

Gyöngyszemek 27 A harag rossz tanácsadó (Ef 4,26)

Régi spirituális mesterek óva intettek attól, hogy rossz, negatív dolgokról sokat gondolkozzunk. Már pedig a haragot nehezen lehetne a pozitív mozgatóerők közé sorolni. Sajnos azonban a megjelenésével és hatásaival az életünk folyamán bármikor számolni lehet, ezért is jó egy két szót ejteni okairól, természetéről, no és lehető ellenszereiről.

1.

Egy ismert közmondás-gyűjtemény legalább száz olyan magyar szólást közöl, amely a haraggal foglalkozik. A magas szám már maga arról árulkodik, hogy milyen nagy szerepet tölt be a mindennapi életünkben. Csak a legismertebbeket idézzük: „Még a szelíd bárányban is benn a harag“ – „Hol a harag nyertes, ott vesztes a nyugalom“ – „A harag rossz tanácsadó“ – „Van harag-ette ember is“ – „Aki haragszik, annak nincs igaza“. Rögtön sejtjük, hogy ezek hosszú idők tapasztalataiból leszűrt mondások, azon túl, hogy már a harag okairól, sőt következményeiről is elárulnak valamit.

Bibliánkban a Példabeszédek Könyve is előszeretettel foglalkozik a témával. „A hirtelen haragú bolondságot követ el“ (14,17) – „A bántó beszéd haragot támaszt“ (15,1) – „Ne tartsatok barátságot haragos természetűvel“ (22,24) és: „Kegyetlen indulat a túlradó harag“ (27,4). De ezen túl is, Bibliánkban számtalan hely foglalkozik a haragról, sőt Isten haragjáról is van szó. De azt se felejtsük el, hogy az ószövetség kegyese számára örök érvénnyel bírt a törvény: „Ne légy bosszúálló, se haragtartó a népedhez tartozókkal szemben“ (3Móz 19,18). Jézus pedig tanítványait így intette: „Aki haragszik a testvéreire, méltó arra, hogy ítélkezzenek felette“ (Mt 5,22). Ezek alapján az apostoli üzenet igen lesújtó, mert a haragot a gyilkossággal, a házasságtöréssel és tobzódással együtt a bűnös ember „testi cselekedetei“ közé sorolja (Gal 5,19-21). Egyáltalán nem mondhatjuk tehát, hogy a harag a legszimpatikusabb emberi magatartásformák közé tartozna.

2.

Mai igénk azonban semmiképpen nem tekinthető kísérletnek arra, hogy túlon túl nagy hatalomnak tekintse a haragot, de annak se, mint hogyha a harag félvállról való vételére biztatna. Erre utal már a mondat eleje is: „ha haragusztok“. Tehát, amennyiben haragusztok, s ez már eleve a reális helyzetfelmérésnek az első, jó irányú lépése. Nem álmodozás egy haragtalan, ideális állapotról, hanem annak bevallása, hogy emberi közösségeink egyik megrontójaként a harag bármikor megjelenhet. Tapasztalat alapján idézhetné a zsoltárt is: „Ha tomboltok is, ne vétkeztek“. Amit így is fordíthatnánk: ne reszkessetek, ne fújtasatok a dühtől! – amit a zsoltár második fele is aláhúz: a reszkető, a tomboló, a felindult kedély gyógyszerül azt ajánlja, – harag esetére – hogy gondolkozni, lecsillapodni kell. Talán úgy is mondhatnánk, hogy aludni kell rá egyet (erre utalna a zsoltár fekvőhelyre való utalása is!). Gondolkozzatok el fekvőhelyeteken (Zsolt 4,5).

Sajnálatos, ha egy közösségen belül befészkel magát a harag, a viszály, a veszekedés. Ami ugyan nem eleve katasztrófa, de ha nem vigyázunk, azzá nőheti ki magát. Milyen emberi a zsoltáros ajánlata: felindult vagy? Reszketsz a haragtól? Várd ki, amíg lecsillapodsz, s csak azután gondolkozz el a következő lépésen. Talán elpárolog közben még haragod is vagy netán rádöbbsz, hogy az alaptalan is volt?

Mindezeket a lehetőségeket nyitva tartja igénk, amikor a haragot elválasztja a vétectől: ám gerjedjen fel bennetek a harag, de ebből ne következzen automatikusan például a megtorlás, hasonlóra hasonlóval való válaszdás vagy éppen egy dühötök nyomására fellobbant gonosz döntés és tett. Mielőtt ez bekövetkeznék, talán jó megszívlelni Jakab óvását: „Legyen minden ember gyors a hallásra, késedelmes a szólásra és késedelmes a haragra“ – és hozzáteszi még nyomatékkal: – mert „az ember haragja nem szolgálja az Isten igazságát“ (Jk 1,29).

Az apostoli intések ezért inkább a harag megelőzésére és elkerülésére helyezik a hangsúlyt. Legyen távol tőletek a harag, vessétek el a haragot, ne nyújtsatok vele teret a gonosznak. Mert mindenkor fennáll a veszély, hogyha a haragot nem csak felszítjük magunkban, de még tartós

barátságot is kötünk vele, eluralkodik rajtunk. Az idő mindig neki dolgozik, s ha mi is megszokjuk a vele való élest, ami esetleg sértődésként indult, óriássá lehet. Közösséget ront meg, lelkeket sebez meg, megmérgezi a környezetünket, belekergeti az embert a kizárólagos igazság birtokosának szerepébe. Egy nap se múljék el haraggal, de ha ez már megesett, tegyünk meg minden lehető, nehogy megmérgezze a holnapunkat.

A harag tovább élése ugyanis nem ártalmatlan. Benne él az emberi szívben, csakúgy, mint a házasságtörések, a lopások és istenkáromlások – sőt talán még a gyilkosságok is, – ahogy azt Jézus jelentette ki Mt 15,19 szerint.

3.

Már csak ezért is foglalkoznunk kell a sajnálatos bibliai példával, Kain és Ábel esetével. A leírás mesterien fogalmazta meg azt a folyamatot, amelynek kezdetén harag állt. Érdekes a fogalmazás nyelvi finomságaira figyelni. Kettejük közt vérségi kapcsolat van, de a foglalkozásuk különbözősége már feszültségre ad okot. Kainnak földre van szüksége, hogy letelepedhessen, sőt később még várost is alapítson (1Móz 4,17), Ábel ezzel szemben nomádnak kell számíton, aki nyájai legelőszükséglete szerint változtatja a helyét. A későbbi városalapítót bizonyos vágy hajtotta, hogy maga gondoskodjék a jövőjéről, vágy volt az, amely még a bábeli torony építésével sem nyerte el Isten jótetszését. Míg a juhainak állandóan legelőt kereső testvér inkább tűnt összhangban lenni a gondoskodó Isten természet adta ajándékaival. Bár ebből még nem kell messzemenő következtetéseket levonnunk, de tény, hogy a különböző életstílus már eleve súrlódásra, félreértésekre adhatott okot.

Nincs rá válaszuk, hogy Isten miért fogadta különböző féleképpen a testvérek áldozatait és hogy miért nem tekintett az idősebbikére. Azt mondhatnánk, hogy Kain erre föl joggal gerjedt haragra, de szövegünk ennél valósabb ábrázolást nyújt. Amit általában „haragra gerjedt“- el szoktunk fordítani, azt úgy mondhatjuk, hogy „átforrósodott“ és „harag-ette ember“ lett belőle. A harag befészkelte magát agyába-szívébe, mégpedig elementáris erővel. Büszke feje lehorgadt és – ami a döntő – Kain semmit nem tett annak kiteljesedése ellen. Isten erre az átforrósodottra kérdezett rá, sőt még az emelt fő méltóságát is kilátásba helyezte számára. Ugyanakkor az ajtaja előtt leselkedő bűn veszélyére is figyelmeztette, amit Kain elengedett a füle mellett.

Amikor a harag az ember agya forró lüktetését éri el, általában lepattannak róla az egyébként átgondolható és logikus ellenérvek. Ha időben nem szabadultunk tőle, képessé tesz olyan lépésekre is, amelyekre józan ésszel még gondolni se mertünk volna. „A nap le ne menjen úgy, hogy még tart a haragotok“ Káin nyilván nem egy napot, hanem hosszabb időt is engedett magának, hogy az emberi méltóságán esett csorbát kiköszörülje. Istenen ezt nem tudta megtorolni, de ott volt az egyszerre riválissá kinőtt testvére, akit az ő megművelt mezejére csalt ki, hogy ott elpusztítsa (nyelvi érdekesség, hogy az ölés igéje héberül *hárag* és ez Kainnál a haraggal párosult!) Káin és Ábel esete tragédia, de – hála Istennek; nem szükségszerű, hogy minden testvér-rivalitás így végződjék. Ennek érdekében azonban tenni kell. Erre tanít sok apostoli intés. De a leghatásosabb ellenszert Jézustól tanulhatjuk meg. Amikor a ne ölj! parancsolatot magyarázta, nem hagyott kétséget afelől, hogy az ölés is lehet határtalan harag következménye. Mielőtt felforr a düh és haraggá izmosodik, mozgósítani kell azokat az erőket, amelyekkel Isten ajándékozott meg bennünket. A megbéküléshez nekem magamnak kell megtennem az első lépést. Jézus még a zsidók számára oly fontos vallási kötelezettséget is – az áldozást – mellőzhetőnek tartja addig, amíg a megbékülésért nem tettünk. „Békülj meg a te ellenségeddel hamar, amíg az úton vagy vele“ (Mt 5,23), Ez pedig nekem és nem a haragosomnak szól, s engem kötelez az első lépés megtételére.

A harag rossz tanácsadó. A szeretet viszont „türelmes, nem irigykedik, nem kérkedik, nem fuvalkodik fel...nem keresi a maga hasznát, n e m g e r j e d h a r a g r a .“ (1 Kor 13,4) A kérdést azonban nem takaríthatom meg magamnak: mikor váltam el haraggal szüleimtől, gyermekeimtől, munka- vagy üzlettársamtól? Megbántam-e vagy elégtétellel töltött-e el a haragos elválás? Mikor teszem meg az első lépést, hogy legyőzzük a haragot? Ámen

Gémes István