

**Önismeretünk forrásai:  
lineáris-hosszmetszeti, vertikális-mélységi  
és magassági perspektívák  
önismeretünk folyamataiban**

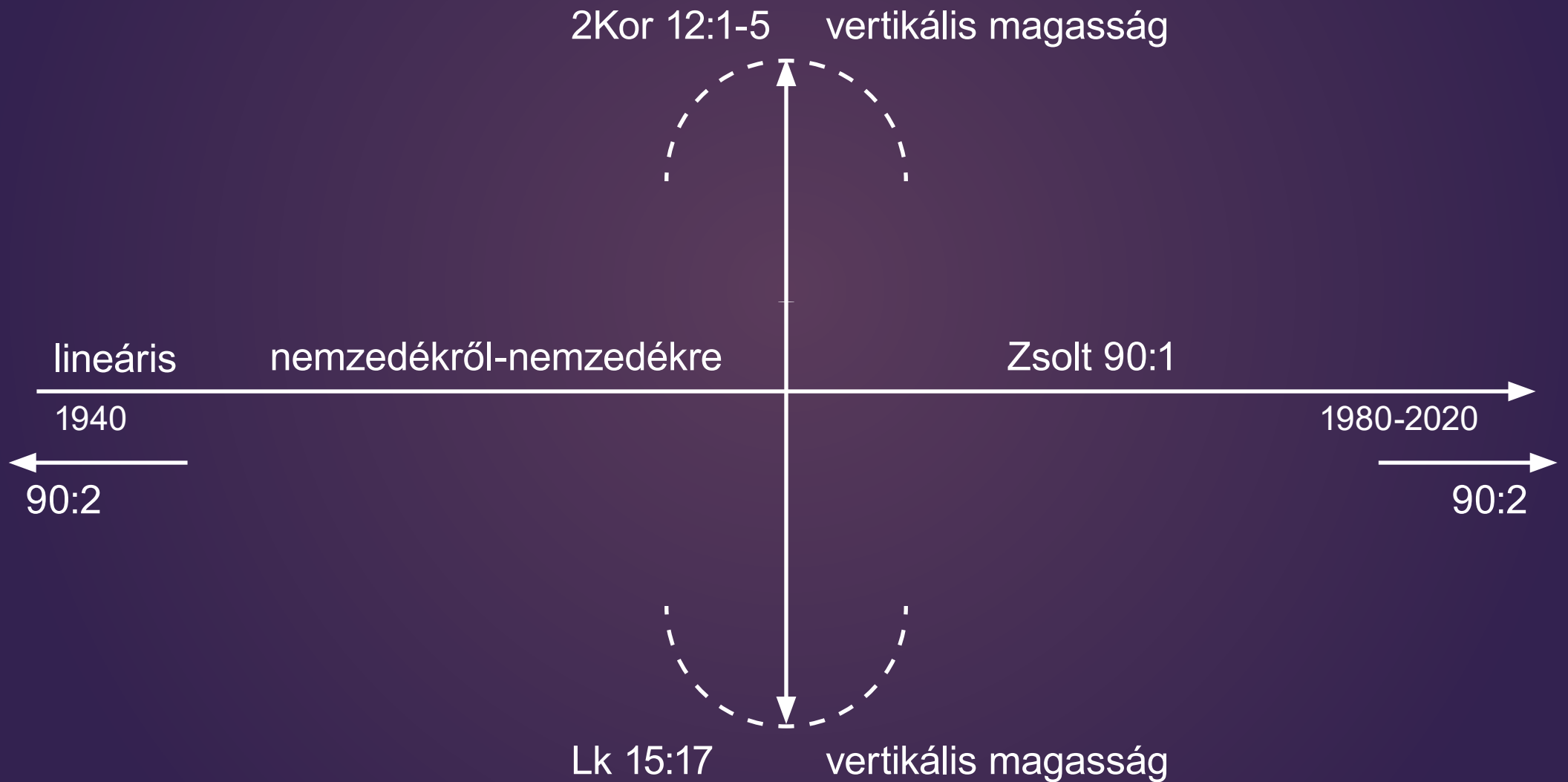
Előadó:  
Dr. Szarka Miklós  
ref. lelkipásztor  
pár-, családterapeuta

Elhangzott:  
Az Észak-pesti Református Egyházmegye Presbiteri Konferencia Hetén  
2020. február 24-28.  
Mátraháza, február 25. de. 10.15

**1. Teológiai tisztázás:**  
**Az „én” útközben, fenn és lenn**



# Címünk: az önismereti folyamataink koordináta rendszerében



# Bevezetés

## a) Teológiai tisztázás

„Egész bölcsességünk, (ti. melyet igaz, valóságos bölcsességnek kell tartanunk) két részből áll: Isten, s önmagunk ismeretéből. Egyébként, bár egymással sok kapocs köti-fűzi őket össze, nem könnyű eldönteni, hogy MELYIK ELŐZI MEG, ÉS SZÜLI MAGÁBÓL A MÁSIKAT. Mert elsőben is senki nem tekinthet aként magára, hogy EGYÚTTAL Isten belső szemléletére is ne fordítsa érzéseit, kiben él és mozog. (Csel 17:28)”

*Kálvin: Institutio*

„eme jók, melyek cseppenként hullanak alá az égből, mint megannyi patakocska, elvezetnek minket a kútforráshoz”

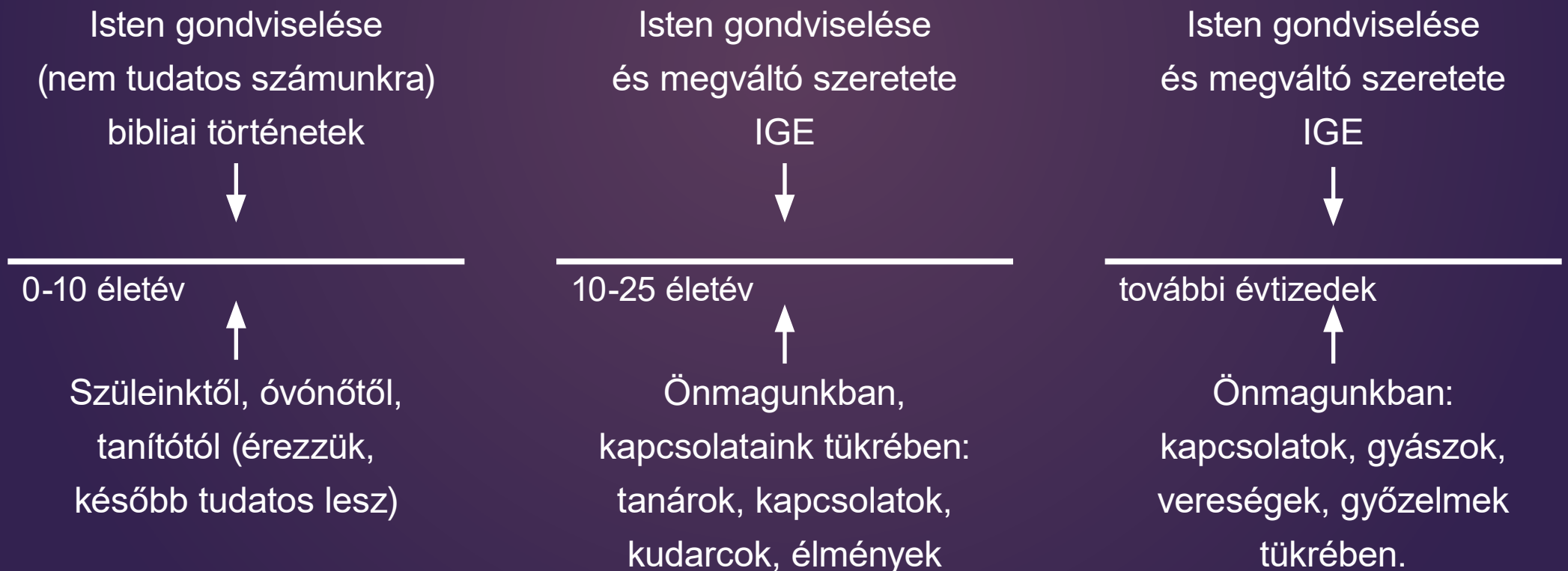
Amikor gyermek voltam, úgy szóltam, mint gyermek, úgy éreztem, mint gyermek, úgy gondolkodtam, mint gyermek, amikor pedig férfiúvá lettem, elhagytam... (1Kor 13:11)

# Bevezetés

## b) Teológiai tisztázás

Ennek nyomán:

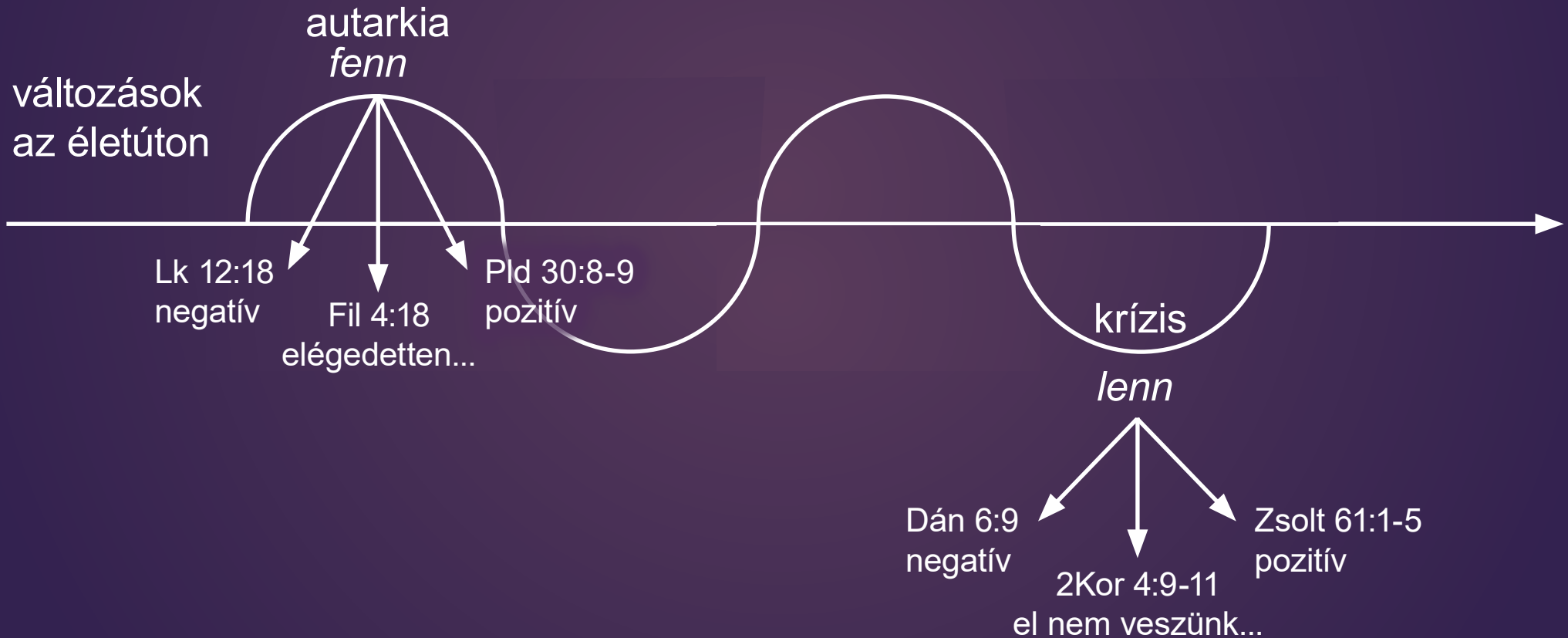
Önismeretünk csatornái,  
melyeken át üzeneteket kapunk önmagunkról:



# Bevezetés

## c) Teológiai tisztázás

A személyiség ellentmondásai és ezek feloldása



# Bevezetés

## c) Teológiai tisztázás

A személyiség ellentmondásai és ezek feloldása

változások és  
állandóság  
a személyiségben:

személyiség ellentmondásai:

méltóság ↔ állapot

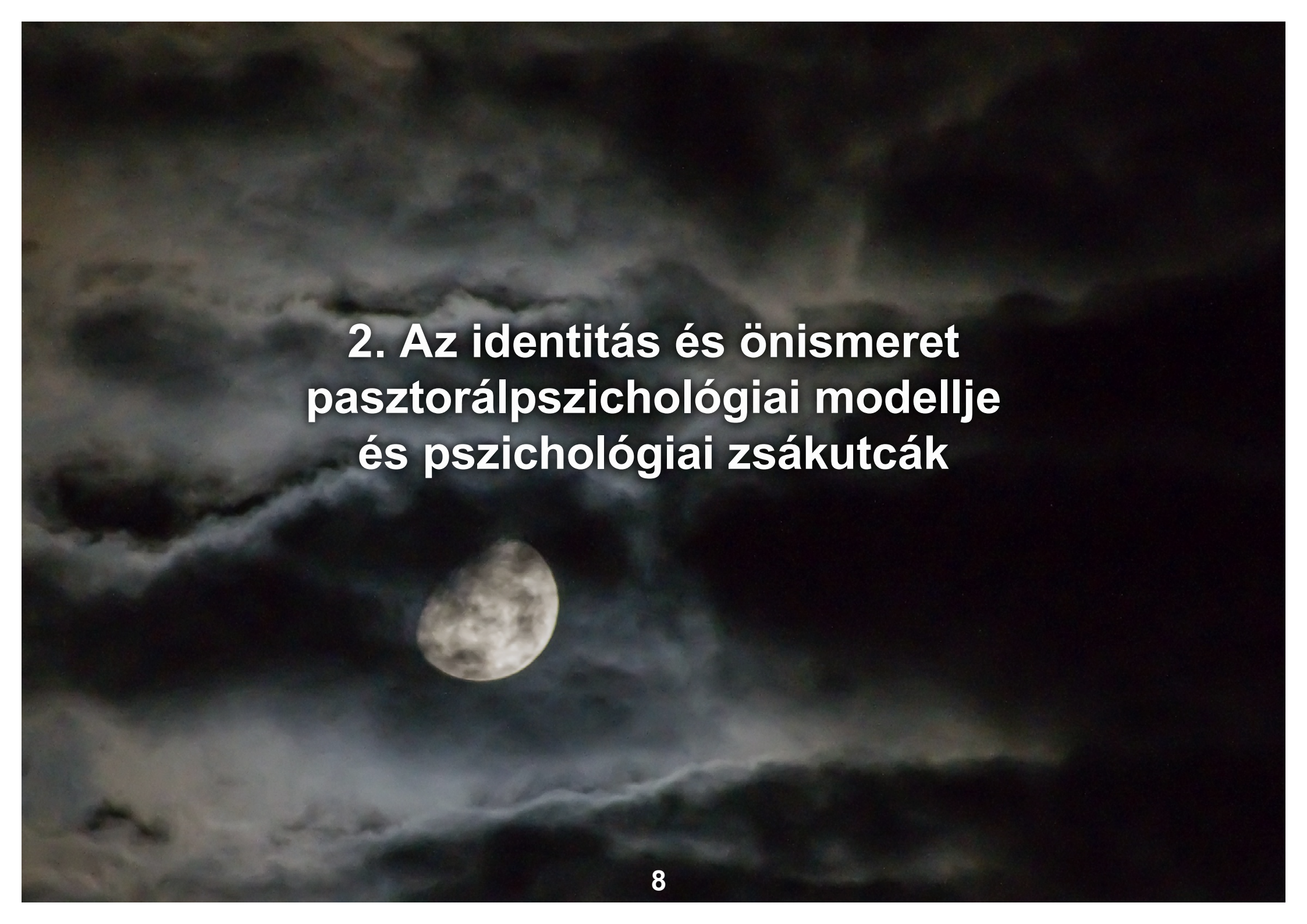
1Kor 1:1            1:11-12

Róma 7:22        7:23

és állandósága:

Róma 7:24

Zsid 13:8

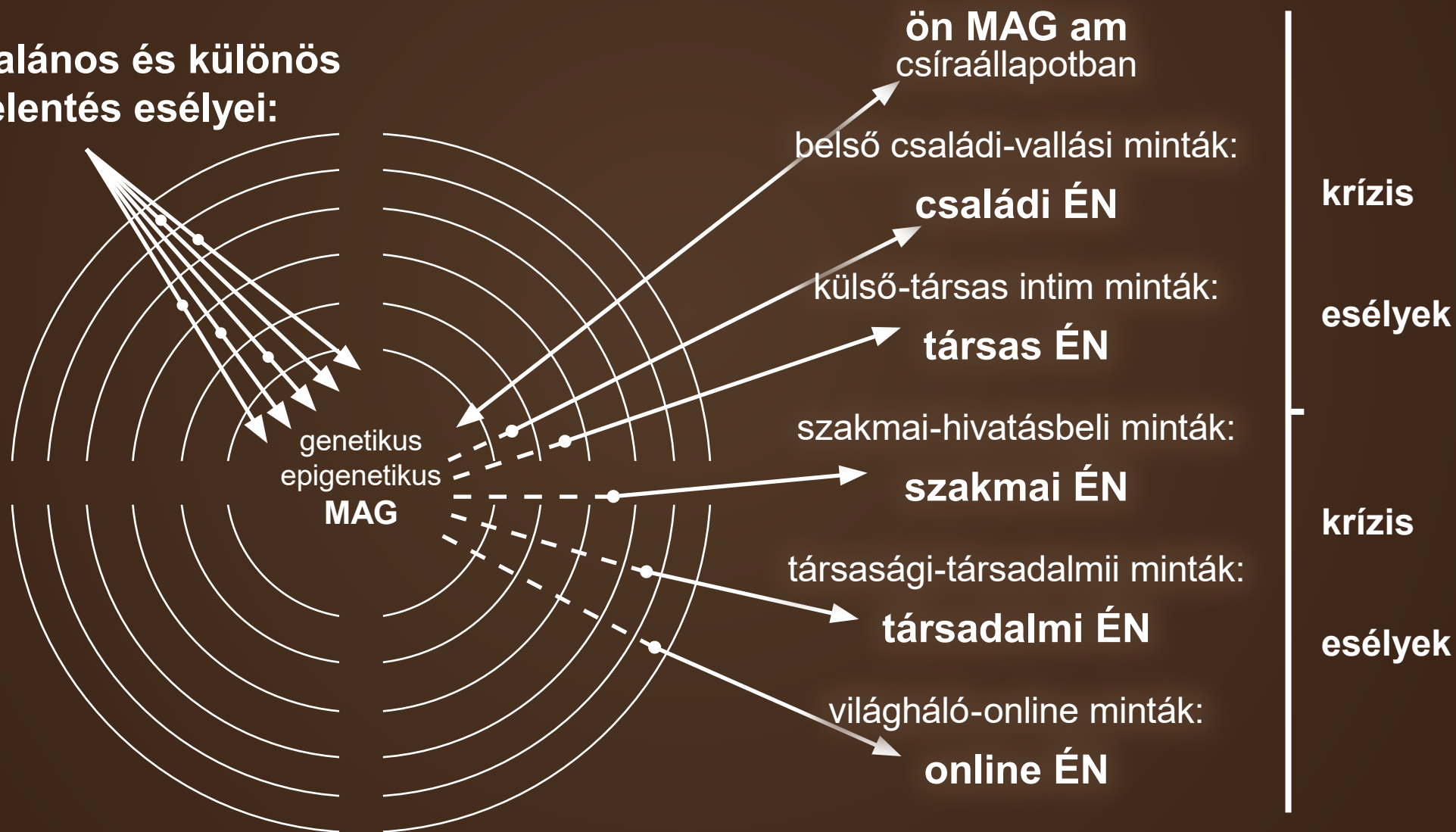
A dark, stormy night sky with a full moon and lightning bolts. The moon is a bright, circular disc in the lower-left quadrant, surrounded by dark, swirling clouds. Several bright, jagged lightning bolts are visible, striking downwards from the upper part of the frame. The overall atmosphere is dramatic and mysterious.

## **2. Az identitás és önismeret pasztorálpszichológiai modellje és pszichológiai zsákutcák**



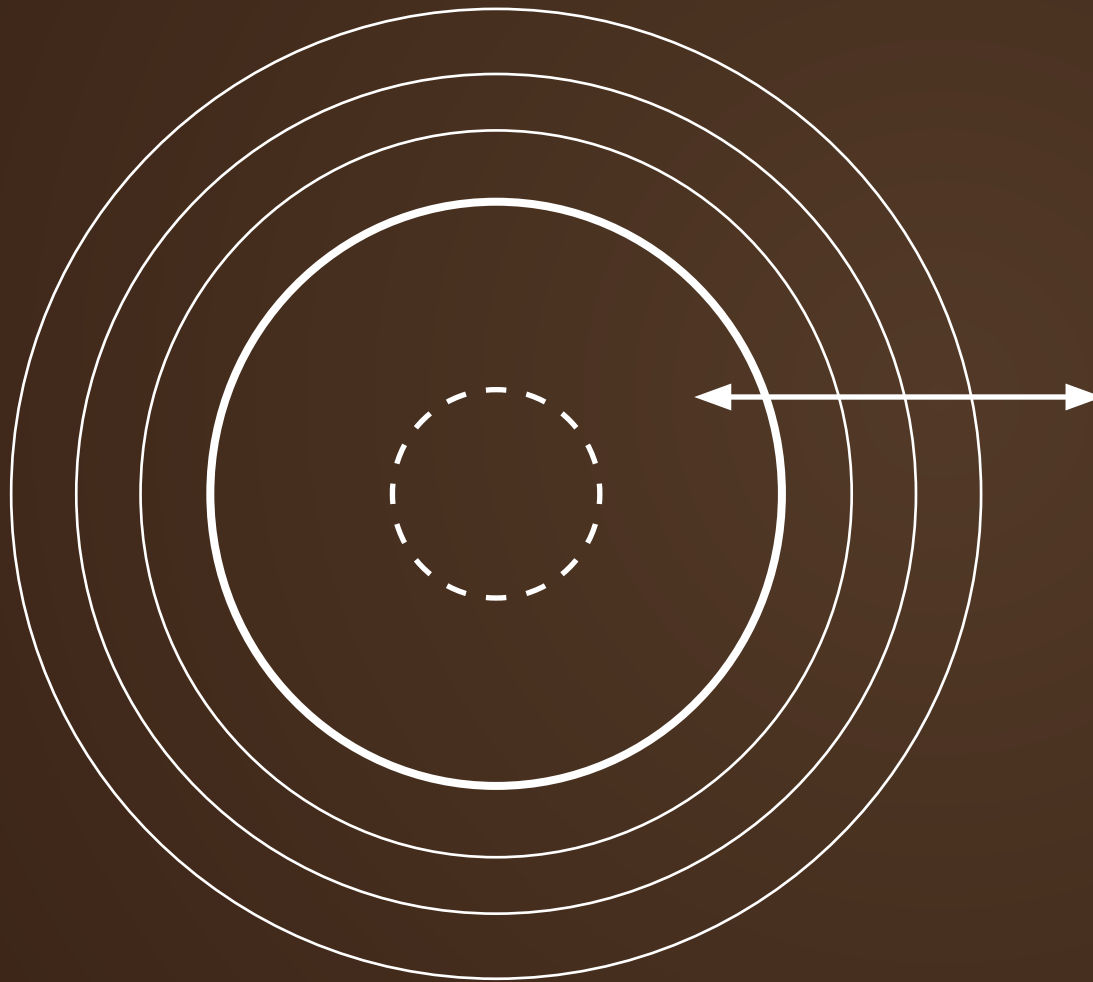
# Identitás – önismereti folyamat általános pasztorálpszichológiai modellje

Általános és különös  
kijelentés esélyei:



# Identitás „zsákutcák”

a) „az én identitásom: a mi családuk”

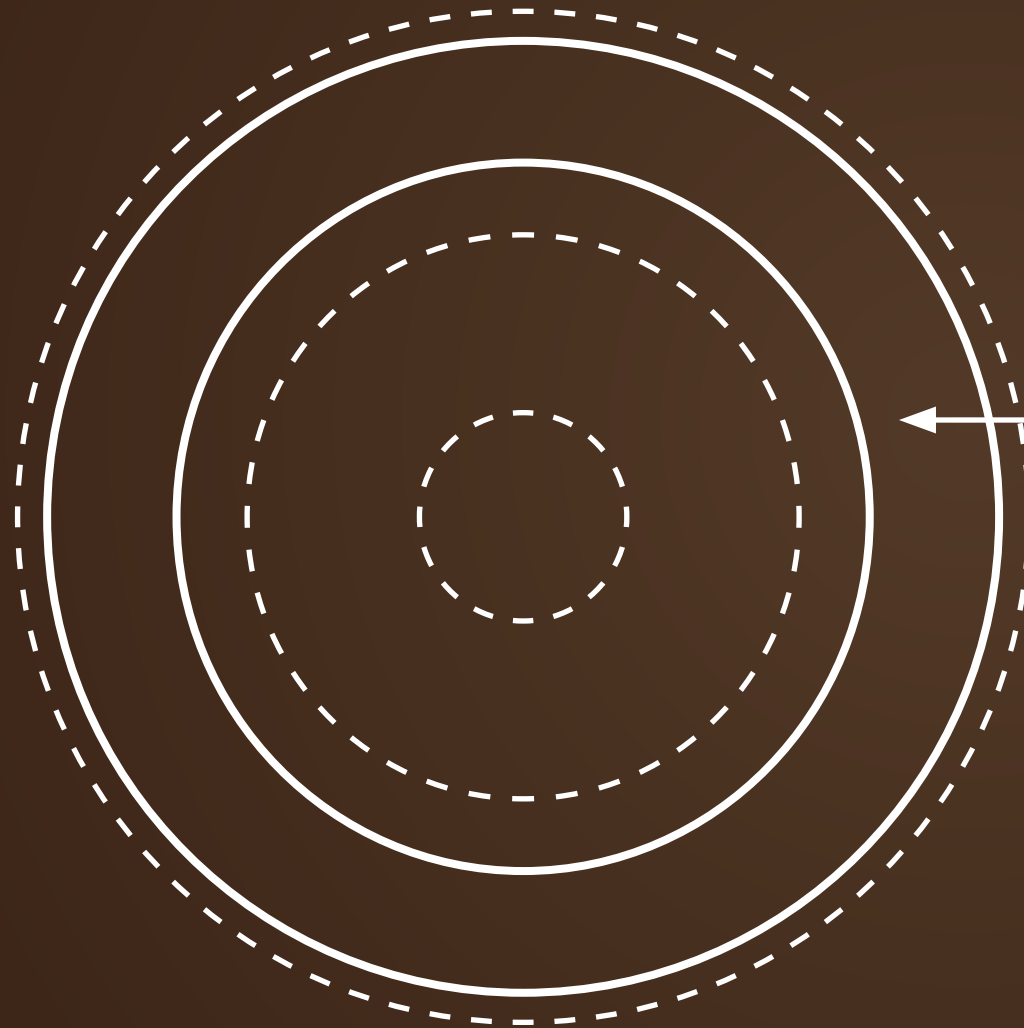


regresszió a családi rítusok,  
minták, panelek, sztereotípiák  
zsákutcájában:

**biztonságérzet  
van  
autonómiaigény  
nincs**

# Identitás „zsákcák”

b) „az én identitásom: az én szakmám”

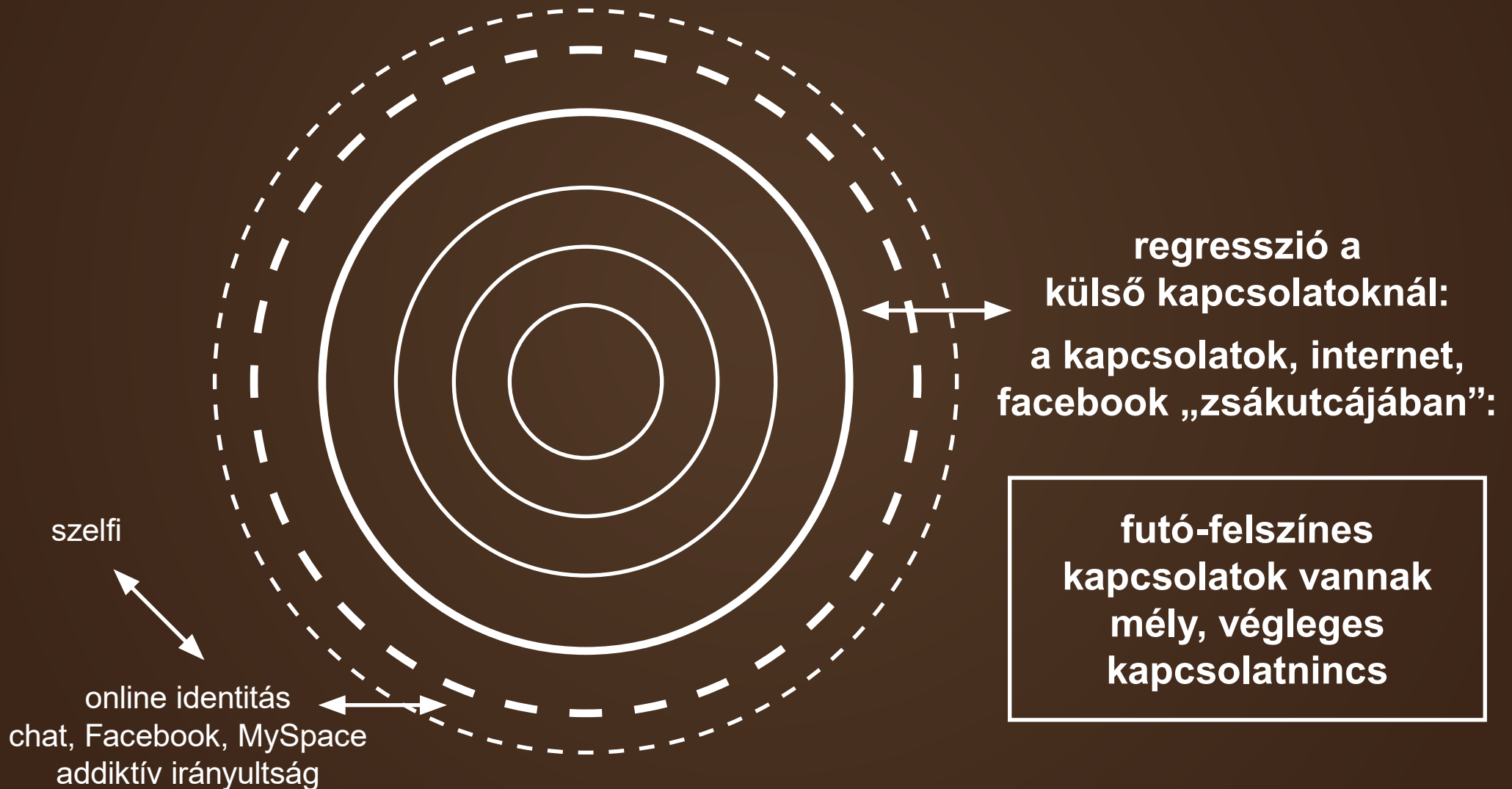


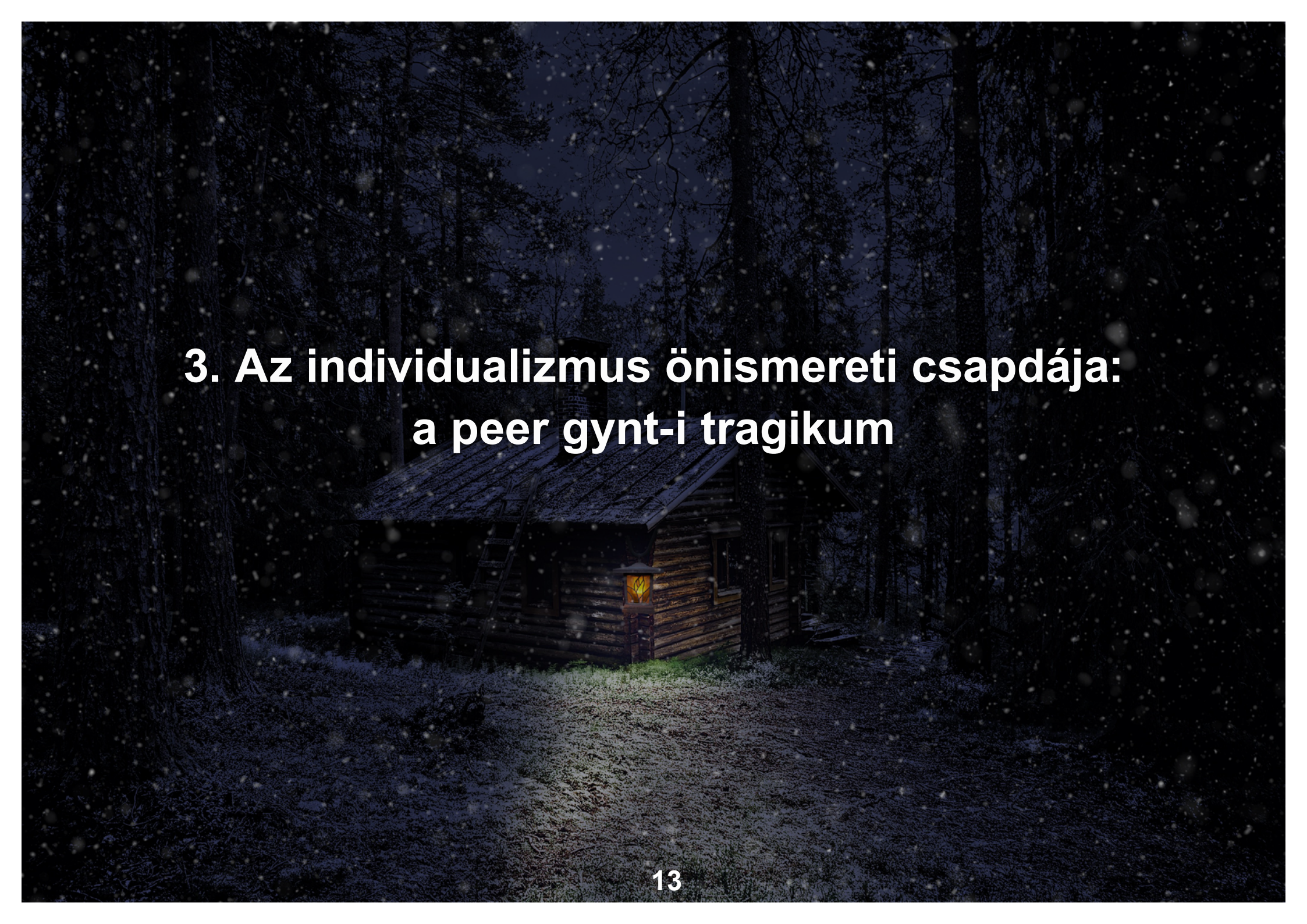
regresszió a szakmánál:  
a munka, szolgálat, szakma  
minden „zsákcájában”:

munka  
van  
pihenés, társas igény  
nincs

# Identitás „zsákcák”

c) „az én identitásom: a kapcsolatok”

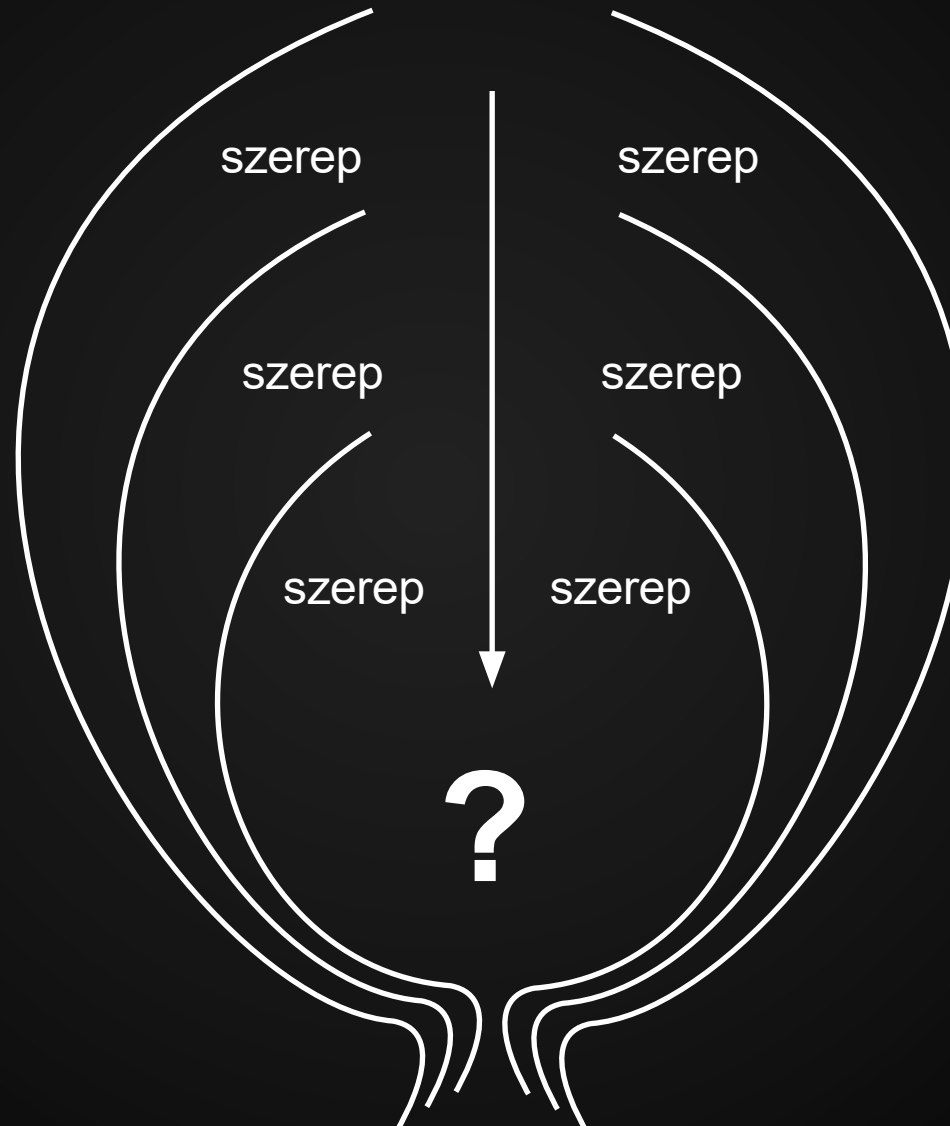


A dark, snowy forest at night. In the center, a small log cabin is illuminated from within, casting a warm, yellow glow. The cabin has a chimney and a ladder leaning against its side. The surrounding trees are dark and silhouetted against a dark sky. Snow is falling, creating a soft, white mist. The overall atmosphere is quiet and somewhat somber.

### **3. Az individualizmus önismereti csapdája: a peer gynt-i tragikum**

# A modern ember (Peer Gynt) tragédiája

**Az individualizmus  
programja:  
LÉGY ÖNMAGAD!**



**Peer Gynt:  
Nincs önMAGam!**

# Ibsen: Peer Gynt monológja: keresi önMAGát

Dehogy is vagy császár, Peer; csak hagyma vagy.

S most, kedvesem, meghántalak itt! (...)

(Felvesz egy hagymát és rétegenként hántani kezdi)

Ez a külső rongyos réteg, amely lejött,

a roncsos küzdő, árva hajótörött.


Ez az utas-bőr, vékony, akár a levél,

de benne mégis Peer Gynt íze él.

Hű! mennyi burok van itt, töméntelen!

Dehát a magját meg sohasem lelem?

(Áprily Lajos ford.)

A photograph of a lighthouse at night. The lighthouse is white with a dark red base. The top section is illuminated from within, showing a bright light. The sky is dark blue with some clouds. The text is overlaid on the image.

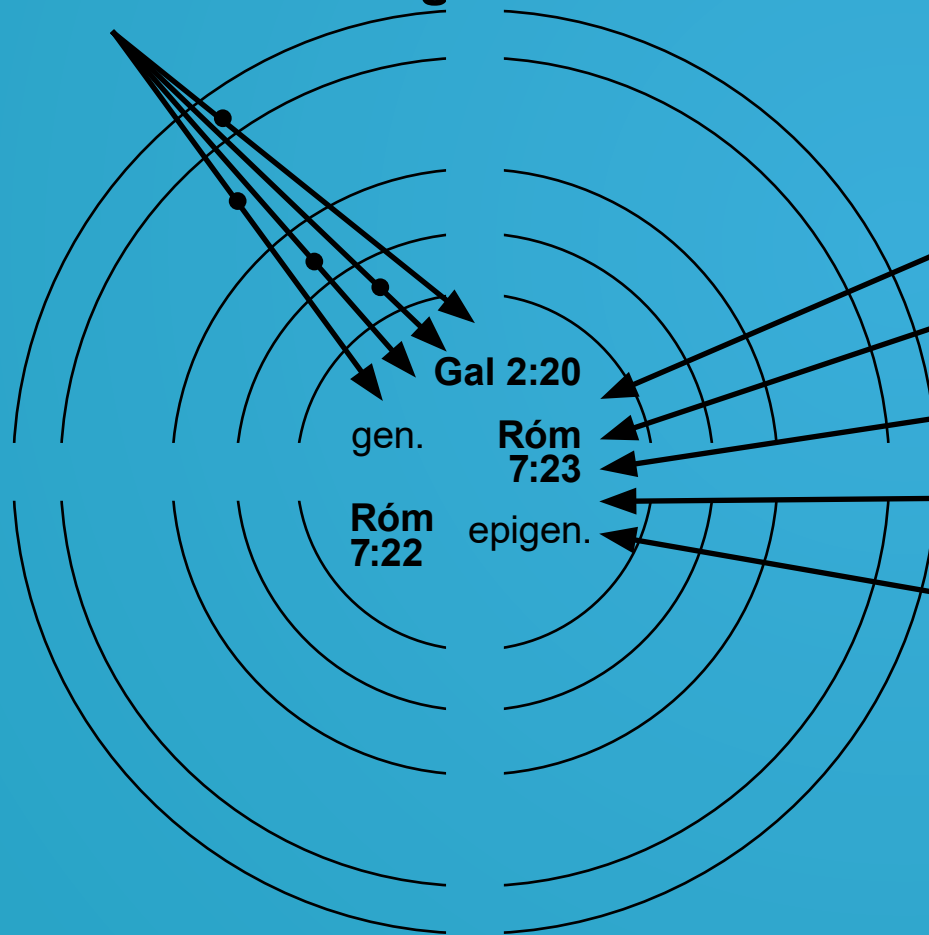
**4. A krisztusi identitás és önismeret győzelme:  
a páli „én”-kép**



# A páli ÉN-kép.

Az én identitásom: a Krisztus. (Gal 2:20)

Általános és különös  
kijelentés állandóság



**családom:**  
ApCsel 22:3

**bensőséges  
kapcsolatom:**  
Filemon 1:12

**hivatásom:**  
Róm 1:1

**szociabilitásban:**  
1Kor 9:19-22

**Krisztusi én szinonímák:**  
szív: 2Kor 4:6  
elme: Róm 12:2  
lelki ember: 1Kor 2:15

# Dietrich Bonhoeffer: Ki vagyok én?.

Ki vagyok én? Gyakran mondják:  
cellámból úgy lépek elő,  
derűsen, nyugodtan, keményen,  
mint várából a földesúr.

Ki vagyok én? Gyakran mondják:  
őreimmel úgy beszélek,  
szabadon, tisztán, kedvesen,  
mintha parancsnokuk volnék.

Ki vagyok én? Azt is mondják:  
sorsomat úgy viselem,  
mosollyal, nyugodtan, büszkén,  
mint aki váltig győzni szokott.

Az vagyok valóban, aminek mondanak?  
Vagy csak az, aminek magamat ismerem?  
Kalitkába zárt madár; sóvárgó,  
nyugtalan beteg,  
aki levegőért kapkod, fuldokol,  
színekre, virágra, madárdalra vágyik,

jó szóra, baráti melegre,  
dühíti oktalan erőszak, kicsinyes bántás,  
hánykolódik nagy dolgokra várva,  
tehetetlenül aggódik, messze van barátja,  
imádságra, gondolatra, alkotásra fáradt,  
szíve üres, kész már mindentől búcsúzni?

Ki vagyok én? Ez vagy az?  
Hol ez, hol amaz?  
Egyszerre mindkettő? Másokat ámító,  
magában sápító hitvány alak?  
Vagy vert had fut bennem  
szanaszét a már kivívott győzelem előtt?

Ki vagyok én? Váltig faggat,  
gúnyol a magány, a gyöttelelem.  
Bárki vagyok, Te tudod, ismersz: Tiéd va-  
gyok én, Istenem!

1945. április



**5. Summa.**  
**A keresztény ember önismereti folyamatai**

## Alapfogalmak:

**amelyeket a Róma 7:22 („gyönyörködöm az Isten törvényében”)  
és a Róma 7:23 („de látok egy másik törvényt tagjaimban”)  
feszültségében kell látnunk. Ez a feszültség a 7:24-25-ben  
(„én nyomorult ember, ki szabadít meg engem ebből a halálra ítélt testből?  
Hála Istennek, a mi Urunk Jézus Krisztus...”),  
a kegyelemben való részesedés során oldódik fel.**

**Így értékelheti magát a keresztény ember. Így van esélye arra, hogy  
mentessé váljon az ön-leértékeléstől, de az ön-túlértékeléstől is.**

## a) A keresztény ember öntudata

**Az ön- (vagy én-) tudat a testünk, lelkünk, szellemi életünk szemléletéből adódó tudás.**

**Testünkről tudjuk: templom (1Kor 6:19), lelkünkről tudjuk, hogy esendő, bűnre hajló (1Kor 2:14-16), (pszichikus ember), szellemünk (pneumatikus ember) pedig vagy rendeltetészerű, ez esetben: „tudom, kinek hittem” (2Tim 1:12), vagy nem rendeltetészerű – kiszolgáltatott. (1Kor 2:14)**

**Az öntudat akkor válik méltóságunk kifejezőjévé, ha hitünk tapasztalattá, tudássá nemesedik. Így a lélek (psziché) nem szellemtelen (nem Szentlélek pneuma nélküli), hanem egy új krisztusi szubsztancia hordozója.**

**Ehhez szükséges Krisztusnak az én-magban való létele.**  
(2Tim 1:12; Gal 2:20)

## **b) Önismeret – önreflexiós képesség**

**A Szentlélek által ihletett Ige hatásától**

**indíttatva a lelkiismeret szűrőjén át rálátok saját magamra:**

- **Isten-kapcsolatomra,**
- **önmagamra,**
- **viselkedésemre,**
- **kapcsolataimra,**
- **értékeimre,**
- **nyomorúságaimra**
- **és bűneimre.**

**Mindezekből olyan felismerésekre juthatok, amelyek Krisztus felé, vagy Krisztussal a keskeny úton tovább segítenek.**

**1Kor 9:27; 2Kor 2:1**

## c) Önszeretet

- **Azon értékek ismerete, tudása és szeretete önmagamban, amelyeket az örök értékrendből és Jézusból hordozok, azok helytállóak.**
- **Ezen értékek akkor értékállóak, ha gyümölcsöt teremnek bennem.**
- **E gyümölcsök a Lélek gyümölcse.**
- **Gal 5:22; Lk 10:25-28; Lk 1:3; Mt 25:15**

## **Ajánlott és felhasznált irodalom**

- **A Szentírás, protestáns új fordítás 1990.**
- **Kálvin János: A keresztény vallás rendszere**
- **Henrik Ibsen: Peer Gynt – drámai költemény (Ford: Áprily Lajos 1940.)**
- **D. Bonhoeffer: Ki vagyok? c. verse**
- **Petri György: A hagyma szól c. verse**

## **Ajánlott szakmai irodalom**

- **Varga Katalin:**  
**A transzgenerációs hatások az epigenetikai kutatások tükrében**  
Magyar Pszichológiai Szemle 2011, 66. 3. 507-532. old.