatikus megélés szintjén teremődik a közösség, így a felekezeti különbségek hamar elhanyagolhatóvá minősülnek.

Az alkalmak bejelentkező körrel kezdődnek, melyet a kijelölt témának megfelelő mozgásos rámelegítés követ. Ezután a kitűzött bibliai történet fölvezetése zajlik kortörténeti áttekintéssel, majd a szerepek kiválasztásával kezdődhet maga a játék. A dramatikus játék befejeztével több szempontú élmény- és folyamatfeldolgozás veheti kezdetét. (Miért azt a szerepet választotta? Mi volt a legfontosabb megélése a játék során? Hol kapcsolódik a személyes életéhez mindaz, amit a játékban átélt?) Végül, a lezárást megelőzően, a vezetők külön hangsúlyt fektetnek annak tudatosítására, hogy mi a bibliai szöveg személyes üzenete, és ez hogyan változott a játék során.

A bibliodráma csoportok résztvevői a csoport hozadékaként önismeretük mélyülésén túl kiemelik a csoport megtartó erejét, biztonságot adó, elfogadó légkörét, és gyakran említik, hogy a bibliai történetek, a szereplők közti viszonyrendszer dramatikus átélése révén hitük és a Szentírással való kapcsolatuk átdolgozódik, a szöveg üzenete személyesebbé válik számukra, azt később a misén vagy istentiszteleten is más füllel tudják hallgatni.

A Biblia szövegei lehetővé teszik, hogy a résztvevők találkozhassanak saját érzéseikkel és a bibliai alakok történeteivel, amelyek rárimelnek az életükre. Mindezt úgy tehetik meg, hogy a szereplők bőrébe bújva egyfajta védettséget élhetnek át, minthogy a bibliai alak „köntösében” és nem direktben a saját, nemegyszer nehéz történeteiket

kell átélniük. A pszichodráma alapú bibliodramában tehát arra törekszünk, hogy olyan játékhelyzetet hozzunk létre, amelyben a bibliai történet mögött fölsejlik a csoporttag saját élettörténete. Az a cél, hogy a résztvevő egyaránt találkozhasson a Biblia üzenetén keresztül a transzcendenssel és önmagával.

A bibliodráma alkalmakon nagy többségében történeteket játszunk el. A vezető munkája elsősorban abban áll, hogy hidat verjen a történet „akkor és ott”-ja és a jelen „itt és most”-ja között. Segít ebben a kortörténet felvázolása, a korabeli élethez tartozó információk megosztása. Lényeges, hogy a csoporttagok impulzust kapjanak a történet szereplőinek eljátszására, ebben benne foglaltatik a köztük lévő kapcsolat és az egyes személyek lelkivilágának, érzéseinek tudatosítása. A történetben leírt helyzetek rekonstrukciója lehetővé teszi a résztvevők számára annak az átélését, amit a bibliai szereplők is megtapasztalhattak. Az érintettségek révén kerülhetnek a csoport tagjai mély kapcsolatba saját élethelyzetükkel, érzéseikkel, valamint a bibliai szöveg üzenetével – végső soron az Istennel. Természetesen a rámelegítés során a Biblia más műfajú szövegei is felhasználhatók, hiszen például a zsoltárok, prófétai szövegek vagy a bölcsességi iratok bőven kínálnak azonosulásra módot adó szövegrészeket.

Az elmondottak megvalósításában elengedhetetlen részt jelent a történetek „üres helyeinek” kitöltése. Ezek azok a történések, amelyek szó szerint nincsenek leírva, legfeljebb utalás történik rájuk, de a szöveg logikus olvasása alapján biztosan megtörténtek vagy megtörténhettek. Az „üres helyek” nemcsak a történetek jelenetezéséhez, egyfajta dramaturgiai munkához nyújtanak alapot, hanem a szereplők belső folyamatainak vagy interperszonális kapcsolódásainak tetten érésében is segítenek (LENSCH, 2000).

Mind a játék előkészítésének, mind a lejátszásnak a fázisában nagy hozadéka lehet művészeti alkotások felhasználásának, gondolunk itt a Biblia által inspirált vagy ilyen tárgyú képzőművészeti alkotásokra vagy zeneművekre, illetve szépirodalmi szövegekre. Ezek további segítséget nyújtanak ahhoz, hogy a csoporttagok közelebb kerüljenek a szereplőkhöz és felfelhessék szerepüket.

Ugyanígy szerepe lehet a kreatív alkotásnak. Akár a bibliodráma ülés elején, akár a végén dolgozhatunk szimbólumokkal vagy más tematikus alkotással, amit a résztvevők hoznak létre agyagozás, rajzolás, festés és egyéb kézműves eljárások révén. Ebben a munkában a szavakon túli tartomány jelenik meg, ami sokszor beszédesebb és kifejezőbb, mint a pusztán szóbeli reflexió, és elmélyítheti az átélteket.

Meddőség a Bibliában

Élettörténeti párhuzamok a program résztvevőivel

A fentiek fényében nyilván az is világos, hogy egy bibliodráma csoport résztvevőinek életproblémái föllelhetők a Bibliában is, akár egy konkrét történet szereplőiként, akár egy bibliai szöveg magukra vonatkoztatásaként. Egy konkrét helyzetben például a többi szereplőhöz való viszonyukban, adott esetben egy zsoltár olvasójaként pedig a megjelenített érzésekben, illetve istenkapcsolatukban ismerhetnek magukra. Nagy valószínűség szerint zömében ugyanazon nehézségek között élnek, ugyanazok a gondolatok foglalkoztatják őket, mint a bibliai elbeszélések szereplőit, és ugyanazokat az érzéseket élik át problémájuk kapcsán önmagukban és kapcsolatukban.

A Biblia – hol hosszabban, hol rövidebben – hat asszonyalak történetében említ meddőséget: Sára (Ter 16), Rebeka (Ter 25,21), Ráchel (Ter 29,31–30,24), Sámson anyja (Bír 13), Hanna (1Sám 1) és Erzsébet (Lk 1). Ezenkívül – Istennek az emberrel kötött szövetségére hivatkozva – a mózesi törvényben is előfordul a kifejezés (MTörv 7,13–14), egyértelműen azzal összefüggésben, hogy a termékenység Isten áldását jelenti. A gyermeknélküliséget hatalmas csapásnak fogták fel, mert az ember élete utódok nélkül megszakad, leszármazottaiban nem folytatódik tovább. Az asszony számára ez szégyent jelentett.

Témánk szempontjából érdemes megfigyelni az említett nőalakok kapcsolatrendszerét ebben az összefüggésben. Sára és Hanna esetében kifejezetten arról olvasunk, hogy gúny tárgya lettek a rivális asszonyok (szolgáló és a másik feleség) szemében. Ráchelt tekintve arról értesülünk, hogy féltékeny lett a gyerekeket szülő nővérére. A többiek esetében ilyesmit nem említ a Szentírás, de annak szem előtt tartásával, amit az előzőekben az „üres helyek”-ről írtunk, joggal feltételezhetjük, hogy nekik is volt részük ebben. Csak zárójelben: Zakariás és Erzsébet történetében Lukács fontosnak tartja megemlíteni, hogy mindketten papi családból származtak, és hogy semmi kivetnivalót nem lehetett találni az életükben, minden vonatkozásban igazul éltek. A környezetükben élőkben vajon nem vetődhetett föl a kérdés, hogy akkor miért nincs áldás az életükön, miért szenvedik ezt a sorsot, csak nincs mégis valami takargatott bűnük?

Hasonlóan érdemes rátekinteni a házastársukkal való kapcsolatukra: hogyan viselkednek a férjek ebben a helyzetben, közös életüknek ezen a nehéz pontján? Ábrahám a világos isteni ígéret ellenére hallgat felesége azon javaslatára, hogy – mintegy

„besegítve az Úrnak” – a szolgálójától „támasszon” utódot magának – talán, hogy megnyugtassa Sárát? Izsák imádkozik feleségéért, ez hiteles gesztusnak mondható – de vajon együtt szenved-e Rebekával? Kifejezetten konfliktussal terhelt helyzetet ábrázol Jákob és Ráchel története, ahol megjelenik a fájdalomtól és tehetetlenségtől kirobbanó indulat a házastársak viszonyában: irreális elvárás a férj felé, az igazság durva megfogalmazása a feleség irányába: „Mikor Ráchel látta, hogy nem szül gyermeket Jákobnak, féltékeny lett nővérére, és így szólt Jákobhoz: „Adj nekem gyermeket, különben meghalok!” Jákob dühös lett Ráchelre, s ezt mondta: „Talán helyettese vagyok Istennek, aki megtagadta tőled a gyermekáldást?” (Ter 30,1–2.) Mindez egy olyan kapcsolatban, ami igazi „nagy szerelem” volt. Hanna férje, Elkana felteszi feleségének a kérdést: „nem vagyok elég neked én”? Ugyanakkor pár verssel előbb azt olvassuk, hogy a férj nem mutatta ki a szeretetét Hanna felé, bár őt jobban szerette. Esetleg a másik feleség reakciójától tartva tett így? Mindenesetre ebből Hanna nem érezhette az igazi támogatást és elfogadást. Zakariás és Erzsébet kapcsolatában mintha a belenyugvás, az Isten akaratának elfogadása jelenne meg. Legalábbis erre engednek következtetni Zakariásnak az angyalhoz intézett, az ígéretre reagáló szavai: mi biztosít erről, hiszen mi már öregek vagyunk.

Tegyük most egy kísérletet arra, hogy megnézzük, milyen lélektani jelenségeket fedezhetünk föl a gyermektelenségre vonatkozóan a felsorolt esetekben. Hiszen semmi sem utal arra, hogy szervi oka lett volna a meddőségnek vagy netán isteni büntetéssel állunk szemben, sőt, Erzsébet esetében az is világosan kitetszik, hogy egy feddhetetlen életet élő nő is kerülhet ilyen helyzetbe.

Közhely, hogy egy gyermeknek nem csak anyagilag vagy fizikai értelemben kell „helyet készíteni”. Egy nő számára fontos szempont, hogy biztonságban tudhassa önmagát és a születendő gyermeket, hogy mindkettőjüket rábízhatta a férjére, a jövődő apára. Ábrahám és Sára története a bizalom szempontjából nézve meglehetősen problémásnak tűnik. Házasságuk elején kényszerűségből Egyiptomba kerülnek. Ábrahám félti az életét, és ezért – hazugságok árán – képes feleségét annak kitenni, hogy a fáraó háremébe kerüljön. Az isteni gondviselés ugyan megakadályozza a házasságtörést, mégis, milyen nyomokat hagyhatott az eset Sárában? Mennyire bízhat meg férjében? Talán nem meglepő ezek után a hosszú meddőség ténye.

Izsákról azt olvassuk, hogy anyja halála után nagy nehezen azzal vigasztalódott meg, hogy feleségül kapta Rebekát. A későbbiekből arra következtethetünk, hogy Rebeka cél-

tudatos és talpraesett módon működött a dolgok elrendezésében, így egyfajta anyapótlék lehetett Izsák számára, márpedig ez egyensúlytalan párkapcsolatot eredményezhet. Izsák gyenge férfinak mutatkozik, aki kevésbé képes védelmet nyújtani.

Jákobot becsapják, és Ráchel helyett, akit szeretett, Leát kapja feleségül. Hamarosan Ráchelt is hozzáadják, és a két nővel él együtt. Milyen lehetett ez Ráchelnek, ezt várta Jákobtól? Nem csalódott-e benne? Hanna esetében a fent említett helyzetnek is része lehetett abban, hogy nem tudott foganni férjétől, nem érezte a gyerek utáni vágyat Elkanában.

A gyermektelenség párkapcsolati dinamikája napjainkban

Több aspektusból szemrevételezve a gyermektelenséggel küzdő bibliai házaspárok helyzetét és nehézségeit, elmondhatjuk, hogy a mai korban is hasonló viszonyok állnak fenn. A meddőség ténye egyaránt próbára teszi a házasfelek istenkapcsolatát, párkapcsolatát, rokonaikhoz és barátaikhoz való viszonyukat, végső soron társadalmi megítélésüket.

Annak megtapasztalása, hogy nincs áldás az életükön, és mintha az Isten is magukra hagyta volna őket ezzel a problémával – miközben ők mindent megtettek és a helyes úton jártak a házasságra és a családi életre való felkészülésben –, komoly krízist okozhat párkapcsolatukban és a hitéletükben. A gyermeknélküliség a problémára való beszűkülést és a mindegyképpen megoldást keresés kényszerét idézheti elő gondolkodásukban és életvitelükben. Az okok keresése egymás hibáztatásáig vezethet. Súlyos gondokat okozhat továbbá az önértékelésben, az önmagukról és az élethivatásukról alkotott kép is megrendülhet. Kiszolgáltatottá teszi őket a különböző terápiák és gyógy módok irányába, nemegyszer jelentős anyagi áldozatokba is sodorva őket. Ambivalens kapcsolatok alakulnak ki a hozzátartozókkal, akik egyfelől már bántó kíméletességgel kezelik a kínos ügyet, másfelől a jószándékú segítségnyújtás ürügyén jótanácsok és ötletek özönével látják el őket. Távol kerülnek a korábbi meghitt hangulatú kortárs csoport tagjaitól, akik már gyerekes családként élve más problémákkal vannak elfoglalva, más időbeosztásban élnek. Egyfajta elszigetelődés jöhet létre a szociális kapcsolatok tekintetében, és a kirekesztődés érzése is megjelenhet. Mindezek a jelenségek nem segítik elő a helyzetük – adott esetben tényleg megnyugvást hozó – elfogadását, mely felszabadíthatná őket arra, hogy életük más területén keressék és valósítsák meg a kiteljesedést és a harmóniát.

Meggondolások, szempontok a projekt tervezésénél

Az Anna–Joachim Programban való részvételre szóló felkérésünk abban állt, hogy a bibliodráma módszerével támogassuk a résztvevőket a testi-lelki harmónia megteremtésének útján, az önismeretben való előrehaladás elősegítésével. Tehát egy speciális szervezésű, tematikus bibliodráma alkalomra kellett felkészülnünk. Az időkeret nyolc órára szólt, az eredeti tervezés alapján ez két részletben valósult volna meg, amit a koronavírus-járvány okozta helyzet keresztülhúzott.

Ez a keretfeltétel több dolog átgondolására készítetett minket. Adott volt a résztvevők személye, akikkel – szemben a saját szervezésű bibliodráma csoportokkal – előzetesen nem találkoztunk egy megismerkedő interjú keretében. Nem tudtuk, hogy van-e már bármiféle csoporttapasztalatuk, akár bibliodráma élményük, és arról sem volt tudásunk, hogyan állnak a szerepjátékra való készséggel. Személyükről a szervezőktől kapott értékes információk álltak rendelkezésünkre, ami komoly segítséget jelentett a tervezésben.

Sajátos helyzetet teremt az önismereti munka során, amikor egy csoporthelyzetben a házaspár mindkét tagja részt vesz. (Nem véletlenül alakult ki az a korábban már említett gyakorlat, hogy a szoros személyes kapcsolatot kizáró tényezőnek tartjuk.) A partner jelenléte ugyanis korlátozhatja az illetőt a személyes megnyilvánulás szabadságában, vagyis amit a csoportnak elmondana, azt nem föltétlenül mondaná el a házastársának. Ugyanakkor volt már tapasztalatunk kifejezetten házaspárok számára szervezett bibliodráma csoport vezetéséről, és átélhettük, hogy a közös motiváció és bizalom mekkora erővel tud működni, valóban gazdagítva a párkapcsolatot. Jelen esetben a csoport, jellege szerint, sorstársi közösségnek is nevezhető, ami reményt ad az empátiás közeg megteremtésére: az „ugyanabban a cipőben járunk”-tudat és az ebből adódó élmények sora számos kapcsolódásra ad módot.

Feladatot jelentett annak az alapelvnek a megfogalmazása és önmagunk számára zsinórmértékként való hangsúlyozása, hogy – bár mindketten régóta és aktívan vezetünk pszichodráma csoportokat – még véletlenül se vigyük a résztvevőket olyan traumatikus élettörténeti eseménnyel való találkozásba, ami hosszabb önismereti folyamatot igényel, a meghirdetett program számára inadekvát, és amelynek következményeit – a kísérés lehetőségének hiányában – nem tudjuk kezelni.

Az időbeosztást tekintve ideálisnak ígérkezett a kétszer négy óra elosztása egy hónapnyi különbséggel, teret engedve az átéltek integrálására, tanulságainak tudatosítására. A körülmények alakulása olyan munkamódot kívánt meg, hogy a nyolcórás időtartam alatt egyfajta koncentráció jöjjön létre a résztvevők egyéni munkájában, a házastársi megosztásban és a csoport dinamikájában egyaránt.

Szintén odafigyelést kívánt részünkről az, hogyan bánjunk a ténnyel, hogy mindketten családosak és szülők vagyunk. Semmiképpen sem akartunk beállni a – velük szemben – önmagukat az „áldottak” között tudók sorába, és messze el akartuk kerülni, hogy a sajnálat nyilvánuljon meg, pláne, hogy domináljon vezetői munkánkban, miközben mindketten átértéztük ennek a helyzetnek sokféle szorítását.

A konkrét szakmai munka tervezésénél az első gondolatunk az volt, hogy a bemelegítést követően a résztvevőknek történeteket kínálunk eljátszásra, mivel ez a játéktípus azok számára is komfortos lehet, akik tapasztalatlanok a szerepjáték területén vagy nehezebben vesznek föl szerepet. A részt vevő párok választhatnak történetet a fent elemzett bibliai elbeszélések közül, azt, amelyik a leginkább összecseng élethelyzetükkel, érzéseikkel, kapcsolatukkal. Ők szabják meg azt is, hogy a történetnek melyik részét jelenítik meg. A lejátszásban mindenki részt vesz különböző szerepekben. Ezután az ő párkapcsolatukat tettük volna a fókuszba, bibliai tárgyú festmények segítségével. Fontosnak tartottuk, hogy külön csoportban együtt dolgozzanak a nők és a férfiak egy olyan téma mentén, ami mindenki számára nyereséggel bírhat. Tudatosítottuk magunkban, hogy a felkínált történetek mindegyike „happy end”-del végződik, és ez nehéz érzéseket is előhozhat a csoport tagjaiból, több szinten mozgatva meg érzékenységet. Épp ezért azt terveztük, hogy a napot a *kánai menyegző* történetének alapján csoportjátékkal zárjuk, melyben megtapasztalhatják, hogy Jézus velük van és – látva szükségüket – kész arra, hogy gazdagon megajándékozza őket. A kivitelezés során a tervezett munka változáson ment át, ennek részleteit a következő fejezetben közöljük.

A nap szempontjából kardinális fontosságúnak láttuk, hogy teret és szabad folyást engedjünk a résztvevők sokféle érzésének. Ehhez bibliai idézeteket választottunk, melyek segíthetik őket abban, hogy azonosíthassák ezeket az érzéseket, amelyeket aztán szoborban vagy más mozgásformában egy társuk közreműködésével megjelenítenek. Arra törekedtünk, hogy a zsoltárokból, bölcsességi iratokból, prófétáktól vett idézetek széles skálán mozogjanak, jelenjen meg bennük a düh, csalódottság, indulat és a másik póluson az elfogadás és a remény.

A megvalósult programról

A napot a megismerkedéssel kezdtük. Bár ők már ismerték egymást, mégis fontosnak tartottuk, hogy kölcsönösen tudjunk kapcsolódni egymáshoz és megalapozzuk a közös munkát és az ehhez szükséges bizalmat. A mi bemutatkozásunk után, melyben nyilvánvalóvá tettük szülői szerepünket is, a házaspár tagjai egymást mutatták be. Ezt nagy odafigyeléssel, érzékenységgel és kölcsönös tapintattal tették. Figyelemre méltó, hogy bár mindenki számára világos volt, milyen „apropóából” vannak együtt, és milyen téma kapcsolja össze őket, aminek mentén dolgozhatnak, mégis, a meddség témáját csak a harmadik pár hozta szóba, nyíltan hangot adva szomorúságuknak és a próbálkozásaikkal összefüggő érzéseiknek. Az utánuk megszólalók már közvetlenül utaltak erre a kérdésre. Ez azt mutatta nekünk, hogy még ilyen védett közegben, egymást már valamennyire ismerők között sem könnyű nekünk, „idegeneknek és kívülállóknak” beszélni erről. Beszédes volt, ahogyan egymás bemutatásában megjelent a házastársi kapcsolatuk. Volt, ahol kirajzolódott egy szoros, a problémára mindenáron megoldást kereső házastársi szövetség. Volt, ahol az összetartozás alapját – a családtól és az ismerősöktől eltávolodva – a „csak egymásra számíthatunk” tapasztalata jelentette, és ez kettőjük közös időtöltésében (filmnézés, társasjátékozás) jelent meg. Volt, ahol megjelent a házasfelek egyéni életében a munka fontossága.

A következőkben arra kértük őket, mondják el, mit várnak az alkalomtól. Elsősorban a bibliai alakokkal való találkozást és az ettől való gazdagodást fogalmazták meg. Kiderült, hogy egy párnak volt már találkozása ezzel a módszerrel. Úgy tűnt, készen állnak arra, hogy a továbbiakban, játékokban tegyenek szert tapasztalatokra.

Rövid szünet alatt elrendeztük az Ószövetségből kiválasztott és kinyomtatott idézeteket a teremben. A mondatok erős érzéseket fejeztek ki a harag, csalódottság, beletörődés, ráhagyatkozás, bizalom és a remény vonalán. A csoporttagok lehetőséget kaptak arra, hogy a térben mozogva mindegyik szöveget elolvassák, közel engedjék magukhoz, és kiválasszák azt, amelyik leginkább megérintette őket. Érdekes volt megfigyelni, hogy – mivel mostantól egyéni munkára hívtuk őket – az eddig egymás mellett ülő párok hogyan engedték el egymást. Ezekben a mozzanatokban megjelent a bizalom, a féltés és a küldés egyaránt, és elárult valamit kettőjük kapcsolatáról. Ezt követően párok alakultak, de nem a házastársukkal. A párjukkal megosztották, miért választották azt az idézetet. Ezután került sor arra, hogy a pár mindkét tagja, egymás után, a társa segítségével szobrot alkosson, ami kifejezi számára az idézet lényegét.

Eredetileg arra gondoltunk, hogy a szobor résztvevőitől érzést kérünk a beállított szerepből. Azonban az első szobor annyira megérintőnek, sok intenzív érzést megmozgatónak mutatkozott, hogy ez változtatásra inspirált bennünket. Egy férfi a következő idézetet választotta: „Rászedtél, Uram!” (A mondat Jeremiás könyvéből való, és abban a helyzetben hangzik el, amikor a próféta perlekedik az Istennel amiatt, hogy vállalt küldetésében gúny tárgya lesz, kiszolgáltatottságot és szégyent él át.) Az erős indulatot kifejező testtartásban a szereplő folytatta a panaszkodást, amire felhatalmazást és bátorítást is kapott tőlünk. Megkértük a házastársát, aki eddig megfigyelő szerepben volt, hogy keresse meg a helyét ebben a szoborban, és ő is adjon hangot érzéseinek. Hirtelen mélyebb rétegében mutatkozott meg kettejük egymáshoz és az Istenhez való viszonya. Ettől kezdve a házastárs mindig beléphetett a képbe úgy, hogy beállt valamelyik szerepbe vagy harmadikként csatlakozott be a képbe. Erős megérintődéseket élhettünk át, sok, a témával kapcsolatos érzést jelenítettek meg. Élményt jelentett számukra a házastársuk érzéseivel való találkozás. Nagy hangsúllyal jelent meg az összetartozás („a kedvesem az enyém, s én az övé vagyok”) és a támogatás („tegyél a szívedre pecsétnek!”), amit nyújtani tudnak egymásnak, akár a veszteségek átélésében, akár a reménykedésben. Jellemző módon jelent meg a környezet reagálása („Barátaim, rokonaim elfordulnak nyomorúságtomtól, s akik közel voltak, távol maradnak”) és az ehhez való viszony („Dermedjenek kővé szegyenükben, akik gúnyolnak: »Jól van így!«”). Ebben a játékban megmutatkozott az egyén érzése, de legalább ennyire szólt a házaspárok kapcsolatáról is úgy, hogy mindezeket egy bibliai „szereplő” köntösében élhették át. Ez segítette az érzés kimondását, de el is távolította a résztvevőt attól, hogy közvetlenül kelljen a maga érzéseit megfogalmazni, ami akár kínos vagy egyenesen vállalhatatlan is lehetett volna.

A szokásos visszajelző körben értékes önreflexiók hangzottak el mind a párkapcsolatra, mind az önismeretre vonatkozóan.

Az ebédszünetben elgondolkodva arra jutottunk, hogy a délelőtti mélységében meghaladta azt, hogy a történeteket kínáljuk lejátsszásra. Úgy éreztük, hogy a résztvevők sokkal inkább a személyes kapcsolataiknál vannak, mint az archetipusos bibliai történetek szereplőinek helyzeténél. Nem a meddőség ténye és az ebből következő alapszituáció foglalkoztatta őket, hanem sokkal inkább az a kapcsolatrendszer, amiben élnek, értve ezen a házastársi és a tágabb rokoni / baráti kört. Nem tűnt indokoltnak a kánai menyegző története sem, mivel nem éreztük a csoport tagjaiban az arra való rászorultságot, hogy olyan megerősítésben legyen részük, mint amiről a történet szól.

Mindezek fényében úgy határoztunk, hogy ún. *protagonista vignettákra* hívjuk őket. Ennek lényege, hogy rövid imagináció után mindenki kiválaszt egy olyan bibliai szereplőt, aki bármilyen szempontból most foglalkoztatja. Fölkínáltuk a lehetőséget arra, hogy találkozzanak ezzel a figurával úgy, hogy ők veszik magukra az illető szerepét. Ebben a játékformában alapvetően a játékos van jelen, csak szükséges esetben hív a csoportból társakat szerepre. Természetesen ő dönti el, hogy a bibliai alak életének melyik pillanatába helyezkedik bele. A játéktechnika lényege, hogy az elején nem is árulja el, kinek a szerepét választotta. A vezető interjút készít vele először a környezetre vonatkozóan, majd, hogy egyedül van-e, kik veszik körül, végül pedig, hogy milyen érzések vannak benne. A kérdések segítik a játékost abban, hogy egyre jobban beleélje magát az adott szerepbe és eljusson a fő érzésig / érzésekig, majd kimondhassa és megélje azokat.

A megjelenített bibliai szereplők széles skálája jelent meg a játékok során. Színre került Mária figurája az angyali üdvözlés után, illetve a napkeleti bölcsek látogatása a jászolnál. Ezekben a képekben közvetlenül jelent meg a gyermekkel való kapcsolat, az öröm és a büszkeség – ezek nyilvánvalóan vágyképek voltak. Hangsúlyosan fejeződött ki a témához kötődő erős érzés, a délelőtt során is kifejezésre jutott indulat (Sámson ledönti az oszlopokat), ebben ugyanakkor az újra megtalált erő is képviselve volt. Nem egy esetben alapsérülés volt tetten érhető a lejátszott jelenetben a szülőkhöz való viszonyban, ahol a szülői törődés és figyelem hiánya elhanyagoltságot és magáramaradottságot eredményezett, illetve önbizalomhiányt és kisebbségi érzést okozott. Az önismereti kérdések tehát ilyen formában jelentek meg, anélkül, hogy kifejezetten a saját életükből vett viszonyokat játszottak volna el. A felszínre került problémák nyilván összefüggenek a meddőség tematikájával. Ketten nem éltek a lehetőséggel, mert tartottak az erős érzelmekkel való találkozástól és ennek esetleges káros lelki és testi következményeitől. Mint kiderült, mind a ketten várandósok voltak, így teljesen érthető volt a tartózkodásuk.

A játékokban éles megvilágításba került a támogatás kérdése, legyen az múltbeli támogatás elmaradása vagy a jelenlegi élethelyzetben szükséges támogatás iránti igény. Ez a szál egyébként az egész napon végigvonult. Érződött, hogy a házaspárok életében, abban a szituációban, amiben élnek, igen nagy jelentősége van ennek, nagyon sok múlik azon, hogyan tudnak egymás mellett állni, hogyan tudják egymást megtartani.

A férfi és női csoport munkájában tehát a támogatást tettük a fókuszba. Arra kértük őket, hogy alkossák meg a férfi és a női támogatás képét. A megfelelő eszközök (rajzesz-

közök, színes papírok, olló, ragasztó stb.) segítségével csomagolópapírra kollázst készítettek arról, hogy mi a megfelelő támogatás egy férfitől egy nő számára és fordítva. Nagy kedvvel, felszabadultan dolgoztak, látszott, hogy igénylik ezt a fajta közös megélést. A nők egy csinos női alakot rajzoltak, melléje különböző fogalmakat írtak (gyöngédség, gondoskodás, szex). A férfiak alkotásán egy szív jelent meg, benne szimbólumokkal különböző értékeket jelöltek meg (pl. védelmet nyújtó fa), a szíven kívül pedig a fenyegető dolgokat helyezték el, szintén jelképekkel ábrázolva (halál, betegség, félelmet kifejező dinoszaurusz). Mindkét csoport kölcsönös megelégedettséggel nyugtázta az elkészült művet.

A napot lezáró visszajelző körben az csúcsosodott ki, hogy – bár nem tudták, milyen módszerrel fognak dolgozni – élményt adott számukra az érzésekkel való találkozás és a szerepjáték lehetősége.

Összefoglaló gondolatok

Visszatekintve az alkalomra és elhelyezve a bibliodráma modult a program tágabb kontextusában, megállapíthatjuk, hogy a résztvevők számára jó lehetőséget teremt ez a műfaj arra, hogy átélhessék és megfogalmazhassák érzéseiket. Tudjuk, hogy egy ilyen tréningorozatban minden összetevő egy irányba hat, és a különböző műhelyek hatása segíti és fölerősíti egymást. Miután a mi blokkunkra a folyamat vége felé került sor, nyilván közrejátszott a már kialakult bizalom és csoportkohézió abban, hogy a közös munka során mélyebb vizekre lehetett evezni. A csoport tagjai át merték adni magukat a nehezebb érzéseknek, és meg merték mutatni magukat. A csoportfolyamat ezen fázisában már nem a meddőség ténye és a gyermektelenség fájdalma volt a közös téma, hanem az ezzel a léthelyzettel együtt járó kapcsolatok és viszonyok. Úgy véljük, az alkalom lehetőséget nyújtott a tagoknak ahhoz, hogy szembesüljenek ezekkel az érzésekkel. Segítséget kaptak ahhoz, hogy átéljék, elfogadják – nem hosszú távon és végérvényesen a gyermektelenséget, hanem – a jelenlegi, akár már hosszabb ideje tartó élethelyzetet, és viszonyuljanak hozzá. Egy bibliai alak szerepében elmélyítsék, végül pedig tudatosítsák: mit tudnak támogatásként – nőként és férfiként – adni a házastársuknak, mivel tudják támogatni egy-

mást. Mert a támogatás, a házastársi szövetség jelenti a legfőbb szálát köztük, amikor az egyéb kapcsolatok terén zavart vagy szakadást élnek át. Csakúgy, mint ahogy az Anna–Joachim Program is elsősorban támogató közeget teremt számukra, és a sorstársi közösség erejét is átélhetővé teszi – akár hosszú távon is.

IRODALOM

- BOBROWSKI, Jürgen (1991): *Bibliodramapraaxis*. Rissen, Hamburg.
- LAKATOS Enikő (2020): A meddőség bibliai nézőpontjai. *Embertárs*, XVIII(2): 195–198.
- LENSCH, Martin (2000): *Spielen, was (nicht) im Buche steht*. Waxmann, Münster.
- MARTIN, Gerhard Marcel (2003): *Bibliodráma*. Egyházforum – Magyar Bibliodráma Egyesület, Budapest.
- NYÁRY Péter (2008): Úton Zakariással – avagy egy bibliai történet többféleképpen. In: *Bibliodráma*. Szerk. Nyáry Péter és Sarkady Kamilla. Harmat Kiadó, Budapest. 115–124.
- NYÁRY Péter – SARKADY Kamilla (2008, szerk.): *Bibliodráma*. Harmat Kiadó, Budapest.
- STANGIER, Klaus-Werner (2003): *Itt és most*. Egyházforum – Magyar Bibliodráma Egyesület, Budapest.
- WARNS, Else Natalie – FALLNER, Heinrich (2003): *Jerikó rózsája*. Kálvin Kiadó – Luther Kiadó, Budapest.

A párkonzultáció szerepe és tapasztalatai az Anna–Joachim Programban

HOLLÓSI MÁRIA CECÍLIA – FRANKÓ ANDRÁS

Bevezetés

Magyarországon a nemzetközi arányoknak megfelelően szintén 9–15%-ra tehető a meddőségi gondokkal küzdő párok száma (SZIGETI, 2020). Az Apor Vilmos Katolikus Főiskola 2019 tavasza óta rendez három hétvégés sorozatból álló programot meddőséggel küzdő házaspárok számára. Ebben az összefoglalóban az eddig lezajlott majdnem három sorozat szakmai tapasztalatait szeretnénk bemutatni. A tervek szerint havonta egymást követő péntek estétől vasárnap délutánig tartó alkalmak mind a Főiskola budapesti campusán kerültek megrendezésre. A hétvégék tervszerű megvalósítását a COVID-19-járványhelyzet miatt több alkalommal módosítanunk kellett, ennek mikéntjét később kifejtik.

A párkonzultációhoz alakult teamünk a szakmai szempontoknak megfelelően, az empátias kapcsolódást és neutralitást elősegítve egy férfi és egy nő kollégából áll. A párkonzultációkon kívül a Campuson a párok számára biztosítottuk folyamatos elérhetőségünket. Így az állandó jelenlétünk segítette a program gördülékeny lefolyását és a „védett” légkört, mely a pszichés munkához ideális miliőt teremtett. Teamünk feladata volt továbbá a hétvége kezdetén, péntek este a csoport ismerkedését, a belső munkára hangolását szolgáló foglalkozást, illetve vasárnap a lezárást, „kimosakodást”, a hétköznapi napokba való visszatérést szolgáló csoportot megtartani. Így a fakultatívan választható párkonzultációt, a csoportdinamikát irányító kezdő és záró foglalkozásokat is mi tartottuk. Mindez úgy vált lehetőséggé, hogy mi ketten folyamatosan ott tartózkodtunk a házaspárokkal a Campuson.

Az Anna–Joachim hétvégesorozatok hirdetése, programja

A programot széles körben hirdettük a közösségi oldalakon, a Főiskolánk hivatalos oldalán, a plébániai levelező listákön egyaránt, de talán a jelentkezések legsikeresebb oka a korábbi résztvevők ismerősi, sorstársi körökben továbbküldött levelei voltak. A jelentkezési laphoz a párok rövid motivációs levelet írtak, melyben összefoglalták gyermekre várásuk főbb állomásait. Ezt egy videochates interjú követte a párokkal, ahol a program-szervezőnek feltehették kérdéseiket, a szervező mint a konzultációs team tagja röviden szűrte érzelmi stabilitásukat, mely biztosítja a csoportban való munkát. A közel egyórás beszélgetések megalapozták a bensőséges bizalmi kapcsolatot a program szakemberei-vel szemben. Így amikor a Campusra érkeztek a párok, már ismerősként üdvözölhették egymást.

Péntek este a párok érkezése és a közös vacsora után a párokkal csoportosan dolgoztunk együtt. Itt a bemelegítő, „jégtörő” játékok után aktív, mozgásos bemutatkozót tartottunk, tisztáztuk a csoportos munka szabályait, közösen megalkottuk a hétvégéink normarend-szerét. Minden hétvégét egy ilyen, kb. másfél órás alkalommal kezdtünk, melyek egyre nagyobb önfeltárást, mélyebb élménymegosztást biztosítottak a pároknak. Lehetőségük volt itt a csoporttal megosztani az orvosi kezelésekkal kapcsolatos élményeiket, előrehala-dásukat, bár nem ezek voltak a fókuszban, hanem az „itt és most” megjelenő érzelmekkel hangolódunk a szombaton érkező trénekekkel való munkájukra.

A párkonzultáció indikációi és feladata

A meddőség kialakulásában fontos szerepet játszhatnak pszichológiai tényezők, ugyan-akkor ezek a tényezők a meddőség következményének is tekinthetők. A pszichés válság és a meddőség okozta aggodalmak közvetlen hatással vannak a test fiziológiai funkciói-ra, és végül negatív hatással vannak a termékenységre. A nyugodt és egészséges egyének kevesebb pszichológiai feszültséget tapasztalnak, és ez következőképpen megnöveli termékenységük lehetőségét.

Az ún. tanácsadó team feladatát a programban megkötött szerződés a következő mó-don határozta meg: *„helyszínen krízisintervenciót, rövid rendszerszemléletű páros vagy*

egyéni konzultációt tartson, a program elején csoportos nyitó beszélgetést, a végén záró beszélgetést folytasson a párokkal a titoktartás és a Szakmai Etikai Kódex betartásával.”

A szerződésben idézett feladatunk mellett kiemelten fontosnak tartottuk a párokból szerveződött csoport biztonságos együttműködésének megszervezését, a csoporthelyzetből adódó szorongások oldását, a biztonságot adó „nem vagyunk egyedül” érzés megteremtését. A bevezető, bemelegítő, ismerkedő játékokkal törekedtünk a biztonságos, meleg, megnyugtató „holding” kialakítására. Meggyőződésünk, hogy a „felvételi beszélgetések”, a programpontok közötti folyamatos – és néha a programokban való személyes – részvételünk komolyan hozzájárult a párok konzultációban való részvételi igényéhez. Bizalommal, nyitottan, a szokásos párterápiás helyzetekhez képest sokkal gyorsabban oldódtak fel a beszélgetések során. Az oldottabb, személyesebb, transzparens, tegeződő kommunikáció, a közös étkezések, a szabadidős játékokban való részvételünk olyan intim hangulatot és kapcsolatot teremtettek, melyek a szokásos terápiás helyzetből általában eltérnek. Éppen ennek a légkörnek köszönhetően (is) tudtunk rövid idő alatt mély, terápiás hatásokat is megközelítő, megteremtő konzultációkat tartani.

A párkonzultáció keretei

A konzultációk helyszíne biztosította a zavartalan beszélgetés feltételeit. Az adott főiskolai körülmények lehetőségeihez mérten a lehető legbarátságosabb környezet fogadta a párokat, kényelmes fotelekkel, vízzel, papírzsebkendővel. A pandémia idején tartott konzultációknál a távolságtartás és a maszkviselés, (kézfertőtlenítés) őrizte az egészségügyi biztonságot, de nehezítette a megszokott személyes kontaktus kialakítását.

A konzultációkat úgy kellett terveznünk, hogy tudtuk, a szoros napirend miatt csak egy-másfél órás időkeret áll rendelkezésünkre. A program lehetőségei nyilvánvalóan nem engedték meg a konzultációk folyamatjellegét, maximum az egymást követő három hétvégén tudtunk találkozni. Ezért rövid bemelegítő szakasz, terápiás szerződés (titoktartás, keretek...) után szoros időbeosztással strukturált témafelvezetést és problémafókuszot kellett találnunk, kialakítanunk.

A konzultációk célja

Tekintetbe véve a párok életkrízisének különböző fázisait, a meddőség kezelésének aktuális állapotát, az időtényezőket, az életkort stb., csökkenteni próbáltuk a meddő pároknál gyakran előforduló szorongást és a helyzetükből fakadó stresszt, megerősíteni akartuk a kapcsolat erőforrásait.

A meddő párokra vonatkozó kutatások leginkább az interperszonális kommunikációt és a szexuális problémákat tanulmányozták. Ami az előbbit illeti, több szerző megállapította, hogy a páron belüli kommunikációs nehézségek megnőhetnek az asszisztált reprodukciós kezelés során, a magas stressz-szint következményeként (NEWTON-SHERRAD-GLAVAC, 1999; SCHMIDT és mtsai, 2005 – mindkettőt idézi: LAKATOS és mtsai, 2014). Más szerzők megmutatják a kommunikációs problémák mikéntjét, melyek akkor jelentkeznek, amikor a pár tagjai nem tudják nyíltan kifejezni érzelmeiket a meddőségről, és amikor még nincs közös elképzelésük a problémáról (PASH-CHRISTENSEN, 2000). Így gyakori az a kommunikációs probléma, amikor az egyik partner (általában a férfi) megpróbálja megvédeni a másik partnert a további szenvedéstől azáltal, hogy nem fejezi ki saját érzéseit. Következésképpen (legtöbb esetben) a nő a figyelem hiányának tulajdonítja ezt, számára úgy tűnik, nem ugyanazokat az érzelmeket éli meg a társa. Az ilyen gondolatok fokozzák a szorongást és a feszültséget a pár tagjai között.

Itt kapott szerepet a tanácsadó team a konzultációk szoros keretein belül. Rövid intervencióink elsősorban a nyitottabb kommunikációt igyekeztek elősegíteni. Segíteni abban, hogy a pár tagjai a meddőséggel kapcsolatos érzéseiket kölcsönösen kifejezhessék. Miközben a legtöbb esetben úgy indult a beszélgetés, hogy már sokat és nyíltan tudnak beszélni a gyermektelenség problémáiról, a párkonzultációk közben mégis új, mélyebb szinten találkoztak saját érzéseikkel és lettek képesek kifejezni párjuk érzései iránti reakcióikat. Így kaptak lehetőséget arra, hogy validálhassák társuk benyomásait, ill. kapjanak elfogadást, tiszteletet saját érzéseik iránt. A nyílt érzelmerkifejezés tapasztalatunk és reményünk szerint segít a párok kapcsolati egyensúlyának helyreállításában, stabilizálásában.

Csak néhány esetben fogalmazódtak meg a szexualitással kapcsolatos problémák, ami feltehetően a programban speciális elemként megjelenő egésznapos foglalkozásnak, illetve a tanácsadó team rendelkezésére álló szűk időkeretének tulajdonítható.

A párok motivációi a segítői konzultációra, az általuk megjelenített problémakörök

Tapasztalataink azt mutatják, hogy minden pár legalább egyszer megkeres minket a 3 hétvége alatt, hiszen mindannyian paranormatív krízisben vannak, a gyermekvállalás nehézségei, kudarcai, az ebből fakadó párkapcsolati krízis, távolodás nehezíti kapcsolatukat.

A sikertelen egészségügyi kezelések megterhelik a párkapcsolatot. Jellemző, hogy a nők az esetleges hormonkezelések miatt is sokkal intenzívebben, hullámbzóbban élik meg érzéseiket. A kudarccokat erőteljesebben megélik, hiszen az ő testükben történik vagy nem történik a fogantatás. Gyakori nehézség a férfiak számára, hogy nem tudják, hogyan támogassák feleségüket, nem tudják, hogyan mutassák ki feléjük ezt. Ezért, hogy biztonságot és támaszt mutassanak számukra, inkább eltitkolják, hogy nekik is fájdalmas trauma egy-egy kudarc, nem beszélnek párjuknak erről, aki azt hiszi esetleg, hogy férjüket nem bántja a dolog.

Rendszeres problémaként jelent meg a munka és a magánélet egyensúlyának hiánya. A probléma nem specifikusan a meddő párok életében van csak jelen. A szabadidő hiánya, a túl sok hazavitt munkahelyi stressz gyengíti a párkapcsolatban a kommunikációt, az intimitás minden megjelenési formáját és a közös élmények szerzését. A „work-life balance” újraaktervezését, a problémák ventillálását biztosítottuk, és a kívülálló mégis empatikus nézőpontjával segítettük hozzá a párokat munkahelyi nehézségek megoldásához.

Több esetben megjelent a feldolgozatlan gyászok tematikája. Szülők korai elvesztése, illetve kistestvér bölcsőhalála. Bár ezek a halálesetek évekkel ezelőtt történtek, esetleg még tabuként vannak kezelve, vagy túl erős érzelmi reakciókat váltanak ki a személyekből. A gyász feldolgozatlansága érzelmi elakadásokhoz, folyamatosan jelen lévő stresszhez vezethet és gyengíti a párkapcsolatot. A párkonzultációk rövidege miatt nem volt lehetőség a mélyebb gyászfeldolgozásra, de ajánlásokat tettünk az egyéni terápiára gyászfeldolgozással foglalkozó szakemberekhez.

Tulajdonképpen idetartoznak az elvesztett magzatok okozta gyász és szorongás az újabb terhesség kapcsán. A spontán abortusz aránya az életkorral nő, és egy hosszú anticipált időszak (ti. akár több éve várnak gyermekre a házaspárok) után nagy trauma. Ezek fájdalmas emléke beárnyékolja a jövőbeli terhességeket. A fogantatás körül nagy stressz lép fel, mely akadályoztatáshoz vezet.

A szülői szereppel kapcsolatos szorongások, aggodalmak is gyakran megfogalmazódtak a konzultációk során. „Vajon jó szülő leszek-e?” – ez volt talán a legégetőbb kérdés. Hogyan rendezi át a kisbaba érkezése az életünket? Gyakori, hogy a házaspárok tíz éve is együtt élnek. A gyermek nélküli párok életvitelüket erre az állapotra rendezik be, ilyen formán szervezik mindennapjaikat. Egy kisbaba érkezése nagyban átstrukturálja a prioritásokat, az időbeosztást a pár tagjai között. Előfordul, hogy az édesanya a született gyermekkel szoros testi-lelki kötelékben, „duál-unióban” van, és a férj kirekesztve érzi magát, ezzel súlyosan nehezíti a házastársi alrendszer működését, mely a család alapja. Lényeges szempont volt, hogy a házaspárokból reális képet alakítsunk ki a szülői szerepekkel járó változásokról. A jövőre irányuló kérdéseinkkel kiderült, hogy néhány esetben nagyon konkrét elképzelésük van a gyermekkel való életükről, azonban egyes esetekben ezek a fantáziaképek elnagyoltak, irreálisak. Előfordulnak ambivalens érzések is a párokból: a gyermek érkezésével kevesebb idejük lesz egymásra, sok stresszel jár, és ettől kissé félnek.

A fogantatási nehézségekkel küzdő párok, amint biológiai lehetőségeik szűkülnek, az örökbefogadás felé tudnak orientálódni. Ez a nehéz változás gyakran együtt jár a vér szerinti gyermekbe vetett remény elengedésének, elgyászolásának folyamatával. Ezekben a helyzetekben jelent meg pszichoedukatív szerepünk talán a leginkább. Tisztáztuk a nevelőszülőség és örökbefogadás közti különbséget, az örökbefogadással járó családi rendszert érintő szempontokat, a gyermek testi-lelki fejlődésének sajátosságait. Igen kényes téma, de a meglévő erős terápiás rapport lehetővé tette, hogy beszéljünk az örökbe fogadandó gyermek mellett döntésről, vagy a lehetőségről, hogy nemet mondjanak egy gyermekre. Bár a kérdésben az érzelmek nagyon erősek, mégis szükséges a „józanabb” mérlegelés, ennek lehetőségét segítettünk megteremteni a párokból. Az örökbefogadásnál nem az altruizmus kell, hogy megnyilvánuljon, hanem a szülői szerep megélésének lehetősége.

Természetesen a párkonzultációra érkezőkkel gyakran került szóba esetleges gyermektelen jövőképük. A házasság alapvetően két ember szeretetszövetsége, ám mély emberi vágy az élet továbbadása, és sajnos erős társadalmi nyomás is a gyermekvállalás. Ezek között egyensúlyozni sokszor nagyon nehéz. Ám szükséges, hogy a párnak legyen terve, reális életcélja arra az esetre is, ha nem érkezik gyermek hozzájuk. Mindkettőjüket boldogító, kiteljesedésüket elősegítő, közös létüknek értelmet adó célt kell találniuk. Ezek megfogalmazásában, kialakításában kísértük őket.

Az orvosi eljárások, melyek a termékenységet segítik nemcsak sok testi, pszichés kellemetlenséggel járhatnak, hanem komoly lelkiismereti válságot is okozhatnak a pároknak. Ha elköteleződtek egy vallás tanítása iránt, akkor egyházuk iránymutatása megfontolandó számukra, de vallási affiliáció nélkül is dilemmákat jelentenek a bioetikai kérdések. Ezekben a kérdésekben leginkább empátikus elfogadásunkat tudtuk felajánlani a hozzánk fordulóknak. Segítő szakemberként nem képesítésünk és nem tisztünk döntésüket befolyásolni.

A résztvevőknek lehetőségük volt felkeresni minket a program különböző elemeivel kapcsolatos félelmeik, ellenérzéseik, hiányaik, morális kérdéseik ventillálása végett. Az önfeltárás és a csoportban való belső munka mértéke egyénenként eltérő volt. A párok tisztában voltak a hétvége menetével, programpontjaival, ám megtorpanások, ellenállások is megjelentek. A félelmeik tudatosítása, elakadásuk mélyebb okainak feltárása és a kevésbé aktív részvétel biztosítása elfogadó attitűdünkkel együtt minden esetben oldotta ellenállásukat, szorongásukat az egyes tréningekkel vagy programpontokkal szemben.

A párkonzultációk során szinte minden párnál erős, biztonságos kötődést, egyértelmű lojalitást, elköteleződést, egymás iránti mély figyelmet, ragaszkodást tapasztaltunk. A párokkal való együttlét közben sokszor bennünket is megérintett a házaspárok tagjai közötti mély, megpróbált és megőrzött szeretet.

Módszereink és eszközeink

A párkonzultációk során elengedhetetlenül fontos a segítő szakember és kliense közötti erős rapport, bensőséges bizalmi kapcsolat megszületése. A későbbi közös munkának ez lesz a fundamentuma.

Az esték folyamán, illetve a délutáni szünetekben nyílt alkalom a párkonzultációkra. Ezek során a rendszerszemlélet alapelveivel dolgoztunk. A pár a család elsődleges alrendszere, a gyermek megérkezésével jelenik meg egyszerre a gyermeki és a szülői / végrehajtói alrendszer is. (DALLOS–PROCTER, 2001.) Ez az átmenet, változás ún. normatív krízist hoz magával. Ez edukációval, a jövőkép pontosításával, a látens szorongások kimondhatóvá tételével csökkenthető.

Sue Johnson érzelem fókuszú terápiás (ÉFT) megközelítése az érzelmi kötődés kérdését helyezi a középpontba. Jól használható technikákat és módszereket ad a pároknak az érzelmi eltávolodás megállítására (JOHNSON, 2018). A hosszú évekig tartó babára várás, az ezt követő stressz különböző módokon való feldolgozása sajnos képes elindítani az érzelmi eltávolodás folyamatát. A párkonzultációk alatt segítségünkkel a párok ránézhetnek saját „menekülő-üldöző” kommunikációs mintájukra, és dramatikus technikákkal segítve bele tudták magukat élni kissé a másik helyzetébe, így könnyebbé vált a megértés számukra.

Rövid, egyszerű technikákat is használtunk a párkonzultációk során. A humanisztikus pszichológia által elterjedt „visszatükrözési” módszer, melyet C. Rogers és Th. Gordon írt le (ld. pl. COVINGTON–BURNS, 2006) egyszerű módon tartják a konzultációk fókuszát a megélt érzelmeken és közvetítik az empátiás elfogadás légkörét. Az egyes szám első személyben való fogalmazásra való edukálás elősegítheti az önkifejezést és a hibáztatás helyett a saját érzelmek, igények semleges kifejezését a párok között. A problémára fókuszálás, a *mindig* és *soha* szavak használata helyett gyakran használt intervenció technika a kivételek keresése, azaz mikor történt meg mégis az, ami „soha” nem szokott.

A párkonzultáció fontos része a felek szupportálása a meglévő külső és belső erőforrásaik hangsúlyozásával, manifesztté tételével. Idetartoznak a belső értékek, a vallásból, spiritualitásból nyert erő, a közösségek támogató funkciója, a család jelenléte, egy-egy fontos barát szerepe a pár életében.

Előfordult, hogy a párok a frissen kapott kellemetlen orvosi leleteik vagy egyéb negatív életesemények miatt kerestek meg minket. Itt leginkább a krízishelyzetre érvényes intervenciók alapelveket követtük. Ez a rövid távú megoldások keresését, a beszűkült gondolkodás tágítását, az erőforrások mozgósítását jelenti.

A szakirodalom hangsúlyozza a meddőséggel küzdő párok szexuális életének sérülékenységét (SZIGETI–KONKOLY 2012). Néha a párok igénye miatt a konzultációkon érintettük ezt a kérdést. A szexualitás mint „teljesítménykényszer” tud megjelenni főleg a férfiak oldalán. Tapasztaltuk, hogy még sok év házasság után is tabunak számít a téma, megfelelő kifejezéseik is alig vannak a pároknak a házaséletre. Itt a pszichoedukáció, a nem szleng, de mégis nem orvosi latin szavak közös megtalálása már enyhítette a szorongást. Hangsúlyoztuk továbbá a szexualitás örömszerzési és kapcsolaterősítő erejét.

Nem egy esetben a házaspár nagycsaládból származik. A családi eseményeken való részvétel egyre növekvő szorongássá vált számukra, mert folyamatosan az elvárásokkal

szembesülnek a gyermekáldás tekintetében. Itt az asszertív, határt kijelölő mondatok megfogalmazása, a jogos „ön- és párvédelem” kérdéseit jártuk körbe. Így a vírushelyzet a meddő pároknak valamiféle enyhülést hozott a társas elvárásokkal való szembesülésben.

A konzultációk eredményei

Bár, ahogy már írtuk csak rövid, 1–1,5 órás párkapcsolati konzultációs ülésekre volt módunk, ezek az intervenciók is csökkentették a szorongást, erősítették a érzelmi elfogadást és megértést a párok között, reményt adtak, és új perspektívákat.

Előfordult, hogy egy pár mindegyik hétvégén megkeresett minket, sőt akár egy hétvégén többször is. Így az intenzívebb közös munka több lehetőséget adott ahhoz, hogy számukra fontos eredmények születhessenek.

Ilyen pár volt, akik a programsorozatunk alatt fogadtak örökbe egy gyermeket. Az első telefonos gyámügyi hivatalból történt megkereséstől fogva, a „rápillantáson” (az első találkozás a gyermekkel) át a gyermek otthonukba költöztetéséig kísértük a folyamatot. A szülői szerepben való megerősítés, a szorongások oldása, normalizálása, a féltelmek kimondhatóvá tétele, a párkapcsolat megerősítése, az új alrendszerek kialakulására való felkészítés volt a feladatunk.

Szintén jelentős konzultációs „eredmény” az orvosi eljárásoktól való szorongások leküzdése. Egy orvosi beavatkozás után a házaspár tagjainak szorongása már fizikai tüneteket öltött, így alapvető relaxációs technikákkal segítettük őket. Ugyanennél a párnál tettünk lépéseket a szüleikkel való kapcsolat feldolgozására, elfogadására, mind élő, mind meghalt szülők tekintetében. Ennek a párnak februárban született meg a gyermeke.

Az online csoportok tapasztalatai

A COVID–19 vírus okozta járvány a Programban részt vevő szakemberektől és pároktól is nagy rugalmasságot és kreativitást követelt.

A 2020 áprilisára és májusára tervezett hétvégéket, melyek a márciusi kezdő hétvége folytatásai lettek volna, nem lehetett megtartani, csak a nyár folyamán.

A csoport integritásának és folyamatosságának megőrzése végett, illetve a program halasztása és a Covid-helyzet miatti általános szorongás csökkentése érdekében havonta kétórás videochates csoportot vezettünk a részt vevő házaspárok számára. Ezeken a csoportokon az élmények megosztása, a társas támogatás kapta a fő szerepet, mi a csoportot facilitáltuk. Az első alkalommal már jelen volt a nagy igény a „találkozásra”, kapcsolódásra, a megosztások őszinték és mélyek voltak. A második alkalommal a szorongás kissé áttevéődött az egészségügyi vizsgálatok hiányára, hiszen a meddőségi klinikák, nőgyógyászok rendelői már csak csökkentett üzemmódban működtek májusban. Ez nagy bizonytalanságot jelentett a párok számára, mert többen jártak rendszeresen orvoshoz. Egyre nőtt az igény az élő találkozásra, ám a párok a bezártságot jól élték meg, házasságuk megerősödéséről számoltak be.

2020 novemberében újabb járványügyi szigorítás következett, így nem tudtuk megtartani a Campuson a soron következő hétvégénket. Ám a tavaszi helyzetekből okulva nem ért minket felkészületlenül ez a helyzet, így online tartottuk meg ezt a hétvégét. Bár a szakemberek és a párok is hiányolták a Campus vendégszeretetét, a személyes találkozások légkörét, mégis a vártnál jobban működtek a gyakorlatok az online hétvégén. A napirendet és a program struktúráját megtartottuk, csak mindent videochaten rendeztünk meg. A hétvége kezdő és záró csoportját is megtartottuk online végezhető feladatokkal. A hétvégét záró reflexiós kör szavaiból szófelhő készült, ami mindenki számára kifejezően megőrizte a közös együttlét és munka támogató élményét. A párkonzultációk online módon zajlottak. Ez akkorra már bevett gyakorlat volt a segítő kapcsolatokban. Igaz, kevesebb nonverbális eszközt tudtunk használni, sokszor a kép és a hang sem volt tökéletes, mégis legalább olyan hatásosnak tekintettük a párokkal közösen, mint az offline konzultációkat, ahol maszkot kellett viselnünk. A párkonzultációt az online térben sem vették kevesebben igénybe.

Kapcsolattartás a program után

Hamar felismertük, hogy a program egyik különlegessége és ereje a házaspárok összetartása, kvázi önsegítő csoportként való működése. A hétvégék során és azután is sorstársi közösségként működnek tovább. A szakemberek által facilitált önsegítő kör

a témában teljesen egyedülálló. Minden hétvégesorozat zárásakor biztatjuk a csoportot az online levelezőlista létrehozására, illetve egy utótalálkozót szervezünk nekik. Az első hétvégesorozatban részt vevő öt házaspár immár második éve találkozik havonta egymással. Az ott született kislány közös örömük. A házaspárok rendszeresen megosztják a levelezőlistán életük főbb eseményeit, a lehetőségekhez mérten közös programokat szerveznek, igényük van a kapcsolattartásra, a közös sors megosztására a programon túl is.

A programon túl folytatott párkonzultációk

A hétvégesorozatok befejeztével fontosnak tartottuk a párok utánkövetését, illetve a rendelkezésre állásunk biztosítását. Ingyenes párkonzultációs lehetőségeket ajánlottunk meg nekik. 2019 tavaszán zajló programunkból egy pár jár hozzánk kisebb-nagyobb szünetekkel.

Az Anna–Joachim Program második sorozatának belépő interjú alkalmán az egyik házaspár számára egy akut krízishelyzet miatt nem javasoltuk a részvételt. A következő sorozatban biztosítottunk helyet számukra, és ingyenes online párkonzultációs alkalmakat ajánlottunk nekik. Ezek az alkalmak azóta is tartanak. A párkonzultációs alkalmakon a krízisintervenció hatására stabilizálódott érzelmi állapotuk, megerősödik házasságuk. Ezek a párkonzultációs alkalmak jól kiegészítik a programsorozatot.

Összegzés

Ez a műhelytanulmány az Anna–Joachim Program már megrendezésre került, összesen nyolc hétvégéjének tapasztalatait foglalja össze. Írásunkból jól látszik a párkonzultációs team összetett feladatköre és a programsorozatban betöltött nélkülözhetetlen helye. A vírushelyzet miatt kimaradt személyes találkozókat teamünkkel online módon biztosítottuk, így maradhatott töretlen a program íve a résztvevők számára.

IRODALOM

- COVINGTON, Sharon N. – HAMMER-BURNS, Linda (2006, szerk.): *Infertility Counseling. A Comprehensive Handbook for Clinicians*. Second edition. <http://ndl.ethernet.edu.et/bitstream/123456789/44941/1/300.pdf.pdf#page=165> (Utolsó megtekintés: 2021. 02. 18.)
- DALLOS, Robert – PROCTER, Harry (2001): A családi folyamatok interakcionális szemlélete. In: *Családterápiás olvasókönyv 1*. Animula Kiadó, Budapest.
- JOHNSON, Sue (2018): *Ölelj át!* Harmat Kiadó, Budapest.
- LAKATOS Enikő – PÁPAY Nikolett – ÁDÁM Szilvia – BALOG Piroska (2014): Paradigmák a meddőség értelmezésében. *Pszichológia*, 34(3): 261–287.
- PASCH, Lauri A. – CHRISTENSEN, Andrew (2000): Couples facing fertility problems. In: *The Psychology of Couples and Illness: Theory, Research, & Practice*. Szerk. K. B. Schmaling és T. G. Sher. American Psychological Association. 241–267. <https://doi.org/10.1037/10360-009>
- SZIGETI F. Judit (2020): A termékenységi nehézségek modern pszichológiai szemlélete. Értelmezési és segítségnyújtási lehetőségek. In: *A hiány transzformációi*. Szerk. Molnár Krisztina és Mándi Nikolett. Apor Vilmos Katolikus Főiskola, Vác. 11–29.
- SZIGETI F. Judit – KONKOLY-THÉGE Barna (2012): A meddőség pszichológiai aspektusai: szakirodalmi áttekintés. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 67(3): 561–580.

SZERZŐK

CSÜRKE JÓZSEF PhD, szociálpolitikus, a pszichológiatudomány doktora, akkreditált szupervízor, hipnoterapeuta, életpálya-tanácsadó, a Metanoia Consulting Fejlesztő- és Konzultációs Kft. szakmai vezetője, fejlesztő-tanácsadó.

FRANKÓ ANDRÁS, a Magyar Máltai Szeretetszolgálat munkatársa. Gyakorlati képzésvezető családterapeuta, mentálhigiénés szakember, szupervízor, hittanár. Az Anna–Joachim Programban a gyermekáldásra váró pároknak nyújtott egyéni és párkonzultációs alkalmakban vesz részt.

FRIVALDSZKYNÉ JUNG CSILLA, pszichológus, klinikai és mentálhigiéniai felnőtt szakpszichológus, logoterapeuta, családterapeuta-jelölt, egyéni vállalkozó.

HOLLÓSI MÁRIA CECÍLIA, tanácsadó szakpszichológus, családterapeuta-jelölt, PhD-hallgató, az Apor Vilmos Katolikus Főiskola oktatója. 2019 óta az Anna–Joachim hétvégék szervezője, az állandó tanácsadó team tagja, az Anna–Joachim-projekt szakmai vezetője. Kutatási területe a meddőség komplex pszichológiai megsegítésének lehetőségei és hatékonysági vizsgálatuk.

LAKATOS ENIKŐ PhD, okleveles etnográfus, református lelkész, az egészségtudományok doktora. Szakterülete a női reprodukciós problémák és a stressz összefüggései. Jelenleg az Asszisztált Reprodukciós Centrum (Simmelweis Egyetem) és a Budai Meddőségi Centrum (Szent János Kórház) kórházlelkésze.

LÁSZLÓ LAURA PhD, az ELTE Esztétika Doktori Programján szerzett PhD-fokozatot. Jelenleg egyetemi óraadó, az *Irodalmi Magazin* Oláh János-ösztöndíjas szerkesztője és a Pesti Bölcsész Akadémia szabadegyetem főszervezője.

MARLOK ZSUZSA PhD, kiképző pszichodráma vezető, szupervízor, kiképző bibliodráma vezető, családterapeuta, mentálhigiénés szakember.

NAC SINÁK GERGELY ANDRÁS, ortodox pap, író. Vallás- és filozófiatörténeti tanulmányait követően a Thesszaloniki Arisztotelész Egyetem Teológia Karán tanult. Megbízott előadóként vallástörténetet oktat, előadásokat tart. Rendszeresen publikál teológiai és szépirodalmi folyóiratokban. A Konstantinápolyi Patriarchátus budapesti kápolnájában szolgál.

NAGY RÉKA ANNA, informatikus könyvtáros, néprajz-, irodalomszakos tanár, múzeumpedagógus. Jelenleg múzeumi könyvtárosként dolgozik. Fejlesztő biblioterapeutaként különböző célcsoportoknak tart foglalkozásokat. A Magyar Biblioterápiás Társaság és a Magyar Irodalomterápiás Társaság tagja.

NYÁRY PÉTER, mentálhigiénés szakember, hittanári végzettséggel (PPKE 2000). A SE-n szerzett lelkipázkondozói diplomát (2008), ugyanitt óraadó oktató. Bibliodráma kiképző-szupervízor, pszichodráma vezető. A Magyar Pszichodráma Egyesület Bibliodráma Szekciója ügyvivői testületének vezetője. Több, a bibliodrárával foglalkozó szöveggyűjtemény társszerkesztője.

UZSALYNÉ PÉCSI RITA PhD, neveléskutató, az AVKF docense, karnagy, művészetpedagógus. A Keresztény Neveléstudományi Kutatóműhely vezetője, a *Katolikus Pedagógia* folyóirat felelős szerkesztője és rovatvezetője. Főbb kutatási területe az Organikus Pedagógia és a művészetpedagógia. Tankönyvszerző, a *Kulcs a neveléshez* c. sorozat szerzője. Ezekben a témákban rendszeresen tart ismeretterjesztő előadásokat.

Apor Vilmos Katolikus Főiskola, Vác

Felelős kiadó dr. Gloviczki Zoltán rektor

A borítóterv, a tipográfia, a tördelés és a nyomdai előkészítés

Szabó Zsolt munkája

A borítóképet Csürke Máté készítette

Nyomta és kötötte a Print Profi Digitális Gyorsnyomda

Vácott 2021-ben

Felelős vezető Komáromi Zsolt

Olvasószerkesztő Henkey-Hönig Imola

Készült 14,3 (A/5) ív terjedelemben

ISBN 978-963-7306-67-9

2020 végén látott napvilágot *A hiány transzformációi* című kötet, amely a gyermektelenségből fakadó hiányállapotot helyezte interdiszciplináris kontextusba, valamint válogatást közölt az Anna–Joachim Program első tréningjének műhelytanulmányaiból. *A bőség alakzatai* című könyv ugyancsak az interaktív diszkurzivitás szerkesztői koncepciója szerint folytatja a gyermektelenségre adható válaszok, gondolatok, megoldások sorát a második és harmadik tréning tapasztalatait bemutatva, illetve új értelmezési keretek felé nyitva a teoretikus horizontot.

