



Manapság gyakran előkerül a bűjt kérdése: különféle méregtelenítő kúrák, lébűjt kúrák stb. Mi az igazi értelme a bűjtnak? Csak annyi, hogy az ember méregteleníti a szervezetét, vagy ennél lehet mélyebb értelmet is találni? A különféle vallásokban mindenütt megjelenik ez a fogalom. Talán annyiban hasonlítanak egymáshoz, hogy mindenhol megjelenik az a kérés, hogy az ember a testi szükségleteit szorítsa háttérbe, hogy a lelkével jobban tudjon találkozni. A bűjtnak akkor tudjuk megtalálni az igazi értelmét, ha célt adunk neki. Ha valamit csak céltalanul elszenvedünk, az nem vezet sehová.

A bűjt alapvető célja, hogy nyitottá váljunk mások számára, illetve az égiek számára. A zártságunk egyik legszembetűnőbb jele a gőgünk. A gőg vakságot tud okozni. Elhisszük magunkról, hogy jó emberek vagyunk, nem lopunk, nem gyilkolunk, nem csalunk, elhisszük magunkról, hogy vagyunk olyan erősek, hogy ha ér is valami nehézség, azt simán, saját erőnkől kivédjük, és észre sem vesszük, hogy ezzel a hozzáállással teljesen kiszolgáltatjuk magunkat. Becsapjuk magunkat és nem látjuk őszintén, tisztán a saját helyzetünket. A gőg egészen biztos jele az, ha elhisszük, hogy mi elegek vagyunk a magunknak és igazából másokra nincs is szükségünk. Hatalmas magasságból kezdünk szemlélni mindent és mindenkit, és gyakran magunknak is bemagyarázva, egészen elrugaszkodunk a valóságtól. Lehet találkozni nagy tragédiákkal, amikor valaki ebben az elrugaszkodott állapotában szembesül egy gyógyíthatatlan betegséggel, hogy ő kevés önmagának. Ilyenkor történnek nagy összedőlések, szélsőséges esetekben öngyilkosságok is. Miért? Mert akármilyen nagy erővel sulykolom magamba, hogy elég vagyok magamnak, a szívem mélyén pontosan tudom, hogy ez nem igaz. Egy váratlan baleset, egy nehéz helyzet mind ezt bizonyítja.

A bűjt fontos célja, hogy felszólítson, hogy tartsak távolságot a birtoklásvágytól, a rossz értelemben vett hatalomtól, a bálványozástól, és ezáltal váljak szabaddá mások számára.

Mit jelentenek ezek?

A birtoklásvágy: Mihez ragaszkodom annyira? A földi létet egy koporsóban vagy egy urnában fogom testi valóságomban elhagyni. Ehhez képest, és a reális szükségleteimhez képest, mennyivel több cuccom van, amiktől nem akarok megválni, és amik valahogy a szabadságomat veszik el a ragaszkodásom által. A szegénység nagyon gyakran roncsol. El kell menni nyomornegyedekbe és meg lehet látni. De a szabadon, önként vállalt szegénység, azaz a tudatos távolságtartás a tulajdonoktól, ad egy egészséges nyitottságot, egy olyan szabadságot, amit a másik ember felemelésére tudok fordítani.

A hatalomvágy: Mindenkinek van hatalma: a családjában, a munkahelyén, a különféle közösségekben. Ha ingerülten szólok vissza, ha megfagyasztom a hangulatot, ha folyamatosan én akarok a középpontban lenni, akkor mindig a hatalmammal élek vissza. Amikor a hatalmat felelősen kezelem, amikor a hatalmamot mások felemelésére fordítom, akkor nem teszek mást, mint azokat, akik rám vannak bízva, felemelem, és reményt, biztonságot nyújtok számukra.

A bálványozás: Valakit vagy valamit mindig az első helyre rakunk az életünkben és az alá rendelünk mindent. Van akinél ez a spórolás vagy az utazás vagy az autó, nyaraló... Érdeemes megnézni, hogy mi kit vagy mit teszünk az első helyre, akivel vagy amivel a legtöbbet törődünk, a legtöbb időt fordítjuk rá. Érdekes, hogy mindenkinek van ilyen függősége. Egy függőséget pedig csak egy másik függőséggel lehet felváltani. Ha le tudok mondani a tárgyaktól való függőségemről, akkor szabaddá válok arra, hogy mások felé, illetve az égiek felé legyen egy nyitottságom, legyen egy szabadságom, egy jó értelemben vett függőségem.

Próbáljuk ki a húsvéti készülékben a böjt különféle formáit! Merjünk erőfeszítést vállalni egy-egy elhatározásunkért, és rájövünk, hogy az a szabadság, amit a böjt hordoz magában megerősít, feltölt és új értelmet tud adni életünknek.