

DR. KÓNYA ZOLTÁN

LELKÜNK EGÉSZSÉGÉRŐL A LÉLEKGYÓGYÁSZAT SZEMSZÖGÉBŐL

Ez év februárjában abban a megtiszteltetésben részesültem, hogy előadóként vehettem részt a kolozsvári Protestáns Teológiai Intézetben megrendezett *Csendes napok*-on. Előadásom „A lélek egészsége, a nemzet egészsége” címet viselte. Az előadást követően született meg az ötlet, hogy hasznos lenne az elhangzott gondolatokat írásban is összefoglalni.

A feladatot örömmel vállaltam, mert számomra is lehetőséget nyújtott arra, hogy mindennapi munkám tárgyával, a lelki egészséggel kapcsolatos gondolataimat rendszerezem. Milyen is egy lelkileg egészséges személy? A válasz megtalálásában sokat segítettek azok a gyerekek, felnőttek, házaspárok és családok, akik az elmúlt évek során a kolozsvári AGAPE pszichoterápiás központban megfordultak.

A lelki egészség kérdése azért is izgalmas, mert világszerte meglepően kevés kutatás foglalkozott mindeddig e témával (annál több a lelki betegségekkel, problémákkal). E kevés kutatás egyikét több évtizeddel ezelőtt végezték az Egyesült Államokban. A *Timberlawn Project* keretében a kutatók a Harvard Egyetem sikeres végzettjeit, illetve ezek családját tanulmányozták, többek között videofelvételek segítségével. A kutatás eredményeit Robin Skynner angol családterapeuta tette ismertté a John Cleese-zel közösen írt *Hogyan éljük túl az életet?* [4] című népszerű könyvében. Írásom e kutatási eredményeket is figyelembe veszi.

A *Magyar Értelmező Szótár* 2003-as kiadása az egészséget „a szervezet, illetve a szervek betegség nélküli állapota”-ként határozza meg. Az Egészségügyi Világszervezet meghatározása ennél tovább megy: az egészség a személy „biopszicho-szociális” jóllétét jelenti. Ebből a hármas egységből ragadom ki az elkövetkezőkben a psziché, azaz lélek jóllétének ismérveit, önkényesen, hiszen a lelki egészség a test egészségével és a személy szociális helyzetével szervesen összefügg. A közismert mondás szerint „ép testben ép lélek”, és egyre közismertebbé válik az ellenkező irányú összefüggés is: a lelki egészség, illetve ennek hiánya, kihatással lehet a test működésére, sőt szerkezetére is – példák erre az úgynevezett pszichoszomatikus betegségek, mint például a test különböző részeiben jelentkező visszatérő fájdalmas, melyek szervi okát a gondos orvosi vizsgálat nem képes kideríteni. Ugyanakkor az a tapasztalatom, hogy a pszichoterápia sikere esetén a belső, lelki változások mintegy kivetítődnek a terápiában részesülő személy testére is, aminek eredményeképpen az illető észrevehetően megszépül... Nem szorul különösebb magyarázatra az a tény sem, hogy a testi-

lelki egészség a munkaképesség, és ezáltal a szociális jóllét alapvető feltétele. Az utóbbi viszont nagyban hozzájárul a testi és lelki egészséghez: kutatások igazolják, hogy a jómódú emberek egészségesebben táplálkoznak (az elhízás például elsősorban a szerény jövedelmű embereket sújtja), az autóval rendelkező személyek többet és egészségesebben élnek, és a példák tovább sorolhatók.

Az alábbiakban a lelki egészség hét összetevőjéről lesz szó.

Kapcsolat a külső valósággal

A lelki egészség azt feltételezi, hogy a valósággal kapcsolatban vagyunk, azaz a valóságot olyannak látjuk, amilyen az valójában. Belső, mentális térképünk a világról eléggé pontos ahhoz, hogy benne eligazodjunk, és biztonságosan haladjunk életünk útján, a változásokhoz pedig, melyek életünk szükségszerű velejárói, könnyen alkalmazkodunk.

Ennek ellentéte az a helyzet, amikor előítéleteink, vágyaink vagy félelmeink fala eltakarja, vagy eltorzítja a valóságot, megzavarja a vele való közvetlen kapcsolatot. Amikor előítéleteink folytán valamit „már előre tudunk” vagy tudni vélünk, elveszítjük azt a képességenket, hogy a dolgokra rácsodálkozzunk, meglássuk azt is, ami elvárásainkkal esetleg nem megegyező. Vágyaink hatására hajlamosak lehetünk a világot olyannak látni, amilyennek látni szeretnénk, miközben látóterünkben önkéntelenül kizárjuk azokat a jelenségeket, amelyektől félünk, vagy kellemetlen érzést okoznak. A valósággal való kapcsolat elvesztésének szélsőséges példája a lelki betegségek súlyos formája, a pszichózis.

A lelkileg egészséges személy azonban nemcsak a külvilággal, hanem saját belső, lelki valóságával is élő kapcsolatban áll.

Egész-ség

Az egész-ség szójáték itt a belső, lelki valóságunk teljességével való kapcsolatot jelenti. Ez a teljesség nemcsak kellemes érzéseinket, hasznos és racionális gondolatainkat, építő szándékainkat foglalja magában, hanem például negatív érzéseinket (mint a düh, „legszívesebben megfojtanám”), szexuális kényszerűségeinket stb. Aki kapcsolatban van belső valóságának teljességével, annak sem saját maga, sem pedig mások előtt nem kell tabuként kezelnie ezeket az érzéseket. Tudatosítani képes őket magában, elfogadja őket, és megtanulja mások számára is elfogadható módon kifejezni őket, például szavakban vagy művészetben. Aki önmagát és saját belső valóságát jól ismeri és elfogadja, az a külső valóságot is pontosabban érzékeli, hiszen nincs szüksége arra, hogy a külvilágra, másokra vetítse mindazt, amit önmagában nem tud elfogadni.

Az integritás fontos vonatkozása az a mód, ahogyan a személy megéli női vagy férfi voltát. A nőkre kiosztott jellemző szerep a kapcsolatok értékelése és ápolása, másoktól való függés, a másik emberrel szembeni érzékenység és oda-

figyelés. A férfi ezzel szemben független, a kapcsolatot képes egy célnak vagy elvnek alárendelni, az érzelmek kifejezését saját gyengesége jelének tekinti. Az egészség ebben a tekintetben azt jelenti, hogy a nő képes teret adni az önmagában rejlő férfinak, azaz tud például néha független lenni. A férfi képes arra, hogy megélje és kifejezze női oldalát, például azáltal, hogy szükség esetén segítséget kér, érzelmeit szabadon kifejezi stb.

Vizsgálódásunk képzeletbeli alanya tehát képes önmagát *reflexíven* megfigyelni, és ez a képessége külön figyelmet érdemel.

Reflexivitás

Az elmúlt évszázad folyamán az emberi lélek, illetve a személyiség szerkezetét, összetevőit illetően változatos elméletek láttak napvilágot. Anthony de Mello egyik könyvében [2] egy igen egyszerű, de figyelemreméltó gondolattal ismerteti meg olvasóját. Kérdése a következő: ha azt mondom, „én figyelem magamat”, akkor tulajdonképpen ki figyel kit? Az *én* figyeli a *magamat*. A *magam* (self) személyemnek az a része, amelyet megfigyelhetek, és amely környezetem számára is látható. A self, egy folyóhoz hasonlóan, állandóan változik, elsősorban a társas környezettől függően. Az *én* ezzel szemben a világ számára láthatatlan, és önmagam számára is nehezen megismerhető, amiképpen a szem sem láthatja önmagát. Az *én* a személyiség változatlan, a külvilág által sérthetetlen része.

A reflexivitás nem csupán azt jelenti, hogy a személy képes önmagát figyelni, önmagával kapcsolatban lenni, hanem azt is, hogy valamilyen módon különbséget tesz a de Mello-féle *magam* és *én* között. Ez persze a legtöbbször ösztönös, nem tudatos. A lelki egészség egyik fontos ismertetőjele, hogy (reflexíven) képesek vagyunk önmagunkon nevetni.

Mindez tehát elmondható a lelkileg egészséges személynek a világgal és önmagával kapcsolatos viszonyáról – de vajon milyen a kapcsolata a másik emberrel?

Intimitás

Az alábbiakban az intimitás szót abban az értelemben használom, ahogyan azt Kathy Weingarten amerikai családterapeuta írásaiból megismertem [5]. Weingarten meghatározásának megfelelően a szó jelentése kiterjed, központi fogalma pedig éppen a dolgok, események *jelentése*. A jelentések létrehozása beszéd, gesztusok, írás stb. útján sajátosan emberi vonás, és mindig egy emberi kapcsolatban történik.

Az intimitás lényege az, hogy a kapcsolatban résztvevő személyek számára valamely dolog ugyanazzal a jelentéssel bír. A felek vagy megosztják egymással ezt a közös jelentést, vagy éppen a kapcsolatban alkotó módon hozzák létre

– például amikor beszélgetés vagy közös játék során egy új jelentés keletkezik. Ugyanakkor a magatartásuk szintjén képesek cselekvéseiket úgy összehangolni, hogy ez tükrözze a kölcsönös jelentésalkotást.

Az intimitásnak ezt az elvont meghatározását érdemes néhány példával szemléltetni. A nemi aktus az intim kapcsolat jellemző példája: a közös jelentést („jó együtt lenni”, „szeretjük egymást”) a férfi és a nő testének összehangolt mozgása fejezi ki. Más példa: egy jó beszélgetés során a résztvevők a párbeszédben gondolatokat osztanak meg, esetleg új gondolatok születnek, magatartásuk – egymásrafigyelés, megfelelő tér biztosítása minden vélemény számára – a közös jelentésalkotást szolgálja. A hangversenyzenekar, a kórus, a közös zenélés összes formája nemcsak kiváló példája, hanem találó metaforája is az intimitásnak. A valamennyi példában felismerhető közös feltétel a másik személyre való ráhangolódás képessége. Az intim együttlét hatása az az élmény vagy érzés, hogy ismerem a másikat, és a másik ismer engem.

A lelki egészségnek ezt a szempontját jobban megérthetjük, ha az ellentétét vizsgáljuk, például egy olyan beszélgetésünkre emlékszünk vissza, amelyik *nem* volt intim. Beszélgetőpartnerünk esetleg egy filmet mesélt el, tekintet nélkül arra, hogy ez bennünket most nem érdekel. Lehet, szerettünk volna valamit elmondani, de nem hallgattak meg. A „rossz beszélgetés” során leggyakrabban az történik, hogy valamilyen jelentést ránk erőltetnek, az általunk felkínált jelentést pedig elutasítják, vagy félreértik.

Az intim kapcsolat egyik akadálya lehet az a fajta függés, amelyikről a későbbiekben, a szabadság képességének tárgyalásakor lesz szó. Ha valamilyen gondolathoz nagyon erősen ragaszkodunk, akkor nem tudunk más gondolatot gondolni, mondani vagy meghallani. Az ilyenfajta erős ragaszkodásaink hátterében gyakran saját belső bizonytalanságunk áll. Az intim kapcsolat megélése ezzel szemben olyan belső biztonságérzetet nyújthat, amelyben készek vagyunk „elereszteni magunkat”, azaz nyitottá válunk az új gondolatokra, miáltal beszélgetéseink érdekesebbé és élvezetesebbé, mi magunk érdekesebb személyyé és élvezetesebb társsá, kapcsolataink pedig még intimebbekké válnak.

„Én jó vagyok, te jó vagy, a világ jó...”

A lelkileg egészséges személy érzései önmagával és másokkal, általában a világgal és benne saját életével szemben, pozitívak. Elfogadja önmagát olyanak, amilyen, és nem szeretne másmilyen lenni. Salvador Dali, a festő, ebből a szempontból a lelki egészség magas szintjén állt, amikor a következő sorokat írta: „Minden reggel azzal a gondolattal ébredek, hogy milyen nagyszerű dolog, hogy én Salvador Dali vagyok. És azon gondolkodom, vajon mivel lepi meg ma Salvador Dali a világot...”

E pozitív hozzáállás ellentéte a konfliktusos lelki állapota: szeretnék másként érezni, mint ahogy érzek, másként gondolkodni és másként viselkedni, másmi-

lyen személy szeretnék lenni, vagy a környezetemmel (munka, élettárs, lakhely stb.) kapcsolatban szeretném, hogy más legyen. Az őrlődés a konfliktus két pólusa között („kellene..., de nincs / nem lehet...”) hosszú távon igen fárasztó. A lelkileg egészséges egyén ezzel szemben a pozitív hozzáállása révén megtakarított energiát saját növekedésére, fejlődésére használhatja fel. Az ilyen emberrel kapcsolatban támad az az érzésünk, hogy „jó vele lenni”, és így neki tudjuk tiszta szívből azt mondani, hogy „maradj még”, ha történetesen a vendégünkről van szó. Pozitív hozzáállásuk belőlünk is pozitív választ vált ki: társaságában a legjobb formánkat hozhatjuk, jónak érezzük magunkat, s ez segít abban, hogy ténylegesen is jók legyünk.

Ez a fajta pozitív hozzáállás a másik személy esetleges ellenséges beállítottsága esetén is fennáll. A lelkileg egészséges személy az ellenségességet nem személye ellen irányuló támadásnak vagy az ellenséges személy alkati tulajdonságának tulajdonítja. Gondol arra a lehetőségre is, hogy a másik esetleg csak kimerült, hajszott, vagy bátortalanságát, gátlásosságát igyekszik leplezni. Pozitív beállítottságával esélyt ad arra, hogy a kezdeti bizalmatlanság feloldódjon.

A pozitív attitűd nem azonos a naivsággal. Bizonyos fokú egészséges bizalmatlanságot már csecsemőkorban elsajátítunk. Az egészséges személy kapcsolatban áll a valósággal, és így nagyon jól tudja hogy az emberek rossz dolgokra is képesek. Azt sem jelenti, hogy időnként nem szomorú, dühös stb. Pozitív hozzáállása segíti őt abban, hogy a nehézségekben meglássa és értékelje a változás, növekedés lehetőségét.

Szabadság

Emlékszem, katonakoromban mennyire megviselt a szabadság hiánya, és mekkora megkönnyebbülést okozott számomra egy levél, melyet kaszárnyai tartózkodásom alatt kaptam egy idősebb barátomtól. Amennyire vissza tudok emlékezni, a felszabadító hatású gondolat a következő volt: „a szabadság nem külső feltétel, hanem belső képesség...”. Lássuk tehát, a lelki egészség szempontjából mit jelent a szabadság képessége.

Az a mód, ahogyan a szabadság képessége befelé megnyilvánul, a reflexivitás alcím alatt tárgyaltakkal van összefüggésben. Az „én” nem azonosul, nem mosódik egybe a „magammal”. A személy nem azonosul saját gondolataival, érzéseivel, magatartásaival. Következésképpen nyitott és kíváncsi lehet mások más gondolataival szemben, érzéseit kezelni tudja anélkül, hogy indulatai diktálnák gondolatait és cselekedeteit, és cselekvéseiben szabadon választhatja ki a rendelkezésére álló magatartások közül az adott helyzethez és saját meggyőződéseihez leginkább illőt.

A szabadság képessége az intimitás képességével is összefügg. Az igazi intimitás egyik fontos összetevője az érzelmi függetlenség. A felek képesek egymáshoz lelki és/vagy testi szinten közel kerülni, de ez a kapcsolat nem korlátoz-

za őket személyes szabadságukban. Szívesen vesznek részt a kapcsolatban, de nem ettől boldogok, és a kapcsolat hiányától nem szenvednek.

Az ilyen értelemben vett szabadság ellentéte a függés minden formája. A függés közismert huszadik és huszonegyedik századi példái a drog, a szerencsejáték, a számítógép és az internet-függés. Az intimitáshoz hasonlóan azonban a függés is széles körű jelenség. Függés alakulhat egy magatartással szemben, amikor adott helyzetben csak az illető viselkedésformával tudunk válaszolni. A gondolatfüggés azt jelenti, hogy csak egy bizonyos gondolatot tudunk elfogadni, az illető gondolat gondolása kellemes érzéssel tölt el, míg egy alternatív gondolat, vagy annak a lehetőségnek a felmerülése, hogy délgetett gondolatunk esetleg nem helytálló, erőteljes diszkomfort érzést vált ki, hasonlóan az alkoholistáknál fellépő megvonási tünetekhez. [1] Függés alakulhat ki egy másik személlyel szemben is, melynek alapja rendszerint az a gondolat, hogy „nem élhetek, illetve nem lehetek boldog a másik nélkül”. A világirodalom és a filmek által bemutatott párkapcsolatok jelentős részét jellemzi ez a fajta függés. A lelki egészség magas szintjén álló párok elkötelezett kapcsolatát ezzel szemben a felek érzelmi függetlensége jellemzi. Nem társuk teszi őket boldoggá, önmagukban is boldogok, és a kapcsolatból származó boldogság csupán ráadás.

Vallásosság

· A Timberlawn kutatás által tanulmányozott személyek jelentős része volt vallásos. Ez nem minden esetben fejeződött ki templomba járásban vagy valamely szent szöveg rendszeres olvasásában. A vallásosság jelentése sok esetben abban állt, hogy a személy úgy gondolta, része egy nagyobb egésznek, tervnek, illetve valamilyen személyes életcéllal, filozófiával rendelkezett, és ezt az életcélját valamilyen állandó, transzcendens valóság vonatkozásában fogalmazta meg.

Záró gondolatok

A felsorolt szempontok megkülönböztetése némileg önkényes, a lelki egészség különböző itt leírt aspektusai egymással szorosan összefüggenek és egymást definiálják. A kiemelkedően egészséges egyén, akiről a leírás szól, kitalált személy, hiszen a lelki egészség dinamikusan változó valami, ezért soha senki nem mondhatja el magáról, hogy minden szempontból a lehető legjobb formában van. Egy válsághelyzet hatására például átmenetileg a lelki egészség alacsonyabb szintjére süllyedhetünk, hogy aztán a válságból kikerülve és megizmosodva esetleg egy magasabb szinten állapodjunk meg – mint amikor a mesebeli hős még sokkalta erősebb lesz, miután a sárkánnyal vívott szerencsétlen harcban levágott fejét sikerül, a megfelelő gyógyír segítségével, helyére visszazagasztani...

A felvázolt fogalmak némelyike bonyolult, meghatározásukhoz pedig jobb híján idegen szavakat hívtam segítségül, amiért az olvasó elnézését kérem. Maga a lelki egészség azonban nem feltételezi a fent leírt fogalmak megértését. Egy minden szempontból egyszerű, tanulatlan személy, például egy kisgyerek, a lelki egészség igen magas szintjén állhat.

Erik Erikson szerint a személyiség fejlődése egymást követő szakaszokban történik [3]. A személynek minden egyes életszakaszban egy meghatározott feladatot kell megoldania, fiatal felnőttként például az intim kapcsolatok kialakításának és fenntartásának képességét, és amennyiben ez sikerül, egy bizonyos „erénnyel” (képesseggel) gazdagodik, melyet aztán felhasználhat a soron következő életszakasz központi feladatával való megbirkózásban. Minél idősebb így valaki, annál több ilyen erényt gyűjtött be életútján. A lelki egészség fenti szempontjainak vizsgálata számomra azt a felfedezést hozta, hogy ennek az ellenkezője is igaz. A kisgyerekek a lelki egészség megtestesítőinek tekinthetők. A gyermek, aki mindent megnéz, megfog, szájába vesz és mindenre rákérdez, jó példája a valósággal való élő kapcsolatnak. Kíváncsisága révén a világot még egészen látja, nem „előre tudva”, szavak és fogalmak által darabjaira tördelve. Belső valóságát még cenzúrázatlanul észleli, és ki is fejezi („én még őszinte ember voltam / ordítottam, toporzékoltam”). A kisgyerek a reflexivitás terén is jó példával jár elől, legalábbis erre következtethetünk abból a megfigyelésből, hogy önmagáról éne egy jó darabig egyes szám harmadik személyben nyilatkozik („Pisti nem kér spenótot”), hasonlóan egyébként a természeti népeknek a nyelvben kifejeződő és számunkra az indiános könyvekből ismert gondolkodásmódjához („Sólyomszem nem kér a tüzes vízből”, mondja maga Sólyomszem). A játék jó példája a közös jelentésalkotásnak és a magatartások kölcsönös összehangolásának oly módon, hogy a résztvevők magatartása kifejezze a közösen létrehozott jelentést (lásd intimitás). A kisgyereknek természetes állapota a derű, amiként a lelkileg egészséges felnőttnek is természetes állapota a boldogság. A friss levegőn boldogan rohangáló gyermek a szabadság szép szimbóluma. Végül pedig, de nem utolsósorban, a gyermekekről bizvást elmondható, hogy a vallásosság alaptermészetükhöz tartozik.

Írás közben fogalmazódott meg bennem az a gondolat, hogy az egészség egy csiszolt drágakőhöz hasonló, mely hasonlat már csak azért is találó, mert az egészség: kincs. A lelki egészség felsorolt aspektusai a drágakő lapjainak felelnek meg, melyek egymással szorosan összefüggnek, egymásba folyamatos átmenetet képeznek, és ugyanannak az alapvető folyamatnak különböző megnyilvánulásai. A metafora felveti a kérdést, hogy milyen élményekre, hatásokra, üzenetekre van szüksége egy felnövekvő gyermeknek ahhoz, hogy természetes adottságát, a lelki egészséget megőrizhesse, illetve tisztán csillogó drágakőként tovább csiszolja. A kérdés megválaszolásával járó szellemi munkát az olvasóra bízom, a lelki egészség előbbieken vázolt megközelítésével járó gondolatait és kérdéseit pedig örömmel várom.

Irodalomjegyzék

1. Bohm, D., *Thought as a System*. London, New-York: Routledge. 1994.
2. De Mello, A., *Awareness*. London: Fountana Paperbacks 1990. (magyarul: Ébredj tudatára! Gondverő Kiadó, Budapest, 1999).
3. Erikson, E. H., *Childhood and Society*. New York, London: W. W. Norton, 1950 (magyarul: Gyermekkor és társadalom, Osiris Kiadó, Budapest, 2002).
4. Skynner, R. – Cleese, J., *Life and How to Survive It*. 1993.
5. Weingarten, K., *The Discourses of Intimacy: Adding a Social. Constructionist and Feminist View*. Family Process 1991/30. 285–305.

SZÉKELY KINGA-RÉKA

VALLÁS-MEGHATÁROZÁSOK A VALLÁSSZOCIOLÓGIÁBAN

A 2004 decemberében Délkelet-Ázsiában pusztító szökőár kapcsán unitárius híveink is ezeket az ijesztő kérdéseket tették fel lelkészeiknek, lelki vezetőiknek: muszáj volt Istennek ennyire megbüntetnie a szerencsétleneket? Tényleg ennyire bűnösök voltak? Az én válaszom kétféleképpen fogalmazható meg:

1. Istennek nincs semmi köze a szökőárhoz.

2. A szökőár egy meghökkentő figyelmeztetés arra nézve, hogy Istennek tetszően használjuk fel a földi időt. A vallásszociológus erre azt mondaná, hogy a papok teológiája és a néphit között óriási az eszmei, hitbeli szakadék. Ezt tudomásul véve menekülök Max Weber vallásszociológiai tanulmányainak pajzsa mögé, ahol a legkülönbözőbb vallásos meggyőződések és megjelenési formák is megférnek egymás mellett, sőt egymást kiegészítik.¹ Weber vallásszociológiai tanulmányait angol nyelvre fordító Ephraim Fischhoff szerint Weber nemcsak hogy kitalálta a vallásszociológia terminust, de neki és barátainak, eszmetársainak, Ernst Troeltschnek és Werner Sombartnak tulajdonítható a vallásszociológia diszciplína megalkotása is. Weber volt az első és mindmáig az egyetlen olyan tudós, aki a vallást hívő emberként tudta tudományosan tárgyalni, bemutatni. Nagy általánosságban ugyanis csak olyan tudósok írtak vallásszociológiai tanulmányokat, akik saját tapasztalataikkal nem tudták alátámasztani a tárgyalt témát, lévén hogy nem voltak hívő emberek. Mások viszont csak egy meghatározott hitfelfogás szemszögéből tárgyalták a vallás hatalmas témakörét.

Weber *A gazdaság és a társadalom* című, be nem fejezett, ám hatalmas társadalomtudományi tanulmányába helyezte bele a vallásszociológia témakörét. Több vallásos hagyományból merítkezett annak érdekében, hogy megfigyeléseinek, következtetéseinek igazságát minél egyetemesebb szintre tudja emelni. A modern antropológia is bizonyította Weber azon nézetét, miszerint a természetfeletti erőben való vallásos hit egyetemes. Minden időben, minden kultúrában és civilizációban az emberek hittek a természetfeletti erőben (bizonyos esetekben erőikben), és abban is, hogy befolyásolni tudják ezt az erőt. A vallás Weber szerint ugyanolyan egyetemesen emberi, mint például a nyelv. Minden kultúra, minden civilizáció alapfeltétele az emberi nyelv használata, valamint közösségenként egy közös nyelv használata. Így van ez a vallással is. Minden közösség egyik legfontosabb összekötő, meghatározó eleme a közös, ugyanolyan formában megélt vallásos hit. Ugyanakkor minden vallásos közösség elfogadja azt a

¹ Max Weber: *The Sociology of Religion*, translated by Ephraim Fischhoff, 1969, Beacon Press