

Magunktól magunkhoz

Honnan tudhatná az ember, hogy mit keres, és hogyan eredhetne a nyomába, amíg föl nem fedezte valahol? Ha pedig mégis talált valamit, mi garantálja, hogy valóban ahhoz jutott el, amit keresett? *Platón* szofizmája¹ jól rávilágít arra, hogy a számunkra ismeretlen kutatása során nem rögzíthető sem a keresés folyamatának végpontja, sem az, hogy pontosan mi a cél. A filozófia önnön lényegét többféle szempontból is magában az úton levésben határozhatja meg,² miközben a keresztény hit a *zarándoklat* metaforájával írja körül a földi életet, a lelkigondozó pedig a rábízottak *kíséréséről* beszél. S hasonlóképpen: az individuum saját, legbelső lényegére irányuló kérdése sem kínál megnyugtató válaszokat. Az ember mindig úton van önmagához – teljes bizonyossággal sohasem állíthatja, hogy megtalálta végérvényesen.

Az önismeret kalandja egyszerre vonzó és veszélyes vállalkozás. Vonzó, mert az ismeretlen tartomány új életlehetőségeket, nagyobb játékteret, korábban sosem tapasztalt szabadságélményt ígér. Ugyanakkor veszedelmes is, mert aki lelke mélységeibe alámerül, sosem tudhatja biztosan, lesz-e ereje, kitartása megküzdeni azzal, ami a homályban várja. A befelé hívogató út kimenetele bizonytalan. Egyik velejárója mégis szinte biztosra vehető: menthetetlenül összetörik a kép, amelyet a személy korábban magáról alkotott. A megrázó élmény hatására egyúttal könnyen elveszhetnek a létezés addigi alapját, biztonságát jelentő evidenciák. Mint akinek kicsúszott lába alól a talaj – a rejtekbe lépő úgy érezheti, hogy körülötte minden ingoványra változott. Gyakran elkerülhetetlennek bizonyul egy olyan mélypont elérése is, amely megkérdőjelez és akár el is lehetetlenít minden korábbi tevékenységet és motivációt. Az énekes

egy időre elveszítheti a hangját, az író a szavakat, a tanító biztosnak vélt tudását, amellyel korábban dolgozott. A pszichológiai beavatkozástól való félelem ebben az összefüggésben korántsem mindig alaptalan. Előfordul, hogy az érintett átmenetileg megszakítja szokásos életgyakorlatát, de nem kizárt az sem, hogy egészen új utakra lép. Szerencsés esetben kellő önuralommal és bölcsességgel tartózkodik attól, hogy még mielőtt az integratív fázisba elérne, már a krízishelyzetben hozzon – vagy változtasson meg – fontos döntéseket. Ám a kockázat kétségkívül nem csekély, és a jövőre vonatkozóan sincs garancia. Kérdés, vajon a tisztánlátás előli kitérés hosszú távon megoldhat-e bármilyen élethelyzetet. Érdemes-e a jól kinéző látszatot pusztán a status quo biztonsága érdekében fönntartani? Nem fizet-e túl nagy árat egyébként valós értékekért, aki szüntelen önbecsapás áldozata lesz? Nem szerves része-e a szabad választás és akár még a tévedés joga is a felnőtté válásnak? Amennyiben „a jelenvalólét mindenekelőtt és többnyire *nem ő maga*”,³ hanem ön maga lehetősége csupán, a saját sorskérdéseibe ütköző személy viaskodását jó tapintattal és tisztelettel kezelni. Megjósolni persze nem, csak remélni lehet, hogy a kikristályosodó igazság sodrásában hitelesek és helyénvalók lesznek döntései. Megilleti a bizalom, hogy újonnan fölfedezett szabadságával élni, s nem visszaélni fog. Egy mindenesetre bizonyos: siettetni nem érdemes. Olyan úton jár, ahol elkerülhetetlenül időre lesz szüksége, amíg földolgozza új fénytörésbe került történetét, s mindazt, amit az élete színpadáról ellúzott függöny mögött talált.

Különösen is váratlan kihívás elé kerülhet, aki énképe szerint elsősorban másokért áldozza életét. Lemondani önmagunkról, azelőtt, hogy

1 Platón: Menón. In *Platón összes művei I.* Budapest, 1984, Európa Könyvkiadó, 671. ■ 2 Például *Karl Jaspers* szerint „a filozófia úton-levést jelent. Kérdései lényegesebbek válaszainál, s minden kérdése további kérdést szül.” *Jaspers, Karl: Bevezetés a filozófiába.* Budapest, 1996, Európa Könyvkiadó, 11. ■ 3 Heidegger, Martin: *Lét és idő.* Budapest, 1989, Gondolat Kiadó, 243.

egyáltalán képessé válának érzéklni szükségleteinket, vágyainkat és határainkat, könnyen tévútra viszi az önzetlennek hitt erőfeszítést.⁴ A keresztény segítő hajlamos azonnal és feltétel nélkül felelősséget vállalni mások nehéz helyzetéért, anélkül, hogy észrevenné: saját hogyléte teljesen mások állapotának függvénye lett. Nem érzékeli, milyen nagy szüksége volna egy félig áteresztő membránra önmaga és a világ között. A „legyetek tökéletesek” (vö. Mt 5,48) bibliai fölhívását nem az egészségesség, a teljesség, hanem egyfajta erkölcsi tökéletesség viszonylatában értelmezi. S bár az evangéliumi parancs ebben az összefüggésben nyilván a lehetetlenség falába ütközik, kétségbeesett erőfeszítéssel próbálja tettekre váltani az omnipotencia sokszor tagadott vágyát, s egyúttal fönn tartani a látszatot, amelyet kifelé és befelé mutat. A rendelkezésre állás és a segítőkészség árca mögött az egyén – nem kis árat fizetve, mégis viszonylag könnyedén – szabadul meg attól a belső követelménytől, hogy önléte igazságához jusson el. Aki személyisége belső magát, s ott az elrejtett isteni képmást keresi, annak útja óhatatlanul a törékenységre elfogadásán keresztül vezet. Rá kell ébrednie: nem az a bűne, hogy bármennyire igyekezzék is, mégsem omnipotens, hanem hogy mindedig menekült a gyengesége, tökéletlensége elől. Be kell látnia: attól, hogy nem Isten, még lehet ember – nem lehet tökéletes, de lehet teljesebb. Árnyékának integrálása pedig végső soron nem erőtlenebbé, hanem hitelesebbé teszi. „A felnőtt gyarlóságok mögött ugyanis mindannyiszor felfedezhetjük a korábban megsértett önbecsülést, önszeretetet, az elfogadás hiányának sorstörténetét. (...) Aki az önismereti munkában megtapasztalja, hogy adott esetben szabad rosszat éreznie vagy gondolnia, mert ez megszabadítja a kerülőutas megcselekvéstől, aki lemond ideális önképéről a reális kedvéért, az jobb ember lesz.”⁵

Különös módon azonban létezhet az önismeretnek egy másik, az eddigiektől eltérő kiindulópontja is. Előfordul, hogy aki saját, személyes hite és egyúttal istenképe megtisztításán fáradozik, hasonló eredményre jut. Szeretné feltétel nélkül szeretni Istent – ahelyett, hogy vele való kapcsolatát önös céljai elérésére használná fel. Azon dolgozik, hogy átadja az irányítást Valakinek, akit valójában mindig csak keres – akinek megmutatkozása legfőljebb kegyelmi ajándék, birtokolható állandóság viszont sohasem lehet. Nem érteni vagy leírhatóvá tenni, hanem tapasztalni vágyik a transzcendenciát. Intellektuális erőfeszítések helyett az észlelés és a szemlélődés útjára lép. Belemerészkedik tehát az Isten előtti csönd nem kevésbé veszedelmes kalandjába. A sivatagban töltött idő rendkívül termékeny, de kellő fokozatosság és gyakorlat híján könnyen életveszélyesnek bizonyul. A gyanútlan és naiv vállalkozó néhány nap leforgása alatt az egyre súlyosbodó testi tünetek, az idegösszeomlás vagy akár az örülettől való félelem szakadéknak szélén találhatja magát. Életmentő játékaink: a háttérzaj, a szüntelen aktivitás, a képzelet és a gondolkodás hiányában semmi nem marad, amivel az ember leköthetné a figyelmét és elkerülhetné a találkozást a magánnyal és a sötétséggel, amely hétköznapjainkban mindezek alatt némán meghúzza magát. A lélekben zajló kataklizma az önismereti folyamathoz képest itt sem kevésbé drámai. Az ön- és istenkeresés a legjobb szándék mellett is tévútra juthat.⁶ A csönd pillanatok alatt megfoszt minden önmagunkról táplált illúziótól. A korábban még csak nem is tudatosuló góg darabokban hull a porba. Elérkezik az idő, amikor a személy úgy érzi, összes reménye odalett. Istent nem találta meg, azonban elvesztett minden más is, ami az életnek azelőtt értelmet adott. Egyedül a *semmi* maradt, reszketve áll színe előtt. Ki tudhatná a teljes kiettség kínjai közt biztosan, hogy az akarás, az erőlkö-

4 Vö. Rochlitz Kyra: Üres kézzel. In Simon T. László (szerk.): *Utolérnek téged a szavak – A hetvenéves Sulyok Elemér köszönetére*. Pannonhalma, 2011, 240–241. ■ 5 B. Gáspár Judit *Javaslatok a bűn fogalmának újragondolásához* című, a Wesley János Lelkészképző Főiskola szimpóziumán elhangzott előadásából. ■ 6 Mihelyt a személy önmagát teszi vizsgálódása tárgyává, elvész a külvilág megismerése során adott távolság megismerő és megismerendő között. Külső tekintet tükré nélkül altruizmusunk, narcizmusunk, eredendő sérüléseink köreiből bonyolódhatunk. S hasonlóképpen: szemlélődő lelkigyakorlatba kezdeni spirituális kísérelő nélkül az istenkeresést észrevétlenül istenkísértéssé változtathatja át.

dés és a kontrollvágy meghaladása végül egy evangéliumian egyszerű, gyengéd és alázatos létállapotba vezet el?⁷ Hogy az üresség és az eszköztelenség labirintusát járva Valaki Másra utalva születik újjá – s e szörnyű szenvedés után, védtelen és kiszolgáltatott csecsemőként pihenhet meg Teremtője karjaiban? Akiben saját esendősége és kicsinysége szíve legmélyéig ható realitássá változott, annak többé nincs miért ragaszkodnia ahhoz, hogy bármit is elérjen vagy tegyen – a pusztá lett is épp elég, mert értékességét már nem az eredményei, hanem szeretettségének tudata nyújtja. Nem válik tétlenné, de motivációja átalakul – amire vágyik, s amit elengedni megtanult, ingyen kapja meg; nem saját erőfeszítéséből, hanem Isten ajándékaként.

Radikális istenkeresés és célzott önismereti munka szerves egységbe forrhatnak ezen az úton. A sivatagi atyák gondolkodásában istenismeret és önismeret egymással szorosan összefügg.⁸ *Augustinus* szerint minél közelebb kerül valaki a lelkében elrejtett képmáshoz, annál közelebb kerül Istenhez, s minél közelebb kerül Istenhez, annál többet tud meg arról, mi az ő valódi természete. „Az önismeret tulajdonképeni aktusa (...) csak önmagunk Istenben való

megismerése lehet.”⁹ *II. János Pál* pápa *Veritatis splendor* kezdetű enciklikájában *Szent Ambrust* idézi: „Ismerd meg hát önmagadat, ó, ékes lélek: *Isten képmása* vagy.” A Teremtőjén keresztül önmagát is megszólítani vágyó ember szájából hangzik el: „Miközben magamat szemlélem, akit te rejtett gondolataimban és legbensőbb érzéseimben átlátsz, megismerem tudásod misztériumait.”¹⁰ Isten közelsége sajátos és soha ki nem számítható módon hántja le életünk felszínéről a személyiségünk magját elfedő rétegeket. Akár egy többször átfestett műalkotás restaurálása során – fokozatosan ölt testet az újdonság erejével ható realitás... Kezdődik a mindhalálig tartó ismerkedés ismeretlen önmagunkkal. Aki Krisztus erejében bízva kész kilépni megszokott, működőképes és biztonságosnak tűnő köreiből, az a lelke hiteles magja után kutató egyénhez hasonlóan a folyamatos belső gazdagodás tapasztalatában részesül. Maga mögött hagyva a megnyugtatóan kész válaszokat, az önerőből fölépíthetőnél töredékességében is teljesebb harmóniára lel. Elveszíti, és újra megtalálja életét (vö. Mt 16,25), már itt, a földi lét során, s ha nem is a büntelenség, de az *egészlegettség* örömeivel járhatja véget nem érő zarándokútját Isten és a benne élő Képmás felé.

A *Megérkezni önmagunkhoz című konferencián a fenti szöveg néhány részlete hangzott el a szerző személyes útjának kontextusában.*

7 Rochlitz Kyra: „Aki utánam akar jönni...” In uő: *Válaszúton*. Budapest, 2007, Vigília, 217–218. ■ 8 „Evagriosz Pontikosz a mélyből forrászó lelkiséget ezzel a klasszikussá vált mondással fejezi ki: »Ha meg akarod ismerni Istent, ismerd meg előbb önmagadat.« Istenhez a saját valóságunkba, a tudattalan mélységeibe lemerülve emelkedhetünk fel.” In: Grün, Anselm – Dufner, Meinrad: *Mélyből forrászó lelkiség*. Pannonhalma, 2011, Bencés Kiadó és Terjesztő Kft., 6. ■ 9 Schmal Dániel: *Lét, tudás, szeretet: a descartes-i „cogito” előzményei Szent Ágoston gondolkodásában. Világosság*, 1997/ 8., 71–80. ■ 10 CSEL 32:241 (Hexaameron, dies VI., sermo IX, 8,50).