

tezni jó, hogy – személyesen mi magunk is – nem véletlenül léte-zünk, hogy van „otthonunk”. A filozófia – amíg a kétkedő kérdés művészetének tartja magát – nem alkalmas arra, hogy megadja nekünk ezt az otthont: előbb át kell lépnie a spiritualitás határát, hogy segítségünkre lehessen. A már bizó ember végül is nem tud bizonyítható választ adni a kétkedő embernek – de erre nem is köteles annak érdekében, hogy ő maga „hinni” tudjon, azaz rá tudjon hagyatkozni az „otthonára”. Válaszában végső soron belső meggyőződésére fog hivatkozni – amelyet azonban igazol az, hogy ez a meggyőződés szilárdan megállja helyét az élet forgandósága közepette.

A spiritualitás nem bizonyítékon, hanem belső tapasztalaton alapul. Az ehhez a tapasztalathoz vezető út nem más, mint valaminek a tudatosodása, ami a legtöbb ember számára különben is világos, csak még nem gondolta át igazán. A tudatosulás kulcskérdése nagyjából így hangozhatna: „*Van-e értelme számomra a szeretetnek?*”, vagy így: „*Van-e jelentősége számomra a jónak és a rossznak?*”

Jóllehet az ilyen kérdések számunkra nagyon is fontosak, ezek a racionális bizonyítás számára megközelíthetetlenek. Hogy választ ta-

láljunk rájuk, előbb ki kell lépünk én-központúságunkból, amelynek következtében esendőnek, végesnek és végső soron értelmetlennek éljük meg saját életünket. Ettől az értelmetlenségérezéstől a legnagyobb akarati erőfeszítéssel sem tudunk megszabadulni, mert éppen ez az erőfeszítés tart minket az „én” fogóságában. Csak egy átfogóbb élet megérzése (vagyis a szeretet!) képes kivezetni minket az „én” bűvköréből. Az „én”-nel együtt aztán magunk mögött hagyjuk a bennünk élő kétkedőt is, aki cinikus „Na és?” kérdésével vonakodik rálépni a haza vezető útra. – Aki azután elég mélyen „beleereszkedik” a szeretetre és a jóra irányuló kérdésekbe, az boldogan megtapasztalhatja „az élet értelmét”, úgyhogy egészen új szemmel látja majd az életet.

Helyzetünket a Lukács-evangélium egyik kis epizódja írja le (Lk 10,38-42), az, amelyben két nővér befogadja házába Jézust, a vándortanítót. Az egyiket, Mártát teljesen leköti a vendégek ellátásának feladata, miközben a másik, Mária egyszerűen leül, hogy semmit se szalasszon el Jézus tanításából. Jézus állásfoglalása egyértelmű: „*Márta, Márta! Te sok mindenért aggodsz és fáradozol! De csak egy a szükséged. Mária a jobbik részt választotta!*” – a figyelmes meg-

hallgatást, saját spiritualitásának keresését. Ez egyszerűen abban áll, hogy mindent valami nagyobbak az összefüggésében lássunk – és ezt a felfoghatatlanul nagyobbat („Istent”) „*egész gondolkodásunkkal*” szeressük.

Ennek a spiritualitásnak a konkrét megvalósulása azonban egyéni-leg nagyon különböző lehet, mivel a valóságos életet értelmezi, és mindenkinek az egyéni gondolkodásában valósul meg. Egyedül maga a konkrét ember mondhatja el, mi ragadta meg őt, mi ad értelmet az életének, és mit szeretne kincsként továbbadni a többieknek. Ebben az értelemben még Jézus istentapasztalata is „szubjektív” volt, ahogyan azok az emberek is, akik valami hasonlót tapasztalnak meg, „csupán” szubjektív benyomásokról számolhatnak be. Életünk értelmének kérdésében azonban a „szubjektív” szó – meggyőződésem szerint – nem valamiféle korlátozást jelöl, hanem az effajta tapasztalatok feltétlen érvényességét fejezi ki. Aki vállalja a spirituális út fáradsalmait, az remélheti, hogy az út végén valami „végérvényes” tapasztalatban lesz része, még akkor is, ha azt ismét csak „szubjektív” módon képes közölni másokkal.

A spiritualitás burkolt önzés?

Fulbert Steffensky önminterjúja

Talán egy mogorva öregember csömöre ez: A „spiritualitás” szó egy idő óta ellenszenvet vált ki belőlem, hallani sem bírom. Olykor megkérdem magamtól, miért van ez így, és aztán így vitázom magammal:

Tulajdonképpen miért húzod el mindig a szádat, ha a „spiritualitás” szót hallod?

Mivel ez olyan szó, amelyről nem tudom, mi rejlik mögötte, és milyen érdekek kötődnek hozzá. Ez a szó tréfát űz velünk. Csak néhány szókapcsolatot nevezek meg, amelyekkel találkoztam már: Spiritualitás az osztályteremben. Spiritualitás és egészség. A pénz spiritualitása. A rádió spiritualitása. Spiritualitás és menedzsment. A kutatás spiritualitása. – Mit szolgál ez a szó?

De elismered, hogy az emberek olyasmit keresnek ezzel a szóval, ami hiányzik nekik? A spiritualitásnak a lélekhez van köze. Talán a lelket keresik egy lelketlen korban.

Igen – valamit biztosan keresnek. De nem tudom biztosan, hogy a „spiritualitás és menedzsment” témában éppen a lelket keresik-e egy lelketlen korban, vagy pedig mégiscsak a hatékonyságot és a profitot. Nem

tudom biztosan, hogy a „spiritualitás és egészség” esetén nem csupán saját jó közérzetük fokozását keresik-e.

Mi a kifogásod a jó közérzet ellen?

Semmi! De a gyereket nevének kell nevezni, nem pedig illedelmes gyermekké fészülni a „spiritualitás” magasztos szavával.

De hát mi szól az ellen, hogy az emberek törődnek a jámborságukkal?

A saját jámborságunk iránti érdeklődés lehet az egoizmus burkolt formája. Ez a keresés is lehet „lelki kapzsiság”, ahogyan Keresztes Szent János nevezi. Önmagunk vallásos élvezete az élvezet legkomikusabb formája.

Mégsem tilthatod meg az embereknek, hogy hitbeli tapasztalatokat keressenek! Ne legyen több a hit, mint bizonyos tantételek száraz jóváhagyása? Gondolj Assisi Ferenc, Bingeni Hildegard vagy Avilai Tezér istenélményeire! Tartósan csak abban tud hinni az ember, amiről legalább leheletnyi tapasztalata van.

Vélhetően igazad van. De más az, hogy tapasztalatokhoz jutok – és megint más az, hogy keresem azokat. Aki Istent keresi, bizonyos tapasztalatokra tesz szert

keresésének útján: az elrejtettség tapasztalatára, olykor a boldogságéra, a sötétségére, a vigasztalanságéra, a si-várságéra, és épp elég gyakran Isten távollétének tapasztalatára. Ezt lehet olvasni a zsoltárokból. A sivatag tapasztalatai! A sivatagok ritkán borulnak virágba. *Leon Wieseltier* amerikai újságíró és teológus felismerte ezt. Bírálja a vallási csúcspontok iránti vágyakozást: „Az éhség arra, amit az amerikaiak 'csúcstapasztalatnak' (*peak experiences*) neveznek, ez kissé gyáva dolog, annak a kísérlete, hogy kikerüljük azokat a következményeket, amelyek később adódnak az életben. Természetesen bekövetkezhet az epifánia ('Isten megjelenése'), de az epifánia után bekövetkezik az epifánia utáni pillanat. A legnagyobb élmény eléri a csúcspontját. És aztán valamikor – teljesen hétköznapi öltözetben – jön az eszkatologikus csalódás tapasztalata.”

De hát maga a Biblia számol be ilyen istenélményekről: Isten szól Ábrahámhoz, és ő válaszol. Beszél Mózeszel. A próféták hallják a hangját.

Persze. De a hit története során egyre ritkábbá válnak a közvetlen istenélményről szóló beszámolók. Amikor a hit felnötté válik, kibírja élmények nélkül. Nem is a vallási élményeket kritizálom, hanem az esztelen ragaszkodást az élményekhez, az élmények „betervezését” és az élménykeresést. Aki valóban Istent keresi, az éppenséggel Istent keresi, nem pedig az élményt. Istent szereti, nem pedig az ő megtapasztalását. Úgy van ez, mint a szerelemben: *Valakit szeretek, vagy a szerelem tapasztalatát szeretem? Valakit csókolok meg, vagy a csók élményét szeretem?* Tehát nem a tapasztalat vagy az élmény az én problémám, hanem a tapasztalásba vetett hit – az Istenbe vetett hit helyett. A hithez hozzátartozik a szegénység, a tapasztalatokban vagy élményekben való szegénység is.

Az egyházak irgalmasabbak az élmények iránti éhséget illetően, mint te vagy! Táplálják ezt az éhséget, és nem akarják megvonni a hittől annak érzéki megtapasztalását. És te rossznak akarod beállítani ezt az éhséget?

Az éhséget semmiképp sem akarom leszólni, de ennek az éhségnek az illuzórikus csillapítását igen. Az éhség csillapításának ezt a gyorsítkezedei kínálatát.

Miféle gyorsítkezdekről beszélsz?

Látom sok egyházi felsőoktatási intézmény képzési ajánlatát, amelyek „spiritualitás” főcímmel futnak. Gyakran olyan spiritualitásról van szó, amely csak hízelegni akar az embereknek. Idézem: Párbeszéd a kövekkel. Hormonjoga a változó évek körüli nőnek. Ösztön-táplálás. Evezés. A papírmerítés spiritualitása. Kérdezem: Ez nem a régi üzenet olcsó feloldása-e, míg a végén csak semmitmondó kijelentések maradnak?

Te egy öreg, zsémbes szerzetes vagy, és az is maradsz! Számódra a spiritualitásnak mindig a legmagasabb érettség szintjén kell megjelennie. Megveted a játékokat, és száműzni akarod a jókedvet, ahogyan az egyházak épp elég régen teszik.

Igen, talán így van. Ahhoz a nemzedékhez tartozom, amelynek nem rejtették a bölcsőjébe a játékokat és a jókedvet. Tehát kissé lassan tanulom meg, hogy az ösztöntáplálás és a drágakő-meditáció témáját nem kell kizárni. Van azonban két kérdésem az egyházakról és ezt a munkát illetően: Az egyik: Nem csupán olyan témáknak szentelik-e itt magukat, amelyek főként a polgári rétegben találnak visszhangra? A takarítónők és a közművesek többnyire nem érdeklődnek a drágakő-meditáció iránt.

És a másik kérdés?

A legfontosabb kérdésem ez: Amikor efféle spiritualitásról van szó, akkor nem feledkeznek-e meg az egyhá-

zak a legfőbb céljukról – Isten országának kereséséről? Jézustól nem a vallási tökéletesedést tanulom, hanem annak az országnak a keresését, amelyben a szegények igazukhoz jutnak, az utolsók elsők lesznek és a sírók ismét nevetni tudnak. A spiritualitás tevékenység: a spiritualitás igazságosság.

„Aki belemerül Istenbe, a szegények mellett bukkan ismét a felszínre”, mondja *Jacques Gaillot* francia püspök. És ezt mondja Izajás könyvének csodálatos 58. fejezete is. Megosztani kenyerünket az éhezőkkel, felöltöztetni a mezíteleneket, befogadni a nyomorgókat – ezek olyan formái a vallásosságnak, amelyek nélkül minden imádkozás, böjtölés és minden mise vagy istentisztelet csak nyafogás. Csak annak a gyógyulása fog előrehaladni, csak annak az imái és kiáltásai nyernek meghallgatást, aki nem engedi el a füle mellett a szegények kiáltását. A „tisztá vallásosság” prófétai kritikája, Isten olyan tisztetének kritikája, amely elmegy a megkínzott világ mellett, végighúzódik az egész hagyományon. A vallásosok vallásossága gyanús: A megkínzottak arcán találják-e meg Istent, vagy maguk által barkácsolott vallásosságban merül ki? Az evangéliumban ez áll (Mt 6,33): „Keressétek előbb Isten országát, minden más hozzáadatik majd nektek!”

Vajon nem épp ez-e a spiritualitás iszonyatos instrumentalizálása? Felszerelkezés a politikai munkához? „Alkalmazott vallásosság”, amely bizonyos szándékokhoz és célokhoz kötődik? A legjobb célok is tönkreteszik az ügyet.

Elismerem: fennáll a forradalmi pragmatikusok veszélye. Számukra az istentiszteletek annyit érnek, amennyi politikai elemzést és cselekvési útmutatást tartalmaznak. Ezek a pragmatikusok hajlanak arra, hogy csak azokra az istentiszteletekre menjenek el, amelyeken kifejezetten politikai témákat tárgyalnak. Egy forrófejű fiatal, aki éppen megszökött a kolostorból, egyszer ezt írta: „Az ima arra készíti föl az embereket, hogy vállalják felelősségüket a világért.” Bár az effajta imádság kedvesebb lenne számomra, mint mindazon imák, amelyekben figyelmen kívül hagyjuk a világot, de az ima nem eszköz, nem csupán előkészület, hanem a szomorúság, a panasz, a boldogság és a dicséret nagy játéka. Annak tiszta aktusa, hogy Isten színe elé vigyük magunkat és a világot. *Dorothea Sölle* azt mondaná: A szeretet aktusa. A szeretetnek nincsenek szándékai. Azt kívánám, hogy tanuljunk meg: legalább alkalmilag ne akarjunk semmit Istentől. Az istentiszteletek mint nagy petíciós rendezvények az idegeimre mennek.

Ezt elmondhatnád egyszer a föld megkínzottjainak: Tanuljátok meg, hogy ne akarjátok semmit Istentől!

Igazad van. Jogunk van Istent ostromolni, felébreszteni álmából. „Ébredj föl, kelj föl!”, kiáltják a zsoltárok. Ennek ellenére, legalább időnként olyan istentiszteleteket kívánok, amelyeken semmit sem közlünk Istennel, és semmit sem akarunk tőle. Helyes dolog, hogy az istentiszteleteken ne rejsük el öröm- vagy fájdalomkiáltásainkat. De hol van helye a nagy szándéknélküliségnek? Hol van helye a szintiszta istendicséretnek? Mikor van az, hogy Istent nem tekintjük fejösthétnak, akinek az istállójába csak akkor megyünk be, ha meg akarjuk fejni? Szándékok és hátsó gondolatok nélkül közeledni valakihez azt jelenti: szeretni őt. Vajon lehet-e még ma arra gondolni, hogy így szeressük Istent?

Még egyszer visszatérek a spiritualitás sajátos formáira, például a lelkigyakorlatokra, a meditációra, a pusztai visszavonulásra. Önmagunk vallási alakításának ezek a kísérletei is egyházi átkod alá esnek?

Itt is az a kérdés, mit keresek és mit szándékolok. Ha a meditáció szándéka önmagamra irányul, akkor a meditáció is lehet a narcizmus aktusa. De ezt nem akarom ráfogni a meditálókra. Ezekben a kísérletekben elsősorban azt becsülöm, hogy az emberek olyasmit tesznek, aminek nincs közvetlen célja. A célnélküliségnek megvan a maga nyakas célja abban a társalomban, amely a hatékonyság megszállottja. Szép dolog, ha a meditációban az emberek megismerik magukat, és belebotlanak saját megkövesedettségeikbe. Azt kívánnám, hogy az ilyen rendezvények párbeszéddek legyenek. Az ember nem képes megismerni magát pusztán önmagában. Nem vagyunk képesek megtanulni, kik vagyunk, ha nem merészkedünk idegenbe.

Mi lehet ez az „idegen”? Például a Biblia, amely szembehelyezkedik velem; vagy egy mesternő vezetése, aki megszabadít engem magamtól. A spiritualitás nem monologikus, hanem mindig beszélgetés egy idegennel.

Hát akkor semmit sem lehet elvárni és semmit sem lehet megtalálni, ha saját mélyedbe merülsz le? Nem

esel-e vissza megint a saját bűnös szubjektivitásunk iránti, régi egyházi bizalmatlanságba?

Az önmagunkkal szembeni régi bizalmatlanságnak jó okai vannak, noha meg kell adni, sokakat tett áldozattá – és talán többeket, mint az önmagunkkal szembeni új optimizmus. Az a vágy azonban, hogy az idegennel folytatott párbeszéd elől elmeneküljünk, nemcsak az önmagunkkal szembeni bizalmatlanságból táplálkozik, hanem még inkább annak a csábításnak a gyümölcse, hogy többé akarjunk válni, mint amire önmagunktól képesek vagyunk.

Hát akkor végül is menjünk csak lelkigyakorlatokra, meditáljunk...!

Rendben, de egy feltétellel: hogy mindez nem pótléka a hétköznapi, szürke, nem látványos munkának, az imádságnak, az olvasmányoknak, az istentiszteleteknek. Mert a hétköznapi hűség műveli a lelket.

Forrás: Publik-Forum, 2014/12

Ha mozogsz, a világot mozgatod!

A békés együttélés és a misztika

Amikor misztikus spiritualitásomról beszélek, akkor a csendes ülésből, a *zazen*-ből indulok ki, amelyet most már csaknem harminc éve gyakorlok. Ez a „csak ülés” gyakorlata, amelynek során az összes jelenségek olyan-amilyen voltával szembeszülünk.

Meg lehet kérdezni, mire is jó ez. Nem könnyű megmagyarázni, mert maga az átélés más minőségű, mint az élménynek a leírása. Ahogy egészen más dolog teát inni, mint leírni azt, hogy ízlik a tea.

A *zazen* a pillanat közvetlen megélésének gyakorlása, a pillanaté, amely egy szempillantás alatt fölismereti velem az immanens transzcendenciát. Ebben a pillanatban a valóság nem úgy jelenik meg előttem, amilyennek *gondolom*, hanem *tényleges* mivoltában. Tehát tökéletesen megváltoztatja valóságészlelésem módját. De miért jó ez?

Az értelemre hivatkozás

gyakran nem segít

Manapság határozottan megtapasztaljuk, hogy az értelem nem magától értetődően alapja az egymást megértésnek. Ami számunkra beláthatónak tűnik, az mások számára még közel sem az. Az általunk nagyra becsült értékek másoknak semmit sem számítanak. Egyszerűen azt látjuk, hogy a különböző kultúrákból és életkörülményekből érkező emberek nagyon különbözően érzékelik a világot. A globali-

záció még nyilvánvalóbbá teszi ezt, és fölvetődik a kérdés: Ha az értelem révén nem, akkor milyen síkon tudhatnánk szót érteni, hogy békésen élhessünk együtt?

Ennek érdekében sürgetően szükséges, hogy először is felismerjük, hogyan értjük meg a világot. Valóságészlelésünk ugyanis kihat egész létünkre és cselekvésünkre. Valóságértelmezésünk azonban csak a legkritikább esetben tudatos – nem vesszük észre, hogy különböző feltételektől függ, és korlátozott. Mintáinkat valóságnak tartjuk, s ez türelmetlenséghez és beszűküléshez vezet.

Egy hétköznapi példa jól mutatja ezt a nehézséget: Egy francia bíró, aki muszlim fiatalokat ítélte el, mert megerőszakoltak egy el nem fátyolozott lányt, egy interjúban elmondta, hogy összezavarodott, mivel a fiatalok egyáltalán nem tartották bűncselekménynek tettüket, még a bekövetkezett ítélet után sem: „Értelmünk nem felel meg az övékének, és én nem tudtam közvetíteni számukra világlátásomat.”

„Levenni a szemüveget”

A *zazen* gyakorlásával levesszük meghatározottságaink szemüvegét. A zen-mester *Sessan* egyszer így fogalmazott: „Ha olyannak akarjuk látni a dolgokat, amilyenek, akkor le kell vennünk színes szemüvegeinket. Ebben áll az egész titok. A dolgok olyan-amilyenek voltak, amely-

be nem magyarázunk bele semmilyen pótlólagos vagy természetfölötti dolgot, ez az igazi csoda. Az a képesség, hogy egészen normálisan lássuk a dolgokat, egyáltalán nem banális. Normálisan látni a valóságot egyáltalán nem általános.” A *zazen* ezért úgy lehet leírni mint közvetlen szemlélést, mint a valóság közvetlen megismerését. Röviden: mint a megismerés állapotát.

Tekintettel az erőszakra és a világszerte megmutatózó problémákra, nézetem szerint elengedhetetlen, hogy kilépjünk szokásos elképzeléseinkből és mintáinkból. Nem lenne szabad megfeledkeznünk arról, hogy aligha létezett olyan korszak az emberiség történetében, amikor az ember nem bocsátkozott kegyetlenkedésekbe. Gondoljunk csak az ún. Harmadik Birodalomra, Mao és Sztálin uralmára és a számos háborúra. Ami ma történik, az mindig is jellemző volt.

Mégis hihetetlen tudati előrelépés lenne az emberiség történelmében, ha fel tudnánk ismerni, hogy az erőszak még sosem hozott megoldást, és új utakat kellene keresnünk. Ellenerőszakkal válaszolni az erőszakra, ez azt mutatja, hogy megragadtunk a régi mintákban.

Természetesen ismerjük Mahatma Gandhit, Martin Luther Kinget, Nelson Mandelát, de az ő esetükben látszólag minden másképp volt. Hajlunk arra, hogy azt gondoljuk: „Igen, ezek az egyének erőszakmen-