

PATSCH FERENC

Keresztény meditáció?

Néhány szempont a keleti imamódszerek katolikus teológiai értékeléséhez

1969-ben született Miskolcon. 1994-ben szentelték pappá, 2000-ben kérte felvételét a jezsuita rendbe. Teológus és filozófus, a római Pápai Gergely Egyetem oktatója. Legutóbbi írását 2016. 12. számunkban közzöltük.

¹A gyakorlati és akadémiai szinten a hatvanas-hetvenes években intenzívebbé váló párbeszéd első főszereplői keresztény részről Hugo M. Enomiya-Lassalle, Heinrich Dumoulin és Hans Waldenfels jezsuiták.

²Vö. Cherian Puthenpura: *Yoga spirituality, a christi-an pastoral interpretation.*

Pontificia Facultas Theologica Teresianum, Romae, 1996; Jacob Pareyil: *Christian spirituality in yogic discipline and meditation.*

St Pauls, Bombay, 1993; Haroldo Joseph Rahm s.j.: *Yoga Cristi e espiritualidade de Santo Inácio de Loyola.*

Instituição padre Horaldo S o Paulo, 2007; Hugo M. Enomiya-Lassalle: *Az elmélyülés útja. Zen meditáció és keresztény misztika.* (Ford. Bruncsák István.) Jezsuita Kiadó,

Nehéz volna eltúlozni azt a hatást, amit a keleti imamódszerek gyakorolnak a mai nyugati társadalmakban élő keresztény emberek hit-tudatára. A keleti spiritualitás betörése a nyugati világba több mint ötven éve kezdődött meg¹ és ma is feltartóztathatatlanul zajlik.² A hagyományos keresztény vallásgyakorlat formái mellett megjelent a jóga, a prána nadi, a transzcendentális meditáció és számtalan más keleti praktika, melyekből mára szinte túlkínálat mutatkozik a spirituális jelenségek „piacán”. A jelenség okai között nyilvánvalóan nagy súllyal esik latba a globalizáció, a migráció, valamint a digitális technológiai forradalom, amely a vallásokról szóló nagyszámú nyomtatott irodalom mellett az ismeretterjesztés új formáit is hétköznapi jelenséggé tette. Talán nem túlzás spirituális téren is — Samuel Huntington kifejezését kölcsönözve — a „civilizációk összecsapásáról” (*clash of civilizations*) beszélni: multikulturális világunkban a nyugati típusú pluralista demokrácia jóváhagyásával, sőt politikai támogatásával, idegen vallási hagyományok törtek be és nyertek teret a korábban vallásilag egységes nyilvános szférán belül, s ez a folyamat tartósnak és visszafordíthatatlannak látszik. A keresztény kinyilatkoztatáshoz való hűség szellemében kívánatosnak tűnik, hogy — a régi világ utáni terméketlen nosztalgizálás (illetve esetenként az ellene való elkeseredett küzdelem) helyett — termékeny és pozitív hozzáállást alakítsunk ki az új helyzettel szemben, és kellően árnyalt, hitből fakadó választ adjunk rá. A rendelkezésre álló szűk keretek között — elsősorban a spanyol jezsuita Mariano Ballester nyomán³ — az alábbiakban néhány teológiai szemponttal igyekszem segíteni a tájékozódást.⁴

Mi a keresztény meditáció?

Annak érdekében, hogy a keleti hagyományokból képesek legyünk kiszűrni azt, ami értékes és gazdagító, egyúttal pedig el tudjuk utasítani azt, ami a keresztény hittel összeegyeztethetetlen, hasznos lesz mindenekelőtt meghatározni a keresztény meditáció legfőbb sajátosságait.

Több mint két évezred hagyományának keresztény tanúságtétele szerint Jézus Krisztus mérhetetlenül több egyszerű útjelzőnél, szimbólumnál vagy idegenvezetőnél: ő Isten egyszülött, közénk testesült Fia, aki egyedül mondhatta el magáról: „Én vagyok az út, az igazság és az élet” (Jn 14,16). Eszerint a keresztény meditáció legfontosabb jellegzetessége — az értelmezési kulcs, ami alapján az minden mástól megkülönböztethető — maga *Jézus Krisztus*. Ő áll középpontban, az éltető szőlőtő, s egész életünk termékenysége attól függ, hogy „ben-

Budapest, 2015
(eredeti kiadás: 1969).

³Vö. Mariano Ballester:
*Ejercicios y metodos
orientales*. Centrum
Ignatianum Spiritualitatis,
Roma, 1985.

⁴A legfontosabb ide vonatkozó hivatalos egyházi dokumentum a 2003-ban A Kultúra Pápai Tanácsa és A Vallásközi Párbeszéd Pápai Tanácsa által közösen közzétett szöveg: *Jézus Krisztus az élő víz hordozója. Keresztény reflexió a „New Age”-ről*; <http://www.karizmatikus.hu/images/stories/docs/eloviz.rtf.pdf> (2017.03.06).

⁵Mariano Ballester a vallásos imaaktusra – Ireneo Hausherr nyomán (*Prière de Vie, Vie de prière*. Lethielleux, Paris, 1964, 33.) – igen tág meghatározást alkalmaz: „az ember minden Isten felé való emelkedése ima (*oración es toda elevación del hombre hacia Dios*)”.
Mariano Ballester: i. m. 22.

⁶A távol-keleti vallások tapasztalatának végpontja – úgy tűnik – egy személytelen valósággal való egyesülés átélése (*nirvana*). Ám itt is figyelembe kell venni a teológiai beszédmód analóg jellegét (egy újszülött csecsemővel való kapcsolatunk sem ugyanabban az

ne maradunk”-e (vö. Jn 15,5–6). Egy másik, nem kevésbé kifejező bibliai képpel élve: ő az ajtó, akin keresztül az Atyához jutunk (vö. Jn 10,9). Az úgynevezett vallásteológiai „inkluzivizmus” képviselői szerint — akik ma a katolikus teológusok túlnyomó többségét alkotják — ez olyannyira igaz, hogy akár meg is fordítható: aki célba érkezik, akár tudja, akár nem, a feltámadott Jézus Krisztus személye által jut el az üdvösségre. A keresztény meditáció *sine qua non*ja tehát, hogy minden eszközzel Jézus felé törekszik.

A keresztény meditáció tehát *vallásos* tevékenység, azaz imaforma,⁵ amely a *személyes*⁶ Istennel köt össze. A keresztények Istene Ábrahám, Izsák és Jákob Istene, Jézus Krisztus Atyja (*abba*), a legszemélyesebb módon mi is Atyánknak szólíthatunk (vö. Mt 6,9–13; Lk 11,2–4). Bár sok pogány gondolkodó és költő is felismerte, hogy „benne élünk, mozgunk és vagyunk” (ApCsel 17,28), a bibliai kinyilatkoztatás a vele való egészen bensőséges közösségre hív; olyan „lakomára” (vö. ApCsel 2,20), amely a kapott kincsek megosztására, *tevékeny szeretetre* vezet. Teljes félreértés persze azt gondolni — bár ez a vád a nyugati országokban igen elterjedt —, hogy a meditáció csupán passzivitás, terméketlen „köldöknézés” volna, amely elidegenít az élettől. A csendben történő ima-találkozás valójában nagyon is hatékonyan szolgálhatja a szeretet növekedését, amennyiben megsokszorozódik általa az egyén képessége arra, hogy a jelenben éljen és embertársait személyként, ne csupán eszközként érzékelje. A keresztény meditáció kifejezetten az Istennek való önátadásra és a vele való egyesülés begyakorlására irányul, mely által növekszik a személy szeretetkisugárzása a hétköznapi életben. Ez az eredmény persze nem kikényszeríthető semmiféle jól bevált technika vagy módszer segítségével: végső soron csakis *ajándék* lehet. *Kegyelem* dolga. Egyedül az, aki előbb szeretett mintket (vö. 1Ján 4,19), képes kezdeményezni. Kényes egyensúly ez, mely évszázadok óta a kegyelemtan *crux theologorum*ának számít: Isten egyrészt nem veszi el a szabadságunkat (hiszen ez minden egyéni felelősség alapja); másrészt azonban minden rajta múlik (hiszen „[ő] maga ébreszti benn[ünk] a szándékot, s hajtja végre a tettet tetszésének megfelelően”: Fil 2,13).

E bevezető tisztázás után most fordítsuk figyelmünket arra, hogy milyen előnyökkel járhat, ha valaki keresztényként keleti meditációs technikákhoz fordul, illetve, hogy ugyanez milyen veszélyeket rejthet magában.

A keleti módszerek lehetséges pozitív elemei

A fent tisztázott kritériumok szem előtt tartásával most — továbbra is részben Mariano Ballester meglátásait követve⁷ — lássunk néhány olyan gyümölcsöt, amelyet a keleti módszerekkel való találkozás teremhet meg a keresztény emberben.

1. A keleti meditációs módszerek egyik általános és kétségtelenül pozitív hozadéka, hogy felhívják a figyelmet *a testnek* a vallási-, illetve



értelemben „személyes”, mint a felnőtt emberi kapcsolataink!). Az Istenről való analógiás beszédéről lásd Karl Rahner: *A hit alapjai. Bevezetés a kereszténység fogalmába.* (Ford. Endreffy Zoltán.) Római Katolikus Hittudományi Akadémia, Budapest, 1985, 88–93.

⁷Vö. Mariano Ballester: i. m. 23–28.

⁸Az új keletű pszichés zavarok közül lásd például a testedzésfüggőséget (*exercise dependence*), ami a testedzéshez való egészségtelen ragaszkodás, annak kényszeres szükséglete.

⁹Vö. Thomas Keating: *Nyitott tudat, nyitott szív. Az evangélium kontemplatív dimenziója.* (Ford. Malik Tóth István.) Filosz, Budapest, 2006, 31–49.

¹⁰A Római levél alapján (Róm 1,19–20) az I. Vatikáni zsinat *Dei Filius* kezdetű dogmatikus konstitúciója hitet tesz amellett, hogy Isten a „természetes ész” fényében megismerhető (vö. DS 3004). Ezt az állítást a II. Vatikáni zsinat is megerősíti *Dei Verbum* kezdetű, az isteni kinyilatkoztatásról szóló konstitúciójában, bár némiképp új hangsúlyokkal (a kinyilatkoztatás elsősorban hangsúlyozva: vö. DV 6). A 6. század óta

az imatapasztalatban betöltött szerepére. Némelykor az a benyomásunk támadhat, hogy a nyugati spirituális-lelkiségi hagyomány szinte nagyjából egészében megfeledkezett erről az aspektusról. Márpedig az ember testben él — akár elismerjük, akár önmagunk előtt is letagadjuk, testünknek meghatározó szerepe van a lelki életben, hiszen állandóan jelen van, részt vesz mindenben, amit csak cselekszünk. A nyugati kultúrának a testhez való viszonya paradox jellegű és sok tekintetben sérült: egyrészt megfigyelhető a test kultusza és annak túlértékelése (a kutatások szerint az edzés és a túlhajtott „testkultúra” újabban függőségként is jelentkezik, melynek hatására a lélek dolgai háttérbe szorulnak);⁸ másrészt azonban a lelkiség terén általánosan megfigyelhető a test egyfajta platonikus jellegű leértékelése is. Ezen a téren kétségtelenül korrekcióra van szükség. Aki önmaga számára felfedezi a jógát és meditációs gyakorlatokba kezd, ezzel egyúttal abba az irányba is lépéseket tesz, hogy gyógyítsa ezt az egyoldalúságot. Ezáltal kapcsolatba kerülhet személyiségének mélyebb rétegeivel, visszanyerheti önmagával való egységét és azonosságát, mintegy mellékhatásként pedig megtapasztalhatja, hogy imádsága keresztény értelemben is megújul. A testtudatosabb életforma általában elősegíti és hatékonyabbá teszi az ima életbe gyökerezettségét, és hozzájárul ahhoz, hogy a lelkiség jó cselekedetek formájában „inkarnálódjék” — sokkal inkább, mint ha csupán „fejben” imádkozna. Mindez teljes összhangban áll a régebbi keresztény ima-hagyományokkal, amelyek időközben jórészt feledésbe merültek nyugaton. Ezekben is nagy gondot fordítottak a testhelyzetre, a légzés ritmusára, valamint a meditációt megelőző előkészítő gyakorlatokra.⁹ Ezen az úton hatékonyabban elérhetjük és megőrizhetjük azt az egységet és harmóniát, amely — Isten szándéka szerint — eredetileg a test, a szellem és a lélek között fennáll. Aki tehát keresztényként a meditációs gyakorlatok során visszatalál ebbe a harmóniába, joggal tarthatja, hogy a Teremtő szerető pillantása nyugszik rajta: „Isten látta, hogy nagyon jó mindaz, amit alkotott” (Ter 1,31).

2. A keleti vallások és kultúrák közös jellemzője, hogy — Istennel kapcsolatban általában, a teológiai igazságok terén pedig különösen is — előtérbe helyezik a megismerés *tapasztalati* jellegét, és nem töreksenek pedáns fogalmi meghatározásokra. Keresztényként persze nem tehetjük magunkévá ezt a szellemi hozzáállást annak *radikális* formájában: nem lehet szó arról, hogy Istent és az ő kinyilatkoztatását megismerhetetlenek ítéljük.¹⁰ Ha azonban a tételt csupán *enyhébb* formában tételezzük, akkor teljes összhangban áll a nyugati filozófiai hagyományban is jól ismert *analogia entis* (létanalógia) tanával, valamint a teológiai kijelentések korlátaira figyelmeztető tanítóhivatali megnyilvánulásokkal,¹¹ és a Biblia metaforikus értelmezésére bátorító ósrégi egyházi tanítással. A racionalitás túlhangsúlyozására hajlamos nyugati ember számára lelkileg is gyümölcsöző, ha a túlhajtott fogalmi megragadás helyett azokra a mélységekre fordítja a figyelmét, amelyek az imában tárulnak fel. A féktelen racionalizálás veszélye annál valóságosabb, minél iparosodottabb környezetben él valaki, a természettől



nagy tekintélynek örvendő Areopagita Dénes nyomán kialakult tradíció háromféle módon tartja lehetségesnek, hogy Isten transzcendenciájáról helyesen beszéljünk: 1. a teremtményi tökéletességek állítása útján (*via affirmativa*); 2. a fogyatékoságok tagadása útján (*via negativa*); 3. valamint a teremtményi tökéletességek fokozása útján (*via eminentiae*).

¹¹A IV. Lateráni zsinat (1215) megállapítása szerint „a teremtőről és a teremtményről semmiféle hasonlóságot nem állíthatunk anélkül, hogy ez ne foglalná magában kettejük jóval nagyobb különbözőségét is” (DS 806).

¹²Szent Sziluán megfogalmazása szerint „az értelem egyesül a szívvel”. Vö. Szofronij (Szaharov) apát: *A Szent Hegy titka. Áthoszi Sziluán (1866–1938) élete, tanításai és írásai*. (Ford. Imrényi Tibor.) Akadémiai – Odigitria, Budapest, 2006, 139.

minél elidegenedettebb, minél nagyobb városban lakik és minél magasabb iskolai végzettséggel rendelkezik. Nem ok nélkül hangsúlyozták az ókeresztény atyák, hogy a kontemplatív tapasztalat tényege: „leszállni a fejből a szívbe”.¹² Anélkül, hogy tagadnánk a reflexió — valamint az akadémiai (alkalmasint teológiai) fokozatok — szükségességét, bizvást elismerhetjük, hogy egyedül a racionalitás nem elég ahhoz, hogy Isten országa, a szeretet birodalma feltáruljon a keresztény ember számára. Az élő Isten misztériumával való személyes találkozás ennél jóval többet kíván, egész személyiségünk részvételét — s ezen a téren jelentős segítséget kaphatunk a keleti módszerektől.

3. Vallásilag sokszínű világunkban hallani olyan keresztények tanúságtételéről, akik az idegen vallásokkal való találkozás hatására fedezték fel újra régóta eltemetett keresztény identitásukat. Mondhatjuk tehát, hogy a keleti módszerek nem csupán a személyiség egészének integrációjához (testi mivoltának felfedezéséhez, lelki megtisztulásához és harmonikusabbá válásához) járulhatnak hozzá, de annak is előszobájává válhatnak, hogy a nyughatatlan és szétszórt nyugati ember képes legyen visszatárlni saját gyökereihez, és Isten szeretetét *keresztényi módon* újra megtapasztalja. Vannak példák arra, hogy az agnosztikus vagy hitét veszített modern ember a meditatív tapasztalaton keresztül kezd el újra érdeklődni a saját eredeti vallása iránt és megnyílik a hitélet mélyebb, teljesebb és a korábinál érettebb formái felé. Ez arra bizonyíték, hogy Isten minden körülmények között képes bennünket megszólítani, és mindenkit a maga útján, konkrét életünk bonyolult összefüggérendszerén belül vezet el önmagához.

4. Végül, de nem utolsósorban már az is jelentős hozadéknak számít, ha valaki arra használja a keleti technikákat, hogy zaklatott és felgyorsult világunkban belső *békére és nyugalomra* jusson. Az irányvesztett (posztmodern) nyugati kultúránkban szinte szokássá vált, hogy egyesek hangulatjavító gyógyszerek és más, többé-kevésbé árthatmas eszközök segítségével keresik a boldogságot. Ilyen körülmények között korántsem lebecsülendő, ha valaki hátat fordít a függőségeinek és újra kézbe veszi a saját életét. Minden olyan hatás értékesnek mondható tehát, amely abba az irányba inspirál, hogy újra visszanyerjük az életünk feletti kontrollt. Ha a keleti technikák segítségével ezen felül még a megtisztulás útján is előrehaladunk (*via purificativa*), akkor talán anélkül, hogy észrevennénk, a korábinál mélyebb vallási tapasztalat befogadására is alkalmasabbakká válunk. Ezt a hatást az egyházban ősidők óta az „Evangéliumra való előkészületnek” (*praeparatio evangelica*) nevezik, amit a keleti technikák is hatékonyan betölthetnek, s ennyiben jótékony hatásuk elismerhető.

Leselkedő veszélyek és lehetséges tévutak

Természetesen naivitás volna letagadni az érem másik oldalát, vagyis felelőtlenül arra biztatni, hogy minden kritikai mérlegelés (*discernimento*) nélküli fogadjunk el a keleti technikákat. Itt tehát rá kell



mutatunk néhány olyan pontra, amelyek könnyen félresiklásra adhatnak alkalmat.

1. Mindenekelőtt kétségtelenül fennáll bizonyos *pelagianizmus* veszélye. A pelagianizmus olyan kegyelemtani eretnecség, amely elutasítja az eredendő bűn tanát, nem számol a rendetlen kívánságokkal, az ember szabadságát teljesen autonóm hatalomként fogja fel, és tagadja, hogy a kegyelem szükséges volna az erkölcsi törvény üdvös megtartásához, vagyis azt állítja, hogy az erkölcsi törvény megtartható csupán a természetes erő segítségével.¹³ Pelagius modern követői ma is úgy vélik, hogy az üdvösség önerőből is elérhető. Léteznek olyan meditációs módszerek, amelyek annyira az emberi erőfeszítésekre és a technikai részletekre helyezik a hangsúlyt, hogy szinte kihagyják a számításból Istent. A keresztény szemlélet ezzel szemben egyértelműen Istennek tulajdonítja a kezdeményezést, és az ő segítségével nélkül elképzelhetetlennek tartja erőfeszítéseink beteljesítését. Aki úgy véli, hogy képes saját erejéből, mintegy mechanikus módon megszabadulni és „megvilágosodni”, az magának „önmegváltó” hatalmat tulajdonít, ami összeegyeztethetetlen a keresztény szemlélettel. Csak egyetlen példát említve: a transzcendentális meditációnak nevezett irányzat megalapítója, Maharishi Mahes jógi önmagáról mint „Isten megvalósításához [szükséges] mechanikus ösvény[ről]” beszél.¹⁴

2. Azt is számításba kell vennünk, hogy minden keleti módszer és technika elkerülhetetlenül tartalmaz bizonyos utalásokat magukra a keleti vallásokra és azok spiritualitására is. Hermeneutikai okokból kifolyólag azt kell mondanunk, hogy egy alkalmazott technika nehezen elválasztható attól az eredeti közegtől és háttérdeológiától, amelyből származik. Fennáll tehát a veszélye, hogy valaki észrevétlenül ezen ideológiákat és bennfoglalt antropológiai tartalmakat is befogadja, ha kritikátlanul követi a keleti módszereket. Vannak olyan mozgalmak — például a Krisna-tudatúak —, amelyek kezdettől fogva nyilvánvalóvá teszik, hogy céljuk az általuk gyakorolt keleti vallás (hinduizmus) terjesztése. Mások inkább elfedni igyekeznek az ideológiai felépítményt; ám az többé-kevésbé mindig jelen van, kiküszöbölhetetlenül. Meglehetősen kézenfekvőnek látszik például a különbség a keleti meditáció és az imádság *célját* illetően. A keleti praktikák esetében a célt általában úgy szokták megfogalmazni, hogy az az abszolútummal, a feltétlen valósággal történő egyesülés; a keresztény kinyilatkoztatás ezzel szemben az élő és személyes Istennel való találkozásra, a Jézus Krisztussal és az emberekkel való mélyebb szeretet-egységre hív, amely végső soron kegyelmi ajándék.

3. Az is előfordul, hogy egyesek úgy használják a keleti technikákat, hogy közben megmaradnak saját önközpontúságuk, immanens világképük és pszeudo-vallásosságuk keretein belül. Csakhogy Isten arcának hiteles keresését fényévnnyi távolság választja el a saját kielégülésünk és önmegvalósításunk hajszolásától. Aki számára a keleti technikák iránti érdeklődés kimerül a saját fizikai jól-létének (pihenési és regenerálódási vágyának) kielégítésében, az még csak kelle-

¹³Ezt a kegyelemtani eretnecséget az egyház több alkalommal is elítélte: először az 5. században (vö. DS 222–231; 267; 238–249), majd a Trienti zsinaton (DS 1510–1514; 1521; 1551), illetve a 6. században is (vö. szemipelagianizmus: DS 370–397).

¹⁴Mauro Bergonzi: *Inchiesta sul nuovo misticismo*. Laterza, Roma – Bari 1980, 63. idézi Mariano Ballester: i. m. 25.



¹⁵Vö. Jálics Ferenc: *Szemlélődő lelkigyakorlat. Bevezetés a szemlélődő életmódba és a Jézus-imába.* (Ford. Varga Péter Pius.) Manréza – Korda, Dobogókő – Kecskemét, 1994, 96–97.

mes érzéseket (például *fitness-wellness* felüdülést) keres, s vajmi kevés köze van a hiteles vallásossághoz. Ugyanígy végzetes hiba volna a tényleges vallási igénnyel összekeverni a *sidhis* (paranormális erők) iránti érdeklődést, mely gyakran önző és éretlen kíváncsiságból fakad. A hiteles vallásosság ugyanis Istent magát (még csak nem is az ő ajándékait, hanem *őt magát!*) keresi; ami az önmagunk középpontba helyezésének ellentéte.¹⁵ Az istenkeresés feltétele pedig a radikális megterés, a *metanoia*, ami a gondolkodás és a cselekvés irányának gyökeres megváltoztatását jelenti, melynek egész életvezetésünkre vonatkozóan következményei vannak. Ha a meditációt helyes lelkülettel végzik, akkor nem tekinthet el ezen követelménytől; ha azonban megfosztják a radikális életalakítás követelményétől, akkor nem lehet összeegyeztetni a keresztény felfogással.

4. Egy további kritérium a *szenvedéssel* kapcsolatos állásfoglalás. Bár a kereszténység a szenvedést minden lehetséges eszközzel csökkenteni igyekszik, végső soron reálisan számol annak a világban való megszüntethetlenségével. A keresztény ember jellegzetessége tehát, hogy igyekszik értelmet látni a szenvedésben, illetve ezen értelem keresésére és megtalálására buzdít másokat is. Jézus Krisztus életének és örömhírének fényében az Istentől kapott szenvedés jelentőséggel bír az üdvösség felé vezető úton. Ez olyannyira igaz, hogy a keresztények még a másokért vállalt önkéntes szenvedést — a böjtöt, az alamizsnát, a mások iránti szeretetből szabadon vállalt lemondást — is értelmesnek tartják, sőt nagyra becsülik. Ennek legmélyebb keresztény szimbóluma Jézus Krisztus keresztje. A kereszt olyan misztérium, melynek fényében semmilyen emberi szenvedés sem tekinthető többé abszolút értelmetlennek, hanem beleilleszhető Isten üdvösségtervébe. A kereszt végső értelme, hogy rajta keresztül esélyünk adódhat a szeretet gyarapítására a világban. Jézus Krisztus keresztthalála azért volt megváltó hatású, mert nem gyűlölködve és a szívében bosszúvágygal nézett vele szembe, hanem Istennel való egyenlőségéhez nem ragaszkodva önkéntesen, szeretetből vállalta azt másokért (vö. Fil 2,6). A szeretet nélküli szenvedés maga a pokol, Jézus keresztje azonban végső és abszolút értelmet adott minden emberi szenvedésnek. Eszerint a kudarchoz, a szenvedéshez és a kereszthez való viszony kitüntetett módja annak, hogy a vallásosság keresztény jellegét és hitelességét megítéljük.

5. Még egy utolsó példát említve a keleti technikák lehetséges veszélyeiről: nyilvánvaló, hogy avatatlan kezekben — például, ha egyesek bizonyos technikákat túlzásba visznek, vagy nem megfelelően alkalmazzák — a gyakorlás a kívánatos pozitív hatás (relaxált állapot, belső béke) helyett egészen más következményekkel is járhat. A helytelenül végzett légzésszabályozás (*prahnyama*) nemcsak lelki, de (azzal szoros összefüggésben) egészségügyi károsodást is okozhat. Nem véletlenül hangsúlyozzák, hogy a negatív hatások elkerülése érdekében általában szükség van egy hozzáértő vezető útmutatásaira. Csakhogy tapasztalt és szakavatott „guruk” (*nota bene*: a szanszkrit



szó egyszerűen „tanítómestert” vagy „vezetőt” jelent) Európában ritkán állnak rendelkezésre (és az sem mindig látható előre, mi milyen következménnyel jár). A keleti technikákkal kapcsolatosan tehát ajánlatos az óvatosság. Fontos azt is figyelembe venni, hogy olyan gyakorlatok ezek, amelyeket évezredek *gyakorlati* tapasztalatok szentesítettek, s ezért nem tanulható meg pusztán könyvek leírásai alapján.

Összefoglalás

Már a fentiekből is kiderült, hogy naivitás volna azt gondolnunk, hogy a keleti technikák kizárólag pozitív hatást gyakorolhatnak a keresztényekre. Itt is érvényesek Jézus szavai: „Gyümölcséről lehet a fát felismerni” (Mt 12,33; vö. 7,20). Az igazsághoz azonban az is hozzátartozik, hogy a fentebb felsorolt veszélyek gyakran a keresztény módszerek alkalmazásakor is leselkednek: a hitelességre itt sincs automatikus garancia. A keleti módszerek mentségére szólhat továbbá, hogy a fent felsorolt típusú hibák gyakran (bár nem kizárólag) a nyugati mentalitáson átszűrt (és az általa eltorzított) keleti módszerekre jellemzők. A merevség, a kizárólagosságra törekvés és a tanok erőszakos terjesztése általában minden vallásosság hitelességének kontraindikációjaként jön számításba.

A II. Vatikáni zsinat szerint az „ige magvai” (*logikoi szpermatikoi, rationes seminales*) megtalálhatók más kultúrákban és vallásokban is (vö. *Ad gentes* 11; 15), tehát keresésük lehetséges. Bár nem könnyű a konkolyt az értékes búzától elkülöníteni — azaz meglátni azt a tiszteletreméltó gazdagságot, amelyeket a szerető Isten helyezett el a nem keresztény vallási hagyományok követőinek szívében —, a találkozás mégis gazdagító lehet. A zsinati atyák arra buzdítanak, hogy „őszinte tisztelettel” szemléljük azokat az „élet- és magatartásformákat, tanításokat és erkölcsi parancsokat”, melyek — bár tagadhatatlanul sokban különböznek a keresztény tanoktól — „mégis nem ritkán tükrözik annak az Igazságnak a sugarát, aki megvilágosít minden embert” (*Nostra aetate* 2). Ezt a hozzáállást tükrözik Ferenc pápa szavai és tettei is, aki szünet nélkül fáradozik azon, hogy globális világunkban megvalósuljon a béke, amely esélytelen volna a vallások közötti béke nélkül. A pápa arra biztat, hogy „megtanuljuk elfogadni a többiekét, a miénktől különböző élet-, gondolkodás- és kifejezés-módjokkal együtt” (*Evangelii gaudium* 250), valamint, hogy elismerjük vallásaik értékét. Ezekben nincs meg ugyan „a Jézus Krisztus által alapított szentségek jelenléte és hatékonysága”, mégis „csatornák lehetnek”, melyeket a „Szentlélek éleszt”; hiszen kiutat mutatnak az immanenzizmus útvesztőiből, és segítenek az élet nehézségeinek elviselésében és a nagyobb harmónia elérésében. „Mi, keresztények is meríthetünk ebből az évszázadok alatt kialakult gazdagságból, ami segíthet bennünket abban, hogy jobban megéljük sajátos meggyőződéseinket” (*Evangelii gaudium* 254).

