

BODÓ SÁRA

## Gyászüdőben

### A gyászolók lelkgondozásának lehetőségei

Szerző: Bodó Sára  
ISBN 978 963 558 219 8  
Kiadó: Budapest, Kálvin Kiadó, 2013 (221 oldal)

Bodó Sára *Gyászüdőben* című kötete – az alcím szerint – a gyászolók lelkgondozásának lehetőségeit mutatja fel. Azonban a tartalomjegyzékhez lapozva észrevesszük, hogy a kötet többet ad, mint amennyit a borító ígér: a gyászolásnak nemcsak gyakorlati, hanem elméleti jellegű megközelítéseivel is találkozunk. A kétféle szemlélet összefonódása teszi a könyvet az érdeklődő olvasó, a kutató vagy a lelkgondozó számára is hasznos olvasmánnyá.

A könyv bevezetéséből kiderül, hogy az írást a szerző eredetileg doktori dolgozatként nyújtotta be, *A gyász mint a keresztény ember krízise és a lelkgondozás lehetőségei* címmel – s bár tizenkét év eltelt a megírás óta, jelen szöveg csupán néhány változtatásban tér el az eredetitől. A gyászolók ugyanis hasonló időszakot élnek át ma is, mint korábban, így a doktori dolgozatban megfogalmazott konklúziók most is érvényesek lehetnek. A kötet három része a gyászolás szentírásbéli formáira, az egyéni és közösségi gyász folyamatára, valamint a gyászolásban segítő, támogató fél feladataira irányítja a figyelmet. A gyászt olyan fogalomként jeleníti meg a kötet, mint amelynek változó története van, de ebben a történetben az Isten-ember

és az ember-ember kapcsolat mindenkor rendkívül fontos szerepet játszik.

Az első nagyobb egységben abba nyerhetünk betekintést, hogy a Szentírás embere hogyan dolgozta fel egyéni és közösségi gyászát, s hogyan változtak ezek a gyászritusok a történelem folyamán. *A gyász krízise a Szentírásban* című fejezet a bibliai antropológia tanulmányozásával indul: ez az alapvetés készíti elő a halál és a gyász biblikus nézőpontból történő értelmezését. Az Ó- és Újszövetség halálszemléletének összefoglalása után a bibliai gyászolókról és gyászritusokról, majd a gyászolás történetéről olvashatunk. A szerző a téma nyelvi aspektusainak vizsgálatához is eljut. „[K]ülönösen is feltűnő, hogy a gyászra vonatkozó bibliai kifejezések milyen árnyaltan hordozzák magukban az azzal együtt járó érzelemgazdagságot.” (33. old.). A kötet képes arra, hogy a Bibliában is megjelenített érzelemgazdagságot a (pásztorál)pszichológia nyelvén, precíz és jól végiggondolt érveléssel állítsa elénk.

Így történik *A gyász folyamata* című fejezetben is. Itt olyan kurrens elméletekről olvasunk, amelyek a gyászolást mint folyamatos munkát értelmezik. Az értelmezési lehetőségek közül Bodó Sára a krízislélektani szemléletet emeli

ki. A gyásznak a krízislélektani szemléletbe való beágyazása arra is választ ad, hogyan kezelje a keresztyén ember a saját életében a gyász krízisét. A szerző a gyászt a keresztyén hit kríziseként értelmezi, két olyan fogalmat párosítva össze, amelyek kapcsolata nem magától értetődő.

„Indokolt lehet az a felvetés, hogy a kettő ki is zárhatja egymást, mondván: az a hit, amelyik krízisben van, már nem hit, ha pedig nincs krízisben, akkor a gyász sem lehet az számára.” (75. old.). Azonban a krízis a keresztyén ember életéhez is hozzátartozik, és nem szabad elfeledkez-nünk arról sem, hogy „a keresztyén hitnek eredendően is egy krízistörténettel van kapcsolata” (77. old.), sőt Isten elhívása is krízishelyzetet teremthet, hiszen az

arra adott válasz átformálja az emberi egzisztenciát. A továbbiakban a gyászfolyamat lineáris modelljeit ismerhetjük meg, különös tekintettel Y. Spiegel és V. Kast modelljeire. Ezek a modellek részleteiben mutatják meg a gyászfolyamat különböző stádiumait (a sok fázisa, a kontrollált fázis, a regresszió fázisa, a felszakadó érzelmek stádiuma, a keresés és elválás szakasza, az adaptáció), így segítenek megérteni a gyászoló érzelmek, lelkiállapotának változásait a kritikus időszakban. A lineáris szemléletű modellek az egyéni gyász értelmezésére, míg a rendszerszemléletű modell a gyászközösség leírására alkalmas. Utóbbi megközelítés a családterápiában különösen hasznos, így a fejezet áttanulmányozásával a lelkigondozó nemcsak

az egyéni gyászbeszélgetéshez, hanem a gyászoló családdal történő kommunikációhoz is fogódzókat kap.

A *Gyászoló lelkigondozása* című harmadik fejezet lép közelebb a gyakorlatban is alkalmazható ismeretek felé: ezt jelzi az is, hogy néhány fejezet végén a szerző továbbgondolandó kérdéseket tesz fel az olvasónak, és biztatja a saját gyász-, illetve veszteségtörténetek felidézésére is. A fejezet egyik hangsúlyos gondolatmenete a következő idézet köré rendeződik: nagyon fontos, hogy „a lelkész maga is megtanuljon gyászolni” (150. old.). E rész rendkívül szerteágazó, hiszen végigjárja e tanulási folyamat lépcsőfokait, emellett pedig szinte az összes olyan gyászmomentumról beszél, amellyel kapcsolatban a lelkésznek feladata lehet:

a temetéssel összefüggő adatok felvételétől kezdve, a családlátogatáson és a gyászbeszélgetésen keresztül a prédikáció lelkigondozói hatásáig jutunk el. A gyászoló az istentisztelet mellett bibliaórákon is találkozhatnak egymással. A gyülekezeti bibliaóra előzetesen is nyújthat segítséget a gyászhoz, s kialakulhat olyan csoport is, melynek tagjai közösen gyászolnak. Bodó Sára ennek megfelelően kétféle bibliaórai sorozat vázlatát közli, és szempontokat is kínál az alkalmazásukhoz.

Az utolsó Michael Ende *Momo* című klasszikus meseregényét idézi: „Sose szabad egyszerre az egész utcára gondolni, érted? Csak a következő lépésre kell gondolni, a következő lélegzetvétele, a következő sóprúvónásra. Aztán



megint csak a következőre.” (211. old.)  
A konklúzió szerint a gyász folyamata is olyan, mint egy hosszú, fárasztó és küzdelmes út, ezért ezt az utat is lépésenként kell megtenni. A kötet egésze – a pszichológiai fejtegetések, a történe-

ti áttekintések, a gyászfolyamat leírása – azonban arról tanúskodik, hogy ezt a hosszú utat a Szentháromság Istennel együtt lehet megtenni.

Lovas Anett Csilla