

Tézisek

1. A 21. század elején élő posztmodern ember életformája radikálisan megváltozott. Az új életformába az ember nem tudott biztonsággal integrálódni. A tradicionális családi struktúrák és csoportok szétesése, az individuum egyre gyakoribb izolációja, az identifikációs személy, a példakép hiánya, és az ezekből eredő identitásproblémák az egzisztenciális szorongás növekedéséhez vezettek. A korábban rendelkezésre álló szorongást enyhítő és reménységet erősítő eszközök – a hit, a vallás, a közösségek, a nagyobb csoportokhoz való tartozás, a nagycsaládban való élés és a szociális struktúrák megtartó erejének szorongást csökkentő hatása – mára egyre inkább az élet deficitjéhez tartoznak. A szorongást erősíti az attól való félelem is, hogy az ember élete végül értelmetlenül hullik a semmibe.
2. A Szentírás szerint az ember elbizonytalanodott élethelyzete a teremtő Istennel való kapcsolatban, a vele való közösségben áll helyre. Ebben a kapcsolatban az ember takargatás nélkül megélheti a szorongását, félelmét, mert őszintén beszélhet róluk Isten előtt. A zsoltárokból találunk erre példákat: „Lelkem is csupa reszketés, és te, Uram, meddig késel? (Zsolt 6,4/b). „Uram, légy kegyelmes hozzám! Gyógyíts meg engem (Zsolt 41,5). „Segíts meg, Istenem, mert nyakamig érnek a vizek! (Zsolt 69, 2). A posztmodern emberrel szemben a Biblia korának embere azért tudott a szorongásaival együtt élni, mert azokat felvállalva, Isten előtt kimondhatta és tőle várhatott reménységet és feloldozást.
3. A keresztyén ember számára a szorongás felismerésében, értelmezésében és megoldásaiban alapvető szempont a teológiai megközelítés. A teológia a szorongást, mint az Isten által biztosított egzisztencián belüli adottságot vizsgálja. Ez azért lényeges, mert a szorongás valósága is csak Isten előtt érhető meg. Eszerint a szorongás nem létidegen jelenség, hanem az ember egzisztenciájának egyik alapvető jellemzője. Az ember teremtettségéhez hozzátartozik a szorongás, hiszen a szorongás elsődleges jelentése a határok közé szorított lét érzése. A Szentírás szerint ez a szorongás nem megbetegítő, hanem az Isten és az ember kapcsolatának felismert jellemzője. Az ember ezért alázatos a teremtőjével szemben. (O. Haendler)

4. A nemlét egzisztenciális tudatosulása szorongást okoz. Az emberben a nemlét három irányban fenyegeti a létet:

- a. a haláltól való szorongásban – ontikus önigenlés,
- b. az értelmetlenségtől való szorongásban – spirituális (lelki) önigenlés,
- c. a kárhozattól való szorongásban – erkölcsi, morális önigenlés.

Mindhárom szorongás és önigenlés egzisztenciális és nem patológiás jelenség. Patológiás szorongás ugyanis akkor jön létre, ha az ember nem vállalja fel az egzisztenciális szorongásait és a neurózisba menekül a reménytelenség elől. (P. Tillich)

5. A pasztorálpszichológia felismerése szerint a szorongás elmélyülését és patológiás megjelenését leginkább a kapcsolatnélküliség okozza: a kapcsolat megszakadása, megromlása és elbizonytalanodása. A pasztorális segítségnyújtás elsődleges feladata eszerint – az Istennel és az embertársakkal megsérült bizalom-kapcsolat (1Jn 4,12) helyreállítása és meggyógyítása. A szorongó ember pasztorális kísérésében – egyéni és közösségi szinteken –, a lelkigondozó és a lelkigondozott kapcsolatában a bizalom olyan érzelmi és indulati alap, amelyből gyógyulás születhet. S amelynek végső eredménye a bizalom kapcsolatának helyreállása Istennel és a másik emberrel.