

**Nem volt csatlakozás. Hat óra késést jelez-
tek,**

**s a fullatag sötétben hat órát üldögéltem
a kocsárdi váróteremben, nagycsütörtökön.**

**Testem törött volt, és nehéz a lelkem,
mint ki sötétben titkos útnak indul
végzetes földön, csillagok szavára,
sors elől szökve, mégis, szembe sorssal,
s finom ideggel érzi messziről
nyomán lopódzó ellenségeit.**

**Az ablakon túl mozdonyok zörögtek.
A sűrű füst, mint roppant denevérszárny
legyintett arccul.
Tomba borzalom fogott el, mély állati féle-
lem.**

**Körülnéztem. Szerettem volna
néhány szót váltani jó, meghitt emberekkel,
de nyirkos éj volt, és hideg sötét volt....
Péter aludt, János aludt, Jakab aludt,
Máté aludt, és mind aludtak....
Kövér csöppek indultak homlokomról,
és vigicsurogtak gyűrődött arcomon....**

(Dsida Jenő: Nagycsütörtök)



XXIV. évfolyam 4. szám 2017. április

Bulányi György: Jézus királysága	3718
Kovács László: Egyensúly...	3420
Szuly László: Elmélkedés	3422
Márcki Ancsa: Kettősség, hármasság...	3424
Áts András: Egyensúly...	3425
Garay András: „Concidet obliquum”	3427
Átsné Kovács Erika: Az égből jött leány	3430
Faragóné Bircsák Márta: Egyensúly...	3435
Hollai Keresztély: Utolsó kenet	3439
Bulányi György: Húsvéti Napló	3440
VERSEK...	3441

«Az emberi elköteleződés folyóirata – családunkért, nemzetünkért,
mindenkéért – Isten Országá megvalósulásáért.»

Elérhetőség: koinonia.tarsak@gmail.com

BULÁNYI GYÖRGY

JÉZUS KIRÁLYSÁGA

Jézus nem királya mindenkinek. Jézus csak azoknak a királya, akik megteszik, amit Ő tanított nekünk. Akik nem teszik meg azt, amire tanított minket, azoknak nem királya, azok átkozottak. Ezek az átkozottak mennek az örök tűzre, amely készült az ördögöknek, az ördögök munkatársainak és mindazoknak, akiknek más a magatartásuk, mint amit Jézus vár el azoktól, akiknek tudomására jut az ő szent akarata. Így aztán nem mindenkinek a királya, hanem csak azoknak, akik Jézus kívánságaihoz igazítják életüket. A mai evangéliumban Jézus hat dolgot kíván tőlünk:

1. Aki éhezik, annak adjunk enni.
2. Aki szomjazik, annak adjunk inni.
3. Akinek nincsen szállása, azt fogadjuk be.
4. Akinek nincsen ruhája, azt lássuk el ruhával.
5. Aki beteg, azt látogassuk meg.
6. Aki börtönben van, módoljam ki a börtönparancsnokságnál, hogy meglátogathassam.

Mivel azok közé tartozom, akik azt akarják, hogy Jézus a királyuk legyen; s én mindenképpen ki szeretném módolni, hogy ne odakerüljek, ahol az ördögök és azok

munkatársai parancsolnak nekem, ezért számba veszem e mai vasárnapon, hogy mennyire teljesítettem életem folyamán Jézusnak e hat kívánságát.

1a. Kezdem az elsővel. Amíg otthon éltem, nem az én reszortom volt ez. Emlékszem, hogy Anyuka megkérdezte a lánytól, hogy ki csöngetett, s ezt felelte: valaki támogatást kért, s mondtam neki, hogy majd megtámogatom egy darab fával. Pénzt kért, s Jézus ez alkalommal sem beszélt a pénzzel támogatásról. Jézus sem támogatott senkit sem pénzzel, de az ötezer ember megvendéglését a pusztában azért lehetővé tette. Koldusnak csak nagyritkán adok. A Bokorban megállapítottuk, hogy mindannyian nagyon gazdagok vagyunk, s legalább a farizeusok szintjét el kell érünk, akik tizedet adtak mindenükből, tehát jövedelmünknek legalább tíz százalékát el kell küldenünk az éhezőknek. '89 előtt a külföldet járó testvéreink útján síboltuk ki a pénzt. '89 után már hivatalosan tesszük ezt. Kezdetben Teréz anyának küldtük, később pedig és ma is egy Prakash nevű jezsuitának, aki tizenötezer gyerekről gondoskodik – ugyancsak Indiában. Ez volt Jézus-tanulásunk

második gyümölcse. Az első az volt, hogy kisközösséget csináltunk.

2a. A másodikat sűrűn csinálom. Aki hozzám jön, mindig megkínálom – borral, pálinkával, az autósokat csak szörppel, a cukrosokat pedig még avval sem, hanem csak tiszta vízzel.

3a. A szállással nem rendelkezőket csak Budaváriban tudom etetni, itatni s nekik éjjeli-nappali szállást biztosítani. Lelkigyakorlatok alkalmával szoktam ezt csinálni. Ott akár húsz embernek is tudom mindezt biztosítani – a magyar püspöki kar jóvoltából, akik közel harminc éve megvonták tőlem a nyilvános papi működés jogát, s így segíthettem magamon – lelkigyakorlatos ház építésével. Az ilyesmit igénylők, meg akik Balaton közelében akarnak nyaralni, kipróbálhatják a nyár folyamán. A rendházban is tudok fogadni két vendéget földre rakott szivacsmatracokon, de csak férfi nemen levőket – a klauzúra okán.

4a. Ruhával mostanában nem tudok szolgálni, mert magam is uraságoktól levetett ruhákban járok, de azt, amim van, szívesen megosztom azokkal, akiknek nincs ruhájuk.

5a. A beteget csak akkor szabad meglátogatnom, ha igényli látogatásomat. Magam csak egyetlen személy látogatását igénylem, ha beteg vagyok. Olyant, akinek elmondhatom, hogy mire van szükségem, s ha kifáradok, mondhatom neki, hogy most menjen haza. Aki beteg, nyögjön! Hagyjuk a beteget nyögni, hamarabb meggyógyul. Nem zavarom azt, aki nem igényel.

6a. Nyolc évet töltöttem börtönben, ebből négyet Rákosi haláltáborban, ahol jelszó ez volt: itt fog megdöglenni, és nem lehetett engem meglátogatni. A másik négy évben már lehetett. Édesanyám kapott is három alkalmat tíz perces látogatásra: két egy méter távolságra levő drótháló között sétált egy ór. Az egyik háló mögött fél méter közelségben álltak a rabok, a másik háló mögött fél méter távolságban álltak a látogatók. Átkiabálhattunk egymásnak: Hogy vagy? Köszönöm, jól. Hatvanadik életévén túli anyámnak ez egy jó félnapos törődést jelentett.

Egy alkalommal én is végeztem börtönlátogatást. A katonáskodást megtagadó és emiatt három évre elítélt fiamat látgathattam meg egyszer Baracsán a felesége helyett. Mind a kettőnek én voltam a gyóntatója, én is eskettem őket.

Erdő Péter nem nevez ki börtönlélekésznek, s így nem látogathatom azokat; akik börtönben ülnek. Változtak Jézus óta a körülmények.

Ennyiben tudom én ma Jézust etetni, itatni, szállásolni, ruházni, látogatni. Kevés ez? Én ma ennyit tudok megtenni. Elég lesz-e ennyi az ítéleten ahhoz, hogy a maga jobbára állítson Jézus? Majd meglátom. Testvéreim, ti is vegyétek számba, hogy mennyit tudtok Jézus e hat mai kívánalmaiból teljesíteni!

Ezek után számba veszem egy tanszékvezető tételeit, melyeket erről a mai ünnepről írt.

1. Jézus legyőzte a halált – Nem győzte le, mert ugyanúgy meghalunk, mint Jézus előtt, ugyanúgy jobbra állítódunk, vagy balra, mint Jézus előtt.

2. Jézus megújította egész életünket. – Csak akarta megújítani, de rajtunk fordul, hogy megújítjuk-e azt.

3. Jézus megváltotta az egész világot. – Nem lehet senkit sem megváltani. Isten akaratából maradunk szabad emberek, amilyennek Isten megteremtett, és szabadságunkat felhasználhatjuk jóra és rosszra. Tegnap, ma és holnap, a világ végéig.

4. Jézus minden bűnösnek királya. – Nem csak a bűnbánó bűnösöké.

5. Jézus minden emberi nyomorúság királya. – Nem lehet állapotoknak a királya senki, csak személyeknek lehet királya Jézus vagy akárki.

6. Jézus legyőzte bünt. – Mindenki legyőzheti a maga bűnét. Én is a magamét. Jézus nem győzheti le sem a te, sem az én bűnömet.

7. Dicsőíthetjük Jézust minden sötétségben, halálban, bűnben, nyomorúságban. – Dicsőítés helyett inkább tegyük a mai hat jónak valamelyikét. Ezekkel kikerülünk sötétségből, bűnből, halálból, nyomorúságból.

8. Jézus királyságának titka, hogy benne találhatjuk meg magunkat. – Jézus nem titkolódzott. Nyíltan megmondta, hogy megtaláljuk jobb oldalra állított önmagunkat, ha tesszük a jót.

9. Jézus királyságának további titka, hogy benne nyerjük el a megváltást. – A megváltás nem ötös lottó. – Magunknak kell tennünk érte a mai hat jót.

10. Még további titka, hogy Jézusban mondhatjuk ki, hogy „Atyánk” – Jézus előtt is tudhattuk, hogy Isten az Atyánk.

11. Legmélyebb titka, hogy magára vette bűneinket. – Az én bűnömet nekem kell hordoznom, s magamnak kell abbahagynom a vétkezést, és minden rendben lesz ennek következtében.

12. ...hogy magában hordozza minden fájdalunkat. – Ezt az egyet elhiszem, mert annyira szeret mindnyájunkat

13. ...hogy győztesen jelen van minden sötétségünkben. – Nem értem, hogyan lehet valaki jelen az én sötétségemben, méghozzá győztesen.

14. Bűneinket saját testében felvitte a keresztfára. – Nem. Kaifás, Pilátus és a többi urak bűne vitte fel Jézust a keresztfára.

15. Jézus sebei szereztek nekünk gyógyulást. – Jézus azt tanította nekünk, hogy akkor gyógyulunk meg, hogyha hisszük, hogy Ő meg tud gyógyítani minket.

16. A mi gonoszságaink miatt törték össze. – Nem. Az urak gonoszsága következtében törték Őt össze az urak.

17. Szenvedései sokakat istennektetszőkké tettek. – Nem. Jézus szenvedései következtében csak Jézus lehet istennektetszővé. Mi csak a magunk Istenért vállalt szenvedésünk következtében válunk istennektetszőkké.

18. Krisztus keresztségében beteljesedett a megváltás. – Nem. Krisztus keresztsége által teljesült Kaifás akarata, s példát kaptunk rá, hogy halálbüntetés ellenére is hűségesekeknek kell maradnunk Isten parancsaihoz.

19. Jézus a maga szenvedései és halála által él abban, akit így szeretett, az emberben. – Nem. Csak abban az emberben él Jézus, aki maga is úgy viselkedik, mint Jézus.

20. Titok, hogy Krisztus minden ember királya. – Nem, hanem tévedés, mert Jézus csak azoknak a királya, akik Hozzá hasonlóan viselkednek.

21. E hűs tétel erejében igaz, hogy amit másokkal szemben teszünk, azt tesszük Jézussal is. – Nem. E hűs tétel ellenére igaz ez az állítás.

Egy másik mai tanszékvezetőhöz odament harminc esztendővel ezelőtt az ilyesfajta tételek miatt egy fiatal Bokor-tag, és ezt mondta neki: Tisztelendő úr, Jézus nem ezt tanította. A válasz erre ez volt: Jézus néptanító volt, én pedig teológiai tanár vagyok. E válasz ellenére az a fiatal ember azóta sem váltott át a néptanítótól a teológiai tanárhoz. Adjunk hálát érte az Istennek.

Egészen más kérdés, hogy a szeretet-Isten, hogyan mondhat valakiket átkozottaknak. Azt gondolom, hogy ez ugyanaz, mint a balga, a bolond. Magukat teszik bolonddá. Magukat teszik átkozottá. Isten mondhatná róluk azt is, hogy szerencsétlenek. Mindez csak következménye a szabad akaratunknak. Ezt pedig azért adta nekünk Isten, hogy részesei lehessünk az ő szentháromsági szeretet-életének. Már itt is, a Földön. Halálunk után pedig odafent Nála, az örökkévalóságban. Amen.

Nem. Még hozzáteszem Arany János egyik utolsó versét. Egy nagyon rövidet, egy négysorosot. Az a címe, hogy: Sejtetem

Életem hatvanhatodik évében

Köt engem a Jóisten kérébe,

Betakarít régi rakott csűrbe,

Vet helyemre új gabonát cserébe.

Életem, nem tudom, hányadik évében szólít magához engem a Jóisten. Csak annyit tudok, hogy egyelőre még nagyon jól érzem magam köztetek. Ha ez megváltozik, akkor kérni fogom Öt, hogy engedjen már engem is odaátra azok közé a testvéreim közé, akik már hazajutottak.

Most az Amen.



KOVÁCS LÁSZLÓ

EGYENSÚLY...

- MISE -

Testvéreim! Kezdjük ünneplésünket az Atya, a Fiú és a Szentlélek nevében.

Szeretettel köszöntelek Benneteket a Bokorünnepen, és kívánom: Az Úr legyen veletek!

Egyensúly, egyensúly, egyensúly! Ez lesz a téma a mai napon az elejétől kezdve a végéig - tudjuk meg a Meghívóból. Megvallom, kicsit mosolygok magamban. Ugyanis többen megkérdeznék: Hogy vagy Laci? Köszönöm jól - válaszolok és hozzáteszem: Csak kicsit düllöngélek, mint a részeg ember... Sebaj, pont nekem kell beszélnem az egyensúlyról!

Vizsgáljuk meg lelkiismeretünket, és bánjuk meg bűneinket, hogy visszanyerhessük egyénileg és közösségileg is egyensúlyunkat, ha netán elvesztettük volna.

Gyónoom a mindent-adó Istennek. Irgalmazzon nekünk.

Ének: Kyrie. Glória.

Imádkozzunk! Istenünk, aki úgy raktad össze a testünket és úgy formáltad ki a lelkünket, hogy egyenesen tudjuk járni és harmonikusan tudjunk élni, add, hogy szándékom szerint mindent megtegyünk, hogy tetszésedre legyen járásunk és életünk, aki élsz és szeretsz.

Olvasmány Gandhi írásából (részlet)

Erősek attól leszünk, ha megőrizzük vagy megnemesítjük az életet alkotó energiát.

Ezzel szemben mi folyamatosan és öntudatlanul pazaroljuk ezt az energiát, ha zavaros és nemkívánatos gondolatokat dédelgetünk magunkban.

Mínt hogy a gondolat minden beszéd és minden tett forrása, érthető, hogy az egyik síkon meglévő értékek a másikon is jelentkeznek. Ha tökéletesen uraljuk a gondolatainkat, ezzel olyan energiaforrást fejlesztünk ki magunkban, amely minden vállalkozást lehetővé tesz.

Ha az ember Isten képmása, akkor elegendő, hogy akarjon valamit, amit természetes képességei lehetővé tesznek, de ezzel az már meg is valósul. Ez a hatékonyság azonban nem adatik meg annak, aki szétszórja az energiáit.

Ezek Gandhi gondolatai.

Ének: Alleluja .!

Evangelium Mk 10, 13-16.

Egyszer kisgyermeket vittek Jézushoz, hogy rájuk tegye a kezét. De a tanítványok elutasították őket.

Amikor Jézus ezt látta, megneheztelt rájuk és így szólt: Hagyjátok, hadd jöjjenek hozzám a gyermekek és ne tartsátok vissza őket, mert ilyeneké az Isten országa.

Bizony mondom nektek, aki Isten országát nem úgy fogadja, mint a gyermek, nem megy be oda.

Azután ölébe vette őket és rájuk téve a kezét megáldotta őket.

Ezek az evangélium igéi.

Egyensúly! Egyensúly! Egyensúly!

Ennek kapcsán visszaemlékezek egy régi történetre. Aztán szeretnék beszélni a Jézusnak elkötelezett ember egyensúlyáról.

Régi történet

Sosem gondoltam volna, hogy Magyarországon is megjelenik a slakline, amiről több mint 30 éve prédikáltam a Domiban (Domonkos templom). Most utána néztem a történetnek, amit akkor inkább tanmesének gondoltam. 1855-ben történt, hogy egy francia kötéláncos (Charles Blondin) a Niagara-vízesés fölött kifeszített kötélen egyensúlyozott az egyik oldalról a másikra. A kötélen 340 méter hosszú volt, 8,3 centiméter széles, és 49 méterre volt kifeszítve a zuhatag fölött.

Nagy tömeg gyűlt össze a produkcióra, és lélegzetviszszafafojtva figyelték a víz fölötti sétát. Az ember az egyik oldalról átsétált a másikra és onnan vissza. Nagy taps követte.

Ekkor a kötéljáró elkiáltotta magát: „Uraim és Hölgyeim, elhiszik-e, hogy bekötött szemmel is átmegyek a kötélen. Aki elhiszi, tegye föl a kezét”. Az emberek egymásra néztek, aztán az akrobatára, bólogattak többen és feltették a kezüket. A kötéláncos simán átment a túlsó partra és vissza. Nagy taps követte.

Ekkor újabb kérdést tett fel. Kezében egy talicskát fogott és azt kérdezte: „Elhiszik-e, hogy ezt a talicskát is át tudom tolni a kötélen és vissza?” Az emberek egyre többen tették fel a kezüket és csodálva nézték a talicskás embert. Sikerült neki oda és visszatolni a zúgó habok fölött. A tömeg őrjöngve tapsolt.

Ekkor azt kérdezte a köteles ember: „Elhiszik-e, hogy a talicskát egy emberrel együtt is át tudom tolni a kötélen és vissza?” A tömeg őrjöngve lengette a karját, persze hogy elhiszik, mert látják, hogy ő mindenre képes.

Ekkor a talicskás ember odaszólt a legközelebb álló hölgynek: „Hölgyem, üljön be a talicskába!” A nő rémülten tiltakozott. Azt már nem!

Annak idején azt a következtetést vontam le a történetből, hogy Jézus szédületes életútját megismerve nem elég hinni benne, nem elég megtapsolni és éltetni őt, hanem be kell szállni az ő talicskájába és vállalni vele a veszélyes, „keskeny utat”. Ma ugyanezt a következtetést vonom le magamnak és mindazoknak, akik őt és eszményeit megismerték és követni akarják.

Az evangéliumbeli gyerek

Még a történethez tartozik, hogy 1860-ban a walesi herceg (a későbbi király) is jelen volt a niagarai produkción, és Charles Blondin, a kötéláncos felkérte, hogy a hátán átvihesse őt a vízesés fölött, de a herceg elutasította.

1861-ben egy angliai produkciója során viszont ötéves kislánya beleült apja talicskájába, és őt a talicskában ülve toltta át a kötélen.

Az evangéliumbeli gyerekről, akit a tanítványok távol tartottak Jézustól tudjuk azt, hogy benne Jézus a társadalmilag kicsiny embert állította példaképül a tanítványai elé. De megállja helyét az a magyarázat is, hogy

Jézus követője és az Isten országának tagja csak úgy lehet valaki, ha a kisgyermek hitével és bizalmával, fontolgatás nélkül szívvel-lélekkel ráhagyatkozik. Kereszténynek, Jézuskövetőnek lenni kockázatos dolog. Az elmúlt időkben megtapasztalhattuk. Most talán nem jár különösebb kockázattal, engedünk is a komoly elszántságon. A „széles út” nagyon csábító, a „keskeny ösvény” pedig elég riasztó.

Azt gondolom, hogy teljesen fölösleges, hogy valaki fejünkre olvassa gyávaságunkat, kishitőségünket és gyenge Istenszerelmünket. Még azzal sem megyünk semmire, ha valaki bebizonyítja, hogy kockázatosabb egy szuper autóbá ülni, mint Jézus talicskájába. Az autóban lehet szuper gyorsaság, élvezet és büszkeség, de Jézus talicskájában több a biztonság és a boldogság.

Tudom, hogy olesó szónoki fogás lenne a talicskába ülő kisgyerekekkel példázódni, ha nem beszélnék arról is, hogy a Jézus Útjára elkötelezett ember, hogyan tudja a gyakorlatban az ő kockázatos útját végigjárni.

A Gandhi recept

Egyensúly! Egyensúly! Egyensúly! Ez a szlogen.

A receptet pedig Gandhinál találtam. Azt állítja, hogy „erősek attól leszünk, ha megőrizzük és megnemesítjük az életet alkotó energiát”. Mit ért ezen? „Mint hogy a gondolat minden beszéd és minden tett forrása, érthető, hogy az egyik síkon meglévő értékek a másik síkon is kell, hogy jelentkezzenek”. Teszem hozzá: Tehát a gondolat, szó és tett egyensúlya szükséges.

A gondolatról ezt mondja: „Ha tökéletesen uraljuk a gondolatainkat, ezzel olyan energiaforrást fejlesztünk ki magunkban, amely minden vállalkozást lehetővé tesz”.

Gondolat - tudat. Emlékezzetek ti idősebbek ifjúságunkra, hogy micsoda hatalmas energia töltött el minket, amikor megismertük Jézus Istenének lényegét, a csak szeretni tudó Istent, és konkrétan a jézusi szeretetörvényt (az adás, szolgálat és szelídség eszményét). Úgy gondoltuk, hogy ezzel az ismerettel megmozgatjuk az egész világot, egybeszeretjük az egész emberiséget.

Szó - ige. A gondolkodásunk átalakulásával együtt járt a szó kényszere. Ha valaki valami szenzációs hírt hallott, örömhírt, azt képtelen magába fojtani, azt ki kell mondani. A jézusi szó elemi erővel tört elő belőlünk. Nem egyszerű szó volt, nem főnév, nem jelző, hanem ige: cselekvésre szólító beszéd. Így jöttek létre a jézusi kiscsoportok (melyek tíz, húsz, harminc, negyven, és ennél is több éve, ma is megvannak)!

Tett - szeretet. Ki tudja felmérni ennek a jézusi megújulási mozgalomnak az adásban, osztozásban, egyéni és közösségi szolgálatban és az erőszakot is elszenvedő, egyben erőszakmentes közösségi, sőt közéleti megnyilvánulásokban megmutatkozó gyümölcseit. Ércnél maradandóbb művet alkot az, aki egy pohárvíznyi jószággal is szebbé és elviselhetőbbé teszi a világot. Pokolból csinál mennyországot!

A három majom Egyensúly! Egyensúly! Egyensúly!
Ismeritek a három majom figuráját. Az egyik befogja a szemét, a másik a fülét, a harmadik a száját. A három majom szimbóluma egy 17. századbéli japán templom oszlopcsarnoka feletti faragásból ered, mely a három bölcs majom tanítását sugallja: a gonoszt ne lássam, ne halljam, ne beszéljem, és volt egy negyedik majom is, kezeit maga előtt tartva, hogy a gonoszt főleg ne tegyem.

Van egy népies magyarázata és hétköznapi jelentése is a bölcs majmoknak: ne láss, ne hallj, ne szólj, és ne is tégy semmit, abból nem lehet semmi bajod.

Ha ez utóbbi értelemben nézem a majmokat, akkor tökéletes egyensúlyban maradok, ha se látni, se hallani nem akarom Jézus üzenetét, továbbadni még úgysem, tenni pedig semmiképpen. Ez talán ránk nem jellemző. Az már inkább lehetséges, hogy felismertem az örömhírt, de továbbadását nem vállalom. Nem tudom, nem merem, nem akarom.

Ami pedig ugyancsak lehetséges, hogy megismertem, szajkózom is, csak éppen tettekre nem váltom.

Tovább variálható a felállás, de ha nem ugribugri majmok, hanem igazi Jézuskövetők akarunk lenni, akkor egy életen át tanulni, egy életen át továbbadni és egy életen át tenni-tenni kell a szeretetet!

— **Egyensúly! Egyensúly! Egyensúly!**

Talán erre az utóbbi egyensúlyra van igazán szüksége a világnak, és nekünk, magunknak!

Hívek könyörgése

Felajánlás

Paefatio

Ének: Sanctus...

Canon

Mi Atyánk.

Ének: Agnus Dei... Hálaíma Áldás Záróének

SZULY LÁSZLÓ

ELMÉLKEDÉS...

Amikor Gyuri először fölvetette, hogy mi lenne a mai ünnep fő témája, akkor az „EGYENSÚLY” szó hallatán nekem a „biológiai egyensúly” fogalma jutott eszembe. A biológiai egyensúly egyszerűen fogalmazva azt jelenti, hogy egy adott területen élő élőlények száma nagyjából állandó. Előfordulhat, hogy valami külső hatás kibillentíti ezt az egyensúlyi állapotot, azaz valamelyik faj túlszaporodik, akkor az ezt fogyasztó fajok is megszorodnak, ezáltal az arányok újra helyreállnak, visszaáll az egyensúlyi állapot. Például, ha egy területen a kedvező időjárás miatt elszaporodnak a békák, akkor több lesz ott a gólya is, mert a megnövekedett számú „eleség” több „fogyasztót” képes eltartani. Fordítva is lehetséges. Ha egy nagy szárazság miatt megcsappan a békák száma, akkor kevesebb lesz a gólyaállomány is, mert jó- néhány éhen pusztul.

A biológiai egyensúly állapota azonban igen érzékeny. Egy-egy durva változás végzetes következményekkel járhat. Egy meteor becsapódása vagy egy hatalmas vulkánkitörés fajok kihalását eredményezheti. Sajnos ilyen durva beavatkozásra az ember is képes. Ilyen volt a tiszai ciánszennyezés, amely kipusztította a folyó halállományát. Ilyen folyamat a vegyszerek (műtrágyák és permetszerek) intenzív használata a mezőgazdaságban. Egyensúlyi állapotra való törekvés azonban nemcsak az élővilágban figyelhető meg. Egy „létsikkal” lejjebb menve, az élettelen anyagok „viselkedésében” is meg tapasztaljuk. Öt példát mondok erre.

1. Keljfeljancsi. Ha ezt a bábót kibillentjük egyensúlyi helyzetéből, igyekszik újra felvenni azt, és ismét talpra áll. Ez tulajdonképpen az ERŐK EGYENSÚLYA. Tanultuk fizikaórán, hogy ha az egy testre ható erők kiegyenlítik egymást, szaknyelven a testre ható erők eredője nulla, akkor a test nyugalomban marad, illetve megőrzi egyenes vonalú egyenes mozgását.

2. Torricelli cső. Ez egy U alakú üvegcső, amelyben higany van, az egyik vége zárt, és vákuum van benne, a másik vége nyitott. A higanyszint a cső zárt végű részében magasabb, mint a másikban. A két higanyszint különbségének megfelelő nyomás azonos a külső légnyomással. Ha az időjárási viszonyok vagy a terepviszonyok miatt a légnyomás megváltozik, akkor a higanyszint különbség is változni fog. Így tudunk légnyomást mérni. Ez tehát a NYOMÁS EGYENSÚLYA.

3. Lázmérő. Ha két különböző hőmérsékletű test kapcsolatba kerül egymással, akkor előbb- utóbb kialakul a közös hőmérséklet, létrejön a HŐMÉRSÉKLETI EGYENSÚLY. Ezen az alapon szoktam én hűteni a túl forró teámat egy kis hideg borral.

4. A boros tea már egy másik egyensúlyi állapotra való törekvést is magában foglal. Kis idő múlva a bor



és a tea aránya azonos lesz a bögre minden köbcentiméterében. Ugyanez a helyzet, ha cukrot vagy mézet teszünk a teámba, előbb-utóbb az egész édes lesz. Kiskanállal kevergetve gyorsítható a folyamat. Ez a KONCENTRÁCIÓK EGYENSÚLYA.

5. Villám. Az elektromos töltések is szeretik az egyensúlyi állapotot. Mert ha nincs egyensúly, akkor feszültség keletkezik. Ha túlszaporodnak az elektromosan töltött részecskék egy felhőben, akkor egy bizonyos határ elérésekor ezek megtalálják az utat a kiegyenlítődesre, azaz létrejön a villám. Ez tehát az ELEKTROMOS TÖLTÉSEK EGYENSÚLYA.

Összegezve az eddigieket úgy tűnik, hogy az EGYENSÚLY-ra való törekvés ALAPTÖRVÉNYE AZ ANYAGI VILÁGNAK. Ennek a törvénynek belátható az értelme. Az értelmes törvény pedig egy értelmes Alkotóra utal. **Engem ámulattal tölt el az egyensúlyi törvény léte és működése.**

Kiindultunk a növények és állatok világának biológiai egyensúlyából. Vizsgálódtunk egy létszinttel lejjebb is, és láttuk, hogy az egyensúly ott is fontos törvényszerűség. Kíváncsivá tett a dolog, hogy ha fölfelé lépünk egy létszintet, akkor ott mit tapasztalunk. Az emberi élet létsíkjára gondoltam. Itt vajon milyen egyensúlyi állapot figyelhető meg?

Az emberiség kezdeti társadalmi formája az ősközösség volt. Mindenük közös volt, az anyagi javak és a szellemi értékek egyaránt. Aztán ez az egyensúlyi állapot fölborult egyesek mohósága és önzése miatt. Ezek egyre többet akartak maguknak mások rovására. Már kialakult a feszültség. És a villámlás sem maradt el. Háborús vilálongások itt is, ott is.

Az emberek közötti egyensúly (nevezzük BÉKÉNEK) szintén igen érzékeny valami, könnyen megbomlik. Elég egy szarajevói merénylet, és négy évre oda a békesség. Elég egy diktátor megalomániája, és újabb négy évre pokollá változik a földi élet.

Sajnos úgy tűnik, hogy az emberek közötti egyensúlyi állapot nem áll vissza magától, mint a keljfeljancsi. Itt bizony hatalmas erőfeszítésekre van szükség ahhoz, hogy a békét megőrizhessük.

Az emberek közti egyensúly helyreállításához hatalmas segítséget meríthetünk Jézus tanításából. Sőt, már az ő Előfutára, János is ezt mondja, amikor a megtérés útjára terelgeti a népet:

„Akinek két ruhája van, az egyiket adja oda annak, akinek egy sincs! S akinek van mit ennie, ugyanígy tegyen! (Lk 3,11)

Ennek a tanácsnak vagy parancsának az ismerete még nem hozza meg a várt eredményt. Legalábbis 2000 év nem volt rá elég. Pedig kaptunk plusz segítséget is: egy kis érzelmi ráhangolást: „Amit e legkisebb testvéreim közül eggyel is tettetek, velem tettétek.” (Mt 25, 40) Illetve egy kis elrettentés: „Amit e legkisebbek valamelyikével nem tettetek, velem nem tettétek. Ezért örök büntetés jár.” (Mt 25, 45-46)

De még ez a külső segítség is kevés. Valami belső erő talán segítene? A belátás lehetne ez a belső erő? Hozzá egy kis alázat? Vagy még további erények? Nézzünk két példát a közlekedésből!

1. A balesetmentesen vezető sofőrök tapasztalatait összegezve alkották meg a „**defenzív vezetés**” fogalmát. A lényeg az, hogy sem a büntetés, sem az elretentés (balesetek helyszíni fotói) nem elég hatásos eszköz arra, hogy rávegyék a sofőröket a szabályok betartására. Ám ha belsőleg tud azonosulni valaki az alapelvvel, akkor az be is tartja a KRESZ-t. (A defenzív vezetés hármas alapelve: A tilosat sohasem! A kötelezőt mindig! Néha még a megengedettet sem!)

2. Kialakulhat olyan szituáció, amikor nincs szabályozva, kinek van elsőbbsége. Ez az úgynevezett „tisztázatlan forgalmi helyzet”. Ennek akkor van megoldása, ha az egyik résztvevő udvariasan lemond az áthaladásról a többiek javára. Ez persze azzal jár, hogy ő lesz az utolsó az áthaladás sorrendjében. Vagyis valaki részéről **ALÁZATRA** van szükség.

Összegezve: az emberek közötti egyensúlyi állapot eléréséhez eddig két ismerős dolog szükségességét láttuk:

1. ADÁS (OSZTOZÁS)
2. ALÁZAT (KICSISÉG)

Gondolom, kitaláltátok, hogy kell a harmadik ismerős fogalom is: a **SZELÍDSÉG (ERŐSZAKMENTES-SÉG)**.

A KRESZ tanfolyamon ezt úgy tanították, hogy „a közút nem arra való, hogy ott neveljük meg a szabálytalankodó sofőröket.” Ha valaki erőszakosan elénk tolikodik, mindenáron előzni akar, ne kezdünk versengésbe, ne dudáljunk rá, ne is mutogassunk neki semmit, inkább engedjük el. Minél messzebb van tőlünk, annál kevésbé jelent veszélyt ránk nézve. A Bibli a nyelvére lefordítva ez azt jelenti: „Bocsáss meg! Ne akard a sértést sértéssel viszonzni!”

Oda jutottunk tehát, hogy a Bokor lelkisége, szellemsége valóban képes szolgálni az emberek közti egyensúlyi állapot létrehozását, megőrzését. Jó úton járunk tehát ahhoz, hogy valóra válhasson a Jézus által megálmodott igazi egyensúly, amit Ő ezekkel a szavakkal fejezett ki: „Azt akarom, hogy legyenek mindnyájan egyek.” (Jn 17, 21) Azaz alkossanak egy közösséget.

Kívánom, hogy Mindnyájatoknak sikerüljön előmozdítani az egyensúlyi állapotot az emberek között!



MÁRCZI ANCSA

KETTŐSSÉG, HÁRMASSÁG, EGY- SÉG...

TÁMPONTOK, SZEMPONTOK AZ EGYENSÚ- LYOZÁSHOZ

Kezdetben volt az egység, a harmónia, az egyensúly, ebben élt az ember, de nem volt tudatában, hogy milyen jó dolga van, és az ismert történet szerint evett a jó és rossz tudásának a fájáról. Ezért aztán kiesett az egységből, az egyensúlyból és kisodródott a középpontból, ettől kezdve mindent kettősségben él meg.

Kettősség

Kettős látásunk lett, mindent ellentétekben, szélsőségekben látunk, polarizált világban élünk, úgy mondjuk. Mindenből kettő van, pontosabban minden kettős lett. Legelőbb is az ember lett kettős. Az emberi egós énje és az isteni nagy Énje feszültségében látja a világot. Az önös egós szemével, amely *szétválaszt*, és az isteni örök Énje szemével, ami *összeköt*, egyesít. A Lét az továbbra is egységes, csak mi látunk kettősen.

Polaritásaink a következők: ég és föld, születés-elmúlás, véges-végtelen, fény-sötét, értelemérzelem, jobb és bal, folytathatnánk vég nélkül... De Richard Rohr azt mondja, hogy: az alapdualizmus az, hogy Isten valahol kívül van, és ez szétép bennünket. Az élet egészét gondolkodásunk teszi feldarabolttá. Duális *gondolkodásunk* belőlünk fakad, a bennünk lévő kettősségből. Az ego és az Én. Az ego látja ellentétben a világot, az ego a dualista bennünk. Tehát a dualitás nem kívül, hanem belül van.

A jó és rossz tudásának almája, amit megettünk, az szakítja, darabolja az egységes létet feszült ellenpólusokká. Tehát mindkét oldal *bennünk* van. Fény és sötétség. Gondolkodásunk szétszakít, pedig ezek elválaszthatatlan egységek, egyik nincs a másik nélkül. Párban vannak, elválaszthatatlan egységben. Egy dolog két aspektusa. Egyik feltételezi a másikat, mi mégis szét akarjuk választani őket. Tudni véljük, hogy mi a jó és mi a rossz, minek kéne lenni és minek nem kéne lenni, mi történjen meg és mi ne. Mi tudjuk, milyennek kellene lennie a világnak, a valóságnak, mert lenyeltük a tudás almáját. Pedig egyik oldal sem jó vagy rossz, gondolkodásunk teszi azzá - mondja Shakespeare.

Az elme a nagy szétválasztó. Ítélnünk, címkézünk, vagy vagy játékot játszunk, pedig a bölcsek azt mondják, hogy is-is. Túl kell lépnünk a címkézésen, az ítékezésen, a minősítésen. Tartózkodni attól, hogy egy eseményt, élményt, személyt, ilyennek vagy olyanak ítéljük meg, mert nem tudhatjuk, hogy egy általunk valamilyen minősített esemény milyen szerepet tölt be a nagy egészben, nincs erre rálátásunk. Ami rossznak-gonosznak tűnik, titokban egy mélyebb jó forrása lehet.

Mert **minden értünk van**. Ahogy Babits mondja: „*Tudod, hogy érted történnek mindennek - mit búsulsz? A csillagok örök forgása néked forog, és hozzád szól, rád tartozik, érted van minden dolog...*”

Szóval értünk van minden, hogy mindent megélve, megtapasztalva **egésszé, teljessé** váljunk, hogy visszatáljunk az Egységbe. Az ellentéteket egyesítenünk kell magunkban, és ez mindig a keresztre feszülés valamilyen formája. Igen, az emberi életnek kereszt alakú mintázata van. Az ellentétek találkozása, az egymást keresztelő szándékok összeütközése. Tele vagyunk ellentmondásokkal, amelyekkel ki kell békülnünk, megérteni a kereszt szimbolikus feszültségben rejlő mély és egyetemes igazságot, hogy **minden egybe tartozik**. Tehát a feladat az ember jobb és bal felének figyelmes tudatosítása, a kettősségek egyesítése és harmonizálása.

De hogyan? Törekedni a létezés minden területével való harmóniára, összhangra és egyensúlyra. Van egy szép modell, a kereszt ugye. Az alsó szára a természet, a fizikai, földi alsó világ, a felső a természetfeletti égi, szellemi felső világ. Balra önmagam belső világa, jobbra az embertársak, a külső világ. Weöres azt mondja, hogy: „*alattam a föld, felettem az ég, bennem a létra*”. Ez ugyanaz.

A **természettel**, az alsó világgal való kapcsolat segít visszatálalni az egységbe, mivel közelebb áll a centrumhoz, mint az ember. Keressük hát a természettel való kapcsolatot, erdő, mező, víz, növény, állat. A természetfelettihez, a természetben keresztül vezet az út.

A **természetfeletti** felső világhoz tartoznak a szellemi, lelki tanulmányok, ima, meditáció, elmélyülés, csend, felismerések, a semmit tevő csendek.

Kapcsolat önmagunkkal - a belső világ. Önismeret, szembenézni árnyékunkkal, mindkét felünkkel, önmagunkat elfogadva. Önmagunk szeretete nem öncélú, csak az tudja elfogadni, szeretni a másikat, aki önmagát is szereti. „*Szeresd felebarátodat, mint önmagadat!*” Érdekes módon a célhoz mindig az ellenkező póluson keresztül vezet az út. Tehát a természetből a természetfelettihez. Önmagam belső világából pedig az embertársakhoz.

Kapcsolat embertársakkal, tehát a külső világ. Az élet találkozások sorozata, a találkozás tükör önmagunkhoz. „*Hiába fűrösztöd, csak másokban moshatod meg arcodat.*” Tehát a cél, meglátni másokban a felszín mögötti lényegét, hogy egybe tartozunk.

Tehát a harmónia mind a négy területtel a metszéspontban találkozik az Isteni és az emberi. A metszéspont a középpont, amibe vissza kell találnunk. Ezeket **egyensúlyban** is kell tartani, mert az egyensúly a középpontba való visszatérés feltétele.

Tehát **egyensúly a földi és az égi világ közt**, és egyensúly a belső és a külső világ közt. Az ember ég és föld között feszül, és ha túlságosan belemerül az anyagiba, az alsó világba az földhöz ragad. Ha csak felfelé, akkor hasra esik vagy elszáll. Két lábbal a földön és két kézzel

az ég felé.

Egyensúly belső (én) és külső (mások) között. Befelé nézünk önmagunkba és kifelé figyelünk. Ha csak befelé, akkor elszigetelődünk. Ha csak kifelé, hogy ne kelljen önmagunkba nézni, az sem jó. Nekünk a befelé, és kifelé között is egyensúly kell találnunk. Addig erősíteni az ellenkező pólust, amíg egyensúlyba nem lesz a két szélsőség, mindig az ellenkező póluson keresztül jutunk el a célhoz. A földi utunk célja tehát a polaritás legyőzése.

Hármasság

Egy másik modell szerint a hármasságban való gondolkodásra van szükség, a hármasság szerinti megértésre, hogy egyensúlyra jussunk, mert a kettősségekben való gondolkodás az kevés az eligazodáshoz. A teljes igazság felfogásához a hármasság visz közelebb. Valóban, a magasabb szellemi egységek mind hármasságból állnak: Atya-Fiú-Lélek, test-lélek-szellem, út-igazság-élet, filozófiai igaz-szép-jó, meg a magyar igazság is három. Az, nem számít, a három az az egység.

Két szélsőség között, helyett, keressük meg a közepet. A jobb meg a bal között mindig ott van a közép. A pozitív és negatív között a semleges. Fény és sötétség között a színek. A gyávaság és a vakmerőség között ott van a bátorság. A születés és elmúlás között az élet, Isteni és emberi között pedig ott van az istenember. Tehát két szélsőség között mindig ott van a harmadik az egyensúlyozó minőség, ami a másik kettővel szemben áll, de azoknak nem ellentéte. A hármasságok harmóniák, nem feszültségek. Vagyis felül kell emelkedni minden kettősségen, minden megosztottságon, ami bennünk munkál. Elsősorban önmagunkban kell feloldani ezeket a kettősségeket, és egy magasabb harmadik szempont szerint látni. E instein bácsi is ezt mondta. A túlzások szélső állapotok, és a szélső állapotok elleni küzdelem visz előre.

Ha sikerült megtalálni az egyensúlyt, akkor még nem örülhetünk, mert az nagyon labilis, mint láttuk. Minden mozgásban van, minden dinamikus változásban, és hogy ne veszítsük el a nehezen megtalált egyensúlyú állapotunkat, állandóan mozgásban kell lenni. Tekerni kell, különben eldőlsz. *Éberség és tekerés*, mondhatnám: virrasszatok!

Egység

Az egység, a nem kettősség állapota. A valóságban minden EGY! Isten világában minden egy, és az egyben minden ellentmondás megszűnik. Nincsen alul és felül, kívül és belül, minden ellentét, feszültség elsimul.

Akkor majd a párduc és a gödölye, meg a farkas és a bárány, meg a kígyó és a kisgyerek mind együtt meglesznek békében. Nem úgy lesz ez az egység, hogy kiírtjuk a párducot, a farkast meg a kígyót, vagy a pokolba taszítjuk, hanem türelmes szeretettel, egós elménk helyett a *szív tudatával*, megszelídítjük, jóvá szeretjük a

rosszat. Amikor kettős látásunk megszűnik, és mindenben felismerjük az Egyet. Amikor az Isten egy szemével látjuk a világot, akkor visszaértünk a középpontba. Földi életünk arra való, hogy erre rá ébredjünk. Isten a nagy kiegyensúlyozó, ő a nyugodt középpont. Akiben harmóniában van a mindenség, Ő a mindent befogadó egység, akiben minden jóvá szelídül.

MINDEN EGYBE TARTOZIK!



ÁTS ANDRÁS

EGYENSÚLY...

Az imént látott videó adta elsősorban az ihletet ahhoz, amit most megosztok a testvéreimmel. Az egyensúlyról elsőre ezek jutnak eszembe: keljfeljancsi, bűgőcsiga, háromlábú szék, természeti törvények, harmónia, törekénység...

Az ember talán jobban is törekszik a biztonságra, mint az egyensúlyra. Hajlamosak vagyunk vélt biztonságérzetünk növelése érdekében túlzásokba esni. Túl sokat enni, túl sokat inni, túl sokat ruházkodni, túl sokat sportolni, túl sokat fogyókúrázni, túl sokat aggódni az egészségünkért. Az egyensúly keresése legfeljebb második-harmadrendű dolog a legtöbb ember életében. Amolyan majd csak sikerül - nem túl lényeges - törekvés. A mi emberi világunk elsősorban kettősségekből, ellentétpárokból áll (hideg-meleg, édes-keserű, kedves-gonosz, lágy-kemény, gazdag-szegény). Ezeknek az ellentétpároknak a harmonikus arányát tekintjük elsősorban egyensúlynak.

A természetet megfigyelve is azt tapasztaljuk, hogy minden általunk vizsgált jelenség egy végső egyensúlyra törekszik, valamiféle nyugalmi állapotra. A jelenség végső helyzete, az általános tömegvonzás eredményeképp, egy nyugalmi állapotra törekvésként is leírható. A keljfeljancsi egy idő után feszesen áll, a bűgőcsiga abbahagyja a pörgést, a tárgyak a föld középpontja felé tartanak, a kövek elaprózódnak és törekednek a minél mélyebben fekvő pontok felé.

Aztán ott egy ember, aki elkezdett a természet törvé-

neyeit kihasználva, ilyen elképesztően törekeny kőszobrokat alkotni, kiegyensúlyozni. Szinte úgy érezzük, hogy ezekre nem is igazak a természeti törvények, hogy ilyen nincs, ez lehetetlennek tűnik. Michael Grab, a kövek egymáson egyensúlyozásának nagymestere elmagyarázza, ő hogyan csinálja ezt: "Ha a fizikai oldalát nézzük, az egyensúlyozás egyik legalapvetőbb feltétele az, hogy találjunk a háromlábú állványokhoz (tripodokhoz) hasonló részt a köveken. Minden kövön vannak kisebb-nagyobb repedések, bemélyedések, amelyek ilyen háromlábú állványhoz hasonlóan segítenek abban, hogy a kövek megálljanak egyenesen vagy bármilyen egyéb lehetséges szögben egymáshoz képest. Ahogy az ember a tapintás által közelebb kerül a kövekhez, úgy lehet egyre jobban észre venni az egymáson elmozduló kövek közi legkisebb illeszkedési lehetőségeket is. A kényesebb egyensúlyi pontokban ilyenkor a milliméternél is kisebb illeszkedési pontokról beszélünk. Néhány egyensúlyi pont szinte a súlytalanság érzetét kelti, mert úgy tűnik, mintha a kövek csak alig érintkeznének. A háromlábú állványok (tripodok) megtalálásán alapuló fizikai vetületen túl létezik egy fontos nem fizikai rész is, amit azonban nehezebb szavakba önteni. Lényegében a meditációról van szó - illetve hívhatjuk ezt a bennünk lévő csend vagy origó megtalálásának is. Néha az egyensúlyozás eléggé meg tudja terhelni az elménket és a türelmünket. Ilyenkor pont az a kihívás benne, hogy felülemelkedjünk a bennünk fel-törő kétségeken. Ez egy élvezetes módja a relaxálásnak, a stressz elengedésének, a játéknak, az alkotásnak, a tanulásnak, miközben a saját határaitam feszegetem és furdózom a végtelen lehetőségekben..."

Az alkotó eredetileg fotóművész, aki elkezdett ezzel játszani. Van Magyarországon is követője, az óbudai Kánya Tamás a Római-parti kőszobroiról esetleg halottatok is már. „Land-art”-nak, tájművészetnek nevezik ezt a művészeti irányzatot.

De térjünk is vissza az alapkérdésünkhöz. Miért van mégis az emberben egy igény arra, hogy ilyen törekeny, sérülékeny dolgokat alkosson, hogy ilyen módon legyőzve a gravitációt az ég felé törekedjen, egyensúlyt teremtsen. Vajon a művész miért utal az ilyen fizikai magyarázatokon túl a meditációra, a belső hangra? Miért kell felülemelkedni ehhez a hétköznapi rutinon? Nincs ebben valami Teremtőre mutató erő, amely vonz bennünket, hogy kitörjünk a hétköznapi malomkerék-ből és elkezdjük a Teremtő Istenre figyelve egyensúlyokat keresni? Mi ebben az Isten szerepe? Miért próbál minket kihívások elé állítani, kizökkenteni a biztosból, amit ismerünk, hogy magasabb szinten is keressünk?

Isten talán, mint egy láthatatlan mágnes, vonzerőt gyakorol ránk, és csak rajtunk fordul, hogy csetlünk-botlunk az önmagunk biztonságos kettősségeiben, vagy kinyitjuk a szívünket, lelkünket, szellemünket és nyitottakká válunk bevonzani az ő erejét. Ennek persze megvannak a kockázata, hiszen, ha nem adunk rá választ és

bent ragadunk a földi létezés biztonságos langymelegébe, akkor bár létezzünk, de vajon szebb lett-e világ ettől?

Egy korábbi dolgozatomban találtam egy jó meghatározást arra, hogy miért van értelme élni: „Az emberi élet értelme talán a kozmikus tudatba illesztve határozható meg. Az emberi életnek akkor és csak akkor van valamiféle haszna, ha a világmindenségnek, mint egésznek a benső értéke nagyobbá válik azáltal, hogy az emberi cselekedetek és tapasztalatok megtörténtek, mint amekkorára akkor volna, ha minden más tényező változatlan-sága mellett ezek a cselekedetek és tapasztalatok sohasem történtek volna meg."

Tehát ha választ adunk Isten vonzására, akkor bízhatunk abban, hogy a világmindenség belső értéke nagyobbá vált általunk. Viszont ez egy törekenységet magával hordozó állapot. Ezért újra, meg újra dolgozni kell. Az égre törő kavicsszobrainkat folyamatosan ápolunk és újjáépítenünk kell. Nem használhatunk cementet, hogy állandósítsuk ezt az állapotot. A szél fúj, a folyó árad, és bármikor elfújhatja, elmoshatja bármelyik remekművünket is. A test-lélek- szellem egyensúlya kell ahhoz, hogy ezt újra, meg újra fel tudjuk vállalni, nap mint nap, neki tudjunk állni a megőrzésnek, az építésnek.

Isten nem rajong az ellentétek mintájára épülő kétpólusú világért, ő közösséget akar önmagával és velünk is, ő egyszerre akar bent és kívül lenni, elkülönülni, de ugyanakkor együttműködni, valamiféle hármasságra akar kerülni velünk is. Isten meg akar nyilvánulni, közölni akarja önmagát, a terveit velünk. Egyrészt a gondolatokon, eszméken keresztül tanít és ismertet meg a világgal. Másrészt az érzelmeinken keresztül, a lelkünket igénybe véve próbálja a szeretetünket, ragaszkodásunkat elérni, örömet, igazságot és szeretet adó tapasztalatainkon keresztül próbál közel kerülni hozzánk. Találékony abban is, hogy új és új próbálkozásokon keresztül is ugyanazt a képet villantja elénk. A fizikai, biológiai törvényszerűségek, rendszerek azt mutatják, hogy minden összefügg mindennel, valami hatalmas rendet tapasztalunk, teljesen mindegy, hogy az atomfizika kicsiny kvantumrészcskéit vagy a világegyetem kölcsönhatásait, vagy egy kicsiny sejtünk működését vagy egy élőlény komplex működését vizsgáljuk. Azt tapasztaljuk, hogy mintha minden hasonlítana mindenre, az élettelen dolgok éppúgy, mint az élők, mintha organikus kölcsönhatásban élne minden, ami körülvesz. Mintha minden Isten képére lenne teremtve, mintha Isten semmitől és senkitől sem különülne el. A tapasztalt világunk egység, az Istennel, az emberrel, az élő és élettelen dolgokkal. Ugyanakkor ez pontosan azt jelenti, hogy semmi sem állandó, ha mindenben Isten ott van, akkor Isten a változás maga, a nagy egyensúlyozó, az adott pillanatban odaigazítja önmagát a pillanat tapasztalt valóságához, azért alkalmazkodik, hogy be tudjuk

őt fogadni újra és újra. Tehát bármilyen furcsán is hangzik, az időtlen, a végtelen Isten a teremtményein keresztül úgy mutatkozik meg, jelenik meg, mintha volna ideje, és eleje és vége, mintha a változás volna a léte és nem az állandóság. Istennek a teremtéssel az is célja volt, hogy belekerüljön a teremtett világ anyagi, időbeli, romlékony világába, hogy ez által eszközévé váljon a változásnak, a fejlődésnek, az egyensúlynak. Az időtlenségben, a változatlan világában nem lehet semmit sem tenni, nincs elmozdulás, nincs se előre, sem visszafejlődés. Úgy szerette Isten a világot, hogy feláldozta benne önmagát, kockáztatta, hogy ezeket az isteni erőforrásokat, akár nemes, akár nemtelen célokra felhasználjuk. „Szeressétek ellenségeiteket, imádkozzatok üldözőitekért, hogy mennybéli Atyátok fiaivá lehessetek, mert ő napját rosszakra is, jókra is felhossa, esőt ad igazságosoknak is, hamisaknak is.” (Máté 5,44-45).

Isten annyira szeret minket, hogy szabaddá tesz bennünket, miféle egyensúlyra törekszünk. Statikus egyensúlyra, amihez elegendő a fizikai törvények ismerete és használata, vagy pedig dinamikus egyensúlyra, amihez szükség van hármasságokra, embertársainkra, kölcsönhatásokra, változásokra. Itt már nem beszélhetünk porszem létről, itt minden apró kavicsnak is döntő szerepe van, lehet, hogy ő tartja egyensúlyban a felette levő hatalmas kősziklát, ő adja a három lábat, amitől a másik is egyensúlyba kerül. Például a kavicsvidas képen is, minden egyes kis kavics a legfontosabb, nélküle összeomlik az egész. Mindenki egyenlő felelősséget hordoz, ha bármelyik kavics lemond a feszülésről, összeomlik a híd, és mindenkit magával ragad az áradat.

Drága Teremtőm, köszönöm a tanításodat, hogy megmutattad nekünk, hogy össze kell kapaszkodnunk, türelmes kockázatvállalókká kell válnunk, hogy szebb legyen a világmindenség általunk, hogy egyensúlyunk bár törékeny, de mégis biztos lehet, ha minél több ponton tudunk hármasságra törekedni veled, és testvérbarátaikkal. Amen.



GARAY ANDRÁS

„CONCIDET OBLIQUUM!”

A pannonhalmi bencés apátság barokk ebédlője egyik ablakkávájában lévő falikép egy ferde oszlopot ábrázol a fenti mondattal. A jó szerzeteseket ezen kis figyelemzetések nevelték a helyes életre. „Ami ferde az eldől!”

Amikor egyensúlyról beszélünk, ez a mondat kell, hogy a szemünk előtt álljon: „Concidet obliquum!”, ami ferde az eldől - előbb-utóbb. Mert a dolgoknak egyensúlyban kell lenni. A tartós ferdeség, a tartós kilengés az egyensúlyi helyzetből előbb-utóbb megbosszulja magát.

Mondhatjátok, hogy a pisai torony 800 éve áll. Ez igaz, de minden „tartalékát” felemészti e ferdeség egyensúlya. Azaz tovább már nem terhelhető és csak utólagos statikai bravúrok mentik meg az összedőléstől.

Vagy 40 éve azt olvastam. Az emberek 1/3-ad része stabil (egyenes), 1/3 része ferde (kibillent) és csak nagy erőfeszítés árán tudja önmagát fenntartani, míg 1/3-ad része eldől. Lehet, hogy ma már rosszabbak az arányok. Mindenesetre ez a tény is felhívja a figyelmet az egyensúly fontosságára.

Hiszen minden egyéni, kapcsolati, közösségi, társadalmi bajunk ez: kibillen az egyensúly. A mai korra az jellemző tehát, hogy a kibillent emberek, kibillent kapcsolatokban élnek és kibillent világot teremtenek maguk körül. Ennek következményeként kibillen az ökoszisztéma és mára beláthatatlan gondok tornyosulnak az emberiség fölött.

A kabát, valahol az elején nagyon el lett gombolva. És nincs más út, mint bizony szépen visszamenni a gombokon és visszatérni az eredethez. És mindent helyre tenni.

Ennek a kibillenésnek nagyon egyszerű oka van. Nem a rendeltetésünknek megfelelően működünk és ezt a téves elképzelést önmagunkról tágítjuk világ méretekké. Lehet azt mondani, az ember már csak ilyen - „sárkányfog vetemény”, de meg kell kérdezni magunktól: feladjuk a reményt és sodródunk az árral, vagy szembe nézünk az egyensúly kérdésével, az egyensúly hiányával és dolgozunk rajta?

Mert ebben van tapasztalatunk. Mert - hála az áldott emlékü Gyurka bácsinak - vannak rendben lévő dolgok.

Ha azt mondjuk a világunk két alapvető aspektusa: az Isten és az ember. Sőt az Isten három személyből áll. Nézzük csak, hol is tartunk:

Atya - hát, vele keveset foglalkoztunk

Fiú - végre valamit kipipálhatunk. Jézusról tiszta képünk van.

Szentlélek - hát, ez is kicsit ködös

Ember - itt is többnyire sötétben tapogatózunk, vagy nagyon negatív a képünk róla: bűnös, születésétől fogva, fogja az ösztöneinek.

Sajnos a kereszténység sincs a segítségünkre, sőt tovább fokozza a bizonytalanságot.

Ma már egyértelmű, hogy az Újszövetségben kétfajta teológia van: az Isten Országá teológiája és a megváltás teológiája.

Ez utóbbinál a páli teológiai zseniális megoldással kínál egyensúlyt: bűnös vagy, de a kereszthalál által megváltás helyre billentette az egyensúlyt. Mindez számos teológiai, lélektani kérdést vet fel és egyre kevésbé elfogadott válasz a kereső ember számára.

De az előbbi is kínál egyensúlyt, amit két idézettel lehet talán mondani:

„Nézzétek, hogy szeretik egymást”, illetve „köztetek azonban ne így legyen”. Magyarán hitet tesz amellest, hogy az Isten országa nem fantázia, hanem megvalósítható tény.

Ezek számomra a kulcsmondatok az egyensúly visszaállításához.

És ez a mi reménységünk első lépcsője.

És van egy példaképünk: a valódi Jézus és az ő harmóniája.

Csak egy példát mondom:

A János cselekedeteiben olvashatjuk - Jézus és tanítványai az utolsó vacsora után egymás kezeit megfogva körtáncot táncolnak, majd énekelve mennek ki az Olajfák hegyére. Tánc és éneklés - holott pár óra múlva ott a kereszthalál.

És énekelni és táncolni kezdenek. Mintha csak azt mondaná: „Én vagyok az élet és a halál ura. És ha nem táncoltok velem, soha nem fogjátok megérteni, mit tanítok, mert kimaradtok az örömből - vagyis a halhatatlan lélek derűjéből”.

Miért? Mert Jézus is tudta, amit tud az ősi bölcsesség és a modern pszichológia - hogy van egy örök rész az emberben, és ha van anyagmegmaradás törvénye, akkor van a szellem megmaradásának törvénye is. Mert „amint a mennyben, úgy a földön is”.

És ez a reménységünk második lépcsője: az élet örök.

Ennek a két lépcsőnek a tudatában elindulhatunk az úton: fejetetejéről talpára fordítani mindent, amit idáig gondoltunk, hittünk magunkról, a kapcsolatainkról és a világról.

Persze a kompetenciáink elsősorban személyesek. Be kell látnunk, hogy gond van, hogy egyensúlytalanság van az életünkben. A szervezet finom indikátorunk: stressz, betegségek, furcsa tünetek, szorongás, hiányérzet, boldogtalanság egyéni, kapcsolati szinten, kapcsolati hiányaink, káros szenvedélyeink, bizonytalanságaink, félelmeink, szomorúságunk mind-mind azt jelzik, hogy kibillent az egyensúlyunk. Ma már viszonylag pontos ismérvei vannak a kibillent állapotnak.

Legyünk tudatosak tehát. Bátran lépünk fel az evolúció következő lépcsőfokára, a tudat evolúciójára. Tudatoság, ez sajnos sok esetben szitokszó a keresztyének számára. Hát nem a hit e megoldás? A Didachéban (az őskeresztyének páli teológiától mentes tanító könyve 150 körül) ezt olvassuk: IX.3. „A kenyértörésénél pedig ezt

mondjátok: Hálát adunk neked Atyánk az életért és a tudásért, melyet kinyilatkoztattál nekünk.”

A rendbetétel első lépcsője: Önmagunk egyensúlya, magyarán az önismeret. Mi is volt a delphoi jósdára felírva?

Gnóthi szeauton: Ismerd meg önmagodat!

A delphoicától jóslást kértek az emberek, a jövődjükre, a sorsukra voltak kíváncsiak. A jós azt felelte: Ismerd meg önmagodat, és tudni fogod a sorsodat. Mert a sorsod te vagy. Nem külső erők uralkodnak rajtad, az istenek benned vannak, s jellemed, személyiséged alakítja, formálja jövődet. Változtass magadon, és változni fog a sorsod is. Fogadd el magadat, és el tudod majd fogadni sorsodat is. Ez a „gnóthi szeauton” igazi értelme.

Mikor vagyok egyensúlyban?

Ha mindez jellemző rám: figyelem, tudatosság korszellemnek megfelelő tanítások

szellemi gyakorlatok - csend, természet, meditáció, ima, kapcsolatok

- bőségtudat, hála
- szabad belső élet
- őszinteség
- önzonosság
- önismereti munka
- hit, bizalom
- szabadság, spontaneitás gondolkodás átalakítása önzetlenség, szeretet

„Hogy ki vagy, az Isten ajándéka neked; hogy mit kezdesz magaddal, az a Te ajándékod Istennek.”

Az érzelmi, értelmi és akarati erényeim egyensúlya, a tudattérkép (Hawkins) megismerése és gyakorlása mind-mind segítség a belső úton járó embernek. A mai modern pozitív pszichológia (pl. Frankl) nagy segítségünkre van. A spirituális antropológiai egy új tudományág lett. Ma minden változik, önmagunkról alkotott képünk is.

Az önmagával egyensúlyban élő ember tud egyensúlyban lévő kapcsolatokat létrehozni, mert a kibillent emberek kibillent kapcsolatokat hoznak létre.

A matanoia szót sokféle módon magyarázzuk. Meta - túl, Nousz - értelem, gondolkodás. Az ember életének a megoldása a gondolkodáson, az értelem túl kereshető, azaz az az állapot, hol a Lélek szól belőlünk. Mikor a belső élet (az isteni rész bennünk) áthatol a személyiség (ego) páncélján. Az az igazi, teljes, Istentől való élet. És a valóságos Istent csak a valóságos ember tudja meg tapasztalni.

A rendbetétel második lépcsője: a párkapcsolat egyensúlya.

Mert van jó házasság, kapcsolat, szerelem, a holtig tartó mézeshetek lehetségesek. Hogyan: megfelelő célokkal felelősségvállalással önmagunkért és a másikért megértéssel, figyelemmel, ridegtartás és játszmák nélkül jó szexuális élettel, a közös kassza gondos kezelésével a

másikra szabott szeretettel, a szeretetnyelv gazdagságával bocsánatot kérve és megbocsájtva lehet élni és persze gyerekeket nevelni

Meg kell kritikusan mondani: gyerekeinkkel szemben sokat vétettünk, az úgy is felnőnek, ... a nózítórlés nem fontos, ... a gyermekmunka hiánya ma azt eredményezte, hogy minden 4. bokorgyerek követi a közösséget.

Miért? Mert ők azt érezték, nincs meg ebben a közegben az egyensúlyuk.

A rendbetétel harmadik lépcsője: a közösség

A közösség egyensúlytalansága: a közönnyel, a centrum és periféria viszonyával, a célok és jövőkép elsorvadásával, a sokféle akarattal, a dőcögve működő struktúrával és a feladatvégzéssel, a lelkesedés és közös tettek hiányával, a szükségletek ki nem elégítésével és a formális idetartozással, felelőségek fel nem vállalásával és a lelki ajándékok elsorvadásával mérhető.

Pedig az Isten Országa az, hol minden felmerülő emberi szükség, igény, feladat, gond a közösségen belül szeretettel, együttműködéssel, jó kommunikációval megoldást nyer. És nemcsak a magunk számára. Persze, óvatosan az arányokkal, mert a külső segítség és a belső önépítés egyensúlya alapvető feladata a közösségnek. Input és output. Belső erőgyűjtés és kifelé szolgálás.

Ma, ha van egy gondom, élethelyzetem: hova fordulok? Családhoz, kisközösséghez, barátokhoz, államhoz, civil szervezetekhez, egyházakhoz - vagy a Bokorhoz?

Mondok egy példát, hogy ez milyen egyszerű mindez. Vagy 20 éve Salgótarjánba terveztem egy épületet. Tárgyalások városi vezetőkkel, pénz, idő, szerződések. Elég utálatos közeg ez a mi szakmánkban. Megnéztem az utazásom előtt a Bokor címlistát, él-e Salgótarjánban valaki. Antal Magdi - találtam meg már a névsor elején. Felhívtam. Garay Bandi vagyok a Bokorból, szívesen meglátogatnálak. Magdi csak annyit mondott: mit főzök neked ebédre?

Sose beszélünk azelőtt, de Magdi tudta, hogy a testvériség élhető magyarázkodás és kifogások nélkül emberi viszony. És a Bokor egy „varázsszó” egymás számára. Ide tartozok és a százannyit.

Érdemes lenne összeszednünk az ilyen megnyilvánulásait a közösségi életünknek.

Sok mindent kell újra gondolnunk. De a legfontosabb az, hogy a kompetenciáink minél teljesebben osszuk meg egymással.

A megújulási konferencián a jelmondatunk az volt: A hegyre épült város el nem rejthető. Talán még emlékeztek a kis jelvényre is. A hegyre épült város: erős falakkal és nyitott kapukkal, melyhez zárandokolnak a nemzetek.

Kérdezhetitek: vannak-e ma hegyre épült városok?

Damanhur - Olaszország (23 ezer ember Torino mellett)

Auroville - India (80 ezer ember)

Anasztázia - Oroszország

... és persze a hutteri, mennonita közösségek. És még sokan mások.

Vallási, spirituális és holisztikus közösségek, illetve hálózatok, melyek nemcsak az emberi és kapcsolati minőségre, hanem a globális kihívásokra is válaszokat kínálnak.

Sajnos azt is tudomásul kell venni, hogy spiritualitás ma már messze túlmutat a tételes vallásokon, sőt sokszor a vallások a gátjai a spirituális fejlődésnek.

A rendbetétel negyedik lépcsője: a társadalom.

A társadalmi zavarok itt is nyilvánvalók. Nő a szegények és gazdagok közötti különbség, az erőszak, a szenvedés, a környezet pusztítása. A népesség száma sok országban elérte és jóval meghaladta a fenntarthatósági küszöböt. A társadalmakat összekötő erővonalak megsérültek, sőt elszakadnak. A túlnépesedés humanitárius és ökológiai katasztrófák felé sodorja az emberiséget.

Erre rengeteg tanulmány, útkeresés van ma már és sok-sok jó példa. A hatásunk itt a saját jó példánk, szolgálattunk, adásunk, felkészültségünk és a kommunikációs eszközök által biztosított lehetőségeken belül a tudatformálás lehet.



Az egyensúlyát veszítő társadalom könnyen tűzbe boríthatja ma a gazdaságot és a környezetet. És az egész világot.

A rendbetétel ötödik lépcsője: az ökoszisztéma

A gondok itt nyilvánvalók. Nem is keserítelek el benneteket.

Ökolábnyom, globális kihívások - a Bokor régen élen járt ezen kérdésekről való beszélgetésekben.

A saját ökolábnyomon 2,89 - tehát azt hiszem, mindannyiunknak van szegyenkezni és tennivalója.

Sok a hiányunk és mulasztásunk ma már e téren.

Mint látjátok ez az egyensúlykérdés nagyon a húsunkba vág. Olyan hatalmas téma ez, hogy itt csak vázlatosan lehet erről beszélni. Érdemes visszatérnünk a „hősorkunk” civil kurázsijához ebben a kérdésben is.

De az a remény harmadik lépcsője: hogy tudunk és szeretnénk erről beszélni. Hogy a dolog forr bennünk és a törekvéseink létjogosultságot nyernek a mindennapjainkban.

A jézusi hármas eszmény megoldás a világ bajaira.

Adni, szolgálni, szelíden élni. Egymással és másokkal és emberiség méretűvé tágítani.

„Concidet obliquum!”- el ne essünk! Vigyázzunk a vártnak! Ez ma az elsődleges feladatunk, és másokat is felgyenesíteni. Jézus nem azért mondta, hogy a betegekhez jött, mert számára nem voltak fontosak az egészségesek. Tudta, hogy fel kell állni, hogy a kibillenteket fel kell egyenesíteni, hogy munkabírók legyenek, és építsék az Isten Országát. Ez a mi dolgunk.

Végül Dombi Feri bácsi üzenetét mondom el:

Ne féltsétek magatokat! Ami Istentől van, az feltétlenül megmarad. Aminek pedig a szerepe befejeződött, annak távoznia kell a színpadról. Ez a gyakorlatban azt jelenti, hogy mindig készen kell lennetek a megújulásra. De bízzatok! A győztes oldalán álltok!

ÁTSNÉ KOVÁCS ERIKA

AZ ÉGBŐL JÖTT LÁNY...

A mesét Boldizsár Ildikó **Életválságok meséi** című könyvéből választottam. Boldizsár Ildikó író, mesekutató, meseterapeuta; a Metamorphoses Meseterápiás Módszer megalkotója. Néhány gondolat a meseterápiáról Boldizsár Ildikó szavaival.

Mióta a világ a világ, az ember újra meg újra bajba kerül, hol önmagában, hol pedig azon kívül. Életünket, sorsunkat döntően befolyásolja, hogy mit kezdünk a bajokkal, legyenek azok bárhol is.

Kimászunk belőlük vagy elmerülünk bennük?

Képesek vagyunk-e fejlődésre, változásra, vagy megredünk?

Mesék képeinél maradva: útnak indulunk-e, vagy kővé változunk?

Az archaikus ember megoldásokat keresett az őt szorongató helyzetekre.

Így születtek a mesék, amelyek tértől és időtől függetlenül képesek útmutatásra, mi több kiutat is mutatnak ezekből a krízishelyzetekből.

A történetek megértése azonban ma már nehezebben megy, mert elvesztettük kapcsolatunkat azzal a világgal és nyelvvel, amely a történetek - mesék, mítoszok - mögött áll.

Pedig amikor egy ezer évvel ezelőtti mese úgy kezdődött, hogy

- „A sárkányok elrabolták az égről a Napot, Holdat és a csillagokat.”

Az pontosan azt jelentette, mint amikor manapság azt mondjuk:

- „Az élet teljesen kilátástalan, semminek nincs értelme.”

Ezer évvel ezelőtt és most is csupán egyetlen kiút jöhetett szóba:

- Vissza kell szerezni a fényt, és le kell számolni a sárkánnyal.

Ez akkor is ugyan olyan nehéz volt, mint manapság.

A meseterápiában bármilyen élethelyzettel vagy életválsággal is találkozunk, azt a kérdést tesszük fel:

- Vajon mit mondanak erről a mesék?

És addig keressük a választ, amíg rá nem bukkanunk. Majd ezzel a megtalált mesével folytatjuk a munkát.

A meseterápiában a mese az iránytű és az orientációs pont.

Kijelöli az irányt az elerendő célt, el kell jutni a „lakodalomig”, vagyis - a szétzilálódott helyzetek, egyensúlyvesztett állapotok rendeződéséig.

A meséken keresztül érvényes tudás birtokába lehet jutni azzal kapcsolatban, hogy:

1. Miként működik a világ.
2. Milyen életfeladatai vannak az embereknek.
3. Hogyan lehet szert tenni segítőkre.
4. Mi dolgunk a bennünket veszélyeztető gonosz és ellenséges erőkkel,
5. Hogyan lehet elgondolni, sőt megtenni valamit, amiről mindenki azt állítja: lehetetlen.

A meseterápiában úgy segítünk, hogy több síkon is kapcsolatot keresünk a hagyományban fennmaradt szöveggel, élővé, sőt mindennapi gyakorlattá tesszük e történetekbe zárt üzeneteket. Arra helyezük a hangsúlyt, hogy mindenki a „személyes meséjével” találkozzon, s ennek segítségével bontsa ki az életútjában rejlő lehetőségeket.

Egy indián mesét választottam, de még mielőtt elolvasnánk, egy pár magyarázó gondolatot fűzök a történet megértéséhez.

Egy gyógyulási folyamatról szól a mese. Általában, ha trauma ér bennünket, akkor az letaglóz, lesokkol minket, megbetegít. Nem is tudjuk felfogni először a történeteket, ledermedünk, és nem tudjuk, most mit tegyünk, hogyan tovább?

Majd mikor kezdünk magunkhoz térni, akkor dől el, hogy megfordul-e a kritikus állapot vagy sem? A gyógyulás rajtunk múlik: mit kezdünk az életünkkel?

A kérdés tehát, hogy lábadozásunk során, hogyan tesszük élhetővé magunk körül a világot? A jövőt, a fejlődést a gyermek jelenti a mesében.

SE TÚL JÓ, SE TÚL ROSSZ Az égből jött lány

Amikor a világ még fiatal volt, akkoriban az emberek fenn éltek az égben. Volt ott egy híresnevezetes törzsfőnök. Egyszer ennek a törzsfőnöknek a lánya megbetegedett. Az emberek nagyon aggódtak érte. Mindenféle orvosságot megpróbáltak, de egyiknek sem volt hatalma meggyógyítani a titokzatos betegséget.

A törzsfőnök kunyhója mellett nagy fa állott, ezen a fán kukorica nőtt, és ezt ették az égben lakó emberek. Egyszer a törzs öreg bölcse azt álmodta, hogy a leány csak akkor gyógyul meg, ha a kukoricát termő fa alá fektetik,

és kivágják a fát.

Bánkódott ezen a törzsfőnök eléggé, de mert jobban szerette a leányát mindenkinél, hallgatott az álombeli parancsra, és kivágatta a fát.

Ott aludt hát a leány a földön, ahol az álombeli parancs meghagyta. Arra jött egy ifjú ember, és haragosan mondta:

- Lehet, hogy a leányod meggyógyul, törzsfőnök, lehet, hogy nem, de az biztos, hogy az égieknek nem lesz mit ennie, hiszen e fa gyümölcse táplált minket mostanáig.

Mérgében arrább taszította a leányt, aki megcsúszott a fűvön, és beleesett a kivágott fa helyén keletkezett lyukba. Ez a lyuk a földre vezetett: de akkor a föld helyén még nem volt más, csak víz.

A vízben mindenféle víziszárnyas úszkált. Így történt, hogy egy vadkacsa meglátta, amikor a leány lefelé zuhant, és odakiáltott a többieknek:

- Gyertek, segítsetek, nehogy a vízbe fulladjon az a leány.

Erre a víziszárnyasok egymás mellé úsztak, és a leány a vízimadár-koszorúra esett. A madarak egy ideig a hátukon vitték magukkal, azután megkérdezték:

- Hát most mi történjék veled?

Végül is a nagy teknősbéka vette a hátára, és hordozta-hurcolta a vízen, amerre járt. De azután ő is elfáradt, és kérte, venné át valaki a helyét. Egyik víziállat a másik után hordozta a leányt, végül úgy határoztak, hogy állandó lakhelyet készítenek neki, ahol a jövőben élhet. Ehhez azonban a tenger mélyéről földet kellett felhozni. Szó szót követet, végül a teknősbéka leszállt a tenger mélyére földet keresni. Amikor először nekirugaszkodott, nem talált földet. Amikor másodszor is lebukott a tengerbe, egy maroknyi földet hozott fel a tenger mélyéből. Ezt a hátára tették, és föld egyszerre nőni, növekedni kezdett.

Ezen a szárazföldön lakott ezentúl az égből jött leány. Mikor meggyógyult, épített magának egy kunyhócskát, ahol elégedetten éledélt. Egy idő után két kisfiút sodortak oda a tenger hullámai. Megörült a leány a gyermekeknek, és elhatározta, felneveli őket. Az egyik arca fénytől lángolt, és Tűznek hívták, a másik sápadt arcú volt, Rügyecske. Az égből jött lány jobban kedvelte Rügyecske, mert kedves, engedelmes volt. Tűz pedig rakoncátlan és erőszakos.

A fiúk minden reggel elindultak vadászni, s minden este hazatértek nevelőanyjukhoz. Így telt-múlt az idő. Amikor megnőttek, és férfivá értek, elhatározták, hogy útnak indulnak, és benépesítik a földet. Tűz nyugatnak ment, Rügyecske keletnek. Abban azonban megállapodtak, hogy hosszú útjukról visszatérve nevelőanyjuknál találkoznak, és mindegyik megnézi, mit teremtett közben a másik.

Hogy újból találkoztak, nyugatra indultak megnézni, mit csinált Tűz. Az ő vidéke tele volt irtatlan sziklák-

kal, félelmetes szakadékokkal és hatalmas szúnyogokkal. Rügyecske kíváncsi volt, mit csinálnak ezek a hatalmas szúnyogok. Az egyik éppen agyonszúrt egy frissen zöldellő falevelet.

Azt mondta erre Rügyecske:

- Nem lesz ez így jó, ha ekkora a vérengző szúnyog, mert megöli az embereket, akiket majd teremtünk.

Megfogta hát a szúnyogot, s addig dörzsölte az ujjával, míg egészen kicsi lett. Akkor ráfűjt, és a szúnyog elrepült.

Rügyecske más állatokat is megváltoztatott, azokat, amelyek az emberek ellenségei voltak.

Másnap neki vágtak az útnak kelet felé, hogy megnézzék, mit teremtett Rügyecske. Ahogy mentek, mendégéltek keletnek. Tűz egyre inkább úgy találta, hogy Rügyecske igen sok ehető húsú állatot teremtett; olyan kövérek voltak, hogy alig bírtak mozogni. A juharfát pedig úgy alkotta meg Rügyecske, hogy abból naphosszat édes lé csöpögött. A platánfáról finom gyümölcs lógott, a folyókban a víz egyik része fölfelé, a másik része pedig lefelé folyt, hogy az emberek könnyen hajózzanak rajta.

Ez meg lángoló arcú fivérnek nem tetszett. Úgy gondolta, hogy az emberek, akik majd megjelennek a földön, túl könnyen és túl boldogan fognak élni, és nem ismerik meg a küzdelmet. Megrázta hát az ehető húsú állatokat - a medvéket, szarvasokat, pulykákat -, s a nagy, kövér állatokból sok kis, sovány állatok lettek, utódaik pedig ilyen is maradtak.

Megváltoztatta a juharfát is, amelyből édes szirup helyett csak édeskés lé folyt ezentúl. A platán gyümölcse kicsi lett, és ehető. Végül úgy alakította a folyókat, hogy csak egy irányba folyjanak, mert Rügyecske terve szerint túl könnyű lett volna a folyamon hajózni.

A két fivér így vizsgálgatta, bírálgatta egymás alkotását, s mind a ketten addig változtattak, csiszoltak rajta, amíg a világ olyan nem lett, mint amilyen ma: se túl rossz, se túl jó.

Boldizsár Ildikó kalauza a meséhez:

Az indián mese nem hagy kétséget afelől, hogy egy gyógyulási folyamatnak lehetünk tanúi képről képre, a betegség kezdetétől az egyensúly beállításáig.

A mese rendkívüli érzékenységgel bánik az egyik leg-szorongatóbb érzéssel, a halálfélelemmel vagy rejtett halálvágygal, amikor megfordítja a helyszíneket:

- Nem a földről kerül valaki az égbe, hanem az égből a földre.

Ez már is kijelöli a tudattalanak az irányt: ne azzal foglalkozzon, hogy mi lesz „odafent”, hanem azzal foglalkozzon, hogy mi a teendő „idelent”.

A lány zuhanását egy vízimadár koszorú fogja fel, s egy ideig madarak hordozzák a vízen ide-oda. Olyan ez a kép, mint egy súlyos műtét utáni öntudatlan állapot. Az embert láthatatlan lélek-madarak viszik a hátukon, úgy hogy nincs part, nincs szárazföld, csak ringatózás van a

mindent elborító vízen, a lehetőségek és a termékenység helyszínén.

Ekkor dől el, hogy lesz vagy nem lesz part, megfordul a kritikus állapot, vagy sem.

A madarak meg is kérdezik: „Hát most mi történjék veled?”



Mivel nincs, aki válaszolni tudna, az egyetlen lehetséges megoldást választják: egy ideig még adogatják ők egymásnak. Életben tartják.

A madarak elképesztő bölcsességgel megvárják azt a pillanatot, amikor a lány számára „állandó lakhelyet készíthetnek, ahol a jövőben élhet.” Nem esélytelen tehát a gyógyulás, de már a betegen múlik, mit hoz ki a darabka földből, hogyan teszi élhetővé maga körül a világot.

A mese inentől kezdve a lábadozás szakaszát alakítja képpé.

- Mihez kezd a lány a visszakapott életével?
- Mivel népesíti be maga körül a „nőni, növekedni kezdő földarabot”?

A mesékben a gyermek a jövőt és a fejlődést jelenti. Az égből jött lány egyszerre két gyermeket is kap, akikben nem nehéz ráismerni ugyanannak az energiának két oldalára a betegséget okozó TŰZ-re, és az egészséget jelentő RÜGYECSKÉ-re.

Már a nevük is árulkodó, és nem véletlen, hogy a lány éppen a Tüzet nem kedveli, aki „rakoncátlan és erőszakos”. Veszélyes elem, ha nem uraljuk, képes megbetegíteni az embert, ugyanakkor a tűz teszi „fénytől lángolóvá az arcot” is.

Minden azon múlik a továbbiakban, hogy a lány képes lesz-e beállítani a föld-víz-levegő-tűz egyensúlyát. Belül épp úgy, mint kívül.

Megtanulja-e kezelni a Tűz rakoncátlanságát, és megnöveli-e magában a Rügyecske „kedves”, „engedelmes”, ugyanakkor még „sápadt”, „erőtlen” természetét? Erről, szól a mese harmadik része, Tűz és Rügyecske kísérletet tesz arra, hogy „benépesítsék a földet”. Ők ketten pontosan arra figyelnek benépesítés közben, amire az embernek is figyelni kell gyógyulása során:

- Mi sok, mi kevés?
- Mi túl nagy, mi túl kicsi?
- Mi túl édes?

- Miért folyik valami egyszer felfelé, meg lefelé is?

Addig kell változtatnunk, alakítani, „csiszolni” az életet, amíg az se túl rossz, se túl jó nem lesz.

Addig, amíg beáll az egyensúly. Ebben a kétpólusú világban valahol ott van a harmónia.

FARAGÓNÉ BIRCSÁK MÁRTA EGYENSÚLY HOLISZTIKUS NÉZŐPONTBÓL

Témák

1. Az egyensúly holisztikus megközelítése
2. Korunk szükséglete; a **Lélek** előtérbe helyezése
3. A léleknek temploma a **test**
4. „A békés és derűs **szellem** előtt önként tárul fel a mindenség.” (Csuang-Ce)
5. Kiegyensúlyozással leszünk kiegyensúlyozottak (ötlettek eszköztárunk bővítéséhez)
6. Egyen van a súly (a hangsúly)! Biztosan tudod, mi az, azért kimondom ezt a négy szót útravalóul.

Főbb hatások, amelyek elindítottak ezen az úton

- Teilhard de Chardin: Benne élünk (1965.) (Egészenben vágyom látni a mindenséget!)
- Dr. Szepesvári Elemér: Holisztikus medicina (1996.) (Egészség és lélektudomány)
- Natúra holisztikum képzés a gyógyító pedagógiához segítségként (ami számomra megteremtette a holisztikus pedagógiát is). (2004.)
- Végh Györgyike ötletére a Bokorhonlapon készült nagyon régen egy bizonyos 3E című anyag fiatalok számára.
- Ez már inkább visszaigazolás volt: Christian A. Schwarz: Magától A természetes növekedés útja Bevezetés a természetes közösségfejlődésbe (2016.)
- Néhány szó az iskolánkban 9. éve működő holisztikusan gondolkodók köréről

1. Az egyensúly holisztikus megközelítése
- Akkor vagyunk egyensúlyban, ha a test-lélek szellem egységében élünk
 - A holisztikusan gondolkodó személy a világ egészes megismerésére törekszik; a szellem, a lélek és a fizikum vonatkozásában egyaránt.
 - A cél: egyre közelebb jutni a lét legfőbb Forrásához. A sokszínű „Alkotás” 1-1 útját megismerve érdemes igyekezni az emberben lévő örök-részt, – amely az emberi léten átragyog – egyre jobban fényessé tenni. Ez a szándék szeretné majd vezérelni a mindennapokat is.
 - Ha egészségesek vagyunk, ez feltételezi azt, hogy egyensúlyban is legyünk.
 - Túl egyszerű lenne a „Mi az egészség?” kérdést azzal a válasszal elintézni, hogy nem más, mint a betegség nélküli állapot. Miért lenne túl egyszerű? Mert az „egész”, (görögül: holosz), „mindent” magába foglal. Vagyis az egészséges ember, tökéletesen illeszkedik bele a világ-egészségbe is. Harmóniában van önmagával

(önmaga Magjával, amit Jung Selbst-nek nevezett; önvaló, öszvaló), és másokkal is. Az Egészségügyi Világszervezet (a WHO) alapokmánya szerint is: az egészség a teljes testi, szellemi és szociális jólét állapota s nem pusztán a betegség hiánya.

- Többféle egészségkép létezett a történelem során, itt elsősorban az kerül kiemelésre, amelyben legjobban fellelhető az „egész” állapotra, a teljességre való törekvés.

Mit árul el nekünk a történelem a valódi egész-ségről?

- Az indiai kultúra i.e. 6000-4000. világnézetének ősi forrásából a védákban (szent könyvek gyűjteménye) nőtt ki az ayurvédikus orvoslás (az élet tudománya).
- Kínában az i. e. VI-V. század táján Lao-ce nevéhez fűződik a Tao Te King filozófiája (Az út és erény könyve). A taoizmus gondolkodásmódja a testi- lelki egyensúlyra törekszik, amelynek alapja a harmonikus élet, szeretet, mérték, tartózkodás, és a szellem szabadsága. Nézetük szerint a jín és a jang egyensúlya biztosítja az emberi szervezet egyensúlyát (világos-sötét, hideg-meleg...). A két erő, létrehozza, korlátozza egymást, örökösen átalakul, megadva ezzel a természet dinamikáját. A taoizmus követői az egészséget úgy teremtik meg, hogy a mikrokozmoszt ráhangolják a makrokozmosz egyensúlyára. (Tádé műve: Az erények dialektikája)
- Hippokratész i.e. a IV. században szintén elismeri azt, hogy az emberi szervezet szoros kapcsolatban áll a természettel. Alapelve: „Használni, de legáltalában nem ártani.”
- Galenusz az I. században a diétetika fogalmába belefoglalta az ember szellemi és érzelmi állapotát.
- A XV. században Paracelsus egészségképe szerint az ember egészségét a „belső orvos”, azaz a benne megnyilatkozó természet és a „belülről gyógyító orvosság”, vagyis a belső szubsztancia határozza meg.
- Az európai holisztika szemléletén indult el a homeopátiás orvoslás a XVII. században, amelynek fő képviselője Hahnemann. Az ő alapelve szerint: a hasonló a hasonlót gyógyítja.
- A XX. században Rudolf Steiner antropozófia tana (ember bölcsessége) az egészséget nem pusztán orvoslási problémaként kezeli. Szerinte a gyógyítás nem technika, hanem a beteg gyógyulási folyamatának, szellemi, lelki és fizikai támogatása, az embernek a világ rendjébe való visszaillesztése.
- A humanisztikus pszichológia képviselői: pl.: Abraham Maslow, Carl Rogers szintén az ember teljességét hangsúlyozza, az emberi természetnek az alacsonyabb és magasabb rendű szükségletén túli, a transzcendens felé irányuló kibontakozását.
- Összegezve: a holisztikus egészségfelfogás az embert a maga teljességében: testi, lelki, szellemi és szociális egységében szemléli. A holisztikus egyensúly az egész-ségben nyilvánul meg. Az egészség az „egész” állapot megőrzése a prevenció,

megteremtése a habilitáció, fejlesztése a folyamatos kontroll és gondozás, visszaállítása a rehabilitáció.

2. Korunk szükséglete; a Lélek előtérbe helyezése

Idézet Chardin könyvéből 119-120 oldal.

„Az Isteni Milió megjelenése. A lét szeretete és Isten Atragyogása a Világon.

Kis szél suhan az éjszakában. Mikor kelt szárnyra? Honnan indul? Merre tart? Senki nem tudja. Senki nem erőszakolhatja, hogy rászálljon az Isten Lelke, tekintete, fénye.

Egy szép napon az Ember annak tudatára ébred, hogy érzékeny lett a mindenütt kiáradó Isteninek valamiféle megragadására. Kérdezték csak meg ezt az Embert: mikor kezdődött számára ez az állapot? Nem tudná megmondani. Csak annyit tud, hogy új lélek járta át életét.

Valami különös, egyetlen együttrezgéssel kezdődött, ami minden összhangot megtöltött, áradóvá duzzasztott; mindenhová elérő ragyogással, amely minden szépséget megaranyozott. Érzékelések, érzések, gondolatok, a pszichés életnek ezek az elemei mind megfogantak, egyik a másik után. Napról napra illatosabbak és színesebbek, patetikusabbak lettek – egy meghatározatlan Dolog révén, mindig ugyanegy Valami által. Aztán a kósza Hang, Illat, Fény kezdett határozottabban kibontakozni. S akkor – minden megszokottság és látszat ellenére – kezdtem megérezni azt, ami kimondhatatlanul közös minden dologban. Közölte velem magát az Egység, megadva nekem azt az ajándékát, hogy megragadhassam. Valóban új érzéket kaptam akkor, – új minőséget vagy új dimenziót érzékeltem. Valami még mélyebbet: magának a létnek felfogására alakult ki bennem egy nagy változás. A lét azóta valamiképp megtapintható, ízletes lett számomra. Saját kivirágzásától terhesen, minden formája fölött uralkodva, maga a lét kezdett vonzani és részégetni.”

Nem minden „aha” élmény ilyen gyönyörű (pl. amikor az újszülött kikerül finom, puha, meleg biztonságot adó közegéből.)

Grandpierre Attila Lélek és Világegyetem – a lélek újjászületése (2016. végén jelent meg)

3. „A békés és derűs szellem előtt önként tárul fel a mindenség.” (Csuang-Ce)

Bal agyféltekés hangsúlyú világban élünk (Kinezológiai egyensúly gyakorlat)

Szükség van a gondolkodásunkra, de azt sem szabad túlzásba vinni, nehogy „megártson”! (Ez nekünk a Bokorban is intelem...)

4. A test egyensúlya

- Testünk a lélek diplomája ezért becsüljük meg, ne félelemből (félőlény helyett élőlényként)
- Ha felborul az egyensúly, az egyik helyen túlsúly lesz, a másik helyen pedig hiány keletkezik. Gátak, akadályok képződnek, ami az élet megszokott

áramlását fékezi.

5. Kiegyensúlyozással leszünk kiegyensúlyozottak (ötletek eszköztárunk bővítéséhez)

- Van olyan helyzet, amikor a bajból a saját hajunknál fogva nem tudjuk kihúzni magunkat. Ilyenkor jól jön egy kis külső segítség (Ezért vagyunk egymásnak).
- Van, aki a bajban nehezen tűri a „direkt” lelki hatásokat, nincs elég gondja, még a fejére is olvassák azokat. A szelíd, indirekt ráhatások segítségével szolgálhatnak. Ilyen pl. a Dr. Edward Bach féle virágterápia, biblió-terápia, meseterápia. Mindenkinél más segíthet... Jól jöhet egy jó kis relaxáció, vagy egy talpmasszázs. Amikor kézbe veszem valakinek a lábát, mindig úgy élem meg, mintha a lelkét vettem volna a kezembe, ez egy nagy bizalom és egy szent pillanat. Ráadásul itt a szeretet tankunk napi telítettségéhez szükséges három dolog, mind jelen van. Találkozik a tekintetünk, kitüntetett figyelemben részesül a másik, és gyakoroljuk a szeretetteljes érintést is.
- A párkapcsolati helyzetek kezelésére remek szimbólumokkal nyújt segítséget Boldizsár Ildikó: a „Bennünk élő állatvölgyek és állatmenyasszonyok” című mesesorozata. Ebből is megtudhatjuk, hogy nincs lehetetlen, csak egyensúlyt kell teremteni (pl. a hattyú és a disznó találkozások...) Sorolhatnám még a sokféle segítségi lehetőséget, de időnk véges és ez csak ízelítő. Áts Erika előadásában lehetőségünk lesz eligazítást kapnunk egy kicsit bővebben erről a mesés, szép területről.
- Minden problémánál az egyensúly borul fel. A választott, szelíd segítségi lehetőséggel kinyílnak a zsilipek, és az élet árama újra akadálytalanul, szépen halad a medrében. Mi csak a háttérben jelen vagyunk, és maga az illető lel rá ÖNMAGA MAGJARA (Jung: Selbst), ÓSFORRÁSÁRA, ÉLETÉNEK KÖZPONTI EREJÉRE, A FÉLELEM NÉLKÜLI LÉTRE, A JELEN PILLANATRA, ISTENRE.

6. Egyen van a súly (a hangsúly)! Biztosan tudod, mi az, azért kimondom ezt a négy szót útravalóul.

- Az embert, ha megkérlik egy téma körbejárására, mindig izgul, nagyon okosakat akar mondani, hivatkozik sok-sok bölcs emberre, akik e témában jeleskedtek.
- Így volt ez velem is, míg végül arra jutottam, hogy a sok magam köré tornyozott könyv tartalma helyett, a saját „Aha” élményemről vallok.
- Ha csak egy mondattal kellene megfogalmaznom, hogy nekem mit jelent a holisztikus egyensúly, azt mondanám: Egyen van a súly! Vagy egyen van a hangsúly! (a csodálatos nyelv...) Mit jelent az Egy, (az Egész, az Egység)? Az egyetlen Isten létéből jövő üzenetet: Ne félj, szeretve vagy! Ezt az üzenetet tovább tudom adni bármikor bárkinek vallására való tekintet nélkül (kamasz fiú példája).

- Ha félünk „kétségbe esünk”. Vissza kell találnunk az „Egy-ség”-hez! (Dombi Feri bácsi) Az egész életünk erről szól. Jövünk az Egységből – visszatérünk az Egységbe.
- Ahol tiszta feltétel nélküli szeretet van, ott nincs félelem. a kettő nem fér össze! Ez a fajta szeretet nem bélyegzi meg, nem kritizálja Isten egyetlen teremtményét sem.
- A félelmen alapuló döntések nem férnek össze a szeretettel. Pl. azért eszünk ezt vagy azt, mert félünk, hogy megbetegszünk, vagy azért, mert tudjuk, hogy a testünk a Lélek szent helye és megpróbálunk annak megfelelően bánni vele? Vagy pl. valaki azért tartja be a sebességhatárt vezetés közben, mert szereti a körülötte lévőket, és szeretné biztonságban tudni őket, vagy azért, mert ha nem tartja be, fél, hogy megbírságolják stb.
- A testnek öregednie kellene, vagy egyszerűen meg kellene halnunk, mert eljött az ideje. Ha ki tudnánk venni a szívünkéből a félelmet (könnyű szív, Egyiptom, mérleg, tollpihe hasonlat), és csak „jönnénk” onnan, ahol nincs ítékezés, nincs kritika, nincs Isten gyermekeinek megbélyegzése, akkor egyszerűen elégedettek lennénk (boldogok).
- Shakespeare ezt írta egyik darabjában (VI. Henrik Vas István fordítása) „A koronám nem a fejemen, szívemben; nem lepi gyémánt, indiai kő, nem látni: neve meglegedés, ritkán visel király ily koronát.” Ha mégis ott ágaskodik bennünk a kritika, egy jó tanács: ami nem tesz másban, javítsd ki magadban! (Jézus szálla-gerenda példájának is hasonló az üzenete.
- Félelem ki, meglegedés be, könnyű szívvel menjünk (éljünk)!
- Az ókori Egyiptomban mielőtt a holtak lelke az ítélet csarnokába került, mérlegre tették a szívét, a mérleg másik serpenyőjébe pedig egy tollpíhét ejtettek. Ha netán a szív nehezebb volt, mint a tollpihe, akkor, még várakoznia kellett az illetőnek, amíg a rossz érzések eltávoztak a szívéből.



FARKAS ISTVÁN

EGYENSÚLYKERESŐK...

„Az élet olyan, mint a biciklizés.
Ha meg akarod tartani az egyensúlyt,
mozgásban kell maradnod.”
(Einstein)

Minden ki lett gondolva. Minden elhangzott. Minden megvalósult. Ott volt a három láb: a fizikai-, az akarat- és az erkölcsi erő is. Egyensúlyban volt a gondolat, a szó és a tett is mintegy harminc szervező embernél – ahogy az a Bokorban lenni szokott. Hallhattatok, olvashattatok a beszámolókat, a reflexiókat, a köszönőleveleket, láthattatok a képeket, hallhattatok az éneket és táncolhattatok, egyensúlyozhattatok a lakótelep fái közt, mint a tanítványok az Olajfák hegyén. Mi kell még? Semmi. Ilyen kis egyensúlyokból épül a Mennyek Országá. Miért nincs akkor itt? Hol? Hát itt bennem, meg az emberek közt, meg a világban? Tényleg nincs? Akkor ez mi volt?

Már a kezdetek kezdetén történt valami számomra szokatlan. Egy számomra „ismeretlen” testvér, László bevezetett az együtt-muzsikálás szabályaiba és örömébe. Néhány egyszerű utasítás, kézmozdulat és néhány rövid próba elegendő volt, hogy pár perc alatt együtt-énekeljünk. De miért szokatlan ez, hiszen mindig ezt tesszük? Azért, mert belépett a szokásos két komponens a dal és az én mellé egy harmadik; az a kézmozdulat, ami érezhetően, végig a nap folyamán, a többnyire ismeretlen szöveg és dallam ellenére kiegyensúlyozta bennem és köztünk az együtt-éneklést.

Igen. Igaz. Nincs itt a Mennyek Országá. Ez „csak” egy örömnünnep volt. Az egyensúlyozók örömnünnep. Egy pillanat a hétköznapi szürke, küzdelmes tengerében. A valóság azonban egész más – mondhatnánk és mondjuk is. Elküldelek - idézte Hamvas, Ünnepe és közösség írását Gyuri - az egész világ a tiéd, de jaj neked, ha megtartod és nem adsz belőle másnak. Igen. Tudjuk, kedves Hamvas Béla. De, ha nem kell neki, akkor mi van? Akkor rá kell tukmálni, meg kell vele etetni? Vagy...? Tényleg „csak” jónak kell lenni – ahogy a kis ajándékok idézték Gyurka bácsink üzenetét? Tenni vagy lenni? Én tekerem az élet biciklijét, vagy én vagyok a bicikli, amit az élet teker? Nem lehetett kikerülni ezt a kérdést, bár az így nem jelent meg, de ott volt minden előadásban és előadóban. Tenni, hogy legyen, vagy lenni, hogy megvalósulhasson valami a Számára a már létezőn, az önmagának nevezett lényen keresztül? Filozófia ez, vagy a rideg hétköznapi valóság kérdése?

Add, hogy szándékosan szerint mindent megtegyünk, hogy tetszésedre legyen járásunk és életünk... - mondta a mise bevezetőjében KoLaci, majd olvasmányként Gandhit idézte: *...megőrizzük és megnemesítsük az életet alkotó energiát, hogy akarni tudjunk és azzal az meg is legyen.* De nem állt meg itt. Tovább ment ezen az úton. Idézte a kötéláncost a Niagara felett sétálva, aki nem tett semmit, csak teljes lényével jelen volt. Akarta és meglett. És feltette a kérdést: hogyan lehetséges áttolni a gyereket a talicskán a Niagara felett, vagy másképp hogyan lehetséges Jézus kockázatos útját járni? Akarni, jelen lenni és megtörténik vagy tenni? És a három majom példáján keresztül megpróbálta elmagyarázni azt, amit mind tudunk, de... *Egy életen át tanulni, egy életen át továbbadni és egy életen át tenni-tenni kell a szeretetet!* Egyensúly-egyensúly-egyensúly, hangsúlyozta közben jó párszor. Csinálom, de nem történik semmi vagy épp az ellenkezője; majd nem teszek semmit csak nem vagyok útban, hogy létrejöjjön, aminek létre kell jönnie és az megtörténik. Jó Isten! Hányszor tapasztaltam. És ott is, akkor. Mikor megérkeztem, István megkért, hogy segítsék az áldoztatásban. Megdöbentem. Én, aki hivatalosan még áldozni sem vagyok méltó? De ezen, szerencsére és a Bokornak köszönhetően már nagyrészt túl voltam. De hogyan lehet méltóan kimondani ezeket a szavakat: „Krisztus vére!”? Ki tudja ezt méltó állapotban kimondani? Én nem, az bizonyos. És amikor sikerült összeszedetten jelen lenni, ki tudtam mondani. De ki?

Talán éppen erről az ismeretlenről beszélt interjújában az a fiú, akinél Gyuri a slackline-ra, a kötélen egyensúlyozás művészetére rátalált. Minden spiritualitástól, vallástól és ezotériától mentesen megtapasztalt valamit, ami nála nagyobb és ami a kötélen járva biztos kézzel vezeti. Ő sem tudott mást mondani, mint a többiek mind: ha nincs teljes csend és intenzív képesség a fejben, a testben és az érzelemben, akkor „csak” az élet sodrása van. Mindent megtegyünk, hogy tetszésedre legyen járásunk, életünk... - mondta KoLaci. A hegyeket hordjátok el, a völgyeket töltsétek fel – mondta az a bizonyos János.

A Lovasjász című film egy levetített részlete erre szépen rá is világított. Kassai Lajost mutatta egy kötélen egyensúlyozva, kezében egy íjjal, felváltva jobbra majd balra lévő néhány tíz méterre elhelyezett céltáblára löve. Elmagyarázta, hogy ez csak egy kis gyakorlat a lóháton való íjazáshoz, mivel ott még a ló mozgásával is meg kell küzdeni. Mivel egy mai, modern ember, könyvében leírta, hogy nagyon érdekelte, mi is történik ilyenkor. Hogyan képes a mozgó lovas, a mozgó íjjal pontosan a céltábla

közepébe találni? Felszerelt rá egy lézert, hogy lássa mi az, ami nyugalmi állapotban marad. Semmi sem maradt nyugalomban és mégis beetalált a céltábla közepébe. Ezt ő azzal magyarázta, hogy létrejött benne egy olyan feszültségmentes egység, összhang, egyensúly, ami lehetővé teszi minden alkalommal a célzónak a cél biztos eltalálását. De ezt nem ő csinálja, hanem „csak” jelen van. Ezt a jelenlétet gyakorolja nap, nap után és tanítja azoknak, akik ezt meg akarják tanulni. És ismét itt volt a mindennap, a nap, nap után valamit gyakorolni, hogy megtörténhessen.

Tehát a feladat az ember jobb és bal felének figyelmes tudatosítása, a kettősségek egyesítése és harmonizálása – mondta, mintha folytatta volna a gondolatot Ancsa, a következő előadó. De hogyan? - kérdezi és már mondja is: *törekedni a létezés minden területével való harmóniára, összhangra és egyensúlyra. Van egy szép modell, a kereszt, ugye. Az alsó szára a természet, a fizikai, földi alsó világ, a felső a természetfeletti égi, szellemi felső világ. Balra önmagam belső világa, jobbra az embertársak, a külső világ... Tehát a harmónia mind a négy területtel a metszéspontban találkozik az isteni és az emberi. A metszéspont a középpont, amibe vissza kell találnunk. Ezeket egyensúlyban is kell tartani, mert az egyensúly a középpontba való visszatérés feltétele.* Igen. Milyen szépen kezdett kikerekedni az egyensúly szelíd fogalma mögötti valóság. Szétszaggatva négyfelé, mint a négy majom a kétféle értelmezésben, vagy a talicskát toló ember ég és vízese, nézők és önmaga közt középen, valójában felszögezve a keresztre, abba a bizonyos egy szál „aranyzinórba” kapaszkodva. És már itt megjelent a kettősségbe kiüzetés és hármasságban visszatérés gondolata, ami az indián mesében újra megjelenik, délután. *Elsősorban önmagunkban kell feloldani ezeket a kettősségeket, és egy magasabb, harmadik szempont szerint látni... Nem úgy lesz ez az egység, hogy kiirtjuk a párducot, a farkast meg a kígyót, vagy a pokolba taszítjuk, hanem türelmes szeretettel, egős elménk helyett a szív tudatával, megszelídítjük, jóvá szeretjük a rosszat* – tette hozzá Ancsa. De a kérdés ott marad. Ki oldja fel önmagunkban, ki látja a magasabbat, ki szelídíti meg és szereti jóvá a rosszat? Ki csinálja, vagy ki teszi lehetővé azzal, hogy egyensúlyt teremtsen abban, ami van: a fejben, a testben és az érzelmekben? Ki itt a hű szolga, aki rendben tartja szolgatársai munkáját és várja az urát az ajtóban?

És ott volt a másik véglet is – mondom, tényleg egyensúly volt. Mint mindenki, a szervezők – igen, a tevőemberek – felhívására én is vittem két követ a zsebemben, amit aztán más, szorgos kezek színesre

festettek, hogy majd valahol, valamikor más szorgos és ügyes kezek tornyokat, szobrokat, hidakat építsenek belőlük. A nehéz kőből, melyről Áts Bandi előadásában azt mondta: *elaprózódnak és a minél mélyebb pontok felé törekednek, hogy nyugalomba jussanak.* És feltette a kérdést is: *Miért próbál minket kihívások elé állítani, kizökkenteni Isten a biztosból, amit ismerünk, hogy magasabb szinten is keressük az egyensúlyt?* Úgy is kérdezhetjük: miért szükséges újra és újra, napról napra felrúgni a megszokottat, amikor – ahogy a piaristáktól tanultuk – a 'tarts rendet, a rend megtart téged' a tanács? De egy másik szinten azt láttuk, hogy bizonyos piaristák, felrúgva a rendet, újból és újból kérdésbe vontak alapvető szabályokat. Mintha megértettek volna egy más szabályt is, ami nem dolgok rendje szintjén működik és ahol a rend nem a nehézkedésé, hanem a könnyülésé a finomodásé. Ma a pszichológiában divatossá kezd válni a „mindfullness” fogalom, ami szó szerint fordítva elmeteljességet jelent, de gyógyászati céllal figyelemkoncentrációként gyakoroltatják. Ugyanakkor, a múlt század elején Gurdjieff még 'minden-agy-egységének' nevezte azt az állapotot, amit mi, cselekvők a gondolat, szó, tett egységének nevezünk. A pszichológusok mára már rájöttek, hogy erről az u.n. egészséges embereknél sincs szó. Ugyanakkor a 'minden-agy-egysége', ami eredetileg a gondolkodás, az érzélem és érzékelés központok egységét jelenti, egy olyan állapot, ami a fent említett kötéláncosé, kőszoborépítőé, vagy a Jordán utáni Jézusé – ahogy ezt Gromon tanulmányaiból számomra egyértelművé vált –, vagyis egy olyan állapot, amiben semmilyen énfeszültség, aggodás nincs, mert bármilyen külső hatás mellett belsőleg azonnal újra kiegyensúlyozódik, de teljesen tudatában van annak, amit Bandi így kérdezett: *mire akar minket felébreszteni?* Vagyis ott a szék két lába: a belsőleg kiegyensúlyozott test és a külső világ, de keresi a harmadikat is, hogy az egyensúly létrejöhessen. Keresi, ahogy a bemutatóban Gyurka vagy a „profik” is tették a kötélen, mert a világban minden ez ellen a belső egyensúly ellen dolgozik.

És a „nagy játék” nem állt meg. Jött Feri és a maga könnyed stílusában ismét felvázolta a kötéláncost, aki két hatalmas kötőmbbel egyensúlyoz a mélység felett. Ő volt a kötéláncos és nagy humorral és igen szemléletesen olyan szellemi „kötőmbökkel” egyensúlyozott, mint Gyurka bácsink és Hamvas Béla hagyatéka. *„Az ember nem képes elviselni a tudatot, hogy Isten a történetben, mint a legfőbb hatóság nem vesz részt, és arra, aki az igazságot megsérti, nem sújt le.”* - idézte Hamvast, majd közvetlen mellette: *„Az Isten nem mindenható. Az*

Isten csak mindent adó és mindent elviselő.” Igen. Az ilyen kaliberű szellemi emberek már képesek Istenről is beszélni. Az énektanár csak a kezét képes időben és megfelelően felemelni, a pap csak szertartást képes pontosan, átélve bemutatni, a lovasíjász csak a megfelelő időben elengedni a nyílveesszőt, a slackline-os fiú csak a teste megfelelő állapotát létrehozni. Mi, egyszerű emberek pedig örülhetünk, ha állva tudunk maradni a mindennapok hatásaiban és részt vehetünk, részt adhatunk egy ilyen ünnepeken. Igen. Ezek a nagy emberek, ezekkel a nagy gondolatokkal is ott egyensúlyoztak a Karnevál szombati piacán és a mindennapi csoporttalálkozásokon és ezért tudták leírni ezeket a gondolatokat: az ember nem képes elviselni, nem képes megérteni, hogy „csak” mindent adó és mindent elviselő.

„*Concidet obliquum!*” - idézte a következő előadó, ismét egy Bandi, a pannonhalmi apátság egyik feliratát. Ami ferde, eldő! Mintha Einstein ezt olvasta volna. Bandi ezt a vonalat vitte tovább: *A mai korra az jellemző tehát, hogy a kibillent emberek, kibillent kapcsolatokban élnek és kibillent világot teremtenek maguk körül.* Ugyanakkor ez maga az élet lényege: az örök változás. Semmi sincs nyugalomban, semmi sincs végleg kiegyensúlyozva, végleg megoldva. Szegények mindig lesznek köztetek - szól az annyira fájó figyelmeztetés. *Meg kell kérdezni magunktól – mondta Bandi - feladjuk a reményt és sodródunk az árral, vagy szembenézünk az egyensúly kérdésével, az egyensúly hiányával és dolgozunk rajta?* Igen ez egy alapkérdés, mert nem szükséges megállni az árral. Valószínűleg az életnek, általában erre nincs is szüksége. De van egy élőlény a Föld nevű bolygón, akinek ez egy lehetősége. És ha megáll, akkor kerül igazán bajba, mert megtapasztalja azt a hatalmas áradatot, amiben él. Nem a kozmikusra gondolok, mert azt alig képes tapasztalni, hanem a mindennapit, a saját társadalmi, a szokásait, a követett hagyományt, a hétköznapi szentségét - ahogy Hamvas mondja. Őszintén figyelve megismerheti ezekben önmagát. De csak akkor ha megáll bennük egy pillanatra, majd egyre többször – és megpróbálja megváltoztatni vagy látva, hogy erre képtelen, elfogadja őket. És akkor, felborulva, majd újból felállva, lassan kialakul, kifejlődik benne valami más, valami szilárd, figyelmes, türelmes és értelemmel telt, ami egy más szintű egyensúly, más szintű súlypont eredménye. Igen.

És csak ilyenkor lehet olyan tapasztalata, amiben nekünk résztvevőknek volt: együtt voltunk, együtt énekeltünk, együtt táncoltunk, együtt áldoztunk, együtt táplálkoztunk, együtt voltunk egyensúlyban,

mint Einstein, mint a lovasíjász, mint a kötél-táncos és később az egyensúlyozó művésznek egyedül. Ha sokszor felszínesnek, billegőnek is látszott, de újra és újra belső egyensúlyba kerülő, mert egy irányba néző és az nem a Föld középpontja.

Igen. És akkor jött még egy kisfilm. Talán láttatok vagy ha nem, feltétlenül nézzétek meg. Márti előadását előzte meg, de nekem előtte elmondta, hogy nem is akart mást, csak ezt levetíteni, nem, mert „*minden benne van, amit mondani akarok*”. A japán hölgy egy amerikai vetélkedőn lépett fel a produkcióval. Egy, talán lúdtollat egyensúlyoz ki először az ujján, majd egyre hosszabb és nehezebb bambusznádakat sorban egymás alá téve tartotta egyensúlyban a tőle egyre távolodó tollat, míg végül egy függőleges talpas nádszáron az egész szerkezetet hozta egyensúlyba és lépett ki szabadon alóla. Rá már nincs szükség! Majd learatva a hatalmas tapsot egy finom, nem elkapkodott mozdulattal lepöccintve a tollat, az egész szerkezet összeomlott. Mi is tapsoltunk vagy csak összehajolva szóltunk egy-egy szót egymáshoz. Igen. Ez aztán a produkció! Pedig mi is történt? Működött a gravitáció és az azt kiegyensúlyozó, alátámasztó erő. Ahogy minden reggel ez működik, amikor reggel kiülünk az ágy szélére, majd lassan felállunk. A 106 kis csontocskára, tetején a hétkilóssal függőlegesbe rendeződik, majd – kicsit billegve - járni kezd. Nem tapsol senki, sőt azonnal hatalmas erők kezdenek munkálni azon, hogy az egyensúly – fizikai, lelki, szellemi – felboruljon. A hatalmas áradatban kell ezt a szerkezetet egyensúlyban tartani – hosszú órákon át. Talán Einstein akkor még nem tudta, hogy az élet az, aki teker és én csak a bicikli vagyok. A japán művész már tudta, hogy rá, végül is nincs szükség. Van egy harmadik erő, aki benne magában működik és a két egymásnak feszülő erőt folyamatosan kiegyensúlyozva létrehozza a jelenségeket, itt a már önjáró szerkezetet.

Márti a vetítés után a mindennapi pedagógiai gyakorlata alapján világított rá az egység, a test, a lélek és a szellem egységének gondolatára. Holisztikusnak nevezik ma azt, amit korábban egyetemesnek, univerzálisnak, katolikusnak neveztek, vagyis azt a szemléletet, ami egy jelenséget egy azt meghaladó, nála nagyobb egységen belül próbál látni. Hogyan lehet – talán nem megértetni, mert fogyatékos gyerekeknél ez a legnehezebb -, hanem egy pillanatnyi helyzeten át érezhetővé, érzékelhetővé tenni számára azt, amit Márti így fejezett ki: *Ne félj! Szeretve vagy!* Azt a kicsi kis tollat benne magában, ami – az élet minden ütlege, keserősége és nehézsége ellenére - a mindenségre nyitott és ami erre a tápláló szeretetre éhes, mert

növekedni, fejlődni akar. *Ha felborul az egyensúly, az egyik helyen túlsúly lesz, a másik helyen pedig hiány keletkezik. Gátak, akadályok képződnek, amelyek az élet megszokott áramlását fékezik* - mondta Márta. Igen. És ezek még „csak” az élet áramlását megakasztó, megbetegítő akadályok. A „szeretve vagy!” áramlás akadályai, gátjai azonban még számosabbak és hatalmasabbak, mert még maga az élet áramlásai is folyamatosan ellene lehetnek, vannak. Ugyanakkor egy ilyen pillanatnyi, élő tapasztalat éppen a túlsúlyra és a hiányra ébresztheti rá a kis lurkót, hiszen szeretetre vágyik és azt azonnal megtapasztalja. Ha pedig kilép az életbe és szembejön egy nála nagyobb akadály, már vissza képes emlékezni az élő tapasztalatára.

És jött Erika - de jó hogy ennyifélék vagyunk – és egy indián mesén keresztül bevezetett bennünket ismét egy terápiás módszerbe, a meseterápiába. Mintha a nagy gondolkodók gondolatai tértek volna vissza: *hogyan lehet elviselni, hogy a sárkány ellophatta a fényt? Hogy lehet visszaszerezni?* De itt már nem elméletben, hanem: „*Arra helyezzük a hangsúlyt, hogy mindenki a 'személyes meséjével' találkozzon, s ennek segítségével bontsa ki az életútjában rejlő lehetőségeket.*” - mondta Erika. Mondhatjuk talán úgy is: hogyan ismerheti meg a saját bizonytalanságait, akadályait, belső pörgéseit, hogy aztán azok megismerve, átvilágítva, visszalopva a sárkánytól az egyensúlyt szolgálják. Ugye milyen ismerős? Mindig ugyanarról van szó: „*Általában, ha trauma ér bennünket, akkor az letaglóz, lesokkol minket, megbetegít... Majd mikor kezdünk magunkhoz térni, akkor dől el, hogy megfordul-e a kritikus állapot vagy sem? A gyógyulás rajtunk múlik: mit kezdünk az életünkkel?*” - idézte Erika Boldizsár Ildikót. Rájövünk-e, hogy a sokk egy lehetőség a megforduláshoz. Nekiállunk visszaállítani az eredeti állapotot vagy nekiállunk eltávolítani szép lassan mindent, ami útjában áll a felismert gyógyítónak, a gyógyulásnak. „*Mi a túl sok és mi a túl kevés. Addig kell változtatnunk, alakítani, 'csiszolni' az életet, amíg az se túl rossz, se túl jó nem lesz.*” Egyensúly, egyensúly, egyensúly – mondta KoLaci és Márta szinte szó szerint ugyanazt. De nem az egyensúlyért magáért, hanem azért, hogy beléphessen ebbe a már kiegyensúlyozott szerkezetbe a gazda, a mester, az Úr – halljuk az evangéliumokból. „*Ebben a két pólusú világban, valahol ott van a harmónia.*” - zárta gondolatait Erika. Valahol van! Érezhető! És ha valaki megérezte az ün nep alatt, akkor talán már képes elviselni, amiről a nagy gondolkodók elviselhetetlenként beszéltek, Ferinél. És hazamenve már mást vitt magával, mint amit hozott – valahogyan.

Igen. És a végén ott volt a szigorú, Gyurka-bácsis, sokkoló, mézeskalácsba csomagolt figyelmeztetés-ajándék: JÓNAK KELL LENNI! Előtte Gyurka elmondta, hogy a nagybeteg Dúl Antal hogyan mesélte el neki az ezzel a sokkal való találkozását egy igencsak intellektuális, teológus-filozófus vitakörben. Nem méltányoljuk talán eléggé ezeket, az élet, a jóakaróink és az ellenségeink adta sokkokat. Pedig ezeket viszik-hozzák a létrán fel-le mászkáló angyalok. Ha elérnek bennünket, nem mindig kellemesek, de ha befogadjuk őket, táplálékok. Megállítanak, vagy éppen félrelöknek egy pillanatra, hogy felébredjünk a malomállapotból néha a malomtó állapotra. Mindkettő egyensúlyi állapot lehet, csak más-más szinten. Mikor mit szolgálók?

Kőbánya-Újhegy, 2017. kikelet hava 8.



HOLLAI KERESZTÉLY

AZ UTOLSÓ KENET

„Memento homo, quia pulvis es et in pulverem revertaris”, halljuk hamvazó szerdán.

(emlékezz ember, mert por vagy és a porba térsz vissza).

Nem, én ennél több vagyok! Az anyagom valóban a fizikai anyag, de Én ennél több vagyok; bennem a szüleim Szerelme él tovább.

Ők nem határozhatták meg előre, hogy én lakatos vagy neves tudós legyek, csak azt, hogy ember legyek, s rájuk hasonlítsak!

Amikor kezd elkopni a szerkezetem – egyre kevesebb a dopaminom, inzulinom, adrenalinom stb., akkor szét hullik az anyagom, de az én testemből származó anyag mégis más lesz, mint a többi por.

Az utolsó kenet, mintegy bevonja valami többlettel ezt a port; ez a „por” mindig magán fog hordani egy jelet, ami jelzi, hogy ehhez a porhoz még valami magasabb rendű szikra is tartozott. Ezt jelezték az egykori balzsamozási szokások, a tetem tartósításának a szokásai, egészen a piramisokig.

Amikor egy repülőgépet készítenek, akkor tudják, hogy az repülni fog, s repül is. Majd amikor megtette az utolsó útját (vagy szerencsétlenség miatt a tengerbe zuhant), s szétszerelik (vagy megtalálják a roncsait), akkor is az alkatrészekből továbbra is kitapintható, hogy ez nem teherautó, vagy játék-repülő volt, hanem egykor - alacsonyabban vagy magasabban -, mindig repülő szerkezet volt, amely el tudta hagyni a föld felszínét.

Ezt jelenti a megkenetés.

A kérdés az, hogy ebből a porból ez a „magasabb-rendű valami” hová repül tovább!

Tudom, hogy ez a szerkezet nem volt hibátlan, s nem is a legökéletesebb, legmodernebb forma volt; a szüleim sem erre hoztak a világra.

Mégis, ha belülről megpróbáltam csak egy icipicit is fölemelkedni, akkor a Végtelen Szeretet úgy vár engem, olyan meleg szeretettel ölel át, ahogyan annakidején édes szüleim vártak, mint kis embert. Nem kell a hibáim miatt röstelkednem, s az eredményeimet büszkén mutogatni, csak egyszerűen oda kell bújnom teljes bizalommal, mert Édesanyám sem azért szeretett, mert sérült voltam, s különös szeretetére szorultam vagy, mert érezte bennem a zsenit, hanem egyszerűen csak szeretett, mert a Gyermeke Voltam!

Ma jobban szeretik a „betegek-szentségének” nevezni ezen lelki útravalót; bármikor kennek meg, akár többször is, mindig a végső útra teszik ezt! Azért, hogy ez az elválás reményt-keltőbb legyen, másrészt jelezvén azt, hogy a testet is az Örök-Alkotó teremtette.

Itt, a földön csak a testet érzékeljük, s a lélekről meglehetősen bizonytalan fogalmaink vannak, odátúl csak a

lelket fogjuk érzékelni, s a test lesz olyan megfoghatatlanná, vagy ki tuja milyenné? Ez csak perspektíva kérdése: innen nézve a hold kicsi korong, míg az úrból nézve a föld lesz kis golyó. Lényeg, hogy a nap fényében mindketten összetartozunk, egy egységet alkotva.

Hát még a Mennyei Atyánk Mindent-tudó fényében!

A „betegek szentsége” kifejezésnél sem maradnék!

Ha jobban meggondolom a fentieket, akkor arra kell rájónom, hogy erre a kenetre az életem első pillanatától kezdve már szükségem van! A szent olaj a bőrömön éppen azt jelentené, hogy nem vagyok közönséges bőr, amit el lehet dobni, eladni, vagy később át lehet löni, mert katona vagyok, mert ellenség vagyok. Én Isten egy szent alkotása vagyok, s a kenet egész életemben figyelmeztet erre, segíti a „port”, hogy méltó legyen erre a „magasabb-rendű” feladatra. Lényeg: hogy amikor ez az anyagi szerkezetem már használhatatlanná válik, akkor még mindig érződjön rajtam a kezdeti olaj.

A víz lemossa rólam a rám rakódott szennyet (a keresztesség csak egy technikai esemény: megtisztulás a Lélek fogadására a bérnálásakor), s a víz ezzel együtt lefolyik rólam. Az olaj a bőrömbe szívódik, s tartósít, hogy méltó legyek a Lélekkel való találkozásra.

Tehát: az első-kenetről beszélek, s nem az utolsóról, s nem a betegek szentségéről, hanem: az újszülöttek kenetéről, mint a legfontosabb szentségről!

Tovább gondolkodva ilyen képzetem született.

Amikor megszületik egy emberke, s megkenetik az „újszülöttek olajával”, akkor egy kis lámpást kap a kezébe, amelynek világánál felismeri szüleit, rájuk mosolyog, majd lassan a környezetét is elfogadja, majd az óvodában is otthonos lesz, s egyszer csak az iskola is természetes lesz a számára. A családban a kis asztalnál eszegeti a reggelijét, ebédjét, de már fülel a felnőttek beszélgetéseire.

Amikor feléri a nagy asztal szintjét, s a felnőttekkel együtt mondja az étkezés előtti hálaimeit, s valamit meg is ért a bibliai idézetből, ami az evés közben elhangzik, akkor lesz ő „első-áldozó”, az asztalközösség tagja. Ekkor gyullad ki a második lámpácskája; továbbvilágosodik körülötte a világ.

Majd kamaszodik, elméje nyiladozik az elvontabb dolgok felé, nagyobb „miért”-eket, „hogyan”-okat kezd kérdezni, akkor feleltként elő kellene készíteni a Lélek-Isten fogadására: a lelki-tisztaság fogalmával, az un. kereszteléssel és az ezt kiteljesítő un. bérnálással (confirmálással).

Újabb lámpa világít most már a számára; a Szentlélekből annyi, amennyit be tud fogadni.

Felnőttként célba ér: családalapítás, kutatási eredmények, művészi alkotó-eredmények, sport eredmények, sakk-bajnokság, iskola-igazgatóság stb. Egy újabb, még fényesebb lámpa.

Ha ez a felnőtté válás párosul még azzal az adománnyal,

hogy a transzcendenciával is többet foglalkozik (biblia, filozófia, pszichológia), erről is kialakul valamiféle „tudása”, s ezt képes másoknak is átadni, többek lelki vezetőjévé válni, pappá lenni, akkor még egy intenzívebb fényforrás csatlakozik az eddigiekhez, az ötödik.

Az emberi pálya hol előbb, hol később éri el csúcspontját: sportban hamarabb eléri a test a fizikai teljesítmény csúcspontját. A tudományos kutatás pályája később, a tanítói, a papi talán a legtovább ível az emberi életben. Mégis, mindenképpen földereng az ember előtt a földi pálya vége; a nyugdíjazás, a végrendelet gondolata, az hogy egyre gyakrabban kell találkozni orvossal, s lassan meg kell tanulnia, hogy újabb elképzelések jelennek meg a horizontján, azaz: a mi pályánk már a leszálló ágban van.

Kérdés: szükségünk van-e ekkor egy újabb lámpásra? Az utolsó kenet, még a legvallásosabb családokban is, rendszerint későn érkezik meg, s már csak a szeretett rokon holttestét éri el.

Más esetben félünk papot hívni, mert ez a beteg számára a végállomást jelenti.

És igen sok esetben igen váratlanul következnek be a halál, hirtelen jött szívkatasztrófa, szerencsétlenség; ilyenkor nem is lehet szó a felkészülésről, felkészítésről.

Ha a „betegek szentsége”, akkor hogyan lehet mérni, hogy melyik betegség milyen súlyos, kíván-e szentséget vagy csak egy kis nátha?

Inkább erre gondolok.

Az említett összevont keresztség-bérmálás (konfirmáció) után felnöttekké válunk, s esetleg még két szentség tovább erősít – házasság, papság -, de ezek után mintha magunkra hagyna az egyház. Illetve: ekkor kellene, hogy igazán életünkbe lépjen a vasárnapi szent-összejövetel lámpása, ami elvisz minket egészen a halálunkig. Tkp. mindegy, hogy hogyan nevezzük ezt az „összejövetelt”, minden felekezetnek ugyanazt jelenti: hála adni Istennek az elmúlt hétért, az elmúlt hét minden ajándékáért.

Mégis valamit még bele kellene építenünk a jövőre nézve is: a halálunk is eszünkbe kell, hogy jusson.

Persze: ez nem lehet valami örökös komorság, örökös fenyegetés a gyásszal!

Ha az ember a halált úgy tekinti, mint egy átlépést a végtelen boldogságba, az „örök nyugalomba”, az „örök világosságba”, a teljes békébe, akkor az összejövetelnek olyannak kellene lennie, hogy az mindig egy kis újabb fényt is gyújtson bennünk, s ne elégedjünk meg azzal, hogy eleget tettünk a vasárnapi misén, összejövetelen való részvételnek, hanem mindig egy kis többlettel térjünk haza, mindig egy fokkal jobban megvilágosodjunk, hogy amikor találkozunk a Teljes világossággal, akkor szinte zökkenés mentesen jussunk át Oda, ahová mindannyian készülünk.

Tehát tulajdonképpen minden szent összejövetel (isten-

tisztelet, mise, kommunió, „szünerkhomenón”, ahogyan Pál mondja az első, Korinthusiaknak írt levelében) egy kicsit az Utolsó-kenetet is jelentse – lehet, hogy holnap kell átlépni, lehet hogy 40 év múlva!

BULÁNYI GYÖRGY HÚSVÉTI NAPLÓ - RÉSZLET -

Említettem már, hogy negyed ötre értem haza. Nyolckor ébredtem. Kilence gyűltek a szokásos reggeli zsolozsmázásra az éjfél virrasztók, Reggeli után már nem dolgoztunk. Csak Matyi ment hűsége segédmunkánójával bütykölni az asztalt. A szobában maradtunk, s ebédig "Virrasztottunk" tovább, azaz próbáltuk megbeszélni mindazt, amire a virrasztás elején összeírt kérdésekből még megbeszéletlenül maradt. Talán két kérdéssel végeztünk ebédig.

Az egyikre emlékszem csupán. Valahogy így hangzott: Mire kell nekem templom és egyház? Hallatlan tanulságos volt a kör. Azt mondtam, hogy az ebben a háromnegyed óráig tartó körben a válaszokban, amiket a kérdésre a húsz fiatal adott, olyan problémamenyiség gyűlt össze, hogy egy három napos lelkigyakorlat kevés volna, hogy mindazt elmondjam, aminek elmondására indítást adtak. Csak vázlatpontokat tudtam mondani. Ebéd után meg mentek haza a pestiek. Budaváriban meg öt órakor kezdődött a szertartás.

Fiatal csak három maradt. Egypáran jöttek a faluból is, Korinekék meg Veszprémből és Márta, Klári, Janka Kati Csookról.

Volt tűzszentelés, nagy húsvéti gyertya, a hívők kis gyertyái. Énekeltem, háromszor, hogy Krisztus világhossága! Matyi meg elénekelt az Exsultet-et is. Megszólaltak a harangok, volt vízszentelés, prédikáció is, mise is, de nagyon gyorsan, még hat előtt befejeztük. Sietve mentünk haza, ettünk húsvéti sonkát tojással, s zártunk mindent, autóba szálltunk, s robogtunk Norbi kocsijával a veszprémi vasútállomásra, ahonnan 19,50-kor indult a gyors Budapestre.

Negyedórás késéssel meg is érkeztünk a Délibe. Miért a rohanás? Csak azért, mert húsvétvasárnap 10 órakor a Bokorportán ünnepi nagymise. Ünnepi volt. Azért is, mert vagy ötvenen összejöttünk. El sem készült az ünnepi prédikáció, csak egy féloldalmi, s a többi csak úgy szabadon mondtam, s ígértem, hogyha megjövök Erdélyből, akkor majd megírom tisztességesen. Megjöttem megírtam, itt van.

Városmajor, 2001. április 15.

HABOS LÁSZLÓ

égeti lelkem...
 a misének vége
 zeng halleluja
 mert feltámadott
 – valóban feltámadott –
 hirdetik a hívek
 húsvét van
 csendes az alkony
 és üres a lelkem
 kellene hagynom
 hogy a keresztre szegezett
 ma feltámadjon
 bennem
 szellő suhan s felizzik parázs
 elnehezült éjben
 lángol felismerésemnek titka
 és égeti lelkem
 a vigasztaló stigma

húsvét napján
 fehér galamb ült virágzó ágon
 s fekete szemének tükrében
 az eljövendő idő reszketett
 villant dörrent
 s hófehér tolla vért könnyezett
 csend borult a remegő barkaágra
 gyilkos osont
 a pap megtörte a kenyeret
 s felzúgtak nehéz harangok
 hirdetve hogy az emberfia
 ma megint feltámadott

GYOMBOLAI MÁRTON

Kárpátaljai golgota
 A kárpátaljai fenyvesek közt piroslik a vér,
 Koldus- könnyel keveredve a szívünkig ér.
 Szívünk, lelkünk beleretten:
 Egy nemzet függ a kereszten,
 Csak a szeme kér.

„Míg a tömeg, gyilkos tömeg, kacaja kísér,
 Veronika hol a kendőd patyolatfehér?
 Hogy az arcom megtöröljem,
 Fölitassam véres könnyem,
 Merre vagy, testvér?!”

A Kárpátok örökzöldje ugyan mit ígér?
 A letarolt rönkök között ott zokog a szél.
 Kiáltás kél ajkaimon:
 „Cirenei magyar Simon,
 Hol késel, testvér?!”

A máramarosi havasokhoz gyilkos fejsze ér,
 Zúgó árnak iszapjában terem majd a keserű kenyér.
 Nem üt a kéz, a szó nem átkoz,
 Sebét tárja Miatyánkhoz,
 Sírj velünk, testvér

GÉCZY IVÁNNÉ SZILÁGYI ILONA

meditáció
 Mert mindaz, bár mit eddig létrehoztam
 énem paránya, - veszni nem hagyom,
 összeforrva a világmindenséggel
 feltámasztom az utolsó napon...
 Az ember nem hisz, s gúnnyal felkiált:
 Hogy egy legyen a test s a lélek újra?
 Feltámadunk?
 Hát most megfogtalak!
 És aki tengerárban vész el
 s fölfalták a halak?
 Vagy tűz emészt el úgy lehet
 az is feltámad?
 Ez lehet?
 Azt nem lehet!
 Azt nem lehet!

VALÓ ZÉNÓ

Mennyit ér?
 Azzal az Atya a kezét a szívére teszi,
 Szeme sugarából felkel a nap,
 Majd a világot óvatosan a tenyerébe veszi,
 Mert a nap sugarából mindenki kap.

És odalenn a földön arany fényességben,
 Meghasad a hajnal, s ím, felragyog az ég,
 Új nap szele szárnyal, újabb reménységben,
 Szivárvány híd alatt megmozdul a lét.

S valahol egy apa útban hazafelé,
 Letérdel az első út menti keresztnél,
 Nem szól, csak hull a könnye a porba maga elé,
 Hát mégis jó az Isten, hogy őt haza ereszté!

S valahol egy harang békességre szólít,
 Valahol egy gémes itatásra bólint,
 Valahol egy gyermek alig – alig ember,
 Valahol egy vedret tiszta vízzel megmer.

Kicsinyke bárányának aranyos a gyapja,
 Kicsinyke báránya azt szépen nyalogatja,
 Az alig – alig ember ámuldozva nézi,
 Az alig – alig ember ő maga sem érti.