

Szerdahelyi Csongor. A szöveg végül leszögezi: a cölibátus nem dogma, "csak" egyházfegyelmi szabály, tehát elvileg bármikor megváltoztatható.



*KÉRY MAGDOLNA*

## A BEZÖLDÜLT LELKIISMERET

### A lelkiismeretes ember

A lelkiismeret fogalmával ellentétben, annak melléknévképzős alakjával, a 'lelkiismeretes' kifejezéssel elég gyakran találkozunk a mindennapi életben, sokszor és sokan használják ezt a szót. Hogy közelebb hozzuk magunkhoz a mai témát, foglalkozunk először a lelkiismeretes emberrel, és emeljük ki négy alapvető tulajdonságot, ami őt jellemzi.

1. jól körülhatárolt, egyértelmű világkép: tudja, hol a helye a világban; komoly érvekkel áll csak szóba, nem lehet akármivel megingatni. Pl., ha meghallja véletlenül a reklámban, hogy mi a "legtöbb, mi adható", akkor nem kezd lázasan kidolgozni maga számára egy új értékrendet, bár amúgy igyekszik az erejéhez mérten mindenkinek megadni azt, ami a legtöbb.

2. jól fejlett feladattudat; tudja, mik a világképéből adódó feladatai; szembenéz a tényekkel, ezekből értelmesen következtet, feladatait rendszeresen egyezteteti céljaival (ezt úgy is mondják, hogy céltudatos). Megjegyzem, az, hogy a cél nem szentesíti az eszközt, eleve benne van az értékrendjében, tehát annyira látszik céltudatosnak, amennyire az eszközei megengedik. Például, egy bezöldült lelkiismeretű ember nem támogatja egy új autópálya megépülését, még akkor sem, ha ezt környezetvédő beruházásnak állítják is be a hivatalnokok, sőt, még ha netán saját egyéni érdekei is ezt sugallnák.

3. erős felelősségérzet; kötelességként éli meg a meglátott feladatok megoldását; számára nem az a dolgok elintézési módja, hogy "ha más nem csinálja, akkor én minek csináljam", a birkaszellem; értékrendjével összeegyeztethetetlen, hogy "Egy fecske nem csinál nyarat." Ha neki a lelkiismerete azt diktálja,

hogy repülni kell, akkor nekiindul, akárhányan akarják is lebeszélni róla. Egy kis kitérő: ha a közmondás szerint másra várunk hogy elkezdje, akkor lehet, hogy nem is annyira akarjuk a dolgot. Ilyenkor mielőbb meg kell vizsgálnunk az értékrendünket, hogy valóban úgy gondolkozunk-e még most is az adott témában, mint régen, amikor erről a dologról elviekben már döntöttünk. Persze előnyösebb, ha a fecskék minél inkább egyszerre indulnak, így jobban tudják támogatni egymást. Valamelyiknek azonban mindenképpen el kell indulnia, mert különben az egész társaság látja kárát.

4. a meglátott jóhoz való ragaszkodás, akár áldozatok árán is; itt szintén megemlíthetjük, hogy a lelkiismeretes ember értékrendjével összeegyeztethetetlen egy másik közhely, miszerint "Széllal szemben nem lehet pisilni." Lehet, hogy az egész a nyakába csorog, de a pisiléstől nem lehet eltántorítani.

### A lelkiismeret meghatározása (Ért. Kézisz.):

1. Az egyénnek saját magára vonatkoztatott erkölcsi tudata, ill. az önmagától megítélt erkölcsi állapota.
2. Az az erkölcsi érzék, amellyel valaki saját tetteit és gondolatait megítéli.

Más szavakkal megfogalmazva, hogy mondandóm a következőkben érthetőbb legyen: az egyén saját magára vonatkoztatott erkölcsi tudata megfelel annak az erkölcsi értékrendnek, amelyet az ember magáénak vall; az erkölcsi érzék pedig mindazon módszerek, eszközök összessége, melyeknek segítségével az ember megállapítja, megítéli, hogy egy adott helyzetben mennyire gondolkozott, beszélt vagy cselekedett saját erkölcsi értékrendjének megfelelően, vagyis milyen volt az ő aktuális erkölcsi állapota.

### A személyes erkölcsi értékrend

#### Mi kell ennek felállításához?

1. A világmindenség, azon belül a földi természet rendjének az egyén képességeihez mért, és az emberiség jelenlegi tudásának megfelelő megismerése; világkép kialakítása. Ennek módszere a tanulás, az ismeretszerzés.
2. A magam helyének megkeresése a fenti rendben; az egyéni felelősségem felismerése. Ennek módszere az életelmélkedés.
3. Tennivalóim meghatározása (életfeladatok); a feladatok rangsorolása. Ekkor jó hasznát vehetem a belém nevelt feladattudatnak. Az életfeladatok meghatározásának módszere szintén az életelmélkedés.

#### Az erkölcsi értékrend tartalma

Az ember értékrendjét a bolygói és az egyéni boldogságra törekvés közötti kompromisszumkeresés eredményei határozzák meg. Ha csak az egyik fajta igyekezet van jelen meghatározó módon, abba rendszerint beletörök a bicskánk. Ha, mondjuk, kizárólag a mások boldogulásán fáradozom, akkor

előbb-utóbb nem bírom ezt az áldozatot sem testileg, sem lelkileg. Például, azok a városban fölnőtt, világjobbító szándékú fiatalok vagy akár idősebbek, akik csapat-papot odahagyva, elvonulva élnek egy vidéki tanyán, és nem készültek föl erősen lelkileg és fizikailag egyaránt az életkörülmények ilyen mértékű megváltoztatására, nem bírják huzamosabb ideig ezt az életmódot. Erről áprilisi előadásában Zaja Péter, a visnyeszéplaki remete-közösség tagja, gondolom, fog majd mesélni nektek. Vagy egy másik példa, amikor valaki a Föld élővilága, vagy akár csak a körülötte élő egészségének érdekében lemond az autóhasználatról, ennek ellenére mégis megpróbál olyan életmódot folytatni, mintha lenne gépkocsija. Mesebeli királyfisra tervezi a napirendjét: hipp-hopp, ott legyek, ahol akarok - vagyis annyi feladatot elvállal, mintha rendelkezésre állna egy autó, amelyik egyik helyről a másikra viszi. Sokszor még tán lelkiismeret-furdalása is van, mert nem tud annyi "hasznosat" tenni, mint a sok-sok királyfi körülötte. Ebbe egy idő múlva bele lehet rokkanni. Természetesen ezzel nem azt szerettem volna mondani, hogy egy városi ember ne költözzön falura, tanyára, vagy aki hozzászokott a gépkocsihhasználathoz, az ne váltson át a tömegközlekedésre, gyaloglásra, kerékpározásra. Éppen hogy erről van szó. Váltanunk kell, de tudnunk kell, hogy ennek mi az ára, milyen következményekkel jár, és a tőlünk telhető módon föl kell ezekre készülnünk.

Az erkölcsi értékrend másik szélsőséges tartalma, ha önző módon csak a magam vagy az enyéim (akár szellemi, akár fizikai) boldogságát keresem, és a többiekét kizsákmányolom, legyen az élő vagy élettelen társunk a világban. Úgy gondolom, mindnyájunk számára egyértelmű, hogy az ilyen erkölcsi beállítódás ellentétekhez, vizályokhoz, ökológiai katasztrófához vezet.

Az Élet él, és élni akar - mondta Ady, és ebbe most beleértem a saját életünket, a körülöttünk lévő élő és élettelen dolgokat is. Hagyjuk élni vagy vegyük el? - ezt a döntést minden pillanatunkban meg kell hoznunk, egész életünk során. Nem eshetünk egyik végletbe sem, és ezt a mindennapok tapasztalatából tanulságként le kell szűrnünk. Azt a következtetést is levonhatjuk azonban a gyakorlatból, hogy mivel a dolog természetéből eredően az önzésre nagyobb a hajlamunk (egyszerűen a saját testünket és gondolatainkat térben és időben hamarabb és erőteljesebben érzékeljük), az önzetlenségre jobban oda kell figyelnünk. Minden pillanatunk egy, az önzés és az önzetlenség közötti kompromisszumos döntés eredménye. Akár rutinosan, oda sem figyelve, akár vért verítékezve hozzuk meg ezeket a döntéseket, mindenképpen lelkiismeret, ezen belül értékrend, ezen belül elmélkedés szükséges hozzá. Ez a szellemi munka nem spórolható meg, nem szabad árukapcsolással adni-venni egymástól (pl.

árukapcsolást fejez ki az az előítélet, mely szerint az elmélkedés csak a vallásos emberre jellemző), és nem kényszeríthető rá másokra, csak a tiszta érvelés módszere alkalmazható.

Az alapvető erkölcsi értékrendnek egyetemesnek, minden ember által elfogadhatónak kell lennie: ez egy közös nevező, ahogyan azt Bulányi Gyurka bácsitól hallhatjuk. Ő a jézusi evangéliumok tanulmányozása során összegzett "három 'sz'-ben" látja a közös nevezőt: szelídség, szolgálat, szegénység - ami együtt is egy 'sz', a szeretet -, és úgy tudom, hozzávetve még a környezetvédelmet, mert arról közvetlenül nem szólnak az evangéliumok. Simonyi Gyusza pár évvel ezelőtt úgy fogalmazott itt, az ököcsoportban tartott, Ökológia és erőszakmentesség (Mit tehet a kisember?) című előadásában, hogy az ember erkölcsi értékrendjének három sarokköve van: igazságos elosztás, környezetvédelem és a tudatos népességszabályzás. Mindez gazdaságilag az ökoszociális piacgazdaság keretei között lenne (úgy vélem, itt a schumacheri közgazdaságtanra gondolt), és tömeges megvalósulása elvezetne a tartós és akár az egész világra kiterjedő békéhez. Döry Pista az immanens etikában pedig azt állította, hogy mindaz, amit itt elmondtunk az értékrend tartalmával kapcsolatban, az a lét törvényeiből kikövetkeztethető. Szeretném még hozzátenni azt is, amit egykori kántorképzős hittantanárom mondott erről: szeretet = akarom, hogy élj!

### **Erkölcsi érzék**

Erkölcsi állapotomat az erkölcsi érzékemmel ítélem meg. Ez az érzék, vagyis észreveszem, hogy rossz fát ill. jó fát tettem, teszek vagy fogok tenni a tűzre, lehet hosszantartó is, de lehet egy tudatalatti villanásnyi megérzés is. Ha az elsőről, a hosszabbikról van szó, akkor azt általában önvizsgálatnak, lelkiismeret-vizsgálatnak szoktuk nevezni, ha rövidebb ez az önmagunkról történő ítéletalkotás, akkor a jobbik énemről, Isten szaváról, a bennünk lakó kisbíróról, a lelkiismeret megszólalásáról szoktuk beszélni.

Annál hamarabb tudom helyesen megállapítani az erkölcsi állapotomat, minél többet gyakorlom a lelkiismeret-vizsgálatot. Vagyis kialakul a rutinom gondolataim, szavaim és cselekedeteim megítélésében. Úgy is mondhatjuk: egyre gyakrabban szólal meg a lelkiismeretem. Ez két oldalról is veszélyt is rejt magában. Egyrészt így az ember könnyen felszínessé válhat, "immunis" lesz a saját maga által kifejlesztett erős önkritikával szemben; másrészt ez a rutinos önkritika esetleg tartós és kóros büntudathoz, önmarcangoláshoz vezethet. Ezért akármilyen profi módon ítélem meg a saját ill. mások cselekedeteit, a világban folyó történéseket, a hosszabb időt igénylő erkölcsi "érzéknek", a lelkiismeret-vizsgálatnak is meg kell legyen a helye az életemben, azt is rendszeresen kell gyakorolnom. Például itt van a multi-level-

marketing cégeknek és biztosítóknak az esete. Mondjuk, ha én környezettudatos vagyok, akkor, úgy gondolom, nem állhatok be közéjük, hiszen ők azt várják ügynökeiktől, hogy hasba beszéljék a potenciális vevőt, és ha nincs szüksége a portékára, akkor kimutassák, hogy igenis, szüksége van rá. Sőt, ha megtudják, hogy az "áldozatnak" környezetvédelmi aggályai is vannak, akkor rövid úton kiderítik, hogy ez a legkörnyezetkímélőbb termék, a legkörnyezetbarátabb technikával eladva, és persze a legolcsóbb is. Mindezeket megfejeleli a mesés jövedelem ígéretével, és szegény környezetvédelemre hajlamos gyűlölt anyuka, ha nem gondolja át, ha nem tart lelkiismeret-vizsgálatot, hogy beleillik-e értékrendjébe ez a fajta tevékenység, hamarosan átlényegül a rokonait, barátait és ismerőseit szinte csak potenciális vevőkként kezelő ügynökké. Alkalmam volt megismerni "halászó" módszerüket, mert mint főállású anyát, engem is rendszeresen megkörnyékeztek ajánlataikkal.

Erkölcsei érzékünk kimunkálásához nagyban hozzásegítenek még családunk, baráti közösségünk tagjai, és ha van(nak), a lelki tanácsadó(i)nk. Ők, mint referencia-személyek, folyamatos visszajelzéseket adnak elveinkről és gyakorlatunkról.

#### **A lelki élet alapvető eleme az elmélkedés**

Sokszor emlegettem, ezért szeretném jobban megvilágítani, mit értek elmélkedés alatt.

Az elmélkedés az erkölcsi értékrend és érzék, vagyis a lelkiismeret kialakításának és ápolásának elengedhetetlen, de nem egyedüli eszköze. Lehet egyedül és ketten, vagy több emberrel együtt végezni.

Két fő tartalmi része van:

1. lelkiismeret-vizsgálat (amely a múlt tényeinek megállapításából, az ok-okozati összefüggések felderítéséből - lásd pszichoanalízis -, az eredménynek az értékrenddel történő egybevetéséből áll) Az önvizsgálatnál segítenek az egyedül vagy lelki tanácsadóval, közösségben, esetleg könyv alapján készített lelkiismeret-vizsgálati szempontok, és az e szempontok alapján írt lelkítükör. Ez tulajdonképpen az életelmélkedésben felállított értékrendnek és a hozzá tartozó életfeladatoknak az aprópénzre váltása. Mondok példaként néhány főbb szempontot, melyeket kedvüncre és magunkra szabottan tovább lehet részletezni:

Otthoni energiafogyasztás

- Fűtés
- Víz
- Melegvíz
- Elektromos áram
- Hulladék
- Berendezés
- Vásárlás
- Munka

- Közlekedés

- Tanulás

- Tanítás stb.

A szempontok alapján mindenki elkészítheti a maga részletes lelkítükörét. Például ilyen kérdések lehetnének benne:

Ha fáztam, akkor jól felöltöztem-e, vagy még jobban befűtöttem? stb. Odafigyeltem-e, hogy a fürdővízzel öntsem le a WC-t? Pohárral mosok fogat vagy csorgatom a vizet? stb. Ingerülten vagy békésen érvelve próbáltam gyermekeimet rávenni a melegvízzel (fűtéssel, vízzel stb.-vel) való takarékoskodásra? Ha ingerült, ideges voltam, akkor annak mi volt az oka? Hogyan lehetne ezt az okot kiküszöbölni? stb. Kényelemből vagy rosszul tervezett idő miatt használtam többet a porszívót? stb. Lusta voltam-e a komposztba rakni, ami odavaló? stb. Írtam-e bevásárlólécudulát? Vittem-e szatyrot, hogy ne adjon az eladó nylonzacskót? Barátságosan, de hatékonyan és röviden elmondtam-e neki az érveimet, hogy miért teszem ezt? Megbeszéltem-e otthon, hogy a vásárolni tervezett háztartási gép előállítás, működtetése milyen környezetterheléssel jár? Munkámmal a meglátott jó elterjedését segítem-e elő? És így tovább... Sokat segít a Zöldköznapi kalauz c. könyv

A lelkiismeret-vizsgálathoz tartozik, de időben lehet, hogy eltolódik a következő négy dolog: a) a helyes cselekedetek magamnak való elismerése (ez fontos a megerősítés szempontjából) b) a bűn bevallása annak, akit illet c) bocsánatkérés attól, akit illet d) a bűn vagy tévedés jóvátétele.

2. tervezés (értékrend alapján történik, napi, heti, éves, alkalmi)

Az elmélkedésbe belefér ezenkívül bármi, aminek kifejezett erkölcsi tartalma van. (ének, felolvasás, játék stb.) A formákat rugalmasan kell kezelni, mert a lényeg az, hogy a két fő tartalmi rész meglegyen, a többinek az a szerepe, hogy elősegítse, motiválja az említett két dolog létrejöttét. A forma szolgálhat megtartó erőként, de ne ragaszkodjunk hozzá mindenáron. (Szelíden erőltetni lehet, néha kell is.)

#### **A lelkiismeret (értékrend, érzék, állapotfelmérés) kialakításához és ápolásához szükséges eszköztár**

1. tanulás (elsősorban példa alapján, családban, iskolában, vagy önálló módon, szóban és írás útján, tárgyi emlékek segítségével stb., folyamatosan: a jó környezetvédő holtig tanul). Számomra tanulás volt például az eldugott kis viharsarokbéli falvakban történő nyaralás, amikor az egyszerű magyar parasztok életének részese voltam. És hiába telt el azóta három évtized, most is sokszor elgondolkozom az ottani tapasztalatok kapcsán, hogy tulajdonképpen mire is van szüksége az embernek az életben. Sok minden kipotyog a listából, és ez erőt ad ahhoz, hogy továbbra is gajai módon igyekezzem gondolkodni és alakítani az

életemet. Azonkívül arra indít, hogy tanuljak. Ma már úgy el- és összekutyultuk az életet fejlett technikákkal és fejletlen erkölcsünkkel, hogy tanulás, ismeretszerzés nélkül nagyon elszúrhatjuk a dolgainkat. A tanulás alatt nemcsak a szaktudományok alapismereteit értem (mondhatni: a gimnáziumi tananyagot), hanem az ezekre épülő összefüggérendszereket (tudományköziséget), az egészben való gondolkodást is. Mivel a folyamatok bolygói méretűek, a gondolkodásnak és a cselekvésnek is azzá kell válnia. Ne csak a tőkések, az ember és természet kirablói gondolkozzanak így, hanem a jóra való emberek is. Az előbbiek bolygói gondolkodásmódjára csak egy példa, a reklám. A mi jóra valóságunknak túl kell nőnie az ő ravaszágukat. Ehhez pedig a jószándék kevés. Több kell, az értelem. Persze az értelem sem ér semmit, sőt, káros is a jószándék nélkül.

#### 2. életelmélkedés (lelki gyakorlat)

Évente javasolt tartani, hosszabb időt igényel. A három nap bevált időtartam, mert egy nap kell a lecsituláshoz, egy a hatékony munkára, egy a visszazökkenésre, a feladatokra való fölkészüléshez.

#### 3. heti elmélkedés

Ez a mindennapok által összekuszált sorok rendezéséhez kell, tapasztalatok szerint átlagosan 2-3 órát vesz igénybe.

#### 4. napi elmélkedés

Nagyon változó, átlagban este fél óra, reggel negyed óra, ha lehet a nap derekán is legyen pár perc, negyed óra.

#### 5. lelki tanácsadó (referencia személy)

Ismernünk kell értékrendjét, hiteles életét. Ez szükséges ahhoz, hogy alapja legyen tekintélyének előttünk. Bízunk kell ítéleteiben, de vakon még így sem követhetjük tanácsait.

#### 6. közösség

Tagjai fizikailag és lelkileg is segítik egymást. (referencia-csoport) A közösségnek fizikai és lelki fokozatai vannak: szellemi-lelki közösség (pl. a Bokor egésze, vagy egyes emberek Prakash-sal és társaival való kapcsolata), összejárás közösség (Bokor csoportjai), egymás közelében lakók, együtt dolgozók és végül az együtt lakók közösségei. A leghatékonyabban és legkörnyezetkímélőbbben biztosan az együtt lakók, a kommunában élők tudnak csinálni bármit is. Úgy gondolom, ezt a fajta közösséget spontán kialakulással, szerves fejlődéssel, illetve messzemenően azonos értékrenddel lehet csak megvalósítani. A szerves fejlődés alatt azt értem, hogy a kommunába lépők elég jól ismerjék előtte egymást (huzamosabb közelben lakás, egymás értékrendjének és gyakorlatának ismerete).

A végére hagytam, ennek ellenére a leghangsúlyosabb mozzanata lelki éltünknek: a család. A velük együtt történő elmélkedés, az egyéni elmélkedések együttes

megbeszélése külön időt igényel. A házastárssal és a gyerekekkel folyamatos kommunikációs közösségben kell élni. Az élő párkapcsolat, az élő szülő-gyerek kapcsolat egyik legfontosabb eleme a rendszeres verbális kommunikáció, a beszélgetés. Ha ez kialakul, és mégis időnként elmarad, az ember lelkiismeretében rögtön megszólal egy ébresztőóra, amely jelzi, hogy nem rendben folynak a dolgok, baj lehet, ha nem pótoljuk mihamarabb a beszélgetést, nem vesszük föl az elhagyott szálakat.

#### A lelkiismeret alakulása az ember élete folyamán

1. A lelkiismeret kialakítása: gyermekkor, kamaszkor  
Az lesz bennem, amit belém neveltek és amit a génjeim megengednek. A lelkiismeret kialakításához és ápolásához szükséges eszköztár elemei annál jobb, minél hamarabb beépülnek az ifjú ember életébe, de persze mindig az aktuális életkornak megfelelő mértékben és formában. Erről köteles gondoskodni a szülő. A mémeket, a gondolatcsomagokat igyekeznünk kell hatékonyan átadni az utódoknak. Olyan lelki kereteket biztosítsunk a gyerekeknek, amelyben kialakulhat a lelkiismeretes ember. Nem a véletlenre kell bízni az általunk legfontosabbnak vélt gondolatok átadását. Nem jó, ha hagyjuk, hadd kószoljon bele mindenbe, amibe akar, aztán majd csak kialakul "magától" az erkölcsi értékrendje és az erkölcsi ítélőképessége. Ez a nevelési út azért nem járható ma már, mert nem egyneműek, vagy zömében nem egyneműek az ifjú embert érő hatások, azonkívül az emberiség és az egész bolygó sorsa ott tart, hogy nem bízhatjuk a gyereket érő mindenféle hatások eredőjére a lelki fejlődést. Ma már minden értelmes ember azt állítja, hogy csak a minél hamarabbi tudatátalakulás segít az emberiségen, márpedig ez a folyamat igencsak hosszantartó. Ezért nem engedhetjük meg magunknak azt a luxust, hogy nem céltudatosan neveljük céltudatosan gyerekeinket. (A tudatátalakítás témájában olvassátok el György Lajos: A jót választanod kell c. könyvét!) Mondok egy példát arra, hogyan lehet a legkomolyabbnak tűnő dolgokat is együtt végezni egy kisgyerekekkel. Az óvodást is hozzá lehet fokozatosan szoktatni a lelkiismeret-vizsgálathoz. Elkerülendő azonban, hogy fölösleges és káros büntudat alakuljon nála ki, a napi önvizsgálatot arra korlátozzuk, hogy elmondjuk, kinek okoztunk aznap örömet, kinek segítettünk, a rossz cselekedeteket nem soroljuk föl. Az egészet tervezzük barátságosra, meghittre, hogy a gyerek szívesen vegyen részt benne, napirendjének természetes alkotóelemévé váljék. Éneklés, kényelmes testhelyzet, rugalmas beszélgetés. Ha pl. annyira foglalkoztatja valami, hogy elmesélése kicsit több időt igényel, akkor ezt is meg kell hallgatni. Ennek azonban az a feltétele, hogy eleve bővebb időtartamot szánjunk ezekre az esti elmélkedésekre. Így aztán néha komoly életproblémák kerülnek felszínre,

amit megint csak az ő szintjüknek megfelelően meg kell tárgyalni. (Többek között ekkor erősödhet meg a felnőttben az a vélemény, hogy az igazán nagy és fontos dolgok röviden, egyszerűen és egyértelműen is kifejezhetők: az igen igen, a nem nem. Csak le kell hántani róluk a sallangokat, és nem kell magyarázkodni, hogy ezt így értjük, azt meg úgy. Úgy értjük, ahogyan mondjuk, ahogy bárki ezen a földön megértené, ha lefordítanák az ő nyelvére.) Később, első osztályban, vagy ha érettebb a gyerek, akkor már nagycsoportos korban, azt is rendszeresen meg lehet beszélni, mivel bántottunk meg valakit, mi volt rossz aznap (az énekben: "utálatos tett"). Addig is szóba kerülhet, de nem rendszeresen, nem minden nap, a kóros büntudat elkerülése végett, ill. hogy ne menjen el a kedve az egészszről. (pozitív megerősítés szükséges) Csak ha érzelmileg őt is megviselte a csínytevés, vagy nagyon rosszat tett, akkor érdemes este visszatérni rá kisebb korban. Példa a lelkiismeret-vizsgálat formájára óvodásokkal, kisiskolásokkal:

***Esti ének:***

*Este van, este van, minden elcsitul,  
az én kis lelkemben világosság gyúl.  
Most látom, mi volt jó, mi volt szeretet,  
mi volt a mai nap utálatos tett.*

*(Itt megállunk, mindenki, a felnőtt is elmondja, mivel okozott valakinek örömet, majd befejezzük az éneket:)*

*Azért, kik e verset velem mondjátok,  
nyugalmas szép álmom szálljon tirátok.  
Hogy majd holnap reggel, ha virrad a nap,  
szépen együtt puszilkodjunk, együtt tornázzunk,  
együtt mosakodjunk, együtt reggelizzünk, együtt  
énekeljünk, mint a madarak.*

2. A lelkiismeret alakulásának legerőteljesebb szakasza, a lelkiismeret "végleges formába öntése": kialakul a teljes személyes erkölcsi értékrend (ezen belül a világkép, saját helyem, életfeladataim); az erkölcsi érzékem eszköztára kiegészül, amennyire lehet, teljessé válik; erkölcsi állapotomat hozzávetőlegesen helyesen meg tudom ítélni. (18-20 év körül, gimnázium végén, felsőfokú tanulás alatt) Ez az időszak a lelki szárnyalás, a fellegekben járás kora. Nem szabad elengedni a "fellegeket", a magasröptű eszméket, hanem közelíteni kell őket a földhöz és meg kell valósítani őket. Ha a tényekre, a valóságra, a természet törvényeire (hiszen annak vagyunk mi is részei) alapoztuk az értékrendünket, akkor igenis, hogy jó belekapaszkodni azokba a fellegekbe, és lehet, hogy aki erről le akar beszélni, arra valami homályos szemüveget tettek, és emiatt nem látja a szép felhőket, sőt, esetleg a valóságot sem.

3. A kompromisszumkötések, a "betörés" időszaka: 25-30 év körül (munkába állás, családalapítás, letelepedés). Ilyenkor alakulnak ki a keretek, amelyek vagy segítik az erkölcsi értékrend megszilárdulását, vagy rombolják azt. Példa az előnyös keretekre: az ember vidéken él (át kell gondolni, melyik családtagnak mennyi utazásra lesz szüksége), autója nincs, nagyszülőktől külön, de a közelben lakik, négy gyereke van, közeli munkahelye van (többféle képzettség => én diktálok, hol dolgozom). Példa a rossz keretre: Ha valaki vidékre költözik, és nem méri föl előtte, mennyit kell utaznia, akkor előáll az a gyakori helyzet, hogy az illető sajnálkozik (mert értékrendjében nincs benne az autó), hogy ő "kénytelen" személygépkocsival járni. (Az autóval azért példálózom előszeretettel, mert egyrészt általában több energiát emészt el és többet szennyez, mint bármelyik más fogyasztásunk, másrészt ehhez képest nem létszükségletéről van szó, hanem kényelemszeretetről. Szerintem csak a mentők, tűzoltók, mozgássérültek, nagyobb szükséges tárgyát szállítók számára jogos az autóhasználat.)

4. A folyamatos kísértések hosszú korszaka (30 - 60-65 év). Ha jól választottuk meg a kereteket az előző, "betöréses" időszakban, akkor ez nem a folyamatos visszaesések, a folyamatos büntudat és elégedetlenkedés korszaka lesz, illetve nem kerülünk olyan helyzetbe, hogy tudatosan állítsunk föl magunknak egy rosszabb értékrendet. (vagyis megtörünk a mindennapok súlya alatt, és feladjuk elveinket)

5. A szellemi és testi gyümölcserlelés korszaka. Aki amint élt, olyan öreg lesz belőle: vagy bölcs, vagy nem az. Valamilyen szinten persze mindenki bölcs lesz, ha megéri a 60-65 éves kort, hiszen az átélt tapasztalatokat és azok valamiféle összegzését, illetve az azokból levonható tanulságokat egyedül ő birtokolhatja, de ahhoz, hogy ezt méltó módon, hatékonyan az utána jövő nemzedékeknek át is adja, előtte is hitelesen, szépen kell élnie. Például, ha valaki önző módon élt, akkor öregkorában is valószínűleg olyan lesz, és hiába gyűlt össze sok érdekes és hasznos tapasztalata az évek folyamán, vagy képtelen rá, hogy továbbadja másoknak, vagy ha el is mondaná, nincs aki meghallgassa. Vagy ha valaki elégedetlenkedő természetű volt világ életében, akkor hiába az ősz hajszál, ki hallgat szívesen egy zsörtölődő nagypapát vagy nagymamát.

**Egy kis ökofilozófia**

Mindaz, amit a fentiekben elmondtam, legtöbbünknek ismerősként csengett. Most megkérlek Benneteket, hogy evezetek velem egy kicsit idegenebbnek tűnő vizekre, és a továbbiakban még inkább közösen gondolkodjunk, úgy, mint egy szellemi műhely munkásai.

20-22 évvel ezelőtt egy problémára akadtam, amelynek megoldási javaslatához, kérlek, szóljatok hozzá, hiszen egyetemes gondról van szó. Mint láttátok, az elmondottak igyekeztek képet adni egy egységes, kerek egész életstratégiáról (életmegoldásról). A használt kifejezések valamiféle ki nem mondott vallási tartalmakat sejtetnek, pedig igyekeztem, hogy mondandóm igen-igen, nem-nem legyen, és nem akart sejtetni senkivel semmit. Tehát a problémám a következő: az erkölcsöt, vele együtt a lelkiismeret fogalmát mindezidáig döntően árukapcsolással, a vallásos hittel együtt adták-vették az emberek. Mára eljutottunk azonban oda, hogy nem csak a vallásos emberek szeretnének jók lenni, tehát az erkölccsel kapcsolatos fogalmakat, technikákat le kellene választani a hitről. Esélyt kell adni, hadd lehessen jó ember az is, aki nem hisz nem tudható dolgokban, és számára elég ösztönző erő a jóra az, hogy megértette a természet törvényét, és kizárásos alapon az ennek való megfelelésre törekszik az életében. (Lásd etika tankönyv sorozat.) Gondot jelent számomra az a tény is, hogy a vallások kupacokba rendezik az embereket az alapján, hogy mit állítanak, mit "tudnak" a nem tudhatóról. Ebben az elrendezésben eleve el van ültetve a vita, a viszály magja. Ezt ma már nem engedheti meg magának az emberiség, hiszen nemhogy nem szabadna viszályt kelteni, de még ha minden erőnkkel összefognánk, sem biztos, hogy sikerülne megmenteni fajunkat, vagy akár a természet egy jó részét.

#### **Megoldási javaslatom a következő:**

Az emberek ne olyan rendező elv alapján igyekezzenek kupacokba oszolni, amelyek magukban hordják az ellentéteket (lásd vallási, nemzeti kupacok), hanem a természet törvényeihez való alkalmazkodás következtében a "kicsi a szép" elv alapján helyi közösségeket hozzanak létre, amelyek azzal foglalkoznak, hogy megbeszéljük, miben áll a bolygói értékrend, milyen feladatok várnak ránk, hogyan valósítsuk azokat meg a gyakorlatban. Szerintem ezek a témák éppen elég megbeszélhivalót adnak, és jobb, ha arról vitatkozunk, aminek a szereplői mindenki számára elfogadható tények, mintha arról folyna a szó, hogy ki mit gondol az el nem gondolhatóról, ki mit "tud" a nem tudhatóról. Ezalatt a teologizálást, a hit-tant és általában az ésszel föl nem fogható dolgokat értem. 25 év saját tapasztalatait és sok más ember tapasztalatait összegyűjtve azt tudom javasolni, hogy a hitbéli tartalmakat - és ideérték minden egyéb irracionális tartalmat - mondjuk annak, amik: vágyak, remények, melyek vagy igazolódnak, vagy nem. Ennek több haszna lesz mindnyájunk számára, mint kára. Személy szerint én, például, nagyon remélem, hogy halálunk után vár minket egy feltétel nélkül szerető Isten, és valamilyen formában mindannyian együtt leszünk

valahol. (ennél több irracionális dologra nem is vágyom) Ebbe a mondatba is bele lehet kötni, mert mi az, hogy forma, mi az, hogy valahol stb. Ott van azonban előtte a bevezető szó, az ige: remélem. Se több, se kevesebb. Innentől kezdve, úgy gondolom, nem kell, nem lehet sokat témázni ezen az állításon, hiszen mindenki abban reménykedik, amiben neki jólesik. Ezzel szemben viszont arról, hogy mi dolgunk a világon, érdemes és szükségszerű is beszélgetnünk, egy közös nevező alapján, amelyet a bezöldült lelkiismeret címszó alatt próbáltam összefoglalni. A remény szó valóban varázsige. Felszabadítja az embert a gyötrő hitbéli magyarázkodások alól, egy csomó, emberek közötti konfliktust megelőz, és a hit nélkül maga a szó is olyan óriási jelentőségűre növekszik, hogy valóságos érzelmi fellángolást hoz az emberbe. Próbáljátok ki!



*FARKAS ISTVÁN*

### **AZ ERŐSZAKRÓL ÉS ERŐSZAKMENTESSÉGRŐL**

Miért a szelíd szenved az erőszakostól? Miért nem jutnak semmire az erőszakmentesek? Hol a gyökere az erőszaknak, ha a teremtett világban nincs másutt, csak az emberben? Kell-e küzdeni az erőszak ellen? Mit tehetek, amikor Jézus, Buddha, vagy Gandhi, Martin Luther King és Teréz anya sem "tehettek" semmit ellene?

Ezer évek óta teszik fel ezeket a kérdéseket az erőszakmentesek, vagy azok, akik szeretnék az egész világot azzá tenni, hiába. A válasz nem kívül van! Akik elérték, azok önmagukban érték el, nem a világban. Amíg éltek ideiglenesen megteremtettek maguk körül egy csendet, egy erőszakmentes légkört, amely sugárzott, amíg éltek és még egy rövid ideig haláluk után is. Egyikük tanítása sem úgy szólt, hogy küzdjete az erőszak ellen az erőszakmentességért hanem úgy, hogy ébredjete fel!!! Isten fiai és lányai vagytok, nem