

Egy valláslélektani probléma.

(II. közlemény.)

Ezen iskola az igazságnak csak egyik felét hangsulyozza s teljesen figyelmen kívül hagyja, vagy legalább is nagyban csökkenti a Hetero-suggestio fontosságát és psycho-terapeutikai értékét. A külső mozzanatok az ugynevezett tisztán autosuggestionnál is annyira jelentősek, hogy sokkal tudományosabb volna fontosabbnak és lényegesebbeknek tartani a hetero-suggestio egyes mozzanatait, mint az autosuggestio működését. Tulajdonképpen Coue is a maga gyógyításában erre támaszkodott. Az ő klinikája iskola példája a prestige suggestioinak. Az ő gyógykurja konzultálással kezdődött s megfelelő további módszerekben folytatódott. Bármi meg is végebe a proceszusban magában, minden betegének reménye Couéban összpontosul s tőle kapja a suggestio hatásán át a gyógyító erőt.

A suggestio folyamatában a páciens agyműködése különböző mértékben benne van s tiszta hetero-suggestio autosuggestio nélkül nem képzelhető el, de viszont a fordított eset sem létezik. Az autosuggestio szükségére van a külső impulzusra, míg a külső suggestio szükségére van az alany lelkiületére. Az autosuggestio így egy relatív fogalom s azon suggestiók eseteket jelölhetjük meg vele, mely esetekkel kapcsolatban nincs külső reáható erő. Mint-hogy Coue személyisége, beszédformája uralták a páciens ugynevezett autosuggestioját, úgy minden gondolatunknak megvan a külső ható oka. Az autosuggestio tehát önmagában nem is létezik.

Fel kell vetnünk a kérdést, kimutatható-e az imáról az, hogy az autosuggestio?

Amint láttuk az autosuggestio sohasem tiszta, vagyis sohasem képes működésbe indulni lényegében és formájában valamelyes külső tényezők befolyása nélkül. Az ember egymagában és önmagában nem él. Elkerülhetetlenül társas lény. Amikor tehát arra a kérdésre akarunk felelni, hogy vajjon az ima autosuggestio-e tulajdonképpen, arra a kérdésre felelünk, hogy subiectiv-e az ima. Mivel az ima

lelkiállapota nagyon hajlamos az autosuggestiora, van-e elég indok arra, hogy pusztán autosuggestionak nevezzük és semmi másnak? Mindenekelőtt el kell ismernünk, hogy az autosuggestionak hatalmas szerep jut az egyén vallásos gondolkozásában, vagyis a vallásos gondolat ebben a vonatkozásban nem különbözik gyökeresen a nem vallásos gondolattól. A vallásban megnyilvánuló pszichológiai folyamatok ugyanolyanok, mint amelyek a mindennapi élettel kapcsolatban működésben vannak. Ahogy a modern pszichológia fényében mind behatóbban elemezzük az imát s ahogy ennek az autosuggestioval kapcsolatos helyzetét mindinkább tisztázzuk, kitérünk, hogy az imával nincs szükségképpen összekötve ez abnormitás s arra a következtetésre jutunk, hogy ez a vallásos cselekedet éppen úgy engedelmeskedik a lélek megfelelő törvényeinek, mint ahogy engedelmeskedik minden más formájú lélektevékenység. A vallásos lelki folyamatnak ez a nem feltétlen különállósága viszont semmit sem von le értékéből.

Mindezeket azért tartjuk szükségesnek leszögezni, mert ha semmi olyan természet nincs a vallásos gondolkozással kapcsolatban, mely kizárhatná egy olyan objektív létezés feltételezését, melynek bizonyítása immár nem a psychologus feladata, akkor megfelelő módon előkészítettük a talajt a további fejtegetésre.

Az imának tehát, amint láttuk előfeltétele, hogy az annak megfelelő lelkiállapot az autosuggestiora hajlamos. Ezen természetét meg kell vizsgálnunk a nagyobb vallásokban előforduló misztikus gyakorlatokkal kapcsolatban.

Még ha nem is a feltétlen és teljes elmélyedésben elmondott, önfeledt állapotban, átadó lelkiségben történt kommunikációt veszszük is alapul, hanem csupán az őszintébb imákra gondolunk, melyek többek a mechanikus módon elmondott és előírásnak megfelelően intonált imáknál, azt találjuk, hogy a következő fontosabb jellegzetességek bukkannak elő: erős érzelmi hangulat, a figyelemnek az imádat tárgyára való központosítása, különböző erejű akarati törekvés, és végül némán vagy szóban kifejezett határozott vágyak. Ebből az tűnik ki, hogy minden nagyobb nehézség nélkül működhet ilyen lelki állapotban a suggestionak nevezett folyamat, hacsak a felemlített „akarati törekvés“ nem olyan erejű, hogy a folyamatot lehetetlenné tegye. Ugyanis az autosuggestio is csak abban az esetben képes működni, ha a lélek mentes valamennyire attól a hangsúlyozott magatartástól, mellyel központositja gondo-

latait, a magasztalás, akarati és érzelmi vonás formájában, egy lényre, melyhez az ima intézve van.

Ebből az tűnik ki, hogy az őszinte és bensőséges imák leg-többjével kapcsolatban nem sok vitatni valója akad az autosug-gesztios elméletnek. Azok tudnák megmondani, akik igazán imád-koztak. Sok ilyen őszinte ima, ahogy azt elemezzük, hasonlít a Jákob pátriárka Istennel való küzdelméhez, mely gyakran az éjszakába nyulik s melyben nem egyszer meg lehet virradni. Minden imára jellemző a szenvedélyes törekvés, mely verdesi az eget, mely kifakad s olyan sóhajokban és vágyódásokban fejeződik ki, mint amilyeneket Pál apostol említ.

Természetesen nem azt jelenti ez, hogy nincs autosuggestios ima. Ha az imát és annak természetét annyira megszorítjuk, hogy azt csupán egy szellemi „tusakodás“-nak nevezzük, természetesen nem volna több mondanivalónk, azonban megelőzőleg szélesebb meghatározást adtunk az imával kapcsolatban. *Coleridge a követ-kezőképpen határozza meg az imát: „Az imádkozás az emberi lélek legmagasabb erő kifejtése, a minden lelkitulajdonságok össz-pontosítása.* Éppen azért a világ embereinek nagy tömege, a tanu-latlanok és tanultak egyaránt, teljesen képtelen imádkozni.“ Nyil-vánvaló, hogy Coleridge egy sajátos intenzitású és kizárólagos emberi megnyilatkozásra gondol. Az a szigorú megszorítás, melyet eszközü, szélesebbkörű szempontok figyelembevételénél elesik.

Vizsgáljuk most már meg azokat a lelkiállapotokat, melyeket általában *misztikusnak* nevezünk s melyekből talán hiányzik az a keményebb vonás, melyet a jákobi imatípusban láttunk s mely ál-lapot a maga kontemplatív természetében nagyon alkalmas az autoseggestiora. *Ami a misztikus imákban található, tulajdonképpen minden eleven és valóságos imatapasztalatnál megtalálható.* Nem-csak azoknak az embereknek van meg az Istennel való társulás érzete és bizonyága, akiktől a Coleridge meghatározása megta-gadja az imához szükséges abilitást, de megtalálható ez a törzsi fokon, ahol a totemizmus van gyakorlatban, vagy a perzsa nép-imádók, a modern hinduk szent étkezésében és a görög és római ősi szertartásokban, misztériumokban. A miszticizmus *Rufus Jones* meghatározása értelmében egyetemes, mivel szerinte „a miszticiz-mus olyan vallásos típus kifejeződése, mely az Istennel való viszony közvetlen és azonnali megteremtésére fekteti a hangsúlyt“.

Jakob Boeme, a német misztikus, amikor leírja a maga is-

tenfelé törekvését és küzdelmét, a következőket mondja: „Felemeltem a szívemet s Isten felé irányítottam lelkemet s akaratom erejében tusakodásba kezdtem, melyet addig nem hagytam abba, míg Ő meg nem áldott. Megtámadtam viharos erővel Istent, mintha nekem több erőm lett volna s hirtelen a lelkem nem tisztán a Szentlélek segítségével nélkül belörte a kaput és én elértem az Isten-ség legbensejébe, ahol úgy fogadtak engem, olyan szeretettel, mint amikor egy menyasszony megöleli vőlegényét. Olyan dicsőséges és fenkölt élményem támadt, mintha a halálból mentem volna át az életre s ebben a Fényben mindent láttam; láttam, hogy minden teremtett dologban, még a növényekben, a fűvekben is benne láttam Istent. Láttam ki Ő, milyen és mi az akarata s hirtelen az a gondolatom támadt, hogy leírjam az Isten lényét.“ (The Aurum 13 l.)

Az itt leirt extátikus állapot minden misztikus közeledésre jellemző. A módszer a közeledésre vonatkozóan természetesen esetenként különbözik, de mindenikben megvan az alulrólvaló, létra-szerű felemelkedés s mindeniknek végső állapota az Istennel való teljes és tökéletes egyesülésben nyilvánul. Valami házasságféle keletkezik.

Inge a neves psychologus a maga „Keresztény Misztika“ című munkájának egyik fejezetében leírja Tennisonnak az angol költőnek életéből vett egy esetét: „Gyakran éreztem, – ugymond Tennison — egy bizonyos éber eszmélet elvesztését. Gyermekekorom óta majdnem mindig, amikor egyedül voltam. Rendesen úgy jött reám ez az állapot, hogy saját nevemet kétszer, háromszor ismételttem önmagamnak, míg egyszerre csak az egyéni voltom tudatának erejéből maga az egyén fölolvadni látszott és valósággal kihervadt, s beleszintelenedett a határtalan Lénybe. És ez nem egy zavaros állapot, hanem inkább a tiszták legtisztábbja, a bizonyosabbak legbizonyosabbja, az ígézetesek legígézetesebbje, teljesen leírhatatlan, kimondhatatlan, ahol a halál majdnem nevetségesen lehetetlen s ahol a személyiség elvesztése nem kialvást jelentett, hanem az egyetlen igaz életet“ (14 l.)

Természetes, hogy a lélek ilyen és ehhez hasonló állapotában fel kell tételezzük az autosuggestio működését. Ilyen folyamatok létesítéséhez Baudouin szerint szükséges az erőkitéjtés és a törekvés olyan arányu hányada, hogy a „tudatalatti kitörhessen“. Szerinte az autosuggestio jelenségének legfontosabb része a tudat-

alatti birodalmában történik. Inge egy előadásában pedig a következőket mondja: „Az extázis akkor kezdődik, amikor a gondolat megszűnik. Különbözik az álomtól, mert az alany ébren van. Különbözik a hallucinációtól, mert nincs szervi rendellenesség. Ez nem részleges elmálása, hanem időleges kiteljesedése a lelkitulajdonságoknak és különbözik a poétikus inspirációtól, mert a képzelet passiv.“

A misztikus látomás tehát lényegében a tudatalatti dolga, de megvalósítható elhatározásszerűen, különösen a reggeli éberségben, mely időbeli állapot s a Nányi-iskola szerint a legalkalmasabb arra, hogy az autosuggestios eredményeket elérjük,

Mindebből az következik-e, hogy a misztikus ima szubjektív természetű? Természetes, hogy az autosuggestio-folyamat, mint subjektivitást jelentő folyamat felvegyül az imába, mintahogy minden más irányú gondolat is befolyással van. A különbség az, hogy ez az ima-állapotánál hatványozottabban áll fenn. Azonban egyetlen autosuggestio sem pusztán szubjektív. Ezt már láttuk.

Van azonban egy másik, még nem említett vonása is az autosuggestionnak. Említettük, hogy az ima lelkiállapotának egyik feltétele az imádás tárgyának barátságos és jóakaratu volta. *A vallásos ember szinte életremenő küzdelmet folytat, olyan tekintetben, hogy összhangzó viszonyt létesítsen Istennel.* Eszerint az a helyzet, hogy kivétel nélkül, minden autosuggestio feltételezi, hogy a Világrend végső állapota és állaga igazságos és barátságos. Ezt hiszi Coué is és psycho-terápiája ezen épül fel s ez által tud hatni pácienseire is. Szemléltető lesz ilyen tekintetben az ő „Autosuggestio a gyakorlatban“ című munkájának egy kis része, bizonyítván azt, hogy miként ér el eredményeket a heterosuggestioval egy, az autosuggestio hirdetője. „A paciensek lehunyták a szemüket és ő (Coué) csendesen beszélni kezdett monoton hangon lelkük elé idézve azt a testi és lelki egészséget, melyet keresnek. Ahogy hallgatták őt éberségük ajáhanyatlott s valami álmatag állapotba estek s lelkiszemeikkel látták csupán azokat a képeket, melyeket elejökbe tárt. A fák gyönyörű és üde lombzatát, a madarak énekét, a kertben sétálók csendes melodiáját stb. s azután így folytatta — amit most mondok az nagyon fontos... ha a múltban nem volt önmagatokban bizalmatok ez az önmagatokról való rosszvélemény miatt volt, ez most el kell tűnjön. Hitetek kell legyen önmagatokban. Ismétlem... hitetek fog lenni.“

Ezen általános suggestiókat azok a sajátos suggerálások követték, melyekre külön-külön egyéni állapotuk szerint szükségük volt a betegeknek s ahogy betegeit külön vette, kezét fejükre helyezte gyöngéden s rajzolgatni kezdte azt az egészséges állapotot, melyet nemsokára elnyernek. *Egy elgyenyedettt, elebbet lábu betegnek példaúl ezeket mondta: „mostantól kezdve a szervezete minden szükségést meg fog tenni, hogy tökéletesen egészséges lába legyen, gyorsan meg fog gyógyulni, a sejtek azon munkálnak minden erejükkel, hogy a bőre egészséges legyen. Rövid idő alatt erős és ruganyos lesz a lába és a jövőben mindig ilyen marad.“* Azután ezen szavak után megengedte, hogy a beteg kinyissa a szemét. Olyan tekintettel néztek ezek körül a szobában, mintha valamely kellemes álomból ébredtek volna.

Nyilvánvaló tehát, hogy Coué arra törekedett a maga szanatoriumában, hogy bizalmat öntsön betegeibe s elhitesse velük, hogy a természet törvényei barátságosak az emberrel szemben, ha arra igyekszik, hogy alkalmat szolgáltasson ennek bizonyítására. Az egész világegyetem rendre-rendre azon lesz és azon törekszik, hogy a beteg meggyógyuljon. Talán szerencsésebb volna azt mondani ezek után, hogy tulajdonképpen az autosuggestio imádság inkább, mint azt, hogy az imádság autosuggestio. A bizalom és a hit, melyek olyan súlyos szerepet játszanak gyógyítási gyakorlatban, határozottan vallásos jellegűek.

Az autosuggestio jelenléte az imában tehát még nem jele annak, hogy az ima pusztán szubjektív s ez még nem ássa alá az ima lényegét. Ellenkezőleg a psycho-terapeutikai gyógyításhoz hasonlóan az ima kellemes és áldásos következményei inkább megalapozzák az imát magát. A pragmatikus kritériumot minden esetre kiállja. Határozott utókövetkezményekkel jár s a vallás psycho-terapeutikai gyógyító erejét, még a vallást tagadó psychologusok is elismerik. Az agnosztikus Dubois azt mondja: „Az Istenben való hit azt műveli, hogy a hívő megingathatlan marad a szenvedés közepette s sem a betegségtől sem a haláltól nem fél“.

A tapasztalat, a gondosan végzett kísérletek és elemzések kellő módon bizonyítják, hogy a hit mindig egy objektív letezőhöz fordul imában. Mindez természetesen metafizikai uton még tisztázandó, de hatalmas erősség a hívő ember számára, hogy lélektani uton nem lehet egykönnyen levenni trónjáról az Istent. Az új lélektan nem tudott cáfolni, inkább csak bebizonyította, hogy a természetes és normális lelki folyamatokhoz hasonlóan természetes és normális a hit lelki folyamata is. A hetero-suggestio világánál vizsgálva az imát, azt látjuk, hogy gyakran létezik egy ilyen objektív lény, akkor az ima az a forma, melyen át összeköttetést lehet teremteni egy ilyen lényvel, mert az ima lelkiállapota felel meg a legjobban olyan szempontból, hogy nagy intenzitásban rendelkezik suggestibilitással s mindaz, amit a külső Valóság mondani akar az ima állapotában közölheti a legeredményesebben.

Dr. Fikker János.

Széljegyzetek Hiszekegyünk reformjához.

Az alábbiak nem pusztán egyéni meglátások, vagy elgondolások. Magukon viselik egy csoport gondolkozó spontán nézetének jellegét, amint a nézetek az enyémmel elvegyültek, vagy azt némileg átfestették. Aranyosrákoson boncolgattuk a kérdést, a lelkeszköri közgyűlésen. Én azóta többször is előszedtem, mint gyermek a játékkockáit, hogy megépítsem a magam fellegvárát, de csak a keskeny alapzatig jutottam, mit legfennebb csak „kikiáltónak“ lehet használni, vagy lépcsőnek, honnan esetleg tisztább távlatok nyílnak. De nézetem szerint ez is jelent valamit. Ha nem egyebet, egy egyszerű nekilendülést egy testületileg megnyilatkozó mélyebb értelmű és magasabb szárnyalású terv megvalósulásához. Az eszme elindul margónfutó széljegyzetekben, de itt-ott magával görgeti a kérdés mélyebb lényegét. Nem öleli fel az egészét, ezt remélhetőleg elvégzik mások, maga a tisztánlátó, öntudatos unitárius gondolkozás, mely egyedül hivatott arra, hogy tárgyilagos és higgadt megítélésének szűrőlencséjén keresztül, körültekintő óvatossággal mintázza meg és dolgozza ki a kor és lélek kivánalmainak megfelelő unitárius Hiszekegyet, mert a jelenfegi sem a kor, sem a hit, sem a lélek igényeit nem elégíti ki. Az eszmét tehát a kiáltó szükségesség lökte mozgásba. Azért is hivatkoztam a csoport-vélemények lényeges azonosságára, hogy egy közös meglátás és megérzés igazolja megállapításomat. Hogy főleg a magam buzdítására elmondhassam: így látom én s ugyanígy látták mások is. De hivatkozhatom s hangsúlyozottan hivatkozom mélyebben fekvő okokra is. Megállapítom, hogy Hiszekegyünk radikális reformra vagy teljes kicserélésre szorul, *mert sem a múltban, sem a mai formájában nem képviselte és nem képviseli a mi hitvallásunkat.* Bevallom, hogy meglepő, sőt megdöbbentő kijelentés ez, de igazolni próbálom s hiszem, hogy képességeim szerint ez sikerül is.

Nekünk, unitáriusoknak két Hiszekegyünk volt és van talán még ma is: *irott és iratlan.* Az *irott* formába van öntve. Ezt