



Sárdy Péter

Mi a spiritualitás?

Ki vagy te, ember? Csak a sok ezer biológiai faj egyik képviselője? A vak evolúció ruházott föl agyad, amely e bolygó urává tesz téged? Csupán biológiai programozottság következtében kell követned az „Egyre magasabbra, egyre gyorsabban, egy többet!” iránti vágyadat, amíg a „Föld úrhajó” korlátozottsága véget vet nem csupán értelmetlen vágyakozásodnak, hanem fajodnak is? Vagy életednek van értelme a pusztá működésén túlmenően is?

Ha foglalkoztatnak téged ezek a kérdések, akkor már kezdedben van a válasz, mert ezáltal azt éled át, hogy szellemed több, mint a biológiai létezésrel való megküzdés terméke és eszköze. Csak ezek a kérdések tettek téged egyáltalán emberré, azzá az élőlényé, amely nem csupán a Honnan? és a Hová? kérdését teszi fel, hanem az élet értelmének kérdését is, és ezzel már igent mond erre az értelemre. Ráléptél a spiritualitás útjára.

A „spiritualitás” ma divatos szó, amelyet ötven évvel ezelőtt még alig használtak. Sokan beszélnek spiritualitásról, de egyáltalán nem könnyű megmondani, mit jelent ez a szó. Remélhetjük-e, hogy egy ilyen „modern” témáról éppen Jézustól hallunk döntő eligazítást? Lepődjünk meg! Az ember egyik legfontosabb feladatának kérdésére Mózes 5. könyvéből vett idézettel válaszolt: „Halld, Izrael, az Úr, a mi Istenünk, az egyetlen Úr! Szeresd hát az Urat, a te Istenedet teljes szívedből és teljes lelkedből, minden gondolatoddal és minden erőddel” (Mk 12,30; 5Móz 6,4-5)!

Ha összevetjük ezt az idézetet Mózes eredeti szövegével, akkor kiderül, hogy Jézus valami újat töltött be a zsidó vallás ezen alaptörvényébe, mégpedig azt, hogy „minden gondolatoddal”! Minek ez a kiegészítés, ha már a szív, a lélek és az erő említéséből is mindenki számára világosnak kellene lennie, hogy ez a felhívás az Istennek való tóális odaadottságot követeli meg?

Nekem úgy tűnik, hogy Jézus itt épp azt töltötte be, amit mi spiritualitásnak nevezünk, s ami korunk számára sürgetően szükséges is. A tudatosság szempontját hangsúlyozta, amire a „gondolkodás” kifejezetten utal! Ha az ember képes ezzel a „teljes gondolkodással” szeretni, akkor itt semmi esetre sem arról az értelemről van szó, amely hideg számításal érvényre juttatja saját érdekét, hanem sokkal inkább olyan párbeszédés folyamatról, amelyben az ember tudatosan egy nagyobb összefüggés részének, illetve partnernek éli meg magát: Az őt körülvevő valóság mélyebb érzékelése révén úgy érzi, hogy valami Nagyobb Valóság szólította meg őt, amire azután – ezzel a Valósággal szembesülve – az életéért vállalt felelősséggel válaszol. Ez a „megszólítás” és a rá adott emberi felelet persze (helytől, kortól, kultúrától stb. függően) nagyon különböző lehet.

Ezzel tulajdonképpen már elmondtuk a spiritualitás lényegét. Az említett párbeszédés szerkezetet kézenfekvővé teszi, hogy az ember nem „csinálja”, hanem inkább „megéli” spiritualitását. Ezzel azt akarom sejtetni, hogy a spiritualitás megfelel az ember szükségleteinek, és az ember természeténél fogva föl van készítve arra, hogy ilyen módon értelmet adjon létének. Csak ez a belső tapasztalat teszi őt emberré, mivel ez tudatosítja benne, hogy élete több, mint biológiai folyamatok sorozata.

Ha azt kívánják tőlem, hogy pontosan határozzam meg a spiritualitást, akkor csak körülírásokkal válaszolhatok: A spiritualitás nyitottság olyan összefüggések megtapasztalására, amelyeket különben könnyen figyelmen kívül hagynánk „a létért vívott” mindennapos küzdelemben. A spiritualitás „a mélységből táplálkozó élet”, amely nem merül ki rövid távú vágyak követésében, hanem teret ad a „teljesség” iránti vágyakozásunknak is. Ennélfogva a spiritualitás értelmet ad az életnek, és egyiséget teremt az ember

ezernyi szükségszerű gondolatában és cselekvésében, amelyek különben jelentéktelenségbe süllyednének. A spiritualitás pozitív lehetőség arra, hogy megbirkózzunk végességünkkel – azáltal, hogy egy olyan, nálunk nagyobb valóság összefüggésében látjuk magunkat, amely jelentőséget kölcsönöz életünknek. Az így felfogott spiritualitás a vallásosság korszerű formája, amely sokkal átfogóbb lehet, mint amit korábban „jámborságnak” nevezünk.

A spiritualitás nem az értelem dolga, amit értekezésekkel tovább lehetne adni. A spiritualitás olyan kapcsolat, amelyet fogalmakkal nem lehet leírni, legfeljebb csak sejtetni lehet. A spiritualitást közvetlenül kell megtapasztalni, ezért a hozzá vezető út saját keresésünkön és gyakorlásunkon halad keresztül, vagyis abban áll, hogy meditálva „begyakoroljuk magunkat” azokba az összefüggésekbe, amelyek a gyakorlást végző számára is csak fokozatosan tárulhatnak föl. A spiritualitásnak az a célja, hogy szolgálja az életet. Az életet azonban nem az szolgálja, amit bizonyítani lehet, hanem épp fordítva: ami elősegíti az életet, az ezáltal „beigazolódik”. – Másfelől azonban értelmünk arra irányul, hogy folytonosan okokat keressen, ami végül a „végső ok” kérdéséhez, és ezzel a vallási vagy filozófiai világmagyarázatokhoz vezet. Ez a keresés annak ellenére sem nyugszik meg bennünk, hogy a filozófusok adósok maradnak általánosan elismert válaszokkal. Némelyek az állítják, hogy a világ magyarázatára irányuló szükségletünk csupán az evolúció véletlen és jelentéktelen terméke. Mégis éppen ez a szükséglet az ember egyik lényeges vonása.

Ha a végső összefüggések vagy éppen az élet és a világegyetem értelmét keressük, akkor ez nem véletlenül történik, hanem valamilyen életszükséglet áll mögötte: Gondolkodásunknak biztonságra van szüksége. Az élet számtalan fenyegetettsége közepette szeretnénk ragaszkodni ahhoz, hogy lé-

tezni jó, hogy – személyesen mi magunk is – nem véletlenül léte-zünk, hogy van „otthonunk”. A filozófia – amíg a kétkedő kérdés művészetének tartja magát – nem alkalmas arra, hogy megadja nekünk ezt az otthont: előbb át kell lépnie a spiritualitás határát, hogy segítségünkre lehessen. A már bízó ember végül is nem tud bizonyítható választ adni a kétkedő embernek – de erre nem is köteles annak érdekében, hogy ő maga „hinni” tudjon, azaz rá tudjon hagyatkozni az „otthonára”. Válaszában végső soron belső meggyőződésére fog hivatkozni – amelyet azonban igazol az, hogy ez a meggyőződés szilárdan megállja helyét az élet forgandósága közepette.

A spiritualitás nem bizonyítékon, hanem belső tapasztalaton alapul. Az ehhez a tapasztalathoz vezető út nem más, mint valaminek a tudatosodása, ami a legtöbb ember számára különben is világos, csak még nem gondolta át igazán. A tudatosulás kulcskérdése nagyjából így hangozhatna: „*Van-e értelme számomra a szeretetnek?*”, vagy így: „*Van-e jelentősége számomra a jónak és a rossznak?*”

Jóllehet az ilyen kérdések számunkra nagyon is fontosak, ezek a racionális bizonyítás számára megközelíthetetlenek. Hogy választ ta-

láljunk rájuk, előbb ki kell lépünk én-központúságunkból, amelynek következtében esendőnek, végesnek és végső soron értelmetlennek éljük meg saját életünket. Ettől az értelmetlenségérezéstől a legnagyobb akarati erőfeszítéssel sem tudunk megszabadulni, mert éppen ez az erőfeszítés tart minket az „én” fogóságában. Csak egy átfogóbb élet megérzése (vagyis a szeretet!) képes kivezetni minket az „én” bűvköréből. Az „én”-nel együtt aztán magunk mögött hagyjuk a bennünk élő kétkedőt is, aki cinikus „Na és?” kérdésével vonakodik rálépni a haza vezető útra. – Aki azután elég mélyen „beleereszkedik” a szeretetre és a jóra irányuló kérdésekbe, az boldogan megtapasztalhatja „az élet értelmét”, úgyhogy egészen új szemmel látja majd az életet.

Helyzetünket a Lukács-evangelium egyik kis epizódja írja le (Lk 10,38-42), az, amelyben két nővér befogadja házába Jézust, a vándortanítót. Az egyiket, Mártát teljesen leköti a vendégek ellátásának feladata, miközben a másik, Mária egyszerűen leül, hogy semmit se szalasszon el Jézus tanításából. Jézus állásfoglalása egyértelmű: „*Márta, Márta! Te sok mindenért aggodsz és fáradozol! De csak egy a szükséged. Mária a jobbik részt választotta!*” – a figyelmes meg-

hallgatást, saját spiritualitásának keresését. Ez egyszerűen abban áll, hogy mindent valami nagyobbak az összefüggésében lássunk – és ezt a felfoghatatlanul nagyobbat („Istent”) „*egész gondolkodásunkkal*” szeressük.

Ennek a spiritualitásnak a konkrét megvalósulása azonban egyéni-leg nagyon különböző lehet, mivel a valóságos életet értelmezi, és mindenkinek az egyéni gondolkodásában valósul meg. Egyedül maga a konkrét ember mondhatja el, mi ragadta meg őt, mi ad értelmet az életének, és mit szeretne kinsként továbbadni a többieknek. Ebben az értelemben még Jézus istentapasztalata is „szubjektív” volt, ahogyan azok az emberek is, akik valami hasonlót tapasztalnak meg, „csupán” szubjektív benyomásokról számolhatnak be. Életünk értelmének kérdésében azonban a „szubjektív” szó – meggyőződésem szerint – nem valamiféle korlátozást jelöl, hanem az effajta tapasztalatok feltétlen érvényességét fejezi ki. Aki vállalja a spirituális út fáradsalmait, az remélheti, hogy az út végén valami „végérvényes” tapasztalatban lesz része, még akkor is, ha azt ismét csak „szubjektív” módon képes közölni másokkal.

A spiritualitás burkolt önzés?

Fulbert Steffensky önminterjúja

Talán egy mogorva öregember csömöre ez: A „spiritualitás” szó egy idő óta ellenszenvet vált ki belőlem, hallani sem bírom. Olykor megkérdem magamtól, miért van ez így, és aztán így vitázom magammal:

Tulajdonképpen miért húzod el mindig a szádat, ha a „spiritualitás” szót hallod?

Mivel ez olyan szó, amelyről nem tudom, mi rejlik mögötte, és milyen érdekek kötődnek hozzá. Ez a szó tréfát űz velünk. Csak néhány szókapcsolatot nevezek meg, amelyekkel találkoztam már: Spiritualitás az osztályteremben. Spiritualitás és egészség. A pénz spiritualitása. A rádió spiritualitása. Spiritualitás és menedzsment. A kutatás spiritualitása. – Mit szolgál ez a szó?

De elismered, hogy az emberek olyasmit keresnek ezzel a szóval, ami hiányzik nekik? A spiritualitásnak a lélekhez van köze. Talán a lelket keresik egy lelketlen korban.

Igen – valamit biztosan keresnek. De nem tudom biztosan, hogy a „spiritualitás és menedzsment” témában éppen a lelket keresik-e egy lelketlen korban, vagy pedig mégiscsak a hatékonyságot és a profitot. Nem

tudom biztosan, hogy a „spiritualitás és egészség” esetén nem csupán saját jó közérzetük fokozását keresik-e.

Mi a kifogásod a jó közérzet ellen?

Semmi! De a gyereket nevének kell nevezni, nem pedig illedelmes gyermekké fészülni a „spiritualitás” magasztos szavával.

De hát mi szól az ellen, hogy az emberek törődnek a jámborságukkal?

A saját jámborságunk iránti érdeklődés lehet az egoizmus burkolt formája. Ez a keresés is lehet „lelki kapzsiság”, ahogyan Keresztes Szent János nevezi. Önmagunk vallásos élvezete az élvezet legkomikusabb formája.

Mégsem tilthatod meg az embereknek, hogy hitbéli tapasztalatokat keressenek! Ne legyen több a hit, mint bizonyos tantételek száraz jóváhagyása? Gondolj Assisi Ferenc, Bingeni Hildegard vagy Avilai Tezér istenélményeire! Tartósan csak abban tud hinni az ember, amiről legalább leheletnyi tapasztalata van.

Vélhetően igazad van. De más az, hogy tapasztalatokhoz jutok – és megint más az, hogy keresem azokat. Aki Istent keresi, bizonyos tapasztalatokra tesz szert