

Értékek ötvözése

Bibliodráma a Szent Ignác-i lelkigyakorlatok vonzásában

Az ignáci lelkigyakorlatokról első hallásra az egyéni elvonulás, a befelé fordulás, a hallgatás jut eszünkbe, a bibliodrámról pedig ennek pontosan az ellenkezője. Játék csoportban, olykor zajosan. Hogyan lehet bármiféle kapcsolatba hozni ezeket a merőben különböző utakat? A bibliodrámban és az ignáci lelkigyakorlatokban egyaránt jártasak előtt mégsem kérdéses a két műfaj rokonsága.

Hol vannak a különbségek és a találkozási pontok? Mi a közös bennük, és mikor, milyen formában jelenhet ez meg a gyakorlatban? Többek között ezekre a kérdésekre keresték a választ abban az európai projektben, melyet *Netbib.exe* (Netzwerk Bibliodrama und Exerzitien)¹ néven német bibliodramatikusok, *Eckhard Frick* jezsuita és *Wolfgang Wesenberg* kezdeményezték 2006-ban, hogy Európa különböző nyelvi, kulturális és felekezeti közösségeinek bibliodramatikusai és lelkigyakorlat-vezetői egybegyűjtsék tapasztalataikat az ignáci lelkigyakorlatok és a bibliodráma gyakorlati ötvözésének lehetőségeiről. Céljuk az volt, hogy ezen keresztül a biblikus felnőttképzés új formáját hozzák létre.

A projekt valószínűleg azért is sokat tett, hogy a bibliodráma színterén a közös munkát nehezítő, „egymástól távol eső szellemi horizontok közeledjenek”, és a kölcsönös tisztelet, megértés nyomán elinduljon az a párbeszéd, amely oldhatja a különböző bibliodráma-„iskolák” felfogásai közötti eltérések, ellentétek, előítéletek miatt jelen lévő feszültséget. Fontos volt tisztázni, hogy az egyes irányzatok – esztétikai-hermeneutikus, gestalt vagy a morenoi

gyakorlat alapján álló, pszichodráma-alapú bibliodráma – nem kizárólagos jelleggel milyen súlypontokat tekintenek sajátjuknak, miután mindegyik „iskola” gyakorlatában fellelhetők a másikéi. Például a klasszikus pszichodrámban is ismerjük a csoportjátékot, ahogy a hermeneutikai bibliodrámban is előfordulhat, hogy a biográfiai problematika „elszakad” a szövegtől.²

FOGALMAK TISZTÁZÁSA

1. A bibliodráma és a lelkigyakorlatok kölcsönhatásában lényeges, hogy mit tekintünk hangsúlyosnak a két folyamatban. A bibliodrámban a bibliai szöveget, az egyéni és csoportfolyamatot, a protagonistajátékot? A meghatározó és járulékos jegyek kiválasztása után a *Netbib.exe* megfogalmazta a bibliodráma közös definícióját:

„A bibliodráma egy csoport találkozási pontja a bibliai szöveggel, melyet közösen olvasnak, személyes és szociális valóságukra vonatkoztatnak, és amelyet a csoport »itt és most« eljátszik (színrévisz). A bibliai szöveg kiválasztása – azaz egy bibliai alak, elbeszélés, leírás – és megjelenítése a csoportfolyamattal összhangban történik. Eközben a résztvevők megismerik egymás kulturális, politikai, nyelvi és vallási hátterét, ami egymás és a szöveg újfajta megértéséhez vezet.”³

A bibliodrámban a „feldolgozás alapjául szolgáló bibliai történetek (...) szimbólumokból épülnek fel, archetipikusak, és (...) mély, megélt emberi problémákat hordoznak. (...) a Bibliában szereplő halandók érzelmei, cselekedetei, ambivalenciái ismerősek a ma embere szá-

1 A projekt koordinálását a partner országok közül Magyarország vállalta, *Varga Péter Pius* vezetésével, *Eckhard Frick*, *Wolfgang Wesenberg* és *Margaret Fühles* közreműködésével. ■ 2 Frick, Eckhard: Wie können Ignatianische spirituelle Exerzitien den Bibliodrama – Prozess bereichern? *Text Raum*, Aug. 29, Nov. 2009. ■ 3 Uo. 58.

mára is. (...) A Bibliában nagy elbukásokról, hatalmas belső és külső harcokról olvashatunk, nyomom követhetjük a szereplők lelki fejlődésének útját, azaz nagy projekciós felületet biztosít az olvasó számára a sokféle emberi kapcsolatban és helyzetben. A Biblia projekciós felület abban az értelemben is, hogy bár a transzcendens üzenet egyértelmű, ugyanabból a történetből eltérő értelmezés születhet egy nemzedéken belül és generációk között is a hangsúlyok és a nézőpontok változásával. Így a megfőző önmaga problémáit találja a szövegben.”⁴

A bibliodráma-játékokban több ezer éves történetek válnak személyessé itt és most, úgy, hogy „a játékosnak lehetősége van elbújni a szerep mögé, s az egyébként szégyellt, nem megmutatható énrészeket mintegy a történetben előre megírt szerep árca mögött, vele azonosítva élheti meg.”⁵

„A bibliodráma-ülés szerkezete alapjaiban megegyezik a pszichodrámaéval, (...) három jól elkülöníthető fázist különböztetünk meg, a bevezetést, a játék és az integráció szakaszát.”⁶

2. Az ignáci lelkigyakorlatok jelentését a következőképpen határozta meg a Netbib.exe:

„A Szent Ignác-i lelkigyakorlatok egy baszk misztikus aszkéta, *Loyolai Szent Ignác* (1491–1556) által lefektetett módszerek és útmutatások a Szentírással való elmélkedéshez, a Szentírásról való szemlélődés (személyes, belső imaginatív ima) végzéséhez és a lelkigyakorlatos tapasztalatok átültetéséhez a mindennapokba. A gyakorlatok rendszerint erre kialakított helyen és időben zajlanak (nyolcnapos visszavonulásban) az előírás szerint, személyre szóló kísérettel.”⁷

Szent Ignác teljes lelkigyakorlata négy „hétig”, hozzávetőlegesen harminc napig tart. Általánosan a nyolc-tíz naposra rövidített forma terjedt el. Mára a lelkigyakorlatoknak számos fajtájuk létezik, „hétköznapi lelkigyakorlata”, „utcai” vagy „kontemplatív” lelkigyakorlat, amely a leegyszerűsített imaformákra helyezi a hangsúlyt.

Az ignáci lelkigyakorlat „négy hete” nem időegységeket, hanem az evangélium útját és egyben a lelki növekedés fázisait jelöli. Arra hív, hogy „belebocsátkozunk egy olyan egzisztenciális folyamatba, amely a Krisztus-követés útja”. A „hetek” az élethosszig tartó individuációs folyamat intenzív szakaszait képezik. Az egyéni folyamat célja a jungi értelemben vett individuáció, mégpedig a „kis” én túllépése, és nyitás egy teljesebb szelf irányába.⁸ Célkitűzése, „hogy az ember eltávolítson magától minden rendetlen hajlamot, keresse és megtalálja az isteni akaratot, hogy életét rendezze, és a lélek üdvösségét elnyerje.”⁹

A lelkigyakorlat egyes jellemzői – a teljesség igénye nélkül – a vágyakozás, az istenelóttiség, a gyakorlás, az imagináció, a csend különös jelentőséget kaphatnak a bibliodrámaival való kölcsönhatásban.

A VEZETÉSRE, VEZETŐKRE VONATKOZÓ SAJÁTÓSÁGOK A KÉTFÉLE FOLYAMATBAN

– *A bibliodráma-vezető szerepe:* „A vezető koncepcióját az határozza meg, hogy mit tekint a szöveg „szívének”, vagyis számára hol van a kiválasztott szövegnek a hangsúlya, mi a személyes és spirituális üzenete. A történetek archetipikus jellegük és szimbolikus tartalmuk következtében egyetlen személy számára is újra és újra megújuló lényeket hordoznak. A vezető belső munkájához tartozik, hogy ezt a lényeges pontot a játék vezetése előtt megfogalmazza.”¹⁰ Kész dramaturgiai forgatókönyvvel, de a változtatásra nyitottan érkezik a csoportba. A résztvevők aktuális helyzetét, hangulatát, állapotát beépíti a játék dramaturgiájába.

– *A lelkigyakorlat-vezető szerepe:* Nem ad szentírási vagy teológiai magyarázatokat, hanem mintegy mellette állva segíti, kíséri a lelkigyakorlatozót Istenhez fűződő kapcsolatában, a belső megmozdulásaira reflektálásban és azok megkülönböztetésében.

4 Nyáry Péter – Sarkady Kamilla (szerk.): *Bibliodráma*. Budapest, 2008, Harmat, 20–22. ■ 5 Uo. 24. ■ 6 Uo. 25. ■ 7 Frick, Eckhard: *Wie können...*, i. m. 59. (Lásd a 2. lábjegyzetet.) ■ 8 Uo. ■ 9 Loyolai Szent Ignác: *Lelkigyakorlatos könyve*. Budapest, 1986, Szent István Társulat, 35. ■ 10 Nyáry Péter – Sarkady Kamilla (szerk.): *Bibliodráma*, i. m. 27. (Lásd a 4. lábjegyzetet.)

– Mindkét műfaj vezetőjének gyakorlatára jellemző szempontok: Mérlegelnie kell, hogy milyen bibliai szöveget választ. Tiszteletteljes, együtt érző, bizalmas kapcsolatra törekszik.

A két műfaj művelését hatékonyabbá teheti, ha vezetője mindkét módszerben képzett. A pszicho-bibliodramatikus képzéssel rendelkező lelkigyakorlat-vezető a bibliodráma eszközeivel is segítheti a rábízottat. A bibliodráma-vezető többletlátásra tesz szert, és jobban tudja segíteni a csoportot és az egyéneket, ha pszicho-bibliodramatikus háttérén túl belső lelkigyakorlatos tapasztalattal is rendelkezik. Egységben láthatja a pszichológiai és spirituális egyéni és csoportfolyamatokat, például azt, hogy a bibliodramázók személyes lelki útjukra nézve a lelkigyakorlat mely „hetében” tartanak, és ez hogyan rezonál a csoportdinamikában.

HOGYAN GAZDAGÍTHATJA EGYMÁST A BIBLIODRAMATIKUS FOLYAMAT ÉS AZ IGNÁCI LELKIGYAKORLATOK?

Lelkigyakorlatot nem végezhetünk külső nyomásra vagy belső kényszerből. Fontos, hogy kiindulópontján az Isten utáni vágyakozás, a nagylelkűség, a hála vagy legalább a „vágyódás utáni vágy” álljon, illetve a lelkigyakorlatozó keresse ezeket a magatartásformákat. Ezen alap és kiindulópont nélkül lehetetlen a lelkigyakorlatok azon lényegét megtapasztalni, hogy „Istent mindenben felfedezzük”.

Például nem jó, ha valaki csak azért végez lelkigyakorlatot, hogy a folyamatot össze tudja hasonlítani a bibliodráma folyamatával (a nemzetközi projektben ez jelentett némi feszültséget). Klaus-Werner Stangier találoán ahhoz hasonlítja ezt a helyzetet, amivel Wolfram von Eschenbach Parsifal-legendájában találkozunk: „A Szent Grált nem lehet keresni, csak megtalálni – ugyanakkor teljes szívvel és minden erőnkkel kell keresni.”¹¹ Ellenkező esetben a résztvevő mintegy „kívülről” nézne egy természeténél fogva belső folyamatot. Ha valakit a

megvalósítás vagy a teljesítmény kényszere mozgat, még a vágyakozás iránti vágy sem lehető fel benne, törekvési iránya annyira ellentmond a célnak.

Az Isten utáni vágyakozás a bibliodramában is hajtóerő. Például egy alkalommal a jerikói vak hiányérzettel jött volna ki a Jézussal való találkozásából (mert valami nem történt meg). A vezető arra bátorította, hogy csendesedjen el, és lelkébe nézve fogalmazza meg, mire lenne szüksége. A vak a lelke mélyéről öntötte szavakba mindazt, amit érzett: a hite belső konfliktusával szembesítő és a „Jézus-reprezentációnak”, valamint mindannak, amiben szocializálódott, ellentmondó választ: „Hogy felemeljen, megöleljen!” A vágy képes kitágítani a „teret” arra, hogy lebomoljanak az amúgy megszokott, konvencionális korlátok, és létrejöjjön a magasabb szintű, talán életet átformáló találkozás.

A két műfaj kapcsolatát kutatók előtt egyre világosabbá vált, hogy sem a lelkigyakorlatokban, sem a bibliodramában nem mindegy, mikor alkalmazzuk a másik valamely elemét.

A lelkigyakorlatozót a bibliodráma abban tudja segíteni, hogy életének eseményeit mindinkább beemelje az Isten előtt töltött időbe. Így a lelkigyakorlat – a Szent Ignác által hangsúlyozott módon – nem szakad el a valóságtól, illetve gyümölcsei átjárják a mindennapokat. A bibliodramában pedig lényeges, hogy a játék ne maradjon a bibliai történetbe „csomagolt” életesemények szintjén, hanem a résztvevő mintegy Isten szemével tekintszen saját valóságára, és azt integrálja a transzcendens dimenzióba.

A vezető mindkét műfajban akkor használja eszközeit, ha ez segíti azt, akit vezet. Ezért mindig tudnia kell a célt, és azt, hogy a választott eszköz megfelel-e a cél természetének. Ha úgy látja, hogy a lelkigyakorlatozót a bibliodráma segítené abban, hogy teljes valójával belépjen a lelkigyakorlatba, illetve előrehaladjon benne, megajánlhatja neki ezt a formát. Ilyenkor mérlegelnie kell, hogy a lelkigyakorlat folyamatának, mely a résztvevőtől függ, melyik ré-

¹¹ Stangier, Klaus-Werner: Bibliodrama als Exerzitium. *Text Raum*, Ausg. 29, Nov. 2009, 16.

szébe, milyen módszerrel iktat bibliodramatikus elemet.

Ha a bibliodramában a vezető, akár azért, mert a résztvevők behozzák, szeretné a folyamatban hangsúlyosabbá tenni a transzcendens dimenziót, az eszközöket (dramatikus technikák, játékművek) a cél természetének megfelelően szükséges megválasztania. Transzcendens síkon a kapcsolat jellemzői – a személyesség, a közvetlenség – a személy és Isten között vannak jelen, ez természeténél fogva benső kapcsolat. Ezt figyelembe véve a vezető egyéni, befelé vezető „technikákkal” élhet. Ezen a ponton léphet be a lelkigyakorlat a bibliodramába. A játékokban az Istent, Jézust képviselő reprezentációk jellemzői mutatkoznak meg, a későbbi belső munkára való egyfajta rámelegítésként szolgálva.

Például egy alkalommal, a Jézus személyét megjelenítő történet dramatizálását követően a csoport résztvevőit arra hívtuk, hogy írjanak levelet Jézusnak. A levelükre választ kaptak tőle, ezt is ők maguk írták meg a lap másik oldalára. Ez tulajdonképpen egy imaforma, amely magában foglalja a kapcsolat természetére jellemző bensőségességet, ugyanakkor a „szerepcserének” egy könnyedebb, akadálymentes módján lehetővé teszi a közvetlen kapcsolatot. A lelkigyakorlat az egyénben zajló folyamatról szól, akkor is, ha csoport számára tartják. A bibliodramában viszont az egyén/egyének folyamatai nem szakadhatnak el a csoporttól, hanem beilleszkednek a csoportdinamikába. A levélírást követően a résztvevők egymáshoz kapcsolódó mozdulatokban, élő szoborban vagy szimbólumokban fejezték ki, amit átéltek, és így megformálták a csoport Jézus-arcát. A levélváltás során tapasztalható mély megérintődés más szintre helyezi és általában átrendezi a korábbi játékokban átélteket. „A jelentéktelen eltűnik, a lényeges megnyilvánul.”¹²

A bibliodráma és a lelkigyakorlatok kapcsolatát vizsgálók arra a megállapításra jutottak, hogy a csend célja és iránya az egyik olyan jegy, amely elkülöníti egymástól a két műfajt.¹³

A lelkigyakorlatokban a csend bensőnk és figyelmünk összedettségét hivatott biztosítani, hogy Isten jelenlétére irányuljon. A bibliodráma csendje viszont a kulcspillanatok, csúcspontok mélyítésére szolgál. Kevesebb alkalom adódik rá, mint a lelkigyakorlatokban, éppen ezért nagyobb jelentősége van annak, hogy megtaláljuk a megfelelő helyét és idejét.

Egy csoport a viharzó tenger lecsendesítésének történetét játssza (Mk 4,35–40). Instrukciónk szerint hangja egyedül Jézusnak és a viharzó tengert, szelét megjelenítő szereplőknek lehet. A hajóban lévő tanítványok szavak nélkül kommunikálnak. A vihar szorongatásában felébresztik az alvó Jézust. Első szólására nem csitul a vihar. Megáll, csendben marad. Ezzel szimbolikusan a természet erői fölé emelkedik, és ekkor a vihar elcsendesedik. A dramatikus feszültség kioldódását csend követi, a vezetők nem állítják le a játékot, hanem hagyják a csend további „ízlelését”, amikor a gondolatok elcsendesednek, a szavak elfogynak, és senki sem tesz semmit, hanem jelen van Jézus előtt, Jézust körülülve, „itt és most” a csúcsmozzanat meghittségében. – A játék dramatikus feszültségét növelte a résztvevők élettörténetébe beletaláló személyes érintettség. Visszajelzésük alapján ugyanabban a mozzanatban tapasztalták meg „a természetfölötti belépését”. Ez a pont utat nyitott a belső munkának. A vihar lecsendesítéséről szóló történet végén találunk egy kérdést: „Ki ez, hogy a szél és a tenger is engedelmeskedik neki?” (Mk 4,41). Az egyéni belső munka középpontjába a „Ki számomra Jézus, aki...” kérdést helyeztük, amit csoportos reflektálás követett.

Az ignáci lelkigyakorlat az Isten felé fordult személy útja. Aki ezen halad, tudtán kívül is lelkigyakorlatot végezhet? Egy többségében protestáns vallásúakból álló, bibliodramában képződő csoport tanulóvezetéseit kísértem egy négynapos folyamat során. Szövegválasztásuk és az, amit a történetek szíveként jelöltek meg, nagy vonalakban követte az ignáci lelkigyakorlatok folyamatára jellemző szakaszokat.

12 Jálcis Ferenc: *Szemlélődő lelkigyakorlatok*. Budapest, 1994, Korda, 33. ■ 13 Wesenberg Wolfgang: Was haben wir in inserem Netbib.exe – Prozess gelernt? *Text Raum*, Ausg. 29, Nov. 2009.

- Mária és Erzsébet találkozása – találkozás, öntáadás.
- Saul damaszkuszi útja – megtérés.
- A tékozló fiú hazatérése – elengedés, szabadság.
- Getszemáni-kert – Jézus követése, megbékélés.
- Emmauszi tanítványok – az örömhír továbbadása.

A bibliodráma és a lelkigyakorlatok közös vonásaként, elemeként említhetjük, hogy mindkettőnek célja, hogy *elvezesse az embert az Istennel való találkozásra*. Mindkettő folyamat-orientált, mert mindig figyelembe veszi az egyes ember saját egzisztenciális útját. Gyakorlati jellegű, mert nem marad meg a bibliai témák elgondolásánál, hanem „munkába állítja” az embert, és a belső megtapasztalás felé vezet.

Eckhard Frick beszámol egy lelkigyakorlatozásban járatos személyeknek szóló rövid bibliodráma-folyamatról. Címzavakat függesztenek ki János evangéliumának 21. fejezetéből, így a csoport belép az evangéliumba, és együtt járják végig az utat a Prologustól a feltámadott Jézus megjelenéséig a Genezáreti-tónál. Az egyéni munkában arra kéri a résztvevőket, hogy válasszák ki azt a bizonyos szituációt, amely itt és most a leginkább megszólítja őket, és ezt a szöveget imádkozzák másnap reggel. (Ignác azt a gyakorlatot ajánlja a lelkigyakorlatozónak, hogy azt a tartalmat, amelyet reggel szemlélt, lefekvés előtt újra foglalja össze, és vigye magával az alvásba.) A résztvevők következő reggel az általuk kiválasztott részt bemutathatják szoborban vagy rövid jelenet (vignetta) formájában, ezután négyes csoportokban dolgoznak, és pedig a „szomszédokkal”, vagyis ugyanebből a fejezetből a legközelebb álló szövegekkel.¹⁴ Ezzel a bemelegítéssel a csoport közösen lép be a szövegterbe, ahol mindenki egyénileg is megtalálja a helyét. Ebből részben protagonistajátékok bontakoztak ki.

Egy másik közös elem az *imagináció*. Ignác óhaja, hogy a lelkigyakorlatozó teljes valójával vegyen részt a lelkigyakorlatban, nemcsak értelmét és érzelmeit, hanem képzelőerejét is mozgósítva. A bibliodráma gyakorlatában is megtaláljuk ezt, a bemelegítés fázisától az integrációig.

Noha az ignáci lelkigyakorlatok szisztematikus felépítésében ott találjuk a modern pszichoterápia módszereit (például mentalizációs, pszichoszociális, érzelemszabályozási és feszültségtűrési készségfejlesztés), a lelkigyakorlatok nem tűzik ki a „terápiás hatást”, mert céljuk túlmutat azon. A bibliodrámanak sem dolga és célja a közvetlen gyógyítás. Lehet, hogy pontosan ez a nondirektivitás szükséges ahhoz, hogy „a kiúttalanság, a motivációhiány, az elzárkózás, a magány és bátortalanság problémáival küzdő emberek a bibliodrámaiban olyan intenzív és egzisztenciális találkozást élhetnek meg az evangéliummal, hogy visszanyerik tájékozódásukat az életben (»a vakok látnak«), ki-mozdulnak dermedtségükből (»a bénák járnak«), képesek lesznek odafigyelni egymásra (»a süketek hallanak«), és bátorságot, bizalmat merítenek az újrakezdéshez (»a holtak föltámadnak«)”.¹⁵

CORAM DEO, „ITT ÉS MOST” A LELKIGYAKORLATOKBAN ÉS A BIBLIODRÁMÁBAN

Egy hívő keresztényekből álló bibliodrámacsoport és a Szent Ignác-i lelkigyakorlatok folyamatában van egy lényeges közös elem: Isten színe előtt zajlanak.¹⁶ Mindkét műfaj kiindulópontja a Biblia, mely természetes módon megnyitja a figyelem útját a transzcendensre, ha megjelenik a másik közös elem: „Az élő hitből fakadó vágyakozás Istenre s mindarra, ami isteni.”¹⁷

Lelkigyakorlatos mesterem szokta mondani, hogy a lelkigyakorlat csendjének egyetlen fél órájában sem történik más, mint a hétköznapiakban. Gondolataink, érzelmeink, kapcsolata-

14 Frick, Eckhard: *Wie können...*, i. m. 59. (Lásd a 2. lábjegyzetet.) ■ 15 Selmeci Tünde: *Pszichodráma – Bibliodráma*. (Szakdolgozat.) Budapest, 2010, Pünkösdi Teológiai Főiskola. ■ 16 Frick, Eckhard: *Wie können...*, i. m. (Lásd a 2. lábjegyzetet.) ■ 17 Tauler, Johannes: *A hazatérés útjelzői – Beszédek a misztikus útról*. Budapest, 2002, Kairosz – Paulus Hungarus, 388.

ink és hozzájuk, valamint önmagunkhoz fűződő viszonyunk mind leképeződnek a lelki gyakorlat jelenében. Ez a mindennapok valóságával kapcsolatos analógia teszi értékessé a bibliodráma-játékot is. A múlt hat a jelen történéseire, de nem szükséges foglalkoznunk vele, mert összekapcsolódik a jelenben játszott bibliai történettel, amelyet a résztvevők aktuális befogadási képességüktől függően, a tudatosság különböző szintjein élnek át.

A bibliodrámaiban az isteni jelenlét mintegy implicit marad addig a kiemelkedő pillanatig, míg a személyes érintettségek, a játék folyamata és a dramatikum feszültség a tudatosság egy adott pontján összeér. Ez az a pillanat, amelynek átélése meghökkent, nem tudjuk létrehozni, csak befogadni. „Moreno »kozmosz katarzisanak«, Blatner a »spirituális újrapcsolódás katarzisanak« nevezte azt az érzést, amellyel a teljes személyiség minden gyengeségével és erősségével együtt megtalálja az »Egészhez« tartozás élményét, és a protagonista újraalappozza a kapcsolatát Istennel. A bibliodramatikus játékban a Jézussal és Istennel való találkozás során a csoport tagjai átélhetik teremtettségük ajándék voltát, az Atya szeretetét, a megbocsátás élményét, valamint azt a biztonságérzetet, amellyel a gondviselő Istenre bízhatják magukat. Ez a megrázó erejű, megtisztító katarzisz olyan mély is lehet, ami a viselkedést is befolyásolja.”¹⁸

A morenoi, pszichodráma-alapú bibliodráma általában önismereti céllal is jelentkezik, de elsősorban az istenkapcsolatra, a személyes hitre reflektálás vágya fejeződik ki ilyenkor. A lelki gyakorlatokban már-már közhely, hogy az Istennel való találkozás (Isten közelségének megélése) és önmagunk megismerése, önanonosságunk megtapasztalása nem választhatók el egymástól. Ekkor a lelki gyakorlatozó és a bibliodrámaozó olyan „valóság-többletet” él át, hogy új módon határozhatja meg önmagát a „Te”-vel való viszonyában (például: „az értékelt fiú vagyok, akit Atyja szeret”), vagy amikor egy bibliai alakként új

nevet, életfeladatot, küldetést, azaz új szerepet kap Istentől.

A lelki gyakorlatokban a *gyakorlás* irányt kap, szolgáló szerepe van abban, hogy rendezzük életünket. A testgyakorlás analógiájára Ignác mindenekelőtt lelki értelemben használja az „*ejercicios*” fogalmát. Jelzi, hogy az ember még nem kész, úton van, elesik, és újra fel kell kelnie.

Stangier¹⁹ *lelki gyakorlatként* beszél a bibliodráma-ról, és felteszi a kérdést: Mi történik, amikor az egyén elhatározza, hogy „gyakorlóvá válik”? Maga mögött hagy egy olyan életformát, mely elsősorban a szükségletek kielégítésére irányult, és egy másfajta élet, perspektíva mellett dönt – legalábbis először a bibliodramatikus játék mellett.

A szerepválasztás is lehet gyakorlat, mely intenzívebbé válhat, ha nemcsak a bibliodráma-folyamat lépései állandósulnak, hanem a szöveg és a szereplők is. Ez a forma megfelel a mindennapok kihívásainak. „Minden reggel, minden nap ugyanaz a kérdés: Hogy vagy? Hogy aludtál? Mindennap ugyanaz az út munkába menet, ugyanaz a mozdulat, ahogy a kabátomért nyúlok. Az ismétlés rányomja a bélyegét az idő múlására.” Amikor valaki többször eljuttassa ugyanazt a szerepet egy bizonyos kontextusban, az ismétlés révén maga mögött hagyja szerepválasztása elsődleges motivációját. Ilyenkor felébred a kívánság, hogy megváltoztassa viselkedését, bizonyos útelágazásoknál jobban figyeljen, új dolgokat próbáljon ki. Az ismétlés így új elképzeléseket szül az adott szereppel kapcsolatban. Aztán ezek is elhasználnak. És ez addig folytatódik így, amíg végül a Szentlélek – többé-kevésbé akadálymentesen – működni tud.

Az egyén a gyakorlatból bármikor kiszállhat, s visszatérhet egyéni biztonságának csónakjához. A bibliodrámat mint lelki gyakorlatot Péter egyik mondatából érthetjük meg: „Uram! Ha te vagy, parancsold, hogy hozzád menjek a vízén” (Mt 14,28b). Ha *te* vagy az, akkor tedd, hogy menjek, akkor megyek, lépésről lépésre haladok, akkor megismétlem a lépéseket újra meg újra,

18 Nyáry Péter – Sarkady Kamilla (szerk.): *Bibliodráma*, i. m. 43. (Lásd a 4. lábjegyzetet.) ■ 19 Stangier, Klaus-Werner: *Bibliodráma als Exerzitium*, i. m. (Lásd a 11. lábjegyzetet.)

és többször is eljátszom a szerepet, akár én választottam, akár rám osztották.

A bibliodráma és a Szent Ignác-i lelkigyakorlatok kiegészítő sajátosságai révén kölcsönösen gazdagodhat a két módszer. A lelkigyakorlat olyan értéktöbbletet szolgáltat a bibliodramának, mely által nem sejtett perspektívák nyíl-

hatnak meg előtte.²⁰ Warns szerint a bibliodráma közösség és nagykorúság Krisztusban. Képes Isten igéjének befogadására, ugyanakkor szembesít minket azzal, hogy mi magunk is részesei vagyunk Isten jelenlétének a világban.²¹ A lelkigyakorlat gyümölcsei különösen sokat tehetnek ennek tudatosításáért.

²⁰ Varga Péter Pius: Bibliodrama und Exerzitien. *Text Raum*, Ausg. 29, Nov. 2009, 35. ■ ²¹ Stangier, Klaus-Werner: *Itt és most – Bibliodráma a liturgia és pszichodráma vonzásában*. Budapest, 2003, Egyházfórum – Magyar Bibliodráma Egyesület.

