

# THEOLOGIA PRACTICA

Bíró Beatrix\*

Kolozsvár

## A biblioterápia és a „bibliaterápia”. A bibliai szövegek alkalmazása a biblioterápia módszerével a gyülekezeti pasztoráció gyakorlatában\*\*

### II. rész

A biblioterápia még újoncnak számít a „biblio-” módszerek sorában. Ezek közé tartozik a bibliológ és a bibliodráma módszere is, amely komoly kutatástörténettel rendelkezik. A biblioterápia azért számít újoncnak, mivel sem az elméleti háttérrel kapcsolatos kérdéseket, sem a gyakorlati alkalmazásának lehetőségeit nem vizsgálták kielégítő módon a gyülekezeti pasztoráció területén. Annak ellenére, hogy a biblioterápia módszere több évtizedes múltra tekint vissza, és ehhez a témára fókuszáló szakirodalom jelentős elméleti háttérrel is kínál a pszichológia- és az irodalomtudományok területéről, a módszer egyházi alkalmazhatósága még feltérképezetlen terület, amelyben jelen kutatás egyfajta kiindulási pontot kíván nyújtani.

A tanulmány első részében<sup>1</sup> a módszer alkalmazhatóságának elméleti megalapozására törekedtem, a második részében az elméleti kutatás során felmerülő kérdésekre adható válaszok felkutatásának folyamatát mutatom be úgy, hogy ismeretemet az empirikus-kvalitatív kutatás eredményeit. E második rész első felében a szövegválasztással és a szöveg feldolgozásával kapcsolatos folyamatokat mutatom be a 143. zsoltár szövegének előkészítésével, majd ismertetem a biblioterápiás alkalom előkészítésének folyamatát ugyanezen szöveg alapján, végül pedig a kísérleti biblioterápia alkalmon részt vevők visszajelzéseinek értékelésével foglalom össze a kutatás eredményeit.

---

\* Bíró Beatrix (Marosvásárhely, 2000) a Kolozsvári Protestáns Teológiai Intézet hallgatója a magiszteri képzés első évfolyamán. Középiskolai tanulmányait a Marosvásárhelyi Művészeti Líceumban végezte. Érdeklődési és kutatási területei: elhívástörténetek az Ószövetségben, bibliai szövegek alkalmazása a gyülekezeti pasztoráció gyakorlatában, a zsoltáriródalom terápiás jellegű szövegei.

\*\* Ez a dolgozat a Sapientia Hungariae Alapítvány Collegium Talentum programjának keretében készült. A téma ismertetése 2023. május 17-én hangzott el Kolozsváron, a 26. Erdélyi Tudományos Diákköri Konferencián, amelyen a szakmai zsűri első díjban részesítette a dolgozatot.

<sup>1</sup> Ld. az előző, 2023/3-as szám 267–294. oldalait.

## 4. A zsolttárok mint a biblioterápiás alkalmas eszközei

Amikor terápiás hatású szövegek után keresgélünk a bibliai szövegek gazdag tárházában, ösztönösen a költői szövegekre terelődik a figyelmünk. A terápiás szövegek után kutató facilitátor érdeklődését leginkább az ószövetségi zsolttárirodalom egyes darabjai kelthetik fel. A bibliai iratok sorában A zsolttárok könyve azon elsők között van, amelyről gazdag lélektani ábrázolásai, művészi stílusa és sok esetben személyes hangvétele alapján feltételezték, hogy kezdetől fogva terápiás céllal is hasznosított szövegek voltak.<sup>2</sup> Ezenfelül talán ebben a szövegcsoporthoz érvényesül legerőteljesebben az „irodalmi” jelleg: a szövegek költői jellege megáért beszél, kerüljön egy-egy zsolttárszöveg akár egy laikus bibliaolvasó kezébe, akár egy hebraista vizsgálódó szeme elé.<sup>3</sup> A zsolttárok szövege tehát több szempontból is alkalmasnak bizonyul arra, hogy a módszer hasznosítása által az irodalomterápiás eszközévé váljék, amikor a bibliai szöveg *nem textusként* áll az igehirdetést hallgató gyülekezeti tag és csoport előtt, hanem egy bibliaóra keretén belül feldolgozott szöveggént.

A dolgozat I. részének *A retorikakritika mint a biblioterápiás exegetikus alapja* című fejezete azzal a következtetéssel zárult, hogy ez az exegetikai módszer segíthet úgy feldolgozni egy adott szöveget, hogy annak dinamikája és mondanivalója a szöveg egész fényében kristályosodjék ki. A zsolttárok esetében a szöveg egész mint költői alkotás áll előttünk, amelynek sajátos mondanivalója éppen abban a szöveg mögött meghúzódó célszerűségben gyökerezik, amely a retorikakritikai vizsgálódás tárgya. Azonban a zsolttárkutatás egyik legégetőbb kérdése mind a mai napig az, hogy a zsolttárok milyen környezetben, közegben és élethelyzetben írt és hasznosított szövegek voltak. Az alábbiakban a zsolttárkutatás legjelentősebb eredményeinek fényében vizsgálom a zsolttárszövegek biblioterápiás alkalmasságát és alkalmazhatóságát.

A zsolttárok könyvének gazdag kutatástörténetét vizsgálva megállapíthatjuk, hogy eddig még nem született konszenzus afelől, hogy miként és mi célból kelet-

---

<sup>2</sup> Spieckerman, Hermann: *Psalmen. Band 1: Psalm 1–49*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2023, 36.

<sup>3</sup> Alter, Robert: *A Biblia versművészete*. Ford. Máthé-Farkas Zoltán. Exit Kiadó, Kolozsvár 2013, 129. Alter arra is keresi a választ, hogy a bibliai zsolttárszövegek értelmezésénél erőteljes művészi öntudattal megszerkesztett szövegekről kell-e beszélnünk, vagy pedig a „szív költészeteként” olyan szövegekről, amelyekben a gondolatok áramlása szabad utat talál. Végkövetkeztetése afelé mutat, hogy a zsolttárszövegek viszonylag szilárd kerete nem szab határt a gondolatok szabad áramlásának, sőt, olyan alapkeretet biztosít a szabad gondolatáramlásnak, amelyet a tehetséges költők és írók művészi szabadságukból adódóan bármikor felülírhattak. Uo. 129–130.

kezett egy ilyen jelentős költői szövegekből álló gyűjtemény. Vannak, akik a fogság utáni megtört közösség imakönyvének tekintették a zsoltárokat, amelyek az egyéni kegyesség és a közösségi alkalmak kötött szövegeit rögzítik. Mások, akik jóval későbbi datálással számolnak, a második templomban és a zsinagógai közösségek istentiszteleti alkalmain hasznosított átfogó énekeskönyvének tekintik e gyűjteményt. Ismét mások úgy vélik, hogy csak kisebb szövegcsoportokat használtak liturgikus-kultikus célokból.<sup>4</sup> Azonban Hermann Gunkel korszakalkotó munkássága új megvilágításba helyezte a zsoltárokat.<sup>5</sup> Gunkel nem az átfogó kultikus rendszerekben, hanem az egyéni imaformákban kereste a zsoltárok valódi értékét. A zsoltárokat egyéni imaformákkal konvergáló rituális szövegeknek tekintette, amelyeknek valódi értéke abban a spirituális tartalomban rejlik, amelynek központja a kultuszi használaton túl az egyéni kegyesség.<sup>6</sup>

Gunkelt a formatörténeti kutatás atyjaként is szoktak emlegetni, ugyanis ő volt az, aki a zsoltárokat műfaji kategóriákba sorolta, és meghatározta azokat a feltételeket, amelyek alapján önálló műfajról beszélhetünk egy-egy zsoltár esetében, a meglévő zsoltárok műfajok háttérében pedig egy közösségi életben betöltött szerepet is feltételezett, és ennek a szerepnek a megnevezésére alkotta meg a „Sitz im Leben“ fogalmát.<sup>7</sup> Gunkel műfajra és formára vonatkozó megállapításait más kutatók is átvették, és egyeseknél a zsoltárok kultuszi szerepe került előtérbe (pl. Sigmund Mowinckel, Artur Weiser), mások az egyéni kegyesség erőteljes jelenlétét hangsúlyozták a zsoltárok egyes műfajainak a háttérében (pl. Claus Westermann, Erhard S. Gerstenberger). Azonban bizonyossá vált, hogy a zsoltárokat önálló irodalmi alkotásokként is lehet vizsgálni, és az egyéni kegyesség éppúgy teret kap a zsoltárok hangjában, mint a közösségi-kultikus használat magasztossága. A műfajok listáján pedig helyet kap az *egyéni panaszénekek* műfaja is, amely formájának és tartalmának köszönhetően rendkívül hatékony eszköznek bizonyulhat a biblioterapeuta eszköztárában, amikor olyan költői szövegek után kutakodik, amelyek az emberi lélek mélységeit fedik fel és az emberi lélek mélységéhez szólnak.

Gunkel a műfajhoz tartozó zsoltárokat egyszerűen „die geistliche Lieder“ névvel illette, és ezzel olyan zsoltárokat jelölt meg, amelyek az egyéni áhítat kifejezésére szolgáltak, s amelyeket vallásilag a zsoltárok tetőpontjainak tekintett.<sup>8</sup> Az

<sup>4</sup> A zsoltárok könyvének keletkezéséről szóló összefoglalóhoz ld. Rózsa Huba: *Bevezetés az Ószövetség könyveibe*. Szent István Társulat, Budapest 2016, 640–643.

<sup>5</sup> Hermann Gunkel legjelentősebb munkái A zsoltárok könyvéről: *Die Psalmen übersetzt und erklärt*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1926; *Einleitung in die Psalmen. Die Gattungen der religiösen Lyrik Israels*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1933.

<sup>6</sup> Spieckerman, Hermann: *i. m.* 37–38.

<sup>7</sup> Rózsa Huba: *i. m.* 646. Spieckerman, Hermann: *i. m.* 36.

<sup>8</sup> Rózsa Huba: *i. m.* 646–647.

1970-es évek zsoltárkutatása újabb irányokat vett, mondhatni fragmentálódott, és Gunkel egyéni áhítatra keletkezett zsoltárokra vonatkozó megfigyelései nyomán kialakult az úgynevezett poetologikus elemzés, amely a zsoltárokat individuális műalkotásoknak tekinti, s amely a költői, illetve művészi szövegek elemzésekor használt módszertani elemekre helyezi a hangsúlyt. Ennélfogva a zsoltárelemzések ezen módszerét tulajdonképpen az átfogóbb elnevezéssel, vagyis a retorika-kritika műfajával kapcsolhatjuk össze.<sup>9</sup>

Az egyéni hála- és panaszzsoltárok mélyreható kutatásának korszakát Claus Westermann nyitotta meg *Lob und Klage in den Psalmen* című munkájával, amelyben az egyéni panaszénekek meghatározásánál megállapítja, hogy ebbe a csoportba alapvetően háromszereplős zsoltárok tartoznak, ugyanis mindegyikükben megjelenik Isten, a mindenkori „Te”, akihez az imádság szól, az „imádkozó én”, illetve az ellenség vagy ellenséges csoport, amely rendszerint az imádkozó én rosszakarója.<sup>10</sup> A triadikus szerkezetű szereplőrendszeren túl az egyéni panaszénekek, amint elnevezésük is sejteti, az egyéni kegyesség azon mozzanatát ragadják meg, amikor az individuum Istenhez fordul panaszával, és tőle várja a szabaddítást.<sup>11</sup>

A műfaj meghatározását Spieckermann pontosítja, amikor rávilágít arra, hogy a zsoltárok panaszában nem az egyén alapvető szükséghelyzetei rajzolódnak ki, hanem olyan helyzetek, amelyek *az egyén egzisztenciáját veszélyeztetik*, ahol az imádság szükségből és az Isten segítsége iránti vágyból születik,<sup>12</sup> s így a központi egzisztenciális kérdés teszi személyessé ezeket a szövegeket. Ezeket a zsoltárokat nagyfokú változatosság jellemzi, mivel egyéni imákról van szó.<sup>13</sup> Ez a nagyfokú személyesség eredményezi azt is, hogy az egyéni panaszénekek esetében nem beszélhetünk kötött formáról, csupán a zsoltárok íve utal egyfajta konvencióra a forma tekintetében. Ezek a zsoltárok általában invokációval indítanak, és Isten

---

<sup>9</sup> Rózsa Huba: *i. m.* 649–650. Itt szükséges megemlíteni, hogy míg a korábbi zsoltárkutatásban az egyes zsoltárokra összpontosult a figyelem, addig a kortárs zsoltárkutatás figyelme a zsoltárkompozíciókra, illetve a zsoltárok könyvének egészére mint átgondoltan szerkesztett gyűjteményre tevődött át. Uo. 650. Viszont a pszaltérium-exegézis nem célravezető a különálló zsoltárszövegek biblioterápiás tevékenységre való előkészítésénél, s így, noha számolok a kutatás újabb eredményeivel, nem tartom hasznosíthatónak azokat specifikus kutatási témám területén.

<sup>10</sup> Westermann, Claus: *Lob und Klage in den Psalmen*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1983, 139.

<sup>11</sup> Rózsa Huba: *i. m.* 653.

<sup>12</sup> Spieckermann szerint a zsoltárszövegek minden esetben olyan vészhelyzetről tanúskodnak, amelyben az egyén fokozottan megtapasztalja Istentől való elszakíttóságát. A vészhelyzetet tehát az Istentől elszenvedett távolság helyzetének tekinthetjük. Spieckerman, Hermann: *i. m.* 50–51.

<sup>13</sup> Uo. 53.

dicséretével és/vagy Istennek tett fogadalommal záródnak.<sup>14</sup> Westermann azzal egészíti ki az egyéni panaszszóltárok jellemzőinek sorát, hogy – szemben a közösségi panaszszóltárokkal – az egyéni panaszszóltárookban háttérbe szorul Isten vádolása (vö. pl. az 5. zsoltár „miért...?” kérdésével). Ugyanis ezekre a szóltárookra inkább az jellemző, hogy az imádkozó én visszariad a *miért?* pusztá kérdésétől, és sokkal hangsúlyosabbá válik a *bizalom megvallása*.<sup>15</sup> Ha pedig mégis kifejezésre jut az Isten felé irányuló vád, panasz, sérelem, akkor az negatív kérdés formájában történik. A panaszának hangot adó imádkozó olyan ígéretet használ e negatív kérdésekben, amelyek a vád tartalmát fejezik ki: *elrejtteni, elhagyni, távol lenni* stb. Az imádkozó én panaszja tehát sosem Isten felé irányul, és ennek nem minden esetben az ellenség fenyegető jelenléte a forrása, ugyanis ez a közösségi panaszénekek erőteljes jellemzője.<sup>16</sup>

Ha megvizsgáljuk A zsoltárok könyvének és azon belül az egyéni panaszénekek műfajához tartozó zsoltárszövegek kutatástörténetét, megállapíthatjuk, hogy azok a sajátosságok, amelyek ezekben a szövegekben jelentkeznek, több okot is adnak arra, hogy először is ezekhez a szövegekhez nyúljunk, amikor a Biblia „könyvtárában” terápiás jellegű szövegek után kutakodunk. A szövegek nagyfokú személyességről tanúskodnak, és egyéni élethelyzetek kerülnek a figyelem középpontjába, formájukat tekintve pedig költői szövegek, amelyek egy adott, lazább (nem kultikus) keret között a művészi önkifejezés szabadságával születtek. Az *érvelés* erőteljesen van jelen ezekben a szövegekben, hiszen a szorult helyzet leírása mindig premisszák formájában jelentkezik a zsoltárszövegekben. Ez a megállapítás érvként szolgálhat abban a kérdésben is, hogy alkalmas-e egy zsoltárszöveg arra, hogy azt retorikakritikai elemzés alá vessük. A válasz egyértelműen afelé mutat, hogy igen. Kísérleti kutatásom előkészítéseként a retorikakritika eszközével vizsgálom a 143. zsoltárt, amellyel a bibliaórák csoporttal foglalkoztunk.

---

<sup>14</sup> Rózsa Huba: *i. m.* 51. Rózsa Huba egy részletesebb formát vél azonosíthatónak hármas tagolással, amelynek elemei a következők: 1. bevezetés (Isten megszólítása/hosszabb imádság); 2. a téma kibontása (zsoltáríró állapotának bemutatása); 3. befejezés (Istenbe vetett bizalom és meggyőződés kifejezése). Ld. uo: *i. m.* 653–654. A forma tulajdonképpen egy további elemet tartalmaz: a zsoltáríró helyzetének bemutatását. A zsoltárok vizsgálata során azonban szembe tűnő, hogy a formai elemek nem minden esetben körülhatárolhatóak, és így sokkal helyesebb Spieckermann leegyszerűsített modellje, amely csupán egy ívet ad a zsoltárszövegeknek, s amelyet szinte kivétel nélkül megtalálhatunk az egyéni panaszszóltárookban.

<sup>15</sup> Westermann, Claus: *i. m.* 139.

<sup>16</sup> Uo. 142–143.

#### 4.1. A 143. zsoltár retorikakritikai exegézise

Ha a panaszzsoltárokat felsorakoztató listákra tekintünk, a 143. zsoltár ott áll mindenik felsorolás végén.<sup>17</sup> Az egyéni panaszénekek jelentős része az első és második dávidi zsoltárkompozícióban található (Zsolt 3–41, illetve 51–72); de tekintetbe véve azt a felvetést, hogy a zsoltárok egybeszerkesztése során a dávidi szerzőség a szenvedő egyéni hangnak a legitimizálását szolgálhatta, nem meglepő, hogy az utolsó dávidi zsoltár csoportban is helyet kapott három ilyen egyéni panaszének (140–143).<sup>18</sup> A 140–143. zsoltár sorban az utolsó, az ötödik dávidi zsoltár csoport magyát képezi. Ezeket a tematikus elemek szintjén egymáshoz kapcsolódó 138. és 145. zsoltár inklúziója, illetve a két utólagosan beillesztett és nehezen besorolható 139. és 144. zsoltárköltemény foglalja keretbe.<sup>19</sup>

Frank-Lothar Hossfeld a következőképp határozza meg a 143. zsoltár témáját: „Az imádkozó személy panasza saját emberi elégtelensége és a halál közelsége miatt az egyetlen igaz Isten előtt, aki rendet teremt.”<sup>20</sup> A témában megjelölt *elégtelenségre* nemcsak a modern kori kommentárirók figyeltek fel. A 143. zsoltár a hét bűnbánati zsoltár egyike, amelyeket Cassiodorus (480–575) különített el az *Expositio Psalmorum* című művében, s a katolikus hagyomány úgy tartja őket számon, mint amelyeknek recitálása bűnbánati jellegükből adódóan képes aktívan helyreállítani az Istennel való helyes kapcsolatot.<sup>21</sup>

Az egyéni panaszzsoltárok jellemzői már a szöveg első olvasása során szembe tűnnek, és ez minden kétséget eloszlat a szöveg műfaji hovatartozásával kapcsolatban. Ennek ellenére az alábbiakban Wilhelm Wuellner retorikakritikai módszerét alapul véve elemzem a szöveget, és megvizsgálom a szöveg egységét, retorikai felépítését, az érvelés premisszáit és azokat a legjelentősebb motívumokat, amelyek meghatározzák a szövegegész menetét.<sup>22</sup>

<sup>17</sup> Az általam felhasznált irodalomban a következő könyvekben találtam ilyen listákra: Rózsa Huba: *i. m.* 652. Spieckerman, Hermann: *i. m.* 50. Westermann, Claus: *i. m.* 139.

<sup>18</sup> Spieckerman, Hermann: *i. m.* 50. Itt Spieckermann azt jegyzi meg, hogy a dávidi zsoltár-gyűjtemények tekinthetők a legrégebbi zsoltárkompozícióknak, azonban ezek is alakultak és bővültek az évszázadok során.

<sup>19</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *Psalmen. 101–150*. Herders Theologischer Kommentar zum Alten Testament. Herder, Freiburg 2008, 701.

<sup>20</sup> Uo. 702.

<sup>21</sup> Shuterland, Annie: *Performing the Penitential Psalms in the Middle Ages*. In: Gragnolati, Manuele – Suerbaum, Almut (eds.): *Aspects of the Performative in Medieval Culture*. De Gruyter, New York 2010, (15–28) 19–20.

<sup>22</sup> Wuellner elméletének összefoglalásához ld. a jelen tanulmány első részét, illetve Wuellner, Wilhelm: *Where Is Rhetorical Criticism Taking Us?* In: *Catholic Biblical Quarterly* 49 (1987), (448–463) 455–458.

#### 4.1.1. *A retorikai egység meghatározása*

Amint Wuellner megállapítja, a különböző műfajok általában egy önálló retorikai egységet képeznek. Amennyiben a 143. zsoltár megfelel a műfaji konvencióknak, úgy erről a szövegről sem vélekedhetünk másképpen, különösen akkor, ha szem előtt tartjuk, hogy A zsoltárok könyve különálló szövegeinek nagy részét önálló alkotásoknak tekintették áthagyományozásuk során. Hossfeld fent vázolt pszaltérium-exegézise azt bizonyítja, hogy a zsoltárszöveg egy nagyobb szövegkompozíció része, de a nagyobb kompozíció éppen azt jelzi, hogy önálló szövegek egymás mellé helyezéséről beszélünk.

Az egyéni panaszénekek műfaji konvenciói közül számos elemet felfedezhetünk szövegünkben. Claus Westermann meghatározása alapján a háromszemélyes struktúra igazolható. Az *imádkozó én* egyes szám első személyben, személyes hangon intézi panaszát *Istenhez*. A יהוה név négyszer fordul elő a zsoltárban: először az 1. versben, mintegy jelölve az elhangzó ima/beszédegység címzettjét, majd a 7., 9., illetve 11. versekben. A harmadik szereplő, az *ellenség* (אויב) nem marad ki a zsoltárból, és mondhatni „hagyományos” szerepében tűnik az imádkozó én egzisztenciáját veszélyeztető tényezőként, aki miatt Istenhez fordul imájával.<sup>23</sup>

A triadikus szereplőrendszeren és a motivikus kapcsolódásokon túl az igazolja a műfaji hovatartozást és a szöveg egységességét, hogy a szöveg megfelel a műfaji konvencióknak, hiszen a zsoltár a panasz hangján indít Isten megszólításával (ld. a 2. vers bűnvalló jellegét, illetve az ellenség fenyegető jelenlétét rögtön a címzés után, a 3. versben), és az Istenbe vetett bizalom megvallásával zárul, ahol már nincs többé helye a panasznak (ld. a 11–12. versek szentenciáit).

A szöveg részletesebb formai elemzését az exegetikai elemzés 3. pontjában tárgyalom, azonban már itt fontos megjegyeznünk, hogy a szöveg dinamikai íve egységes, és megfelel az egyéni panaszszövegek műfaji konvencióinak, és ez már önmagában is a szöveg önállóságáról tanúskodik.

#### 4.1.2. *A retorikai helyzet meghatározása*

A retorikakritikai elemzés során háttérbe szorul a *Sitz im Leben*, a szöveg életben elfoglalt helye másodlagossá, az értelmezésben pedig jelentéktelenné válik, ugyanis a retorikai helyzet az imádkozó én szövegben kirajzolódó helyzetére vo-

---

<sup>23</sup> Claus Westermann az ellenségekről szóló rövid gondolatfuttatásában tér ki arra, hogy a motívumot nem kezelhetjük elszigetelten, ugyanis az ellenségek kapcsolatban állnak az imádkozó énnel, akinek panasz csupán részint kapcsolódik az ellenségek meglétéhez és kiletéhez. Azon kérdés előtt, hogy kik az ellenségek, ott kell állnia annak a kérdésnek, hogy mi van az ellenségek vádjában. Az exegézis során arra arra is rá kell kérdezni, hogy milyen kapcsolatban áll az ellenség az imádkozó én panaszával, illetve hogy miként mutatja be őket az Istenhez intézett panasz. Westermann, Claus: *i. m.* 144.

natkozik. Arra a helyzetre, amely a háttér-információk nélkül is ott áll a szöveget olvasó személyek előtt a szöveg sorai mögött, és ehhez a helyzethez tulajdonképpen a biblioterápiás alkalmak résztvevői is kapcsolódni tudnak. A 143. zsoltárban előttünk álló imádkozó én helyzetét a szöveg kettős vonatkozásban tárgyalja: úgy kiált az Úrhoz, mint aki tudatában van annak, hogy *bűnös* az igaz Istennel szemben; illetve úgy szólítja meg őt, mint aki *egzisztenciális kiszolgáltatottságában* csakis az igaz Isten szabadításában bízhat.

A szöveg felütésében az imádkozó én *Istennel szemben határozza meg saját helyzetét*, mintegy hangsúlyozva a távolságbeli kontrasztot, amely közte és a megszólított között rajzolódik ki. Az imádkozó én helyzetét Isten helyzetéből érthetjük meg teljes valójában. Az 1. versben két kifejezést használ JHVH bemutatására. A kezdeti felkiáltásban az imádkozó én az אָמוּנָה és צָדִיקָה szavakkal utal JHVH *hűségére*. Hans Joachim Kraus stilisztikai ismétlésnek véli a két kifejezés használatát, mivel mindkettőt JHVH hűségére vonatkoztatva értelmezi.<sup>24</sup> Frank-Lothar Hossfeld ezzel szemben ellentétes viszonyt feltételez, és e szavaknak más jelentésével számol az adott kontextusban: *rendíthetetlen hűség* és *ítélő igazságosság*. Hossfeld értelmezése mellett az szolgál érvként, hogy a 2. vers Isten igazságosságának tárgyalását folytatja, azonban itt már az igazságosság büntető aspektusa kerül előtérbe.<sup>25</sup> Isten irgalma és igazságossága egyforma súllyal van jelen a szövegben, és a kifejezések tulajdonképpen egyenrangúak, az imádkozó én pedig ehhez az igazságszolgáltató instanciához menekül szorult helyzetében, mivel tudatában van annak, hogy önerőből nem méltó megállni az igazságos Isten színe előtt. Az élő személy (יְיָ, ld. még Gen 2,7) a teremtett emberre, annak ontikus gyengeségére utal, amellyel részint a Teremtőt is felelősségre vonja (ld. 2. v.). A JHVH-hoz fűződő szolgálai kapcsolat különlegessé teszi ezt az egyént, és lehetővé teszi, hogy szolgálai mivoltában fogalmazza meg szükségleteit.<sup>26</sup>

A szolgálai mivoltban megszólaló imádkozó én a maga *aktuális helyzetével* indokolja segélykiáltását, és *ellenségét* jelentős veszélyforrásként tünteti fel, akinek mibenlétét homály fedi, nem születik fölötte erkölcsi ítélet, hiszen a leírás mentes mindenféle etikai vagy vallási minősítéstől.<sup>27</sup> Az ellenség *üldöző, összetör, sötétségbe taszít* (ld. 3. vers), ez utóbbinál pedig az isteni szentségtől való távolság gondolata elevenedik meg. Gerstenberger értelmezésében az ellenség olyan ellenséges erők projekciója, amely Istentől szakítja el a hívő embert.<sup>28</sup> Az ellenség először egyes

<sup>24</sup> Kraus, Hans Joachim: *Psalms 60–150. A Commentary*. Augsburg Fortress, Augsburg 1989, 536.

<sup>25</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 765.

<sup>26</sup> Uo. 766.

<sup>27</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 766.

<sup>28</sup> Gerstenberger, Erhard S.: *Psalms (Part 2) and Lamentations*. The Forms of the Old Testament Literature, Vol. XV. William B. Eerdmans, Michigan 2001, 422–423.



számban jelenik meg, amely nem egy személyre utal, hanem kollektívát jelöl, de vonatkozhat elvont értelemben a gonoszság, a viszály, a földi életben uralkodó káosz erőire, amelyeknek végső pusztulását csakis JHVH-tól várhatja az imádkozó én.<sup>29</sup> Az ellenség fenyegető jelenléte a lelki elnyomottság és a halálközeli élmények képzetével társul.<sup>30</sup> A szív és a lélek (4. v.) mint minden racionális és érzelmi impulzus helye, a belső sebzettség képe a zsoltárban.<sup>31</sup>

A zsoltár szövege még azt is elmondja az imádkozó én helyzetéről, hogy nemcsak szabadításra szorul, hanem *isteni vezetésre* is. Hossfeld a bűnre való fogékony-ság tudatával indokolja a vezetés kérését, ugyanis a előbbi versek alapján az imádkozó én tudatában van saját „igazságtalanságával”.<sup>32</sup> Kraus azt feltételezi, hogy a Tóra útmutatása implicit módon van benne a szövegben, és az imádkozó tulajdonképpen a törvény tanítását várja ezen a ponton.<sup>33</sup> A szigorú törvény útján való vezetés kérése azonban oldódik a 10. versben, ahol az isteni jó lélek (רוּחַ יְהוָה) szabadító és vezető gondolata összekapcsolódik a konkrét szabadítás útjával (vö. Neh 9,20).<sup>34</sup> A Lélek teofánia formájában jelent meg az Egyiptomból való kivonuláskor, és ugyanúgy mutat utat az imádkozó egyén számára is.

Az imádkozó én helyzete tehát három megnyilvánulásban ragadható meg a zsoltárszöveg alapján: a bűnbánó, a szenvedő és az útkereső.

#### 4.1.3. A retorikai beállítottság és elrendezés meghatározása

Ennél a lépésnél Wuellner modellje értelmében szükséges különbséget tenni a szöveg irodalmi és retorikai struktúrája között. Zsoltárunk esetében a szöveg formai szempontok alapján történő tagolása nagyjából egységes a kommentár-irodalomban. A zsoltár sorai a következő struktúrát mutatják:

1–2. v.	Bevezető könyörgés és bűnvallás
3–4. v.	Panasz az ellenségek üldözése okán és a veszélyhelyzet bemutatása

<sup>29</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 771.

<sup>30</sup> Uo. 767. ld. még Kraus, Hans Joachim: *i. m.* 537. Karus a szöveg motívumanyagában implicit módon véli felfedezni a halál képeit és képzetét, többek között pl. a בְּמַחְשָׁבִים kifejezésben, amelyet a börtön képével kapcsol össze mint esetleges alternatívát, s amelyet az ókori világban a halál szférájához kapcsoltak. Valószínűbbnek tartom, hogy a kifejezés itt csupán halálközeli állapotra utal, és a kilátástalanság helyzetét érzékelteti.

<sup>31</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 767. ld. még Kraus, Hans Joachim: *i. m.* 537. Itt a zsoltáros valószínűleg a korábbi érzelmi terhek okozta kimerültség és kétségbeesettség állapotáról számol be.

<sup>32</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 768.

<sup>33</sup> Kraus, Hans Joachim: *i. m.* 537.

<sup>34</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 769.

5. v.                   Visszatekintés JHVH tetteire  
 6. v.                   Az imádkozó én helyzetének bemutatása<sup>35</sup>  
 7(-9+10-12. v.) Sürgető könyörgés<sup>36</sup>  
 7-9. v.                Könyörgés vezetésért és az ellenség pusztulásáért (7-8+9)  
 10-12. v.            Könyörgés vezetésért és az ellenség pusztulásáért (10-11+12)

A szöveg formai elemzése meglepően szimmetrikus szerkezetet mutat, amely alátámasztja, hogy jól szerkesztett poétikai alkotásról beszélhetünk.<sup>37</sup> Azonban ha a szöveget retorikai szempontból vizsgáljuk, el kell tekintenünk a szöveg szimmetrikus szerkezetétől, és figyelmünket a szöveg dinamikai ívére kell fordítanunk. A szöveg bevezetője a bűnvalló én helyzetének bemutatásával indít, aki jelenbeli panaszával fordul Istenhez bűnvalló és szolgáló alázattal, az üldözöttség tapasztalatával (1-4. v.). A retorikai váltás az 5. versben érzékelhető, amikor a visszaemlékezés hoz változást az imádkozó egyén magatartásában. Önmagában állt, de most a kezek kinyújtása váltja fel a statikus állapotot: kész a kapcsolatfelvételre.<sup>38</sup>

A 7. verstől mintha új erőt nyert volna az imádkozó én, és újabb kéréseinek sorozatát úgy fogalmazza meg, hogy azok mindegyikét személyes hitvallásával támasztja alá, várva az Úr vezetésére és szabadítására. A 10. verstől pedig újabb perspektíva-váltásra figyelhetünk fel, amikor az imádkozó én a jövőbe tekint, és a jövőre vonatkozóan kéri Isten vezetését és megtartó, szabadító jelenlétét, az ellenség pusztulásának reményével.<sup>39</sup>

<sup>35</sup> Gerstenberger összekapcsolja az 5-6. verseket, és a múltba tekintést az imádság helyzetének bemutatásához kapcsolja (Gerstenberger, Erhard S.: *i. m.* 421.). Kraus a 3-6. verseket kapcsolja össze a panasz címszava alatt (Kraus, Hans Joachim: *i. m.* 537.).

<sup>36</sup> A zsoltár második részének tagolása felől eltérő véleményeket olvashatunk: Kraus könyörgések hosszú sorának tekinti a 7-12. verseket (Kraus, Hans Joachim: *i. m.* 537-538.); Erhard S. Gerstenberger a 12. verset különíti el záróversként (Gerstenberger, Erhard S.: *i. m.* 421.); Hossfeld pedig a 10b és a 10c sorok közé helyezi a törést, mivel itt perspektíva-váltást vél felfedezni a szövegben (Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 765.). Én Allen felosztását vettem át, aki a formai szempontok és a szimmetrikusan tagolható kérések alapján tagolja a szöveget, és a 7-9-es, illetve 10-12-es felosztás mellett érvel. Ld. Allen, Leslie C.: *Psalms 101-150*. Word Biblical Commentary. Word Books, Waco 1983, 282.

<sup>37</sup> Gerstenberger arra következtet az első öt vers tematikai váltásaiból, hogy arra az utólagos redakciós átdolgozás eredményeként kell tekintenünk, és hogy semmiféle költői szándékot nem kell feltételeznünk a sorok mögött (Gerstenberger, Erhard S.: *i. m.* 421-422.). Ezekre reflektálva úgy gondolom, hogy a prózai glosszákra utólagos módosításként tekinthetünk, azonban a retorikakritika kérdése sokkal inkább arra irányul, hogy mit akart a szöveg végső formájának szerkesztője hangsúlyozni a glosszák beillesztése által.

<sup>38</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 768.

<sup>39</sup> Uo. 769-770.

Megállapíthatjuk tehát, hogy a zsoltár szövegének tartalmi-formai szerkezete eltér a retorikai szerkezetétől. A biblioterápiás foglalkozás során ez utóbbi kerül előtérbe, amelyet így vázolhatunk fel:

- 1–4. v. Az imádkozó én jelenbeli könyörgése
- 5–6. v. Múltba tekintés és az imádkozó én helyzetének megváltozása
- 7–10a v. Az imádkozó én intenzív, sürgető kérései, amelyek nem tűnnek halasztást
- 10b–12. v. Az imádkozó én jövőre vonatkozó kérései és hitvallása.

#### 4.1.4. *A retorikai technikák és stílusok meghatározása*

A panaszszoltárok személyes jellege a retorikai konvenciókat is háttérbe helyezi bizonyos mértékben. Költői szövegek esetében általánosan elfogadott tény, hogy az írói szabadság felülírja a konvencionális formákat. Ez különösen az olyan imaszövegek esetében igaz, amelyek az imádkozó én helyzetét is személyes hangon tárgyalják. Azonban a stílus személyességét és a lelki mélységek feltárását mégis visszakövethetjük a szöveg egyes premisszáiból, amelyek az imádság Isten előtti meghallgattatását követelik, ugyanis végső soron ez minden imádság célja és lelki alaphelyzete.

Az 1–2. versben, a zsoltár felütésében három erőteljes imperativus nyitja meg a könyörgést: *hallgasd meg, figyelj, válaszolj nekem!* (עֲנֵנִי, הִאֲזִינָה, שְׁמַע). Ezek nemcsak konvencionális értelemben alkalmasak kezdésnek, hanem a háromszori kérés egyfajta nyomatékositást is szolgál. A kérések a későbbiekben is ezt a funkciót töltik be a szövegben, és az a sajátosságuk, hogy a zsoltár második szakaszában a kéréseket hat alkalommal is a bizalom megvallása követi, ez a hitvallásos hangnem pedig egyértelműen az érvelés hatékonyságát növeli.<sup>40</sup>

Az érvelés másik jelentős stíluseleme az 5. vers kresztomatikus jellege. Az 5. versben olyan kiasztikusan rendezett kresztomatikus sorokat találunk, amelyek tulajdonképpen nem az egyén jó cselekedeteit foglalják össze, hanem Izráel szabadító Istenének tetteit (*szabadítását*) és kezei alkotását (*teremtői munkáját*).<sup>41</sup> Kraus szerint az imádkozó én ezen a ponton aktualizálja retrospektív módon Isten szabadítását.<sup>42</sup>

Végül meg kell említenünk a zsoltár zárását is, amely a szolgálai mivolt hangsúlyozásával teremt keretet a bevezető versekkel együtt (ld. 1–3. v.), amelyekben először alázatos szolgálként áll meg az egy igaz és hű Isten előtt, majd a zsoltár végén szolgálai mivoltával zárja kéréseit, mint amely a legfőbb érv a kérés meghall-

<sup>40</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 769.

<sup>41</sup> Uo. 767.

<sup>42</sup> Kraus, Hans Joachim: *i. m.* 537.

gatása mellett: **כִּי אֲנִי עַבְדְּךָ**. Isten szolgájának a szolgálói léte a legnagyobb bizonyossága. Ezt alázattal kell elfogadnia, de tudja, hogy Isten a „munkaadója”, de egyben pártfogója is, aki megteremti és biztosítja a jövőjét.<sup>43</sup>

#### 4.1.5. A retorikaikritika meghatározása mint szinkronikus egység

Hossfeld így fogalmazta meg a zsoltár üzenetének egészét: az imádkozó én „udvarlása” JHVH-nak.<sup>44</sup> Ez a dinamika tanúskodik a szöveg egységességéről, ugyanis az első verstől az utolsóig az az imádkozó individuum áll előttünk, aki JHVH-hoz fordul kérésével, panaszát előtte tárja fel, vállalja szorult helyzetét, *jelenbeli* egzisztenciális kitettségét, és a *múltba* való visszatekintésből erőt merítve bizalommal sürgeti szabadítóját és reményteljesen tekint *jövőbeli* szabadítására.

A szöveg szinkronikus egysége azt igazolja, hogy az *önálló zsoltárként és így kontextusból kiragadott szöveggént* is hordoz egy olyan személyes „én-üzenetet”, amely alkalmassá teszi arra, hogy a biblioterápiás alkalom során mások számára is katalizátorként szolgáljon egy személyes „én-üzenet” megfogalmazásához. Ezután már csak az a kérdés, hogy milyen mértékben befolyásolják az „én-üzenetek” egymást, és mennyiben tér el a szentírási üzenet az olvasó én interpretációs szintjétől.

## 5. Egy biblioterápiás bibliaóra a 143. zsoltár szövegével

Kutatásom elsődleges célja feltárni, hogy alkalmasak-e a biblioterápiás foglalkozások módszerei a gyülekezeti pasztorációra, illetve hogy lehet-e alkalmas eszköz a Szentírás szövege a biblioterápiás foglalkozások alaptriádáján belül. A dolgozat keretei miatt vizsgálódásom a csoporttevékenységek gyakorlatára összpontosít, amelynek leggyakoribb formája a bibliaóra, s amelynek középpontjában a bibliai szöveg áll, amint azt a tevékenység neve is sejteti.

A bibliaóra műfaján belül megkülönböztethetünk általános gyülekezeti, nőszövetségi, ifjúsági stb. bibliaórákat. Lehetőségeimhez mérten a Kolozsvári Protestáns Teológiai Intézet (KPTI) hallgatóinak egyik rendszeresen összegyűlő bibliaórás csoportjában végezhettem kvalitatív kutatást, amely a szubjektivitást helyezi előtérbe, s amely a biblioterápia szakirodalmának meghatározása szerint legitím módszer a kutatás hatásainak vizsgálatára egy meghatározott kísérleti csoport esetében.<sup>45</sup> Az alábbiakban ennek a bibliaórának a módszertanát, menetét és a résztvevők reflexiói alapján felmérhető hatását ismertetem.

<sup>43</sup> Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *i. m.* 771.

<sup>44</sup> Uo. 774.

<sup>45</sup> Doll, Beth – Doll, Carol: *Fiatalkor biblioterápiája. Könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése.* A magyar szöveget gondozta Magyar Krisztina. Könyvtári Intézet, Budapest 2011, 8–139.

### 5.1. *A kísérlet előkészítése és a hozzá kapcsolódó módszertani megfontolások ismertetése*

A kísérlet alkalmával facilitátori minőségben vettem részt a bibliaórák csoportban. Facilitátorként a bibliaóra előkészítések az I. részben már tárgyalt és javasolt Doll szerzőpáros facilitátor tevékenységét bemutató elméleti modellje alapján dolgoztam. Az alábbiakban a modell öt pontját követve ismertetem a bibliaóra előkészítésének mentét.

#### 5.1.1. *Felkészülés*

Noha ez a lépés alapvetően nem része annak a fejlesztő biblioterápiának, amelyet a kísérleti csoporttal végeztem, itt mégis fontosnak tartok néhány megjegyzést tenni a kísérleti csoportom bemutatása céljából. A csoport tehát a KPTI egyik bibliaórák csoportja. A bibliaórák csoportok a tanév elején alakulnak meg az I–V. évfolyamok hallgatóiból, akiknek kötelező rész venniük a rendszeresen tartott bibliaórák alkalmakon, viszont a csoportválasztás terén szabadságuk van.<sup>46</sup> A csoportok állandó összetétele általában 12–14 fő, mindegyik csoportot az intézet egyik oktatója koordinálja és felügyeli. Minden héten más-más hallgató készül egy igei bevezetővel, amelyet egy rövid beszélgetés követ az adott igei részről vagy témáról. A kísérleti csoport hétről hétre találkozott a 2022/2023-as tanévben, és minden hallgató személyes érdeklődése alapján választhatott egy ígerészt, amelyet átbeszéltünk a bibliaórák csoporttal.

A fent leírtak alapján megállapíthatjuk, hogy kísérleti csoport *jól összehozott* tagokból állt, akiknek alkalmuk nyílt arra, hogy a személyes preferenciák alapján kiválasztott ígerészek alapján elmélyüljenek hitbeli kérdéseikben. Mint aki 2022 szeptemberétől tagolódtam be ebbe a csoportba, azt tapasztaltam, hogy a bibliaórákon gyakran alakulnak ki *személyes hangvételű beszélgetések* egy-egy igehely kapcsán; a csoporttagok alapvetően *nyitottak* egymás megjegyzései és észrevételei irányába, azonban jelentős mértékben *rábogyatkoznak a csoportvezető oktató, illetve hallgató irányítására, és ritkán kezdeményeznek* beszélgetést olyan kérdések mentén, amelyeket nem az alkalmat vezető oktató vagy hallgató tesz fel.

A csoport összetétele a korukat tekintve *homogén*: 19–23 éves fiatal felnőttekből áll.<sup>47</sup> Személyes vallomásaik alapján a koruknak megfelelő életesemények az

<sup>46</sup> Ez alól kivételt képeznek az I. évfolyam hallgatói, akiket névsor szerint osztanak el a bibliaórák csoportokban.

<sup>47</sup> A Szabó András – Püski Dániel szerzőpáros azt javasolja, hogy a fiatal felnőttek korosztályát (18–30 év) elvi síkon érdemes tagolni, ugyanis a 18–23 éves korra manapság már az jellemző inkább, hogy egyfajta átmenet a serdülő- és a felnőttkor között. Ez az úgynevezett “emerging adulthood” szakasza. Szabó András – Püski Dániel: *Fiatal felnőttek a gyülekezetben*. In: Siba Balázs – Szabóné László Lilla – Pángyánszky Ágnes (szerk.): *Együtt a hit útján*. Kálvin, Budapest 2019, (273–288) 273.

ő életükben is jelentkeznek. Például: önálló döntéshozatal egyre felerősödő felelőssége; hosszú távú párkapcsolatok kialakítása; párkeresés és házasságkötés; önálló és önfenntartó életvitel elérése és kialakítása.<sup>48</sup> A korosztály hitfejlődési sajátosságaira való tekintettel (individuális-reflektív hit) a biblioterápia interaktív módszere különösen hatékony lehet abban a tekintetben, hogy a szubjektív megszólalások alkalmával a hittapasztalat személyessége, egyedisége és – e korosztály sajátos elvárásának megfelelően – az egyéni átélés tapasztalata kerüljön előtérbe a biblioterápiás folyamatban.<sup>49</sup> Nemek megoszlása szempontjából 50-50%-os arányról beszélhetünk a csoportban. Az általam facilitált bibliaórán 7 lány<sup>50</sup> és 7 fiú vett részt.<sup>51</sup>

A kísérlet szempontjából fontos megjegyeznünk, hogy a csoportban kizárólag *teológiai hallgatók* vettek rész, akiktől nem idegen a bibliai szövegek világa, és előzetes ismeretekkel közeledhettek a szöveghez.

### 5.1.2. Az anyag kiválasztása

A kísérleti csoport összetétele és érdeklődési köre szempont volt a bibliai szöveg kiválasztásánál. Az egyéni panaszszoltárokból műfaji sajátosságnak kell tekintenünk, hogy az imádkozó én személyes hangon szólal meg, ez a személyes hangvétel pedig már önmagában is megteremtette a szöveghez való személyes kapcsolódás lehetőségét. Mivel a korosztály alapvető jellemzője, hogy az intraperszonális folyamatokra összpontosítanak, hitbeli kérdéseikben pedig az egyedi válaszlehetőségeket kutatják, a választott zsoltár személyes hangneme az első kapcsolódási pont lehetett a szöveghez.

A szelekció következő lépéseként olyan egyéni panaszéneket kerestem, amelyek alapmotívumai tematikai kapcsolópontokat mutatnak a csoporttagok által korábban felvetett kérdésekkel. A csoport 2022/2023-as tanévi témái között többször előjött az *Isten általi vezetés és vezetetttség* kérdése, illetve a *lelki mélységek* „*helyes*”

<sup>48</sup> Az életesemények felsorolásához ld. uo. 275. Ezek közül azokat soroltam fel, amelyekben a csoporttagok is érintettek személyes vallomásaik alapján.

<sup>49</sup> A korosztályra vonatkozó leírást ld. Szabó András – Püske Dániel: *i. m.* 277–280.

<sup>50</sup> Az általam facilitált bibliaórán egy olyan leány is részt vett, aki nem tartozott a kísérleti csoporthoz. Az intézeten belüli bibliaórák csoportok között szabad az átjárás abban az esetben, ha egy adott oktató hiánya okán elmarad a saját bibliaórák csoport alkalmá.

<sup>51</sup> Az Arleen McCarthy Hynes és Mary Hynes-Berry szerzőpáros megjegyzi, hogy a legideálisabban 6-9 fős csoportokkal lehet dolgozni, azonban nem kizáró jellegű a módszer alkalmazásának tekintetében, ha nagyobb létszámú csoport gyűl össze egy-egy alkalomra. Hynes, Arleen McCarthy – Hynes-Berry, Mary: *Bibliotherapy. The Interactive Process – A Handbook*. Taylor and Francis, New York 2019. Oldalszámok nélküli e-könyv formátumban érhető el: <https://www.perlego.com/book/1503249/bibliotherapy-the-interactive-process-a-handbook-pdf> (2023. ápr. 28. Az oldalszámok hiánya miatt a továbbiakban csupán *i. m.*).

*feldolgozásának* a problematikája. A 143. zsoltár mindkét kérdést tematizálja, előbbi hangsúlyozottan a 8. és 10. versben, utóbbit pedig a 4., 6., 7. versben.

### 5.1.3. *Az anyagok bemutatása*

A szöveg bemutatását két részre osztottam. Első körben csupán felolvastam a szöveget.<sup>52</sup> Ezt követte a biblioterápiás beszélgetés 1. szakasza, majd a beszélgetés második felében úgy mutattam be a szöveget, hogy kiemeltem a legjelentősebb exegetikai megjegyzéseket. Ezután következett a beszélgetés 2., lezáró jellegű szakasza. Ezt a felosztást kutatásom céljával indokolom, amelyet így összegezhetek: feltárni, hogy mennyire megfelelő a bibliai szöveg a biblioterápiás folyamatban való alkalmazásra. Ennek vizsgálata céljából arra figyelek, hogy a szöveg fókuszát tekintve mennyiben térnek el a szöveggel való első találkozáskor született észrevételek és következtetések a szöveg eredeti üzenetétől, amelyet a szöveghez kapcsolódó exegetikai bevezető során ismerttettem a résztvevőkkel.<sup>53</sup> Ebből az okból kifolyólag az első körben célszerű volt úgy vezetni a beszélgetést, hogy a szövegre adott személyes reakciók kerüljenek előtérbe, hogy a második körben a szöveg részletesebb ismeretének a fényében folytathassuk a beszélgetést.

A retorikakritikai exegézis fényében eltekinttem a szöveg tagolásától, és már az első olvasás rendjén a szöveg egészét ismerttettem a résztvevőkkel. A szöveget ők maguk is követhették nyomtatott formában, amelyet úgy tördeltem, hogy azon nem tüntettem fel, milyen szöveget olvasunk, és mellőztem a zsoltár verseinek számozását is, hogy a résztvevők a szövegre, annak dinamikai ívére tudjanak összpontosítani, és követni tudják a szövegegész retorikáját.

### 5.1.4. *A megértés elősegítése*

Facilitátorként a résztvevőket elsősorban kérdéseimmel irányítottam a szöveg megértése felé, majd az exegetikai megjegyzésekkel mélyebb bepillantást nyújtottam számukra a szöveg világába. Az alkalmat egy bemelegítő feladattal indítottam, amely segített a résztvevőknek kiszakadni abból a környezetből, amelyből érkeztek, és azáltal hangolódni rá az alkalomra, illetve egymásra, hogy környezetük egy-egy eleméhez kapcsolták aktuális belső állapotuk leírását, ami a kreatív

---

<sup>52</sup> Az anyag bemutatásának első lépése a Hynes szerzőpáros javaslatát követte, amely szerint a facilitátor kétszer olvassa fel a szöveget, a két felolvasás között pedig szünetet tart, hogy a felolvasott szövegrész ne csak hallott, hanem valóban meghallott szöveg legyen. Ld. Hynes, Arleen McCarthy – Hynes-Berry, Mary: *i. m.*

<sup>53</sup> A szöveg felolvasását követő első kérdéssel azt próbáltam felmérni, hogy az első olvasás után miként határozzák meg a résztvevők a szöveg fókuszát egyetlen mondatban.

gondolkodásmód irányába terelte figyelmüket.<sup>54</sup> Ezt követően direktív és nondirektív kérdésekkel irányítottam a szöveghez kapcsolódó beszélgetést. Az indítókérdésnek minden esetben nondirektív formában kell elhangoznia, amely szabad válaszreakciót vár a résztvevőktől a szöveggel való találkozást követő első benyomásuk megfogalmazásával.<sup>55</sup> A direktív kérdések pedig a Doll szerzőpáros által említett sajátos témákra, érzéskatalizátorokra és motívumokra való „figyelemelterelést” szolgálják.<sup>56</sup>

### 5.1.5. Ellenőrzés és értékelés

Az ellenőrzés és értékelés fázisa nem része a fejlesztő biblioterápiának. Azonban mivel ezt az bibliórát kutatási célból vezettem, az itt elhangzottakat hangjegyzet formájában rögzítettem a résztvevők beleegyezésével. A következő fejezetben a hangfájl alapján szó szerint rögzített biblioterápiás biblióra jegyzőkönyvét követve fogom értékelni az alkalmat, illetve a résztvevők 10-15 mondatos személyes reflexióit. (A résztvevők az alkalmat követő 24 órán belül álnévvel küldték el nekem a maguk szöveges visszajelzéseit.)

### 5.2. A kísérlet értékelése

A biblioterápiás folyamatok hatékonyságának mérésére többféle módszer létezik, azonban mivel ebben az esetben nem több alkalomból álló folyamatot, hanem a módszerrel való első találkozás hatását vizsgáltuk, a résztvevők személyes reflexiói segítenek a leginkább megérteni, hogy milyen gondolatokkal, érzésekkel és észrevételekkel maradtak az alkalmat követően. A személyes reflexiót minden résztvevő beküldte.<sup>57</sup>

A kutatásom során két fő kérdésre kerestem a választ: mennyire hatékony a biblioterápiás módszer a bibliai szövegek felhasználásával? Van-e számottevő eltérés a szöveg első olvasása után megfogalmazódott igei üzenet és az igemagyarázatban elhangzottak között, és ha igen, hogyan hat ez a résztvevőkre

<sup>54</sup> A „warm-up” gyakorlat Hynes, Arleen McCarthy – Hynes-Berry, Mary kézikönyve alapján hatékony eszköz lehet a biblioterapeuta kezében.

<sup>55</sup> Az általam feltett kezdő kérdések így hangzottak: *Milyen érzéseket váltott ki bennetek a szöveg? Hogyba most nem a tartalomra tekintünk, hanem arra, hogy milyen hangulata van a szövegnek, vagy hogy miként rezonált veletek ez a szöveg, hol tudatok hozzá kapcsolódni?*

<sup>56</sup> Például ilyen jellegű kérdésként hangozott el: *Mit gondoltok, melyik az a vers a szövegben, illetve melyik az a sor – mert a zsolttár nincs versekre osztva –, amely szerintetek a legnagyobb lelki mélységet írja le?*

<sup>57</sup> A szövegekre a továbbiakban az idézetek után fogok hivatkozni, és feltüntetem annak a személynek az álnévét, aki a biblióra folyamán, illetve a szöveges visszajelzésében fogalmazta meg az adott gondolatokat.



és a bennük lezajló lelki folyamatokra? Az eredményeket e két kérdés fényében fogom bemutatni a jegyzőkönyv és a visszajelzések alapján.

### 5.2.1. *Visszajelzések a módszerről és annak „hatékonyságáról”*

A résztvevők az alkalom elején csupán annyit tudtak, hogy a biblioterápia módszerével fogunk foglalkozni a szöveggel. Nem avattam be őket a módszer rejtelmeibe, ugyanis azt kívántam elérni, hogy ők maguk észrevételezzék: milyen hatást váltott ki belőlük az alkalom, akár úgy, hogy van róla előzetes információjuk, akár úgy, hogy a sötétben tapogatóznak.

A biblioterápia módszeréről túlnyomórészt pozitív visszajelzéseket kaptam. Voltak olyan résztvevők, akik már egy adott elképzeléssel érkeztek a módszert illetően.<sup>58</sup> A többségük viszont nem tudta, hogy mire számítsanak, s így volt közöttük, aki megfogalmazta, hogy a bibliai szöveg újszerű megközelítése várankozással töltötte el:

„Amikor elsőnek meghallottam a témát, nem igazán tudtam, hogy hova tegyem, és nem is tudtam, hogy mire számítsak, de így még jobb volt, mert laikusán álltam hozzá az egészhez.” (Marcell)

Volt olyan is, aki bevallotta: „A bibliaóra elején kissé kételkedve és elhatárolódva szemléletem az eseményeket” (Dávid). Többen reflektáltak a bevezető körkérdésre és arra, hogy ez mennyire segített nekik ráhangolódni az alkalomra (pl. Janka, Samu, Csongor).

A bibliaóra egészére reflektálva *jóval több pozitív visszajelzés érkezett*, mint negatív. Akik pozitív visszajelzést fogalmaztak meg, a következő módon írtak az alkalomról:<sup>59</sup>

„Az alkalom közben nagyon jól éreztem magam: nyugodtnak. Kellemes tapasztalat volt. [...] Másabb volt számomra ez az alkalom, mint más bibliaóra. Jó volt, hogy hagyunk időt jobban elmélyülni a bibliai szövegben. Jó volt, hogy kizárólag

---

<sup>58</sup> „A biblioterápiás bibliaórán jól éreztem magam, felelevenedtek bennem azok a budapesti szemináriumi órák, amelyek keretén belül már megismerkedhettem különböző bibliaolvasási, akár terápiás céllal is felhasználható módszerekkel. Mivel már részben hallottam a biblioterápia módszeréről, izgatottan vártam, hogy miként lehet egyházi közegben alkalmazni.” (Janka)

„Az irodalomterápia fogalma nem volt ismeretlen számomra, de azzal, hogy ezt bibliai keretek közé helyezted, sokkal otthonosabbnak, lelkibbnek és Istenhez közelebbnek éreztem. Úgy foglalkozni »verssel«, hogy közben Isten és a vele való kapcsolat áll a középpontban, egy keresztyén ember számára igazán terapeutikus jelleget ölt.” (Csilla)

<sup>59</sup> A dolgozat terjedelmére való tekintettel nem tudok minden gondolatot átemelni az erre vonatkozó reflexiókból, ezért csupán néhány olyan reprezentatív gondolatot idézek, amely másoknál is megjelent.

a szöveg mentén beszélgettünk. Más alkalmakkor kicsit elsiklunk a szöveg fölött, de itt számomra frissítő volt csak a Szentírás szövegére fókuszálni. Mindebből az következik, hogy nagyon jól tudtam kapcsolódni a szöveghez, jobban, mint máskor.” (Csongor)

„Az alkalom közben jól éreztem magam, kellemes tapasztalat volt számomra. Úgy éreztem, hogy olyan nyugodt, békés, meghitt légkör alakult ki, amelyben bárki megszthatja gondolatait.” (Emma)

„Számomra a mai alkalom nagyon feltöltő és kellemes tapasztalat volt, amikor sokat tanulhattam mások hozzászólásaiból is. Abban különbözött egy hagyományos bibliaórától, hogy a hangulat talán sokkal családiasabb volt, mert mindenki bátrabban szólt hozzá, és sokkal személyesebb volt számomra.” (Kolos)

Azok, akik *negatív módon reflektáltak* a módszerre, tulajdonképpen egy-egy módszertani elemet kifogásoltak, és nem a módszer egészét. A bibliaóra interaktív jellege egyesekben jogos kérdéseket vetett fel a módszer alkalmazhatóságával kapcsolatban:

„Felmerült bennem így, utólag az a kérdés, hogy miként lehet ezt a módszert egy olyan gyülekezeti csoportban alkalmazni, ahol a résztvevők esetleg nem nyitottak, kevésbé beszédesek, vagy nehezebben tudnak megnyílni egymás előtt azokról a kérdésekről, amelyek legbelül foglalkoztatják őket, de nem merik nyilvánosan elmondani.” (Janka)

A kérdés jogos, azonban amint fentebb jeleztem a módszer bemutatásánál, az interaktivitás fenntartása minden esetben a facilitátor feladata, aki kellő eszköztárral, a direktív és non-direktív kérdésekkel, a csoportdinamikát élénkítő tevékenységekkel stb.) tulajdonképpen bármilyen csoportban alkalmazhatja a módszert.<sup>60</sup> Néhányan megjegyezték, hogy *nem érezték jelentősen eltérőnek* a bibliaórát más alkalmakhoz képest:

„Ha visszatekintek, összességében véve nem érzem azt, hogy a mai alkalom eltért volna a tipikus bibliaórától, az átláthatóság szempontjából viszont koordináltabbnak éreztem. Sajnos szellemileg eléggé leterhelten és fáradtan talált engem ez a módszer, ami miatt nem tudtam úgy átszellemülni, ahogyan szerettem volna. Ezennel meg is ragadnám az alkalmat, hogy kiemeljem a biblioterápia hátrányát: szellemi frissesség hiányában képtelenség elérni a lényegét.” (Lea)<sup>61</sup>

---

<sup>60</sup> Hynes, Arleen McCarthy – Hynes-Berry, Mary: *i. m.*

<sup>61</sup> Itt Lea azt is megfogalmazta, hogy a biblioterápia, mint minden csoporttevékenység, fokozott figyelmet és jelenlétet igényel. Ennek hiányában a módszer mindenképpen veszít hatékonyságából.

„Nem teljesen világos számomra, hogy mitől biblioterápiás jellegű egy biblióra, illetve hogy miben is különbözik egy átlagos bibliórától. Számomra nagyon hasonló volt egy átlagos bibliórához, és talán abban látom leginkább az eltérést, hogy kérdések által kaptunk vezetést.” (Sára)

„Véleményem szerint a biblióra eléggé érzelmközpontú ezzel a módszerrel. Nem tért el sokban a megszokottól. Inkább pozitívan éltem meg. A kérdések megválaszolása több időt igényelt volna részemről.” (Lenke)<sup>62</sup>

Az egyik résztvevő esetében azonban a módszer éppen az ellenkező reakciót váltotta ki, mint amit vártunk volna. A Samu álnévű résztvevő, aki a biblióra alkalmával csak a körkérdésekben szólalt meg, reflexiójában ki is fejtja ennek okát. Úgy érezte, hogy véleménye, amelyet az alkalom során szabadon fogalmazhatott meg, annyira eltér a többiekétől, hogy inkább nem osztotta meg azt velünk, és emiatt nem vett részt aktívan a bibliórán. Azonban anélkül, hogy bármely kísérletet tennék az ő lelki profiljának feltárására egy egyszerű szöveges visszajelzés alapján, beszámolója azt tükrözi, hogy igazából a *szöveg* hatott rá más módon, és olyan gondolatok fogalmazódtak meg benne, amelyeket személyes okokból nem kívánt megosztani. Ez nem föltétlenül jelent rosszat, amennyiben a más nézőpont szerinti gondolkodás és az általa említett „vegyes érzések” olyan folyamatot indítanak el benne, amely végül válaszokhoz vezet.

Az egyalkalmas biblióra hatékonyságának mérésére eszközként áll a kezünkben Hynes–Berry fentebb bemutatott modellje, amely a belső érzelmi folyamatokat vizsgálja négy elemmel. Reprezentatív itt Vanda válasza, aki részletesen leírta, hogy miként hatott rá ez a biblióra, és anélkül, hogy erre kérdésekkel rávezettem volna, arról számol be, hogy tulajdonképpen mindegyik lépést érzekelte az alkalom során. A négy érzelmi folyamat a következőképpen rajzolódik ki válaszában:

#### 1. Ráismerés:

„Próbáltam mindent és mindenkit kizárni, egyedül a szövegre figyelni és engedni, hogy hasson rám. Érzékelhető volt már első ránézésre, hogy tartalmilag nagyon gazdag a szöveg, ezért felolvasásakor igyekeztem azokat a mondatokat aláhúzni, amelyek mélyen megérintettek. *Voltak olyan gondolatok, amelyek nagyon sokat adtak,*

---

<sup>62</sup> Ezzel szemben voltak olyanok is, akik éppen az alkalom másságát ragadták meg:

„Számomra teljesen új élmény volt. Nagyon tetszett a biblióra, igaz, teljesen más volt, mint egy megszokott biblióra.” (Géza)

„Számomra abban különbözött a megszokott bibliórától, hogy míg azoknak általában konkrét témája és címe van, ami köré igéket keresünk, vagy amit igék alapján tárgyalunk, vagy pedig kiválasztunk egy igét, megpróbáljuk magyarázni, és igyekszünk levonni magunknak valamilyen következtetést, addig a mai alkalmon nem a tudás, hanem elsősorban az érzelm szintjén közelítettük meg az igét, és ez nagyon érdekes volt. Ugyanis személy szerint én úgy érzem, hogy jobban megmaradt az ige, és jobban megszólított, mint máskor, amikor előbb értelemmel közelíttem meg azt.” (Attila)

*amelyek megszólítottak*, és olyanok is, amelyekhez nem tudtam kapcsolódni, mert teljesen semlegesek maradtak a számomra.”<sup>63</sup>

## 2. Vizsgálat:

„Az első két igevers segített felismerni, hogy milyen is a lelkiállapotom, a harmadik gondolatban pedig, amit kiemeltem, *ennek az okát is megtaláltam*.”<sup>64</sup>

## 3. Szembeállítás:

„Az *én helyzetem kicsit más*, mint a zsoltáríróé. Én tudom, hogy az Úr hűséges. Számomra most nem az az aktuálisan jelentős, hogy Isten bizonyítsa be számomra, hogy hűséges hozzám, hanem éppen a fordítottja. [...] Tehát az igevers annak ellenére is megszólított, hogy nem teljesen tudtam azonosulni vele, *és talán éppen a köztetem és a zsoltáríró közti különbség volt az, ami arra sarkallt, hogy gondolkozzak el jobban ezen a részen*. [...] Annak ellenére, hogy az elején igyekeztem mindenkit és mindent kizárni, rá kellett jönnöm, hogy nagy jelentősége van annak is, hogy ezt a zsoltárt közösségben dolgoztuk fel. Mert volt egy mondat, amire a zsoltár olvasása közben nem figyeltem fel, ami teljesen elkerülte a figyelmemet: „Taníts akaratom teljesítésére”. Viszont amikor egy másik személy megemlítette, hogy számára ez milyen sokat jelent, *elgondolkoztam azon, hogy én erre miért nem figyeltem, és miért nem vettem még észre azt a gondolatot*.”<sup>65</sup>

## 4. Alkalmazás önmagamra:

„Azt érzem: most annak van az ideje, hogy én bizonyítsak. Bizonyítsam azt, hogy hozzá akarok tartozni, hogy keresem őt minden reggel, ne pedig arra várjak, hogy ő csak úgy bizonygasson nekem dolgokat. *Most az enyém a következő lépés*.”<sup>66</sup>

<sup>63</sup> Ld. még: „Úgy érzem, hogy tudtam kapcsolódni a szöveghez. Több olyan mondatot is tartalmazott az igeszakasz, amely engem is foglalkoztat, vagy amellyel bizonyos mértékben azonosulni tudok.” (Emma)

„A szöveghez talán azért is tudtam kapcsolódni, mert voltak az életemben olyan helyzetek, amiket a zsoltáríró szerintem átélt, átérezhetett [...]” (Kolos)

<sup>64</sup> Ld. még: „Az elején felmerült kérdésekre megtaláltam a választ, pontosabban talán a válaszok találtak meg engem.” (Janka)

„Ahogy fokozatosan haladtunk a kérdésekkel és a beszélgetéssel, úgy nyílt ki egyre jobban és mélyebben az ige értelme, és úgy érzem, hogy olyan dolgokat fejtettünk meg közösen, amelyek megmaradnak ezután az emlékezetemben a zsoltár kapcsán. Tehát az információk nem csak úgy elsiklottak.” (Csongor)

<sup>65</sup> Ld. még: „Mindenkinek vannak mélypontjai az életben. Nekem is voltak, ezért meg tudom érteni a zsoltárost, de akármennyire is akarnám, nem tudok azonosulni vele, mert én nem tudnék úgy segítségért kiáltani Istenhez, hogy közben másnak rosszat kívánjak (ellenségeim vesztét, ahogyan a zsoltárban olvastuk), és mindeközben Isten szolgájának nevezem magam.” (Samu)

<sup>66</sup> Ld. még: „Az aktuális élethelyzetemre vonatkoztatva erőt, bátorítást, megnyugvást és biztonságot sugalló gondolatokra leltem.” (Janka)

A válaszok alapján megállapíthatjuk, hogy a biblioterápiás bibliaóra főként pozitív visszhangot váltott ki a résztvevőkben, és amennyire a személyes reflexiók alapján mérhető, hatékonynak bizonyult.

### 5.2.2. *A zsoltár személyes hatása és az exegetikai megjegyzések összevetése*

A szöveg felolvasása után az első kérésem arra irányult, hogy a résztvevők fogalmazzák meg, *mit üzen számukra a szöveg a vele való első találkozás után.*<sup>67</sup> Nagyon sokan az igéből kiragadott fogalmakkal válaszoltak, amely azt mutatja, hogy az ige üzenetét a szövegben találták meg, és nem a saját értelmezésüknek adtak hangot, hanem csupán újrafogalmazták az ige szavait.<sup>68</sup>

Sokan ragadták meg az ige valódi üzenetének mélységét, a könyörgés jellegét, amely Isten szabadítására irányul.<sup>69</sup> Attila volt az első, aki észrevette a zsoltár bűnbánati jellegét, és kiemelte ezt válaszában, illetve Emma válaszolt bővebben a kérdésre, azonban észrevételei alapján a szövegből egy szoros Isten–ember kapcsolat meglétét olvasta ki, és az ő értelmezésében háttérbe szorult az imádkozó én Istentől elszakított volta. Emma később a biblioterápiás beszélgetés során is a zsoltár személyes jellegét hangsúlyozta, és a szöveg üzenetétől eltérően erőteljesen szubjektív értelmezést részesített előnyben.<sup>70</sup> Ezek az eltérések azonban nem állnak szöges ellentétben a szöveg üzenetével, csupán egy személyes-belső perspektívát nyújtanak annak, aki így értelmezte a szöveget, és annak is, aki hallotta ezeket a hozzászólásokat a beszélgetés során.

Amikor az alkalom végén rákérdeztem arra, hogy változtatott-e valamit a szövegről alkotott véleményükön az exegetikai bevezető, a válaszok arra mutattak, hogy nem. Elhangzott, hogy a szöveg „felvillanyozó volt” (Géza), és hogy „ki-

<sup>67</sup> A kérdést így fogalmaztam meg: „Hallottátok és olvastátok a szöveget. Hogyha meg kellene fogalmaznátok a szöveg üzenetét egyetlen egy mondatban, hogyan hangzana az a mondat?”

<sup>68</sup> Például: „Nekem három felszólítás jut eszembe: hallgass meg, ments meg, és taníts.” (Csilla)  
„Nekem is három szó jutott eszembe [...]: érted, Uram, veled, és hozzád.” (Attila)

<sup>69</sup> Például „Számomra [ez az üzenet egy mondatban]: mintha nem értené meg senki a problémáját, amit elmond, hanem egyedül csak Isten. Többször is előfordul: »Kérlek, Uram, hallgass meg!«.” (Kolos)

„Isten jelenlétében levő, benne bízó, és arra [ti. jelenlétére] vágyó ember könyörgése.” (Janka)  
„Nekem epekedés, sóvárgás az Isten jelenlétére. Valami ilyesmi.” (Sára)

<sup>70</sup> Ld. például: „Nekem több dolog is megragadta a figyelmemet, de a „Visszaemlékezem a régi napokra” mondatnál éreztem a kapcsolatot, mert én sajnos sokszor szeretek visszagondolni azokra a pillanatokra, amikor nagyon közel éreztem magam Istenhez, s amikor tényleg éreztem a jelenlétét. Nagyon szeretek ezekre az alkalmakra visszagondolni, amikor úgy érzem, hogy talán eltávolodtam tőle, vagy valamiért nem fordítottam rá kellő időt [...]” (Emma) Azzal szemben, hogy az igében itt Isten egyetemes szabadító hatalmáról van szó, Emma nagyon személyes álláspontra helyezkedett.

bomlott” (Csongor), illetve volt, aki össze tudta kapcsolni a különböző álláspontokat.<sup>71</sup>

A reflexiókból az derült ki, hogy az exegetikai megjegyzések hasonló hatást váltottak ki azokból is, akik ezt nem fogalmazták meg a beszélgetés során.<sup>72</sup> Samu, aki korábban ellenérzésekkel tekintett a szövegre, végül a következőt fogalmazta meg:

„Az exegetikai felvilágosítás által élesebben kirajzolódott az addigi homályos kép a zsoltárról, de nem váltott ki más érzelmet, és nem változtatta meg a zsoltárhoz való hozzáállásomat.”

Volt olyan személy is, aki úgy érezte, hogy az exegetikai magyarázat elvett valamennyit a biblióra személyességéből, ugyanis a magyarázatban a szubjektív jelleg teljesen háttérbe szorult, és tárgyyszerű módon hangzott el.<sup>73</sup> Az alkalom személyessége és az ige üzenetének személyes megfogalmazása mindenképp pozitív hozadéka a módszernek, azonban amennyiben ez nem egészül ki tárgyi tudással, úgy könnyen történhetnek félreértések az igével kapcsolatban. Ezért tartom szükségesnek az exegetikai megjegyzések ismertetését, ugyanis ha a résztvevők nyitottak az ígéről való beszélgetésre, és bátran megfogalmazzák kérdéseiket, az exegetikai megjegyzések által tudjuk kiküszöbölni az esetleges félreértéseket az ige üzenetével kapcsolatban.

Érdekes, hogy a személyes üzenet megfogalmazásakor senki nem emelte ki az *ellenség* tematikáját mint megragadó és számára jelentős igei üzenetet, noha a zsol-

<sup>71</sup> „Számomra is kiegészítés volt, amit mondtál, pláne azzal a »Visszaemlékezem a régi napokra« és a »az Úr keze alkotásai« sorral kapcsolatban, és arra gondoltam, hogy ez bizonyára a kivonulásra utal, meg arra, hogy végig ott volt Izráel népével, s így csodálatos módon működik a mi életünkben is [...]. (Attila)

<sup>72</sup> „Az exegetikai magyarázat után bele tudtam látni sokkal mélyebben a szövegbe, jobban tudtam azonosulni a szerzővel, és rácsodálkoztam arra, hogy mennyire sok minden előjön egy ilyen zsoltárban.” (Kolos)

<sup>73</sup> „[...] talán az a tény, amire egyébként ritkán gondolok vagy gondolunk bele, hogy a zsol-tárok Izráel történetét mesélik el, egy kicsit elvesz a zsoltár személyességéből, »intimitásából«, legalábbis számomra. Tehát műalkotás ízet ad, semmint egy feltörő, izzó imádságérzet.” (Csongor)

„A szöveghez fűzött kommentár a végén hasznos volt, ámde nem igazán tudtam a biblióra menetéhez, hangulatához társítani. Ha a tanítás hozzátartozik a módszerhez, akkor az inkább az elején legyen, az érzelmi rész előtt. Utána az emberek túlságosan elmerülnek saját lelki világukban, és ezért nem érzékelik meg a kommentár üzenete megfelelő módon; vagy az is lehet, hogy sehogy sem.” (Lenke) Lenke észrevétele jogos, azonban ezen a bibliórán a magyarázat tudatosan került az alkalom végére, éppen abból a megfontolásból, hogy mérni lehessen az „előtte-utána” hatást.

tárexegézis alapján ez kulcsfontosságú volna. Feltételezhető, hogy a résztvevők *idegennek érezték maguktól ezt a gondolatot*, és ezért nem emelték ki azt.<sup>74</sup> Noha az exegetikai megjegyzések rendjén külön kitértem erre a kérdésre, az íge ismertetése után sem említette senki, hogy ez újszerű gondolat lett volna számára. Ezért feltételezhetjük azt is, hogy ez egy *természetes* igei üzenet volt a résztvevők számára, viszont *nem személyes*.

## 6. Az expresszív biblioterápia. Kitekintés az írásterápiás gyakorlat eredményeire

Dolgozatom témájából adódóan elsősorban a biblioterápia receptív elemét kutattam, azonban mivel a biblioterápiás folyamatnak építő elemei lehetnek az expresszív biblioterápiás gyakorlatok, én is beépítettem egy gyakorlatot az általam facilitált alkalomba. A résztvevők azt a feladatot kapták, hogy fogalmazzák meg *saját zsoltságukat*. Ezeket az alkalom végén olvastuk fel imádságként, anélkül, hogy kiértékeljük volna őket, vagy reflektáltunk volna rájuk.<sup>75</sup>

Az expresszív biblioterápiás gyakorlat a vártnál pozitívabb eredményeket hozott, ugyanis az elhangzott imádságok nagyon személyes és mély érzéseket foglaltak meg.

Facilitátorként úgy érzékelttem: a csoport ezen a ponton ért meg arra, hogy mássokkal is megossza legszemélyesebb gondolatait. A zsoltságírással kapcsolatban pedig kivétel nélkül pozitív visszajelzések érkeztek.<sup>76</sup>

---

<sup>74</sup> Egyedül Janka említette a „Mert ellenség üldöz engem, földre tiporja életemet, sötétségbe taszít, mint a régen meghaltakat” verset, mint ahol ő személyesen érezte a zsoltság legmélyebb pontját.

<sup>75</sup> Hynes, Arleen McCarthy – Hynes-Berry, Mary: *i. m.*

<sup>76</sup> Ld. például: „Számomra nagyon felemelő érzés volt, hogy megírhattam a saját zsoltságomat, mert ebbe belefoglalhattam mindazt, amit most éppen érzek, és azt a helyzetet, amelyben éppen most vagyok. Mások zsoltságai által pedig beleláthattam abba, amibe ők éppen most vannak.” (Kolos)

„A biblioterápia lezárásaként alkalmazott feladat, amelynek az volt a lényege, hogy röviden megfogalmazzuk saját »zsoltságunkat«, keretes szerkezetet nyújtott a bibliaórának. Megfogalmazhattunk hálánkat Istennek, és szavakba önthettük azokat az érzéseket és gondolatokat, amelyek foglalkoztatnak bennünket a mindennapok forgatagában. A saját zsoltság megírása által megtörtént a terápia lezárása és a visszacsatolás a hétköznapi életbe.” (Janka)

„[...] személyes zsoltságainkkal imádkozni pedig kicsit olyan volt, mint paradigmát váltani abban a bizodalomban, hogy kéréseink meghallgattatnak az empátia gyakorlásának vonzásában.” (Lea)

## Következtetések és összegzés

Az irodalomterápia műfaját és módszereit nem egyszerű meghatározni, mivel a már meglévő meghatározások hálója rendkívül szerteágazó. Azonban a meglévő modellek vizsgálatával és szintetizálásával egy olyan módszert sikerült felvázolni, amely alkalmas lehet a gyülekezeti pasztoráció gyakorlatába való átültetésre. A módszer alkalmazható az egyéni lelkigondozásban, de hasznosítható a gyülekezeteink különböző csoportjaiban zajló bibliatanulmányozás és -tanítás alkalmain is. A biblioterápiás foglalkozások nem igényelnek új keretrendszert, hanem mint a bibliai szöveggel való foglalkozás új módszerét könnyen át lehet ültetni a már meglévő csoportok alkalmába. Olyan újszerű megközelítésmód, amely jobbíthat a már meglévő és működő csoporttevékenységek hatékonyságán. Ezt a folyamatot „módszertranszplantációnak” is nevezhetjük.

A módszer gyülekezeti alkalmazása több kérdést is felvet azzal kapcsolatban, hogy gyülekezeteinkben miként valósulhat meg a facilitátor–szöveg–kliens triadikus viszonyrendszere. Válaszként a kérdésekre a következőket állapíthatjuk meg:

1. a lelkipásztor képzésének és hivatásának alapján alkalmas a facilitatori szerepre;
2. a gyülekezeti tagok alkalmassága nem kérdés a módszer inkluzív jellegéből adódóan;
3. a bibliai szövegek, jelen kutatás alapján az ószövetségi zsoltárszövegek eszközként szolgálhatnak a biblioterápiás tevékenységekben, amennyiben megfelelő módon előkészítjük őket erre az alkalomra; az előkészítés legmegfelelőbb módja a szöveg retorikakritikai vizsgálata.

Az elvi kérdések megválaszolása után a kísérleti rész is azt igazolta, hogy a módszer átültetése nemcsak elviekben valósítható meg. A 143. zsoltár szövegének biblioterápiás feldolgozása főként pozitív reakciót váltott ki a biblioterápiás bibliaóra résztvevőiből. A bibliaórán elhangzottak és a személyes reflexiók vizsgálata után az alábbi következtetéseket fogalmazhatjuk meg a módszerrel kapcsolatban:

1. A biblioterápia *módszere több szempontból hasonlóságot mutat a hagyományos bibliaórák keretén belül gyakorolt módszerekkel*, azonban a biblioterápiás alkalom koordináltabbnak és interaktívabbnak bizonyult. Ez az észrevétel nagymértékben megkönnyítheti a módszer gyülekezeti gyakorlatba való átültetését.



2. Az alkalom *személyesebb és meghittebb* volt más bibliaórási alkalmakhoz képest ugyanazon csoport alkalmai közül.
3. A biblioterápia pozitív hatása már egy alkalom után is mérhető volt, mivel a személyes reflexiókból kitűnt, hogy *lezajlottak azok a terápiás hatású belső folyamatok*, amelyek a módszer hatékonyságát igazolják.
4. *A bibliai szöveg üzenetének tekintetében nem volt jelentős eltérés* a szöveg első olvasása után, majd pedig a szakirodalom feldolgozását követően megfogalmazott üzenet között.
5. *Az exegetikai megjegyzések nem módosították a résztvevők szövegről alkotott véleményét*, csupán kiegészítették azt. A személyes észrevételek új perspektíva-ként állnak az exegetikai eredmények mellett, és nem vesznek el azok értékéből.
6. A biblioterápiás alkalom *expresszív eleme pozitív fogadtatásban részesült* a résztvevők részéről, és *a feladat során megírt szövegek nagyfokú személyességről* tanúskodnak.

A kutatás és a kísérlet eredményei azt igazolják, hogy bármennyire idegen tölünk, vagy bármennyire megfoghatatlan számunkra a biblioterápia, gyülekezeteink sokat nyerhetnek abból, ha a módszert megkíséreljük átültetni a gyülekezeti pasztoráció gyakorlatába. Hogy mitől több, vagy mitől jobb, nem szeretném saját szavaimmal megindokolni, hanem álljon itt is előttünk a bibliaórási alkalom egyik résztvevőjének reflexiója (lásd a 64. lábjegyzetet):

„Számomra abban különbözött [az alkalom] a megszokott bibliaóráktól, hogy míg azoknak általában konkrét témája és címe van, ami köré igéket keresünk, vagy amit igék alapján tárgyalunk, vagy pedig kiválasztunk egy igét, megpróbáljuk magyarázni, és igyekszünk levonni magunknak valamilyen következtetést, addig a mai alkalmon nem a tudás, hanem elsősorban az érzelem szintjén közelítettük meg az igét, és ez nagyon érdekes volt. Ugyanis személy szerint én úgy érzem, hogy jobban megmaradt az ige, és jobban megszólított, mint máskor, amikor előbb értelemmel közelítem meg azt.” (Attila)

A kutatásnak több továbbviteli lehetősége is van:

- Hogyan alkalmazható ez a módszer narratív szövegek esetében? Esetleg az újszövetségi szövegekkel való foglalkozáskor?
- Hogyan hat ez a módszer a személyes lelkigondozói beszélgetések alkalmával?

– Milyen a módszer hatása és hatékonysága egy több alkalmat felölelő gyülekezeti biblioterápiás folyamat során?

Ezek a kérdések még tudományos válaszra várnak, azonban a fentiek fényében úgy gondolom, hogy érdemes folytatni a válaszkeresést.

## A II. részhez használt irodalom

- Allen, Leslie C.: *Psalms 101–150*. Word Biblical Commentary. Word Books, Waco 1983.
- Alter, Robert: *A Biblia versművészete*. Ford. Máthé-Farkas Zoltán. Exit Kiadó, Kolozsvár 2013.
- Doll, Beth – Doll, Carol: *Fiatalok biblioterápiája. Könyvtárosok és mentálhigiénés szakemberek együttműködése*. A magyar szöveget gondozta Magyar Krisztina. Könyvtári Intézet, Budapest 2011.
- Gerstenberger, Erhard S.: *Psalms (Part 2) and Lamentations*. The Forms of the Old Testament Literature, Vol. XV. William B. Eerdmans, Michigan 2001.
- Hossfeld, Frank-Lothar – Zenger, Erich: *Psalmen. 101–150*. Herders Theologischer Kommentar zum Alten Testament. Herder, Freiburg 2008.
- Hynes, Arleen McCarthy – Hynes-Berry, Mary: *Bibliotherapy. The Interactive Process – A Handbook*. Taylor and Francis, New York 2019. Oldalszámok nélküli e-könyv formátumban érhető el: <https://www.perlego.com/book/1503249/bibliotherapy-the-interactive-process-a-handbook-pdf> (2023. ápr. 28.).
- Kraus, Hans Joachim: *Psalms 60–150. A Commentary*. Augsburg Fortress, Augsburg 1989.
- Rózsa Huba: *Bevezetés az Ószövetség könyveibe*. Szent István Társulat, Budapest 2016.
- Shuterland, Annie: Performing the Penitential Psalms in the Middle Ages. In: Gragnoli, Manuele – Suerbaum, Almut (eds.): *Aspects of the Performative in Medieval Culture*. De Gruyter, New York 2010, 15–28.
- Spieckerman, Hermann: *Psalmen. Band 1: Psalm 1–49*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2023.
- Szabó András – Püski Dániel: Fiatalfelnőttek a gyülekezetben. In: Siba Balázs – Szabóné László Lilla – Pángyánszky Ágnes (szerk.): *Együtt a hit útján*. Kálvin, Budapest 2019, 273–288.
- Wuellner, Wilhelm: Where Is Rhetorical Criticism Taking Us? In: *Catholic Biblical Quarterly* 49 (1987), 448–463.
- Westermann, Claus: *Lob und Klage in den Psalmen*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 1983.

\* \* \*

This is a follow-up to my study published in the previous issue of this journal. The concise concept of bibliotherapy encapsulates its fundamental principles: healing through literature. The method's positive outcomes have spurred a resurgence in research, training and practical

application in recent decades. In Hungary, this approach has yielded fruitful results, diversifying traditional psychological sessions and other forms of individual and group support, making it more accessible to those who may have hesitated to seek help otherwise. I envision a similar surge in the practice of congregational pastoral care if we establish a fresh framework for individual and group discussions through this method. This paper delves into the potential avenues for achieving this goal.

*Keywords:* bibliotherapy, pastoral care, rhetorical criticism.