

ANSELM GRÜN OSB

## Mindent elhagyni, mert Ő nem hagy el engem [részletek]<sup>1</sup>

A három evangéliumi tanács, a szegénység, a tisztaság és az engedelmisség három olyan alapmagatartásnak feleltethető meg, amely új ízt akar adni életünknek, mintegy az evangéliummal megfűszerezve azt. Meglátásom szerint ez a három alapmagatartás elengedhetetlen ahhoz, hogy emberré válhassunk: az engedelmisség mint *megengedés* (elfogadás, észlelés), a szegénység mint *elengedés* (szabadság), a tisztaság pedig mint *önátadás* (Isten rendelkezésére bízom magam, odaadom magam neki, hogy ő tegye életemet termékeny). A fogadalmak felsorolásának hagyományos sorrendje is mintha ezt a felfogást sugallná: először meg kell engednem a dolgokat, utána tudom elengedni azokat, és aztán jön az önátadás, az eggyé válás Istennel és önmagammal.<sup>2</sup>

Erre a hármasságra bukkanunk mindenütt, ahol az ember önmagává válásáról van szó. Ilyen „lépésekben” zajlik például ki- és belégzésünk. Ez a triász bukkan fel az eucharishtiában is: az igeliturgia a megengedés terepe (a bűnbánati részben sötét oldalaink, bűneink megengedése, a szentírási részekben pedig isteni méltóságunké); a felajánlással és az átváltoztatással az elengedést gyakoroljuk (Jézussal együtt Isten tenyerébe helyezzük magunkat); az áldozásban pedig teljességgel átadjuk magunkat Istennek, eggyé válunk vele. És ugyanez a három lépés tapintható ki minden pszichoterápiában is: a páciensnek először meg kell tanulnia, hogy értékítélet nélkül megengedje feljönni mindazt, ami lelke mélyéről felfakad, hogy elfogadja önmaga teljes valóságát, hogy kiengesztelődjön múltjával, sebeivel. Csak az tudja elengedni önmagát, aki előtte elfogadta önmagát. Csak azt tudom elengedni, amit megengedtem és elfogadtam. És csak akkor tudom átadni magamat más valakinek, ha az elengedésben megszabadultam az énemhez való görcsös ragaszkodásomtól: csak így tudom oda-

<sup>1</sup> A mindhárom szerzetesi fogadalmat elemző könyv engedelmisségről szóló részei, kisebb kihagyásokkal.

<sup>2</sup> A németben: Zulassen, Loslassen, Überlassen.

### *Mindent elhagyni, mert Ő nem hagy el engem*

nyújtani életemet Istennek, hogy aztán őbenne nyitottá váljak legigazibb valómra, amely növekedni, virágba borulni szeretne bennem. Önmagam átadása tehát vonatkozik egy személyre is (Istenre, akire rábízom magam), valamint egy folyamatra is (rábízom magam legigazibb valóm kibontakozásának útjára).

#### AZ ENGEDELMESSÉG

Az engedelmesség annyit jelent, hogy megengedem, elfogadom azt, hogy ki is vagyok, hogyan lettem ilyenné, és mi minden rejlik bennem. Megengedem, hogy rászorulok más emberek segítségére, hogy kívülről adott viszonyok, kapcsolatok hálójában élek, hogy nemcsak magamra, hanem másokra is hallgatnom kell, ha meg akarom találni saját utamat és nyitott akarok lenni az idők jeleire, kihívásaira. Az engedelmesség nagyon is aktív valami: figyelem az idők jeleit, hogy aztán ebből az éberségből kisarjadhasson az elkötelezettség, az életet fojtogató elemek elleni küzdelem...

#### *Az elfogadás fontossága*

A pszichológiából is tudjuk, milyen fontos az emberi érés folyamatában önmagunk elfogadása: ennek elutasítása húzódik meg csaknem minden pszichés betegség mögött. Gyakran külső okok is akadályozzák önmagunk elfogadását: talán a szülők, akik mindig azzal intézkedtek el minket, hogy lehetetlen alakok vagyunk; vagy azok a tanárok, előljárók, barátok, akik azt sugározzák felénk, hogy semmit sem tudunk, s ezért értéktelenek vagyunk.

Normális esetben akkor lehet sikeres az önelfogadás, ha elég külső elfogadást tapasztalt az ember. De mindenki életében eljön az a pillanat, amikor abba kell hagyni mások vádolását, hogy ti, őmiattuk nem tudom elfogadni magamat. Végül is el kell vállalnom a múltam iránti felelősséget, „igen”-t kell mondanom mindarra, ami volt, és meg kell engednem azt, hogy igenis úgy volt.

Nincs jogunk megítélni azokat az embereket, akik nem tudják elfogadni önmagukat: nem tudhatjuk, hogy az övékéhez hasonló körülmények között nekünk sikerült-e volna. De mi magunk semmiképp sem zárkózhatunk el az elől, hogy elfogadjuk önmagunkat. Minden életből kihozható valami: a múlt a maga szép emlékeivel és sebeivel az az „alapanyag”, amelyet alakíthatok. És agyagból is, kőből is, fából is lehet szép szobrot csinálni – persze mindig alkalmazkodva az adott alapanyaghoz, annak adottságaihoz. Mindegyik múltból teljesen egyedi és értékes szobor készülhet, amely egyedülálló módon mutat meg e világon valamit Is-

tenből. Ehhez csupán „igen”-t kell mondanom arra, hogy konkrét múltam az az anyag, amellyel dolgozom, és hogy igenis csak ennek segítségével valósíthatom meg a világban a csakis általam megvalósítható legszemélyesebb küldetésemet.

Önmagam elfogadása azzal kezdődik, hogy elfogadom emberlétem korlátait: hogy testből és lélekből állok, hogy véges és halandó vagyok, hogy szexualitással bírok, hogy társas, más emberektől függő lény vagyok, tagja az emberek nagy közösségének. El kell fogadnom, meg kell engednem, hogy teremtmény vagyok, nem pedig önmagam teremtetője, azaz hogy függök Istentől, rá vagyok utalva az életemet fenntartó Teremtőmre.

És el kell fogadnom konkrét emberi mivoltomat is. Azt, hogy más emberek révén lettem olyan, amilyen vagyok, olyan körülmények, véletlenek, történelmi adottságok révén, amelyeket nem én válogattam össze magamnak. Ilyen vagy olyan az én személyes kis történelmem. Nem tudom, miért ilyen vagy olyan. De meg kell ismernem és el kell fogadnom, ami nem is annyira magától értődő. Sokan életük végéig nem tudják megbocsájtani Istennek azt, amilyené teremtette őket, és hogy milyen szerencsétlen körülmények közé születtek.

#### *Az engedelmisség mint megengedés*

Nem igazán szerencsés, ha az „engedelmisség” szót hallva pattogó, végrehajtható parancsokra vagy hajbókolva követendő eljárásokra gondolunk. Az „engedelmisség” szó a latinban is, németben is a „hallás” szóval rokon: hallani, hallgatni, fülelni, csupa fül lenni, észlelni, befogadni, elfogadni, közel engedni, megengedni (vö. a magyar „engedelmisség” szóval!) mindazt, ami létezik.

Először is önmagamra kell hallgatnom, gondolataimra és érzelmeimre, szenvedélyeimre, betegségeimre, álmaimra, azokra az apró jelekre, amelyek oly gyakoriak, és amelyeken mégis oly könnyedén túllépek. Sok olyan kifelé engedelmesnek látszó ember él köztünk, aki mindent megtesz, amit más kér tőle, de eközben teljesen süket a szívében, a haragjában vagy a félelmeiben, a betegségében vagy egy bal esetében megszólaló Istenre. Ezeket szinte nem is akarja észrevenni – szép „engedelmesen” megcsinálni mindent, amit mondanak, az igen; de hogy Isten néha önmagán keresztül is szólhat hozzá, az kizárt. Hisz elbizonytalanítana.

[...]

Az engedelmisséghez tartozik az is, hogy odafigyelek azokra az emberekre, akikkel együtt élek. Szent Benedek azt mondja szerzeteseinek, hogy kölcsönösen engedelmeskedjenek egymásnak. Mert szükségünk van a testvérre, vagy a barátira, barátnőre, házastársra, hogy ráébredhessünk, milyenek is vagyunk igazából... Minden emberi találkozás alapja a nyílt szív és a nyitott fül. Martin

### *Mindent elhagyni, mert Ő nem hagy el engem*

Buber mondja egy helyütt, hogy az emberi kapcsolatok művészete abban áll, hogy szívünket egészen közel visszük a fülünkhöz, azaz hogy a szívünkkel halljuk meg azt, amit a másik közölni szeretne velünk. Az engedelmesség ilyen értelemben nem más, mint hogy megengedem azt, amit a másik közölni szeretne velem, azaz közel engedem magamhoz a másik ember mondandóját és annak esetleges kihívását.

A szerzetesi irodalomban ebben az összefüggésben a „nehéz rendtársról” szoktak szót ejteni: ő vezet el engem saját sebeimhez, vakfoltjaimhoz, hisz ha nagyon felidegesít valami a másokban, akkor ez saját árnyékaimra utal. A rendtárs az önismeret kimeríthetetlen forrása... Egykori magiszterünk mondta, hogy Isten mindig küld neki olyan novíciust, aki őt, a mestert figyelmezteti sötét oldalaira... A korai szerzetességben használták azt a kifejezést: „a szerzetestestvér mint szentség”. Minden ember közvetítheti felénk Istent.

Isten szól hozzánk testvérünkön keresztül. Igaz ez a lelkivezetésre is..., de áll minden közös beszélgetésre, tanácskozásra, döntéshozatalra is. Nem hozhatom meg szobám magányában azokat a döntéseimet, amelyek sokakat érintenek.

Az imádság segíthet abban, hogy a bensőmben kavargó sok hangból kiszűrjem Isten üzenetét. De az imámat követő beszélgetésben, vitában nem szabad úgy viselkednem, mintha az imában meghozott elhatározásomat minden áron keresztül kellene vinnem és mindenkit meg kellene győznöm véleményem helyességéről. A beszélgetésben sokkal fontosabb, hogy arra figyeljek, mit is üzen Isten nekem épp e testvérem révén.

Szent Benedek ezért azt követeli meg az apáttól, hogy minden testvér tanácsát kérje ki, mert Isten sokszor a legfiatalabbon keresztül mutatja meg, melyik is a jobb megoldás. Az apát figyeljen tehát nagyon, hogy mit is üzen neki Isten a fiatalabb testvér által. Az apátnak engedelmeskednie kell testvéreinek, hogy engedelmeskedhessen Istennek.

#### *Engedelmeskedni egy embernek*

A papok püspöküknek fogadnak engedelmességet, a szerzetesek szerzeteselőjárójuknak. E fogadalommal azonban a szerzetes nem hárít el magától minden felelősséget – e tette nem engedelmessé, hanem csak kiskorúvá tenné. A szerzetesi engedelmisség annyit tesz, hogy a fogadalmat tevő kész belebocsátkozni abba a közösségbe, amelyhez csatlakozik. Elöljárójában a közösséget veszi komolyan. Arra vállalkozik, hogy kihívásnak fogja tekinteni a közösséget, vagyis nem egyszerűen csak magának él. És arra is kész, hogy Isten szavának keresését gyakran meg fogja „zavarni” valami: mivel az ember bensője legmélyéről vagy a testvére

révén érkező isteni szót könnyen a maga kénye-kedve szerint alakítja, ezért az előjáró szavában egy másik akarat keresztetzi, „megzavarja” az övét. Engedelmességet fogadva számolok azzal, hogy Isten esetleg épp az előjáróm által szól hozzám. Ez természetesen nem jelenti azt, hogy utasítását azonosítom Isten szavával, de azt sem, hogy az előjáró hangja egyszerűen egy lenne a sok magánvélemény közül. Helyesen azt a kérdést kell mindig feltennem magamnak: mit is akar mondani Isten éppen az előjáróm által, milyen kihívást intéz maga az Isten hozzám előjáróm révén, milyen olyan új utakat akar feltárni előttem, amelyekre magam eddig még nem is gondoltam.

[...]

Isten felé nem baktathatok magányosan, csakis egy közösség tagjaként. Az engedelmesség fogadalmával azt fejezem ki, hogy ezt a közösséget komolyan veszem, hogy az együtt haladás a kereszténység egyik lényegi mozzanata. Nem meghunyászkodás ez, nem alávetettség, hanem a készség arra, hogy magamat, képességeimet a köz javára fordítsam. Mindaz, amit megvonok a többiektől, hiányzik a közösség elevenségéből. És mindaz, amit csak magamnak tartogatok, szép lassan kiüresedik, megromlik. Magam is csak akkor lehetek igazán eleven, ha megosztom magamat másokkal.

#### *Engedelmeskedni Isten akaratának*

Az engedelmességben Isten szavára hallgatunk, az ő akaratát akarjuk teljesíteni. Sokszor és sokan Isten akaratán valami távoli dolgot értettek, ami előtt mint valami kívülről ránk kényszerített hatalom előtt meg kellene hajolnunk. A Biblia azonban mást ért Isten akaratán. Isten azt akarja, hogy minden ember üdvösségre jusson, hogy mindenki élete boldog legyen. Isten az ember üdvösségét akarja, életet adni neki. Ezek szerint Isten akarata megfeleltethető legmélyebb, legigazibb valónknak. Isten akaratát keresni tehát nem jelent mást, mint az embernek ezzel a tulajdonképpen, eredeti lényegével kapcsolatba kerülni, és azt tisztítani. Végző soron Isten akarata azonos legsajátabb, legmélyebb énünkből fakadó akaratunkkal. Isten akarata ahhoz a szívünkben rejlő mély vágyhoz vezet el bennünket, hogy megvalósíthassuk azt a nagyszerű és teljesen egyedi valóságot, amelyet Isten elgondolt rólunk: hogy valóban azzá lehessünk, akinek Isten megálmodott minket.

[...]

Isten akarata gyakran azért tűnik oly távolinak, idegennek, mert ragaszkodunk az étellel kapcsolatos illúzióinkhoz. Mert akaratunknak több rétege van: egy felszíni és egy a szívünk mélyén. A felszíni akaratot sokszor azonosítjuk pil-

*Mindent elhagyni, mert Ő nem hagy el engem*

lanatnyi hangulatunkkal, kívánalmainkkal, és nem is vesszük észre, mennyire mások elvárásai, a „mindenki így csinálja” határoz meg minket ilyenkor... Gyakran nem szabadok vagyunk ezzel az „akaratumkkal”, hanem pusztán vágyainknak vagy a pillanatnyi divatnak kiszolgáltató rabszolgák.

Ha azonban az imádságban elcsöndesedünk, és legmélyebb, legigazibb valónkkal kapcsolatba tudunk lépni, akkor megérezzük azt, hogy mi is lenne valóban jó nekünk, hogy mit is akarunk igazából. Az így felfedezett akarat a sajátunk, de egyben Istené is. Isten akarata végső soron jót akar nekünk, ám első pillantásra sokszor idegen, érthetetlen. Amit az imádságos csöndben valóban hasznosnak érzünk, az sokszor nem egyezik azzal, amit egyébként úgy felszínesen szeretnénk. Hisz gyakori bennünk is az, hogy kényelmesek vagyunk, és szeretjük, ha teljesítik minden kívánságunkat és akaratunkat. Az imában azonban legmélyebb valónkkal találkozáskor megérezzük, hogy mégsem tenne jót nekünk, ha minden a mi kényünk-kedvünk szerint történne. Isten akarata az, ami legmélyebb valónkak akar jót. Erre a felismerésre csak hosszas küzdelmek árán juthatunk el, mint például Jézus az Olajfák hegyén.

Szent Ágoston is beszél arról, hogy Isten akarata jó nekünk. Egy helyütt azt mondja, hogy Isten szavát a Szentírásban csak akkor érezzük ellenségünknek, ha önmagunk ellenségei vagyunk, ha saját szívünk ellenében élünk. Isten igéjét megérteni és elfogadni Ágoston számára nem más, mint önmagam barátja lenni, önmagammal jól bánni. Az Isten igéjében megjelenő isteni akarat az, hogy összhangba kerüljek, barátságosan és jól bánjak önmagammal. Ágoston szavaival: *„Isten igéje csak addig ellensége saját akaratodnak, amíg nem válik üdvösséged forrásává. Amíg saját magad ellensége vagy, addig Isten igéje is ellenséged. Légy saját barátod, akkor Isten igéje is összhangba kerül veled.”*

Az engedelmisség tehát nem más, mint hogy olyan figyelmesen hallgatók önmagamba, hogy felismerem szívem hangját, legmélyebb valóm üzenetét. Ebben a hangban Isten szól hozzám, és felismerhetem Isten akaratát, amely összesimul az én akaratommal... Isten akarata az, hogy kifürkésszük szívünk, legmélyebb valónk igazi vágyát, és hogy teljesen azzá váljunk, akivé Isten álmódott meg minket. Ezt csak akkor tudjuk megtenni, ha minden másodlagos tevékenységgel felhagyunk, és hosszan, türelmesen figyelünk bensőnkben Isten hangjára, amely az életre hív bennünket.

*(Németh Attila SchP fordítása)*

Forrás: ANSELM GRÜN – ANDREA SCHWARZ: *Und alles lassen, weil Er mich nicht läßt. Lebenskultur aus dem Evangelium*, Herder, Freiburg im Breisgau, 1995.