

Fiatalok és spiritualitás

■ HEGEDŰS ATTILA

Evangelikus Hittudományi Egyetem
lelkész, doktorandusz
E-mail: attila.hegedus@lutheran.hu



DOI: 10.61894/LP.2025.100.11.2

- Jelen írás arra a kérdésre keresi a választ, mi az oka annak, hogy egyre nehezebb a fiatalokat a vallási közösségbe integrálni, mire lenne szükségük, és milyen eszközeink lehetnek, hogy ez a találkozás megszülethessen.

Elsőként nemzetközi kitekintésben nézzük át a vallásosság és a spiritualitás szerepének változásait. Az intézményes vallástól és az egyházi keretektől való eltávolodás néhány kivételtől eltekintve szinte mindenütt jelentkezik – a kivételek között az iszlám többségű országok, valamint Izrael és Dél-Amerika áll. Nem sajátosan magyar helyzettel állunk tehát szemben.

Ugyanakkor nem vált valóra a jóslat, hogy a társadalom „vallástalan” lesz: a lelkiségre, a spiritualításra ma is igény van, de ez kezd elszakadni az intézményesült vallástól. Bemutatjuk a vallás és a spiritualitás kapcsolatának négy fokozatát. Ezek mentén az ifjúsággal foglalkozó vallási és világi közösségeknek is fel kell tenniük a kérdést, hogy vállalják-e, hogy a spiritualitás munkájuk részévé váljon, vagy igyekeznek valamilyen okból elkerülni azt.

Írásunk utolsó szakaszában megvizsgáljuk a kérdést, hogy melyek a spiritualitás fiatalok számára igazán releváns területei. Végül felvázolunk néhány elvi szabályt és gyakorlati módszert azoknak, akiknek az a hivatása, hogy a fiatalok spiritualitását erősítsék.

Kulcsszavak: spiritualitás / vallásosság / szinkretizmus / fiatalság / tapasztalat / hagyomány

Bevezetés

Szívem mélyén őrzöm egy kamaszkoromban, 1987-ben vagy 1988-ban kapott levél emlékét. A levélben hivatalosan értesítettek, hogy „helyhiány miatt sajnos nem tudunk fogadni a gyenesdiási ifjúsági konferencián”. A levél alján pedig ceruzával a megjegyzés: egy hálóztsákkal gyere!

Hát így történt, hogy egy négyágyas szobában aludtunk heten, és elfértünk. Pár év múlva a teológián hatalmas évfolyamok, zsiszegett az egyetem (akkor még akadémia) új épülete.

Hatalmas veszély, hogy mi, ötven körüli lelkészek a saját nosztalgiánkból babérkoszorút fonjunk, és sajnálkozunk azon, hogy ma jóval kevesebb a teológushallgató, és a Kapernaum sem működik. Véleményem szerint az az időszak, a rendszerváltás előtti-utáni évek a társadalmi mozgások miatt mozgatták meg a fiatalokat az egyházban is – a Mevisz születése, Bárka-táborok, a KIE fellendülése, egyházmegyei csendesnapok és táborok –, épp úgy, mint ahogy nem véletlen, hogy a háború utáni válságos időszak hozta el a negyvenes-ötvenes évek ébredési mozgalmait is. Fölösleges ilyen különleges időszakokhoz hasonlítani a mostani életünket. Talán ez a felismerés segít a bennünk szűkülő érzést megszüntetni: mit rontottam el?

Márpedig ez az érzés sokakban benne lehet: miért nem tudjuk úgy megszólítani a fiatalokat, mint bennünket annak idején azok a fiatal lelkészek, akik épp mostanában mennek nyugdíjba? De én nem

hiszek ennek az önvádnak. Jó lenne önostorozás helyett higgadtan végiggondolni: milyen helyzetben vagyunk, és mit tudunk tenni?

Ennek a tanulmánynak a célja átgondolni, hogy mit is jelent a spiritualitás, és különösen is mit jelent a fiatalság számára: mire is van egyáltalán szükségük, mit várnak a fiatalok, és mi az, amiről nem is sejtik, hogy várhatnák tőlünk? Ha körbenézünk a világban, és megvizsgáljuk, a különböző országokban milyen a fiatalok spiritualitásának a helyzete, azt fogjuk látni, hogy egy-két kivételt leszámítva hasonló folyamatok játszódnak le a világ legtöbb pontján. Ez talán segít nekünk abban, hogy feloldódjanak a görcseink, és ne lépjenek életbe önvádoló mechanizmusaink: nem arról van szó, hogy mi rontottunk el valamit, hanem arról, hogy egy globális átalakulás közepén kell helytállnunk.

Végül ne feledjük el, hogy ettől még adott számunkra a feladat: az a felelősségünk, hogy megérintsük azokat a fiatalokat, akik ebben a világban szocializálódtak. Ehhez szeretnék pár gondolatot, ötletet keresni a tanulmány utolsó szakaszában.

Nemzetközi kitekintés

Anton A. BUCHER (2008) tanulmányában nemzetközi kitekintésben vizsgálja, hogy a fiatal felnőttek között milyen arányban állnak azok, akik vallásukat relevánsnak tartják mindennapi életükben: hisznek-e Istenben, a túlvilágban, rendszeresen imádkoznak-e, a vallási előírások szerint élnek-e az életüket, tapasztalatuk szerint Isten beavatkozik-e az életükbe, stb. (Persze ezek a kérdésfeltevések nem mindig egyértelműek: az *isteni beavatkozás* egy buddhista háttérű számára nehezen értelmezhető, a *túlvilág* fogalma pedig irreleváns a reinkarnációban hívőknek.) Tanulmányában nem különbözteti meg a vallásosságot és a spiritualitást. Tapasztalata szerint a skála egyik végén a hagyományosan iszlám országok – Nigéria, Marokkó – állnak, illetve ahol a katolikusság ma is nagyon erőteljesen hat az emberekre – például Dél-Amerika. A legszekularizáltabb országok – ahol a fiatalok a legkevesebbet gondolnak Istenre, döntéseikben nem releváns szempont a hit – a felmérése szerint Oroszország, Franciaország és Ausztria.¹ Bucher szerint az iparosodott országokban van kisebb szerepe a hitnek, és általános tendencia a hit szerepének csökkenése. Érdekes kivétel Izrael, ahol a fiatalabbak nagyobb százalékban vallják magukat hívőnek, mint az idősebb generáció.²

Érdekes pontja a felmérésnek, ahol arra kérdez rá, hogy az Istennel való kapcsolat mennyire jár együtt az örömmel: „A marokkói fiatalok »nagyon gyakran vagy gyakran« tapasztalnak örömet Isten vagy valami isteni iránt: 88 százalékuk, őket követi Brazília és Indonézia (85%), India (84%), Guatemala (83%), Nigéria (80%) és Törökország (74%) – vagyis a fejlődő és az iszlám által befolyásolt országok. A nyugati iparosodott országokban a fiatal felnőttek körében az isten iránti öröm mértéke jelentősen változik: magas Olaszországban (70%) és az Egyesült Államokban (59%), a legalacsonyabb Ausztriában (16%), Oroszországban (21%), Spanyolországban (23%) és Franciaországban (25%).” (BUCHER 2008, 10. o.) De a legérdekesebb, hogy míg a vallásosabb országokban (Marokkó, Guatemala

¹ Sejtésem szerint Oroszországban a szekularizálódás magas arányának csak egyik oka lehet a sok évtizednyi állami vallásellenesség, belejátszhat az is, hogy az ortodoxia gyakran vállalja a politika kísértőhajója szerepet, és nem tudja a spirituális útmutató szerepét ellátni, Franciaországban pedig komoly hagyománya van a szekularizációnak.

² Ennek az oka valószínűleg az, hogy az idősebbekben sokkal inkább ott van még a holokauszt megoldhatatlan görcsének emléke. (Magyarországon is tapasztalható a zsidóság körében, hogy a vészkorszakot túlélő korosztályban benne volt a felejtés és az identitásvesztés vágya, és a mostani fiatalok kezdik újra felfedezni kulturális és vallási örökségüket.)

stb.) nincs szignifikáns különbség az idősök és a fiatalok „Isten-öröme” között, addig a kevésbé vallásos országokban (pl. Ausztria, Svájc) az idősök jóval nagyobb örömet éreznek, ha Isten-kapcsolatukra gondolnak, mint a fiatalok. Ez egy hatalmas felkiáltójel: mit veszítettünk el, ami miatt az európai fiatalok kevésbé érzik Isten jelenlétét örömmel? Hiszen az idősebb korosztály átéli ennek örömét. Az biztosan nem jó válasz, hogy a hit, a spiritualitás inkább idősebb korban segíti az életet, mert ha így lenne, akkor mivel magyarázzuk, hogy például Dél-Amerikában nem tapasztalható ez a törés a korosztályok istenélménye között? A kérdésre nincs kész válaszom.

Különösen érdekes eredmény viszont, hogy fordított irányú kérdés esetén, ahol az Istentől való félelemről volt szó, ugyanazokban az országokban volt magasabb az Istennel kapcsolatos félelmet megelőző aránya, mint ahol többen éltek át vele kapcsolatos örömet. Pontosítanunk kell hát: nem az Isten miatt érzett öröm, hanem az Isten iránt érzett érzések erősebbek – függetlenül az érzés irányultságától. Tehát nem arról van szó, hogy egyes országokban jobban félnek az istenitől, másokban jobban örülnek neki, hanem arról, hogy az Isten-kérdés jobban megmozgatja bizonyos nemzetekhez tartozók lelkét – mindkét irányban.

A spiritualitás fogalma

A múlt század közepéig nem nagyon volt használatos a spiritualitás kifejezés. A hagyományos társadalomban, amelyben a vallás alapvető szerepet játszott a mindennapokban, a vallás fogalma lefedett mindent, amit ma spiritualitásnak értünk. Igazából a vallás által meghatározott szemléletmódot értették alatta, inkább a kegyesség, jámborság kifejezéseket használva. Hangsúlyt mindig akkor kapott, amikor az egyházban valami életidegen kezdett el dominálni: a középkorban a politikai hatalom és a merev skolasztika, a protestáns ortodoxia idején a túl aprólékos dogmatizmus vagy a liberális teológia racionalizmusa.

Tomáš Halík egyenesen úgy fogalmaz, hogy a spiritualitás „hosszú időn át olyan robbanóanyag-nak számított, amelyet csupán kipróbált specialistákra lehet rábízni, és túl erős borként csak azoknak szánták, akik (szinte kizárólag a kolostorokban) a »nagyobb tökéletességre« törekvésnek szentelték magukat. Az ő dolguk volt meghatározni, hány csepp vagy milyen hígítású bort lehet megadni a többi kereszténynek, akiknek inkább az erkölcsi rendelkezésekből és a szertartásokon való passzív részvételből kellett táplálkozniuk. A spiritualitásnak csak kevés formáját kínálták föl a széles néprétegeknek, azok viszont hamar népszerűekké is váltak.” (HALÍK 2014, 3. o.) Vagyis a spiritualitás a vallásos élet egy szelete a többi mellett – egyházi rend, erkölcs, liturgia, szokások stb. Az egyszerű hívek épp olyan természetesen voltak a részei az egyház szervezetének, liturgiájának és szokásrendjének, mint lelkiségének. A spiritualitás az egyház elidegeníthetetlen része volt. A történelem során sok olyan spirituális mozgalom volt, amely az egyházon *belül* kereste a helyét: a szerzetesség – köztük különösen is a ferencesek, illetve a kontemplatív rendek –, a devotio moderna, később a pietizmus, a 20. században pedig a karizmatikus mozgalmak.

A 20. században lett nyilvánvalóvá a törés: az emberek elkezdtek különválasztani a vallásosságot és a hitet, az első alatt a külső kényszer vagy megszokások által determinált viselkedést értik, amely nem biztos, hogy hordoz mély lelki tartalmat vagy meggyőződést, a spiritualitás pedig a személyes kérdésekre adott személyes, transzcendens jellegű válaszokat jelenti, amelyek függetlenek a közösségi, szervezett vallásoktól.

Dietrich BONHOEFFER még meg volt győződve arról, hogy vallástalan időszak jön. Börtönleveleinek egyik fő témája éppen az, hogy miként lehetünk Jézus követői úgy, hogy vállaljuk a vallástalan világot, ezt hívta ő felnőtt kereszténységnek (1999).

Azóta kiderült számunkra, hogy a vallásosság iránti igény megmaradt, csak az arányok fordultak meg. A vallás keretei oldódtak föl, és már nem a vallásosság, hanem a hit, a spiritualitás lett fontosabb, és ennek csak esetleges része (lehet) a hagyományos vallásosság.

A spiritualitás értelmezésének négy fajtáját különböztetem meg:

1. Hagományos: a vallásosság része a lelkiség, a spiritualitás, amelynek az egyház feladata keretet adni. A Kölni Katolikus Érsekség (2020) kiadványa véleményem szerint ezt az utat követi.

2. A spiritualitás fogalma szélesebb, ennek (esetleges, de nem szükségszerű) része a konkrét szervezett egyházhoz, valláshoz való kapcsolódás. Mivel a spiritualitás szétfeszíti a konkrét vallási kereteket, óhatatlanul megjelenik a szinkretizmus jelensége.

Sajátos szélsőség ilyen szempontból Martin BAIERL (2020) tanulmánykötetének eleje. A szerző bemutatkozásként – mondhatni referenciaanyagként – felsorolja végzettségeit és a különböző területeket, amelyeken otthonosan mozog: hipnoterápia, gyógyító érintés, reiki, energetikai pszichológia, sámánenergetikai gyógyászat... Mindeközben egy evangélikus közösségben találta meg a helyét. Mintha az „legitimálná” hozzáértését, hogy ennyi különböző irányt képvisel egyszerre.

3. A hit és a vallás szembeállítása, vagyis a szervezett egyházzal való szembenállás egyben egy saját hitrendszer felállítása, akár – mint az előző pontnál – szinkretista alapon, annyi különbséggel, hogy itt megjelennek az egyházzal szemben averziók.

4. A spiritualitás teljesen elveszíti transzcendens jellegét, egyfajta szimplán humanista „lelki wellnessé” válik. A spiritualitás nem más, mint a lelki egyensúly, a mentális stabilitás szinonimája.

Adalék a spiritualitás: vallás vagy wellness kérdésköréhez

A *Spirituality, Ethics and Social Work* című tanulmánykötet (GEHRIG et al. 2021) széles körű összefoglalás eredménye, amelynek a különböző országokban folyó szociális, segítő munka feltérképezése volt a célja a spiritualitás szempontjából. Az ifjúsággal foglalkozó segítőik és a spiritualitás kapcsolatával az írországi helyzettel foglalkozó tanulmány (MCMANUS 2021) foglalkozik alaposabban.

Írorszáiban – részben történelmi, nemzeti okokból is – hagyományosan nagyobb a katolicizmus szerepe, mint a legtöbb európai országban. Ugyanakkor a szekularizáció itt is erőteljesen jelen van, és megjelenik a szociális szférában is. A segítő foglalkozásúak igyekeznek a vallásos tartalmakat távol tartani munkájuktól, ami egy szekuláris államban teljesen érthető. Akkor is az, ha közben tudjuk, a fürdővízzel együtt a gyereket is kiöntik, a kliens személyiségi jogainak jogos védelme egyben azt is jelenti, hogy egyrészt nem foglalkoznak krízisének egy fontos szegmensével, másrészt a gyógyulás egyik lehetőségét is elveszik tőle – holott a szakirodalom szerint a spiritualitás egészségvédő faktor jellege erősebb, mint a vallásosság lelki teher jellege. (Ne feledjük, a vallásossághoz hozzátartozhatnak a vallás által okozott pszichés zavarok is, ezt kár lenne eltagadni.) Ezzel együtt érthető, hogy egy világi segítő nem érzi feladatának saját spiritualitásának bevonását a segítő munkába.

Ebből kiindulva sok ifjúsági szervezet, amely eredetileg egyházi keretek között működött, önállósult, és „civilé” vált – ilyen például a Clare Ifjúsági Szolgálat. Ugyanakkor az elszakadás nem teljes, a fenntartó testületben, a kuratóriumban még mindig van egy, a püspök által delegált személy.

De nagyon érdekes, hogy azokban az ifjúsági szervezetekben, amelyek megmaradtak egyházi kötelékben, szintén megkezdődött egyfajta szekularizációs folyamat, munkájukat az *etsi deus non daretur* elv alapján végzik. Nem tagadják, de nem is hangsúlyozzák Isten-kapcsolatukat, irrelevánssá lett a spiritualitás az egyéb szakmai (mentális, szociális stb.) szempontok mellett.

Ennek több oka van az általános szekularizáció mellett. Az egyik a nemzeti/politikai és a vallási identitás keveredése (ír katolikus – angol protestáns szembenállás). Egy másik ok a szektarianizmus, a hitbéli kizárólagosság, szűkkeblűség veszélye. A harmadik indok lehet az egyházi intézményekben történt abúzusok nyilvánossá válása, ami mindenre rávetítette az árnyékát, ami az egyházhoz kapcsolódott.

Számomra azért tanulságos a történet, mert felveti a kérdést: megteheti-e egy egyházi keretek között működő intézmény, hogy a szakmaiságra hivatkozva gyakorlatában ne tükröződjön a spiritualitás?

Ismerős lehet ez a jelenség hazánkban is: keresztény ifjúsági tábor szervezők éppen azért igyekeznek nem vallásosnak látszani, hogy az egyházzal szembeni előítéleteket elkerüljék – például áhítat helyett esti gyűlést tartanak. Ami marad, az egy egyszerű wellnesselmény, erkölcsiségre lecsupaszított önismeret.

Egyrészt értem a logikájukat, másrészt az a tapasztalatom, hogy a diákoknak nem rossz tapasztalata van az egyházzal, hanem *nincs tapasztalata!* Az idegenkedés nem feltétlenül jár együtt ellenségességgel – és a segítő felelőssége, hogy ezt a fehér lyukat, a hithez való viszonyt mivel tölti be. A félelemnek – „a gyerekek nem fognak jönni, ha megtudják, ez az alkalom egyházi!” – sokkal kisebb alapja van, mint hinnénk.

Ugyanakkor a személyes hitelességemet veszítem el, ha egy ilyen szerepben nem merem vállalni, hogy ez nekem fontos, és lehetőségként felkínálni a másoknak, hogy esetleg neki is fontos lehet. Nem egyházi intézményrendszerben érthetőbb a spiritualitástól való félelem, de definiáltan keresztényként félni a kereszténység láthatóvá tételétől engem Karinthy Frigyes szerény vegetáriánusára emlékeztet, aki nappal nyilvánosan húst eszik, és csak szerényen, titokban, négy fal között vegetáriánus.

A spiritualitás mint határelmény

Paul McQuillan hívta fel a figyelmemet TACEY-re (2003, idézi McQUILLAN 2004), aki a „vallási” vagy „spirituális” kifejezések helyett a *határelmény* szót használja az ausztrál fiatalok vallásosságát vizsgálva.

A határelmények olyan élmények, amelyek során egyrészt tudatossá válik az élet, másrészt képesek felébreszteni az emberben az emberiség ősi kérdéseit a létről, az emberi sorsról és a szenvedésről. A spiritualitás nem más, mint az élet csodájára való ráeszmélés, amikor egyesek észreveszik az élet eseményeinek mintázatát. Ez tapasztalati alapú, és mint benső tapasztalatot nagyon nehéz megmagyarázni. Tacey szerint a művészet és a tudomány legfontosabb feladata, hogy felébressze és életben tartsa ezt az érzést.

A hagyományos vallási megközelítés a spiritualitás alapjának a történelmet, a hagyományokat és a Szentírást tartja. Tacey kéri, hogy emellé vegyük oda a *tapasztalatot* is, amely hozzájárul az élő hithez. Szerinte Isten nem állandó, mozdulatlan, hanem él, mozog, és így változik is bennünk. Ez a feszültség – a tanítás állandósága és Isten mozgékonyasága – évszázadok óta jelen van a teológiában. Tacey szerint a fiataloknak nem a transzcendens és örök, hanem a világban jelen lévő és hozzánk közel álló Isten a fontos.

Ez utóbbi gondolatot a Vesztfáliei Evangélikus Egyház Ifjúsági Munkájáért Felelős Hivatal meg-

bízásából készült tanulmány így fogalmazza meg: „A megkérdézett fiatalok számára a hit gyakran funkcionális szerepet tölt be. Hitük megértése tehát kapcsolódik olyan mindennapi kategóriákhoz, mint a család, a hazához tartozás, a boldogság, a béke stb. Hitük már nem feltétlenül transzcendens vonatkozással bír.” (*Empirica* 2012, 13. o.) Az intézményes egyház mint a spirituális keresés és tapasztalatok kifejezésének egyik formája sokak számára problematikus – ez, úgy tűnik, általános tapasztalat. ROLHEISER (1999, idézi McQUILLAN 2004) modern válásoknak nevezi azokat a törésvonalakat, amelyek az egyházi lét és a fiatalok spirituális vágya közé ékelődnek. Néhány ezek közül:

1. A lelkiség és az egyházi struktúra közötti szakadék.
2. Az egyházak szexualitakai szempontjainak hangsúlyozása, illetve időszerűtlensége. Például a házasság előtti szexualitás tiltása anakronisztikus, amikor a házasságkötés időpontja későbbre kerül, így több mint tízéves időszakról beszélünk.
3. Az egyházi nyelvezet és a mindennapok nyelve közötti szakadék. Különös példa erre a „két nyelvre” egy tizenöt éves fiatal, Janine vallomása: „Szeretek evangélikus lenni, mert ez a vallás a szabadság vallása, amelyben a yin és a yang az egyensúlyt tartani tudja.” (*Empirica*, 13. o.). Ez a mondat, bármennyire is meghökkentő, nem feltétlenül jelent szinkretizmust. Inkább arról van szó, hogy bizonyos fogalmakat, jelenségeket azon a néven nevez meg, amelyeket az őt körülvevő világ ráhagyományoz. A fenti mondat nem feltétlenül arról szól, hogy a válaszadó a kínai univerzizmust keverné a kereszténységgel, sőt gyanítható, hogy nem ismeri olyan mélységig a kínai vallásosságot, hogy ilyen összegzést végezzen. Ő vélhetően a populáris szintű ismeretekre épít, az internet felületen információira, s innen nézve számára a yin és yang elve egyszerűen az egyensúlyra való törekvést jelenti. Vagyis miközben tény, hogy más vallás fogalmát veszi át, olyan tartalmat mond el vele, amely alapvető emberi érték, és függetlenedik az eredeti vallástól. (Ez egyben azt is jelenti, hogy Janine, aki alapvetően pozitív módon áll az egyházhoz, a gyülekezeti közösséget sem a hittartalmak, hanem a hitmegélés felől ragadja meg: nem a hitbeli tanítást, hanem az egyensúly élményét mondja ki.)

Az, hogy egy egészen más nyelvi közegben kell megszólalnunk, aminek része például a távoli kultúrák nyelvi jelenléte is, nem jelent ellenségességet, csak kihívást: én a magam részéről Janine mondatának első felét nagy örömmel olvastam, a második felét pedig úgy, mint ami párbeszédre ösztönöz.

Oláh Julianna (2021) kutatása szerint vannak döntő különbségek a fiatalok és az idősek, illetve a férfiak és a nők spiritualitása között: a fiatal felnőttek vallásossága személyre szabottabb, „egyedibb” az idősebbekénél. Vagyis az idősebbek jobban hajlanak a közösségi módon megélt formákra és gondolatokra. (Témánk szempontjából mellékszál, de a másik érdekes különbség a nők és a férfiak vallásossága között áll fenn: a nők Istennel való kapcsolatának szervezesebb része a kapcsolat, az intimitás, míg a férfiaknál döntő szempont az útmutatás, az élet értelmének megtalálása, a vezetés és a társas támogatottság, a praktikusság és az erkölcsi iránytű jelleg. Ezzel párhuzamosan a lányok általában spirituálisabbnak és vallásilag elkötelezettebbnek vallották magukat.)

A kamaszkor spirituális kérdései

A spiritualitás más-más szegmense lesz fontossá életünk különböző szakaszában. (Időskorban az elfogadás inkább azt jelenti, hogy elfogadom az életemet olyannak, amilyen lett, elfogadom, hogy már semmit nem tehetek a világért, másokra szorulok, el kell fogadnom mások segítségét, és ezzel együtt magamat is Isten által elfogadottnak tartom, és elfogadom, hogy hamarosan meghalok.)

A kamaszoknak természetesen teljesen más szempontok lesznek mérvadók. A legfontosabbak vázlatpontoszerűen a következők:

1. *Az önismeret fejlesztése.* Megérteni önmagát, a helyét a világban.
2. *Tudatosság és jelenlét.* Észrevenni a jelent, ráismerni arra, hogy az „itt és most”-ban létezzünk.
3. *Kapcsolódás.* Arra ösztönzi a gyermeket, hogy empatikusan kapcsolódjon másokhoz, a természethez és az élet nagyobb egészéhez.
4. *Értékek és erények átadása.* Például a szeretet, a tisztelet, az együttérzés és a hála fontosságának hangsúlyozása.
5. *Kérdések bátorítása.* Lehetővé teszi, hogy a gyermek felfedezze a saját válaszait az élet nagy kérdéseire.

6. *Transzcendencia.* Annak a felismerése, hogy a világ léte misztérium, nem véletlen, hanem tudatosan felépített valóság, amelynek én is részese vagyok, így minden tettem és egész létem önmagán túlmutató értelmet nyer.

PIKÓ Bettina és társainak kutatása szerint kamaszkorban a legalapvetőbb az élet értelmének, céljának keresése (2011), ugyanakkor rámutatnak egy nagyon fontos aspektusra is. Megkülönböztetnek külső kontrollhitet és belső kontrollhitet: „Míg a belső kontrollhit arra bátorítja az egyént, hogy gondolkodjon el az adott problémán, azaz elősegíti a hatékony megküzdési folyamatokat, a külső kontroll azt az érzést közvetíti, hogy az egyén nem képes kézben tartani az eseményeket, azaz nem rendelkezik a kontrollhoz szükséges képességekkel vagy erőforrásokkal.” (PIKÓ et al. 2011, 11. o.) Lelkészként ezt úgy olvasom, hogy amíg a ránk kényszerített vallásosság gyilkol – lásd: „*Súlyos és elhordozhatatlan terheket kötöznek egybe, és az emberek vállára rakják*” (Mt 23,4) –, addig a belülről fakadó igent mondás felszabadító, gyógyító hatású lehet.

Néhány ötlet a spiritualitás fejlesztésére

Elek László SJ (2018) megfontolandó alapelveket fektet le azoknak, akik a kamaszok spiritualitásfejlődését szeretnék segíteni:

1. Közvetlen tapasztalattól induljunk el. Az elvont fogalmi gondolkodás még csak kialakulóban van, a valós élmények előnyben vannak. Más szóval ne deduktív módon (a nagyobb, elvont igazságoktól indulva) jussunk el a személyeshez, hanem induktív módon közelítsünk a gyerekekhez. Engedjünk teret a saját élményeknek, ne akarjunk rögtön absztrahálni – adjuk meg az időt, hogy a konkrét és egyedi tapasztalat általános tanulssággá és belső igazsággá érlelődjék.

2. A másik lelkivilágába való beleérzés még csak ekkor kezdődik. A kamaszokkal együtt járó identitáskeresés és az identitásvesztéstől való félelem azt eredményezheti, hogy a másik véleményével és belső élményeivel való találkozás az én elvesztésének rettegését váltja ki, ezért a beleérzés néha nagyon sematikus és árnyalatlan (fekete-fehér) tud lenni.

3. A kortárs csoport fontossága miatt nem az egyes egyénnek, hanem a közösségnek kell a számunkra lennie. Ennek része az is, hogy olyan belső ethoszt alakítunk ki a közösségben, amelyben alapérték például a gyengék iránt tanúsított empátia, de része az is, hogy a csapat domináns figuráit „bevonjuk” a vezetésbe.

4. „Ha azt mondja, ugorj a kútba, megteszed?” Ezzel a mondattal szoktuk felhívni a figyelmet a közösségen belüli megfelelési kényszerre, amely a fiatalokat jellemzi – elsősorban negatív felhanggal.

Elek László SJ szerint azonban ezeket a megfelelési kényszereket nem kell eltörölni (nem is lehet), de apránként meg lehet tanítani a fiatalokat a közösségen belül is felismerni saját szavuknak, gondolataiknak az érvényességét, és így eljutni a szabadság egy magasabb fokára.

5. Az csak látszat, hogy a fiatalok mindenféle felsőbbiséget elvetnek. Vágynak autentikus felnőttekre, akiket követhetnek, de a szimplán hierarchián alapuló tekintélyt elvetik. Az elismerést a személyes karizma és a hitelesség adja, a rendszer logikájából fakadó felsőbbiséget esetleg racionálisan tudomásul veszik, de lelkileg nem hatja meg őket.

6. A világról szerzett tapasztalataikból már egész rendszer épül fel bennük, de még nem képesek reflektálni rá, világunk paradoxonjai pedig kifejezetten elakadást okoznak nekik, ezért egyszerűsége érdemes törekedni mind a tanításban, mind az egyszerre megélt szerepek terén.

7. A szimbólumok jobban megérintik őket, mint a hosszadalmas eszmefuttatások. (Személyes tapasztalatom iskolalelkészként, hogy egy-egy reggeli áhítatom akkor válik értelmezhetővé a fiatalok számára, ha egy képet mutatok nekik; szinte látszik a megértés másik szintje az arcukon.)

Tanácsok

Nagy fába vágjuk a fejszénket, ha a spiritualitást szeretnénk „megtanítani” a ránk bízott fiataloknak. Éppen azért, mert ez teljesen személyes, ráadásul meggyőződésünk szerint a hit Isten ajándéka, s mint ilyen számonkérhetetlen. De ha mégis meg szeretnénk éreztetni a fiatalokkal a spiritualitás erejét, érdemes pár dolgot szem előtt tartani.

1. *Türelem* – magunkkal és a diákokkal szemben. Egy kamasz, aki egy Elefánt-koncertről esik be, nem fog rögtön ráhangolódni egy taizéi énekre. Ez nem azt jelenti, hogy nem lehet óvatosan megköszöntetni vele, de gyors eredményt ne várjunk. Ugyanakkor tisztában kell lennünk saját korlátainkkal is: ha mi magunk nem vagyunk jó énekesek, számunkra a zene idegen világ, nem biztos, hogy ezen az úton kell elindítani őket.

2. *Indukció*. Nyugodtan engedjük el a deduktív vezetést! Nem kell, hogy a nagy, elvont igazságból induljanak el, hogy aztán eljussanak az egyénhez. Engedjük, hogy a személyes kérdések, tapasztalatok megfogalmazódjanak, amelyek később induktív módon egy nagyobb valóság részei lesznek a számukra. A spiritualitás nem átadandó, kognitív tananyag, hanem egyéni megélés, ami egyben a közösség tagjává is tesz minket.

3. *Személyes példával való vezetés* – akár a negatívumokkal. Ez az egyik olyan terület, ahol nemcsak vezetője, hanem útítársa is vagyunk a ránk bízottaknak. Nyugodtan vállaljuk saját útkeresésünket, zsákutcáinkat, de vállaljuk azt is, hogy mi az, ami nekünk segített.

4. *A csend szerepe*. Nem könnyű, de meg lehet mutatni az elcsendesedés, a kivonulás örömét. Ma elterjedt kifejezés a FOMO (fear of missing out), azaz a félelem a kimaradástól: rettegés attól, hogy nem veszünk részt a világ – és főleg az online világ – áramlásában. Óvatosan meg lehet nekik mutatni a „kimaradás örömét” (JOMO: joy of missing out).

5. *Nonverbális módszerek*. Kamaszkori táborainkban a hitátadás fő formája az áhítat, az előadás és a beszélgetés volt – mindhárom verbális alkalom. Egyedül az éneklés volt az, ami ebből a verbalitásból kilógott. Ez szorosan összefügg protestáns identitásunkkal, amelyben a hangzó ígét részesíti előnyben. A spiritualitás megélésének formái azonban nem korlátozódnak egy érzékszervre (hallás) és egyféle cselekvésre (beszéd): formák, szimbólumok, rajzok segíthetik elmélyíteni a lelki élményt.

Itt is nagyon fontos, hogy ne akarjunk olyan utat választani, amely nekünk nem otthonos. Szerencsére nagy irodalma van az eszközöknek, amelyek közül választhatunk.

Zárszó

Több okból vagyunk nehéz helyzetben, ha ifjvezetőként, lelkészként, közösségformáló emberekként a fiatalok spiritualitásán tündökönk. Veszélyzóna, ha saját tapasztalatainkat, élményeinket kérjük számon a ránk bízottakon, és elfelejtjük, hogy a mi spirituális utunk sem egyenletes, ráadásul az is inkább ajándék, mint küzdésünk „terméke”. Hasonlóképpen kockázatos, ha idealizáljuk az előttünk járókat, és elhítetjük magunkkal, hogy mi csak korcs utódok vagyunk. Látnunk kell, hogy az ifjúság spiritualitásának kérdése nem csak nálunk és nem csak az elmúlt években lett kihívás – ne okoljuk magunkat olyan körülmények miatt, amelyekről nem tehetünk.

A másik véget, hogy széttárjuk a kezünket, a körülményekre hivatkozunk, vagy éppen azokat nem vesszük figyelembe, és ragaszkodunk azokhoz a módszerekhez, amelyek egykor nálunk hatásosak voltak. Ha az emberlét számára fontosnak tartjuk a spiritualitást, akkor az a felelősségünk, hogy ezt adjuk is át másoknak.

Igazából két dolgot tartok fontosnak: az egyik a rugalmasság. Keressünk, próbáljunk ki eszközöket! Nem baj, ha nem működik mindenkinél, ha egy-egy alkalom után azt kell mondanunk, legközelebb ezt nem vagy nem így kell csinálni. Előbb-utóbb lesznek, akiknél célhoz érünk. A másik az önmagunkkal szembeni őszinteség: csak azt a lelkiséget, spirituális tartalmat tudjuk továbbadni, amely bennünk is megvan. Ne várjuk magunktól, hogy egy tőlünk idegen lelkiséget át tudunk adni. És ne is higgyük el senkinek, hogy ez lenne a feladatunk. Egyszerűen mutassuk föl a fiataloknak, hogy a transzcendenssel való együttélés mennyire gazdagít bennünket – és tegyük kíváncsisá a fiatalok számára ezt a tapasztalatot. Ahogyan tudjuk.

Youth and Spirituality

- This paper seeks to answer why it has become increasingly difficult to integrate young people into religious communities, what their needs are, and what tools we might have to enable such an encounter. We begin by reviewing, in an international context, the changing role of religiosity and spirituality. A distancing from institutional religion and church frameworks can be observed almost everywhere, with a few exceptions—such as Muslim-majority countries, Israel, and parts of South America. Thus, this phenomenon is not unique to the Hungarian context. At the same time, predictions of a “religionless” society have not come true: there remains a strong demand for spirituality and inner life, though increasingly detached from institutionalized religion. We present four possible levels of the relationship between religion and spirituality. Along these lines, both religious and secular communities working with youth must ask themselves whether they are willing to make spirituality part of their work, or whether they seek to avoid it for various reasons. In the final section, we examine which aspects of spirituality are most relevant to young people today. Finally, we outline sev-

eral guiding principles and practical approaches for those whose vocation is to nurture the spirituality of youth.

Keywords: spirituality / religiosity / syncretism / youth / experience / tradition

Felhasznált irodalom

- BAIERL, Martin 2020. *Praxishandbuch Rituale für die Kinder- und Jugendhilfe: Spiritualität als Resilienzfaktor erleben*. 1. kiad. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen. <https://doi.org/10.13109/9783666690129>
- BONHOEFFER, Dietrich 1999. *Börtönlevelek*. Szerk. Eberhard Bethge. Ford. Boros Attila. Harmat Kiadó, Budapest.
- BUCHER, Anton A. 2009. Religiosität und Spiritualität bei jungen Erwachsenen. In: *Woran glaubt die Welt? Analysen und Kommentare zum Religionsmonitor 2008*. Verlag Bertelsmann Stiftung, Gütersloh. 633–654. o.
- CSEHÁK Hajnalka: Lelki változások a kamaszkorban. *Lelki Titkaink Mentálhigiénés Stúdió*, http://www.lelkititkaink.hu/lelkivaltozasok_kamaszkorban.html. (Megtekintés: 2025. szeptember 5.)
- ELEK László SJ. 2018. Gyakorlati alapelvek kamasz-lelkigyakorlatokhoz. A hitstruktúra fejlődésének elmélete alapján. *Embertárs*, 16. évf. 3. sz. 211–221. o.
- Empirica Forschungsinstitut für Jugendkultur & Religion: *Spiritualität von Jugendlichen: Pilotstudie. Zusammenfassung der Ergebnisse*. Evangelischen Kirche von Westfalen, Marburg, 2012.
- HALÍK, Tomáš 2014. A spiritualitás – a vallás mélységi dimenziója. *Érted vagyok – A jézusi tájékozódás lapja*, 25. évf. 4. sz. (146.) 2–5. o.
- Jugendseelsorge Erzbistum: *Feel the Spirit. Spiritualität in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen*. Köln, 2020. https://www.kja.de/export/sites/kja-abteilung-24/galleryes/dokumente/publikationen/KJA-Praxishilfe-4_Spiritualitaet_WEB.pdf. (Letöltés: 2025. szeptember 10.)
- KOLACKI, Debbie 2019. *Spiritual Practices for Children and Youth*. Kézirat. <https://www.prcli.org/wp-content/uploads/2019/06/Spiritual-Practices-with-Children-and-Youth-booklet-1.pdf>. (Letöltés: 2025. szeptember 4.)
- MARGITICS Ferenc 2025. *Vendégek az ismeretlenből. Spirituális gyermeknevelési útmutató szülőknek*. Consciousness Book Publishing, Budapest.
- MCMANUS, Brian 2021. Youth Work and Spirituality in Ireland. In: Rainer B. Gehrig et al. (szerk.): *Spirituality, Ethics and Social Work*. FreiDok Plus, Freiburg. 285–301. o. <https://doi.org/10.1163/24055093-90000214>
- MCQUILLAN, Paul 2004. Youth Spirituality: A Reality in Search of Expression. *Journal of Youth and Theology*, 3. évf. 2. sz. 8–25. o.
- OLÁH Julianna 2021. „Mindezek ellenére se hagynám el a hitemet...” Vallásosság és spiritualitás észlelt előnyeiről és hátrányairól kibontakozó felnőttkorban. In: Farkas Vendel – Kazsimér Soma Balázs – Sinka Andor (szerk.): *Tanulmányok a XX. Eötvös Konferencia előadásaiából*. ELTE Eötvös József Collegium, Budapest. (Adsumus XVIII.) 147–166. o.
- PIKÓ Bettina – KOVÁCS Eszter – KRISTON Pálma 2011. Spirituality – Religion – Health. Youth's Mental Health in Light of the Indicators of Spiritual Well-being. *Mentálhigiéné és Pszichoszomatika*, 12. évf. 3. sz. 261–276. o. <https://doi.org/10.1556/Mental.12.2011.3.4>
- Spirituális gyermeknevelés. Jelenlét, tudatosság, empátia és hála. *Tudatosság Könyvek*, <https://kulcsok.wordpress.com/blog/spiritualis-gyermekneveles-jelenlet-tudatosság-empathia-es-hala/>. (Megtekintés: 2025. január 22.)