

JAAP DE LANGE

Az ének a pasztorációban – Gyakorlati teológiai szempontok*

Van egy különleges kép, amelyet az élethez használunk: az életút képe. Ősi kép, amellyel azt fejezzük ki, hogyan éljük meg az életünket. Az emberek mindennapi életükben és a hit hagyományában az életet gyakran útként, úton járásként vagy zarándoklatként írják le.

Ez érthető is, mert így kezdődik minden ember élete: útra keléssel. Kifelé a szülőcsatornán át, be egy új világba. A születéssel az ember útra kel. És ez így marad az egész életben. Az ember folyamatosan átlép az újba, maga mögött hagyja a régit, és egy új fázisba érkezik. Az élet minden ember számára egy állandó mozgásbanlét. Nem tehetünk másképp. A csecsemőkorból a kisgyermekkorba, a kisgyermekkorból a gyermekkorba... És bár mindannyian ugyanazt az utat tesszük meg, az utazás senkinek sem ugyanaz.

Az életút és a zarándoklat képei annyira ismerősek, hogy nagyon könnyen értelmezhetjük életünk fejlődését általa. Mi történt az életem útján az elmúlt gyönyörű és sokkoló dolgokkal? Mi jött el az életem útján? És persze, ki? Milyen kereszteszédések voltak ott? Hogyan és miért választottam épp azt az irányt abban a pillanatban? Mi volt az, ami megállított? Ki hagyta el az utat? Vagy ki volt, aki éppen elment tőlem, más irányba? Mit vesztettem az úton, vagy mire találtam váratlanul? Ki ment újra és újra velem? Ki jött? Mi inspirált, amikor úgy döntöttem, hogy...?

A kérdések könnyedén bővíthetők és meghatározhatók az életút fogalma alapján. Arra utalnak, hogy hogyan látjuk az életünket. Minden időben és sokféle kultúrában látjuk úgy az embert, mint aki mozgásban van.

Az ének

Ezek a képek az énekekbe is bekerültek. Így énekeljük meg az életet. Ez nem meglepő, mert ebben a metaforában az énekek mindenféle aspektust, egzisztenciális kérdést és élettapasztalatot kifejeznek. Ily módon olyan témákhoz fordulnak, amelyeket az életünk során szereztünk, és kifejezik az életünk bizonyos pillanataihoz kapcsolódó érzéseinket. Ez azt jelenti, hogy az ének megérinthet minket. Ez megtörténhet egy világi dal, valamilyen vallásos vagy egyházi ének által is. Mindhárom képes megragadni, kifejezni és csatornázni az ember érzéseit.

* Eredetileg megjelent (holland nyelven): BARÁTH B. L.–FEKETE K.–KIS K.: *Ösztönző lelkiség. Tanulmányok Bodó Sára 60. születésnapja alkalmából* (Acta. Debreceni teológiai tanulmányok 13.), Debrecen, DRHE, 2019.

A vallásos énekeknek sajátos szerepük van. Érzelmeket emelnek ki a hit szimbolikus nyelvével a hit hagyománya vagy a hitbeli közösség rendje szerint. Ez gyakran egy külön dimenziót kínál közvetlen módon, olyat, ami a világi dalokban általában rejtve van jelen. A kérdésed, a tapasztalatod, az érzésed az Örökkévaló előtt áll. A hagyomány, amelyben felnőtél, amely ismerős a számodra, szavakat kínál erre. Néha ez olyan helyzetekben történik, amikor a saját szavaink cserben hagynak bennünket.

Természetesen ez sem egyforma mindenki számára. Az emberek különbözők, ahogy az énekek is. Arról van szó, hogy felismerjük az érzéseinket egy énekben, amit az megragad, megérint. Számos tényező szerepet játszik ebben. Például az élethelyzethez kapcsolódik, amelyben először hallottad azt a bizonyos éneket, összefügg az életmóddal és a hittel, azzal a (vallásos) fejlődéssel, amit átéltél és a nyelvvel is, amit ismersz. Röviden: mindenkinek teljesen egyedi háttere van.

Az élet, mint zarándoklat

A Bibliában is megtalálhatók az élet útjának a kereséséről szóló énekek, különösen a Zsoltárok könyvében. Itt különleges zarándokénekeket találunk. Vegyük például a 84. zsoltárt. A Biblia napjaiban az emberek konkrét zarándoklatokat vállaltak. Ebben az összefüggésben nagyon jól ismert az Újszövetség története. A Lk 2,31-ben, József, Mária és a gyermek Jézus Jeruzsálembé megy a Páskára. Ezt egy olyan szokás szerint teszik, amely az Ószövetség előírásaihoz kapcsolódik (23.34). Ma már metaforikus értelemben énekeljük a zarándokok énekeit mint életünk útjáról szóló dalokat. Ám egy szó szerinti és egy képletes zarándoklat nyomai is megvannak a Bibliában (Zsid 11,13–16).

Mindazonáltal először is különbséget kell tennünk néhány dolog között, hogy helyesen értsük mindezt. Mert nem tehetünk egyszerűen egyenlőségjelet életünk útja és a zarándokút között. Az ember tudatosan kezd el egy zarándoklatot. Elmenekül a mindennapi életből, és elindul egy úton, mélységet, jobb létezést, lelki impulzusokat keresve. Ebben az értelemben a zarándokútnak négy fontos pillanata van. Az első, hogy búcsút mondunk a mindennapi életnek. Tudatosan elhagyjuk a napi rutint, mindent, elhagysz mindent, ami addigi életed volt. Útra kelsz. Néhányan szó szerint elindulnak: gyalogolni fognak. Minden lépéssel egyre inkább hátra hagyják otthoni helyzetüket, és arra összpontosítanak, ami jön. De a végső cél még mindig a horizont mögött van. Amikor *útközben* vagy, még nem tudod, mit vagy kit fog hozni számodra az új nap. Hosszú utat kell megtenned. S ha körülbelül a feléig elértél, ott a bizsergés, a vágy, hogy immár hamarosan valósággá válik a megérkezés. És egyszer csak az egésznek vége van. A harmadik fő pillanat a *megérkezés* az úti célba. Megcsináltad. Az út mentén mindenféle tapasztalatot és gondolatot szereztél. Visszatekinthetsz erről a helyről, amelyet végső célként választottál. Előtte már mások számára is lehetett ez a hely az inspiráció helye, az önátadás és az istentisztelet helye. Talán a hosszú út után ez a hely új gondolatok és felismerések forrása lehet a számodra is, melyekkel aztán visszamehetsz. *Hazafelé*, mert ez a zarándoklat negyedik pillanata. A visszatérés az otthoni helyzetbe, ahol az ember

a tapasztalatait integrálja a mindennapi életébe. Ez is a zárandoklás lényeges része. Mit tett hozzá ez az utazás az életed utazásához? Mit tanultál magadban, magadról? Hogy mégis most tovább? Ezt járták be az emberek, szó szerint, az évszázadok során. Hasonlóképpen utaznak ma is sokan Taizébe, Rómába, Ionába, Santiago de Compostellába, vagy, mint a 84. zsoltárban, Jeruzsálembe. Még mindig járnak emberek a világ zárandokútjain.

Így a zárandokénekek a sajátos műfajt képeznek. Olyan dalok ezek, amelyek konkrét utazás közben születtek. Természetesen egy ilyen úton is sok minden történik az emberrel, de az éneket az a tény határozza meg, hogy ez egy szándékos utazás. Ezért ezek az énekek elsősorban az utazás idejére valók.

Ennek fényében tekintünk a zárandoklatra mint az életünk utazásának képére. Ezért fontos, hogy ne hagyjuk figyelmen kívül a zárandoklat jellemzőit. Hiszen az élet zárandoklatként való értelmezése ebben az összefüggésben inkább eszkatológiai orientációt feltételez. Feltételezi a tudatosságot olyan döntésekkel kapcsolatosan, mint a személyes elhívás, vagy hogy mi az, amire az életed irányul és amire fókuszálni akarsz. Mi az a cél, amit magad számára felállítottál? Az, hogy hogyan próbálsz meg ezekre válaszolni persze azt is meghatározza, hogy az élet útkereszteződéseiben milyen döntéseket hozol.

Ha visszatekintünk az életünkre, az életünk útjára, az valóban olyannak fog látszani, mint egy valódi zárandokút: a gyaloglástól a napfényben a sötétben tapogatózásig, a boldog előre haladástól az eltévedésig, egy gyors etaptól a leülésig és a várakozásig... Várakozásig, amíg elvonul a rossz időjárás. A 121. zsoltár, a Biblia egyik ilyen zárandokéneke is azt mondja: „Megőríz az ÚR jártodban-keltedben, most és mindenkor” (8. v.). Ebben az értelemben figyeljünk erre a sorrendre: elindulás, az ajtó bezárása magunk mögött, útra kelés, majd a megérkezés. Tehát újra és újra ez az élet folyamata: valahová elmenni, útra kelni és belépni valahová, ahol egy másik ajtó nyílik valami újra.

Spiritualitás

Ha ily módon beszélünk az életünk értelmezéséről, az élet értelme kereséséről, akkor belépünk a spiritualitás mezőjébe. A belső élet vagy a vallás az egyházi hagyományhoz tartozó szavak. Mindezekben a fogalmakban a belső, lelki életre összpontosítunk. A félreértések elkerülése érdekében ez nem jelenti azt, hogy már nem a konkrét életről lenne szó. Ez, helytelenül, azt feltételezné, hogy a spirituális és konkrét anyagi életünk között kontraszt van. Pedig a kettő együtt létezik. Minden belső dolognak megvan a külseje is, és fordítva is. Ami bennünket belül érint, az, így-vagy úgy, hat a külsőre is, és ami megérint minket az életben, az anyagiban vagy a fizikaiban, belülről is megérint. Ezt látjuk a szívünk mélyén.

Ezért fontos a spiritualitás helyes leírása. Itt elsősorban egy tudatos személyes (vagy közös) keresésre gondolunk, amit a vallási orientáció adhat az életünknek. Életünkben lelki középpontot keresünk vagy tapasztalunk meg, amit megpróbálunk elmélyíteni és gazdagítani. Innen vesszük az életet, és megpróbálunk kapcsolódni ahhoz, ami hozzánk érkezik. A keresztyének számára ebben az életorientációban

fontos szerepet játszik Jézus kijelentése mint Isten ajándéka. Természetesen itt is vannak személyes különbségek. Ezek például az egyes emberek háttérében, természetében és élettapasztalataiban mutatkoznak meg. Senki sem egyforma. Ebben az értelemben minden ember felismerheti saját spirituális motívumait ugyanazon egyházi irányzaton belül is. Fontos ezt hangsúlyozni. A lelkigondozásban történő bátorítás alapja a másik ember spirituális állapotának tiszteletben tartása.

Számos énekben összekapcsolódnak érzéseink az étellel és tapasztalatainkkal: a vigasztalás, az ígéret és a könyörgés szavaival és gondolataival, melyeket a hit kínál az embernek. Ily módon az énekek fontos szerepet játszhatnak a lelki életünkben: táplálhatnak, erősíthetnek és segíthetnek az életünkben, az úton.

A zene

Egy ének kifejező erejében természetesen a zene a kulcs, és a dallam is fontos szerepet játszik, nemcsak a szó. Egy dalban megtapasztaljuk ezek egységét. A dal szövege, amely versként először hallás és az olvasás által jön létre, a zene által összekapcsolódik a hangokkal, ami erősíti a szavak jelentését, vagy akár teljesen új érzéseket is hozzáad. A jól eltalált zene által a szavak egyre inkább saját érzéseinkké válnak, és rögzülnek a memóriánkban. A zene és az érzelem végül összekapcsolódik.

Az a különleges dolog, hogy az éneklés vagy a belső éneklés révén az emberek maguk adnak hangot a szavaknak, és az érzéseikkel ruházzák fel a szavaikat. Akár a panasz, akár az imádság, akár az öröm megszólalásakor. A szavak nagyon személyes módon rezonálhatnak a zene dallamában és hangszínében. Így az ember „magát” tudja énekelni, hiszen így a szavak még inkább eljuttatnak hozzánk a zenét hallgatva. Így jobban megértjük és átéljük azokat. Nemcsak azt, amit mondanak, hanem azt is, amit tesznek velünk.

Énekek, útközben

Érdemes néha elénekelni vagy elolvasni egy-egy éneket magunknak. Az egyházi év egy bizonyos szakaszán, az élet bizonyos eseményeihez kapcsolódva, vagy csak úgy... Az úton járás énekeit sok helyen megtaláljuk. Például, természetesen, az egyházi énekeskönyvekben. A 2013-as hollandiai protestáns egyházakban bemutatott énekeskönyv gazdag válogatást tartalmaz. A 790–861-es énekeket különösen is „Az élet útjai” énekeinek nevezik. Ezeknek az énekeknek egy része bizonyára megtalálható a magyar énekeskönyvben is. A Zsoltárok könyvében is hagyományosan számos záróének található: a 120–134. zsoltárokban.

Az egyházi énekeskönyvekből származó énekek mellett vannak más énekek is, amelyek inspirálják az embereket életünkben és hitünkben. Ha valaki járt Taizében vagy Ionában, tudja, hogy az éneklés fontos szerepet játszik mindkét közösség lelkiségében. Jó, ha nyitottak vagyunk és érdeklődünk, kérdezősködünk. Honnan való a szöveg? Hogy értelmezik? Milyen tapasztalatot fejez ki? És miért éppen azt?

A lelkipáspásztor találkozás

Beszélgetés közben hasznos lehet egy olyan énekre, zsoltárra rákérdezni, amely fontos a beszélgetőpartnerünk életében. Vagy egy olyan éneket felidézni, amely hasonló élethelyzetben jött létre. Lehetséges kérdések: van-e olyan dal, amit szeretne hallani vagy énekelni, vagy amelyen gyakran gondolkodik? Van-e olyan ének ebben az élethelyzetében, amely megérinti önt? Milyen helyzetben hallotta először az éneket? Van-e olyan mondat, amelyik különösen fontos az ön számára? Miért éppen az? Vannak-e személyes tapasztalatai, kérdései, gondolatai, melyek ehhez az énekhez kapcsolódnak? Miben segíti ez a dal? Milyen helyzetekben jut eszébe vagy szokta énekelni? Milyen hatással van önre?

Ne feledjük, hogy egy nem vallásos éneket is említhet valaki, vagy egy népszerűbb műfajból választott dalt! Talán nem is ismerjük. Kérjük meg, hogy mondja el, hogy miért hozta fel, és miért érinti meg a beszélgetőpartnerét! Kérdezzünk rá a szövegre, a zenére vagy a címre, és keressük meg az interneten, például a YouTube-on! Ez segít abban, hogy jobban megértsük a beszélgetőpartnerünket, és visszatérhetünk rá egy esetleges újabb beszélgetés során.

Bármilyen legyen is ez az ének, jó esély van rá, hogy a megemlített gondolatok különböző életpéldákhoz kapcsolódnak. Ezek lehetnek a megtörtés vagy szétesettség, az átélt öröm tapasztalatai is. Ezekben a helyzetekben az a lelkipásztor feladata, hogy segítse az embereket abban, hogy álljanak meg, értelmezzék érzéseiket, helyezték azokat összefüggésbe, foglalkozzanak azokkal. Ezért fontos azonosítani, hogy épp milyen tapasztalatokról van szó. Ebben az összefüggésben érdekes, hogy Vroom a vallásossággal foglalkozó kutatásai alapján öt alapvető tapasztalatról beszél, melyek az összes jelentős vallás alapját képezik. Ezek az élethelyzeteket érintik, melyekkel az emberek gondolatokat, történeteket és a dolgok megértését keresik. Ezek segítségével megnyílik a lehetőség, hogy a beszélgetésben a másik személyt a lehető legjobban megértsük.

Az öt alapvető tapasztalat a következőkre vonatkozik:

1. az élet végességére vonatkozó tapasztalatok;
2. emberi felelősség és emberi kudarc, a meg nem felelés a magunk és/vagy mások elvárásainak;
3. a jó, a boldogság, a béke, a szeretet, a jóllét és valami értelmes megtalálása, megtapasztalása;
4. egy bölcs, inspiráló gondolat vagy felismerés megtalálása az életről, vagy annak egy aspektusáról;
5. a gonosz és a szenvedés kérdése.

Ha egy éneknek ezeknek az egzisztenciális momentumoknak az egyike határozza meg a hangulatát, akkor lehetségessé válhat, hogy a beszélgetést ebben az irányban mélyítsük el, vagy hogy belehelyezzük azt a beszélgetőpartner élettörténetébe. Melyik alaptapasztalatot tartalmazza az ének? Mit szeretne ezzel elmondani beszélgetőpartnerünk? A hitélet milyen alapvető elemei rejtőzhetnek e mögött? És mit jelenthetnek ezek a partnerünk számára? S milyen kérdésekre van még szükség a még mélyebb megértéshez?

Éneklés

Nem mindenki képes elmondani, hogy miért szólítja meg egy dal. Nehéz ezt szavakba önteni. Jó lehet ilyenkor együtt meghallgatni vagy együtt elénekelni az adott éneket, és utána beszélgetni róla.

Éppen az énekek azok, amelyek megragadhatnak emlékeinkben. Ez vonatkozik azokra a személyekre is, akik introvertáltabbak, és nehezebben kommunikálnak. Néha ez a természetükből fakad, néha az oka abban rejlik, hogy más emberekkel kapcsolatos tapasztalataik blokkolják a kommunikációt, néha betegség vagy fogyatékoság is lehet az oka. Ha éneklünk velük, néha megnyílnak, megtapasztalhatják a közvetlenséget, vagy emlékeket idézhetnek fel. Néha utána néhány szó is elegendő, hiszen egy részletesebb beszélgetés könnyen elronthatja a pillanat különlegességét.

Imádság

Előfordul, hogy egy éneknek imádság jellege van. Ez kapcsolódást jelent: közbenjárás vagy panasz, merész kérés vagy könyörgés. Néha egy éneket imádság formájában is meg lehet fogalmazni. Például a 23. zsoltár ilyen: „Az Úr az én pásztorem.” A versbe nem szedett zsoltárt, vagy annak egy részét (például az 1–4. verseket) kérés formájában is átfogalmazhatjuk, és azután ez imádságként elmondható a beszélgetést. Jó, ha kinyomtatjuk a szöveget, és oda is adjuk beszélgetőpartnerünknek.

Zsoltárok

A versbe szedett zsoltárok mögött a Biblia zsoltárai vannak. Annak érdekében, hogy a zsoltár tartalmát mélyebben felfedezzük, fontos lehet, hogy visszatérjünk az eredeti zsoltárhoz. Néha egy másik, modernebb fordítás is segíthet. Hasznos lehet azt kérnünk a beszélgetőpartnertől, hogy készítsen egy parafrázist a szóban forgó zsoltárból, amely alapján a saját gondolatait és hangsúlyait majd meg lehet beszélni. Például egy zsoltár keretet adhat a jelenlegi élethelyzet értelmezéséhez a hit hagyományával összhangban. Ez együtt is elvégezhető. Az alábbiakban olvasható példaként a 42. zsoltár egy ilyen parafrázisa:

Istenem, mennyire vágyom az élet bizsergésére...
Mint a szarvas egy forró nap végén
az alkonyatban egy patakot keres,
úgy vágyom a nyugodt, hűvös felfrissülésre, az ellazulásra
– hogy végre fellélegezhessenek –,
Istenem, milyen régen is volt!
Az élet: teher,
rám nehezedik,
néha kisirom magam,

éjjel és nappal,
és azt gondolom:
Isten, hol vagy?
látom, hogy az emberek mit gondolnak,
vádolnak engem,

De nem fogom hagyni magam,
le fogom küzdeni mindezt,
és előhívok egy emléket,
hogymilyen volt
amikor
régén,
a többikkel együtt
én is ott voltam,
énekeltem,
szólt a zene, és ünnepeltünk
és hogy táncoltunk
az élettől kicsattanóan,

Istenem, milyen nyugtalan vagyok mégis,
mi van velem,
erre kell emlékezniem
– sok minden mást nem is tehetek –,
és mondogatnom kell magamnak:
Reménykedj mégis,
egyszer majd másképp lesz,
és újra énekelni fogok!

Negatív tapasztalat

Néha az egy jól ismert dalra vonatkozó kérdésünk váratlan reakciót idéz elő. A beszélgetőpartnernek egy olyan ének jut eszébe, melyhez negatív tapasztalata társul, melyet nem tud elengedni. Ez egy kellemetlen helyzethez, kellemetlen élményhez vagy egy megnyomorító hitfelfogáshoz kapcsolódhat. „Ez a dal... szörnyű!” Ám ekkor is fontos, hogy figyelmesen meghallgassuk, és kérdéseket tegyünk fel. Talán lehetséges, hogy partnerünk eljusson a negatívától a pozitívig: „Ha ez a dal nem jó önnek, akkor milyennek kellene lennie annak az éneknek, amely kifejezi a mostani hitét, vagy azt, ahogyan érzi magát? Milyen gondolatoknak kellene abban megjelenniük?” Lehet, hogy ismerünk is egy olyan éneket, amely átveheti a helyét ezeknek a blokkoló gondolatoknak.

Meditáció

Különböző módokon lehet meditálni és elmélkedni egy énekről. Két lehetőséget is megemlítünk.

Képmeditáció csoportban: egy adott dalt olvasunk el vagy hallgatunk meg. Modern élethelyzeteket ábrázoló fényképek közül mindenki választ egyet vagy kettőt az énekhez. A fényképeket megmutatják egymásnak. Mit van pontosan a képen? Mit képvisel? Mit adnak hozzá ezek a képek az énekhez az ön számára? Végül újra elolvashatjuk, vagy újra meghallgatjuk a zeneszámot. Vagy akár el is énekelhetjük.

Személyes meditáció: Egy dalt internalizálhatunk úgy is, hogy azt szótagolva, lélegzetvételekkel mondjuk el. Lehetőleg többször egymás után. Csinálhatjuk magunk, magunkban. Így lehet a szövegre összpontosítani, de a be- és kilégzés egy sajátos ritmust ad a szövegnek. Végül a holland költő, Huub Oosterhuis egy dalát közöljük, amely segítségével az ember ily módon ellazulhat, és kinyílnak a jövő felé és az őt körülvevő világ felé!¹

Gyengédségemet ébreszd fel bennem.
A gyermeki szemeket add vissza nékem.
Hogy láthassam ami.
És átadhassam magam.
És ne utáljam a fényt.

Fordította: Gonda László

Felhasznált irodalom

- BRADLEY, I.: *Pilgrimage. A Spiritual and Cultural Journey*, Oxford, Lion, 2009.
- FICTOOR, Chr.: „Spiritualiteit en muziek”, in BOUWMAN, K. és Bras, K., *Werken met spiritualiteit*, Baarn, Ten Have, 2001, 326–337.
- FIRET, J.: *Spreken als een leerling. Praktisch-theologische opstellen*, Kampen, Kok, 1987, 151–175, (itt: 172.)
- JANSEN, H.: *Relato Refero. Verzamelde artikelen over liturgie en kerkmuziek*, Zoetermeer, Boekencentrum, 1997, 189–194.
- DE LANGE, J. J.: „Geloofsinhoud en geloofsoverdracht”, in *Analecta Bruxellensia. Jaarboek van de Universitaire Faculteit voor Protestantse Godgeleerdheid* (4), Brussel, 1999, 7–22.
- DE LANGE, J. J.: „Spiritualiteit en godsdienstonderwijs. Aandachtspunten en mogelijkheden”, in *Analecta Bruxellensia. Jaarboek van de Universitaire Faculteit voor Protestantse Godgeleerdheid* (13), Brussel, 2008, 172–186.
- DE LANGE J. J. (red.): *Spiritualiteit voor onderweg. Het lied in het pastoraat*, Utrecht, VBK Media, 2013.
- *Liedboek. Zingen en bidden in huis en kerk*, 's Gravenhage/Zoetermeer, 2013.
- VAN DER MEULEN, H. C.: *Om het geheim van het leven. Over spiritualiteit en geestelijke begeleiding*, Zoetermeer, Boekencentrum, 2013.
- VROOM, H.: *Religies en de waarheid*, Kampen, Kok, 1988, 247kk.

¹ Köszönet Kovács Gyöngyinek az ének magyarra fordításáért [J. J. de Lange].



Ulrich Luz feleségével együtt laupeni házuk előtt