

Lelki béke

Manapság sokaknak, hívőknek, nem hívőknek talán ez a legnagyobb vágya. Talán még a boldogságnál is fontosabb, mert a fogyasztói társadalom belekergeti áldozatait vágyaik kielégítésébe, amihez még az erőforrásokat is biztosítja. Ha éppen nem fogyaszt, akkor attól szorong, hogy lemarad valamiről. Ha meg félelmei vannak, akkor meg a fogyasztásba menekül, ami újabb félelmeket generál. Így érdekes módon, eljőhet az a pillanat, ami a megcsömörlés sajátos modernkori formája, mikor már a vágyak kielégítésébe is belefáradunk és hasztalan keressük ott a boldogságot. Nekünk sosem jó semmi! Adventbe lépve ezt alán eléggé aktuális gondolatindító. Egy sajátos kettős világba lépünk, ahol a hívők rendszeresen hallhatják az üzenetet, hogy ez a készüllet, a várakozás és az elcsendesedés időszaka, amikor a világosságból egyre kevesebb van, ahogy csökken a nappalok hossza és egyre borongósabb, szürkébb és undokabb órákat próbálunk magunk mögé hessegetni.

A világban talán csak a készüllet stimmel, pánikszerű felfokozott fogyasztási hajsza veszi kezdetét, amilyen talán még a járvány kezdetén sem uralkodott el. Esetleg még a várakozás is megvan, hogy vajon időben jön-e a futár vagy épp csak most kerül egy távoli országban gyártósorra az az ipari hulladék, amit újrapirozva és csomagolva küldenek el az illúziók rabságában sýnylődő „fejlettebb” világba. Így, ebben az elképesztő hajszában, feszűltségben és tiprődő várakozásban igény támad az elcsendesedésre, a lelki békére. Nem kis mutatvány még egy jógitól vagy médiumtól sem ellazulni és transzba esni, mikor éppen kiköpi magából egy bevásárlókőzpont és a nagyváros ideges, türelmetlen és a járványtól aműgy is felfokozott őrülete.

A lelki békéért azért sokan, sok mindent megtesznek. Elválnak, állást váltanak, lemondanak, felmondanak, elbocsátanak. Szőnyeg alá sőpörnek vagy éppen a fejűket dugják homokba. Bármit is csinálnak, a korral rájön az ember, hogy a problémá ettől nem oldődik meg, mert a problémát a külvilágban látják. Erre két megoldás lehet nyilván, felrobbantom a trónörököst és behívom az oroszokat vagy elvándorlok, elmenekűlök a problémától. Mekkora csalódás, ha nem történik semmi, jön velem a probléma vagy éppen újratemelődik. A sokadik kanyar után kezd el derengeni a dolog a szerencséseknak. A probléma a látszattal szemben belső feladatokat ad. Főleg azért, mert nem ritkán a probléma belőlűnk fakad, mi idézzűk elő vagy mi ítélűnk problémának. A felrobbantás vagy menekűlés helyett volna egy harmadik megoldás az igazán bátor és teherbíró kalandoroknak! Ismerkedűnk meg közelebbről a problémával! Hallom a felhőrdűlést, megőrdűltem volna? Ismerkedjek, szóba álljak vele ezáltal akaratlanul barátokozzak azzal, amit gyűlőlök, amitől menekűlnék vagy amit eltaposnék? Miközben ellenségeképemet úgy tudom legjobban festegetni, ha nem állok szóba az illető problémával vagy emberrel, mert így tudom akadálytalanul felépíteni azt a bábút, amit kedvemre szaggathatok képzeletbeli szuronyommal, mert valami belül erre ingerel és csalódott vagyok, ha nincs közelemben senki, akibe ezt beledőfhetném?

Kőnnyebben fogadható lenne az az ajánlásom, hogy készüljenek fel egy maratoni táv lefutására és megváltozik az életűk. Persze ez teljesen nem igaz így, mert ehhez egy lelki fejlődés is kell, hogy ezt a gyűmölcsöt megteremje és ne csak egy medált, amivel dicsekedhetnénk.

Sokak büszkék szinte, hogy nem hajlandók számukra utálatos dolgokkal, emberekkel, helyzetekkel foglalkozni. Közben pedig jelen vannak életűkben, feszűltség és botránykozás állandó forrásaként. De ezeket csak a felszínen kezelik ítélkezéssel, gyűlőlkődéssel, miközben szorgosan fejlesztgetik előítéleteiket, általánosításait.

Mi történhet az ismerkedés során? Kiderülhet, amit az előítéletekben dúskálók legkevésbé feltételeznek. Meglepő módon nem minden az, aminek látszik. Ez nagyjából mindenről elmondható a világon. A megismerésnek olyan szintjei vannak, amelyek emeletein gyökeresen változhatnak érzelmeink, viszonyulásunk ahhoz a dologhoz, ami a világban amúgy változatlan. Erre olyan gyakorlati példát tudnék mondani, mint életem legjobb borainak kóstolása, ahol másodpercenként változik az érzet, az érzelem. Nem gondolom magam nagy borszakértőnek, de addig jutottam, hogy van az a kategória, amikor már tényleg verset lehetne írni egy borról, annak egyetlen pohárkájáról. Aki pl. egymás után gyorsan hörpinti poharait a kóstolón, talán lemarad a mélyebb megismerésről és átszalad a legdrágább tételen és soha nem fogja megtudni, hogy miért kerül annak palackja abba az irreális összegbe. A hasonlat annyiban sántít, hogy a zavaros színű, bűdös és fanyar lé nem könnyen fog megigazulni türelmes és kitartó kóstolgatásunk során. Az életben viszont rengeteg taszító, rémületes és idegesítő helyzet van, amin átkóstolva magunkat juthatunk szinte egy másik világba. A korral pedig szinte ezt látom törvényszerűnek, hogy az igazán értékes dolgok ritkán látszanak annak első pillanatra. Az emberek félrelökik, rúgják, kidobják, megcsúfolják és eltapossák. Szeressük ki a jót egymásból és a helyzetből! Az ismert buzdítást bővítettem kicsit ki, általánosítva. A problémával való ismerkedés során kiderülhet, hogy a helyzet nem annyira egyszerű, nem annyira fekete fehér. Talán ettől jobban félünk sokszor, mint a pozitív csalódástól, hiszen innen már gondolkodni kell, munkát kell tenni a megismerésbe.

Ha azonban mégsem jutunk ebbe a boldog és elfogadó felismerésbe, akkor az ismerkedésnek lehet egy másik talán még nagyobb gyümölcse. Közelebb jutok a valódi valósághoz és még azt is felismerhetem, kellő önvizsgálattal, hogy nekem ezzel mi dolgom lehet. Nem több, nem kevesebb, mint amire szükség van az én részemről, mert azt tudom adni és nekem is arra a lépésre van szükségem, hogy egyéni kis utamon felsőbb osztályba léphessek.

Egyik út sem egyszerű, mint általában, a nehezebbik út a jobbik és megerősíthetők mindenkit abban, hogy a problémával való ismerkedés a nehezebb kétségtelenül, de hasznunk és a probléma gyógyítása mindenképpen az ismerkedés felé van, mégpedig szoros összefüggésben.

Ja, majd elfeledtem, mivel már oda is jutottam az írás közben, többek között a lelki békénket is meglelhetjük!

Templomlépcső, 2021. december