

A megtérés visszhangjai a bibliodramában

E tanulmányban a megtérés jelenségével és bibliodramatikusan vetületeivel foglalkozunk. Írásunk első felében beletekintünk a megtérés lélektanába az annak keretét adó vallás, vallásosság fogalmain keresztül, majd a megtérés jelentésrétegeit és lényegét tárjuk fel nagy vonalakban. A tanulmány második felében az elmélet gyakorlatban való bemutatása következik: egy hatvanórás bibliodramatikusan csoportfolyamat egyik résztvevőjének játékaiban keresztül szemléltetjük az ő megtérésbeli élménytartalmának visszhangjait.

NÉHÁNY GONDOLAT VALLÁSRÓL, VALLÁSOSSÁGRÓL ÉS BIBLIODRAMATIKUS VETÜLETÜKRŐL

A vallás jelenségének és fogalmának megértéséhez több oldalról közelíthetünk. Egyik a lélektan oldala, amely a vallásos tapasztalatokat a valláspszichológia tudományos eszközeivel és elméleteivel vizsgálja. A másik oldal a teológia szemszögéből nézi a kérdést, amely szemszög a vallásos jelenségek irányultságát – magát Istent – is tételezi, és értelmezésében egy nagyobb összefüggésrendszerbe ágyazza mindezt.

Mindkét megközelítés sajátosan emberi. A valláspszichológián belül sincs egyetértés a tudomány tárgya körül. Megtalálható benne a vallást inkább világnézetként értelmező felfogástól a teológia felé hajlóig sokféle meghatározási kísérlet. Hármat emelünk ki ezek közül. Az első *Erich Fromm*tól származik. Szerinte „a vallás bármely közösség által elismert eszme- vagy cselekvési rendszer, amely az individuumban számúra tájékoztató keretet és odaadási irányt biztosít”.¹ Ez a felfogás *Benkő Antal* értelmezésében helyesen mutat rá arra, hogy a vallás az egész embert érinti, kiterjed minden lényegbe-

vágó tevékenységére, ezeket egységbe foglalja. Nem jut azonban túl a világnézet fogalmán. A vallások ugyanis nemcsak egységes és átfogó világméretű adnak az embernek, hanem éppen azáltal különböznek a többi világnézettől, hogy a „transzcendenssel”, a „túlvilággal”, az „istenivel” teremtenek kapcsolatot, a hozzá vezető utat mutatják be.² A második meghatározási kísérlet *Antoine Vergote*-tól származik. Ő a vallás pszichológiáján azoknak a szubjektív elemeknek a tanulmányozását érti, amelyeket az egyén akár pozitív, akár negatív válaszként ad azokra az általa vallásosnak vagy nem vallásosnak minősített koncepciókra, amelyekkel találkozik. Így ez felöleli a vallásnélküliség témáját is.³ Láthatjuk, hogy a meghatározás ebben az esetben behozza – ha az egyénre bízva is – a *vallásos* fogalmát, és az egyén vallásos vagy nem vallásos koncepciókkal való viszonyát próbálja – magartása alapján – vizsgálni. A harmadik meghatározási kísérlet *Bernhard Grom* és munkatársainak felfogása, amely *Benkő* interpretálásában így hangzik: „A vallásosságon nem bármilyen, különleges intenzitású, ünnepélyes vagy énkörletlen élményt értünk, hanem olyan érzelmeket, meggyőződéseket és magartásokat, amelyeknek ismereti összetevői kifejezetten valamilyen ember- és világeffektire irányulnak, függetlenül attól, hogy ezt több vagy egy istenként, vagy panteista módon értelmezik-e.”⁴ *Benkő* ezt úgy foglalja össze, hogy a vallás az ember viszonyulási módja az istenihez, a túlvilágihoz. Szükségesnek tartja tehát a valláspszichológia részéről, hogy az ne csupán az élmény jellegével, vizsgálatával foglalkozzon, hanem azzal is, hogy ez az élmény *mire*, illetve *kire* irányul. A valláspszichológia így szerinte a lélektan az az ága, amely a vallásos tapasztalatokat, magatar-

1 E. Fromm: *A pszichoanalízis és a vallás*, Akadémiai, Budapest, 1995, 24. ■ 2 *Benkő A.*: A valláspszichológiától a vallásosság pszichológiájáig, in Horváth-Szabó K. (szerk.): *Valláspszichológiai tanulmányok*, Akadémiai, Budapest, 2003, 37. ■ 3 *A. Vergote*: Mi és mi nem a vallás pszichológiája, in Horváth-Szabó K. (szerk.): *Valláspszichológiai tanulmányok*, i. m. 5–18. ■ 4 *Benkő A.*: A valláspszichológiától a vallásosság pszichológiájáig, i. m. 38.

tások, kifejezésformák okait, sajátosságait vizsgálja lélektani szempontból.⁵

A sajátosan emberit azonban a teológiában is megtaláljuk, mégpedig abban, hogy Isten kinyilatkoztatásait maga a teremtmény, az ember értelmezi, ezáltal próbálja azokat jobban megérteni, magáévá tenni. Tehát ez is emberi gondolkodás által végzett tevékenység, csak míg a valláspszichológia szigorúan immanens, vagyis a megfigyelt jelenség természetéből következő hatáskörben mozog, és leginkább okokat, következményeket vizsgál, addig a teológia e jelenség okait is kutatja, különös tekintettel a vallásos jelenség természetén túli eredőjére, magára az Abszolútumra, Istenre vonatkoztatva.

A teológia mellett a lélektan is megállapítja immár, hogy a vallásosság szoros összefüggésben van az emberi magatartás számos területével: a testi egészséggel, a pszichológiai, szociális és egzisztenciális jólléttel és az étellel való elégedettséggel. Ennek gyakorlati tapasztalatát adhatja a bibliodráma módszere, amely mintegy leképezi a vallásosság formáit, lefordítja konkrét tettekre, rítusokra, aktusokra és szerepekre, és benne – legfőképpen a dramatikus játék tudatosítása során – mindez tükörszerűen mutatkozik meg.

A MEGTÉRÉS FOGALMÁRÓL

A megtérést, a megtérés élményét jelen esetben a vallásosság gyökereként értelmezzük, és a vallásosság esszenciáját véljük megtalálni benne. Ilyen értelemben az előző gondolatok koncentráltan vonatkozathatók e tapasztalatra, amelynek szubjektív és objektív szempontból is centrális jelentősége van a keresztény élet eseményei között. A szubjektív szempont a megtérésnek a vallásgyakorlóra tett hatása, az objektív pedig a keresztény vallásban betöltött helye és szerepe, amelyre a valláspszichológia is egyre kitüntetettebb figyelmet fordít.

Szubjektív oldalról, a vallásgyakorló, istenkereső ember oldaláról olyan értelemben jelenik meg központiként a megtérés eseménye, mint amely két világvég határán „helyezkedik el”. A

megtérés utáni szemléletben ugyanis gyökeres eltérések mutatkoznak az azt megelőzőhöz képest. A megtérés előtti, a világhoz alkalmazkodó szemlélet olyan értelemben módosul, hogy egy világon túli és világon felüli, a világ eredetét magának a Teremtőnek tulajdonító szemléletté változik. A megtérésben lévő kettősséget *Mircea Eliade* a következőképpen fejezi ki: „A vallásos ember kétfajta időben él [...] magatartása alapján is különbözik a nem vallásostól; nem hajlandó teljesen – modern nyelven kifejezve – »történelmi jelenben« élni; azon fáradozik, hogy egy olyan szent időben legyen része, amely bizonyos szempontból az »örökkévalósággal« azonosítható.”⁶ A megtérésben nem a világ és a világi gondolkodás alumúlása történik, hanem az ezeken való felülemelkedés, amely leginkább szemléleti súlyponteltolódásként ragadható meg. Az élet centruma a megtérés eseménye révén már nemcsak a világ horizontális tér-idő dimenziójára korlátozódik, hanem az eredet és egyben a cél transzcendens dimenziójára is.

A világ eredete és célja a megtérés következtében nyilvánvalóvá válik. Ami a világ oldaláról nézve beszűkülő szemléletet takar – gondoljunk a „szoros kapu” képi hasonlatára – a másik oldalról (a keresztény élet oldaláról) vertikumban kitágul, és ugyanazt a világot már egészen más összefüggésekben éli és észleli.

Szentmártoni Mihály a megtérés lelki alapélményét egy nagy felfedezéshez köti.⁷ Nevezetesen ahhoz, hogy Isten létezik, hogy az embernek köze van hozzá, hogy nélküle nemcsak az élet egésze, hanem a hétköznapi események is értelmetlenek maradnak. Általános meghatározásként azt mondja, hogy a megtérés az élet megváltozását jelenti, egy addigi viselkedésmód elhagyását és egy újnak a kialakulását. *Fruttus István Levente* ezt – a lélektani jelenségre irányítva a figyelmet – a következőképpen fejezi ki: „A megtérésben a személyes Isten általi megszólítotttság, ennek a megélése, valamint az egyénnek, az énnak az erre adott válasza jelenti a meghatározó pszichológiai momentumot.”⁸

5 Uo.39–40. ■ 6 M. Eliade: *A szent és a profán*, Európa, Budapest, 1999, 62. ■ 7 Szentmártoni M.: *Istenkeresésünk útjai*, Agapé, Szeged, 2000, 32. ■ 8 Fruttus I. L.: *A megtérés mint valláslélektani jelenség*, in Horváth-Szabó K. (szerk.): *Valláspszichológiai tanulmányok*, i. m. 113.

Látható, hogy bár mindkét megközelítés tisztában van a megtérés vertikális dimenziójával, más szóval a megérintettséggel Isten által, de amit mindketten vizsgálhatónak tartanak, az ennek az érintettségnek az életbeli tükröződése. Ebből következően viszont egy olyan kérdést kell felvetnünk, amely a megtérés valódiságára vonatkozik. Jelesül, hogyan különböztethető meg két, önmagában teljesen hasonló viselkedésmód-váltás? Mi adja a megtérés specifikumát? Álláspontunk szerint erre a kérdésre a lélektannak nem áll módjában megfelelő választ adni. Fruttus idézett tanulmányában fel is veti ezt a problémát, választ azonban ő sem ad, viszont megállapítja, hogy vizsgálatának célja az, hogy a hívő ember érthetőbbé váljon a gyakorlati pszichológus számára.⁹ Kijelenthetjük tehát – és ez nagyon fontos megállapítás –, hogy nem minden megtérésnek látszó jelenség megtérés a szó eredeti értelme szerint. *Még akkor sem, ha az illető alany azt állítja, hogy az.* Igazából ennek a kérdésnek kizárólag abból a szempontból van jelentősége, hogy az az átalakulás, amelyen az alany keresztülmegy, jobban megérthető legyen. A lélektan szintjén maradvá így nem szabad az élmény forrását minősíteni. Azzal, hogy megtérésnek vagy nem megtérésnek tartunk egy jelenséget, még nem értjük meg jobban. Ahhoz, hogy jobban megértsük, tudnunk kell, mit jelent valójában a megtérés, mi a tartalma, mi a lényege. Fruttus nem ezt mondja ki, hanem egy másik oldalát hangsúlyozza e megközelítésnek, vagyis a megtérés személyre szabottságát, egyediségét emeli ki, amely mögött pontosan az húzódik, amit itt kifejtettünk.

Ez természetesen nem azt jelenti, hogy a megtérésnek ne lennének olyan tulajdonságai, amelyeket a pszichológia képes leírni. Például Szent Pál vagy Szent Ágoston megtérését is le tudja írni. Azonban látjuk, hogy amit le tud írni, az *valaminek* már a következménye. És a lényeg nem e következményben, hanem a *valamiben* található.

Szentmártoni Mihály erre a *valamire* irányítja a figyelmet. Antoine Vergote nyomán azt vizsgálja, hogy mi vezethet a transzcendenssel való

szembesülésre, melyek azok a lelki megrázkódások, amelyek megtéréshez vezethetnek. Tehát a megtérésnek nem az okozatait, hanem az okait keresi. Ezek pedig nem mások, mint olyan határhelyzetek, amelyek a megtérést közvetlenül megelőzik és minősítik, meghatározzák tartósságát és hitelességét.¹⁰ Ilyen megtéréstípus például az, amikor az ember eljut saját *erkölcsi elesettségének felismerésére*, rádöbben, hogy ebből az állapotból nem képes önerőből kiemelkedni. Van a megtérésnek egy olyan típusa is, amikor az ember a vallásban keresi pszichés problémáinak megoldását – ez az *áttételes* megtérés. Ilyenkor az egyén a boldogság és a béke reményében fordul a valláshoz. *Dramai események* (például haláleset, betegség) is kiválthatják a megtérést. Megkülönböztethető továbbá vallásos tapasztalaton nyugvó *hirtelen* megtérés és lassan, *folymatosan*, szinte észrevétlenül bekövetkező megtérés. Bármelyik legyen is a megtérés „emberi kiváltója”, hitelességét egy lelki-szociológiai elv adja,¹¹ mégpedig az, hogy a megtérés nem befejezett tény, hanem egy epizód, közjáték, új út, új irányvonal kezdete, amelynek befejezéséhez további módszeres önképzés szükséges, az élményt fel kell dolgozni.

Tanulmányunk második része ennek az élménynek egy csoporttag által való feldolgozását mutatja be, pontosabban a megtérés „hullámainak” bibliodramatikus ábrázolását, ám előtte röviden szólnunk kell még a megtérés központi szerepéről a kereszténységben.

Ez a központi jelentőség legfőképpen abban látszik, hogy mind a négy evangélium *legelejen* esik szó a megtérésről, sőt nemcsak szó esik róla, hanem – mint az evangéliumokból később kiderül – ez a Krisztus-követés, vagyis a keresztényi lét előfeltétele. A szinoptikusok közül Máté és Márk evangéliuma teljesen egybecseng abban a tekintetben, hogy Keresztelő János szavai az evangélium elején megtérésre szólítanak fel (Mt 3,1–2; Mk 1,4). Ezt követően pedig maga Jézus azzal kezdi működését, hogy megismétli Keresztelő János felszólítását. Sőt, működésének nemcsak kezdete a megtérésre való felszólítás, hanem célja is. Máténál ezt olvassuk:

9 Uo. 115. ■ 10 Szentmártoni M.: *Istenkeresésünk útjai*, i. m. 36. ■ 11 Uo. 37.

„Ettől fogva kezdte Jézus hirdetni: Térjetekek meg, mert elközelített a mennyek országa” (4,17). Márk pedig így ír: „...hirdette az Isten evangéliumát: Betelt az idő, és elközelített már az Isten országa: térjetekek meg, és higgyetek az evangéliumban” (1,14–15). Vagyis, ha Máté azt írja, hogy „ettől fogva kezdte...” – ez azt jelenti, hogy minden esetben, amikor Jézus prédikált, elsősorban a megtérésre szólított fel. Márk az evangélium egyik fő tartalmának nevezi a megtérést. A Lukács szerinti evangélium is Keresztelő János megtérésre való felszólításával kezdődik (3,3). Jézus zsinagógai tanítása (4,15) pedig az evangélium tartalmi kifejtésével veszi kezdetét, amikor is egy ószövetségi részletet idéz (az Ézs 61,1–2-t a Lk 4,18–19-ben). János evangéliumában a megtérésről ilyen formában nem esik szó, ő viszont nyomatékosan hangoztatja az újjászületés követelményét, mintegy elmélyítve az örömhír tartalmát (3,3).

A keresztény életben tehát egyértelműen központi jelentőségű a megtérés követelménye, a négy evangélium pedig egymást követő sorrendjében érdekes mozzanatokkal gazdagítja: Máté szerint Jézus pusztán a megtérés kívánalmát hirdeti, ezt követően Márk értelmezésében Jézus az evangélium fő tartalmának nevezi a megtérést. Lukács ezt a tartalmat fejti ki bővebben és ószövetségi vonatkozásaiban, János pedig elmélyíti, és további távlatokat ad a fogalomnak.

A MEGTÉRÉS FOGALMI LÉNYEGE

A megtérés lényegének feltárásához annak Szentírásban használt fő megjelölését, a görög „metanoia” szót kell elemeznünk. A „metanoia” első megközelítésre egyfajta Isten felé fordulást jelöl. Szótári jelentése szerint ez a régi életből az új életbe való radikális, a régit teljesen megtagadó megtérés, „a halott cselekedetekből való megtérés”, vagyis a feltétel nélküli elfordulás ezektől, de nem negatív hangsúllyal: az újhoz kell odafordulni, megtérni. Tehát nem valami ellenében, hanem *valamihez* térünk meg. Amikor valaki értelmében, gondolkodás-

módjában megváltozik, hátraarcot csinál, száznyolcvan fokos fordulatot tesz, erkölcsi felfogása és életmódja a jó irányába fordul. Érdemes azonban felfigyelnünk a „metanoia” szó összetevőire, a „meta-” előtagra és a „nóusz” főnévre is. Nem is igazán arra, hogy szó szerint, önmagukban mit jelentenek – a „meta-” előtag jelentései: *-val, -vel; után; esetleg mögött*; a „nóusz” jelentése pedig *értelem, gondolkodás és megértés* –, hanem arra a jelentésre, amelyet összekapcsolásuk folytán kapnak. A szó szerinti jelentés azt sugallja ugyanis, *ami az értelem, a felfogóképesség mögött van*, illetve a gondolkodás egyfajta *felül- vagy mögéemelkedését/emeltetését*.

De mi következik ebből?

Egyrészt az, hogy a megtérés jelensége vagy eseménye tudati folyamat. Megtérni csak tudatosan, *bizonyos értelemben* megértéssel és gondolkodással lehet. Szójátékkal élve: ha megértetek, megtérek. De mi ez a *bizonyos értelem*? Nem más, mint a gondolkodás és értelem szerepének megkerülhetetlensége. Vagyis mindezzel csupán azt szeretnénk hangsúlyozni, hogy a megtérés alapvetően nem érzelmi fellángolás. Természetesen érzelmi dimenziója is lehet. De ha az *emóció* szó eredeti értelmére gondolunk, amely szerint *kimozdítottságot*¹² jelent, akkor a megtérés éppen nem kimozdítottság, hanem „beletalálás” valamibe, megértése valaminek – olyan állapot, amikor a dolgok a helyükre kerülnek. Ezzel azonban korántsem értünk a végére, mert nem elegendő csupán megérteni a megértendő dolgokat, hogy megtérjünk. Itt van ugyanis a „meta-” előtag. Igaz, hogy a megtéréshez szükséges az értelem, a legemberibb tulajdonság, de nem elégséges. Az értelemmel felfogott dolgok csak a megtérés küszöbéig segítenek. Van egy mozzanat – és éppen ez a megtérés lényege –, amellyel az értelmén felül kell emelkedni, mögé kell jutni. Mert valójában csak ekkor teljessé válik a megtérés. És a szó elemzéséből egyértelműen kiderül, hogy ez a felülemelkedés nem mehet végbe, amíg értelemmel fel nem fogjuk mindazt, amit fel kell fognunk, vagyis a „bűn” és „Isten országa” lényegét, amely fogalmak szorosan kapcsolódnak

¹² Vö. *e-moveo*: „kitesz, kimozdít, felkavar” (latin).

a megtéréshez. Az értelemig tehát el kell jutni, ez az alapszint. De a megtérés ezen túl van. Értelmünkkel nem alulmúlni kell Isten hatalmának, a „bűn” és „Isten országának” titkait, hanem megérteni belőlük, amennyit csak lehet.

Másrészt e szóösszetételből az is következik, hogy itt két világ határán vagyunk: az emberi értelem (a „nóusz”) és az értelem feletti vagy értelem mögötti (a *meta*-nóusz) világának a határán. Más szavakkal ezt úgy fogalmazhatnánk, hogy a megtérésben van egy olyan rész, egy olyan „tennivaló”, amely a megtérni vágyó feladata. Van viszont egy olyan dimenzió is, amely emberi fogalmakkal már nem leírható, legfeljebb utalni lehet rá. És ez az emberi gondolkodáson, megértésen és tudaton való felülemelkedés vagy mögéemelkedés, abba az irányba, ahonnan tulajdonképpen maga az emberi tudat is ered. Tehát az eredet, vagyis Isten irányába. A kegyelem irányába. Valójában a „nóusz” mögöttiből Isten kegyelme szüntelenül árad, az embert viszont végső soron éppen e „nóusz”, maga az értelem takarja el e kegyelemtől. Hangsúlyozzuk, hogy *végső soron*, mert nem végső soron nagyon sok minden más is eltakarja. És ahhoz, hogy ez nyilvánvalóvá váljék, az értelem „fegyvert” kell használnia a megtérni vágyónak. S amikor már mindazt érti, amit értenie lehet, akkor ezt a fegyvert is el kell vetnie, mert végső soron ez is elválasztja Istentől. Hogy ne csak nézzen, hanem lásson is, és ne csak halljon, de értsen is.

MEGTÉRÉS A BIBLIODRÁMÁN KERESZTÜL

A bibliodráma-csoportot, amely tárgya a jelen írásnak, református lelkésztársammal közösen vezettük, hatvan órában, hat egész napos alkalommal, 2013 első felében. A csoport keretmájául a *találkozások* témakörét választottuk. Ez kellően szabad, tág és nyitott, mégis mindkettőnket megszólító fogalom, amely alkalmasnak mutatkozott arra, hogy a mélyen bennünk rejlő kérdésekre – *ki vagyok én, ki a felebarátom, kicsoda Isten, mi választ el tőle, mi köt hozzá?* – spiritualitásunk és kereszténységünk tisztább megélését elősegítő válaszokat és támpontokat keressünk.

Az alábbiakban egyik csoporttagunk, *Edit* szempontjából mutatom be a csoport fő játéka- it, eseményeit. Edit a csoportot megelőző évben jutott hitre, és ez a folyamatban való részvételében, viselkedésében, játékaiban is tükröződött. Az első interjú alkalmával is kitént már, hogy egy különösen érzékeny lélekkel találkozunk, egy fiatal édesanyával, akinek Istenhez fordulása, megtérése élete legfontosabb eseménye volt. Ennek fontosságát tudta és élte. Határozott szelídség, szelíd határozottság jellemezte a mindennapokban és viselkedésében. Nem valóságos családból származik, és férje sem igazán keresgélte ezt az utat. Leginkább ez volt számára nehéz az egész folyamatban, mivel meglehetősen egyedül érezte magát, szellemi társ nélkül, és szeretetét, Isten felé közeledését ez próbálta meg leginkább, amely próbában viszont erősen kitartott.

A folyamat, amelyen a bibliodráma-csoportunkban keresztülment, nem tartalmaz erőteljes változásokat, inkább egy megtért lélek hullámzásait tükrözi, aki már tudja, hogy merre kell mennie, de ez az út sokszor kihívásokkal teli, és nehezen belátható. Változása inkább a megerősödés, az önbizalom-növekedés, erőforrásainak tudatosítása terén következett be, ahogy haladt azon a nem minden nehézségtől mentes, de éppen ezért hiteles úton, melynek célja az volt, hogy vallása spirituális lehetőségeit összekösse életével.

Az első alkalommal, amikor az elvárásokat és félelmeket tisztáztuk, egyik fő kérdésként azt fogalmazta meg, hogy vajon jól csinál-e mindent a gyermeknevelés, a férjével való kapcsolata, a hivatása terén. Erre a kérdésre adott bibliodramatikus válasza – a tereméstörténet eljátszása során – egy „belső biztonságban (*sic!*), határozott tölgyfaként” megjelenített szerepben tükröződött. Vannak belső erőforrásai, és láthatóan inkább az ezekhez való odajutás okoz nehézséget neki. Ez a szerepválasztás azt mutatja, hogy önbizalma kiterjedt gyökerekkel rendelkezik, szerény és bizonytalannak tűnő bejelentkezése mégis önbizalomhiányra utal. Egyfajta ambivalencia tükröződik ebben a szerepben: szeretne biztonságot és biztosságot adni, ugyanakkor ezeket megkapni is vágyik – legfő-

képpen társától, férjétől. A csoportban, ahol valahol mindenkinél fölmerül a *megengedhetem-e magamnak ezt a napot* – hogy csak magukkal foglalkozzanak – kérdése, Edit ebben erősíteni látszik őket, az egyik leginkább stabil szereppel. Emellett a tölgyfa mint erősség hitének az erősségét és biztosságát is kifejezte, számára Isten valódi támaszként létezik, a megtértek bizonyosságával átitatottan.

A második alkalom bejelentkező körében és rámelegítő játékaiban élete értelmére vonatkozó kérdéseiből indult ki; miért van itt a földön, mi a feladata, sorsa, amit be akar teljesíteni. Erősségei a bizalom, a biztonságtudat, a hit-erősség, a megtérés szilárdsága. Tudja, hogy ezekkel már rendelkezik. Ami még előtte van, az elmondása szerint az önbizalomban való növekedés, annak a tapasztalatnak a fejlesztése, hogy ő – úgy, ahogy van – elég, vagy elég jó. Elég jó másnak, és elég jó magának. Ez mutatja – és az alkalom gyakorlatai is erre a felismerésre vezetnek – hogy sok benne a gát, gátlás, amely persze véd is valamitől, de akadály is lehet az „elég jó vagyok” felismerésének. A megtérés, megtértség mint cél világosabb látása még nem mentesít a problémáktól, személyiségünk korlátaitól, viszont jobb rálátást nyújt ezekre, így leküzdésük hatékonyabb módjait is feltárhatja. Már itt – az öntudatos, előremutató szerepválasztásban – is megjelenik Edit nyitottsága a szolgálat felé: Mária és Márta történetében Mária szemlélődő szerepében próbálja ki, hogy milyen az, amikor mer az lenni, aki, mer teret adni saját szemlélődő részének, és ebből bátorságot is sikerül merítenie. Teológiai szempontból az Isten felé közeledés, amely Edit részéről a korábbiakban inkább aktív, kereső, Márta-típusú volt, most – mivel az már életében célként megvan, és tapasztalható – passzivitásba fordult át, ahol megtapasztalhatta azt a csendességet, amelyet istenkapcsolatában is egyre inkább vágyrna megélni: hogy amikor a helyén van, akkor egyszersmind – bár aktívan teszi, amit szükséges – lehet egyfajta kimozdíthatatlanságban is, az egyedül fontosra irányított szívvel, figyelemmel.

Harmadik alkalommal Péter tengeren járását játszottuk el, amely híven tükrözte többek kö-

zött a csoport formálódó szakaszát. A küzdelem szele Editet is megérintette, egyrészt zaklatott életeseményei miatt – amelyek a vihar szerepében is tükröződnek –, másrészt érzékelhető volt egy fontos tudatosodás: a segítségadásban tudja megtalálni önmagát, úgy érzi, leginkább emberekkel szeretne foglalkozni. Ennek egyik forrása bizalomhiánya, amely leginkább önbizalomhiányban mutatkozik meg, ugyanakkor a másokban való szinte kihasználtságig menő bizakodása nagy ellentmondást és nagy belső harcokat tükröz. A kellő önértékelés hiánya miatt, és mivel értékességét kevésbé tükrözik vissza, vagy kevésbé veszi ezt észre, a szolgálat – ahol tulajdonképpen hasznosnak érezheti magát – célként jelenik meg. A nap viharai után magának fogalmazta meg bátorításul: „Ne tartsam fontosnak, hogy fontosnak tartanak, egyszerűen csak szeressek, és fontos leszek!” Teológiai és pszichológiai értelemben itt az áldozatszerep mutatkozik meg finom jellegzetességekkel. Lélektanilag az áldozat inkább negatívum, amikor föláldozza magát, saját útját, vágyait a család és a meg nem értettség oltárán. Teológiai szempontból viszont az áldozat lehet nemes és őszinte, amikor a szeretet átfordul, vagyis pontosabban odafordul a másikkhoz, életét odaadja a másiknak, és ezáltal emelkedik, és beteljesedhet az áldozat célja. Istenkapcsolatának e friss szakaszában ez érthető és megérthető, bizonyos természetessége is van.

A negyedik alkalommal egy szép és megrendítően mély Jézus-játékra került sor. Ez volt Edit fő játéka. Jézusként mindenkihez odament, és nagyon találó gondolatokat mondott a szereplőknek. Többen úgy érezték, hogy valami nagyobb erő szól általa. Ez a játék igen fontos volt egyéni fejlődése, megerősödése szempontjából, melynek során korábban már meg tudta élni erejét (tölgyfa), tudott segíteni (segítő szolgálat vágya), elismerték azt, hogy amit tesz, az jó és helyénvaló (üzenetek megérintő minősége), és a számára legfontosabb üzenetet kapja ő is személyes Jézusától: „Az Úr a te pásztorod, nem szűkölködsz...” (önbizalom erősítése). Megerősödését szavakba is öntötte: „Merek hinni abban, hogy meg tudom valósítani, amit szeretnék.” Kellő alázattal, szelídséggel, mégis egyfaj-

Test-lélek-szellem közelből

ta határozottsággal fogadja a visszajelzéseket és a köszönő szavakat a megosztásban: „Mindent láthatatok rajtam. Kő akartam lenni a legelején, de aztán úgy szerettem volna Jézus lenni. Jó volt átélni, hogy mindenki csak jót mond rólam. Sokan érzik, és kevesen mondják ezt az életben... Jó érzés volt hallani, hogy sokan becsülnek, szeretnek, s el is mondják...”

Az ötödik napon egyfajta kiteljesedés következett be, amikor az első nonverbális játékban – amelyben élete egy fontos mozzanatának bemutatását kértük – önmaga és mások szívét magába fogadta. Belső hangok találó körében történt mindez, és a verbális bejelentkezésben is merte vállalni a családjával való egységet, hogy ő csak a férjére, a férje pedig rá számíthat. Ez persze nem jelenti azt, hogy minden rendben megy tovább, és a kincskereső játékban (Mt 13,44) – amelyben azt kértük a csoporttagoktól, hogy először a kincs, majd a kincs keresőjének szerepét vegyék fel páros nonverbális játékban – megélte, és később meg is osztotta, hogy kincsként nagyon nehezen bírta kivágni, amíg megtalálták, volt benne egyfajta türelmetlenség. De ő önmagát érezte kincsnek, ami egyértelműen az önbizalom erősödésének, és tegyük hozzá: az elveszettségéből való megtaláltságnak, megtért-ségnek a jele is, részben pedig a kiteljesedés iránti vágyát jelzi, azt, hogy immár jobban és erősebben tudja értékesnek látni önmagát. A teológia vagy inkább a lelkiesség, a megélt vallásosság nyelvén ezt az időszakot – az Istenhez közeledés monotonitását és nehézségét, amikor már tudom a célokat, és össze kell szednem minden erőmet, hogy végigmenjek az úton – a kitartás próbájának, *Keresztes Szent János* szavaival a lélek sötét éjszakájának nevezik. Tenni kell, lépkedni az Úr felé. Kivágni, megállni, menni. Megtaláltból újra elveszettnek lenni, és elveszettségéből újra megtaláltnak lenni. Ezek a „munkás”, Isten felé vezető lépcsők, a *semper reformanda*, vagyis az állandó, nap mint nap zajló megtérés próbái. Edit ebbe az irányba indult el, és határozottan halad. A vérfolyásos asszony történetében Jézus ruháját alakította, amelyet megérintenek a gyógyulni vágyók.

A záró, hatodik alkalom többeknél is az elérzékenyülés, megindulás alkalma volt. Edit önbizalma, az életbe és Istenbe vetett bizalma a rámelegítő imaginációs játékban Istennel való találkozásként egy páros táncban teljesedett tovább. Mert valakire hagyatkozni, és elfogadta, hogy vele táncolnak, vele Isten táncol. Később Keresztelő Jánosként – Jézust segítő szerepben – élte meg a közvetítés, vezetés, Isten felé vezetés erejét, amely délután tovább teljesedett a csoport tagjai részéről, akikől a csoportfolyamatot lezáró ajándékozáskor azt kapta, ami neki a legfontosabb – Isten szólt hozzá: „Küldelek, csak menj, és hirdesd szavam...” Az utolsó záró körben elhangzott visszajelzése önmagáért beszélt: „Megismertem magam jobban, és Istent is... Sokat kaptam! Sokat sírtam... Istent viszem magammal, illetve ő visz engem magával... Nagyon hálás vagyok nektek a sok megerősítésért, a megélt közösségért! Köszönöm, hogy itt önmagam lehettem! Hála van bennem!” E visszajelzés teológiai üzenete – a vallásos tapasztalat lélektanilag megfogható mélyén – az az örök bölcsesség, hogy ha Istenhez közeledünk egy lépéssel, ő kettővel közeledik hozzánk.

Összességében kimondható, hogy Edit ebben a bibliodramatikus folyamatban körbe tudta járni fő élet- és hitkérdéseit, a biztonságos csoportkeretben találkozni tudott belső félelmeivel, ki tudta mondani, és Isten elé tudta vinni őket. Jobban tudatosította képességeinek és készségeinek belső erőforrásait, meg tudta élni elfogadását a csoporttagok előtt, ez pedig hathat életcéljai elérésére is. Megtérése erőt adott neki mindehhez, de ennél is fontosabb, hogy erőt adott nem megállni, hanem továbblépkedni Isten felé vezető útján.

A MEGTÉRÉS MEGÉRTÉSÉT SEGÍTŐ DRAMATIKUS ESZKÖZÖK

A tanulmány zárógondolatai között néhány olyan technikát emelek ki, amely hasonló helyzetekben – dramatikus keretek között – mélyítheti és továbbsegítheti a megtérés élményszerű megélését. A vallásos élmény erőterének¹³ meg-

13 Hubainé Muzsnai M.: A vallásos élmény megjelenése – bibliodráma-csoportokban. *Embertárs*, 2013/1., 18–24.

teremtéséhez olyan többszintű figyelem, jelenlét és gyakorlat kialakítása szükséges, amely segítheti a csoportot, a tagokat, a vezetőket, hogy kapcsolatba kerülhessenek a *szent* minőségével. Ennek a nyelvezetnek a fontosabb alappillérei: a ritualitás, a megfelelő rámelegítés, a befelé fordulás és fordítás, valamint ezek minőségi lelassítása.

A ritualitás. A rítus eredeti értelme szerint a dolgok létezésének és teremtésének rendje és tette. Ezért mondható, hogy „kezdetben volt a rítus...” Olyan egyetemes rend és megtartó szabály ez, amely alól semmi nem bújhat ki, végső eredete pedig az Abszolútum. Isten teremtésének törvényszerűsége. Ennek emberi formái legtisztábban a vallásos, liturgikus cselekedetekben maradtak fenn, közös bennük a teremtés egyfajta megismétlésének lenyomata. Hétköznapi területen is megannyi fajtájával találkozhatunk, egészen a magunk alkotta rítusokig. Az életnek szüksége van rituális cselekedetekre, megtartóerejük a jelenkori ember számára is valóság, de elhomályosult a miértjük, vagyis az, hogy általuk eredetileg a teremtés ismétlődik meg. A bibliodráma-alkalmak elején – mintegy invokációként – alkalmazott rövid rítus kitűnő eszköz lehet arra, hogy a dráma tere elkülönüljön a hétköznapiaktól. Vezető és csoporttag számára egyaránt fontos, hogy ami ezután következik, az a játék tere lehessen, a valóság feletti lehetőség kibontakoztatása, meghívása, lehívása. Ez a rövid – akár szóbeli, akár néma, mozdulatokból álló – szertartás egyfajta kapu lehet a dráma belső tere felé, elősegítheti annak bensőségesebbé és személyesebbé tételét.¹⁴

A megfelelő rámelegítés tapasztalataim szerint meglehetősen fontos – lelki és testi értelemben egyaránt. Az élmény, amikor a csoporttag fokozatosan rájön, hogy melyik történet felé viszünk, egyfajta örömmel tölti el, s ez az öröm is hozzájárul a melegedéshez. Emellett a testi-lelki-szellemi starterek megfelelő alkalmazása mindenféle szempontból felkészíti a csoportta-

gokat. Testi értelemben a saját testtel, a testrészekkel való munka, ezek alapos megismerése, finom átmozgatása tartozik ide – egyedül, párban vagy akár csoportosan. A testtel való munka nem a racionalitás felől közelít, hanem mélyebb, közvetlenebb szinten éri el az embert.¹⁵ Lelki értelemben a rámelegítés célját az élménytér megágyazásában látom. Ez legtöbbször a csoporttagok saját élményeinek előhozását, rövid képből való megjelenítésüket, akár valamelyik rész kognitív feltárását jelenti. A szellemi ráhangolást elsősorban a teológiai háttér feltárásában, a szív és az értelem összekötésével tudom megteremteni. Mindezek így együtt, akár több, kiegészítő gyakorlat alkalmazásával jó értelemben képlékennyé, játékra alkalmassá tehetik a lelket, és a kialakult spontaneitást és kreativitást termékeny talajt biztosít a történetek külső-belső átéléséhez.

A befelé fordulás és fordítás. Elsősorban imaginációs gyakorlatok vezetése tartozik ide, amelyek önmagukban is sokszor alkalmazhatók a bibliodrámaiban. A belső térben való otthonosabb mozgás, a biztonságos tér kialakítása, a képzeletbeli és fantáziatér bejárása, az élményben maradás, majd a csendben lenni tudás és a fokozatos visszatérés – ahol a külső és a belső élményvilág újra eggyé válik – nagyon fontos elemei ennek a fajta ráhangolódásnak.

Mindezekhez kapcsolódik egyfajta minőségi lassítás. Ez segíthet az önmagunkra irányuló figyelem és érzékenység kimunkálásában. Jelenkori világunk ingergazdagsága azzal jár, hogy a minket ért ingerek érintését egyre kevésbé érzékeljük, nem tudjuk befogadni őket, vagy egyre erősebbeknek kell lenniük, hogy hatást érjenek el. A dráma – és főként a szentség közelhozását lehetővé tevő bibliodráma – leginkább a finom ingerek tere. A testet még észre vesszük, nem figyelünk rá túlzottan, de leginkább ezzel az „eszközzel” éljük életünket; a lelket, az érzésvilágunkat már csak úgy-ahogy észleljük, sokszor nem is figyelünk rá; szellemi részünket pedig

14 Mézes Zs. L.: A vallásos tapasztalás terei – A Láthatatlan Színház és a bibliodráma kapcsolódásai. *Embertárs*, 2013/1., 59–67. ■ 15 Nyáry P.: A bibliodráma keletkezése, in Nyáry P. – Sarkady K. (szerk.): *Bibliodráma*, Harmat, Budapest, 2008, 16.

már igazából nem is tudjuk hová tenni. Ahogy egyre magasabbra jutunk, a világban való tájékozódást segítő érzékszervek számára e dimenziók egyre kevésbé felfoghatók. Ezért szükséges a lassítás. Ha kevesebbet fogadok be, akkor az több lesz, mert minőségibb módon, mélyebben érint meg, s így elősegítheti a lélekre és a szellemre irányuló érzékenységünk megnyílását.

Mindezek megteremthetik a *befelé* és *fölfelé* fordulás lehetőségét, a vallásos megtapasztalás-

nak azt a közegét, egyfajta erőterét, amelyben a találkozások végbemehetnek, a megtérés élménye megszilárdulhat. Ez a szilárdság azonban itt olyanfajta rugalmasságot jelent, amely szorosan összefügg a megelevenítéssel. Mindezek révén a játékban, a csoporttagokban és bennünk, vezetőikben is megindul, mélyről elindulhat egy olyan erő, melynek hatására – ha érzékenyen ráhangolódunk – a dráma közege az isteni szeretet megtapasztalásának terévé avatódik.

