

2023. március 14., kedd – Mt 18,21-35

Az adós szolga példázata, avagy a határok nélküli megbocsátásról.

Péter kapizsgál valamit, és licitálva kérdez Jézustól: Hányszor vétkezhet ellenem testvérem úgy, hogy megbocsássak neki? Hétszer? Ugyanis az akkori izraeli közvélemény szerint háromszor volt lehetséges a megbocsátás. Jézus pedig a Lámek-féle formulával válaszol: hetvenszer hétszer, ami egy túlzó értelmű kifejezés. Azt jelenti, hogy VÉGTELENSZER.

A magyarázó példabeszédben Jézus egy király mérhetetlen bizalmáról beszél, aki hihetetlen nagy összeget bíz egy főtisztviselőjére (dulosz /= szolga/ itt csak az uralkodóhoz való viszonyát jelöli). Még családtagjainak elérverezése sem fedezi a tisztviselő adósságát. Ezért annak fogadkozása is irreális, hogy megadja majd a tartozást urának, csak legyen türelemmel. A király megszánja őt, elengedi minden tartozását és szabadon elbocsátja. Ezzel jelképezve az isteni megbocsátás mértékét.

A példabeszéd vége, amely a gonosz szolga megbüntetésére utal, valószínűleg utólagos betoldás, hiszen totálisan ellentmond egymásnak a *végtelenül megbocsátó*, illetve *az igazságos, megtorló* úr. Számomra Jézus egyik legfontosabb mondanivalója az, hogy Isten NEM IGAZSÁGOS, hanem azt felülmúló, feltétel nélkül szerető úr. Borzongva olvastam, hogy a Református Egyház Szentírási magyarázatában ennél a résznél ezt írták: „Aki nem ismeri el létalapul az irgalmasságot, az számoljon azzal, hogy Isten szabad folyást enged vele szemben az ítéletnek.”

Más szemszögből a pszichológia azt mondja, hogy a kognitív fejlődéssel összhangban van a megbocsátás. A kor előrehaladtával egyre nagyobb valószínűséggel bocsátunk meg. De mi van, ha haragtartó típusok vagyunk? Ez vagyok én is. Nem vagyok direkt megtorló, konfrontálódó személyiség. Én a passzív ellenállók táborát erősítem, akiben egy sértés után a harag, a sokk, a gyűlölet és a félelem vihara tombol. Sokszor a büszkeségem, narcisztikusságom miatt is tartom a frontot. A szervezetemben ilyenkor negatív folyamatok sorozatát indítom be. A stresszhormonok dominálnak a véremben, és többek között a szív- és érrendszeremet is károsítják. Hatalmas energiákat veszítek a haragtartással, ami kimerültséghez, alvásproblémákhoz vezet, és a depresszióig fokozódhat. Ezzel szemben a megbocsátóknak erősödik az önbizalmuk, jobbak lesznek a szociális kapcsolataik, és nem utolsósorban az immunrendszerük meg a központi idegrendszeri folyamataik is javulnak. A megbocsátóknak hatékonyabbá válik a konfliktuskezelési tárházuk, ha hasonló szorult helyzetbe kerülnek. Jézus nem akart rosszat. Egyértelmű, hogy racionális szemmel nézve megéri megbocsátani.

Hogy néz ki ez gyakorlatban?

Worthington 2006-os REACH (=megért, felér ésszel)-módszere jó mankóm lehet:

R – *recall*: felidézem a konfliktust, és mint kívülálló személy megvizsgálom.

E – *empathize*: empátiával átgondolom, hogy a sértő miért tette velem azt, amit tett, mi motiválhatta.

A – *altruistic gift*: fel kell idéznem azt, amikor nekem bocsátottak meg, hogy az milyen ajándék volt számomra, és belegondolni, hogy én is ezt adhatom önzetlenül a másoknak.

C – *commit*: elköteleződés a döntésem mellett, és meglépni a megbocsátást.

H – *hold*: kitartás a béke mellett, kitartás a megbocsátás mellett, később nem felhánytorgatni azt.

Zárásul pedig el is küldök egy megbocsátó e-mailt egy több éve magammal görgetett konfliktus miatt. Valószínűleg nem fogja érteni a címzett, hogy miért írok neki, miért most, de nem is ez a lényeg, hanem az, hogy elinduljon bennem a folyamat az érzelmi megbocsátás felé. S ha az is bekövetkezik a racionális döntésem után, akkor egy picit építettem az Isten Országát magamban.

Horváthné Király Kata, Érd