

## *Könyörtelen leszámolás a rohanással*

**„Túlságosan is közéről ismerem a »rohanás betegségét«. Kétségbeesett szükségem volt erre a könyvre.”**

Scott Harrison, a *New York Times* bestsellerlistáját vezető *Thirst (Szomj)* című könyv szerzője

**„John Mark Comer rendkívül tehetséges vezető, előadó és író. Sok bölcs tanácsot találhatunk a könyvében.”**

Nicky Gumbel, a Holy Trinity templom plébánosa (Brompton, London)

**„Hiánypótló. Felszabadító.”**

Annie F. Downs, a *100 Days to Brave (Válj bátorrá 100 nap alatt!)* című sikerkönyv szerzője

**„Egyik nemzedéknek sem volt még olyan nagy szüksége erre a könyvre, mint a miénknek. John Mark csoda szépen le-**

írta, mi a gyógymód túlhajszolt, fáradt  
lelkünk számára.”

Jeremy és Audrey Roloff, a *New York Times*  
bestsellerlistáját vezető  
*A Love Letter Life (Szerelmeslevél-élet)*  
című könyv szerzői

**„Remek ember; még remekebb könyv!”**

Bob Goff, a *New York Times* bestsellerlis-  
táját vezető *Love Does (A szeretet  
cselekszik)* és *Everybody, Always  
(Mindenkít, mindig)* című könyvek szerzője

**„Ez a könyv üdítő, felvillanyozó; ugyan-  
akkor komoly megrázkódtatást okoz.  
Gyönyörű és ellenállhatatlan megfo-  
galmazással közvetít prófétikus üze-  
netet korunk számára.”**

Pete Greig, a 24-7 Prayer  
(Nonstop Ima) mozgalom alapítója,  
az Emmaus Rd gyülekezet  
vezető pásztor (Guildford, Anglia)

**John  
Mark  
Comer**

**Könyörtelen  
leszámolás  
a  
~~rohanással~~**

**John  
Ortberg  
előszavával**

# Tartalom

Előszó: John Ortberg	xiii
Bevezetés: Egy járvány életrajza	1
<b>Első rész: A probléma</b>	
Rohanás: a szellemi élet nagy ellensége	17
A sebesség rövid története	29
Nagy a baj	45
<b>Második rész: A megoldás</b>	
Megsúgom: a megoldás nem a több idő	61
A könnyű iga titka	75
Igazából életmódról beszélünk	89
<b>Közjáték: Várjunk csak, mik azok a szellemi életgyakorlatok?</b>	
	99
<b>Harmadik rész: A ráérősebb élet négy szokása</b>	
Csend és egyedüllét	119
Nyugalomnap	143
Egyszerűség	177
Lelassítás	219
Zárszó: Csendes élet	245
Akiknek köszönettel tartozom	259
Feladatok	261
Jegyzetek	263
Néhány szó rólam	281

# Bevezetés

## Egy járvány életrajza

Vasárnap este van. Tíz óra. A fejemet nekitámasztom a Uber ablakának. Ahhoz is túl fáradt vagyok, hogy rendesen felüljek. Ma hat alkalmon szolgáltam – igen, *haton*. A gyülekezet, ahol pásztor vagyok, nemrég beiktatott *még egy* alkalmat. Mert így kell csinálni, nem? Helyet kell szorítani az embereknek. Úgy a negyedikig még tudtam követni a dolgokat; arra viszont már nem emlékszem, ami utána következett. Az, hogy fáradt vagyok – érzelmileg, mentálisan, még szellemileg is –, nem kifejezés.

Amikor átálltunk a hat vasárnapi alkalomra, felhívtam egy kaliforniai megagyülekezet pásztorát, aki már jó ideje hat alkalmat tartott.

– Te hogy csinálod? – kérdeztem tőle.

– Egyszerű – felelte. – Olyan, mint minden héten lefutni egy maratont.

– Ó, köszii!

Azzal lettettem.

Várjunk csak... – a maratoni futás nagyon nehéz, nem? Belevágtam hát a hosszútávfutásba.

Ő viszont azóta afférba bonyolódott valakivel, és otthagyta a gyülekezetet. Ez nem volt túl biztató jel a jövőmre nézve.

Azóta hazaértem; jöhet a késői vacsora. Elaludni még nem tudok; hiába vagyok holtfáradt, közben fel is vagyok pörögve. Kinyitok egy sört. Eldőlök a kanapén, elkezdek nézni valami ismeretlen kungfus filmet, amelyről még soha senki nem hallott. Kínaiul megy, felirattal. Keanu Reeves a gazfickó.<sup>1</sup> Keanut nagyon kedvelem. Nagyon sóhajtok. Mostanában szinte minden este így zárul: a kanapén tévézek, jóval azután, hogy a családom ágyba bújt. Régebben idegenkedtem a kungfutól; idegesített. Vajon ez most akkor annak a jele, hogy küszöbön áll nálam valami mentális betegség? („Az egész azzal kezdődött, hogy rákattant a független stúdiók által készített harcművészeti filmekre...”)

Az az igazság, hogy úgy érzem magam, mint valami kísértet. Félig élőnek, félig halottnak. Leginkább talán zsibbadt vagyok; lapos, egydimenziós. Érzelmileg szüntelen szorongás bujkál bennem, szinte sosem múlik el, és némi szomorúság is vegyül bele, de főként szellemi fásultságot érzek – ürességet. Mintha üreges lenne a lelkem.

Úgy rohan az életem. És én szeretem a rohanást. „A” típusú személyiség vagyok. Hajtós. Olyan, aki seperc alatt lerendezi a dolgokat. De itt ezen már rég túl vagyunk. Heti hat napot dol-

gozom kora reggeltől késő estig, és *még így sincs* elég időm mindent elintézni. Sőt, kapkodásérzésem van. Mintha úgy száguldának át a napokon; mintha annyira lefoglalna az élet, hogy elszalasztanám a pillanatot. És mi az élet, ha nem pillanatok sora?

Más is van így ezzel? Csak nem lehetek én az egyetlen...!

Eljön a hétfő reggel. Korán kelek. Sietek az irodába. Mindig sietek. Ez a nap is tele lesz megbeszélésekkel. Ki nem állhatom a megbeszéléseket. Introvertált vagyok, kreatív, és a legtöbb ezredfordulóshoz hasonlóan túl könnyen elunom magam. Minden érintett szempontjából borzasztó ötlet engem betuszkolni egy csomó megbeszélésre. De a gyülekezetünk nagyon gyors növekedésnek indult, és ez okozza a gondok egy részét. Ezt habozva mondom ki, mert nekem elhiheted, hogy zavarba ejtő: évente több mint ezer fővel nőtt a létszámunk hét egymást követő éven át. Azt hittem, erre vágyom. Végül is minden pásztornak a gyorsan növekvő gyülekezet az álma. De van, amit csak kemény lecke árán lehet igazán jól megtanulni: mint kiderült, valójában *nem szeretnék* vezérigazgató / egy nonprofit szervezet ügyvezető igazgatója / HR-szakértő / stratégiaguru / vezetők vezetőjének a vezetője lenni.

Azért vágtam bele ebbe az egészbe, hogy Jézus útjára tanítsak másokat. De vajon ez Jézus útja?

És ha már szóba került Jézus: ott bujkál az agyam hátsó zugában egy rémisztő gondolat. Egy kérdés, amely folyton piszkálja a lelkiismeretemet: *kivé válok így?*

Nemrég lettem harminc (harmadik szint!), szóval már van némi tapasztalatom. Ahhoz épp elég, hogy felvázoljam, milyen pályát ír majd le életem jellemgörbéje a következő néhány évtized alatt.

Megállok. Nagy levegő... Elképzelem magam negyvenévesen. Ötvenévesen. Hatvanévesen... Nem valami hízelgő a kép.

Olyan embert látok magam előtt, aki „sikeres”, de csupa helytelen mércével mérve: a gyülekezet mérete, a könyvek eladása, az előadói meghívások, a társadalmi statisztikák és hasonlók alapján – na meg az új amerikai álom alapján: hogy van-e saját Wikipédia-oldala. Hiába beszélek folyton Jézusról, olyan embernek látom magam, aki érzelmileg egészségtelen, szellemileg pedig sekélyes. Még benne vagyok a házasságomban, de kötelességből, nem örömből. A gyerekeim hallani se akarnak a gyülekezetéről – hiszen azt Apa választotta szeretőjének, hogy hozzá fusson, nála rejtőzön el a sebe okozta fájdalom elől. Tulajdonképpen ugyanaz leszek, aki ma vagyok, csak idősebb és még rosszabb: feszült, ideges fickó, aki rá-ráripakodik azokra, akiket a legjobban szeret; boldogtalan ember, aki olyan életvitelről prédikál, amely szebbnek hangzik, mint amilyen valójában.

És mindig *siet*.

Miért igyekszem rohanva olyanná válni, aki nem is szimpatikus nekem?

Fejbe kólint a gondolat: Amerikában lehet valaki sikeres pásztor úgy, hogy közben kudarcot vall Jézus tanítványaként; megnyerhet egy gyülekezetet úgy, hogy közben elveszíti a lelkét.

Nem akarok ilyen életet...



És most tekerjük előre az idő kerekét három hónappal: Londonból repülök haza. Egy héten át karizmatikus anglikán barátaimtól tanultam, milyen a Szellemben élni; olyan ez, mint a valóság egy teljesen új dimenziója, amelyet eddig észre sem vettem. De minden megtett mérfölddel közelebb kerülök ahhoz az élethez, amelytől úgy rettegek.

A hazaindulásom előtti estén egy Ken nevű fickó imádkozott értem flancos brit akcentusával; kapott egy üzenetet, hogy útke-resztesződéshez érek. Az egyik út ki van kövezve, és egy fényárban úszó városhoz vezet. A másik egy homokút; egy erdőbe vezet; a sötétbe, az ismeretlenbe. Nekem a kikövezetlen utat kell választanom.

Halvány sejtelmem sincs, mit jelent ez. De *valamit* jelent, azt tudom. Ahogy kimondta, éreztem, hogy a lelkem megremeg Isten keze alatt. De mit üzen nekem Isten?

Átnézem a drótpostámat; erre jó a repülőút. Le vagyok maradva, szokás szerint. Rossz hír: jó néhány munkatárs kiakadt rám. Kezdem megkérdőjelezni ezt az egész megagyülekezeti dolgot. Nem is annyira a gyülekezet méretét, hanem inkább azt, *ahogy* kialakítjuk.<sup>2</sup> Tényleg erről szólna? Egy csomó ember eljön, meghallgat egy beszédet, aztán visszatér a túlterhelt életéhez? Csakhogy a kérdéseimet dühösnek és lekezelőnek érezték. Érzelmileg annyira rossz állapotban vagyok, hogy vegyi hulladék szivárog belőlem szerencsétlen munkatársaimra.

Hogy is szól az a vezetéssel kapcsolatos mondás? „Amerre a vezetők mennek, arra tart a gyülekezet is.”<sup>3</sup> A csudába is; remélem, a gyülekezetünk nem úgy végzi, mint én!