

EGYENSÚLY

Bokorünnepe

2017. febr. 25.



Az élet olyan, mint a biciklizés. Ha meg akarod tartani az egyensúlyt, mozgásban kell maradnod.

Einstein

EGYENSÚLYKERESŐK

Minden ki lett gondolva. Minden elhangzott. Minden megvalósult. Ott volt a három láb: a fizikai-, az akarat- és az erkölcsi erő is. Egyensúlyban volt a gondolat, a szó és a tett is mintegy harminc szervező embernél – ahogy az a Bokorban lenni szokott. Hallhattátok, olvashattátok a beszámolókat, a reflexiókat, a köszönőleveleket, láthattátok a képeket, hallhattátok az éneket és táncolhattátok, egyensúlyozhattátok a lakótelep fái közt, mint a tanítványok az Olajfák hegyén. Mi kell még? Semmi. Ilyen kis egyensúlyokból épül a Mennyek Országá. Miért nincs akkor itt? Hol? Hát itt bennem, meg az emberek közt, meg a világban? Tényleg nincs? Akkor ez mi volt?

Már a kezdetek kezdetén történt valami számomra szokatlan. Egy számomra „ismeretlen” testvér, László bevezetett az együtt-muzsikálás szabályaiba és örömébe. Néhány egyszerű utasítás, kézmozdulat és néhány rövid próba elegendő volt, hogy pár perc alatt együtt-énekeljünk. De miért szokatlan ez, hiszen mindig ezt tesszük? Azért, mert belépett a szokásos két komponens a dal és az én mellé egy harmadik; az a kézmozdulat, ami érezhetően, végig a nap folyamán, a többnyire ismeretlen szöveg és dallam ellenére kiegyensúlyozta bennem és köztünk az együtt-éneklést.

Igen. Igaz. Nincs itt a Mennyek Országá. Ez „csak” egy örömnünnep volt. Az egyensúlyozók örömnünnepé. Egy pillanat a hétköznapiok szürke, küzdelmes tengerében. A valóság azonban egész más – mondhatnánk és mondjuk is. Elküldelek - idézte Hamvas, Ünnepe és közösség írását Gyuri - az egész világ a tiéd, de jaj neked, ha megtartod és nem adsz belőle másnak. Igen. Tudjuk, kedves Hamvas Béla. De, ha nem kell neki, akkor mi van? Akkor rá kell tukmálni, meg kell vele etetni? Vagy...? Tényleg „csak” jónak kell lenni – ahogy a kis ajándékok idézték Gyurka bácsink üzenetét? Tenni vagy lenni? Én tekerem az élet biciklijét, vagy én vagyok a bicikli, amit az élet teker? Nem lehetett kikerülni ezt a kérdést, bár az így nem jelent meg, de ott volt minden előadásban és előadóban. Tenni, hogy legyen, vagy lenni, hogy megvalósulhasson valami a Számára a már létezőn, az önmagamnak nevezett lényen keresztül? Filozófia ez, vagy a rideg hétköznapi valóság kérdése?

Add, hogy szándékosan szerint mindent megtegyünk, hogy tetszésedre legyen járásunk és életünk... - mondta a mise bevezetőjében KoLaci, majd olvasmányként Gandhit idézte: ...megőrizük és megnemesítjük az életet alkotó energiát, hogy akarni tudjunk és azzal az meg is legyen. De nem állt meg itt. Továbbment ezen az úton. Idézte a kötél-táncost a Niagara felett sétálva, aki nem tett semmit, csak teljes lényével jelen volt. Akarta és meglett.

És feltette a kérdést: hogyan lehetséges áttolni a gyereket a talicskán a Niagara felett, vagy másképp hogyan lehetséges Jézus kockázatos útját járni? Akarni, jelen lenni és megtörténi vagy tenni? És a három majom példáján keresztül megpróbálta elmagyarázni azt, amit mind tudunk, de... *Egy életen át tanulni, egy életen át továbbadni és egy életen át tenni-tenni kell a szeretetet! Egyensúly-egyensúly-egyensúly*, hangsúlyozta közben jó párszor. Csinálom, de nem történik semmi vagy épp az ellenkezője; majd nem teszek semmit, csak nem vagyok útban, hogy létrejöjjön, aminek létre kell jönnie és az megtörténi. Jó Isten! Hányszor tapasztaltam. És ott is, akkor. Mikor megérkeztem, István megkért, hogy segítsek az áldoztatásban. Megdöböntem. Én, aki hivatalosan még áldozni sem vagyok méltó? De ezen, szerencsére és a Bokornak köszönhetően már nagyrészt túl voltam. De hogyan lehet méltóan kimondani ezeket a szavakat: „Krisztus vére!”? Ki tudja ezt méltó állapotban kimondani? Én nem, az bizonyos. És amikor sikerült összeszedetten jelen lenni, ki tudtam mondani. De ki?

Talán éppen erről az ismeretlenről beszélt interjújában az a fiú, akinél Gyuri a slackline-ra, a kötélén egyensúlyozás művészetére ratalált. Minden spiritualitástól, vallástól és ezotériától mentesen megtapasztalt valamit, ami nála nagyobb és ami a kötélén járva biztos kézzel vezeti. Ő sem tudott mást mondani, mint a többiek mind: ha nincs teljes csend és intenzív képesség a fejben, a testben és az érzelemben, akkor „csak” az élet sodrása van. Mindent megtegyünk, hogy tetszésre legyen járásunk, életünk... - mondta Kolaci. A hegyeket hordjátok el, a völgyeket töltsétek fel – mondta az a bizonyos János.

A Lovasíjász című film egy levetített részlete erre szépen rá is világított. Kassai Lajost mutatta egy kötélén egyensúlyozva, kezében egy íjjal, felváltva jobbra majd balra lévő néhány tíz méterre elhelyezett céltáblára löve. Elmagyarázta, hogy ez csak egy kis gyakorlat a lóháton való íjazáshoz, mivel ott még a ló mozgásával is meg kell küzdeni. Mivel egy mai, modern ember, könyvében leírta, hogy nagyon érdekelte, mi is történik ilyenkor. Hogyan képes a mozgó lovas, a mozgó íjjal pontosan a céltábla közepébe találni? Felszerelt rá egy lézert, hogy lássa mi az, ami nyugalmi állapotban marad. Semmi sem maradt nyugalomban és mégis beletalált a céltábla közepébe. Ezt ő azzal magyarázta, hogy létrejött benne egy olyan feszültségmentes egység, összhang, egyensúly, ami lehetővé teszi minden alkalommal a célzónak a cél biztos eltalálását. De ezt nem ő csinálja, hanem „csak” jelen van. Ezt a jelenlétet gyakorolja nap, nap után és tanítja azoknak, akik ezt meg akarják tanulni. És ismét itt volt a mindennap, a nap, nap után valamit gyakorolni, hogy megtörténhessen.

Tehát a feladat az ember jobb és bal felének figyelmes tudatosítása, a kettősségek egyesítése és harmonizálása – mondta, mintha folytatta volna a gondolatot Ancsa, a következő előadó. De hogyan? – kérdezi, és már mondja is: *törekedni a létezés minden területével való harmóniára, összhangra és egyensúlyra. Van egy szép modell, a kereszt, ugye. Az alsó szára a természet, a fizikai, földi alsó világ, a felső a természetfeletti égi, szellemi felső világ. Balra önmagam belső világa, jobbra az embertársak, a külső világ... Tehát a harmónia mind a négy területtel a metszéspontban találkozik az isteni és az emberi. A metszéspont a középpont, amibe vissza kell találnunk. Ezeket egyensúlyban is kell tartani, mert az egyensúly a középpontba való visszatérés feltétele.* Igen. Milyen szépen kezdett kikerekedni az egyensúly szelíd fogalma mögötti valóság. Szétszaggatva négyfelé, mint a négy majom a kétféle értelmezésben, vagy a talicskát toló ember ég és vízesés, nézők és önmaga közt középen, valójában felszögezve a keresztre, abba a bizonyos egy szál „aranyzinórba” kapaszkodva. És már itt megjelent a kettősségbe kiüzetés és hármasságban visszatérés gondolata, ami az indián mesében újra megjelenik, délután. *Elsősorban önmagunkban kell feloldani ezeket a kettősségeket, és egy magasabb, harmadik szempont szerint látni... Nem úgy lesz ez az*

egység, hogy kiírtjuk a párducot, a farkast meg a kígyót, vagy a pokolba taszítjuk, hanem türelmes szeretettel, egós elménk helyett a szív tudatával, megszelídítjük, jóvá szeretjük a rosszat – tette hozzá Ancsa. De a kérdés ott marad. Ki oldja fel önmagunkban, ki látja a magasabbat, ki szelídíti meg és szereti jóvá a rosszat? Ki csinálja, vagy ki teszi lehetővé azzal, hogy egyensúlyt teremtsen abban, ami van: a fejben, a testben és az érzelmekben? Ki itt a hű szolga, aki rendben tartja szolgatársai munkáját és várja az urát az ajtóban?

És ott volt a másik véglet is – mondom, tényleg egyensúly volt. Mint mindenki, a szervezők – igen, a tevőemberek – felhívására én is vittem két követ a zsebemben, amit aztán más, szorgos kezek színesre festettek, hogy majd valahol, valamikor más szorgos és ügyes kezek tornyokat, szobrokat, hidakat építsenek belőlük. A nehéz kőből, melyről Áts Bandi előadásában azt mondta: *elaprózódnak és a minél mélyebb pontok felé törekednek, hogy nyugalomba jussanak.* És feltette a kérdést is: *Miért próbál minket kihívások elé állítani, kizökkenteni Isten a biztosból, amit ismerünk, hogy magasabb szinten is keressük az egyensúlyt?* Úgy is kérdezhetjük: miért szükséges újra és újra, napról napra felrúgni a megszokottat, amikor – ahogy a piaristáktól tanultuk – a 'tarts rendet, a rend megtart téged' a tanács? De egy másik szinten azt láttuk, hogy bizonyos piaristák, felrúgva a rendet, újból és újból kérdésbe vontak alapvető szabályokat. Mintha megértettek volna egy más szabályt is, ami nem a dolgok rendje szintjén működik, és ahol a rend nem a nehézkedésé, hanem a könnyülésé, a finomodásé. Ma a pszichológiában divatossá kezd válni a „mindfulness” fogalom, ami szó szerint fordítva elmeteljességet jelent, de gyógyászati céllal figyelemkoncentrációként gyakoroltatják. Ugyanakkor, a múlt század elején Gurdjieff még 'minden-agy-egységének' nevezte azt az állapotot, amit mi, cselekvők a gondolat, szó, tett egységének nevezünk. A pszichológusok mára már rájöttek, hogy erről az ún. egészséges embereknél sincs szó. Ugyanakkor a 'minden-agy-egysége', ami eredetileg a gondolkodás, az érzélem és érzékelés központok egységét jelenti, egy olyan állapot, ami a fent említett kötéláncos, kőszoborépítő, vagy a Jordán utáni Jézusé – ahogy ez Gromon tanulmányaiból számomra egyértelművé vált –, vagyis egy olyan állapot, amiben semmilyen én-feszültség, aggodás nincs, mert bármilyen külső hatás mellett belsőleg azonnal újra kiegyensúlyozódik, de teljesen tudatában van annak, amit Bandi így kérdezett: *mire akar minket felébreszteni?* Vagyis ott a szék két lába: a belsőleg kiegyensúlyozott test és a külső világ, de keresi a harmadikat is, hogy az egyensúly létrejöhesse. Keresi, ahogy a bemutatóban Gyurka vagy a „profik” is tették a kötélen, mert a világban minden ez ellen a belső egyensúly ellen dolgozik.

És a „nagy játék” nem állt meg. Jött Feri, és a maga könnyed stílusában ismét felvázolta a kötéláncost, aki két hatalmas kőtömbbel egyensúlyoz a mélység felett. Ő volt a kötéláncos, és nagy humorral és igen szemléletesen olyan szellemi „kőtömbökkel” egyensúlyozott, mint Gyurka bácsink és Hamvas Béla hagyatéka. *„Az ember nem képes elviselni a tudatot, hogy Isten a történetben, mint a legfőbb hatóság nem vesz részt, és arra, aki az igazságot megsérti, nem sújt le.”* - idézte Hamvas, majd közvetlen mellette: *„Az Isten nem mindenható. Az Isten csak mindent adó és mindent elviselő.”* Igen. Az ilyen kaliberű szellemi emberek már képesek Istenről is beszélni. Az énektanár csak a kezét képes időben és megfelelően felemelni, a pap csak szertartást képes pontosan, átélve bemutatni, a lovasíjász csak a megfelelő időben elengedni a nyílvezzőt, a slackline-os fiú csak a teste megfelelő állapotát létrehozni. Mi, egyszerű emberek pedig örülhetünk, ha állva tudunk maradni a mindennapok hatásaiban és részt vehetünk, részt adhatunk egy ilyen ünnepségen. Igen. Ezek a nagy emberek, ezekkel a nagy gondolatokkal is ott egyensúlyoztak a Karnevál szombati piacán és a mindennapi csoporttalálkozókon és ezért tudták leírni ezeket a gondolatokat: az ember nem képes elviselni, nem képes megérteni, hogy „csak” mindent adó és mindent elviselő.

„*Concidet obliquum!*” - idézte a következő előadó, ismét egy Bandi, a pannonhalmi apátság egyik feliratát. Ami ferde, eldő! Mintha Einstein ezt olvasta volna. Bandi ezt a vonalat vitte tovább: *A mai korra az jellemző tehát, hogy a kibillent emberek, kibillent kapcsolatokban élnek és kibillent világot teremtenek maguk körül.* Ugyanakkor ez maga az élet lényege: az örök változás. Semmi sincs nyugalomban, semmi sincs végleg kiegyensúlyozva, végleg megoldva. Szegények mindig lesznek köztetek - szól az annyira fájó figyelmeztetés. *Meg kell kérdezni magunktól – mondta Bandi - feladjuk a reményt és sodródunk az árral, vagy szembenézünk az egyensúly kérdésével, az egyensúly hiányával és dolgozunk rajta?* Igen ez egy alapkérdés, mert nem szükséges megállni az árban. Valószínűleg az életnek, általában erre nincs is szüksége. De van egy élőlény a Föld nevű bolygón, akinek ez egy lehetősége. És ha megáll, akkor kerül igazán bajba, mert megtapasztalja azt a hatalmas áradatot, amiben él. Nem a kozmikusra gondolok, mert azt alig képes tapasztalni, hanem a mindennapit, a saját társadalmat, a szokásait, a követett hagyományt, a hétköznapi szentségét - ahogy Hamvas mondja. Őszintén figyelve megismerheti ezekben önmagát. De csak akkor, ha megáll bennük egy pillanatra, majd egyre többször – és megpróbálja megváltoztatni vagy látva, hogy erre képtelen, elfogadja őket. És akkor, felborulva, majd újból felállva, lassan kialakul, kifejlődik benne valami más, valami szilárd, figyelmes, türelmes és értelemmel telt, ami egy más szintű egyensúly, más szintű súlypont eredménye. Igen. És csak ilyenkor lehet olyan tapasztalata, amiben nekünk résztvevőknek volt: együtt voltunk, együtt énekeltünk, együtt táncoltunk, együtt áldoztunk, együtt táplálkoztunk, együtt voltunk egyensúlyban, mint Einstein, mint a lovasíjász, mint a kötél-táncos és később az egyensúlyozó művész nő egyedül. Ha sokszor felszínesnek, billegőnek is látszott, de újra és újra belső egyensúlyba kerülő, mert egy irányba néző és az nem a Föld középpontja.

Igen. És akkor jött még egy kisfilm. Talán láttátok, vagy ha nem, feltétlenül nézzétek meg! Márti előadását előzte meg, de nekem előtte elmondta, hogy nem is akart mást, csak ezt levetíteni, nem, mert „*minden benne van, amit mondani akarok*”. A japán hölgy egy amerikai vetélkedőn lépett fel a produkcióval. Egy, talán lúdtollat egyensúlyoz ki először az ujján, majd egyre hosszabb és nehezebb bambusznádakat sorban egymás alá téve tartotta egyensúlyban a tőle egyre távolodó tollat, míg végül egy függőleges talpas nádszáron az egész szerkezetet hozta egyensúlyba és lépett ki szabadon alóla. Rá már nincs szükség! Majd learatva a hatalmas tapsot egy finom, nem elkapkodott mozdulattal lepöccintve a tollat, az egész szerkezet összeomlott. Mi is tapsoltunk vagy csak összehajolva szóltunk egy-egy szót egymáshoz. Igen. Ez aztán a produkció! Pedig mi is történt? Működött a gravitáció és az azt kiegyensúlyozó, alátámasztó erő. Ahogy minden reggel ez működik, amikor reggel kiülünk az ágy szélére, majd lassan felállunk. A 106 kis csontocska, tetején a hétkilóssal függőlegesbe rendeződik, majd – kicsit billegve - járni kezd. Nem tapsol senki, sőt azonnal hatalmas erők kezdenek munkálni azon, hogy az egyensúly – fizikai, lelki, szellemi – felboruljon. A hatalmas áradatban kell ezt a szerkezetet egyensúlyban tartani – hosszú órákon át. Talán Einstein akkor még nem tudta, hogy az élet az, aki teker és én csak a bicikli vagyok. A japán művész nő már tudta, hogy rá, végül is nincs szükség. Van egy harmadik erő, aki benne magában működik és a két egymásnak feszülő erőt folyamatosan kiegyensúlyozva létrehozza a jelenségeket, itt a már önjáró szerkezetet.

Márti a vetítés után a mindennapi pedagógiai gyakorlata alapján világított rá az egység, a test, a lélek és a szellem egységének gondolatára. Holisztikusnak nevezik ma azt, amit korábban egyetemesnek, univerzálisnak, katolikusnak neveztek, vagyis azt a szemléletet, ami egy jelenséget egy azt meghaladó, nála nagyobb egységen belül próbál látni. Hogyan lehet – talán nem megértetni, mert fogyatékos gyerekeknél ez a legnehezebb -, hanem egy pillanat-

nyi helyzetet át érezhetővé, érzékelhetővé tenni számára azt, amit Márti így fejezett ki: *Ne félj! Szeretve vagy!* Azt a kicsi kis tollat benne magában, ami – az élet minden ütlege, keserősége és nehézsége ellenére - a mindenségre nyitott, és ami erre a tápláló szeretetre éhes, mert növekedni, fejlődni akar. *Ha felborul az egyensúly, az egyik helyen túlsúly lesz, a másik helyen pedig hiány keletkezik. Gátak, akadályok képződnek, amelyek az élet megszokott áramlását fékezik* - mondta Márti. Igen. És ezek még „csak” az élet áramlását megakasztó, megbetegítő akadályok. A „szeretve vagy!” áramlás akadályai, gátjai azonban még számosabbak és hatalmasabbak, mert még maga az élet áramlásai is folyamatosan ellene lehetnek, vannak. Ugyanakkor egy ilyen pillanatnyi, élő tapasztalat éppen a túlsúlyra és a hiányra ébresztheti rá a kis lurkót, hiszen szeretetre vágyik és azt azonnal megtapasztalja. Ha pedig kilép az életbe és szembejön egy nála nagyobb akadály, már vissza képes emlékezni az élő tapasztalatára.

És jött Erika - de jó hogy ennyifélék vagyunk! – és egy indián mesén keresztül bevezetett bennünket ismét egy terápiás módszerbe, a meseterápiába. Mintha a nagy gondolkodók gondolatai tértek volna vissza: *hogyan lehet elviselni, hogy a sárkány ellophatta a fényt? Hogyan lehet visszaszerezni?* De itt már nem elméletben, hanem: *„Arra helyezük a hangsúlyt, hogy mindenki a 'személyes meséjével' találkozzon, s ennek segítségével bontsa ki az életútjában rejlő lehetőségeket.”* - mondta Erika. Mondhatjuk talán úgy is: hogyan ismerheti meg a saját bizonytalanságait, akadályait, belső pörgéseit, hogy aztán azok megismerve, átvilágítva, visszalopva a sárkánytól az egyensúlyt szolgálják. Ugye milyen ismerős? Mindig ugyanarról van szó: *„Általában, ha trauma ér bennünket, akkor az letaglóz, lesokkol minket, megbetegít... Majd mikor kezdünk magunkhoz térni, akkor dől el, hogy megfordul-e a kritikus állapot vagy sem? A gyógyulás rajtunk múlik: mit kezdünk az életünkkel?”* - idézte Erika Boldizsár Ildikót. Rájövünk-e, hogy a sok egy lehetőség a megforduláshoz. Nekiállunk visszaállítani az eredeti állapotot vagy nekiállunk eltávolítani szép lassan mindent, ami útjában áll a felismert gyógyítónak, a gyógyulásnak. *„Mi a túl sok és mi a túl kevés. Addig kell változtatnunk, alakítani, 'csiszolni' az életet, amíg az se túl rossz, se túl jó nem lesz.”* Egyensúly, egyensúly, egyensúly – mondta KoLaci és Márti szinte szó szerint ugyanazt. De nem az egyensúlyért magáért, hanem azért, hogy beléphessen ebbe a már kiegyensúlyozott szerkezetbe a gazda, a mester, az Úr – halljuk az evangéliumokból. *„Ebben a kétpólusú világban, valahol ott van a harmónia.”* - zárta gondolatait Erika. Valahol van! Érezhető! És ha valaki megérezte az ünnep alatt, akkor talán már képes elviselni, amiről a nagy gondolkodók elviselhetetlenként beszéltek, Ferinél. És hazamenve már mást vitt magával, mint amit hozott – valahogyan.

Igen. És a végén ott volt a szigorú, Gyurka-báncsis, sokkoló, mézeskalácsba csomagolt figyelemzetetés-ajándék: JÓNAK KELL LENNI! Előtte Gyurka elmondta, hogy a nagybeteg Dúl Antal hogyan mesélte el neki az ezzel a sokkal való találkozását egy igencsak intellektuális, teológus-filozófus vitakörben. Nem méltányoljuk talán eléggé ezeket, az élet, a jóakaróink és az ellenségeink adta sokkokat. Pedig ezeket viszik-hozzák a létrán fel-le mászkáló angyalok. Ha elérnek bennünket, nem mindig kellemesek, de ha befogadjuk őket, táplálékok. Megállítanak, vagy éppen félrelöknek egy pillanatra, hogy felébredjünk a malomállapotból néha a malomtő állapotra. Mindkettő egyensúlyi állapot lehet, csak más-más szinten. Mikor mit szolgálók?

Kőbánya-Újhegy, 2017. kikelet hava 8.

*Farkas István összefoglalója
a 2017. február 25-én, a Kőbányai Újhegyi Közösségi Házban rendezett Bokorünnepről*