



Anselm Grün

Az álmok szerepe a Bibliában

I.

Mind az Ó-, mind az Újszövetség ismételtelen beszámol olyan álmokról, amelyekben Isten szól az emberekhez. A Teremtés könyvének 28. fejezete például elbeszéli Jákob álmát. Jákob menekülőben van testvére, Ézsau elől. Egyszer egy követ tesz a feje alá párnául, és ezt álmodja: „Egy létra volt a földre állítva, a teteje az égig ért, és Isten angyalai jártak azon fel és le. Odafönt pedig az Úr állt, és ezt mondta: Én vagyok az Úr, atyádnak, Ábrahámnak Istene! Ezt a földet, amelyen fekszel, neked adom, és a te utódaidnak.”

Az álom Jákob helyzetét értelmezi. Kívülről tekintve reménytelen. Menekülőben van, és fél a testvérétől. Ám az álom megmutatja neki, hogy Isten vele van, és megáldja. Ily módon az álomnak pozitív, terapeutikus hatása van Jákobra: félelem nélkül nézhet szembe az étellel, teljes bizalommal járhatja útját, mivel maga körül tudja Isten közelségét, amely megszabadítja őt az emberek hatalmától.

Amikor felébred, felismeri: „Valóban az Úr van ezen a helyen, és én nem tudtam.” Maga Isten szól álmában Jákobhoz, utódokat és nagy vagyont ígér neki. Mindenekelőtt azonban azt ígéri meg, hogy vele lesz: „Veled vagyok, és megőrizlek téged, akárhová mégy, és visszahozlak erre a földre. Bizony, nem hagylak el, amíg nem teljesítem, amit megígértem.”

Az álom más valóságot mutat meg Jákobnak, mint amit valóságosnak él meg. Tudatos világát a félelem és Ézsau előli menekülése alkotja, de emögött rejlik a tulajdonképpeni valóság: Isten, aki körülveszi és kíséri. Ennek felismeréséhez Jákobnak egy álomra van szüksége. Pusztán gondolkodással vagy imádkozással ezt nem ismerhette volna fel, mert megmaradt volna saját jámbor elképzeléseiben. Valami egészen újnak a felfedezéséhez arra van szüksége, hogy az álomban Istennel találkozzék.

Fontos szerepet játszanak az álmok József történetében (1Móz 37-41. fejezet). Először maga József álmodik,

aztán a fáraó álmait értelmezi. József azt álmodja, hogy a kék és a hold és a csillagok is meghajolnak előtte. Álmában látja meg – a legkisebb fiú, aki semmit sem számít –, hogy ki is ő valójában. Az álom megmutatja neki nagyságát és hivatását.

De magányossá is teszi, testvéreit ugyanis bosszantja az álma, s az ő különlegessége. Megakadályozni azonban nem tudják álmának beteljesülését: éppen azért válnak a rá vonatkozó ígérlet megvalósulásának segítőivé, hogy meg akarják ölni. Magának Józsefnek pedig minden bajában és szorongatásában kísérője lesz az álom. Tudja, hogy a fogság nem az igazi valóság, hanem minden kerülőt ellenére Isten mégis teljesíti, amit álmában megígért neki.

A börtönben fogolytársai álmait értelmezi József. Reggel látja rajtuk, hogy rosszkedvűek. Az álmok hatnak az emberre. Bizonyos álmok után vidáman és bizonyossággal eltelten ébredünk, mások után úgy érezzük, mintha kerékbe törtek volna minket, pánik fog el, és egész nap nyugtalanok és szomorúak vagyunk.

A foglyok rosszkedvűek voltak, mert nem tudták értelmezni álmukat. Ha nem tudunk mit kezdeni az álmainkkal, noha sejtjük, hogy valami fontosat jelentenek, akkor tanácsalanos vagyunk, és nyomott a hangulatunk. József azt mondja fogolytársainak: „Nem Isten dolga-e az álomfejtés?”

Ha Isten szól hozzánk álmunkban, akkor egyedül Isten értelmezheti is, mit akart mondani az álmokképekkel. Imádságra van szükségünk az álmok jelentésének felismeréséhez. Nem szükséges pszichológiai könyveket bújni, hanem Istennel kell beszél-nünk arról, voltképpen mit is akar mondani nekünk.

József a főpohárnok álmát pozitívan, a főszőlőmesterét negatívan értelmezi: három nap múlva felakasztják. Az álmok tehát nem csupán pozitívak lehetnek: a magunkra vonatkozó igazságot akarják elmondani nekünk, még ha az halálos is. De éppen ezáltal akarnak minket elvezetni az igazság-

ra, és akarják megváltoztatni az életünket. Az Ószövetségben a hamis próféták minden álmot pozitívan értelmeztek, a valódi próféták viszont az igazságot hirdették, mivel csak az igazság képes szabaddá tenni minket. A fáraó álmainak értelmezése egyszerre pozitív és negatív, s arra képe-síti a fáraót, hogy megfelelően reagáljon a gazdasági helyzetre.

Az álom tehát segítség ahhoz, hogy helyesen tudjunk bánni a külső valósággal: bölccsé tesz, a napi eseményeken túla irányítja figyelmünket, és a jövőbe enged bepillantást. A jövő azonban nincs szilárdan rögzítve, így a jövőbe vetett pillantásnak csak az az értelme, hogy felkészüljünk, és megfelelő módon reagáljunk rá. A József-történetben előforduló álmoknak az a szerepük, hogy szembesítsenek minket életünk igazságával, és felhívjanak minket arra: nézzünk szembe az igazsággal, és helyesen reagáljunk rá. Továbbá meg akarják nyitni szemünket a jövőre, hogy lelkileg felkészülhessünk rá.

Az izraelitáknak meggyőződésük volt, hogy Isten szól hozzánk álmainkban. Mózes 4. könyvében (12,6) maga Isten mondja nekik: „Ha van az Úrnak prófétája köztetek, azzal látomásban ismertetem meg magam, álomban beszélek hozzá. De nem ilyen Mózes, a szolgálóm... Vele szemtől szemben beszélek, világosan, nem rejtélyesen. Ő az Úr alakját is megpillanthatja.”

Az izraeliták számára tehát szent dolgok az álmok, mivel azok révén Isten érint meg minket, és szól hozzánk. De nem csupán szól hozzánk, látomásokban meg is jelenik. Amikor a Biblia látomásokról beszél, akkor nem olyan rendkívüli eseményekre, történésekre gondol, amelyeket filmen rögzíthetnénk, nem is képzelődések ezek, hanem bizonyos élmények, akár csak az álmok, amelyeket szintén átélünk, nem pedig beképzelünk magunknak. Az Ó- és Újszövetségben Isten ismételt látomásokban ismerteti meg magát. Isten az álmokban akar találkozni velünk, s akkor egyszer csak eltűnhet szemünk elől a lepel (vö. 2Kor 3,16), és világo-

san felismerjük őt. Egyszer csak meglátjuk életünk igazságát, Isten nekünk szóló igazságát.

II.

Az Újszövetség könyvei közül mindenekelőtt *Máté* evangéliumában játszanak nagy szerepet az álmok. Jézus születését álmok kísérik. József álmában tudja meg, hogy jegyese a Szentlélektől van áldott állapotban. Álom leplezi le számára, mi történt, és mi a dolga. József engedelmeskedik, és magához veszi Máriát. Számára az álom nem semmire sem kötelező tudás, hanem cselekvésre kötelezi.

Amikor megszületett az isteni gyermek, csillagjósok kelnek útra napkeletről, hogy elmenjenek, és hódoljanak a gyermeknek. Ők is álmokat látnak, de álmaikat összekapcsolják csillagászati tudományukkal és történelmi ismereteikkel, így érik el céljukat. A csillag mutatja nekik az utat, s Jeruzsálemben kutatnak a gyermek után. Amikor aztán megtalálják, leborulnak előtte, és hódolnak neki. Álomban tudják meg Istentől, hogy más úton térjenek vissza hazájukba. És engedelmeskednek, éppúgy, mint József, akinek ismét angyal jelenik meg álmában, és felszólítja, hogy meneküljön Egyiptomba. Később ismét álombeli intésre tér vissza Izraelbe.

Jézus születését így csupa álom veszi körül. Álomban ismeri fel József Mária titkát és az isteni gyermek titkát,

és álom mutatja meg neki azt az utat, amelyet engedelmesen járnia kell. Az álmok tehát kötelezőek. Hatással akarunk lenni az élet valóságára.

Lukácsnál mindenekelőtt az Apostolok cselekedeteiben játszanak nagy szerepet az álmok. Péter álmában tudja meg, hogy be kell fogadnia a pogányokat a keresztény gyülekezetbe, és hogy a zsidó törvények nem abszolút érvényesek a pogányok számára. Álma (ApCsel 10,9-16) fordulópont az ősgyülekezet missziójának korai történetében. Péter szigorú elkötelezettje a zsidó gondolkodásnak, és vonakodik közösséget ápolni a pogányokkal. Ekkor Isten álmában szólítja meg. Egy tálat mutat neki, tele olyan négy lábúakkal, amelyek a zsidók körében tisztátalannak számítanak, és azt mondja neki: „Amit Isten tisztának nyilvánított, ne tartsd tisztátalannak!” Az álom megtöri Péter ellenállását, felkel, és a pogány százados, Kornéliusz követével elmegy Cezáreába, s ott megkereszteli Kornéliuszt. Tettének indoklásaként az álmot nevezi meg.

Ez az eset megmutatja, milyen kiemelkedő jelentőséget tulajdonítottak az ősegyházban az álmoknak. Egy álom dönt a misszió menetéről. Egy álom megtöri az emberi ellenállást, és teret ad Isten működésének olyan emberekben, akik önmaguktól csak nagyon szűklátókörű gondolkodásra

képesek: kitágítja látókörüket, és szokatlan cselekvésre ösztönzi őket.

Így hát az álomnak *kettős jelentősége* van a Bibliában. Az *egyik*: leleplezi a rám, személyes állapotomra és életem titkára, illetve a másokra vonatkozó igazságot, továbbá egy nép vagy egyes személyek politikai és vallási helyzetére vonatkozó igazságot. Helyesbíti és kiegészíti tudatos látásmódunkat, de új távlatokat is nyit. Álunkban Isten megmutatja nekünk az igazságot, félrevonja azt a leplet, amely a valóságot fedi. Az álom azonban az Istennel való közvetlen találkozás helye is. Isten nemcsak a valósággal kapcsolatos üzeneteket küld, hanem élénk is jön, küzd velünk, mint Jákobbal az éjszakai birkózásban, és felismerteti magát, látomásokban jelenik meg, és lehetővé teszi, hogy álmokképekben szemléljük őt.

A bibliai álmok *másik* jelentősége: konkrét útmutatást adnak. Isten megmutatja nekünk, hogyan döntsünk, és így segít abban, hogy tájékozódni tudjunk az életben. Az álom nem gondolati játék, hanem feltétlenül érint minket. Kihat cselekvésünkre, és e világ konkrét tetteiben valósul meg, sőt fontos történelmi döntéseket és fejleményeket határoz meg. Olyan történéseket hoz mozgásba, amelyeknek messzire ható következményei vannak minden ember számára. Az álom révén Isten maga avatkozik bele a történelembe.

Forrás: Publik-Forum Extra, 2005. február

Álom a pokolról

Ki beszél még manapság olyan archaikus elképzelésekről, mint a menny vagy a pokol? Hiszen ezeket a fogalmakat már csak jelképes értelemben használják, hogy a nagy boldogságra vagy boldogtalanságra utaljanak, valójában senki sem hisz már bennük mint valóságban. Talán csak egyes gyerekek és gyerekek megmaradt felnőttek rettennek meg ezektől a fogalmaktól.

Am úgy tűnik, a lélek más véleményen van. Tudja, hogy e fogalmak mögött ósrégi félelmek vagy remények rejtőznek, s azokat semmiféle intellektuális felvilágosítás nem képes elhallgattatni. A hétköznapi ész eltüntette őket a tudatból, az értelemből, de éjjelente ismét kilépnek a fényre ezek a hatalmuktól megfosztott figyelmeztetők: az álmokban jelentkeznek, és semmit sem veszítettek valóságosságukból és haterejükben. Sőt, nekem egyenesen úgy tűnik, mintha a menny fogalma még sápadtabb is lenne, mint a pokol. Ez alighanem abból fakad, hogy bizonyára kevés ember hordja magában a mélységes harmónia „mennyei” állapotának képét, a „pokol” állapotának viszont, úgy látszik, inkább van fogódzója valóságban.

Egy effajta álom egyszer engem is felriasztott. Nem csupán hozzám szólt az emberi egzisztencia figyelmen kívül hagyhatatlan komolyságáról, hanem csendes figyelmeztetőként későbbi életemben is jelent volt számos pszichoterápiai kezelésen, mélységet és súlyt adva a lélekért folyta-

tott fáradozásaimnak. Gyakran lett megvesztegethetetlen útmutatóvá, amikor emberi válságokban úgy látszott, hogy eltűnt az illetők saját útjának iránya.

Ez az álom olyan időszakban jött, amelyet egyáltalán nem nevezhetnék kritikusan. Akkoriban még nem is volt semmi közöm a mélypszichológiához vagy a pszichoterápiához, mindezzel csak sokkal később kerültem kapcsolatba. Egyenesen belém zuhant ez az álom, ahogyan egy meteor csapódik bele a Földbe. (...)

Azt álmodtam, hogy meghaltam. Ott álltam a dívány mellett, amelyen rendszerint aludtam, és lenéztem élettelen testemre. Semmilyen különös érzélem nem kapcsolódott ehhez. Pontosan úgy szemléltem magamat, ahogyan az ember egy megváltoztathatatlan tényre tekint. De ez az állapot nem tartott sokáig. Belső nyugtalanság fogott el, és éreztem, hogy el kell hagynom ezt a helyet. Eltávolodtam, szemlátomást valamiképpen repülve, noha sem szárnyakat nem láttam, sem saját személyemet. Csak azt vettem észre, hogy a fák koronájának magasságában mozgok, és kizárólag valamiféle belső sürgetés hordoz, amely motorként működik. Egy idő után észrevettem, hogy nem vagyok egyedül ott fenn. Jóllehet senkit sem láttam vagy ismertem fel, éreztem sok más lény jelenlétét; ők alighanem ugyanabban az állapotban leledztek, mint én, és ugyanabba az irányba törekedtek előrefelé. Álombeli érzésem szerint jó darabig tartott ez az utazás. De

aztán a színhely megnyílt lenti irányban, a fák koronái viszhahúzódtak, és szabaddá tették a kilátást lefelé. Barátságos kép tárult elém. Lenn afféle erdei vendéglőt lehetett látni, az asztalok és a székek egy erdei réten álltak. Sok ember ült ott, és kellemesen múltatták az időt. Italokat és süteményt szolgáltataltak fel, ahogy ez nálunk is szokás vasárnap délutáni kirándulásokon. Igencsak hajlottam arra, hogy magam is felülüljek köztük, de egy furcsa, legyőzhetetlen késztetés nem engedte meg, hogy leszálljak, és az ott ülőkhöz társuljak. Kénytelen-kelletlen folytatnom kellett utazásomat.

Valamivel később másodszor is megismétlődött ez a jelenet. Sok vándortársam ismét azt részesítette előnyben, hogy helyet foglaljon az erdei réten. Aztán, ahogyan a mesékben, ugyanez megtörtént harmadszor is. De megint nem tudtam eleget tenni a meghívásnak, tovább kellett mennem.

Ekkor megmozdult bennem valami – és hirtelen tudtam, valójában mi játszódik le ott lenn. Kísérőim nem azért mentek le, mert éppen szünetet akartak tartani és fel akartak üdülni; ellenkezőleg: ők már megérkeztek, ki-ki a maga végállomására, a motor nem vitte tovább őket, de nem tudták, hogy immár örökre azon az állomáson kell ülni maradniuk. Belső hordozóerejük egyszerűen nem vitte tovább őket. Ekkor ez a mondat fogalmazódott meg gondolataimban: „Ez a pokol. Az, hogy ülni kell maradni.” Amikor felébredtem, ez az aggodalmas kérdés vetődött fel bennem: Mikor érkezik el a te helyed, ahol ülni kell maradnod? Egyidejűleg azonban megkönnyebbült érzés áradt szét bennem: Most még tovább mehatsz!

Már utaltam arra, mennyire megrendített ez az álom, amelyről úgy tűnt, sehonnan sem jön. Sosem feledve, immár 38 éve kísér, s mindig arra int, hogy tovább menjek. Csak 13 évvel később kezdtem el pszichoterápiai tanulmányaimat. Azóta a munkámban is elkísér ez az álom, és élessé teszi tekintetemet a hozzám kezelésre jövő emberek lehetőségeit illetően. Mindenekelőtt annak meglátására int, hogy az ember el ne tévessze saját útját. Mélypszichológiailag nézve ugyanis az ülni maradás stagnálást jelent. Lelki téren azonban egyáltalán nem létezik stagnálás, mivel a psziché alapjában véve haladásra és fejlődésre van beállítva. Az ülni maradás tehát valójában regressziót, visszalépést, visszafejlődést jelent, vagyis az élet realitásának megtagadását. Viszont minden neurotikus megbetegedés fő oka a regresszió. Tehát az, hogy álomban oly sok lény látszólag értelmetlenül ülni maradt a kávé és sütemény mellett, a valóságban minden más, csak nem barátságos történés. Az álom ezért nevezi pokolnak.

Hogyan ábrázolja a tudattalan – mondjuk, álomban – egy ember ülni maradását? Erre egy példa: Egy harmincas éveinek végén járó, művelt férfi már hosszabb ideje járt pszichoanalitikai kezelésre. Eltekintve attól, hogy házassági problémái voltak, tulajdonképpeni célja az volt, hogy továbbfejlessze személyiségét. Ez a vállalkozása azonban rossz csillagzat alatt állt annyiban, hogy felesége alapvetően elutasította férje analízisét, és mindent megtett annak érdekében, hogy zátonyra futassa a dolgot. Felhívtam a férfi figyelmét arra, hogy rendkívüli erőfeszítésekre lesz szüksége ahhoz, hogy ebben a helyzetben kitartson. Ekkor azonban jött egy jelentős álom, amely – úgy tűnt – az analízis folytatásának lehetetlenségét jelezte. Az álom ez volt:

„Egy tónál álltam. A tó partján egy fa állt, s ágai szinte vízszintesen nyúltak ki a tó fölé. Hasmánt a fa törzsén kúszva, megpróbáltam előrehatolni egészen a fa végéig. Lenéztem a vízbe. Ekkor csodálatos, a legkülönfélébb színekben világító és csillogó világot láttam magam alatt. Ezüst- és aranyszínű, nagy és kicsi halak mozogtak hangtalanul ide-oda a vízben, és úgy látszott, egyenesen felkiálnak nekem. Egy arany ragyogású, különösen nagy sügér egészen a közelemben úszott, így kísértést éreztem arra, hogy beugorjak a vízbe, és kifogjam. Hirtelen az a gondolat jutott eszembe, hogy nem is tudom, milyen mély a tó, és könnyen beüthetem a fejemet. Reszketés fogott el,

és már csak egy gondolat vezérelt: amilyen gyorsan csak lehet, másszak vissza a megmentő partra, a biztonságba. Amikor a part közelébe értem, kisgyerekeimet láttam ott állni; ők segítettek abban, hogy szilárd talajra jussak.”

Az álmodó figyelmét felhívtam arra, hogy ez az álom már tartalmazza a regresszió lehetőségét: Hosszú időn át esélye volt arra, hogy szemügyre vegye, milyen kincseket kínál saját életében a tudattalan, és ezáltal megtapasztalja képességeinek kibontakozását. Most azonban külső helyzetének nyomása alatt elvesztette bátorságát a továbblépéshez. Az álom még egyszer az elé az alternatíva elé állította, hogy vagy felhasználja belső gazdagságának színes sokféleségét, vagy végérvényesen búcsút mond annak. Az álom tulajdonképpen már elővételezte a férfi küszöbön álló döntését; ennek ellenére ez az álom képes volt arra, hogy még egyszer, utoljára megtérésre indítsa ezt a férfit.

Bármilyen jelentős legyen is az ülni maradás az egyes ember sorsa szempontjából, mégis olyan problémáról van szó, amely egyúttal az emberiséget mint egészet is érinti. Nyomatékos intés erre vonatkozóan például Wilhelm Reich nagyszerű könyve, a Krisztus-gyilkosság, amelyben arról van szó, hogyan küzd az ember Jézus alakjával. Reich számára „a Krisztus-probléma a mozgás harcát jelenti a megmerevedett struktúrák ellen”. Reich a lehető legnyomatékosabban harcol „a páncélozott ember” „ülni maradásá” ellen; így nevezi azokat az ülni maradókat, akikre semmivel sem lehet hatni. „Az igazi élet előre, ismeretlen területek felé mozog.” Ezért az ülni maradók azok, „akik mindmáig és ismételten meggyilkolják Krisztust, aki maga az élet és a mozgás. Számukra Krisztus túlságosan mozgékony, ezért a lemaradás és a mögötte sántikálás érzésének szükségképpen gyűlöletté kell alakulnia az újjal, a mozgóval, a felkavaróval szemben”.

Látjuk tehát, milyen dimenziókba tágul „saját utunk” járásának problémája, és hogy nem csupán az egyén sorsát határozza meg, hanem egész csoportokét és népeket is. Ezek számára is az előrehaladás az egyetlen járható út, minden regresszió katasztrófába visz, amint láthattuk ezt például a hitleri birodalomban. Ezért a pokolról szóló álmot nemcsak egyénileg kell értelmeznünk, hanem egyének fölöttien, azaz kollektívan is. Egyidejűleg megszólítja és felszólítja az emberiséget mint egészet is. Ezt az előrehaladást talán Hermann Hesse fejezte ki a legtökéletesebben Lépcsők című versében:

*Miképpen elhervad mindig a virág,
s öregkor elől kitér az ifjúság,
úgy tűnnek fel az élet lépcsői mind,
és minden bölcsesség, minden erény is
idején virit, örökké nem tarthat.
Ha hívja az élet, a szív legyen csak
búcsúzásra és újrakezdésre kész,
hogy bátorsággal, mit sem szomorkodva
más, új kötéseknek adja át magát.
Mert minden kezdetben varázs rejtezik,
amely megoltalmaz és élni segít.*

*Szeljünk át derűsen teret tér után,
egyiken se csüggjünk mint otthonunkon:
a világszellem nem kötöz, korlátoz,
de lépcsőről lépcsőre emel, tágit.
Alig gyökereztünk egy életkörbe,
s lett meghitt ott-lakásunk, már ernyedünk;
kilépni a bénító megszokásból
az tud csak, ki útra, indulásra kész.*

*Még a halál órája is, meglehet,
új terek felé küld ifjú erővel,
az élet hívása nem hal el soha...
Mossa hát, búcsúzzál, te szív, és virulj!*

Hanna Wolff