

ASZALÓS JÁNOS

Sajátritmus

1931-ben született Szegeden. Matematikus. Legutóbbi írását 2009. 12. számunkban közzöltük.

Az önmagára és a környezetére érzékenyen figyelő ember különleges felfedező útra indul, amikor a benne, illetve a körülötte lévő „dolgokban” megnyilatkozó ritmusok nyomába ered. Például már csecsemőkorban megtapasztalja az éhség és a jóllakottság ritmusát; majd később észreveszi szívének dobogását, a légzése ütemét, a nappalok és éjszakák, még később az évszakok változását, a mindennapi teendők ritmusát. Észreveszi és megszokja, hogy többtucatnyi ritmikus ütem veszi körül, és azt is megfigyelheti, hogy ezek a ritmusok lényegesen befolyásolják, néha meghatározzák életvitelét, gondolkodását, biológiai, pszichikai, szellemi állapotát.

Írásunk célja, hogy felfigyeljünk ennek a ritmus-óceánnak jelenlétére, fontosságára, nemcsak testi-lelki egészségünk karbantartása céljából, hanem azért is, mert ezek a ritmusok a világegyetem egységes szerkezetéről és a Teremtés alaptörvényeiről árulkodnak. Sőt ennél többről: az isteni Szeretet szívdobbanásairól is, mely otthagytá nyomait a kozmikus, s különösképpen az emberi lét számtalan eseményében. Talán nem tévedünk, ha azt állítjuk, hogy az emberi élet ritmusa az istenképmás egyik legkarakteresebb, bár kevésbé figyelemre méltott vonása.

Az emberre — ebben az írásban — individuális valóságában tekintünk, s a közeli-távolabbi környezetét individualitásának szemszögéből vesszük figyelembe. (A környezet fogalmába itt a kozmikus-természeti, a személyes, társadalmi és a holisztikus-transzcendens jelenségek világát is beleértjük.) Szemléletünk döntően, de nem kizárólagosan, a jelenségek dinamikája felé fordul. A strukturális és egyéb statikus jelenségek most háttérben maradnak.

Bevezetőül egy fontos bibliai hivatkozás kívánkozik a Prédikátor Könyvéből (3,1–8): „Mindennek megvan az órája, és minden szándéknak a maga ideje az ég alatt: Van ideje a születésnek és a halálnak; (...) ideje a bontásnak és ideje az építésnek. Ideje a sírásnak és ideje a nevetésnek; ideje a jajgatásnak és ideje a táncnak...”

Amit az Írás itt tömören összefoglal, az egész életünket egy átfogó — ám a mindennapi életünk perceit is (szerencsés esetben harmonikus) — egységbe rendező partitúra, melyet most tömören ritmusnak nevezünk. A Prédikátor csak néhány súlyos élet-mozzanatot említ, kétpólusú feszültség-dimenziók sorozatába rendezve azokat. Az „ideje van” dimenziók mindegyike más-más ritmust követ. Bár ezek — és megannyi más egyéb, feszültséget okozó polaritás — ütemei nem egy metronóm pontosságához igazodnak, mégis, az emberi élet kontextusában egyetlen metaritmussá szerveződhetnek, és minden ember számára sajátos,

tévedhetetlenül egyedi mintát követő „zenei újlenyomatot” alkotnak. Ezért nevezzük most ezt a metaritmust „sajátritmusnak”.

Az emberi élet fontosabb jelenségei között — céljainknak megfelelő válogatással és csoportosítással — hétfajta áramlást (sodorvonalat) azonosítunk: biológiai, pszichikai, szellemi és kommunikációs folyamatokét, a természeti, a társadalmi (ezen belül kiemelten a kulturális, s főként a művészeti-esztétikai) környezet, végül a transzcendens „környezet” áramlásait. Mindegyikük többé-kevésbé azonosíthatóan, „saját törvényeinek” útjait követi, s ezeken az utakon mindegyik a számára megfelelő ritmus szerint igyekszik haladni. Ezeket *alapritmusoknak* fogjuk nevezni. (Megfigyelhetjük, hogy ezek is összetettek, azaz sodorvonaluk több ágból tevődik össze.)

Ám az alapritmusok távolról sem mozdulnak azonos ütemre. Ezek harmonizálása elsődlegesen a természetes fejlődés dolga. Igaz azonban, hogy sok esetben és helyzetben a befelé forduló figyelem, önnevelés és türelmes várakozás is hozzájárulhat ahhoz, hogy természetünk az alapritmusok ütemeit többé-kevésbé harmonikus metaritmussá csiszolja. *A sajátritmus a metaritmus személyre szabott, személyhez kötött formája.*

Már a *biológiai jelenségek* szintjén belül is többszörös rétegződés figyelhető meg: a leghosszabb ütemű folyamat a teljes életciklus — magzati lét, születés, csecsemőkor, gyermekkor, kamaszkor, ifjúkor, felnőttkor, mely fokozatosan, néha ugrásszerűen adja át a helyét az öregkornak, majd az agykornak, s végül a halálnak. Ez a nagyívű biológiai életáram öleli magába, vagy inkább abba ágyazódva érvényesül a szaporodás, a táplálkozás, az ébrenlét és az alvás, s talán még több tucat, alapjában biológiai jellegű életfolyamat — mindegyik a saját, de a többihez igazodó ritmusában. Ez a harmónia általában nem zavartalan.

A pszichológiai jelenségek az ember biológiai és szellemi létét, illetve a környezethez fűződő kapcsolataik belső vetületét, s annak rendszerét alkotják. Jórészt a biológiai ritmus partitúrájához illeszkednek, de mégis sajátos ritmust követnek, hiszen a külvilág hatáseitől is függenek, mely nem föltétlenül veszi figyelembe a biológiai lét ritmusát. (A pszichés életritmus ellenszegülhet a biológiai fejlődés vagy hanyatlás törvényének.) A kétfajta ritmus közötti feszültségek, sőt harcok jellem- és sorsalkotó tényezők.

Szellemi életjelenségeken most a racionális gondolkodás területét értjük. Az intellektuális fejlődés szeret külön utakon járni, s nem mindenütt követi a biológiai és pszichológiai fejlődés nyomvonalát és ritmusát. A szorosán vett logosz világáról van szó. Mintha a fogalmak, gondolatok, kognitív sémák, eszmék, világnézetek sajátos törvényeik szerinti életet élnének, a sűrűsödés és ritkulás, tágulás és szűkülés, integrálódás és szétválás stb. ritmusait követve. Ám ezek a ritmusok az emberi agyban öltenek testet, életünk elválaszthatatlan részeiként, és alapritmusaikat beoltják az emberlét biológiai és

pszichológiai szöveeteibe is. S hogy még jobban telítődjék az eddig ismertetett életjelenségek tere, különös figyelmet kell fordítanunk a *szexualitás* erős áramlatára is, mely saját formáját és ritmusát pecsétként üti a többire, amelyekben viszont maga is formálódik, azokkal szorosan összefonódik vagy nehéz harcra kel.

A *kommunikációs jelenség* sem olvasható be teljesen az előbb említett jelenség-áramlatokba. Amint a pszichés jelenségeknél, úgy itt is a külvilág-belvilág kapcsolatáról van szó, mely dialógikus környezet esetén formailag is ritmikus. Úgy tűnik, hogy főként az emberiség európai civilizációba tartozó része (amint valamiként a világmindenség egésze is) egy különleges kommunikációs térben „úszik”. A „beszéd” (a logosz) ritmusa minden másik áramlaténál dominánsabbnak tűnik.

A *természeti környezethez* történő illeszkedés is — átvitt értelemben — sajátos kommunikációnak tekinthető, ám nem a logosz, hanem az egzisztencia sodorvonalában. A természet bennünk és körülöttünk sokféle ritmusban lüktet: a Föld forgása, az évszakok váltakozása (az asztrológusok szerint a bolygók keringése és helyzete) döntően szakaszolja az emberi életet. A *társadalmi környezetünk* döntő hatása az egyes személyekre közismert. A társadalmak is — analóg értelemben — „emberi életet élnek”: kialakulnak, fejlődnek, strukturálódnak, szétesnek, más szinten újjáalakulnak, elpusztulnak. Ezekben a folyamatokban is felfedezhetők a társadalom saját törvényei szerint működő ritmikus jelenségek. Számunkra most ez annyiban érdekes, hogy a társadalom — főként a munka, az elosztás, az egészség- és kultúrpolitika eszközei révén — állandó és döntő befolyást gyakorol az ember saját ritmusára is (aki a társadalom nélkül nem is fejlődne emberré!). Más ütemet diktál az otthon, mást a közlekedés, mást a munka és a munkahely, a szórakozás; mást az ünnep, mást a hétköznap; mást az ókorban, a középkorban, az újkorban, mint a modern korban.

A *kulturális közeget* a társadalom hordozza és közvetíti, de sajátos minőségében. Kultúráján most a megelőző korok hagyományaiból maradt, sűrű *szellemi-érzelmi-viselkedési közeget* és a jelenkori, „élő” kultúra ötvözetét értjük. Bennünket érintő (ösztönző, gátló) hatásait a közéleti információ áramlásainak csatornái (újság, rádió, TV stb.), a közéleti fórumok (gazdaság, politika, vallás, oktatás, nevelés, könyvkiadás és egyéb megnyilvánulások) szerveződésének és működésének mikéntje közvetíti. Az emberi élet minden mozzanatára meghatározó jelleggel nyomja rá a bélyegét, így saját ritmusunkra is. Ebben a közegben kiemelten kell megemlítenünk az *esztétikai érdeklődés*, beágyazottság, affinitás jelenségeit. (Különösen a zene, az ének és a természeti szépségek okozta káprázatokra hívjuk fel a figyelmet. Az első kettő, a szakemberek vélekedése szerint, már magzati kortól kezdve is orientáló hatást gyakorolhat a fejlődő szervezetre.)

A *transzcendens dimenzióink* sodorvonalába tartozó jelenségek a többiekétől elkülönülő, azoktól formailag és tartalmilag is különböző alapritmust diktálnak. Jellemző példa erre a bencés szerzetes-

rend „ora et labora” (imádkozzál és dolgozzál) ritmusa: minden nap, sőt egész életük során az imádság saját törvényű ritmusát tekintik elsődlegesnek, a munka ütemének ehhez kell illeszkednie. (A keresztények többségének időbeosztását azonban — súlyos veszteséggel járó kompromisszumként — a munka, a családdal való törődés és a szórakozás szabja meg; az imádságra csak ennek szüneteiben jut idő.) Istentapasztalataink azonban más jellegű, „fentről érkező” impulzusokról is hírt adnak. Isten órája néha évtizedenként jelzi a következő időegység megérkezését — néha azonban egy pillanat alatt üt annyit, mint amennyit eddig egy ember életében összesen, vagy a társadalom életének egy meghatározó ciklusa alatt. Néha az összes többi áramlat ütemét meghatározza és tereli természetfölötti, rendezett harmóniába; máskor saját természetes „óráink” megzavart ritmusát irányítja át egészséges sínpályára. Hasonló igaz a magányos imádságra is. Ennek öntörvényű, bár alkalmanként változó „saját ideje van”, amit érzékeny figyelemmel kell követnünk. (Még mondani is bűn, hogy „időt szánok az imádságra!).

A saját ritmusnak élete, sőt sorsa is van; a környezeti feltételek mellett az alapritmusok határozzák meg az ütemét. Az emberi élet során ezek állandó kölcsönhatásban vannak egymással. Hol az egyik, hol a másik válik dominánssá; kialakulhat egy egyensúly, mely hosszabb-rövidebb ideig tart, s melyet egy lassú átrendeződés (például átmenet az öregkorba), vagy váratlan gyors földindulás (Saul megterése) vált fel. Új áramlatok törhetnek felszínre (például a kamasz korban a szexualitás, később a családalapítás igénye).

Az átalakulások okai vagy a külső feltételek megváltozásában fedezhetők fel, vagy az említett áramlatok egymásnak feszülő dinamikájára vezethetők vissza. Ezek a folyamatok nem föltétlenül károsak vagy veszélyesek; sőt, gyakran a természetes fejlődés vagy alkalmazkodás termékeny forrásai. (Például egy ifjúban már hosszabb ideje ott érlelődhet a felnőtt ember ritmusa.) Egy-egy áramlat néha hosszabb ideig (évekig, évtizedekig) rejtőzik, vagy bizonyos kényszerfeltételek miatt „föld alá” szorul, míg egyszer, váratlanul, robbanásszerűen felszínre kerül. Rosszabb esetben végleg elnyomva marad, de áttételes hatásaival neurotikus és megmagyarázhatatlan, etikai értelemben is romboló hatást vált ki.

A kezdetben hajlékony, gyakran változó alapritmusok lassan megszilárdulnak; némelyikük a többi kárára növekszik nagyra; a másik éppen a hajlékonysága miatt nyer teret; néhány rejtőző életet él, s csak különleges peremhelyzetekben válik a teljes saját ritmus meghatározójává. Az emberi jellem kialakításában azonban mindegyikük döntő szerepet játszik; gazdagodásuk, belső harmóniájuk és el-szivárosodásuk az ember teljes életének gazdagodását, harmóniáját vagy éppen romlását képes előidézni. Ideális eset ritkán valósul meg.

A saját ritmus minden fejlődést, változást megmerevítő, alkalmazkodást lehetetlenné tévő kényszerre is válhat. Az „én pedig ezt

így szoktam, punktum” diktátuma teszi tönkre ezerszámra a családok életének belső harmóniáját.

A saját- és alapritmusok erkölcsi vetületeit igen fontosnak tartjuk, de ezeket most mellőzve a *Bibliában található ritmikus mintákra kérésünk példákat.*

Ritmus, mint irodalmi forma a Szentírás számos oldalán kifejezetten is fellelhető, máshol megérezhető. Kiemelt példaként az első teremtestörténetet említjük. Az egyiptomi tíz csapás története is egyre súlyosodó ritmikus formát mutat. A zsolttárok között többön is sejtethető az eredeti, közösségi énekes-ritmikus minták; ebben a vonatkozásban a 119., a 136. és a 106. zsolttárra hívjuk fel a figyelmet. Hasonló, bár sokféle és változó ritmus (ütem) figyelhető meg egyes prófétai iratokban. A páli szeretethimnusz (1Kor 13) és a boldogság-mondások (Mt 5) az újszövetségi iratok esztétikai értelemben is legmagasabb zenei csúcseinak számítanak.

Jézus „sajátritmusáról” csak elképzeléseink lehetnek. Törvénykövető zsidóként élt, a korabeli zsidó szokásrend diktálta rituális formák szerint: körülmetélés — felnőtté avatás — munkavégzés — (a megkeresztelkedése is a Jordánban) — hivatását előkészítő negyvennapos böjt — zarándoklatok Jeruzsálemben — majd saját ritmusából adódóan a tanító- és gyógyító körutak — éjszakai és megszokott nappali imádságai; kapcsolatai a betegekhez, szenvedőkhöz, bűnösökhöz; különleges kapcsolata a nőkhöz, gyermekekhez és a természet jelenségeihez. Jézus észrevette a természeti jelenségek ritmusát is: például az élet kialakulását a mag-állapottól a kalászig (Mk 4,26).

Ritmusváltás nála nemcsak a tanítói-prófétai hivatás megkezdésekor történik, hanem azután is: a családjától való elszakadás, a népe vezetőivel történő konfliktusok sorozata, átállás az evangélium hirdetésének talán ritka, újszerű formáira.

Jézus legsajátosabb életritmusát a küldetése szabta meg. Nyilvános működése során mintha valamilyen óraütésre várt volna, amit leginkább az Atya akarátának megnyilvánulásaihoz, saját szenvedéséhez és megdicsőüléséhez lehetne kapcsolni. A kánai menyegzőn elhangzott szavai még egyfajta várakozásról tanúskodnak: „Asszony, a mi gondunk ez? Még nem jött el az én óráim” (Jn 2,4), „Ma beteljesedett az írás” (Lk 4,21): Jézus galileai „zászlóbontásáról” ad itt hírt az evangélium szerzője. „Eljött az óra, amikor megdicsőül az Emberfia” (Jn 12,24); itt saját búzaszem-hivatásának közeli bekövetkeztét jövendöli meg Jézus, talán éppen a zarándokokkal való találkozásának hatására. „Ezért az óráért jöttem!” (Jn 12,28): Jézus az Atya megdicsőüléséről és a világ fölötti ítélet tényéről beszél. Talán hasonló hangsúllyal mondja Jézus tanítványainak: „Rövid az idő” (Jn 16,17) — „Itt az óra!” (Mt 26,45–46). Így ébreszti Jézus az alvó apostolokat. Ez utóbbi, és az „eljött az óra” kifejezés mindig a szenvedés közelgő idejét hirdeti meg, melyet azonban a megdicsőülés követ (Jn 16,21). Ezeket összgezti Jézus utolsó szava a kereszten: „Beteljesedett” (Jn 19,30).

Befejezőként felhívjuk a figyelmet a saját ritmus meghatározó szerepére a testi-lelki frissesség, készenlét, kiegyensúlyozottság, rugalmas alkalmazkodóképesség készségeinek biztosításában. Az emberi faj eddigi fejlődésének sikerét jórészt ezeknek a készségeknek tulajdonítjuk. (Az alkalmazkodóképességet az emberi intelligencia egyik legfontosabb mércéjeként tartják számon.) Az egyéni életvitel sikere is azon múlik, hogy ezeket az erényeket saját ritmusunkban is mennyire tudjuk biztosítani, vagy folyamatosan frissíteni. Ragaszkodás a kiegyensúlyozott saját ritmusunkhoz pedig megsokszorozza teljesítőképeségünk erejét. A kialakult és egészséges saját ritmus ismerve a belső béke — mely nem elzárkózásból, gögből ered, hanem alázaton és nyitottságon alapul — és állandó készség a pozitív (kreatív) változásra.

A VIGILIA KIADÓ AJÁNLATA

<i>Sylvie Robert: Isten útjain Loyolai Szent Ignáccal</i>	2.700,-
<i>Jean-Louis Chrétien: A felejtethetlen és a nem remélt</i>	2.500,-
<i>Lukács László: Az Ige asztalánál</i>	2.900,-
<i>Walter Kasper – Daniel Deckers: A hit szívverése</i>	3.200,-
<i>Kertész Imre: A megfogalmazás kalandja</i>	1.400,-
<i>Thomas Merton: Párbeszéd a Csönddel. Imák és rajzok</i>	2.900,-
<i>Teréz Anya: Jöjj, légy a világosságom!</i>	3.200,-
<i>Rupert Berger: Lelkipásztori liturgikus lexikon</i>	4.300,-
<i>J. B. Metz: Memoria passionis</i>	2.700,-
<i>Takács Zsuzsa: Jaj a győztesnek!</i>	1.900,-
<i>Varga Mátyás: Nyitott rítusok</i>	1.700,-
<i>Borbély Szilárd: Egy gyilkosság mellékszálai</i>	1.700,-
<i>Selyem Zsuzsa: Fehérek közt</i>	1.600,-
<i>Visky András: A különbözőség vidékén</i>	1.600,-
<i>Máthé Andrea: Útvesztőben</i>	1.100,-
<i>Gabriel Marcell: A misztérium bölcselete</i>	1.900,-
<i>John Powell: A tartós szeretet titka</i>	1.800,-
<i>E. Kübler-Ross – D. Kessler: Élet-leckék</i>	2.600,-
Megszenteltség az egyházi mozgalmakban és a megszentelt élet új formáiban	1.500,-
Felkészítés a házasságra és családi életre	1.300,-
Mit ér a katolikus társadalmi tanítás válság idején?	900,-

*A kiadványok megvásárolhatók vagy megrendelhetők
a Vigília Kiadóhivatalban:*

1052 Budapest, Piarista köz 1. IV. em. 420.

Telefon: 317-7246; 486-4443; Fax: 486-4444;

E-mail: vigilia@vigilia.hu