

Mikola Emese

Az írás demisztifikációja mint újabb bizonyosság

Kivonat

Az isteni megtapasztalásának a rögzítése és átadása kulcstoposza minden vallásnak. Az üzenettel legtöbbször az utasítás is megérkezik: Írd meg! A feladat itt maga a közvetítés, gondolnánk, pedig ennél sokkal többről van szó. Mit ír erről Augustinus vagy akár Richard Wurmbrand? A pszichológusok a 20. században vették górcső alá a nyelvhasználat és az élmények kiírásának és megírásnak különböző folyamatait. Minél többet tudunk róla, annál inkább bizonyosságot nyer, hogy az írás valóban egy isteni ajándék. Ugyanis az isteni megtapasztalásának megírása nem egy lezárult folyamatnak a rögzítése, hanem az üzenetátadás szerves része.

Abstract

The recording and transmission of the divine experience is a key to all religions. The message is often accompanied by the instruction: Write it down! The task, in this case, is the transmission itself, we would think, but it is much more than that. What do Augustine or even Richard Wurmbrand write about this? In the 20th century, psychologists examined the use of language and the various processes of writing out and writing down experiences. The more we know about it, the more certain it becomes that writing is truly a divine gift. After all, writing down the divine experience is not the recording of a closed process, but an integral part of the transmission of the message.

Az isteni megtapasztalásának a rögzítése és átadása kulcstoposza minden vallásnak. A megírás csak a folyamatnak a része, a történetnek egy mozzanata, de semmiképp sem a vége.

Isten igéje az embert egyénként érinti meg. A próféták soha nem anonim személyek: Isten küldöttjei egyénként lépnek a közösség elé, és azok, akikben megfogyan az Ige, szintén egyénként követik a tanításokat.¹ Isten tehát nem uniformizál, ez megszüntetné nemcsak az igazságosságot, de az Istennel való személyes kapcso-

¹ Wolff, Hans Walter: *Az Ószövetség antropológiája*. Harmat Kiadó–PRTA, Budapest, 2001. 268–269.

lat lehetőségét is. Tehát csakis Jónás egyénisége képes megmenteni Ninivét, Isten úgymond bajlódik is Jónással, és csakis János képes megírni úgy a levelet a hét gyülekezetnek, hogy azok Krisztus levelének legyenek mondhatók, és még sorolhatnánk hasonló példákat.

Ami közös a megszólítottakban, akik az isteni megtapasztalást írásban is rögzítik, az a megtapasztalás bizonyossága, és az a paradoxnak tűnő erős vágy e tapasztalás közlésére, a késztetés, mely valahogy így fejezhető ki: tudom, hogy megtapasztaltam, ezért feltétlenül elindulok felé, itt érzem magamban és körülöttem, ezért a lehető legprecízebb módon meg kell mutatnom, formát kell neki adnom.

Amit látsz, azt írd meg – így szól az egyszerű utasítás. De miként? Hogyan? Se hozzátenni – például személyes magyarázatot –, se elvenni nem szabad (például olyan dolgot, melyet nem tudunk értelmezni). A pszichológia tudománya is tisztában van vele, hogy az ember hajlamos élményei közvetítésekor történetet, mesét „kerekíteni” hallgatói számára, azaz hozzáfűzni olyan dolgokat a hangulat színesítésére vagy valamilyen mozzanat kiemelésére, melyek meg sem történtek. A mesélő kész bevezetést és befejezést fabrikálni egy folyamatosan zajló történetnek, és eltekinteni olyan tapasztalatoktól és élményektől, melyek ebbe nem illenek bele, melyeket elsőre nem tud vagy nem akar értelmezni. Ezért az utasítás újra megismétlődik: „Hogyha valaki ezekhez hozzátesz, e könyvben megírt csepásokat veti Isten arra. És ha valaki elvesz a prófétálás könyvének beszédiből, az Isten annak részét eltörli az élet könyvéből.” (Jel 22,18–19) Vagyis azt az igazságot közvetítsd, amit rád bízta, óvakodj attól, hogy az isteni üzenetet redukáld egy általad értelmezett isteni üzenetté. „Minél inkább megélt, azaz tapasztalati valóság a teológia, annál inkább narratív, azaz elbeszélő jellegű. Ennek ellenére a tapasztalat és annak elbeszélése közötti kapcsolat indokoltá teszi, hogy egy kissé gyanakvóan feltegyük a kérdést: nem lehet, hogy több az elbeszélés, mint a mögötte lévő tapasztalat?”²

Nem mellékes viszont, hogy nem elbeszélni, megüzenni, átadni, hanem megírni kell. A Jelenések könyvében folyamatosan a megírásra terelődik a figyelem. Az írás folyamata lelassítja a gondolkodást, kitágítja a figyelmet. Ha nem is képes teljesen kiküszöbölni a mesélést, de a mesélésről az átélés pillanataira fókuszál, tehát az írás a precizitás medrébe tereli az üzenetet. Ekképpen a levélforma nemcsak egy gyakorlatias közvetítő eszköz, de magának az üzenetnek a megformálását, precizi-

² Pehm, Gilbert: *Bevezetés a spirituális teológiába*. Sapientia Szerzetesi Hittudományi Főiskola, Budapest, 2006. 19.

tását segítő eszköz is. Az írást kutató pszichológus, James W. Pennebaker szerint „az írás szervezőelvet visz szövevényes gondolati és érzelmi életünkbe”.³

Az első korinthusi levél szóhasználatával élve a töredékes át kell hogy adjon egy részt a tökéletesből a többi töredékesnek. Ebben a helyzetben az értelemben kapaszkodni nevetséges: Jób könyve példát nyújt arra, hogy az üres, valamilyen okból lélektelen, bár teológiailag helyes beszéd nem ér el a lélekig. Nem képes egy apró szikra szítására sem. Elképzelhetőnek tartjuk, hogy a mesterséges intelligencia egy programja evangelizáljon? Az AI lehetne vigasztaló vagy lelkigondozó? Nem a szerepről van szó, aminek külső jegyei összefoglalhatók és betáplálhatók egy rendszerbe, és nem a politikailag korrekt, szakmailag helyes, de lélektelen beszédéről vagy tanácsról. Mert már itt kezd elcsúszni a dolog, hiszen a lelkigondozói szempontból helyes tanács kontextusfüggő, ez a kontextus pedig mélyen és bonyolultan emberi, olykor paradox. „Jézus ítélete mindig helyzetfüggő és egyénre szabott, állandó kölcsönhatásban a világ és az emberi létezés kimeríthetetlen gazdagságával.”⁴

Arctalan tömeg *versus* egyedi lényeg: emberi viszonylatban ez utóbbit tudja megragadni és kibontani az írás, pontosabban az autentikus írás. Az autentikuságot képtelenség úgy meghatározni, hogy beprogramozhatóvá váljon. „Az igazat mondd, ne csak a valódit”⁵ felszólításnak megfelelő cselekmény: megfoghatatlan. Amíg érezzük, és merjük is érezni a különbséget igaz és valódi között, addig tudunk hinni és kapcsolódni. Írásterápiával foglalkozom, és Gillie Bolton írásterapeuta azt tanította nekem, hogy minden egyes átvett vagy általam kidolgozott gyakorlatot végezzek el én magam is többször, mielőtt bevinném a csoportba. Még ha tudjuk is, hogy mire megy ki a gyakorlat, próbáljuk minden szempontból beleélni magunkat, és csak utána alkalmazzuk. Mert így csatlakozhat a magyarázó értelelemhez az emberi érzelem, az a bizonyos szikra. Máig is ez a legbiztosabb szűrőm, nemcsak írásterapeutaként, de tanárként is: egy kérdést sem teszek fel, amíg én magam több szempontból nem válaszoltam meg azt.

Az autentikus narratíva és az igaz narratíva közé egyenlőségelet tehetünk. Bár a kezdeti kérdés továbbra is fennmarad: miként valósítható meg ez? Sugallat, a Szentlélek közbenjárása révén? Mindez elfogadott, de amikor a töredékes ember közvetíteni próbálja a tökéletest, akkor a pontosság vágya folytán valószínűleg új-

³ Pennebaker, James W.: *Rejtett érzelmeink, valódi önmagunk. Az őszinte beszéd és írás gyógyító ereje*. Háttér Kiadó, Budapest, 2005. 246.

⁴ Pleșu, Andrei: *Jézus példázatai. Az elmesélt igazság*. (Ford. Visky S. Béla.) Koinónia Kiadó, Kolozsvár, 2019. 229.

⁵ József Attila: *Thomas Mann üdvözlése*.

raír, átír és kiegészít. A pszichológia eredményei szerint is az önazonos narratíva többszöri újraírással érhető el.

Az újraírás önmagunk és a megírt szöveg összeegyeztetése. Az írás befejezése után dialógusba kell lépni a szöveggel, az abban felszínre került információkkal, és tovább kell faggatni kérdésekkel – akár írásban is. „Újraírás és újrafogalmazás során mind közelebb és közelebb kerülünk ahhoz, amit ki kell fejeznünk, ezzel önmagunkat is neveljük.”⁶ Bolton folytatja a gondolatot, azzal, hogy az írás lassabb és fáradtságosabb dolog, mint a beszéd, ezért van az, hogy a beszéd során sok fölösleges dolgot mondhatunk, hogy elodázzunk bizonyos fájdalmas szembesüléseket – írásban ez már sokkal nehezebb. Írásban hazudni is nehezebb, mint szóban.

Egy megélt tapasztalat, egy élmény az írás révén gazdagodik: az elmesélt tapasztalat sokkal felszínebb és információkban szegényebb, mint egy leírt tapasztalat. Az írás során lelassulnak a gondolatok, hogy szinkronban legyenek a kézmozgással, és az emlékező egyre több és több részletre lesz figyelmes. Sok gyakorló számol be arról, hogy egy emléket leíró szöveg újraírása során egyre több emlékkép, információ kerül felszínre: milyen ruhát viselt ő vagy a jelenlevők, milyenek voltak a környező tárgyak, illatok, zajok, mi ment éppen a tévében – vagyis elfeledettnek hitt dolgok elevenednek meg egyértelmű pontossággal. Ez a lelassított újrafogalmazás visszavisz magához a tapasztalathoz. Számos dolog a helyére kerülhet, olyan dolgok és részletek is, amelyeknek akkor, abban a pillanatban még nem látjuk a hasznát vagy értelmét, mégis megjelennek az igazság terében.⁷ Hiszen még egy egyszerű élmény is annyira komplex, hogy elsőre képtelenek vagyunk annyi mindent befogadni, annyi mindenre figyelni. Csakis a gyakorló tudja eldönteni – ha elég bátor az őszinteséghez –, hogy mikor érkezett el a teljes igazsághoz. A keresztyén eszmerendszerbe minden további nélkül beillik annak elfogadása, hogy az írás során megmutatkozó igazságnak gyógyító hatása van (Jn 8,32). A terápiás írás során ismert újraírás-gyakorlatokat Gillie Bolton írásterapeuta tükrön keresztüli írásnak és igazságkeresésnek nevezi,⁸ hiszen a gyakorló addig írja újra meg újra kezdeti történetét, amíg érzi, hogy megtalálta az igazságot, a belemagyarázás és magyarázkodás nélküli igazságot.⁹

⁶ Bolton, Gillie: *Reflective Practice. Writing and Professional Development*. Third Editon, Sage Publications, Los Angeles, 2010. 106. “Rewriting and redrafting, to get closer and closer to what needs to be expressed, is self-educative.”

⁷ Bolton, Gillie: *The Therapeutic Potential of Creative Writing. Writing Myself*. Jessica Kingsley Publishers, London, 1999. 25.

⁸ Bolton: *Reflective*, XXI.

⁹ Hangsúlyozzuk, csakis magáról az üzenetről van szó, ennek belülről nézve nincs köze sem-

„Nincs a világon más, ami úgy meg tudná tisztítani a lelket, mint az egyenes, szemtől szemben folytatott beszélgetés”¹⁰ – írja Richard Wurmbrand *Életem kárvallottjai* című beszédében. Bár a beszédről szól, de ez is megírt, vagyis az írás folyamatán átment gondolatmenet. „A templomban ügyeltem arra, nehogy megsértsem hallgatóim érzelmeit vagy előítéleteit. Veled, Uram, teljesen egyenes lehetek.”¹¹ Szinte ugyanaz az üzenet, amit mintegy 1550 évvel korábban Augustinus egyházatya *Vallomásaiban* olvashatunk.

„Íme, Te (Uram), az Igazságot szereted, aki pedig megcselekszi ezt, a világosságra megy. Szándékozom, hogy vallomásaimban ezt cselekedjem előtted szívenben, írásomban pedig majd tömérdek tanú füle hallatára [...] ne keressem tetszésedet, Uram, de a magamét sem [...] Te sem hallasz semmi olyasmit tőlem, amit nem te mondottál előzőleg nekem.”¹²

A pszichológia a 20. század végére kimondja, amit Augustinus a *Vallomások*-ban már tudott: a legmélyebb gondolatok nem mondhatók ki olyan könnyen, de leírhatók. Vannak élmények, melyeket bár le tudunk írni, de még csak felolvasni se tudjuk – viszont csak úgy kimondani végképp nem tudtuk volna. A kimondás, egy másik közegbe visz át. Amikor egy emberrel olyan dolgok történtek, amiket szégyell, vagy ami teljesen kizökkentette, akkor azt nem fogja tudni kimondani. A pszichoterápiában gyakran alkalmazott eszköz, hogy amikor a páciens traumatikus tapasztalatairól nem tud megszólalni, akkor megpróbálja leírni azokat. Ezután végigolvassa magában, amit leírt, majd hangos szóval is felolvassa ugyanazt – mindez, nyilván, nem kis próbatétel számára. Miután a páciens képes felolvasni a terapeutának a leírtakat, majd csak azután lesz képes beszélni is róla.¹³ Az írás során könnyebb elmélyedni, átélni újra az élményt. Aki ír, nyugodtabb, bátrabb is, mivel nem folyton kifelé igazodik, hanem optimális esetben meg tudja tartani a „belső emberhez” való igazodást.

Jelenits István *A kinyilatkoztatás és az emberi szó*¹⁴ című tanulmányában írja, hogy bár minden mitológiában beszélnek az istenek, ám a Biblia Istene azért szó-

miféle irodalmi szárnypróbálgatáshoz, ösztönösen az igazság az irány, és nem a kortárs esztétikum.

¹⁰ Wurmbrand, Richard: *Beszédek a magánzárkában*. Koinónia, Kolozsvár, 2023. 91.

¹¹ Uo. 12.

¹² Augustinus, Aurelius: *Vallomások*. (Ford. Városi István.) Gondolat Kiadó, Budapest, 1982. 277, 278, 279.

¹³ Thompson, Kate: *Therapeutic Journal Writing. An Introduction for Professionals*. Jessica Kingsley Publishers, London, 2011. 186–187.

¹⁴ Jelenits István: *A kinyilatkoztatás és az emberi szó*. *Teológia Hittudományi Folyóirat* 13. évf., 1979/4. 198–202.

lal meg, hogy magához emelje az embert. Az emberi nyelv tehát Isten kinyilatkoztatásának az eszköze is. „Figyelemre méltó tény, hogy a kinyilatkoztatás nem a tudomány, hanem a köznapi érintkezés és a költészet nyelvén szól hozzánk.”¹⁵ Jelenits hangsúlyozza, hogy Isten nem adott a prófétáknak „új nyelvet, új szintaxist, új, mennyei grammatikát”,¹⁶ és nemcsak azért, mert azt senki nem értette volna, hanem azért is, mert nincs nyelvtől független gondolkodás. A pontos beszédre vagy írásra való törekvés során gondolatok, segítő felismerések születnek, ezek a felismerések pedig ugyanolyan kölcsönhatásban kell legyenek a világgal, mint Jézus ítéletei vagy a lelkigondozói tanácsok.

A nyelv képlékeny rendszer, aktualizáló közeg, amely befolyásolja a gondolkodást. Az élő igének ezért élő nyelvre van szüksége. „A hűség egyet jelent az új-rateremtés, az újrafogalmazás kötelességével”¹⁷ – írja Jelenits. Egy példával élve: a klasszikus drámákban az átlag szereplők mellett megjelennek az ideákat hordozó szereplők, és ellentétjeik, az alantas, vulgáris alakok is. Például Arany János Shakespeare tolmácsolásában ezek a szereplők, megszólalásaik alapján, ma már nem tűnnek sem alantasnak, sem vulgárisnak, holott Arany a maga korában figyelmet fordított erre. Viszont azóta eltelt száznyolcvan év, a sértegetések és a cáromkodások manapság már nagyon máshogy szólnak. Vagyis ha hűséges vagyok az üzenethez, aktualizálnom kell az őt hordozó közeget is, a nyelvet. Egy régies stílusú, anakronisztikus példákat felhozó prédikáció hallgatósága ösztönösen azt gondolja, hogy ez az üzenet nem neki szól, hanem azoknak, akik így beszéltek, és ilyen helyzeteket éltek meg.

A Jelenések könyvében János konkrét utasítást kap, hogy kiknek kell megírni a látottakat: azaz van konkrét megszólított, van címzett. Ezáltal az üzenet is tisztább és egyértelműbb, kerülve az általánosításokat és a mindenkinek való megfelelést. Az írást kutató pszichológusok is azt állítják, hogy minden beszédnek van egy képzeletbeli címzettje, minden írásnak egy képzeletbeli olvasója, akihez a beszélő vagy író igazodik. Legtöbb emberben ez nem tudatosul, pedig mindig valakinek vagy egy vélt csoportnak az értelmi szintjéhez, elvárásaihoz, érzelmeihez, esetleg előítéleteihez igazítjuk az üzenetet.¹⁸

Isidor Baumgartner *Pasztorálpszichológiájában* is hasonlókat állít, miszerint a

¹⁵ Uo. 202.

¹⁶ Uo. 200.

¹⁷ Uo. 202.

¹⁸ Hunt Celia: Reading ourselves: Imagining the reader in the writing process. In: Bolton, Gillie (ed.): *Writing Cures. An introductory handbook of writing in counselling and psychotherapy*. Brunner Routledge, New York, 2004. 35–44.

panaszkodó vagy történetmesélő ember „nemcsak” a hallgatónak mesél, hanem mindazoknak, akiknek szerinte ezt hallani kellene. Van tehát egy *fiktív másik* is. Ekképpen egy lelkigondozónak vagy papnak elmesélt történet Istenhez is szól.¹⁹

Augustinus a *Vallomásokban* szintén Istent szólítja, az első mondatától az utolsóig és szinte minden fejezet elején. De az írás szándékát és célját tárgyalva a hallgatók vagy olvasók szerepét emeli ki: „Ők örvendezésem társai halandóságom osztályosai, polgártársaim, zárandok testvéreim, akár megelőzik, akár követik vagy kísérik utamat.”²⁰ Wurmbrand Istennel perel igazságtalan törvényeiért, de ne felejtjük, hogy mindezt egy láthatatlan gyülekezetnek írt prédikációban teszi. Amint az Istennek leírt gondolat, beszéd, ima rögzítésre kerül, óhatatlanul megváltozik a leírás folyamán, és óhatatlanul beférkőzik oda a potenciális olvasó vagy hallgató, aki mint képzeletbeli személy befolyásolja magát a narratívát is.

Minden (misztikus) írás – legyen az sugallat vagy látomás nyomán született szöveg, vagy akár egy értő tanúságtétel – bevon egy közösségbe. Az istenkeresők közösségébe, a megszólítottak közösségébe vajon? Egyáltalán, kik olvassák ezeket a szövegeket? Az elnevezés másodlagos, a lényeg, hogy „boldog, aki olvassa, és akik hallgatják e prófétálásnak beszédeit, és megtartják azokat, amelyek megírtak abban, mert az idő közel van” (Jel 1,3). Miért boldog, aki olvassa? Mert bevonódik oda, ahol a *töredékes* érintkezhet a *Tökéletessel*. Az olvasó vagy a beszéd hallgatója a szöveggel való találkozás pillanatában az átélt beszéd vagy szöveg révén közelebb érzi magát Istenhez, részesedik a Tökéletesből, ebből származik az örömezés. Bár ezek a magyarázatok nem visszaadják, inkább szegényítik a tapasztalatot. Minden prófétai beszéd, misztikus írás vagy tanúságtétel egy szükséges újrafogalmazás is.

Itt érünk igazából a rendszeres teológia témájához, mert itt kezdődik a misztika. Ez a rövid tanulmány egyfajta érintőleges pszicholingvisztikai bevezető a misztika témájához, egy új, még kevésbé ismert szemszögből, az írástudomány szemszögéből. Célja elsősorban az volt, hogy gondolatokat ébresszen, és összekösse a teológia nagy témáit az aktuális tudománnyal.

¹⁹ Baumgartner, Isidor: *Pasztorálpszichológia*. Semmelweis Egyetem–Párbeszéd Alapítvány–HÍD Alapítvány, Budapest, 2003. *Feltárni az írások értelmét, Isten gyógyító szava* c. fejezet.

²⁰ Augustinus: *Vallomások*. 282.