

Földy Ferenc

*Az idős ember lelki életéről\**

\*Az utóbbi időben az emberek átlagéletkora – a korábbi idők életkorhatárához viszonyítva – jelentősen emelkedik. Hazánkban 1930-ban a 60 éven felüliek a lakosság 9,8%-át tették ki, 1963-ban már 14,8%-át. Napjainkban pedig a lakosság 29%-a lépte át a nyugdíjkorhatárt.

Ezért fontosnak és időszerűnek tartjuk, hogy foglalkozzunk ezzel a témával. Az idős emberrel való törődés, bánásmód megkívánja, hogy ismerjük lelki életének sajátosságait. Elsőként vizsgáljuk meg, milyen elváltozások keletkeznek ideg- és lelki életükben!

Az idős embereknél az agyvelőben bizonyos szövettani és működési elváltozások keletkeznek egyénileg igen különböző időben és változatos formában. Ma sem tudjuk még pontosan, hogy milyen tényezők döntik el az idegrendszer egyes részei öregedésének sorrendjét és mértékét.

Az agyvelő súlya az idős korban csökken, tömöttebbé, keményebbé válik. Megváltozik az agy vérellátása is, fokozódik az agy hajszálereinek átteresztőképessége. Ha az időskori érelváltozásokhoz még érlemeszesedés és magas vérnyomás is járul, akkor értjük meg igazán, hogy az agyvelő vérellátottságát mennyi veszedelem fenyegeti.

Az agyvelő csökkent vérellátása pedig szellemi feszültséget okoz, csökkenti az emberi megismerő tevékenységet: a figyelmet, a képzeletet, az emlékezetet, a gondolkodás működését, kihatással van az idős ember pszichés életére.

Feladatuk elvégzésében, az idős emberek lassúbbak, de alaposabbak, munkájuk hibátlan. Tapasztalatuk, éveken át végzett munkájuk révén nagy gyakorlatra tesznek szert. Csökken az emlékezőképességük. Elsősorban a közelmúlt eseményei merülnek feledésbe, míg a régmúlt eseményei élénken élnek bennük. Az idegrendszer plaszticitásának van ebben nagy szerepe. Az idős ember egy-két óra múlva elfelejti, hogy mi volt az ebédje, de élénken emlékszik arra, ami fiatal korában történt vele. Példaként említem meg, hogy barátom dédnagyapja a pipáját kerestette velünk,

miközben az a szájában füstölgött, de fiatalkori – első világháborús – élményeiről olyan átéléssel mesélt, mintha most történt volna.

Csodálatos az idős ember időészlelése. A legtöbben tudatosan és intenzíven élék át a megszámlált napokat, viszont vannak olyan öregek, akik úgy élnek, tervezgetnek, mintha a halál nem is létezne.

A képzelőerejük is fokozatosan gyengül. Az idős emberek kellemetlennek érzik többnyire a sikertelen erőlködést, hogy új helyzetekhez alkalmazkodjanak. Ez időnként gyűlöletet is ébreszt bennük.

Öregkorban csökken a fájdalomérzés. Ismeretes, hogy a legtöbb öregembernél minden különösebb fájdalom nélkül zajlik le a gyomorátfűródás, a koszorúér-trombózis, a vesekő ürülése stb.

A gerontológusok, az öregedéssel foglalkozó kutatók kimutatták, hogy az öregkori szellemi működés csökkenése sokkal kevésbé érvényesül kiművelt agyú embereknél. Megállapították, hogy a zseniális emberek képességei nem csökkennek, hanem ellenkezőleg, diadalmas alkotásokat hoznak létre. Ezt bizonyítják a következő példák is:

- Goethe 70 éves korában írta a „Nyugat-keleti díván” című művét;
- Verdi 80 éves korában szerezte a „Falstaff” című operáját;
- Tiziano 80 éves korában is maradandó alkotásokat festett.

A sokoldalú, harmonikus tevékenység akár fizikai, akár szellemi, sokáig fenntartja az idős ember lelki egyensúlyát. A megszokott fizikai vagy szellemi munka hirtelen abbahagyása, a nyugdíjas élet, sok esetben kedvezőtlen pszichés változást eredményez.

Sok idős ember nem tud mit kezdeni szabadidejével. Ha elveszti megszokott környezetét, ha lassan kinőnek és elkerülnek a házból gyermekei, elfoghatja a magányosság fájdalmas érzése. Ha nem érzi a társadalomban személye fontosságát, „felesleges embernek” érzi magát, elveszti önbizalmát, lelki egyensúlyát, és mély rezignációval szomorú, melankolikus kedélyállapotúvá válik. Az

\* 2012 az idősek éve. Ez alkalomból tesszük közzé ezt az írást.

élet rendjében, dinamikus sztereotípiában megzavart, emocionálisan sérült ember e korban gyorsan leromolhat szervezeten is.

Az igazi öregség ott kezdődik, amikor az idős ember kivonja magát teljesen élethivatásának, tevékenységének köréből, a társadalmi aktivitásból, csak egészsége fenntartásával bajlódik, s csak a múltat mereng.

Az idős életkor új életformákhoz, helyzetekhez nem tud könnyen alkalmazkodni, nem tud beilleszkedni új gondolati struktúrákba.

Érzelmi életét múltja, műveltsége determinálja. A csendes, a nem fárasztó örömeiket keresi: mesélést az unokáknak, napi sétát a jól ismert környéken, társalgást a régi munkatársakkal stb. Hangulata a melankolikus vérmérsékletűekkel azonos, szomorú belenyugvás az elkerülhetetlen végbe, szelíd beletörődő búcsúzás az élettől.

A gerontológia – az emberi öregedéssel foglalkozó tudomány – feladatai között szerepel az öregedés kóros következményeit megelőző, vagy csökkentő módszerek, eljárások feltárása, az idős emberek lelki életének, nyugalmanak biztosítása.

„A nap végtelen hosszú annak, aki nem tudja, hogyan értékesítse és használja fel” – mondja Goethe.

Hatványozottan így van ezzel az idős, nyugdíjas ember, aki a rendszeres munkába járást megszokta. Meg kell találni, észre kell vetetni velük a kornak az örömforrásait.

Ki ne mondta volna már: ha én egyszer nyugdíjba megyek; minden filmet megnézek, hozzájutok végre azokhoz a könyvekhez, amelyeket olyan régen szerettem volna elolvasni. Mégis, amikor elérkezik az ember ahhoz, hogy mindezt valóra váltsa, megtorpan egy kicsit.

Új életformát kell kezdeni, amelynek keretét és belső tartalmát az idős embernek magának kell elsősorban meghatározni. Ehhez azonban nagy segítséget nyújthatnak azok a hozzátartozók, gondozók, akik az idős ember közvetlen környezetében élnek.

Megkíséreljük vázlatosan felsorolni azokat az örömeiket, örömforrásokat, amelyekkel értékesíteni hasznosítani lehet az időseber idejét.

Az idős kor egyik legnagyobb öröme az olvasás. Feledtetni tudja a világ bajait, az öregkor kellemetlenségeit. Hazánkban igen sok jó könyv áll az olvasók rendelkezésére.

Tanácsos az idős embert érdeklődésének megfelelő könyvvel ellátni. A mindennapi mozgás – séta, természetjárás, könnyebb sport – testet, lelket üdít. Beethovenről tudjuk, hogy élete vége felé hallását elvesztette és emiatt idegesség, ingerlékenység gyötörte. A mozgásra, mint ő maga mondta, szüksége volt, hogy felizgatott agyát lecsendesítse, valamint azért, hogy nyugodtan tudjon aludni.

Ebben az életkorban az alvás ideje is megrövidül. Sokkal kevesebbet és felületesebben alszik az idős ember, mint a fiatal. Az altatók használata sajnos igen elterjedt. Szédésüket idős korban már csak azért is nagyon meg kell gondolni, mert az egyébként is gyenge vérellátású agyvelő a nyugtatók vérnyomáscsökkentése révén még kevesebb vért kap. Az alvást szinte szertartásosan, gondosan kell a mai rohanó világban élő embernek végeznie.

Egy jó magyar közmondás azt mondja: „Ki mint veti ágyát, úgy alussza álmát”. Tegyük hozzá még azt is, hogy a jó alvás a hosszú élet titka.

A speciális érdeklődésű tevékenység, a „hobby” is sok örömet nyújthat az idős embereknek. Ilyenek például: a barkácsolás, a kertészkedés, a gyűjtés, a fényképezés stb. Az idős emberek életörömeinek legjobb biztosítója azonban az otthon, a család, a családtagokkal való jó kapcsolat. Van ugyan egy magyar szólásmondás, mely szerint „egy szülő felnevel és eltart hat gyermeket, de hat gyermek sem tud eltartani egy szülőt”. Törvényeink gondoskodnak arról, hogy kirívó esetben kötelezzék a gyermeket, vagy gyermekeket a megrokkant, magatehetetlen szülők eltartására, de ez olyan kenyér, amelyet előbb keserű ecetbe mártottak. Bornemissza Péter a XVI. század haladó szellemű prédikátora így ír egy helyen a szülő és gyermek kapcsolatáról:

„Mondják, hogy midőn egy apát a fia kihurcolná üstökénél fogva a kapun és sárba tapodná és verné, mondá az atya: – Hagyd, fiam, én az apámat csak az ajtóküszöbig vontam.” Ez a több mint négyszáz éves történet mai nyelvünkre fordítva azt példázza, hogy amikor ítéletet mondunk gyermekeinkről, nézzük meg, mint bántunk mi szüleinkkel. Vajon mellettük álltunk-e, amikor megfáradtak? Szeretettel vettük-e őket körül idős napjaikban? Jó példát szolgáltatunk-e gyermekeinknek, hogy nyugodt öregkorunk legyen? Széchenyi

mondta: „Semmi nevelést nem kaptam, mint drága szüleim példáját”.

Szüleink iránt tanúsított szeretetünkkel, személyes jó példánkkal alapozhatjuk meg békés, nyugodt öregkorunkat a családban.

Úgy fognak tisztelni és szeretni bennünket is idős korunkban gyermekeink, mint amilyen példát mi adtunk számukra. Folytathatnánk még a hasznos és jó tanácsokat.

Befejezésül Kölcsey Parainesisének első sorait idézzük: „Az, aki életében sokat érzett és gondolkodott; érzeményeit és gondolatait nyom nélkül elröppenni nem hagyta: oly kincset gyűjtött magának, mely az élet minden szakaszában, a

szerencse minden változásai közt gazdag táplálékot nyújt lelkének”.

Az élet idős korban is lehet tartalmas és szép. Minden attól függ, hogyan. Él az idős ember, vannak-e még céljai, amiket még nem ért el, vannak-e vágyai, amiknek a megvalósítása boldoggá teheti ebben a korban.

Valamennyiünknek tenni kell érte, hogy a hindu közmondás valóban igaz legyen: „Sírva jössz a világra és körülötted mindenki mosolyog. Igyekezz úgy élni, hogy mosolyogva távozzál és körülötted mindenki sírjon.”

---

## Gyárfás Ágnes

### „Érdemes magunkba nézni”

A Magyar nemzet 2012. október 19-i számában kaptunk hírt arról, hogy Gigor Attila a nagysikerű Nyomozó c. film rendezője a HBO adó számára új, 12 részes TV filmsorozatot készített Terápia címmel. Gigor Attila Kárpáti György szerkesztőnek nyilatkozott új művéről, amely sikeres izraeli sorozatként indult, majd megjelent az amerikai változata. Sok Kelet-európai országot bejárt, míg végül Magyarország is befogadta az immár világsikernek nevezhető sorozatot.

Az interjúból megtudtuk, hogy adaptációról van szó, vagyis az izraeli, amerikai és kelet-európai szöveget kell új, a magyar szituációnak megfelelő nyelvi rendszerbe helyezni, néha az alaphelyzetet kellett átrendezni. Például az eredeti filmben egy bombázópilóta volt a szituáció hőse, a magyar változatban pedig egy vállalkozó személyiségét helyezték a középpontba.

A riportert megkérdezte, hogyan tudtak létalapot teremteni a filmbeli terápiának, hiszen Magyarországon még „nincs ennek kialakult kultúrája”.

A rendező kiemelte, hogy ez nem lehet pénzkérdés, mert a pszichológusok díjazása személyenként más, félniük sem kell, mert hiszen pusztán beszélgetés a terápiás módszer, tehát gyógyszerekről szó sincs. Mégis, hát mi annak az oka, hogy a magyarok nem fordulnak pszichológushoz?

Érdemes magunkba nézni, ez régi bölcsesség, a korai egyetemek célja is az önismeret volt elsősorban. Azonban, azt is érdemes megvizsgálni, ki mit lát ott, benn, a mélytudatban. Ahogy Freud mondta a tudatalattiban, avagy, ahogy a magyar

pszichológiai irodalom kezdetén (1789) Bárány Péter mondta és írta, a „homályos képek” világában.

Hogyan lehet önismeretre szert tenni, s a napi apró-cseprő baklövéseinken, feszengéseinken túl, a mélytudat rétegeit feltárni, már az önismeret szempontjából. A mélytudat réteges és minden ősünk tapasztalatából, élményvilágából elraktározott valamit, amelyek nem annyira szavakban, mint inkább képekben őrződtek meg. Ezért a mélytudat képanyaga gazdag, színes és nagyon emlékeztet a népmesék világára. Azok a kérdések, amelyek a mai magyarságot komor tekintetűvé teszik, általában egzisztenciális, létkérdési, megélhetési eredetűek, esetleg érzelmi alapú hangulatváltást tükröznek. Bármilyen nehéznek is tűnik, mégis ezek a könnyebben megoldható gondok. A magyarok komor vagy mélabús tekintetének zárja hétlakatos titkokat fed, ezeket pedig nem lehet egyszeri, vagy állandó kezeléssel sem feloldani, ennek az útja olyan, mint a tengerbe dobott aranygyűrűé, amelyet csak a halak királya képes megtalálni és visszaadni. Miért nem járnak a magyarok pszichológushoz? mert a gondokkal küzdő magyar ember és a pszichológus elbeszélnek egymás mellett.

A kétféle beszélés egyik oka történelmi eredetű, másik oka a pszichológusi kultúrából fakad. A pszichológusok alapismereteiket külföldi szakirodalomból tanulják, amelyek másféle lelki tartalmakról szólnak, másféle lételemű embereknek, mint a magyarok. Az Allport féle alapművet olvastam és örömmel láttam, milyen elegáns szaknyelven ír a lélek azon munkájáról, amelyek láthatók, hallhatók, tapasztalhatók, szóval, amelyek megnyilatkoznak, s így meg is figyelhetők. Azonban a lélek sérülékeny voltának oka nem mindig tapasztalati. Néha olyan mélyen rejlik, hogy a megoldás nem kortársi eredetű, hanem sokkal régebbi. Nem is mindig egyéni, hanem családi, esetleg nagycsaládi, vagyis nemzeti.

A családi eredetű lelki gondokat jól fel tudják tárni a Hellinger féle ún. családállítással. Hellinger, mint sikeres nyugati pszichológus a családi konfliktusokból származó, le nem zárt, meg nem bánt, kiegyenlítetlen, korábbi eleinktől kapott problémakötegek kiderítését oldotta meg. Közlebb hozta, kezelhetővé tette a lelki problémák családi előzményeit, azokat, amelyek Freudnál még a Libidó ködében összemósódtak.

A magyarok mélytudatát egy közös, be nem gyógyuló seb sötétíti el. Ez a seb nem egy ponton fáj, hanem olyan, mint egy sorozatlövés: folyamatos és mindig újabb sebekkel válik egyre fájdalmasabbá. Ez a közös múltból fakadó *v e s z t e - s é g t u d a t*, amely Mátyás király óta egyre csak mélyül, üszkösödik, majd újra friss sebként ömlik belőle a vér.

Mérföldjáró csizmánkkal járjuk végig mi is eleink útját, hogy mi is történt velünk? Mátyás király tragikus halált halt, s bármit tanítottak is haláláról az iskolában, mindnyájan tudtuk az igazságot: Mátyást, az igazságost megmérgezték. Ezután szinte kikövezett út állt a törökök előtt, s a 150 éves török iga elhintette a szabad nemzetben a szolgálalkúság magvát, a szolgatudatot. Csak akkor ébredtek rá a magyarok, hogy milyen kilátástalan a helyzetük Európában, amikor a törökök után a Habsburg nagyhatalmi törekvések jármába kerültek, s felfedezték, hogy a török csak adót szedett, a nyugati hatalmi blokk pedig a nemzet lelkére tört. A múltját, az öntudatát, a nemzeti egységet rombolta és nem csak szolgává, hanem rab-szolgává igyekezett leminősíteni az ősei jogán mindig szabad öntudatú magyarokat. Már akkor

észrevették a veszélyt, hogy nagyobb ellenség leselkedik nyugaton, mint keleten. A lelkek a reménytelenség hálójába gabalyodtak.

1703-ban csillag tűnt fel a magyar égen: II. Rákóczi Ferenc, aki a szabadságukért küzdő magyarok élére állt és útja mentén a remény rózsái kivirágoztak. Annál nagyobb lett a veszteségélmény a nagymajtényi síkon letörött zászló katasztrófája miatt.

A bánat tava egyre sötétedett. A magyar felvilágosodás soha nem tudta elérni a célját, vagyis a Habsburg iga alól való kimenekedést. Ez sem kulturális sem politikai úton nem sikerült. A Széchenyi család tudományépítő törekvései is ellenséges csúsztatásokkal valósultak meg, úgy, hogy a nemzet erejét, a magyar érzelmű tehetségeket kiszorították az ország asztalától. Ezen a tendencián a mai napig nem sikerült változást felmutatni.

Új remény kelt '48 tavaszán, hogy Világos után annál nagyobb legyen a közös fájdalom.

Az I. Világháborút elvesztettük, s a veszteséget fokozta a kommün rémuralma, amely a hajdan táltosi lelkű költőkből is képes volt árulót faragni, s ezzel fokozta az egyetemes lelki zűrzavart.

Az eddigi veszteségek a hazában a régi, Árpád-házi királyok által meghatározott határok között érték eleinket, így a fájdalomban az összefogódzás enyhített valamit, és akiben még volt remény, a másikat erősítette. De 1921. június negyedikén nem csak az élet, hanem a fájdalom is szétagolódott és kézfogástalanul új góckban sűrűsödött és szórta szét a reménytelenség bánatvirágait. Olyan csapás érte a hazát, amely minden családban áldozatot követelt. Amit nem tudtak elérni a csatamezőkön, de még banki manipulációk útján sem, azt elérték a tárgyalóasztalnál Trianonban. Felvagdosták Magyarországot. Élő nemzet élő tagjait szedték darabokra. Az a fájdalom, amely akkor megrázta a lelkeket, az évek során nem csökkent, hullámai ma még erőteljesebbek, mint korábban. Trianon miatt fáj az egész nemzet.

A II. Világháborúban átélt veszteségek miatt még ki sem sírhatta magát a magyar, máris rátelepedett a Szovjet terror és kiszipolyozta az élet-erőt, megalázta a lelkeket. A végsőkig elkeseredett nemzet forradalomban tört ki 1956 október 23-án, majd szabadságharcban kivívta függetlenségét. Magyarország 10 napig szabad állam volt

Európa közepén, s az is maradt volna, ha a tárgyalóasztaloknál el nem ássák ezt a szabadságot. A terrort ugyanis nemcsak a szovjet tankok jelentették, s nemcsak az áruló hazai lakájok. A nagyobb csapás nyugatról jött, mert az oroszok amerikai beleegyezéssel törtek be november 4-én és az ENSZ-ben amerikai nyomásra szavazták meg végleges ittmaradásukat. 1956. november 4-én a magyar rádió hajnali egy órakor egyenes adásban közvetítette az ENSZ Székházából a szavazást, amely a magyar függetlenség elismerése iránti kérelem fölött döntött. Az USA nyomására négy kivétellel minden ország elutasította a kérelmünket. A négy ország: Norvégia, Luxemburg, Olaszország és India volt. Mindig elismeréssel kell rájuk gondolnunk.

Az '56-os veszteséget nem oldotta a gulyás-kommunizmus 40 éve, és a rendszerváltozás 22 éve is a reménytelenségek kavalkádja volt.

Ma már tudjuk, hogy a nagy katasztrófák alatt elszenvedett veszteséglények öröklődnek, de azt nem mutatta ki a nyugati pszichológia, hogy mit sérül a lélek a nemzetet ért veszteségek miatt, mert a pszichológia tudományát a győztesek munkálták ki, s a sikeres nemzetek állampolgárainak szól. Gondoljuk át, hogy egy ma élő magyar lélek ötszáz év veszteséglényének jármát húzza. Hogy lehetne összehasonlítani a magyarokat a nyugati országok népével, akik a saját és őseiktől örökölt nemzeti emlékeikben a győztesek élményeit hordozzák. Valamikor a hatvanas években a szüleimet meglátogatták régi, külföldi barátaik, s szóba került az orosz megszállás és az öt napos szabad rablás. A férfiak elfordultak, a nők nevetgéltek, s mondták, ők nem tudnák, hogy ilyen esetben hogy kell viselkedni, mert ők ilyeneket nem szoktak meg. Bizony, nem is volt ez *comme il faut* helyzet,<sup>1</sup> s nem a jó modor diktálta a magatartást. És bizony, nem is hasonlít az asztal két oldalán ülő beszélgető társaság lelki tartalma egymáshoz. Hogy a szüleim megpróbáltatásai kamatozódva törnek fel bennem és az unokákban. A pszichológia az akut eseteket vizsgálja, legfeljebb a szűk család képét rövid időtartamban. A magyar lélek pedig történelmének bánatbatyuit is cipeli.

Az évszázadokon át győztes, leigázó, gyarmatosító országok állampolgárainak más a genetikai

élményanyaga, mint az öt évszázada veszteséglényeket elszenvedő magyarságnak. Azzal a pszichológiával, ahogy a nyugati ember adott problémáit kezelik, Magyarországon semmire sem jut az ember. A lélektartalmak annyira különbözőek, hogy az a tudományos alapon működő terápia, amelyet nyugaton kidolgoztak, Magyarországon hatástalan maradt, mert a veszteséglények a freudi szelvonon nem oldhatók fel. A veszteséglény romboló hatását fokozza az abortuszok elharapódzása és a gyermekvállalás hiánya. A nemzet ereje maga a művelt magyar ember reménytelen, kilátástalan jövőképe és a magával hordott fájdalomcsomag olyan veszedelmes jelenség, amely nem is pszichológusok ügye, közös ügy, amelyet csak nemzeti szinten lehet megoldani. A sok ember lelkének bánatbetegsége a születések számának csökkenésében kulminál. Mindaddig, amíg egy-egy ember maga birkózik a múlt és jelen okozta lélekkerhekkkel, s alig-alig jajdul, úgy összegzi állapotának minőségét, hogy a kipusztulás rémét vetíti önmaga elé, s élénk, s a világ elé. Ennek a néma lemondásnak még talán Trianonnál is vészterhesebb a hatása, mert az önfeladás képét idézi meg.

Hol van az a pszichológus, aki ilyen gondokat átlát és képes orvosolni? Nem rendelőintézeti gond ez ma már, hanem a nemzet sorsát felelősen felvállaló, emelkedett szellemű embereké, akik maguk is átéltek a veszteségeket és a magyarság felemelésével mintegy önmagukat is emelve kívánnak a gond nyomásától megszabadulni, s megszabadítani a veszteségtudattal birkózó magyarokat, azt a népet, amely Pió atya szerint az emberiség reménysége és a 21. században nagy feladat vár rá.

A pszichológia, mint Pálóczy Horváth Ádám mondta a lélekről szóló tudomány. A veszteségtudattal élő és öröklődő pszichés ártalommal viaskodó magyarokat egyetlen sikerélmény képes lenne talpra állítani. A veszteségek ellenszere nem a Libexin, hanem a siker, az a nép, melynek minden meshőse sikerorientált, nehezen viseli el a sorozatos kudarcot, azért, mert nem seprí a háta mögé, hanem cipeli és meg akar vele birkózni. Nem szaknyelven szólva rágódik rajta, s közben a jelen kibontakozó tendenciáját illetően tele van segítőkészséggel, jóindulattal, megértéssel, együttérzéssel. Hol van az a nyugati pszichológiai

<sup>1</sup> Komilfó=illendő

szakkönyv, amely ezt az összetett, lehangoló és mégis emelkedett lelki tartalmat akár határesetként is le tudná írni? S ha még hozzátesszük, hogy mind a múlt, mind a jelen megoldásához alig-alig tud hozzájárulni, ez a tény még fokozza a magyarok lelkiállapotainak összetett voltát.

A magyar beteg kórképe nem pszichológusi, hanem lélektudományos elemzéssel írható le, határozható meg, karakterizálható. A terápia pedig a közösen, tudatosan felépített pozitív jövőkép,

amely mindnyájunk szeme előtt teljesül be és ezzel megfoghatóvá válik.

A befejezést a lelkünk mélyén élő őskép a Teremtőnk arca sugallja. Ezt az ősképet, mely közös tulajdonunk, fel kell eleveníteni, életre kelteni. Az Ő nevével mentek csatába őseink, s Vele győztek. Újra győztesek lehetünk. Nemcsak magunkért, hanem a ránk figyelő sok, jó ember kedvéért, akik a magyar karaktert még mindig példaeértékűnek ítélik meg.

Fazekas Edit

Csillagutazók

November 2-án, este

Nincs szükség ma szavakra, mégis a betűket szavakká formálom; írok. Magamnak. Amit szóban mondhatnék, azt elmeséli a körülöttem felhalmozott gyertyák közös fénye. Jelzik a létezést, csendre szólítanak. Néha-néha az egyik gyertya lángja hevesebben ég, egy másik pislákolva világít, majd újra erőre kap. Egyben közösek: mindegyik szórja a fényt. Ennyi melegséget csak olyan energia táplálta fény tud sugározni, ami a Mindenség fényének része. Azt hiszem, a lelkemben is megindul valami. Pontosan nem tudom megmondani, mit érzek. Nincs bennem mély szomorúság.

Nem tudom, mindenestre furcsa, a saját érzelmeimet nem tudom megfogalmazni. Kívülálló talán a közömbösség jegyeit olvashatja arcomon, pediglen nagyon is kavarnak gondolataim, emlékeim, a megismételhetetlenek sorozata. Valóban megismételhetetlenek? – Nem, az emlékek önkéntelen előbújnak és újra lejátszódnak a fantasztikus események. Gomolyognak az érzelmek is; egymásnak ellentmondóan viaskodnak, hol az egyik, hol a másik erősödik fel, kitüremkedik a fájdalom, a sajnálat, a szomorúság, de nem hagyja magát elnyomni az örömteli emlékek sokasága sem.

Ezt a napot sokan emlékezés napjának is nevezik, és ilyenkor illenék legalább szomorúnak látszanom, mégsem megy. Boldog sem vagyok, örömkönyveket sem hullatok. Valami mégis nehéz bennem. A gyomromban? a lelkemben? az egész

testemben? – nincs kvalitásom a kérdés helyes megválaszolására.

Rájuk gondolok, azokra a világ számára egyszerű, de nekem annál nagyszerűbb emberekre, akik már engem (is) figyelnek, s talán fölöttem (is) őrködnek.

Köztük vannak a legjobb Barátaim, Ismerőseim, Rokonaim, és természetesen Ők. Mindenkihez boldogítóan sok élmény köt, akikkel gyerekkorunkban csintalanságokat elkövettünk, akikkel néha-néha valami jót is cselekedtünk. Megvicceltük egymást, együtt örültünk, gyakran ábrándoztunk a jövőről.

Hiányoznak? – Igen!

Vagy mégsem?

Bizarr bizonytalanság, mégis ebben e kettős bizonytalanságban lelhető fel a szeretet kapcsolódásának örök gyökerei, a kettéoszthatatlan egymáshoz kötöttség.

Hiányoznak!

Már nem lehetek testközelben velük, már nem beszélgethetek velük, nem mondhatom el nekik, hogy őszintén szeretem őket, nem mondhatom el örömeimet, nem beszélhetem ki fájdalmaimat.

Jelenlétük örökös, bennem élnek, a minden napjaimban ott vannak, ha valamiben döntök a tőlük átvett ismeretkincsek is hatással vannak rám. Ők megtették a magukét, a segítségükön túl, már