

Először értettem meg, hogy miért van az, hogy amikor elborít a munka, gyakran újabb feladatok vállalásával vezetem le a feszültséget. A körforgás azáltal törhető meg, mondta a pszichológus, hogy felkészítjük a „csillapító” rendszert, hogy járjon közben az önmagunkkal való együttérzés ügyében: kínlásunk tagadása csak ront a helyzeten.

Nem azért osztom meg történetemet, mert kivételes, hanem mert meggyőződésem, hogy nem az. Sok ember küszködik saját maga emelte börtönfalak között, és alábecsüli a nagyon is valós szenvedést, mert az nem élet-halál kérdése, másoknak pedig még rosszabb. Mindamellett, hogy társadalmi szinten sok szó esik a kiégésről, nemigen beszélünk az ezzel kapcsolatos egyéni tapasztalatokról – talán, mert elpuhultságnak vagy szégyellnivalónak tűnik.

Mindenképpen kissé nevetségesnek tűnt számomra, hogy kiéghetek otthon, miközben teljes mértékben irányíthatam a napirendemet és nem valami elengedhetetlen fontosságú munkát végeztem. De ahogy tovább kutattam az együttérzés-központú terápiát, amelyet Paul Gilbert professzor dolgozott ki, a munkámhoz való rendellenes viszonyom és a tágabb társadalom közötti váratlan kapcsolatra lettem figyelmes.

Gilbert rávilágított, hogy ugyanaz a versenyszellem, amely a túlmunka felé hajtott, alapozott meg egy olyan kultúrát is, amely a munkát az önazonossággal és az önbecsüléssel, nem pedig egy célokat szolgáló eszközzel tette egyenlővé; továbbá egy gazdasággal, amely szerint a több a jobb. Épp ezt kellett csak hallanom, hogy a rendszer elvárásainak megfelelően alakítsam a viselkedésemet.

A sors iróniája, hogy pont a munka történetéről szólt az egyik írásom, amely túlszűfolt napjaim egyikén született. Egyszer régebben James Suzman antropológus mondta nekem, hogy ahelyett, hogy előnyt kovácsolnánk a technikából származó hatékonyságnövekedésből és nőne a szabadidőnk, a huszadik század elején a nyugati társadalom úgy döntött, hogy megduplázza a feltehetően végtelen növekedést – és hogy még többet dolgozik. A munkának mint a személyes elégedettség forrásának történő mai értelmezése, amely köré felnőtt életem legnagyobb részét építettem, valójában a túlórázást igazoló elvként született.

Minél többet tudtam meg a saját munkára törekvésemet megalapozó kapitalista imperatívuszokról, annál mérgeesebb lettem – nem kevésbé magamra, hogy bedőltem ezeknek. Azáltal azonban, hogy megértettem, miként illeszkedek bele egy nagyobb rendszerbe, úgy érzem, jobban ellen tudok állni neki. Hirtelen nemcsak a saját jóllétem miatt lett fontos, hogy meglegyen a nyolcórányi alvás és az önmagam iránti együttérzés, hanem azért is, hogy egy fenntarthatóbb munkamódot alakítsak ki.

Feltűnő volt ebben az évben a „nyüzgés kultúráját” érintő gyökeres változás. Megjelentek a négynapos munkahetet követelők, azzal érvelve, hogy a covid-19 hatására nem több munkát, hanem több pihenést kellene beiktatnunk az életünkbe. A világjárvány nyomában járó paradigmaváltás az emberek figyelmét életük lényegére irányította – arra, ami igazán fontos –, rávilágított arra, hogy az alkoholizmus csak szegényes pótléka az élet értelmének. Még az a munka, amelyet élvezettel végzünk, „sem fogja elleplezni a hiányát” – írta Zadie Smith író a karantén idején: „Nincs nagy különbség a regényírás és a kenyérsütés között. Mindegyik arra való, hogy csináljunk valamit.” Az ez évi tanulság számomra az volt, hogy munka önmagában nem tart meg, bármennyire is átadtam neki magam – hogy nem szerethetem, amit csinállok, miközben felhőborító módon elhanyagolom magam. Abban reménykedem, hogy jövőre és utána is, értéket és értelmet fogok találni az egyensúlyban. Túl kell esni rajta, és kész, mondogattam magamnak régebben – de ugyanez igaz az életre is.

(The Guardian)

Anna Anyikina

Világ pátriárkái egyesültek! Az ortodox egyház és a globalizáció

A moszkvai patriarchátus egyházi külkapcsolatokért felelős osztályának elnöke, Hilarion (Alfejev) metropolita a Roszija24 tévécsatorna adásában azt mondta, hogy jó lenne valamilyen, az ENSZ-hez hasonló világméretű vallási fórumot

létrehozni, amely a különböző felekezetek képviselőit tömörítené. A püspök szerint rendkívül nehéz lenne egy ilyen struktúra megteremtése: „Az ENSZ tagállamainak teljes létszáma körülbelül 200, az egyházak és közösségek száma azonban milliós nagyságrendű.”

Alfejev akkor kezdett el a „vallási közösségek szervezetének” gondolatáról beszélni, miután a ciprusi ortodox egyház zsinata kiállt az ukrán ortodox egyház (OCU) elismeréséért. Korábban II. Krizosztomosz ciprusi érsek az istentisztelet során megemlítette az OCU vezetőjét, Epifanyij (Dumenko) metropolitát, ami tulajdonképpen a kiveji autokefália elismerését jelentette. Maga az érsek a következőképpen magyarázta tetteit: „Az elmúlt évben értesítettük az ökumenikus pátriárkát arról, hogy semleges álláspontot képviselünk, és különféle autokefál egyházak előljáróin keresztül az ortodoxia szolgálatának szenteljük magunkat. Azonban határozottan állást kellett foglalnom. Biztos vagyok abban, hogy döntésem az ortodoxiát és a ciprusi egyházat szolgálja.”

Nem minden ciprusi püspök támogatta előljáróját, de a szinódusok ellenére úgy döntöttek, hogy „nem lépnek fel” II. Krizosztomosz ellen, hangsúlyozva, hogy „a Krisztus egyházának szétszakadásával fenyegető jelenlegi válság leküzdéséhez” „e probléma átfogó megvitatására van szükség, általános részvétellel”. Amint azonban a 2020 februárjában lezajlott ammani pánortodox konferencia tapasztalatai megmutatták, az ukrán autokefália „általános megvitatása” nem megy egyikőnyen az ortodox egyházak primásai számára, és bővül az OCU-t elismerők köre. 2019 novemberében a görögországi és az alexandriai egyház vezetői is elismerték az új vallási szervezetet. Az orosz ortodox egyházban istentiszteleten azóta nem emlékeznek meg az előbbiekről. A – Moszkvától független ukrainjai szervezet létrehozását kezdeményező – konstantinápolyi egyházzal és az élén álló Bartolomeosz pátriárkával a moszkvai pátriárka még 2018 októberében szakította meg teljesen az eucharisztikus közösséget.

Ami Ciprust illeti, Moszkva, csakúgy, mint az alexandriai és a hellén egyház esetében, nem döntött a közösség teljes megszüntetése mellett. Az orosz ortodox egyház szinódusán,

amelyet 2020. november 20-án tartottak, csak azt fogalmazták meg, hogy „nem fogadható el II. Krizosztomosz ciprusi érsek nevének megemlézése, illetve az ima- és eucharisztikus közösség vele, továbbá a ciprusi egyház azon főpapjaival, akik egyházi közösségbe lépnek az ukrán szakadár egyház képviselőivel.”

Később Hilarion (Alfejev) metropolita kifejtette: „Senkit nem ért váratlanul, hogy azok az egyházak, amelyek Konstantinápoly felé tekintenek, és ezek elsősorban görög nyelvű egyházak, előbb-utóbb Bartolomeosz pátriárkát követik. Ezekben az egyházakban őt nem elsőknek tekintik az egyenlők között, hanem valójában az előljárójuknak tartják, tehát ha útmutatást ad nekik valamiben, és ragaszkodik valamihez, ők előbb-utóbb engedelmeskednek.”

Míg az orosz ortodox egyházban Bartolomeoszt tartják a megosztottság okozójának, ő megígérte, hogy 2021 augusztusában Ukrajnába látogat a függetlenség napjának megünneplése alatt. Ezt 2020. november 30-án jelentette be, azután az ünnepi istentisztelet után, amely Denisz Anatolijovics Smihal ukrán miniszterelnök részvételével zajlott Isztambulban. Mivel a liturgiát az ukrainai éhínség áldozatainak emléknapján ünnepelték, a konstantinápolyi pátriárka nemcsak a holodomor elítélését szorgalmazta a tragédia megismétlődésének elkerülése érdekében és gyászmisét mutatott be az áldozatokért, hanem azt is kijelentette, hogy „ez egy – különösen a hívőket érintő – jól megtervezett népirítás volt a keresztény hit és a pravoszláv egyház felszámolása érdekében.”⁴

Az orosz pravoszláv egyház még a krétai gyűlés [összortodox zsinat] előestéjén, 2016-ban „pápizmussal” kezdte el vádolni Bartolomeosz pátriárkát. A gyűlésen tíz pravoszláv egyházfő vett részt. Az orosz, a grúz, a bolgár és az antióchiai egyház lemondta részvételét. Az ammani „Moszkva-barát” találkozón a tizenöt egyházból mindössze hat delegáció vett részt. Egyre nyilvánvalóbb a pravoszláv közösség kettészakadása; mindkét fél csak a saját hatalmi iránytűjére – Konstantinápolyra, illetve Moszkvára – hallgat.

4 Az éhínség közvetlen halálos áldozatainak számát 3-3,5 millió és 7,5 millió közé teszik. [4 ford.]

Az orosz ortodox egyháznak nemcsak a helyi pravoszlávokkal romlott meg a viszonya – a nemzetközi ökumenikus szervezetekkel is megfeneklettek a kapcsolatok, például az Európai Egyházak Konferenciájával (CEC), amely jelenleg 114 pravoszláv, protestáns és anglikán közösséget egyesít Európában. A moszkvai patriarchátus még 2008-ban felfüggesztette részvételét a CEC-ben amiatt, hogy a Konferencia nem vizsgálta felül az észt ortodox egyház tagság iránti kérelmét. Kérdésesnek bizonyult az orosz pravoszláv egyház részvétele az Egyházak Világtanácsában (EVT), a legnagyobb nemzetközi ökumenikus szervezetben is, amelynek tagjai között 348 keresztény egyházat számlál (a katolikuson kívül) a világ több mint 100 országából. Egyfelől a moszkvai patriarchátus nem egy ízben bírálta ennek a nemzetközi szervezetnek a tevékenységét, másfelől – az ortodox konzervatívok követeléseinek dacára – az orosz ortodox egyházban mindezidáig nem született döntés arról, hogy kilépnének belőle. „Az orosz ortodox egyház részvétele a Világtanácsban lehetőséget ad ennek az ökumenikus szervezetnek, hogy megőrizze a keresztény alapokat tevékenysége számára” jelentette ki Vlagyimir Legojda, a társadalommal és a médiával való egyházi kapcsolatokért felelős színóduusi osztály vezetője 2018 júliusában. „Amikor némelyek azt mondják: ki kellene lépnünk a keresztényközi és vallásközi szervezetekből, az Egyházak Világtanácsából, akkor mi a következő indokolt kérdést tesszük fel: és mi hasznunk származna ebből a kilépésből?” – tért vissza ugyanehhez a problémához Hilarion (Alfejev) metropolita 2020 novemberében. Most azonban az orosz ortodox egyház részvételét a Világtanácsban bonyolítja az a tény, hogy annak vannak olyan tagjai, amelyek elismerték az ukrán ortodox egyházat, többek között Konstantinápoly is. 2018 szeptemberében a színóduson úgy döntöttek, hogy felfüggesztik az orosz ortodox egyház részvételét az összes olyan szervezetben, amely a „konstantinápolyi

patriarchátus fennhatósága alatt áll”. Az EVT jelenlegi vezetői között van Konstantinápoly képviselőjében Gennagyij Limurisz metropolita is.

Nem sikerül szoros kapcsolatot kiépítenie az orosz ortodox egyháznak a Szentszékkel sem. Annak ellenére, hogy 2016-ban Kubában lezajlott a moszkvai pátriárka és a római pápa első találkozója, nem lett folytatás. Kirill pátriárka, „számos püspök, pap és hívő” nem áll készen arra, hogy fogadják Ferenc pápát a saját „kánoni területükön”, és nem is olyan régen az orosz ortodox egyházban lesújtó kritikával illették a pápa nyilatkozatát annak szükségességéről, hogy törvényt kellene hozni a bejegyzett élettársi viszonyról, amely a homoszexuálisok jogait védené. „Az orosz ortodox egyház és általában a pravoszlávok álláspontja változatlan marad: ezeket a kapcsolatokat [a homoszexuális viszonyt – NG.] bűnnek tartjuk; természetesen értjük, hogy mint bármely bűnösért, az egyháznak imádkoznia kell értük, és fog is; ezek a kapcsolatok azonban bűnösök, és mi határozottan ellenezük nemcsak egyházi, hanem állami jóváhagyásukat is, és fellépünk ellene” – fejtette ki Vlagyimir Legojda.

„Teljesen nyilvánvaló, hogy az idő megkívánja a vallási közösségek közötti párbeszédet. Mitől lehet elszigeteltségbe kerülni egy ilyen nehéz helyzetben, mint ma, amikor épp ellenkezőleg, annyira fontos a párbeszéd fenntartása, saját álláspontunk képviselése és a véleménycsere?” – tette fel a kérdést Hilarion metropolita a „vallásos ENSZ” elképzelésére reagálva. Olyan körülmények között, amikor minden más terv szétesik – legyen az a pánortodox szolidaritás vagy Moszkva és Vatikán szövetsége, de csak egyenrangú felekként – új utakat kell keresnünk, hogy Oroszország lelki-politikai befolyását terjesszük a Nyugat felé, amely egyszerre kedves és gyűlöletes az orosz ortodox egyház számára. Marad a felekezeten kívüli konzervatív internacionálé, amelyre régóta törekszik Oroszország. Paradox módon azonban, a saját messianisztikus küldetésudatától megszálott moszkvai patriarchátus – miközben folyamatosan bírálja a globalizációt – az egyik globális ábrándjából a másikba esik.

(*Nyevaviszimaja Gazeta*)