

Könyvismertetés Várszegi Asztrik és Palotai Gabriella *Pár-beszédben* című művéről¹

SZOBOSZLAI-KISS KATALIN²

A 2020-as Covid-járvány idején készült hangfelvételek szerkesztett változata, amelyet Werner Krisztina szerkesztett egybe, és a kötet bevezetőjét is ő írta. Az ajánlás Tringer László professor emeritustól származik, aki a beszélgetőtársakat „szókratikus mesterekként” jellemzi, utalva ezzel a könyv filozofikus és lélekig ható hangulatára. Várszegi Asztrik emeritus főapát és Palotai Gabriella pszichiáter a karanténidőt használták ki arra, hogy három évtizedes munkakapcsolatukra visszaemlékezzenek, s közben kibeszélik a bezártság adta helyzetből teremtdött életérzésüket.

A dialógus kilenc téma köré szerveződik; mindegyikről elmondható, hogy többet adnak a Covid-időszak karanténtörténeténél, füveskönyvbe illő önreflexiókkal találkozhatunk a legőszintébb belső megnyilatkozásokkal. A témakörök a következők: találkozás, Covid, karantén, egyház, érintés, fájdalom, visszajelzés, magány, üzenet. Ezek a témák valójában csak keretét adták annak, hogy a legmélyebb emberi érzésekről, kételyekről, problémákról és ezek feloldásáról elmélkedjen a két lélekvezető mester. Palotai Gabriella pszichiáterként jól ismeri a lélek és betegségeinek állapotait, Várszegi Asztrik a lélek spirituális szépségeinek gazdagságaival és élettapasztalatának bölcsességével enged betekintést a lélek nyugtalanító gyötrelmeinek állapotát imával és Istenben való feltétlen bizalommal történő lecsillapításába. Ez a könyv ezért több lélekfilozófiai eszmefuttatásoknál; az egyes problémák értelmezésekor, ha direkt megfogalmazásokat nem is, de jó tanácsokat kaphatunk saját életünkre. A két lélekértő mester beszélgetése reflektálásra készítet. Mindannyian rendelkezünk metafizikai hajlammal, mindenkiben felmerül a saját végességének gondolata, az univerzum fatalista léte. A két hívő ember beszélgetése közérthető és életigenlő módon fejt ki humanista szemléletét, ami a modern rohanó világban sokunknak figyelemfelkeltő lehet.

„Úgy kell élni, hogy az életünk táguló, nyíló, spirituálisan, szellemileg gazdagodó lehetőség legyen.” Várszegi Asztrik tanácsát érdemes megfogadnunk, mert a beszűkült élet elszigetel és kirekesztetté tesz bennünket. Tudósként, de hétköznapi életünkben is, a nyitottság jelen kell legyen a mindennapjainkban, hogy fel tudjuk mérni, mi az, ami hozzánk tartozhat, és mi az, amitől el kell távolodnunk. Ezt csak akkor tudjuk megtenni, ha első körben értelmezzük az elénk táruló

¹ *Pár-beszédben. Várszegi Asztrik és Palotai Gabriella beszélgetései.* Bencés, 2024.

² Habilitált egyetemi docens, Széchenyi István Egyetem Deák Ferenc Állam- és Jogtudományi Kar, e-mail: jap@sze.hu

újdonságot. Az akarat szabadságát ne adjuk fel, ez ember voltunk egyik legfontosabb jellemzője. A választás lehetőségének magas érzelmi és értelmi szintű megélése csakis a miénk. Istent választani csak az ember képes, ez nagy ajándék. Szent Ágoston teljes műveket írt erről.

A fejezetek közül a magány témáját feldolgozó fejezetre esett a választásom ismertetőm megírásakor. A magányról vallott üzenetek a világjárvány után is segíthetnek azoknak, akik a magányt, az időskort nehezen élik meg. Palotai Gabriella vigasztaló szavait érdemesnek találok idézni is: „a szeretet tudja csökkenteni az elszigeteltség fájalmát.” A magány és az elszigetelődés persze nem azonos, de a betegség, a szenvedés alapvetően elszigeteltté teszi a beteget. Az elszigetelődés feloldása nem csak a Covid idején aktuális. A vírusos időszakban rákényszerültünk a magány megélésére, az elszigeteltség okozta nehézségek elviselésére, és ki-ki kereste e teher feloldásának lehetőségét. A könyv azért is érdekes, mert a karantén után négy évvel felidézhetjük magunkban az akkor megélt bezártságot, az akkor viselt terheket, fizikaiakat és lelkieket, és az akkor megélt feloldási technikáinkat. Bennem is felmerült néhány emlék: aggodalmaim szeretteimért, a mindig figyelő tevő-vevő gondoskodásom kispadra kényszerítése nehezen volt egy idő után viselhető. Az akkor megélt tehetetlenség és az elzártság ugyanakkor nem okozott nagy traumát, mert a kapcsolattartás családtagjaimmal nem rutinszerű beidegződéssel történt, hanem valódi odafigyeléssel, egyszerűen volt idő a másikat meghallgatni, vagy csak egyszerűen figyelni. Erős vizsgahelyzet volt önismeretből és fegyelmzettségből. A sztoikus etika gyakorlati alkalmazására adott lehetőséget. Várszegi Asztrik és Palotai Gabriella hasonlóan összegezték karanténbeli élményeiket.

A magány emberlétünk legsajátabb jellemzője. Mindenkinek van privát magánya, amelyet meg kell élnie, amellyel kezdeni kell valamit, ahogy Asztrik atya mondja. El kell fogadnunk, hogy életünknek van olyan szegmense is, amelyet csak egyedül élhetünk meg. Gabriella hozzá is teszi, a magányt „nem tudja feloldani, sem társ, sem szülő, senki. Ez az állapot áthidalhatatlan az egyén és a többi ember között.” (109. o.) A személy egy és oszthatatlan, a sorsunk magunk kell megéljük. A magányból több irányba lehet kitörni, Isten irányába egyetemes módon, vallja a bencés szerzetes. Asztrik atya vigasztaló módon teszi hozzá, hogy talán elfuserálhatjuk az életünket, de a leglényegesebb kapcsolat az Isten-kapcsolat mindig szabad az emberben, mindig magunkkal hordozzuk az esélyét magányunk Istennel való feloldásának. A magány ilyen feloldása áthidalja, enyhíti a szenvedést, az elszigetelődést.

Érdekes és fontos az egyedüllét és a magány elválasztása. Egyedüllétre mindenkinek szüksége van. Ma a zajok, az állandó vibrálás kevésbé adnak lehetőséget a minőségi egyedüllétre. A csend megélését újra kell tanulnunk. Palotai Gabriella évek óta vezeti Pannonhalmán a csendkurzust Márk atyával, mert felismerték, hogy a világi ember is vágyakozik a szerzetesi magány adta öröm és csend megélésére. „Így szavak megjelennek a csendben, a valódi kérdések, a valódi válaszok. Az is kérdés, milyenek a kapcsolataink, magányosak vagyunk-e, hová tart az életem, milyen elakadásaink vannak.” (114. o.) A minőségi csend, az egyedüllét visszahelyezi az embert a középpontjába, hogy azt a mindennapokban is megteremtsük. Nagy szükség van a csendre. A csend különböző

szép dimenzióit juttatja még eszembe, a csend társas létünk egyik fontos alapkockája. Meghallgatni a másikat részünkről csendet igényel. A türelmes csend megélése az egyik legsajátosabb emberi tulajdonságunk, az ösztönimpulzusok visszafogásának technikája, gyakorlással fejleszteni lehet. Tudatosan érdemes felkészíteni önmagunkat, gyerekeinket a csendre. Ez feladat szülőként, tanárként, emberek között élőként. Tanulni kell, mert szerzett készség a megfigyelés, amely a befele fordulás képességét is érinti. A magunknak teremtett minőségi csend másik ismérve, hogy mindig őszinte, véresen komoly vállalkozásunk, ilyenkor nincsenek kipillantások az időből, egymásnak feszülünk szemtől szemben saját magunkkal – teszem hozzá én, a kötet olvasója. Várszegi Asztrik és Palotai Gabriella könyve állandó reflexiót vált ki olvasójából, a beszélgetések nem zárulnak le a nyomtatott lapokon, a külső harmadik – az olvasó – folyton reagál a gondolatokra, rábólint, vagy talán éppen vitatkozik az olvasottakkal, közösen folytatva a gondolkodást két mester beszélgetéseibe kapcsolódva. Mindenkinek ajánlom Várszegi Asztrik és Palotai Gabriella könyvét napi léleképítő olvasásra.