



A növekedés

Beszélgetés útközben

Vicces pólófelirat: „Fejlesztés alatt. Isten még nem készült el velem.” Bár a szöveg kissé giccses, a lényegét egész jól megragadja: egész életünkben növésben vagyunk, már ami a jellemünket illeti.

Love Your God with All Your Mind című könyvében panaszkodik J. P. Moreland, hogy már nem törekszünk egységes értelmi, lelki, érzelmi fejlődésre, éretté válásra. Úgy véli, ellustultunk, nem vesszük a fáradságot, hogy éretté fejlesszük magunkat, és miután diplomát szerzünk, stagnáló, letargikus állapotba kerülünk, szinte sorvadni kezd a személyiségünk.

Hogyan maradhatunk mégis naprakészek? Mi kell a folyamatos fejlődéshez?

A megfelelő környezet

Fejlődésünk közegét kapcsolataink adják. A megfelelő környezet kialakításában segít, ha észben tartjuk a következő egyenletet:

$$\text{kegyelem} + \text{igazság} + \text{idő}$$

A kegyelem környezete: ahol megbocsátják a hibákat és tévedéseket, és ahol nem kell megoldoznunk a szeretetért és elfogadásért.

Az igazság környezete: ahol Isten Igéjét hirdelve kihívást adnak, biztatnak, kijavítanak bennünket, és ahol segítőkész, értékes visszajelzést kaphatunk. Ha kegyelemmel vagyunk körülveve és megerősítve, nem kell félnünk az igazságtól.

Az időtényező: ha tudjuk, hogy valaki hosszú távon mellettünk lesz. A növekedés időigényes folyamat, bár társadalmunk gyorséttermekhez és kész megoldásokhoz szokott.

A lényeg, amit ma meg kell tanulnia tanítványodnak: a növekedés kapcsolataink közegében történik. Gondolkozz el ezen! Akkor tudunk igazán fejlődni, amikor önmagunk lehetünk, és néhány barátunk előtt még a szennyesünket sem kell szégyellnünk. Igazi gyógyulást, megbocsátást, összetöretést csak ilyen szabad közegben élhetünk át.

A növekedés elemei

Dr. Henry Cloud *Changes that Heal* című könyvében ír az érettséghez szükséges jellemfejlődésről és készségekről. Az általa felvázolt „növekedési modell” négy alapvető feladatot ölel fel, ezek révén biztosíthatjuk növekedésünket és válhatunk éretté.

Vegyük sorra ezt a négy elemet! (Az idézetek dr. Henry Cloud említett könyvéből származnak.)

E heti kirándulás

A mai beszélgetés végére tanítványodnak ismernie kell „a növekedés modelljét”, s élete legalább egy területét ki kell szemelnie, ahol növekedni szeretne.

Ha a kapcsolatod engedi, ez a téma tálcán kínálja a lehetőséget egy mély beszélgetésre. Ne feledkezz meg kapcsolatodok építéséről, próbáld meg élvezni tanítványod társaságát és erősíteni a beléd vetett bizalmát! Kettőtök kapcsolata a Szentlélekkel együttműködve így eredményezhet valóságos jellembeli és lelki növekedést.

Kötődés: „Az a képességünk, amelynek révén egy másik személlyel mély kapcsolatot tudunk kialakítani. Ha két ember kötődik egymáshoz, akkor legmélyebb gondolataikat, álmaikat, érzéseiket is megosztják egymással, s közben nem kell félniük a másik visszautasításától.”

A Máté 22,37-39 fontos igeszakasz ezzel kapcsolatban. A kötődés sebezhetővé tesz, lehetővé teszi, hogy fontosnak tartsuk a másik embert. A kötődés hatására felismerjük, hogy Isten értékrendjében a szeretet az első.

Határok: „Tágabb értelemben azt jelenti: valamit körbekerítünk, vonalat húzunk köré. Pszichológiai értelemben azt a felismerést jelzi, hogy másoktól különálló személyiségnek tartjuk magunkat. Más szóval a határaink definiálnak – „határoznak meg” – bennünket.”

Az ide vonatkozó igeszakasz az 1Korinthus 12,14-16. Az egészséges határok segítségével meghatározhatjuk, kik vagyunk, mi a feladatunk és hol vannak a korlátaink.

A jó és a rossz kettőssége: „Egyszerre vagyunk jók és rosszak is vagyunk, és ez alól senki sem kivétel. Ám hajlamosak vagyunk arra, hogy a jót és a rosszat különválasszuk. Magunkban, másokban és a körülöttünk lévő világban is ezt a megosztottságot véljük felfedezni, noha ennek a felfogásnak semmiféle valóságalapja nincs, nem állja ki az élet és az idő próbáját. Ha ugyanis a jót és a rosszat különválasztjuk, könnyebben eltűnjük a rosszat, a hibát, a tévedést – úgy önmagunkban, mint embertársainkban.”

A Filippi 3,12-15 kapcsolódik ehhez a gondolathoz. A jó és a rossz kettősségét akkor tudjuk helyesen, éretten kezelni, ha erősségeinket és gyengeségeinket egyaránt elismerjük és elfogadjuk, és folyamatosan törekszünk a fejlődésre.”

Felnőtté válás: „A felnőtté válás folyamatában megszűnik az alá-fölérendeltségi viszonyunk a többi felnőttel szemben, egyenrangúvá válunk velük. A felnőttek maguk hozzák meg döntéseiket, nem kérnek engedélyt, képesek kiértékelni, megítélni saját teljesítményüket, megválasztani értékrendjüket és véleményüket, valamint vállalják, ha különbözik a véleményük másokétól. Ez a fejlődés utolsó lépéscsofoka, ezen túllépve vagyunk képesek Istentől kapott ajándékainkat és feladatainkat gyakorolni.”

Az ehhez kapcsolódó igevers az 1Korinthus 13,11. Felnőttkorban vállaljuk a ránk háruló felelősséget és tekintélyt, szabadon élünk Isten uralma alatt.

Meséld el tanítványodnak, hogy a növekedési modell mely elemei mennek nehezen neked. Ne feledd: senki nem mondhatja magáról, hogy már készen van! Senki nem tökéletes. Legalább egyvalamiben mindenkinek fejlődnie kell!

Ne félj attól, hogy a gyengeségeidet feltárd tanítványod előtt! Lehet, hogy épp azzal tudod biztatni, ha látja, hogy neked sem megy olyan könnyen. Lehet, hogy eddig azt hitte, te már mindent tudsz. Ám valószínűbb, hogy nagyon is észrevette bizonyos hiányosságaidat. Mindenesetre, ha őszintén megnyílsz előtte, amiatt csak még jobban fog tisztelni. Így az önismeret fontosságára is példát adhatsz.

Természetesen nem kell pszichológiai mélységekbe mennetek! Ha úgy érzed, hasznos lenne egy pszichológus tanácsát kérned, kérj javaslatot egy munkatársától vagy keresd fel az iskolai pszichológust!

Mellékutak

Ha mélyebben szeretnél beszélni a négy fejlődési területről, nézz utána dr. Henry Cloud *Changes that Heal* című könyvének! A könyvben található példákra érdemes elbeszélgetni tanítványoddal, illetve tanítványozóddal. A könyvhöz munkafüzet is készült.

Henry Cloud másik műve a *Határaink* [Bartha Katalin, Harmat, 2009], amely a *Changes that Heal* változásokról szóló fejezetének részletesebb kidolgozása.

J. P. Moreland *Love Your God with All Your Mind* című könyve kissé kemény dió, de ha rászánod magad, könnyen az élethosszig tartó tanulás hívévé válhatsz, s elkötelezheted magad amellet, hogy tiszta értelemmel imádd Istent. Azért az értelmező szótár legyen mindig a kezéd ügyében!

Ha kissé ködösnek találtad ezt a leckét, fordulj bátran tanítványozóddhoz! Ne aggódj, minél többször találkozol ezekkel a gondolatokkal, annál jobban fogod érteni őket.

További lépések

Kérdezd meg a tanítványod, hogy mi az erőssége és miben kell fejlődnie. Erősítsd meg abban, amiben jónak tartja magát („Igen, szerintem is nagyon sokat fejlődött ezen a területen...”, „Ebből és ebből látszik, hogy ez az erősséged...”). Sorolj föl konkrét példákat és (csakis őszintén!) dicsérd meg! Nyugodtan rámutathatsz egy-egy hiányosságára, olyan területre, amiben még fejlődnie kell. De semmiképpen se zúdítsd rá az összes hibáját, ne próbálj meg helyrehozni mindent, ami szerinted nem jó. Ez a Szentlélek dolga!

Közösen válasszatok ki egy olyan konkrét területet, amelyben fejlődnie kell (akár te is javasolhatod, melyiket), és tervezzétek meg, milyen hitlépéseket kell megtennie ennek érdekében. A konfliktuskezelés például sokaknak megy nehezen, és a helyzettől függően a fent felsorolt fejlődési szempontok bármelyikébe beilleszthető.

Ha segítségre lenne szükséged a beszélgetéshez, íme néhány kérdés – ezek segítségével mind tanítványod fejlődését, mind a sajátodat végiggondolhatod.

Javasolt kérdések a beszélgetéshez

- Túl erős kötődésre vagy hajlamos? Túl gyorsan mélyre mész? Búvárfelszerelés nélkül lemerülsz? Milyen érzés lehet ez a másik embernek? Fel kell jönnie levegőt venni? Vagy tán neked kell? Túl vehemens vagy? És amikor valakivel beszélgetsz?
- Túl gyengén kötődsz? Vannak-e itt, az egyetemen mély kapcsolataid, vagy csak az otthoniakhoz kötődsz? Vannak-e közeli, de nem kizárólagos barátaid? Megengeded, hogy a barátaid másokkal is barátkozzanak?
- Mennyiben segíti, illetve gátolja az állandó csetelés, üzenetküldés a kötődési képességünket egyrészt az interneten, másrészt a személyes találkozáskor?
- Bátran nemet mondasz-e bármilyen lehetőségre, amely az utadba kerül? Vállalod-e a véleményed, vagy csak azt hajtogatod: „nekem mindegy”. Van-e saját véleményed? Nyitott vagy-e mások véleményére és gondolataira?
- Meg szoktad próbálni megoldani mások gondjait? Vagyis beleütd az orrod a dolgukba? Csakis a saját problémáidért tartozol felelősséggel! Előfordul, hogy mások ütnek az orrukát a te dolgodba? Engeded nekik? Vagy inkább te vagy a betolakodó az ő életükben?
- Hajlamos vagy áthágni mások határait, és nógatni őket, hogy olyasmit tegyenek, amiről egyértelműen kijelentették, hogy nem akarják? Folyton feszegeted a korlátokat? Ez még egészséges mértékű?
- Nem éred be a tökéletesnél kevesebbrel? Hogyan kezeled a kudarcot? Ha valamit elrontasz, akkor magadat is rossznak gondolod?
- Hajlamos vagy piederasztálra emelni egyeseket? Mi történik akkor, ha csalódsz egy fölötted állóban? Meg tudsz neki bocsátani? Vagy attól fogva számodra nem létezik, kiesik a tiszteletre méltó emberek köréből?
- A gyermekkorból a felnőttkorba lépve felismerted-e már, hogy te vagy a felelős az életedért? Ez a pénzügyeidre és az egészséges életmódra is vonatkozik! Alakítsd úgy a napirended, hogy jusson időd, tanulásra, sportra, egészséges étkezésre és elegendő alvásra! A felnőtt ember elfogadja az élet különböző szakaszaival együtt járó feladatokat.
- Hogyan viszonyulsz a szabályokhoz és a tekintélyhez?