

Zsákutca-e az önmegvalósítás?

Zsákutca-e az önmegvalósítás? Természetesen nem – tulajdonképpen ezt kellene most mondani. És aztán kiönteni az egész szokásos szószót azzal a mottóval, hogy hiszen már a Bibliában is az áll: „Szeresd felebarátodat, mint önmagadat!”, és ha az ember nem szereti önmagát, akkor másokat sem szerethet, és egyáltalán, az embernek mindig csak befelé kell hallgatóznia egy kicsit, és máris észreveszi, mi tesz jót neki, és ez ellen nyilván a Jóistennek sem lehet kifogása. Az embernek egyszerűen el kell határolódnia mások szertelen kívánságaitól, különben elkerülhetetlenül kiég, vagy még rosszabb történik, és a vége az alkohol vagy a drogok. Az önmegvalósítás a menedék.

De a magam részéről teljesen elmentéses véleményen vagyok. Lássuk hát az imént említett érveket!

Kezdjük a „Szeresd felebarátodat, mint önmagadat!” szokásos félreértésével! A legbámulatosabb ember, akivel valaha is találkoztam, *Jehuda Bacon*. Hívő zsidóként élte túl Auschwitzot. De az a könyv, amelyet röviddel ezelőtt készítettem vele, nem Auschwitzról szól, hanem azokról a hihetetlenül humánus következtetésekről, amelyeket ő a koncentrációs tábor iszonyatából levont. *Jehuda Bacon* azt állítja, hogy minden emberben ott van Isten

szikrája, és ezt a szikrát még a brutális SS-fogdomegekben is megtalálta. Amióta találkoztam *Jehuda Bacon*nal, világosabb lett az életem. „Élj azért, hogy amíg képes vagy rá, mosolyt csalj mások arcára” – mondta ő annak a diáklánynak, akinek az orvosok tévesen azt állították, hogy már csak három hétig fog élni.

Közös könyvünkben *Jehuda Bacon* beszél a „Szeresd felebarátodat, mint önmagadat!” mondatról is, többek között így: „Ha egészen mélyre megyünk, akkor azt látjuk, hogy a másik olyan, mint én magam. És csak ezért lehetséges a híres mondat: Szeresd felebarátodat, mint önmagadat! Mert hát hogyan szeressem a másikat olyanként, amilyen, ha egyszer egyáltalán nem ismerem őt? Ez tulajdonképpen lehetetlen! De a legtöbben csak a mondat felét idézik, és így nem lehet helyesen érteni. A teljes mondat másképp hangzik: Szeresd felebarátodat, mint önmagadat, mert én vagyok az Úr! Ez azt jelenti, hogy csak ha hiszünk ebben a háromszögben – itt van Isten, aki teremtett engem, és aki a másikat is teremtette –, csak ekkor áll fenn köztünk valamilyen közösség, csak ekkor vagyok képes szeretni a másikat, ekkor vagyok képes megérteni a másikat – mivel ő is Istennek a te-

remtménye, ahogyan én is az vagyok.”

Tehát az önszeretet olcsó bibliai indoklásával van dolgunk. Az önszeretet, az önérdék, az önzés azonban nem jó, hanem valami rossz! Aki mindig csak önmaga körül köröz, aki mindig csak önmagát akarja megvalósítani, az nem igazi zsidó, és nem is igazi keresztény. *Jehuda Bacon* az ilyen emberekben egyenesen azokat a rosszakat látja, „akik igazán rosszak, akik bár tudnak Istenről, de nemet mondanak, akik nem tángítanak az egójuktól, az Én-üktől, akik mindig azt mondják, én a magam útját járom. És ez az út tulajdonképpen a semmibe vezet”.

Jehuda Bacon barátságban állt *Martin Buber* vallásfilozófussal, és *Buber* szerint az ember kezdettől fogva kapcsolati lény. Hiszen az ember első tapasztalata ténylegesen nem az Én, hanem egy másik ember Te-je. És a gyerek csak azáltal veszi észre, hogy jelen van egy Én, amelyre az anya szeme irányul, hogy megtapasztalja az anyai Te-t. Az ember mindenestül társadalmi lény. Minden kapcsolatból kioperálni önmagát, hogy aztán buzgón megvalósítsa azt, abszurd dolog.

Ezenkívül az önmegvalósítás unalmas. Micsoda élet lenne az, mondta a filozófiaprofesszorom, amelyben az ember tartósan csak azt próbálja megvalósítani, ami ő már különben is.

Aki ténylegesen mindig csak magába befelé hallgatózik, hogy kitalálja, mi tesz jót neki, az antiszociális személyiség, veszélyes és kezelhetetlen, ahogyan *Otto Kernberg*, a világhírű pszichoanalitikus mondta egyszer nekem.

És végül: az örökös „elhatárolódás”. Az önmegvalósítás elterjedt elsődlegességének korszakában Németországban hosszú időn át nem lehetett semmilyen foglalkozást megtanulni anélkül, hogy az oktatók szigorúan rá ne mutattak volna: Az embernek el kell határolódnia a túlzott foglalkozásbeli és személyes elvárásoktól, különben „segítői szindrómát” alakíthat ki, ami a foglalkozása szempontjából az elképzelhető legnagyobb szerencsétlenség. Azóta egy egész üzletág keres azon, hogy az ilyesmit „kiégésnek” nevezi. Noha ez tudományos szempontból nem is létezik, de ezzel a



marketingfogalommal frusztrált tanárok, sikertelen menedzserek és túlterhelt előljárók egész seregének lehet banális életbölcseéseket terapeutikus aranyként eladni. Es ez okból ma az egyházban is alig van már lelkipásztorkodás, hanem csak hivatalos órák, liturgiamentes napok és üzenetrögzítő.

Az új önmegvalósítási hullám manapság „önoptimalizálás” címkével fut. Tele szájjal hirdetik, hogy azt a néhány hibát, amely a Jóistennek becsúszott, amikor a magunkfajtaikat alkotta, mindenféle emberi fáradozással korrigálni lehet. „*Neuroenhancement*”-nek nevezik azokat a vegyi és egyéb beavatkozásokat, amelyek arra irányulnak, hogy az agyból többet hozzanak ki, mint amennyi tulajdonképpen van benne. Ez az egész önoptimalizálási téboly nem más, mint útmutató a boldogtalansághoz, és jól illik az általánosan uralkodó casting-mentalitáshoz, amely oda vezet, hogy állandóan

összehasonlítjuk magunkat másokkal, akiknek persze más képességeik vannak, mint nekünk magunknak. És éppúgy illik a virágzó boldogságiparhoz, amely természetesen csak azért működik, mivel nem működik; különben a sok milliárd eurós ráfordítás okán már rég mindenki boldog lenne – és ennek az iparnak már nem lennének vevői.

Az önmegvalósítás időközben már kissé régimódián hangzóvá vált fogalma ötven évvel ezelőtti harci fogalom volt, annak eszköze, hogy feltörjék az olyan intézmények tekintélyi megkérgesedéseit, mint az állam, az egyház vagy a család. És természetesen semmit sem lehet felhozni az ellen, ha valaki nem enged annak, hogy kívülről, mások határozzák meg, vagy nem terheli túl magát. De ez a mozgalom azóta a nárcisztikus társadalomba torkollott. Ferenc pápa a minap fájlalta ezt egyik prédikációjában: azt a világot, amelyből kivesszett a szociális kötő-

anyag, amelyben mindenki már csak önmagára gondol, és szenvtelenül lép át a földön fekvő emberen, hogy odaférjen a pénzautomatához. Olyan társadalom ez, amelyben a gyermeknevelés már nem jelent semmilyen élvezetet, mivel a gyerekek aztán valamikor zsarnoki módon pusztán önmagukat akarják megvalósítani.

Minden ember egyedüli teremtménye Istennek. Boldog, elégedett, jó életet csak akkor lehet élni, ha az ember megpróbálja szorgalmasan bevetni azokat a képességeit, amelyeket éppen adott neki a Jóisten; mindenekelőtt akkor éli meg ezt értelmesnek, ha nem csupán önmagáért veti be e képességeket, hanem másokért is; ez teszi boldoggá.

Manfred Lütz

Forrás: Publik-Forum, 2017/10

Keresztény önmegvalósítás?

A keresztény vallásosság körébe is bevonult az önmegvalósítás programja. A keleti vallásokban van a gyökere (jógagyakorlatok), de hamar fölfedezték bibliai alapját, megtalálták hozzá az Igét is: „Szeresd felebarátodat, mint magadat!” Ma már közhely lett, hogy az tudja jól szeretni a felebarátját, aki előbb elfogadta és szereti önmagát. A hívők körében azonban él még a régi gondolkodás is: „...tagadja meg magát...”, adja halálba az életét, ne legyen saját akarata. Legutóbb egy lelkész találkozóán feszült egymásnak a kétféle szemlélet. Hol van a kettő között a keskeny út?

Mostanában tanulgatjuk ezt az újfajta (vagy legalábbis új módon megfogalmazott) igazságot: az élet célja – rendeltetése – fontosabb, mint a magában való puszta élet. Kiélezett helyzetekben a küldetésért oda kell áldozni az életet. A küldetés viszont nem szabad elárulni azért, hogy „mentsük az irhánkat”.

Viktor Frankl egyik szellemes hasonlatában találhatjuk meg a probléma feloldását. A primitív népek vadászfegyvernek használják a bumerángot. Ha jó szögben és megfelelő erővel hajtják el ezt az ügyesen kiképzett fadarabot, eltalálja, leüti a megcélzott vadat. Ha nem jól céloznak vele, akkor nagy ívet berepülve visszazárl a vadász ke-

zébe. A fentiekre alkalmazva az „eltalál – nem talál el” gondolatot, a következők világosodnak meg: Az elhajított bumeráng igazi célja az, hogy „elakadjon” az eltalált vadnál. Elhibázza a „küldetését”, ha a megcélzott vad fölött elszállva szépen visszatér a gazdájához. Az emberlét dinamikus szemléletében ez azt jelenti: az emberben felhalmozódott energiák arra valók, hogy belőlünk kiáradva valamiféle célt találjanak, oda irányuljanak, és ott „elakadjanak” (mint a bumeráng az eltalált vadban). A Biblia egyszerű szavaival élve: minden emberben vannak felhalmozott szeretetenergiák. Ezeknek a rendeltetésük, hogy rásugározzanak valakire. Röviden: szeressünk valakit, valakiket. Elvértjük tehát az életünket, ha a bennünk halmozódó szeretetenergiák elszállnak az emberek feje fölött, és „üresen” térnek vissza önmagunkhoz. Ilyenkor szeretjük magunkat anélkül, hogy a felebarátunkat is szeretnénk.

Alapszavunkhoz visszatérve: az „önmegvalósítást” lehet helyesen is, de lehet helytelenül is értelmezni. A fentiek alapján világos a helyes értelmezés: Akkor valósítom meg igazán és helyesen magamat, ha egyfelől valóban halmozódnak bennem a szeretetenergiák, de másfelől: ha ezek az energiák kiáradnak belő-

lem, és elérkeznek a másik emberhez. Akkor valósítom meg igazán magamat, ha szeretem a másik embert! Ezzel szemben: Akkor hibázom el az életemet, ha különféle lelkigyakorlatokkal minden érdeklődést, célt, szeretetenergiát visszafordítok önmagamra. Ha például életem végső célja az, hogy minden kísértéstől eleve óvakodva és elfordulva, gondosan őrizsem életem „szentségét”, ha tehát legfőbb célom a saját üdvösségem.

Mindig vissza kell térnünk Jézushoz. Ő tökéletesen „megvalósította önmagát”, (emberlétének célját, küldetését) akkor, amikor odaáldozta magát a kínos kereszthalálra. Teljesen kiüresítette magát az önszeretettől. Minden szeretetenergiája szétsugárzott az emberiségre. Innen jövet értjük meg az ilyen Igéket: „Tagadja meg magát!” Igen: tagadja meg magát, és hagyja abba az öncélú játékot a „bumeráanggal”, a látszólag kibocsátott, de igazából mindig önmagához visszaívelő „szeretettel”. Energiáink arra valók, hogy „elakadjanak” valakiben, szeressünk valakit, valakiket. Az valósítja meg helyesen önmagát, aki fölismeri, elfogadja és megvalósítja a személyesen őrá kiosztott küldetést, és szívesen árasztja „kifelé” a szeretet energiáit.

Farkas József