

VIGILIA



2025 *december*

MARTOS LEVENTE BALÁZS *A hatvanéves Puskás Attila köszöntése*

HIDAS J. ZAKARIÁS OSBobl *Traditio*

A VIGILIA KÖRKÉRDÉSE

A mértékletesség erénye

CSERMELY PÉTER, DEÁK VIKTÓRIA HEDVIG OP, FERENCZ GYŐZŐ,
FLÓRIÁN MÁRIA, GÁSPÁR CSABA LÁSZLÓ, GYURKOVICS MIKLÓS,
HAFENSCHER KÁROLY, KAJTÁR EDVÁRD, KISS NOÉMI, KOCSIS-
MAÁR KINGA, KODÁCSY TAMÁS, KUNSZABÓNÉ PATAKI ANNA,
LÁNG ANDRÁS, LOVAS ROZI, MADAS EDIT, MARTON ZSOLT, NÁDAS
PÉTER, PAVLOVITS TAMÁS, RADICS VIKTÓRIA, SÁRKÁNY PÉTER,
SCHMAL DÁNIEL, SZÉKELY JÁNOS, TOMPA ANDREA, TVERDOTA
GYÖRGY, URBÁN JÓZSEF SchP és VARGA GYÖNGYI *válaszai*

BOKROS JUDIT, GRECSÓ KRISZTIÁN, HALMAI TAMÁS,

NÁDASDY ÁDÁM ÉS VÖRÖS ISTVÁN *versei*

RÜDIGER GÖRNER *Rilke, Európa tanúja*

GÖRFÖL BALÁZS *Bertók László és a metafizikus költészet*

VÁSÁRHELYI ANZELM OSB *Egyek és nem egyformák vagyunk*

VIGILIA 2025 december

Görföl Tibor: EGY ÉLET MŰVE 1057

PUSKÁS ATTILA 60

Martos Levente Balázs:
Hidas J. Zakariás OSBobl:

A HATVANÉVES PUSKÁS ATTILA KÖSZÖNTÉSE 1058
TRADITIO 1060

A VIGILIA KÖRKÉRDÉSE

A MÉRTÉKLETESSÉG ERÉNYE

Csermely Péter (evangélikus lelkész, hálózatkutató), Deák Viktória Hedvig OP (domonkos szerzetesnővér, teológus), Ferencz Győző (költő, irodalomtörténész), Flórián Mária (etnográfus, muzeológus), Gáspár Csaba László (filozófus, teológus), Gyurkovics Miklós (görögkatolikus pap, teológus), Hafenscher Károly (ny. evangélikus lelkész, teológus), Kajtár Edvárd (katolikus pap, teológus), Kiss Noémi (író, kritikus), Kocsis-Maár Kinga (könyvtárvezető, teremtésvédelmi referens), Kodácsy Tamás (református lelkész, teológus), Kunszabóné Pataki Anna (a „Csak Egyet Szolgálat” alapítója és vezetője), Láng András (pszichológus), Lovas Rozi (színművész), Madas Edit (irodalom- és művelődéstörténész, mediévista), Marton Zsolt (váci megyéspüspök), Nádas Péter (író), Pavlovits Tamás (filozófus), Radics Viktória (irodalmár, műfordító), Sárkány Péter (filozófus), Schmal Dániel (filozófus), Székely János (szombathelyi megyéspüspök), Tompa Andrea (író), Tverdota György (irodalomtörténész), Urbán József SchP (piarista szerzetes, teológus) és Varga Gyöngyi (evangélikus lelkész, teológus) válaszai 1063

SZÉP/ÍRÁS

Halmai Tamás: BEAVATÁS (versek) 1117
Rüdiger Görner: RILKE, EURÓPA TANÚJA (tanulmány) 1121
Nádasdy Ádám: DUGÓ; KÖPENY; TARHONYA; PÖCCENTÉS (versek) 1127
Bokros Judit: EGY KIDÖLT FA FELDARABOLÁSA; ŐSI MOZDULATSOR (versek) 1129
Vörös István: RUHÁK; ÚJRAINDÍTÁS (versek) 1130
Görföl Balázs: BERTÓK LÁSZLÓ ÉS A METAFIZIKUS KÖLTÉSZET (tanulmány) 1132
Grecsó Krisztián: A FELTÁMASZTOTT LÁZÁR (vers) 1140

KORTÁRS VERS KORTÁRS SZEMMEL

Máté-Tóth András: LÍRIKUS EMLÉKEZÉS. TEOLÓGIAI KOMMENTÁROK
RAKOVSZKY ZSUZSA HALOTT APÁCA CÍMŰ VERSÉHEZ 1142

MAI MEDITÁCIÓK

Vásárhelyi Anzelm OSB: EGYEK ÉS NEM EGYFORMÁK VAGYUNK 1146

EGYHÁZ A VILÁGBAN

Tamás D. Ignác OSB: ANATHEMA NE SIT
VI. PÁL PÁPA ÉS ATHENAGORASZ KONSTANTINÁPOLYI
PÁTRIÁRKA KÖZÖS NYILATKOZATA 1151

A MÉRTÉKLETESÉG ERÉNYE

„A mértékletesség az az erény, amelyre azért van szükség, mert vágy határozza meg az életünket.” Amennyire a túlzott használatról mára talán valamelyest megfakult a „vágy” kifejezés, annyira elhasználatlan maradt a „mértékletesség” fogalma. Mindenesetre a korunk legkiemelkedőbb etikai gondolkodói közé tartozó Stanley Hauerwas fentebb idézett mondata arra mindenképpen rávilágít, hogy a mértékletesség nélkülözhetetlen az élet olyan formájának kialakításához, amely hű marad az alapvető emberi törekvésekhez, a szenvedélyhez, a növekedési igényhez, a vágyhoz, de nem enged a formátlanságnak.

A klasszikus európai hagyomány szerint a mértékletesség az egyetlen olyan kiemelkedő erény, amely határozottan egyéni vonatkozású: míg az igazságosság a többi emberre, az okosság pedig az egész valóságra irányul, a *temperantia* elsősorban az egyén védelmét és megerősítését szolgálja – meg kell védenie az embert attól, hogy túlzásokkal tönkretegyje magát. Vajon miféle mértékletességgel teheti tönkre magát az ember, és hol észlelhető kultúránkban a mértékletesség veszélye?

Mértékletlenné nemcsak az érzékelhető (ízlelhető, tapintható, látható) dolgokkal kapcsolatban lehet válni, hanem szellemi téren is: a fenntartható és termékeny intellektuális tevékenységen kívül szétszórt és formátlan szellemiség is létezik, amelyet a kereszténység hagyományosan *curiositas*nak nevezett. Ez a fajta „kíváncsiság” talán vonzónak tűnik számunkra, egykor mégis veszélyesnek számított. De valóban van-e szellemi mértékletesség?

És vajon miként határozható meg a megfelelő mérték? Hogyan állapítható meg, mikor történik káros határátlépés? Ami egyeseknek sok, másoknak kevés – mi szükséges az élhető forma egyéni megállapításához?

Különösen megkapó eleme a mértékletességnek, hogy szépség jár a nyomában: a vágy mértékletes formája nemcsak önmagában szép, de maga körül is felfedezi a szépséget. Elsősorban a rendezett élettéliség ragyogásáról van szó, amelyet megvalósítva és észlelve az ember alkalmassá válik arra, hogy ellenálljon az ellentétének. Mert „a mértékletesség infantilis rendezetlensége gyávává teszi embert, és megfosztja attól, hogy szembehelyezkedjen a rossz romboló erejével” (Josef Pieper). De nem veszítette-e értelmét már a „rend” fogalma, és várható-e még szépség a rendezettségétől?

AZ EGYETLEN MÉRTÉK: A KRISZTUS

1. Bendő- és cuccmértékletesség

„Jaj néktek, kik beteltetek, mert éhezni fogtok” (Lk 6,25).

Szaporodjatok, sokasodjatok, és... – pusztítsátok el a földet! – Ja? Hogy nem ez volt az eredeti üzenet? Semmi gond! A mikroműanyagok majd megoldják... „Pillanatokon belül” – alig fog születni gyermek a földön. Hát ez mégiscsak jobb, mint egy COVID... Tényleg? – Holnaptól böjtölni kellene! Műanyagböjt? Hús és hal helyett – alga? Pont karácsonykor? Mértékletesség mindig és mindenben! Egymillió Savonarolát ide! Húzzanak zsákruhát még a tehenek is (Jón 3,8)! – Ez lenne az emberiség jövője? A falanszter?

Csermely Péter

Evangélikus lelkész,
hálózatkutató

2. Szó- és indulatmértéktelenség

„A nyelv is tűz, a gonoszságnak összessége” (Jak 3,6).

„Az emberiség egész ürülék-metropoliszt emelt maga fölé, mely [...] ráomlott a gazdáira. A ganajimádóvá törpült emberiséget utolérte a trágya-özön. Aki bármilyen iránynak, rendszernek, emberi kigondolásnak szívvel-lélekkel behódolt, azt elborította a trágya-özön; aki a tiszta érzést, szabad látást, örök mértéket őrzí, bárkában lebeg a trágya-özön felett. S ahogy a vízözön után megjelent az égen a szivárvány, jeléül, hogy vízözön nem lesz többé: majd megjelenik az égen a tiszta fehérenemű, jeléül, hogy trágya-özön nem lesz többé.”¹ De mi az örök mérték, a bárka?

3. Gondolatmértéktelenség

„Amennyivel magasabb az ég a földnél, annyival magasabbak az én gondolataim a ti gondolataitoknál” (Ézs 55,9).

Lehet-e mértéktelenség a gondolkodás mennyiségében? Az emberi agy egyszerre hat-nyolc független információt képes kezelni. Elég-e ez a Teljesség befogadására? Nyilvánvalóan nem. „A szavak különlévők és gyöngysor-szerűek, a dolgok összefüggők és halom-szerűek. Ezért a szavak és dolgok csak súrolják egymást.”² Lehet-e mértéktelenség a gondolkodás irányában? Minden gondolat hasznos? Lehet-e a bűnről minden határon túl úgy gondolkodni, hogy az ember maga ne váljon bűnössé? Pál apostol ezt írja minderről: hadakozásunk fegyverei ugyanis nem testiek, hanem erősek. [...] Ezekkel rombolunk le minden okoskodást és minden magaslatot, amelyet az Isten ismeretével szemben emeltek, és foglyul ejtünk minden gondolatot a Krisztus iránti engedelmességre” (2Kor 10,4-5). Rabságba ejtене a hit a gondolatot? Vagy éppen ellenkezőleg? A gondolat szabadsága lenne a mérték? Akarhat-e a gondolat egyenlő lenni a Logossal?

4. Szeretetmértéktelenség

„Az Isten nem mérték szerint adja a Lelket” (Jn 3,34).

„A szeretet [...] nem ismer mértéket, hanem mértéktelenül tékozolja önmagát. A szeretet nem érez terhet, nem veszi számba a munkát, többre igyekszik, mint amire az ereje futja, lehetetlent nem ismer, ha elfáradt, nem hagyja el magát, szorongattatván meg nem szorul, ha ijesztik, meg nem rémül, hanem akár az eleven láng, és lobogó fáklya fölcsap, és bátran keresztülhatol mindenben.”³ - „A nikolsburgi Smelke rabbinál vendégeskedett a testvére, Frankfurt rávja, Pinhász rabbi. Smelke rabbi nagyon mértékletesen élt. Pinhász rabbi így szólt: Van két testvér, apjuk, anyjuk egy. Az egyik fal és vedel, mint a barom, a másik pedig, mint az Úr anygala, nem kíván enni, inni, hanem a Shekina ragyogását élvezi. Smelke rabbi így válaszolt: Van két testvér, apjuk, anyjuk egy. Az egyik egy főpaphoz, a másik egy polgárhoz hasonlít. A főpap eszik, és evése azon áldozat része, amely által a polgár feloldoztatik a bűnei alól.”⁴ A szeretet mértéktelensége felülír minden emberi mértéket. „A szeretet soha el nem fogy” (1Kor 13,8). A szeretetünk lenne a mérték?

1 Weöres Sándor: *Úton a teljesség felé*. Tericum, Budapest, 2000, 61–62.

2 Weöres Sándor: *Úton a teljesség felé*, 139.

3 Kempis Tamás: *Krisztus követése*. (Ford. Jelenits István.) Ecclesia, Budapest, 2019, 149.

4 Martin Buber: *Haszid történetek*. (Ford. Rác Péter.) I. kötet. Atlantisz Budapest, 1995, 303–304.

5. Az igazi mérték

„Mi azért szeretünk, mert ő előbb szeretett minket” (1Jn 4,19).

„A szeretet Istentől született, és csak Istenben nyugathat meg.”⁵

Elég-e a saját mértékünk nekünk? „Rokonom a féreg – és rokonom a Tejút is” (Gyökössy Endre). Az óember és az újember harca dúl bennünk (Róm 7,22–23). A végletek között ingázó embervoltunk lenne az igazi mérték? Nyilvánvalóan nem. „Kicsoda szabadít meg ebből a halálra ítélt testből?” – kiált fel Pál apostol. És rögtön hozzá is teszi a választ: a Krisztus (Róm 7,24–25). A hívő ember igazi és egyetlen mértéke: a Krisztus. A jézustalanság egyben mértéktelenség is. Mert Jézus volt a Mérték, Jézus mutatja a Mértéket ma is, és Jézus lesz az az egyetlen Mérték, amellyel majd megítélnék bennünket. Jézus Teljességében (amely a szeretet teljessége) nincsen mérték, hiszen minden mérték egyben van benne. Szülessen meg bennünk a Mérték ezen a karácsony! Ámen.

ASZKÉZIS ÉS/VAGY MÉRTÉKLETESSÉG

„Csupán” mértékletesnek lenni – kezdő szerzetesként ez a távlat inkább szürkének, unalmasnak tűnt, olyan ideálnak, mint ami valójában nem kíván sokat gyakorlójától. A *temperantia* erénye olyan asszociációkkal járt, mint egyfajta visszafogottság, „kimértség” – ugyan mi köze ennek a sivatagi atyák szigorú heroizmusához, a Krisztus-követés radikalitásához? A *nihil nimis* nem pusztán keresztény sztoicizmus, aminek inkább a kortárs egészségtudatosság sugallta viselkedésmóddhoz és önkorlátozáshoz van köze? Nagyjából innen indultam.

Az aszkézis, vagy klasszikus nevén önmegtagadás azonban segített felfedezni, „hol is a helye” a mértékletességnek, így a mértékletességhez számomra az út az aszkézisen keresztül vezetett. Az aszkézis ad egy paradox erőt. Tanít elengedni: ahelyett, hogy minden lehetőséget kihasználnék, behabzsolnék – mert jó lenne még, jólesne, adna pillanatnyi kielégülést –, képes vagyok késleltetni, nemet mondani. Nem engedek a pillanat nyomásának. Ezzel másfajta viszonyulásokhoz is hozzásegít: másképp birtokolok dolgokat, ugyanakkor szabadabb is vagyok saját vágyaimmal kapcsolatban. Persze ez lehet fájdalmas is, és rávilágít a saját törékenységre: rászorulok arra, ami testi, biológiai, nem tudok enélkül élni. Vágyom rá, és ideges leszek, ha hiányzik. Vagyis ez jár egyfajta önismerettel. Mégis, bár a lemondással járó nehézség, ami például egy böjtölés eredménye, elgyengít, de ad egyfajta erőt is. Nem az az erő, hogy lám, erre is képes vagyok. Inkább egy belső fókuszáltságot ajándékoz, összeszedettség, rend születik belőle. Kicsit olyan, mintha fekete-fehérben látnám a világot. Jobban lát-szik, mi a lényeges. Egy zarándokút élménye is hasonló tapasztalattal jár: elengedni sok mindent, és egyetlen célra irányulni, teljes erővel.

Azt gondolom, ha nem pusztán egyfajta spirituális teljesítménytúráként gyakorlom a lemondást, akkor a mértékletesség erénye lesz belőle. Egy állandó készség, amely segít, hogy minden belső megmozdulást, vágyat jó irányba akarjak és tudjak irányítani. A mértékletesség valóban a vágy,

Deák Viktória
Hedvig OP

Domonkos
szerzetesnővér,
teológus

⁵ Kempis Tamás: *Krisztus követése*, 148.

az öröm, az érzelmek igenlése – úgy, hogy irányt ad, megtisztítja ezeket, felemeli, ugyanakkor intenzívebbé is teszi, épp a korlátok által. Mert ha mindig minden elérhető, fogyasztható, hogyan lesz egy nap ünnep?

Mértékletesnek lenni abban segít, hogy tanulok jól vágyni és a célt tartani: vágyaim belső szétszórtságát, széttöredezettségét, összevisszaságát egy irányba rendezni, és így szépen – tisztán – szeretni.

És mindez persze nem csak az úgynevezett „élvezetekre” áll. Való igaz, hogy az intellektuális, sőt a lelki élményekben is lehet torkoskodni, abban is van mértéktelenség. Megnöhet az ember ingerküszöbe: még erősebb, még több, még színesebb élmény kell ahhoz, hogy lekösse a figyelmemet, fenntartsa érdeklődésemet akár az Istennel való kapcsolat iránt is; valami olyant keresek, ami közvetlen, *fast-food* lelki tapasztalatot, élményt ígér, szép és sok érzést, ami úgymond „jár” a befektetett erőfeszítésért cserébe. A mértékletesség így az imában is feladat: elengedni azt, hogy újabb és újabb módszereket kipróbáljak, újabb impulzusokat, tanítókat, érdekességeket keressek, vagy élményeket akarjak megismételni... Isten változatlansága felé nem a sokféleség, az újdonság visz, hanem az akár monoton ismétlődés, egyszerűsödés.

Ma gyakran van arról szó, hogy az igazi az a böjt, ami a szellemi szférára vonatkozik. Szerintem ez illúzió: ha az intellektuális vagy lelki „habzsolást” szeretném kordában tartani, akkor számot kell azzal vetnem, hogy testi és lelki összefügg, egy egész, egyik nincs a másik nélkül. Test vagyok, a szellemit ettől meg tudom különböztetni, de elválasztani nem. A mértékletesség, amely elsősorban mégis az érzékelhető dolgokkal foglalkozik, így arra is rádöbbsent, mit jelent embernek lenni.

Ahogy an el vagyunk árasztva az életünkhöz kapcsolódó dolgok és voltaképpen bármí más terén a lehetőségek és ajánlatok bőséggel, úgy hasonló a helyzet az információk, hírek esetében is. A közösségi média nyomása, hogy minél több az információ, a hír, a kép, annál jobb, és úgy hihetem, ettől én magam több leszek, a mértékletesség viszont segít, hogy ne állandósuljon bennem egy belső szétfolyás, állhatatlanság. A mértékletesség segít feltenni a kérdést: valóban érdemes még ezt is (hírt, képet, bejegyzést, videót stb.) megnézni? És aztán a következőt is: valójában mi az, ami hiányzik, és mi az, amit igazából ezen a módon keresek?

Hogy miért is aktuális ma a mértékletesség? Általa harmonikusabb lesz a ráció és az érzelmek közötti kapcsolat. Erre az integrációra mintha ma még nagyobb szükség lenne. Mintha a virtuális világ egyik hatása az lenne, hogy az érzelmek túlbujánozhathatnak, szűrő nélkül nyilvánulhatnak meg, és sokszor mintha az emóciók, indulatok hipertrófiája a valós, emberközi találkozásokra is áttevődne. Amikor ismeretlenek között – például tömegközlekedési eszközökön – a kommunikáció rögtön indulattal történik, akkor látszik, mennyire helye lenne e belső rendezettségnek.

A rend, a korlátok hiánya először tűnhet spontánnak, érdekesnek, a lehetőségek tárházának, de számomra a rend, a mérték inkább egy mankó a figyelem, a fókusz, az egy-ügyűség számára. A rend hiányából még nem lesz szabadság.

VALAMI A MÉRTÉKTARTÁSRÓL

Ferencz Győző

Költő,

irodalomtörténész

Hogy a mértékletesség erényét gyakorolhassuk, tudni kell, mi a mérték. De honnan lehet tudni? Hogy szűkebb mesterségemnél maradjak: elővettem Négyesy László *A mértékes magyar verselés története* (1892) című könyvét. Négyesy sok költőt tanított mértéket tartani: szemináriumának hallgatója volt Babits Mihály, Juhász Gyula, Kosztolányi Dezső, Tóth Árpád, de látogatta az óráit Karinthy Frigyes, Balázs Béla és még sokan mások.

Bár Négyesy mértékes verselésen az időmértékest érti, azt is leszögezi, hogy minden vers egyszerre hangsúlyos és időmértékes, vagyis a megvalósult szövegben egyszerre érvényesülnek a nyelvi hangsúlyok és a szótaghosszúság viszonyai. Azonban maga a verselés, amelynek szabályaival készül a vers, vagy ilyen, vagy olyan. Noha Négyesy nem foglalkozott a kettős verseléssel, ebből a megállapításából az is levezethető. Ezért nem nehéz kitágítani a fogalmat, és azt mondani, a hangsúly is mérték, csak másféle, mint az időtartam, tehát minden kötött forma mértékesnek tekinthető. (Az egyszerűség kedvéért eltekintek attól, hogy Négyesy történeti szempontok alapján külön kategóriába sorolja az antik és a későbbi, általa nyugat-európainak nevezett időmértékes formákat, noha Horatius ódáit és Shakespeare szonettjeit azonos elvek szerint fordítjuk magyarra.)

A mértékes verselésnek szabályai vannak, amelyekhez igazodni kell. Ezt joggal tekinthetjük költői mértékletességnek: a költő korlátozza saját nyelvhasználatát – nem írhat le akármit –, és aligha lehet kétségbe vonni, hogy váratlan zenei szépséget szül, ahogy a költő nyelvi anyagával kitölti a metrikai keretet. Két példa taláломra: „Szállnak az alkonyi felhők, / mint halovány haju lányok”, „Befed ez a kék ég, ha nem fed koporsó. / Óráim tisztességes csak légyen utolsó”.

De a mérték betartása nehézségekbe ütközik, és nem is azért, mert a nyelv olykor nem adja meg magát könnyen, körülményes belekényszeríteni egy mondatot az aszklepiadészi strófába. A költők elvégre azért költők, hogy meg tudják oldani az ilyen feladatokat, és az eredmény – mérték, értelem, hanghatás harmóniája – bámulatos tud lenni: „Hervad már lige-tünk, s díszei hullanak, / Tarlott bokrai közt sárga levél zörög”

A fő nehézség más természetű. Ha minden költő kifogástalanul betart minden szabályt, a csupa hibátlan jambus, hexameter, felező nyolcas egy idő után unalmassá válik, rossz esetben már a mondatszerkezetek sem adnak változatosságot, a forma ismétlődő mintát kényszerít rájuk, és monotonijukkal gátolják a szövegértést. A mérték kényszeres betartása olykor éppen a mértékletesség korlátait dönti le. Túltengő jambikus szonettciklusok, hexameterekben vagy felező tizenkettesekben írt végeérhetetlen költemények olvasói tanúsíthatják, hogy a mechanikus metrikai tökélyvel megalkotott versekből gyakran épp az hiányzik, ami a költészetben olyan érdekes: egy másik ember hangját meghallani időn-téren át. A kötött forma éppen erre való, konzerváló eszköz, amely megőrzi a hangot, sőt a megszólalás személyességét.

Ennek a személyességnek az egyik eszköze a versmérték szabályainak szándékos megsértése – a poétikai licencia –, ami afféle ujjlenyomat, aláírás, a költő egyéniségének a jele. Két látszólag ellentétes, valójában ha-

sonló példát mutatnék erre. Vajda János *Sírámok* című ciklusának első darabjából az első versszak így szól:

Száll a hegyre barna felhő;
Zúg alatta már az erdő.
Észrevétlen langy lehellet
Rázza a faleveleket.

A négyes trocheus, tá-ti tá-ti tá-ti tá-ti mértékét tökéletesen tartja az első három sorban, a negyedikben azonban teljesen összekuszálja, tá-ti ti-ti ti-ti ti-ti lesz belőle. De a ritmus ennél is bonyolultabb, szinte lekotázhatatlan, a szóhangsúlyos „fa” rövid értékű szótagra esik, az előtte álló hangsúlytalan névelő hosszú értékű szótag helyén áll. Vajda az elvont ritmusváltással ér el onomatopoeitikus hatást: érzékelhetővé teszi a falevelek zizegését. Kaotikus mozgásuk megelőlegezi a vers középső részében a depressziós tudatállapot leírását, és az utolsó sort, amely ezzel a zavart-tanácsstalan kérdéssel zárul: „Mért születni, minek élni”.

Ugyanezt a ritmikai mintát egy ellentétes folyamat érzékeltetésére használja Szabó Lőrinc *Gyomrok* című versének első versszaka:

Ettem. Tíz deka disznósajtot,
kenyeret meg két mandarint.
Az imént már majd összeestem,
de lassan éledek megint.

Szabó Lőrinc az első sorokat ízekre tördelte. Az ötödfeles-négyes jambikus sorok közül az elsőben egyetlen jambus (ti-tá) sincs; a másodikban és harmadikban csak a sorvégeken van egy-egy, amivel csupán a jambusi sor minimumát teljesítette. A szóhangsúlyok is alig támogatják meg a metrum lüktetését, sőt inkább ellene hatnak. A rátörő éhség leírásakor Szabó Lőrinc tobzódik a ritmikai mértéktelenségben. A tízórai elfogyasztása után a negyedik sor aztán hirtelen kisimul, négy tökéletesen tiszta verslábbal a jambus is magához tér. Milyen pontos fogalmazás, hogy „lassan éledek”: egy négysoros versszak első három sora kellett hozzá. A vers hátralévő részében a viszonylag tiszta verselés ütemes zakatolása az emberi test működésének gépiességét reprodukálja.

A költők kisebb-nagyobb mértékben eltérnek az elvont formák merev alapképleteitől, egyéni mintázatukkal, lélegzetvételük ritmusával alakítják sajátjukká. Olykor talán nem is észlelik ezt, máskor a félkész versen dolgozva tudatosan ráerősítenek. Számptalan módja van ennek, a fenti példákban Vajda is, Szabó Lőrinc is belülről lazítottak a kereteken, itt épp csak annyira, amennyire az anyaguk megkívánta. Ez a 19. századi Vajdánál érthető módon kevesebb, a modernista Szabó Lőrincnél több; az egyikük kézjegye halványabban, a másikuké határozottabban rajzolódik ki. A mértékes verselés eleve önmérsékletet kíván (ami magában hordozza jutalmát, a jól megcsinált szapphikum felett érzett elégtételt), de az esztétikai mértékletességnek mintha a normaszegés lenne az igazi próbája. Úgy megbontani egy szerkezetet, hogy közben eredeti állapota is megőrződjék. Verse válogatja, hogy teljesítése erénynek számít-e. Talán ez már nem is csak szűk metrikai kérdés.

„...MIKÉPPEN MI IS MEGBOCSÁTUNK AZ ELLENÜNK VÉTKEZŐKNEK”

Flórián Mária

Etnográfus,
muzeológus

Ennek már vagy fél évszázada... egy határ melletti, kis szatmári faluban voltam kiküldetésben. Nagyon kedves családnál kaptam szállást, akik engedték, hogy – csak úgy szórakozásból – én húzzam a vizet a kereskútból, összeszedjem az aznapi tojásokat, és én nyissam ki a kaput a hazatérő csordának. Csakhogy a tehenek megálltak a kapu előtt, és nem jöttek befelé, ahogy máskor. A szomszédasszony átszólt a kerítésen: idegen vagyok, a tehénkéek elbizonytalanodtak, hogy jó helyen járnak-e. Félrehúzódtam, hogy csak az ismerős kaput, udvart látva bejöhessenek. Amikor ezt a friss élményemet nagy lelkesen elmeséltem a háziaknak, megdöbbenésemre rendkívül ingerülten figyelmeztettek, hogy a szomszédokkal kibékíthetetlen haragban vannak, és nekem mint vendégüknek nem illik szóba állni velük. Pár napra, mikor a tikkasztó hőségben végzett munka után hazatért a gazda, és a hűvösben leültünk az asztal köré az üdítő, savanyú paszulyleves vacsorához, kopogás nélkül, szinte berobbant az ajtón a gyűlölt szomszéd: Sándor, gyere, ellik a Piros! ...és az én házigazdám visszatette a tányérba a már félig felemelt kanalat, és szó nélkül követte a szomszédot... Valami fényes béke maradt utánuk, megkönnyebbülés, bizonyosság, hogy mégiscsak rend van a világban.

Még a fő bűnök közé sorolt harag sem képes végérvényesen tönkretenni az életet védő természeti törvények, az erkölcsi törvények diktálta alapvető rendet, ami, mint egy iránytű, egyszerűen belénk lett teremtve, már amikor beléptünk ebbe az örökkévalóságba. Ösztönösen vagy hittel az ebből a rendből fakadó békére, Teremtőnk békéjére vágyunk, csakhogy törekvésünket folyamatosan hátráltatják külső akadályok és saját belső gyengeségeink.

A külső akadályokkal szemben túlnyomórészt tehetetlennek érezzük magunkat. Háborúk, természeti csapások hírei nyomasztanak bennünket, megtévedt, gyűlölködő emberek zilálják szét a társadalmi korlátokat. Igyekszünk minderre immunissá válni, kivonni magunkat ezek kártékony sodrásából, olykor a saját bűneinkért érzett felelősséget is ezekkel a külső gáttal próbáljuk mentesíteni. Pedig saját bűneink elől nincs hová menekülni. Maradjunk csak a haragnál. Igen, gyakran mértéktelenül ingerülten kezeljük a legkisebb nézeteltéréseket is, türelmetlenül, haraggal válaszolunk a minket ért valós vagy csak vélt sérelmekre. Emlékszem, amikor a hosszúra nyúló vacsoráknál valakire panaszkodtunk, Édesapánk megkérdezte: Valami miatt haragszik rád? Talán megbántottad? El kellett mesélnünk, hogy csak gyanakszunk-e valamire, vagy ismerjük is a bántás okát, és meggyőződöttünk szándékosságáról is. A magyarázkodás vége rendszerint az volt, hogy ne ismétlegessük magunkban a sértő szavakat, mert csak rögzítjük azokat, inkább még a gondolatainkból is „söpörjük ki” őket. Egyszerűen engedjük el, felejtjük el, bocsássunk meg. Az Úr imájában a „bocsásd meg...” kérés teljesítése is csak azzal a feltétellel remélhető, ha „mi is megbocsátunk”. És ha mi vagyunk a harag okozói,

siessünk bocsánatot kérni, mert megbetegíthet bennünket a felgyülemelő bűntudat: „A nap ne nyugodjék le haragotok fölött” (Ef 4,26).

A főbűnöket valahogy életünk során neveljük fel magunkban, de a haraggal együtt születünk. Láttam néhány hónapos csecsemőt rámondulni a testvérére, amikor az ő finom almapüré-maradékáért nyúlt. Láttam szabályosan pörölni a verebekkel, amiért csapatostól lecsapva elzavarták a kenyérmorzsát békésen szedegető galambokat. Mintha a harag is a túlélés érdekében velünk született életösztön megnyilvánulása lenne, és a mi feladatunk csak az, hogy belenevelődjünk a harag arányos, jogos „használatába”, féken tartásába. Sok minden belejátszhat abba, hogy súlyától függően, mekkora higgadtsággal tudjuk kezelni a haragot, de meg kell tanulnunk józanul uralkodni felette, hogy környezetünkben az igazságosság egyensúlyát, a rendet megőrizhessük.

Életünk nagy ajándéka a mindig újrakezdés lehetősége, hogy mint most, a karácsonyi születésre készülődve – miután külső dolgainkat már rendbe tettük –, semmi ne akadályozzon belső békénk helyreállításában. Ritkán adódó kegyelmi pillanat, ha át is érezhetjük a karácsonyi csodát, a megbocsátást, Jézus megígért békéjét.

Gáspár Csaba
László

Filozófus, teológus

MÉRTÉK ÉS AKARAT

„Kötél az ember, kötél állat és az embert fölülmúló ember között – szakadék felett feszülő kötél. Veszélyes átkelés az ember, veszélyes úton-levés, veszélyes visszatekintés, veszélyes borzongás és megtorpanás.¹

„Sosem tudtam meg, mi a szabály.”²

A mértékletesség (*szófosztiné, temperantia*) erény, azaz nem természeti adottság, nem a *homo sapiens sapiens* biológiailag meghatározott életfunkciója, hanem a kétszeresen bölcs ember által kimunkált cselekvés- és magatartásmód, egyszóval létforma. A mértékletesség a helyes mérték megtartása. Az alapszó a *mérték*, görögül *logosz*.

Becsés dolog a mérték. És az ember egyik legértékesebb képessége, hogy mérni tud. Ám még ennél is értékesebb – és csodálatos! –, hogy olyan világban él, amely mérhető, mert mindennek szabott mértéke van. A mértékre járó világ a természet. Benne minden a maga mértéke szerint él, mozog, növekszik és elhal. Az ember azonban nem tiszta természet, ezért a mérték biztonságában élő természeti létforma nem fogja át teljes valóságát. Azt a régiót, amelybe léte átnyúlik, hagyományosan szellemnek hívjuk. A természeti létmódba bele van állítva, a szellemi létmódba be kell lépnie, hogy felismerje: eleve benne van. Ez a különös tény a szellem sajátosságából következik. Míg a természeti létező a természet mértéke szerint

él, vagyis léte egészét irányítja a szerves élet szabályrendszere, addig az emberi szellem sajátos viszonyban van a mértékkel – saját és a természet mértékével egyaránt.

Minden, ami van, mértékhez igazodik, tehát a szellem is, ámde ezt a mértéket a szellemnek magának kell megtalálni, elfogadni és elsajátítani. A szellem nem valami külső mértéket keres, hanem önmaga mértékét. Ezt nem visszavonult, önmagába meredő eszmélődéssel fedezi fel, majd Pallasz Athénéként teljes fegyverzetben kilép a világba, hanem – ebben áll a véges emberi szellem sorsa – ki kell lépnie önmagából, a világban és a világon kell tevékenykednie, és ennek során, a világ megismerése és alakítása közben fedezi fel a világ mértékével egyetemben saját mértékét. Kilépés és visszatérés, találás és elsajátítás – ez a szellem élete. Egyszerre szabad – hiszen a saját mozgása – és szükségszerű, mert e mozgás nélkül nem ismeri fel és nem ismeri meg önmagát, nem válik valóságos szellemmé. A szabadság és szükségszerűség egymást kölcsönösen megelőző és feltételező együttese a sors. És mivel az önmaga mértékét kereső és önmagára ébredő szellem a világgal folytatott tevékeny – alakító, formáló – kommunikáció (értsd: együttlékezés) során ismeri meg és sajátítja el önmagát, e folyamat a világra is kifejti hatását, és a mérték szerinti szabályos működés nyugalmaiban fennálló világ bevonódik az emberi szellem sorsába: részesedik benne és hat rá.

A természeti lény és természeti környezete kapcsolódását a természeti mérték szabályozza, ami lényegében a természet önszabályozása – hiszen a növény és az állat maga a természet. Ezzel szemben a szellem minőségi létszintjén álló embernél csak létének természeti dimenziójában, a vegetatív, élettani folyamatokban működik a természeti önszerveződés és mérték, a természethez való viszonyulásában a szellem felismerései és szabad döntései hatnak olyannyira, hogy ebben a viszonyulásban még a természet megismert fennállási és fennmaradási törvényei sem spontán módon, hanem az emberi szellem közvetítésével érvényesülnek. Ez azt jelenti, hogy az embernek nemcsak ismernie kell a természeti törvényeket, hanem *akarnia* is kell azoknak megfelelően élni. Csakhogy az ember, főként a nyugati kultúrában élő ember akarata egy ideje hódító viszonyt alakított ki a természetes világgal. A természet törvényeire csak közvetett, másodlagos akarata irányul, közvetlen akarata a természeti világból mint nyersanyagból kinyert és felépített másik világ megalkotására törekszik. Megismerve a természetben ható mértékeket, az ember maga is készít dolgokat, melyeket nyilvánvalóan a természeti szabvány szerint állít elő. A gőzgép, hogy egy klasszikust mondjunk, a fizikai törvények-mértékek alapján épül föl, és ezért működik. A modern kor embere azonban nem csupán egy-két tárgyat, dolgot, folyamatot, növényt állít elő, hanem ezek egész rendszerét. Ez a technikai világ. A technikai világ a természeti világ mellé lép, sőt fölébe kerekedik, és bár annak szabványai érvényesülnek minden ízében, de valami egészen más mérték működik a rendszer *egészében* – annak az erőnek a *logosza*, amely ezt a mesterséges világot megalkotta: az emberi akarata, a szellem egyik megnyilvánulása.

Ismét a szellem akarataira bukkanunk! Előbb a természeti világ immanens törvényeivel szembeni viszonyában, most saját projektumának ágenseként. Jóllehet a mértéket – bármely mértéket – az értelem ismeri

fel, de az akarat nélkül a felismert mérték pusztá ismeret marad, nincs hatással a szellemi lény, az ember viselkedésére. Így nem elég ismerni és belátni a józan mértéktartás bölcs tanácsát vagy etikai parancsát, akarni is kell. Immár egyre biztosabban tudható, hogy a tudás nem elegendő. És a jelek szerint még az a tudás sem képes irányítani az akaratot, amely manapság tárgyilagossá, ellenőrzött ismerettel alátámasztott és igazolt tudásba rendezett jeleket észlel és veszélyre figyelmeztet.

A szellem sorsa nem telik be azzal, hogy a világban és a világgal folytatott tevékenysége során ráismer saját törvényeire. E felismert saját törvények ugyanis soha nem rögzülnek az emberi szellemben egyszer s mindenkorra, hanem újra és újra el kell sajátítani, és legfőképpen akarni kell őket. Másképpen fogalmazva: a felismert mérték – mondjuk, a mértékletesség józansága – nem szilárdul zárt cselekvési algoritmussá, nem válik az ember természetévé, ami automatikusan érvényesül, hanem mindig csak az akarat közvetítésével válik gyakorlattá, és az ember szabadsága folytán az akaratra van bízva, melynek újra és újra, fáradhatatlanul, mindig megújulva akarnia kell. A biológiai minta az ösztön, a szellemi minta a hagyomány, márpedig a hagyomány szabad mérlegelés, értékelés elfogadás vagy elutasítás, egy szóval az értelemnek és ismét csak az akaratnak a tárgya. Soha nem szűnik meg az emberi szellem alaphelyzete: hogy folyvást keresnie, felismernie és akarnia kell saját törvényeit, még a legriviálisabbakat is, mint amilyen a mértékletesség egy véges természeti világban. Kérdés, hogy akarjuk-e a mértékletességet. A természet parancsa világos. Az ész parancsa úgyszintén. Már csak az akarat hiányzik.

Napjaink eseményei az emberi akaratot egyszerre mutatják félelmetesen örültnak és szálnalmasan gyengének. Az örület felfelé, a gyengeség lefelé véti el a mértéket. Az előbbire már a görögök felfigyeltek. Szophoklész *Antigonéjában* az első kardal nyitó mondatát, mely Trencsényi-Waldapfel Imre fordításában így hangzik: „Sok van, mi csodálatos (*deinosz*), / De az embernél nincs semmi csodálatosabb (*deinoteron*)”, a fordító iránti minden tisztelet és elismerés mellett ideje lenne az eredeti szöveg szerint – és a megtapasztalt valóságnak megfelelően! – pontosítani. A *deinosz* szó ambivalens jelentésű, lehet „félelmetes”, „szörnyű”, „ijesztő, rettenetes” ugyanúgy, mint „rendkívüli”, „különös”, „bámulatos”. Szophoklész tudatosan ezt a sokjelentésű szót választotta, nem pedig az egyértelműbben csodálatot jelentő *thaumaszoszt*.³ Martin Heidegger „hátborzongató”-nak, illetve „hátborzongatóan otthontalan”-nak fordítja a *deinoszt*, illetve a *deinoteront*.⁴

Az emberi akarat *deinosz*. Amit csinál, épít, alkot, azt mértékre teszi, de amiért csinálja, építi, alkotja, annak mértéke az akaratban rejlik, melynek azonban kifürkészhetetlen a mértéke. „Ha a Bábel tornyát fel tudják építeni úgy, hogy nem hágnak a tetejére – megkapják rá az engedélyt.”⁵ A torony építése az embertől független statikai mértékek szerint történik. De a fellépés a tetejére – és egyáltalán az egész vállalkozás –, annak oka, alapja és mértéke egyedül és kizárólag az emberi akarat.

Ami – sorsának jelenlegi korszakában – *ad absurdum* a mértéktelenséget akarja mértéknek.

3 Mezősi Miklós: Csodálatos-e az ember? *Studia Litteraria* 54 (2015/1-2), 18–34.

4 Martin Heidegger: *Bevezetés a metafizikába*. (Ford. és komm. Vajda Mihály.) Ikon, Budapest, 1995, 75.

5 Franz Kafka: *Az én cellám – az én váram*, 12.

MÉRTÉKLETESSÉGGEL ÚJJÁALAKÍTANI A VILÁGOT

ELMÉLKEDÉS ALEXANDRIAI PHILÓN
ÉS NÜSSZAI SZENT GERGELY NYOMÁN

Gyurkovics
Miklós

Görögkatolikus pap,
teológus

Ha azt mondják, hogy a szépség fogja megmenteni a világot (Dosztojevszki) és a misztika a kereszténységet (Rahner), akkor annak is igaznak kell lennie, hogy a jövőnk a mértékletességtől függ. Ez nem egy határozatlan jövő ígérete, hanem szó szerint értve az emberiség holnapja ezen a földön, és egy új jövő kezdete földi életünk beteljesülésével. A szépség, a misztika és a mértékletesség a keresztény teológus szívében szorosan egybeforr a határok tiszteletben tartásával, ugyanakkor a határok átlépésével is. Mind ez azért, mert Krisztusnak az eljövetele két ellentét kibékítését hozta el, amelyeket Pál apostol a szegénység és a gazdagság képével ábrázolt: „Hiszen ismeritek Urunk, Jézus Krisztus jótékonyágát. Noha gazdag volt, értetek szegénnyé lett, hogy szegénysége által meggazdagodjatok” (2Kor 8,9). Ugyanakkor tudnunk kell, hogy e krisztusi *jótékonyág* nemcsak a karácsonyi jászol, hanem a kereszt misztériumában is megmutatkozik, amiben az első keresztény gondolkodók pontosan az Isten és az ember közti harmónia visszaállítását vélték felfedezni. Így Krisztus keresztje a túlzásokba esett, a benső tartását, az eredeti szépségét elvesztett emberiség újrafarmálódásának (*meghatározásának*) az eszköze is. Így találkozik a betlehemi jászolban és a keresztben a mértékletesség és a szépség misztériuma. Ez jelen elmélkedésünk teológiai kiindulópontja és egyben a célja is.

Nézzük most meg egy kissé részletesebben és talán személyesebben is a mértékletesség antropológiai vonásait! E témában két nagy szentírás-magyarázó alakította gondolataimat, az egyik a zsidó Alexandriai Philón (Egyiptomi Alexandria, kb. Kr. e. 20 – Kr. u. 50), a másik az ő teológiai hagyatékának keresztény továbbértelmezője, Nüsszai Szent Gergely (Kapadókiai Kaiszareia, 335 – Nüssza, 395). Kettejük között pedig ott található az egész alexandriai és órigenészi teológiai hagyomány. Philóntól ismerünk egy művet, ami a *józan*ságról szól. Bár az ógörögben sem teljesen azonos a *néphó* (νήφω: józan vagyok, vö. *népszisz*, νηψις: józanság) fogalma a *szóphrosüné* (σωφροσύνη), vagyis a *mértékletesség* fogalmával, zsidó teológusunk a Ter 9,24–27 sorainak az értelmezése mentén mégis ma is megfontolható szentírási üzenetet ad át az antik sztoikus filozófiából jól ismert mértékletességről. Philón elmélkedésének a kiindulópontja a Ter 9,24 mondata: „Amikor Noé felébredt részegségéből!” A hangsúlyt pedig arra az állapotra helyezte, mely allegorikus értelemben a túlzásokba eső, szenvedélyek által mámoros ember értelmének a kitisztulását jelenti. Vagyis Noé nemcsak felébredt, hanem újra önmagához tért, és miután visszaemlékezett, tisztán felismerte az áldásos és a bűnös múltját is.

A 21. században élők, ha Noé módjára józan megfontoltsággal visszaemlékeznének az elmúlt évszázad hibáira, mértékletességre törekednének. A természet feletti hatalom, az anyagi jólét és a határtalan lehetőségekkel kecsegtető tudományos kísérletek és technológiai vívmányok mámoros állapotba ejtették a korlátait feszegető jóléti társadalomban élő emberiséget. Ez a folyamatos gazdasági fejlődés mámoros és az egyre növekvő

anyagi jólét regéjének a részegsége. E két tévedés olyan, mint a részegesek mértéktelen ivása, mely egyre többet követel, egyre messzebb halad az erkölcstelenség útján egészen addig, hogy nyomorba dönti a környezetét és a végén önmagát is. Az igazi nyomor következménye, az anyagi károk túllépve, a személyiség elvesztése. Így veszítette el Európa és az európai ember saját önazonosságát.

Philón egyfajta *felforgatásról* is tanított, mely a következő tévedésekből és túlzásokból táplálkozik: 1) Az ember mindenáron, a törvénnyel és az igazságossággal is szembemenve azt akarja látni, amit nem láthat. 2) Azt akarja nyilvánosság elé hozni, ami titok. 3) Ki akarja beszélni azokat a dolgokat, amelyeket „házon belül”, az egyén lelkének a határain belül kell tartani. 4) És ezen tévedések következményei felett csak nevet. Ilyen volt Noé történetében az átokkal büntetett, kíváncsiszkodó Kám, aki látta és kibeszélte apja meztelenségét (Ter 9.24). Nem szükséges részletezni a titkokat *elfecsegő* mértéktelenséget, mely elárasztja hétköznapjaink sajtóját. Azonban érdemes az olyan „titokfeltörésekről” is beszélni, melyekkel a természettudományok kísérleteznek, s amelyeknél talán nem minden esetben szándékoznak megfelelő figyelmet és energiát fordítani a káros következmények hathatós kezelésére. Ezeket a károkat nem lehet egy „huncut” mosollyal letudni.

Ha jobban belegondolunk, akkor láthatjuk, hogy Szem és Kám alakjának philóni értelmezésében az emberben rejlő lehetőségek sokaságát ismerhetjük fel, melyek önmagukban hordják az átkot és az áldást is. Pontosan ezért van szükség az erényes és a józan értelem által irányított életmódra, hogy határt, vagy jobban mondva irányt szabjon az emberi vágyaknak és az emberi kíváncsiságnak. Így minden ember elnyerheti Szem rendkívüli áldását is, vagyis nem más, mint hogy Isten, aki minden gazdagság forrása, személyesen az emberé legyen: „Áldott legyen az Úr, Szem Istene” (Ter 9.26). Láthatjuk tehát, hogy bár Philón a józanság fejtegetése közben hasonló elveket vallott, mint a sztoikusok a mértékletesség tárgyalásakor, a helyes választás és visszautasítás elvét mégis Isten és az ember személyes kapcsolatára vezette vissza.

Nüsszai Gergely a nyolc boldogságról mondott hatodik beszédében, melyben a „Boldogok a tiszta szívűek, mert meglátják az Istent” krisztusi ígérteit magyarázta, leszögezte, hogy Istent látni annyit jelent, mint Istent birtokolni. Ezzel nem Isten szemtől szembeni szemléléséről tanított, hanem arról, hogy a mértéktelen szenvedélyektől megtisztított ember saját lelkében Isten szépségét szemlélheti, mivel minden ember lelke Isten szépséges természetének a képmása. Így Isten szépségének az országa bennünk van (Lk 17.21). A szenvedélyek féken tartásával (például földi gazdagság hajhászása, gőg, hatalomvágy, hírnév), vagyis a mértékletességgel Gergely szerint az ember benső lelki formálódáson megy át, ami által saját istenképűségének a helyreállításán tevékenykedik. Ha azonban ezzel ellentétes irányba mozdul ki a lélek, akkor a Sátán tekintetének a formájára alakul át.

Bizonyos értelemben Gergely teológiai logikája szerint a mértékletességnek csak egy iránya van, ez pedig a bűnnel szembeni határtámasztás iránya. A másik, vagyis az erények és az Isten felé vezető irányultság, ha nem is határtalan, de végtelenségig nyitott marad. A negyedik beszédben Nüsszai püspöke a boldogságra és a jóra törekvő vágy *étvágyáról* tanított, ami

folyamatos tevékenységben tartja az embert. Ez a vágy azonban a keresztény ember „fájdalmának” és „boldog szomorúságának” is az oka: „Boldogok, akik szomorúak, mert majd megvigasztalják őket” (Mt 5.4). Az első, mondhatni tudatos fájdalmat philóni kifejezéssel élve Noé felébredéséhez hasonlíthatjuk, vagyis ahhoz a lelki szituációhoz, amit Gergely harmadik beszéde szerint a gyönyöröknek élő ember él át saját „beteg” állapotának a tudatosítása után. Van azonban egy másik fajta fájdalom is, amely az Istenre való vágyakozás csillapíthatatlanságából származik, ezt akkor éli meg a keresztény, amikor tudatosan benne, hogy azt, amit keres, vagyis Isten színelátását és az abszolút Jó elérését ebben az életben nem kaphatja meg.

Úgy velem, hogy ez a fajta *szellemi szomorúság* és egyben *boldogság* jellegzetes sajátossága annak a keresztény embernek, aki önmaga felett éberséggel igyekszik uralkodni, és ezért tisztában lehet Istentől kapott saját nagyságával és korlátaival is. Olyan értékek válnak virágzóvá a mértékletes ember közelében, mint a józanság, a szelídség és az alázat, amelyekkel újjá lehetne formálni a féktelenség „részségébe” zuhant emberiség eredeti istenképűségét és világunk jövőjét.

MÉRTÉKLETESÉG MINDENBEN, KIVÉVE A SZERETETET

A vágy határozza meg életünket? – kérdezek vissza. A vágy természete pedig az, hogy egyre nagyobb mértéket ölt? Ezért létkérdés, hogy az ember megtalálja a mértékletesség útját és gyakorlatát? Igaza van Stanley Hauerwasnak? – tényleg a vágy határozza meg életünket? Bizonytalankodásom abból a zavaros állapotból adódik, ami körülöttünk ma a világot mindenestül jellemzi. A zavar a mértékletesség következménye. Őszintén szólva irritál a kifejezés: „fenntartható fejlődés”. Hiszen e fogalom mögé rejtik a vágyat a több termelésre, a több bevételre, a magasabb életszínvonalra.

Mint afféle „kriptobencésnek” örök témám Szent Benedek regulájának a borfogyasztásra vonatkozó szava. A Regula 40. pontjában olvassuk: „Kinek-kinek saját ajándéka van az Istentől, az egyiknek így, a másiknak amúgy. Éppen ezért töprengéssel rendelkezünk mások táplálkozásának mértékéről. Mégis, ha tekintetbe vesszük az erőtlenek gyöngeségét, azt tartjuk, hogy minden egyesnek elég lesz napjában egy hemina bor.” Szent Benedek atyánk nem szab mértéket a borfogyasztásnak, hiszen az személyfüggő is lehet – ki jobban, ki kevésbé bírja az alkoholt, egyesek urai, másokat legyőz a szomjúság. Ezért javasolja az egy hemina fogyasztását. S bár számos kísérletet ismerünk, hogy megfejtsék a hemina pontos méretét, valójában nem tudjuk. Ezért minden apát – és lelki vezető – segítségére lehet a rábízottaknak: megállapítani és megállni, hogy hol a határ... Lutheránusként pedig hasonló mondatot („mértéket”) kellene megállapítani a sörfogyasztással kapcsolatban. Komolyra fordítva: a mértékletesség témája – ugyan a pohárhasználat kapcsán emlegetjük a legtöbbet – valójában az élet minden területén lényegbevágó kérdés: étkezésnél, munkánál, pihenésnél, képernyőidőnél, szórakozásnál, sportnál, teljesítménynél. Van mérték, de nincs definíciója, annál inkább személyre szabott formája.

*Hafenscher
Károly*

*Ny. evangélikus
lelkész, teológus*

Az ember mértékletessége – az én mértékletességem

Megint egy terület, ahol – ahhoz, hogy emberhez méltó életet éljek – szükséges, hogy figyeljek Arra, akitől a létemet kaptam, aki éppen ezért egyedül képes egy megfelelő, személyre szabott használati utasítást adni. Lehet szabályokat követni, de mindenre nincs előírás. A mértékletesség kulcsa számomra hát az Istennel való kapcsolat. Figyelek Rá, és engedem, hogy vezessen. A mértéket Ő adja. A mértékletességhez – nem könnyű életforma – Ő ad erőt, kitartást, konstruktivitást és fantáziát. Ha Isten a mértékadóm, akkor reális vágy, elvárás és cél a mértékletesség. „A mindenséghez mérd magad” – írja József Attila az *Ars poeticá*ban. Én a mindenség Urához szeretném mérni dolgaimat. Akkor nem változó, nem bizonytalan a mérték. S ha mindezt bárki emberfelettinek tartaná, akkor gondoljon csak arra, hogy a Mindenhatót Jézus Krisztusban – Urunkban, Megváltónkban és embertársunkban – ismertük és ismerhetjük meg. Számunkra ő az emberléptékű mérték.

A közösség mértékletessége – az én közösségem mértékletessége

Nemcsak egyénekként élünk, közösségként is léteünk. A közösség alkotó, meghatározó részeiként. Az a közösség – legyen családi, munkahelyi, lakó- vagy éppen nemzetiségi közösség –, amely nem ismer mértéket, kudarcra van ítélve, s nem csupán önmagát számolja fel, hanem káros a környezetére, a nagyobb közösségre. Ennek következménye a természet pusztítása, a hatalommal való ördögi visszaélés, a háborúk kirobbantása és fenntartása, az embertelen rendszerek létrehívása és életben tartása, s még sorolhatnánk – sajnos a végtelenségig. Boldog az a közösség, amely ismeri a mozgásterét, a mértéket, s akkor az nem csupán önmagára nézve hoz áldást, hanem a közösségen kívül élőknek is.

Isten mértékletessége és mértéktelensége

Erről a legnehezebb gondolkodni. Isten adja a mértéket. De felette áll. Mégis egyrészt tartja magát hozzá – ugyanakkor messze felülmúlja. Egészen a mértéktelenségig. Hiszen Isten jósága és szeretete nem ismer mértéket. Mindent felülmúl, mindent átjár, mindenre árad. Mérték nélkül. Isten nem mérícskél, amikor teremtő, fenntartó, célba juttató kegyelmét árasztja. Minden mértéket meghaladó módon kegyelmes. Ez az egyetlen áldott mértéktelenség a világban. Karácsony eseménye is erről szól. Úgy szerette Isten a világot, hogy egy szülött Fiát adta... (Jn 3:16).

A keresztény ember, a keresztény közösség ehhez méri magát. Azért mértékletes a földi dolgokban, mert tudja, hogy Isten mértéket nem ismer a szeretetében.

A mértékletesség rendet szül és tart fenn. Isten – Pál apostol tanúsága szerint – nem a zűrzavarnak (rendetlenségnek) az Istene, hanem a rendé (1Kor 14:33). Így alkotta meg és rendezte be számunkra a világot. Mindent a kezünkbe adott, ami szép és jó. Adott hozzá mércét. Adott hozzá működőképes lelkiismeretet. Rajtunk a sor, hogy tanuljuk, újratanuljuk, gyakoroljuk a mértékletességet. Segít megvalósítani az önuralmat, ad társakat, ha egyedül nem tudjuk legyőzni mértéktelen vágyainkat, ad új kezdetet és újrakezdési lehetőséget, ha elbukunk igyekezetünkben. Segít józanul végiggondolni küldetésünket és feladatunkat a világban. Ad arányérzetet,

hogy meg tudjuk különböztetni a fontosat attól, ami kevésbé fontos. Adja a megkülönböztetés lelkét, hogy tudjuk, mi válik a javunkra és mi nem. Mennyi-mennyi segítség árad felülről! Tudom, tapasztalom, vallom, hogy nem kiizzadni, önmagamot sanyargatva erőlködni kell, hanem rábízni magamat a rend és a mérték Istenére.

Amikor napirendre tűzünk egy témát, a hit mindig mérlegre teszi. Nemcsak azt, mit gondolunk róla, hanem azt is, hogyan élünk. Három területen késztesen különösen is bűnbánatra és megtérésre a *Vigilia* mértékletességről szóló karácsonyi körkérdésre.

Teremtésvédelem – A meg- és elromlott világ megújítása nálam kezdődik. Ne mástól várjam. Magam próbáljak mértékkel használni a megőrzésre és kezelésre kapott kincsekből. Tudatosan tartózkodjak minden túlzástól.

Igazságosság – Érdekek által vezérelt világunkban bárkit könnyen „elkap a gépszíj”, s egy idő után nem ismer mértéket. Önzése, érdekeinek érvényesítése mindent felülír. Elindul a lavina – lehet, hogy nem is olyan látványos nagy dolgokban –, s meg sem áll odáig, hogy embereket, közösségeket, népeket, földrészeket hoznak nehéz helyzetbe, netán lehetetlenítenek el. Igazságtalan lesz az elosztás, a problémák megoldása, a jövő formálása. A mértéktelen érdekérvényesítés és haszonszerzés csak úgy állítható meg, hogy küzdünk az igazságosságért kicsiben és nagyban, az élet minden területén.

A digitális világ kínálja lehetőségek – Döbbenetes statisztikák jelzik a mértéktelen digitális tartalomfogyasztást. „A képernyőidő” növekedése már-már ördögi. Semmire, senkire nincs időnk, de mindig jut a kézben tartott „kütyüre”, az asztalunkon álló monitorra. S a mesterséges intelligencia (még) elbűvölő jelenléte nagykanállal fogyasztja az időnköt. Korunk egyik legnagyobb kihívása, hogyan tudunk mértékkel élni azzal, amit a digitális világ kínál.

Napirend, életrend, gondolkodásmód, cselekvési terv, szélsőségek tudatos felmérése és kerülése: mind-mind megannyi eszköz arra, hogy a mértékletességben megtaláljuk a boldog, Isten gyermekeihez méltó életet. Mert Isten nem korlátokat akar állítani nekünk, hanem medret akar adni életünknek. Félt az elrontott élettől, a tőle való elszakadásban rejtőzködő csődhelyzetektől. Jézus így vall magáról... hogy örömünk teljes legyen és bőségben éljünk!

MEGFONTOLÁSOK A MÉRTÉKLETESSÉGRŐL

Mértékletesség. Milyen kifejező e sarkalatos erény megnevezésében a magyar nyelv! A latin *temperantia* (a *tempero* igéből, amelynek jelentései: korlát, gátol, enyhít) kifejezést ugyanis a mérték tudásával hozta kapcsolatba, amikor azt „mértékletességnek” fordította. Mértékletes tehát az az ember, aki ismeri, tudja mi a „mennyi”, és ahhoz szabja magát, amikor például dolgokat, javakat akar megszerezni, vagy azokat használni, azokkal élni. De vajon milyen mérték, mérce áll ennek a „kereszténnyé lett” erénynek a gyökerében? Ismert, hogy a mértékletesség mint sarkalatos erény nem keresztény felfedezés: az ókori görög etika ismeri és ajánlja, mint az úgynevezett négy sarkalatos erény egyikét; a görög filozófia ha-

Kajtár Edvárd

Katolikus pap,

teológus

tására kerül bele az ószövetségi Szentírásba is (Bölcs 8,7). Tudni a mértéket és e tudás szerint élni az életet önmagában tehát még nem keresztény magatartás, így a hitbeli értéke is valamelyest még viszonylagos, ugyanakkor, valljuk be, hogy e képletben a „mérték” mibenléte is eléggé kérdéses, sőt általában igencsak relatív. Nem egyszerű eldönteni, sőt olykor talán lehetetlen is, kinek mi a mérce, vagyis az „elég” vagy a „szükséges” (mint például az étkezésben), így emberenként más és más a mértéktartás, a mértékletesség kihívása, feladata (és sok esetben a kötelessége!) is.

Mitől erény tehát a mértékletesség, ha a mérték maga relatív? A közmegegyezés dönti el? Az Általános súly- és mértéktügyi konferencia 1889-től folyamatosan tisztazza és pontosítja a fizikai mértékegységek mibenlétét, hogy ezek aztán az ezt a rendszert elfogadó országok számára egyetemes mércévé, mértékekké legyenek dolgok beazonosításában, használatában. A mértékhez szabni egy tettet, egy döntést tehát valójában igazodás; a mértékletes az, aki igazodik. Pál apostol több levelében is ír a „hit mértékéről”, amely a hite szerint élő keresztény számára a dolgokkal, javakkal való élemben az abszolút igazodási pont: a keresztény gondolkodjon „a hit mértéke szerint, amelyet Isten juttatott neki” (Róm 12,3); a karizmáját „a hit mértéke szerint” gyakorolja (Róm 12,6); a sikereivel pedig „az Istentől kijelölt munkája mértéke szerint” dicsekedjen (2Kor 10,13). A követendő mérték a keresztény hitben tehát nem arbitrális (kinek mi), és nem is közmegegyezés eredménye, hanem Istentől kapott érték, vagyis a kinyilatkoztatás része. A mértékletes keresztény a hitéhez méri a mennyit, és ez a „mérőszám” a Krisztushoz való kapcsolódásának a függvénye: „a kegyelmet azonban mindegyikünk Krisztus ajándékozásának mértéke szerint kapta” (Ef 4,7). A mértékletesség attól lesz keresztény erénnyé, hogy az azt megélt nemcsak a dolgokkal, javakkal való rendelkezésben segíti, hanem a Jézusba vetett hitében is fejleszti, többé teszi őt, vagyis ténylegesen is „gyakorló hívővé” (az „erény” görög kifejezése, az *areté*, valamint annak latin megfelelője, a *virtus* is ilyen gyakoroltságot, habitussá vált cselekvést, készséget jelent).

A „hit mértéke szerint” akarni, kívánni bármit, anyagi természetű dolgot vagy szellemit, tehát nem más, mint folyamatos (ön)igazításban, (ön)mérésben lenni, de görcsöktől, szorongásoktól mentesen, vagyis annak az igazságnak a természetes bölcsességében, hogy „minden nem kell”: „Minden szabad nekem! Csakhogy nem minden használ. Minden szabad nekem! Csakhogy én ne legyek semminek a rabszolgája” (1Kor 6,12). A függőségek („rabszolgaságok”) jelenkori civilizációs nyomása alatt a mértékletesség erényéről beszélni ezért már-már szabadságharcos kiáltvány. „A szabadon és tudatosan megélt mértéktartás felszabadító” – írja Ferenc pápa a *Laudato si* kezdetű enciklikájában (223. pont), majd így folytatja: „valójában azok élveznek és élnek meg jobban minden pillanatot, akik felhagytak azzal, hogy innen-onnan csipegessenek, hogy mindig olyasmit keressenek, amijük nincs. [...] A boldogság megkívánja, hogy korlátozni tudjuk bizonyos igényeinket, melyek elkábítanak minket, és így készek legyünk az élet kínálta sokféle lehetőség megragadására” (uo.).

Krisztus minden követőjét „meghívja a keresztény élet teljességére” – olvassuk a II. Vatikáni zsinat *Lumen gentium* kezdetű dogmatikai konstitúciójában (40. pont), s e teljesség eléréséhez a Krisztus-hívőknek, egyebek mellett, „gyakorolniuk kell az erényeket” (42. pont), így a mértékletesség eré-

nyét is. Ez az erény sajátos paradoxont hordoz tehát magában: az ember a létezése teljességére hivatott, de ez a teljesség csak úgy lehet az övé, ha lemond annak megszerzéséről („nem kell minden”), hogy majd megkaphassa azt (amit kap, abban van/lesz számára a „minden”). A mértékletes ember az akarás és a szerzés „temperálásával”, keretek között tartásával alkalmassá válik tehát a megajándékozottságra: „Mert minden a tietek, akár Pál, akár Apolló, akár Kéfás, akár a világ, akár az élet, akár a halál, akár a jelenvalók, akár a jövődők: minden a tietek, ti pedig Krisztuséi vagytok, Krisztus pedig Istené” (1Kor 3,21-23).

A mértékletesség keresztény erénye elsősorban tehát nem a (materiális vagy szellemi) javakkal való helyes (a „hit mértéke szerinti”) bánásmódra vonatkozik, hanem a hívő ember számára a legszemélyesebb kapcsolódás szolgálatában áll: hozzájárul az ember és a szentháromságos egy Isten közötti szeretetkapcsolat teljes kibontakozásához.

A MÉRTÉKLETESSÉG KORSÓ, EGY ELEFÁNT ÉS A ZABOLA

Kiss Noémi

Író, kritikus

A mértékletességet csak a szenvedélyes emberek keresik. Ez olyan, mint egy pillanat, amikor elveszítjük a fejünket és hirtelen megtaláljuk, vagy meglátjuk, mint egy guruló tárgyat. A reflexió a kontroll pillanata lesz, ami meg pont olyan, ahogy az alkotások működnek: szerkezetek, de mégis a szenvedély hozza őket létre és szenvedélyt is kell kiváltaniuk, ez közel áll az isteni megtapasztalásához – mértékkel nem igazán mérhető. Az irodalomnak inkább a mértéktelenséghez lesz tehát köze itt.

Amikor a kislányom hittankönyvét nézegetem, az alábbi felsoroláshoz érek: keresztény erény a bölcsesség, a mértékletesség, az igazságosság, a bátorság. Aztán ezeket az erényeket lehet még finomíthatni, hogy van felszínes okosság, meg igazságnak látszó szemfényvesztés, és vannak jogviták. A bátorság az nem szorul finomításra, de lehetne árnyalni (gát-lástalanság), és amikor elérünk a mértékletességhez, a kislányom meg is állapítja, hogy vajon mi a határ? És miben legyünk mértékletesek? Lassuljunk le? Álljunk meg? Szálljunk ki a világból? Néha nem ártana, mert a mi világunk túlpörög, ahogy a lányom mondja, „tiszta zizik vagyunk”.

Szenvedélyes és elfogult életet élünk. Sok függőséggel. Szeretünk, imádunk közösen dolgokat, rajongunk filmekért, tárgyakért, helyekért. Ráadásul, mivel a lányom zenél, kifejezetten szüksége van indulatra és érzelmekre. Hisz ezeket létre kell hoznia a zenekarban. Ugyanúgy számomra, aki írok, általában valami ismeretlen hely, utazás, érzelmi túlfűtöttség a legjobb ihlet, de szokott segíteni az indulat, a harag, a düh – akkor is, ha írás és alkotás közben csillapodik. A művészet és a tanulás sincs habzsolás nélkül. Szépen megbeszéljük, hogy ezek még simán beletartozhatnak a mértékletességbe, de nyilván az erények közül a mértéktartás és a visszafogottság, a beosztás, a napi ritmus megtartása a legnehezebb. Főleg, hogy senki se látja, mindenki maga osztja be az elefánt-idejét, teszi fel a zabolát és méregeti a kiöntenivalóját. Nem véletlen, hogy évszázadokon át egy nőalak volt a mértéktartás allegóriája, kancsót tartott a kezében, vagy egy zabolát, a középkorban pedig az eledelét jól beosztó elefántot tették a

kancsó- és mértéktartó ikonjára, ahol még angyalok is ücsörögtek. Hogy miért kell egész nap méregetni – a jóga korában ezt felesleges magyarázni, a stressz miatt. Azért, mert folyton elcsábítanak minket, a fogyasztói társadalom cukorkái a neten vigyorognak, minél több időt töltünk ott, annál inkább egy mértéktelen, függő vásárlóvá degradálódunk, akiket persze nap mint nap behálózva bolondnak is néznek.

Több helyen olvasom, hogy az önuralom, a mérlegelés és az ösztönök visszaszorítása már a görögök szerint is mértékletesség. A mértékletes ember egy női alak és a korszója lett tehát: finoman utalva ezzel a mértékletesség női princípiumára. Az ösztönös, vad és pusztító erőt egy kifinomult, néma és engedelmes nő szelídíti meg. A mai világ egyszerre valja és egyszerre rendezi újra ezeket az erényeket – joggal tesszük és jogunk is van hozzá, hogy a modern világban a mértékletesség határai máshol legyenek. Ami nem jelenti azt, hogy lemondanánk róla, sőt, az új aszkézis, az unalom dicsérete egy új filozófia; a férfiak mértékletessége és az ösztön tabuja a modern ember mindennapjaihoz hozzátartozik. Akkor is, ha a mértékletességet igen sok indulat és munka előzi meg. Ezt a kiegészben és a mindennapi fáradtságban is tapasztaljuk. A női korszó ma már nem állná meg a helyét, a férfiak szerepei, feladatai éppúgy a mérték korszói.

Nemrég hosszan váraкоztam egy reptéren, figyeltem az embereket. A türelmetlenségüket és az utazási éhséget láttam bennük. Amint eljön az advent ideje, még türelmetlenebbek lesznek a várótermekben az utazók. A várakozás és a beteljesületlenség nehezek a fogyasztói világban – minden azonnal, itt és most kell. Ha a mértékletesség harmónia és szépség, akkor ez ma nagyon ritka, ma inkább vibrál és rángatózik mindenki. Idegesen nyomkod, kilépve a valós világból egy cirkáló, digitális világot imád.

A szakmámból kifolyólag a magányosságot és a szenvedélyes túlzást egyszerre kerestem az utóbbi években. Az irodalom és az írás, mindkettő túlfűtött és a vágyak kielégítésére szolgál: az ihlet pont olyan, mint az evés, utazás, ajándékozás, egy túlcserdülő karácsonyi asztal. Az ilyen pillanatokból született szöveg gyorsabb lesz, a vers kapkodóbb. A próza sietség, szenvedély, düh, harag, indulat. A mértékletesség – azt hiszem – ma igen csak eltűnőben van az irodalomból. A regényhősök mértéktelen és türelmetlen utazók lettek egy felújított pályaudvaron vagy atomizált reptéren.

*Kocsis-Maár
Kinga*

*Könyvtárvezető,
teremtésvédelmi
referens*

MÉRTÉKTELEN ÖRÖMBŐL A MÉRTÉK ÖRÖME

Isten mértéktelen jóság, irgalom, égi igazság. Örömeben teremtette a világot, s örült a teremtés fölött. A teremtett lények azonban mértékkel bírnak. Teremtettségük határa a mérték. Az isteni mértéktelenségből méri ki Isten a teremtéskor a Napot, a Holdat, égi és földi testeket. A teremtés mozzanatával mértéket ad. Mértékkel vonja be az öröktől létező értéket.

Az egyéni életben a mértékletesség maga mellé hívja a ritmust és a figyelmet. Figyelem nélkül nem ismered fel a mértéket, ritmus nélkül nem tudod megvalósítani a mértékletességet.

Tebened élünk, mozgunk és létezőnk... A Szent Benedek-i hemina egy mértékegység. Az a mérték, amitől az ember „egy”-ben van, „egy-ségben”

van. Egyben és egységben önmagával, Istennel, teremtett környezetével – legyen az ember, állat, fű, fa, virág stb.

Az isteni meghívás akaratából alakítom ki a mértékletességet, amely, ha megfelelő ritmust kap, lendíti magát tovább. A mértékletesség megállás lenne? Ezer és ezer egymást követő stoptábla, mely megállásra kényszerít? Nem! Ha megállsz, bennragadsz, megkövesülsz. Elveszik belőled az élet.

A mértékletesség elsőbbségadás. Lassítás, előre elgondolás, figyelem. Fék, majd lendület tovább, irányváltással. Ritmus, figyelem.

A mértékletességben benne van az előre eltervezett következő lépés. Az előrelátás, a cél.

Az indíték, az ok önmagában kevés a mértékletesség gyakorlásához. Feltétlenül szükséges a tisztán megfogalmazott és valóságosan látható cél.

Mérték – térben és időben. Az anyagban létező ember koordinátái.

Széthull az ember létezése, a teremtés létezése, ha nem hívjuk be a mértékletességet.

A mértékletesség akkor élő valóság, ha a csontokig hatol, s onnan visszafelé. Beépül a gerincbe, a kéz és a láb csontjaiba. Onnan hat visszafelé egész testünkre, egész lényünkre.

A mértékletesség alapjaiban a test erénye. A testben megnyilvánuló lelki erény.

A mértékletesség európai felfogása, mely szerint az az egyént védi – nem állja meg helyét korunkban. Beláttuk, hogy az „anyagmegmaradás” törvénye a „szeretetmegmaradás” törvényének tükrében működik. Adott – teremtett – mennyiségű kémiai alkotóelemek hoznak létre – emberi segítséggel vagy anélkül – biológia tényezőket, melyek azután élelemül, ruházatul, lakhatásul, azaz védelemül szolgálnak minden egyes bolygón élő ember számára. A korábbinál könnyebb és gyorsabb információ- és ismeretáramlás hatására egységben látjuk a bolygót, annak teremtett anyagkészletét.

Ha az egyén nem veszi meg és nem eszi meg, nem használja el az adott teremtett anyagot, akkor az a bolygó egy más terében és idejében egy másik egyén számára megjelenik, megvehetővé, megehetővé, elhasználhatóvá válik.

Ha magam miatt vagyok mértékletes, magam szépsége, épsége, egészsége, hosszú élete, szellemi s erkölcsi kibontakozása érdekében – azzal rögtön hiúvá váltam. Egyik erény gyakorlásával elveszítettem egy másikat.

Ha a szeretet és a „szeretetmegmaradás” törvénye alapján vagyok mértékletes, tehát tudom és hiszem, hogy ha rendszeresen este 8-kor kiadós húst eszem krumplival és netán vörösborral, vagy még zárom egy krémes palacsintával, akkor nemcsak csúnya leszek, elhízott, beteg, haragos, indulatos és még a gondolkodásom is nehezebben működik, hanem nem tettem meg azt, amit 21. századi erkölcsünk megkövetel. Ugyan... nem voltam hiú...

Ám nem adtam oda szeretetből ezt a teremtett anyagot a bolygó más pontján és/vagy idejében élő embertársamnak, aki bármely tekintetben és bármely formában ezt a teremtett anyagot nélkülözi.

Hiszem, hogy Isten okosabb nálam. És valamennyiünkénél. Hiszem, hogy annyi anyagot teremtett, amennyi az összes embernek elegendő. Nem a túlnépesedés a bolygó problémája, hanem a szeretetnélkülözés.

A bolygót az is megmentené, ha holnaptól minden ember a fenti értelemben hiúvá válna. A bolygón jelenlévő emberi életet ez azonban nem mentené meg.

Ugyanis a mértéktelenségéből hiányozna a szeretet indítéka, az önmagáról lemondás indítéka. Megszakadna a „szeretetmegmaradás” törvénye. A tiszta „krisztusi áldozathozatal”- indíték.

Bingeni Szent Hildegárd a mértéktelenség ellen nem ajánlja a böjtöt. Kifűnően érthető. Testemet gyógyítaná ugyan a böjt – a kevés, vagy semmi vagy eleve másfajta étel –, de teremtett személyemet nem. A krisztusi életemet nem szolgálná – tán a fentiek miatt – a testi épség helyreállítása, a testi gyógyulás.

Az emberi mértéktelenség keretvesztés. Zuhanás. Szétfolyás.

Az isteni mértéktelenség áldott, nehezen felismerhető isteni logika megnyilvánulása.

Hol van Isten? A világban áradó mértéktelen jóban és szeretetben, az isteni mértéktelenség logikájában rejlő igazságosságban.

Isten árad. Ennek az áradásnak értéke van, s nem mértéke. Elönti a lelkeket. Erőforrásul szolgál az ember testi mértéktelenségéhez.

A teremtő Isten árad. Isten saját isteni mértéktelenségében is meg tudja őrizni értékét. A teremtett ember erre nem képes. Neki mértékre van szüksége.

Mi a mérték? – a húsvét utáni időben, a zárt ajtók mögött lévő apostolok terében: Krisztus megjelenik és megáll középen.

Megáll középen. Ez a mérleg közepe. Ez a mozzanat a mérték. Ez a mozzanat a rend irányadója. Pillanat alatt minden gondolat és érzés, minden jelenlévő személy *rendeződik*.

Nyilvánvalóvá válik a mérték. Testi, lelki, szellemi mérték. Nem kell több, és nem lehet kevesebb.

A krisztusi életben nem az élet lendülete határozza meg a mértéket, hanem a mérték határozza meg az élet lendületét.

A teremtett ember, minden egyes teremtett egyén Ádámtól és Évától nem egész. Elveszítette a Teremtővel való egész-ségét.

Káintól és Ábeltől fogva sebzett. Elveszítette épségét.

Van-e képessége az embernek rendbe hozni az egész-ségét? A Teremtő Istentől induló teremtett viszonyt. Nincs, erre egyedül Isten képes. Ez maga Krisztus.

Van-e képessége az embernek rendbe hozni az épségét?

Igen, keresztényi kötelessége. A sebet, a töredezettséget gyógyítani kell. Ép emberi életet élni. Változó, mozgó testi-lelki-szellemi hangsúlyokkal.

A mérték nem korlát, hanem megtartó keret.

A helyes mérték nem félelemalapú, hanem életöröm-vezérelt. Nem me-revedik meg a félelemben, hanem továbblendül az örömtől. A Teremtő örömeiben megélt önfigyelem és önfegyelem.

Együttműködés a Teremtő Szentháromsággal.

ISTEN, AKI ELÉG

Kodácsy Tamás

Református lelkész,
teológus

Számos neve van Istennek – egyik sem képes teljességében hordozni valóságát, mégis mindegyik valami lényegeset tár fel belőle. Az ószövetségi istennevek közül az egyik legrejtélyesebb az *El Shaddái*, melynek eredete és jelentése egyaránt bizonytalan. A magyar hagyomány többnyire „Mindenható Istennek” fordítja, ám a Septuaginta, az Ószövetség görög fordítása több helyen is így adja vissza: „az Isten, aki elég” (*ho theosz ho hikanosz*). Az elégséges Isten. Nem olyan isten, aki többet akar, aki versenyezne más istenekkel, aki méregeti a neki felajánlott áldozatokat. Ő nem a tengernek, az égnek, a földnek vagy a tűznek istene, aki legyőzi a másikat, hanem az, aki elég, akinél nem tudunk többet elgondolni. Elégségességében mindenható és fokozhatatlanul teljes. Nem kevesebb és nem több – Isten, aki elég.

A Teremtés könyvében így mutatkozik be Isten, aki elég: „Amikor Ábrám kilencvenkilenc éves volt, az Úr megjelent neki, és így szólt: Én vagyok *El Shaddái*: járj elöttem és légy tökéletes!” (Ter 17:1). A kilencvenkilencéves pátriárka évek óta várta az Úr ígéretének beteljesedését; tudta, hogy utódainak nagy néppé kell lennie; gyermekre vágyott, és már nem volt fiatal; talán már azt sem tudta, becsapták-e, vagy csak ő értett félre valamit; újra és újra az égre nézett, számolta a csillagokat, ahány utódot várt. Ehhez az Ábrámhoz szól az Úr: „Én vagyok az Isten, aki elég.” Mint ha *El Shaddái* az édeni mértéktelenség bűnére válaszolt volna: elég kellett volna lennie a kert összes gyümölcsfájának az evésre, elég kellett volna lennie az ő társaságának, elég kellett volna lenni az emberség megélésének a megistenülési vágygal szemben, és elég az ő ígérete.

Isten elégséges önkijelentése különösen erős fényben ragyog advent idején. Az egyházi év legelső időszaka ugyanis a várakozás ideje, amely éppen a hiányt teszi láthatóvá: a Messiás hiányát, a beteljesedés „még nem”-jét, azt az emberi tapasztalatot, hogy a lényeg még úton van felénk. A karácsonyi születéstörténetet is az elég mértékletessége szövi át: miközben semmi királyi nincs a betlehemi körülményekben, mégis egy király fekszik a jászolban.

A mai kultúrában azonban az advent már alig hasonlít az elég megéléséhez. Ez inkább a túltelítettség ideje: áruházi termékek végtelen sora, a webshopok tömérdek különleges és egyedi ajándékai, a szezonális spiritualitás, amely a fogyasztással együtt áramlik, piaci akció, a „még egy dolog”, a „még egy élmény”, a „még legyen valami” sürgetése. Íme, a legnagyobb hiány ünnepét a legnagyobb túlkínálat tölti ki. Mintha kulturális reflexünk azt sugallná: ha mindent megveszek, ha mindent megtöltök, ha mindent előteremték, akkor talán én is „elég” leszek. Advent – paradox módon – az elégtelenségtől való félelem ünnepévé vált, és ezzel együtt vagy habzsolunk, vagy közönyösen elfordulunk, és azt sem tudjuk elfogadni, amire szükségünk van.

A keresztyén advent a szerény életű Keresztelő János szavaival így kezdődik: „Aki utánam jön, hatalmasabb nálam. Arra sem vagyok *elég* (*hikanosz*), hogy lehajoljak, és megoldjam saruszíját” (Mk 1:7). Az ember elégtelenségére felel Isten elégsége. A mértékletesség adventi erénye így nem a szűkülés, nem az önmegtartózkodás öncélú gyakorlata, hanem az a forma,

amelyet a hiány nyit meg. A túlkínálatban a mértékletesség az ellenkultúra gesztusa: visszavenni, félretenni, elhagyni – hogy legyen hely annak, aki elég. A mérték nem a vágy ellen van, hanem érte: azért, hogy a vágy ne a megragadható dolgokra feszüljön, hanem az eljövendőre, aki közeledik.

Ennek fényében különösen izgalmas az a mai törekvés, amit „háromajándékos karácsonynak” (*The Three-Gift Christmas Tradition*) neveznek. A három ajándék karácsonyának gondolata egyszerre bibliai ihletésű és modern felismerésekből táplálkozó új gyakorlat. Kiindulópontja a napkeleti bölcsek története: Jézus három ajándékot kapott, amelyek nem mennyiségűknél, hanem jelentésükénél fogva voltak gazdagok (aranyat, tömjént és mirhát). A mai családok ezt a mintát úgy értelmezik, hogy az ünnep lényege nem a halmozás, hanem az odafigyelés, és hogy a szeretet értéke nem arányos a csomagok számával. A 20. századi fogyasztáskritika és gyermekpszichológia is hozzájárult ehhez a szemlélethez, felismerve, hogy a túl sok ajándék nem örömet ad, hanem szétszórja a gyerek figyelmét és kioltja a hála tanulását. A három ajándék gyakorlata így lassan olyan kiállás lett, amely a karácsonyt visszavezeti a betlehemi egyszerűséghez. A családok, amelyek ezt bevezetik, gyakran arról számolnak be, hogy a kevesebb ajándék több valódi örömet, mélyebb jelenlétet és nagyobb békességet teremt.

A mértékletesség erénye éppen arra tanít minket, hogy egyrészt elégedjünk meg az eléggel, és ne akarjunk többet, másrészt értékeljük és becsüljük meg azt, ami pont annyi, mint amennyire szükségünk van. Diogenészről jegyezték fel egyszer, hogy mikor kiment a piacra, körülnézett, s ezt mondta: „Mennyi mindenre nincs szükségem!” A spiritualitás kaotikus kortárs piacán legyünk mértékletesek a lelki táplálékban is: ne akarjunk többet kínálni, mint amit kaptunk, gondolva azt, hogy a kínálathoz képest szerények vagyunk, de ne is tartsuk vissza, amit ránk bízta, és hirdessük bátran az egyszerűség evangéliumát.

Kálvin János így bátorít minket: „Ha a lelket mértékletességre fogjuk, képes lesz a helyes használat szabályát megtartani. Ha azonban nincs meg ez a mértékletesség, még a köznapi és egyszerű öröm is túlzássá lesz. Bizony, jól tartja a mondás: a durva posztóruhában is találhatsz bársonyos szívet; míg a selyem- és bársonyig is rejthet közönséges lelket. Így ki-ki a maga társadalmi rendje szerint akár szerényen, akár közepesen, akár gazdagon él, mindig tartsa eszében: Isten azért táplálja őt, hogy éljen, s nem azért, hogy dőzsölgjön. A keresztyén szabadság szabályát akkor tartják be, ha Pállal együtt megtanulták (Fil 4:12), hogy legyenek elégedettek azzal, amijük van; ha megtanultak alázatosak is lenni és bővelkedni is; ha képesek mindenütt és mindenben bővelkedni is, szűkölködni is, jóllakni is és éhezni is” (Inst. 3:19.9.).

**Kunszabóné
Pataki Anna**

A „Csak Egyet
Szolgálat” alapítója és
vezetője

ÚGY A FÖLDÖN IS

Amíg Jézus velünk volt itt a Földön, minden fontosat megtanított nekünk, benne hívőknek, hogy betölthessük létezésünk valódi értelmét, ami egyszerűen a Teremtő megismerése és a vele való élet. Mégis annyira nehéz természetesen kapcsolódni a mi Urunkhoz! Ha őszinték vagyunk magunkhoz, időnk nagy részében nem vagyunk teljesen szabadok az önmegvalósítás kényszerétől, szenvedélyeink betöltésétől, sértettségeinktől,

gőgünkötől, vágyakozásunktól, hogy szeressenek, értsenek a körülöttünk lévőket. Oly nagyon vonzódunk a bűnhöz, hogy észre sem vesszük, mikor az Úrral való beszélgetés helyett fokozatosan saját vágyaink beteljesülése válik fontosabbá számunkra, s így eltávolodunk az élet valódi forrásától.

Az Ó- és Újszövetség egyaránt hangsúlyozza, hogy az ember boldogsága a vágyai feletti uralomban és Isten akaratához való igazodásban rejlik. A Biblia az önuralmat, a józanságot és a mértékletességet a Szentlélek művének tekinti. Milyen nagy kegyelem rejlik ebben! *Imádságunkban segítségünkre siet a Lélek*, hogy az Ő erejéből az Ő gyümölcsét élvezzük,¹ a mértékletességet, ami mint egy fal vesz körbe minket, hogy megvédjen szenvedélyeink rabságától.² Mértékletességünk, önfegyelmünk, vágyainktól való szabadságunk egyedül a mi Istenünkkel való életben nyer értelmet.

„Kiálts teli torokból!” – sürgeti az Úr Izajás prófétát, mert miközben napról napra keressük az Ő arcát és sanyargatjuk magukat, nem vesszük észre a körülöttünk lévőket nehézségeit.³ Milyen az Istennek kedves böjt? Milyen az Istennek kedves önmegtagadás? Miért írja Izajás könyvében a próféta, hogy oda sem figyel az Úr az önmagába zárkózó ember böjttjére?

Egyedül az önmagát odaajándékozó ember, aki szabad a Szentlélek vezetésére, tud igazán mértékletes lenni a gazdagságban, a szegénységben, a hatalomban, az élvezetekben, örömben és bánatban, még az érzelmeiben is.

Lehetek mértékletes és fegyelmezett, de ha nem tartom tekintetemet a célon, az én Urammal való találkozáson és a vele való életben, olyaná válok, mint az atléta, aki hervadó koszorúért küzdött a saját erejéből.⁴ Hányszor fegyelmezzük meg vágyainkat, komoly lemondásokkal acélozzuk önmagunkat; nagy eredményeket érünk el böjtléseinkkel és végül magunkra vagyunk csupán büszkék. Sokszor fájdalmasan szembesülünk saját érzéketlenségünkkel.

Újra és újra vissza kell térnünk magához a Szeretethez, a Szabadítóhoz, a Vigasztalóhoz, a Megváltóhoz. Pál apostol vigasztal minket a Filippieknek írt levelében: „Bízom is benne, hogy aki megkezdte bennetek a jót, Krisztus Jézus napjára be is fejezi” (Fil 1,6). Befejezi, mert „Isten kegyelméből vagyok az, ami vagyok, s rám árasztott kegyelme nem maradt bennem hatástalan” (1Kor 15,10). Semmivel sem dicsekedhetek, csak az egyedül Jó tud engem is áldássá tenni. De hiszen akkor erős reménységem lehet, hiszen az Ő hatalma végtelen még rajtam, bűnösön is.

Imádságunkban segítségünkre siet a Lélek! A Lélek, aki megtanít imádkozni, akinek segítségével lehetséges az ember számára Isten igazi dicsőítése, aki által Isten szemével láthatjuk a körülöttünk lévőket. Így van értelme, csakis Vele van értelme minden lemondásunknak, és így, amint munkálkodunk itt a földön, Isten akaratát valósul meg általunk!

A mértékletesség nem egyszerűen önmegtagadás, hanem szabadság arra, hogy az ember a jót válassza. Milyen öröm, hogy vannak, akik megmutatták, hogy esendő emberként lehetséges erre a szabadságra töreked-

1 „A Lélek gyümölcse: szeretet, öröm, béke, türelem, jóság, hűség, szelídség, önmegtartóztatás” (Gal 5,22-23).

2 „Ahogy a város, amelynek nincsen fala, olyan az az ember, aki nem tud uralkodni önmagán” (Péld 25,28).

3 Iz 58,1-12.

4 „Mindenki, aki versenyben vesz részt, mértékletes mindenben. Ők azért, hogy mulandó koszorút nyerjenek, mi pedig, hogy romolhatatlant” (1Kor 9,25).

ni a Szentlélek erejéből! Szent Benedek a szerzetesi életben megkövetelte az egyensúlyt. Sem a túlzott böjt, sem a tétlenség nem szolgál épülésünkre. „Mindenben mértékkel, hogy Isten dicsőségére szolgáljon”. A benedeki regula egyik legfontosabb szava a *mensura*, vagyis a ‘mérték’.

Loyolai Szent Ignác a *Lelkigyakorlatokban* azt tanítja, hogy az ember „használja a dolgokat annyiban, amennyiben azok Isten felé segítik”, és kerülje, ha eltávolítják tőle. Ez a „szent közömbösség” a mértékletesség legmagasabb foka, a szabad szív, amely csak Istenre vágyik. A szentek megértették, hogy a Benne való szabadságnak van egyedül értelme. Tulajdonképpen a *mértékletesség* helyett használhatnánk a *szabadság* kifejezést. Miben áll a szabadságunk? Szabadok vagyunk arra is, hogy életünket odaadjuk a mi Teremtőnknek, aki alkotott mindnyájunkat. Milyen hatalmas alázat Isten részéről, hogy szabadon dönthetünk életünkről! A Szentlélek rávezet minket arra a bölcsességre, hogy az Úr akarata az én életemben a nagyobb jó forrása, jobb, mint amit én legjobbnak gondolok. Segít, hogy megértjük a legfontosabb imát, amit Jézus tanított nekünk: „legyen meg a te akarod, amint a mennyben úgy a földön is”. Hiszen a legnagyobb öröm nekünk, embereknek az örök élet.

„Az az örök élet, hogy ismerjenek téged, az egyedüli igaz Istent, és akit küldtél, Jézus Krisztust” (Jn 17,3). Hiszen „az önmagában végtelenül tökéletes és boldog Isten tisztán jóságából elhatározott terve szerint szabad akaratból megteremtette az embert, hogy boldog életének részesévé tegye” (KEK 1,1).

Láng András

Pszichológus

VÁGYAINK MEGSZELÍDÍTÉSE

„Ne mondj le semmiről: mert ki amiről lemondott, abban elszáradt. De kívánságaid rabja se legyél.

Visszafojtott szenvedélyekkel vánszorogni éppoly keserves, mint szabadjára eresztett szenvedélyek közt morzsolódni.”
(Weöres Sándor: *A vágyak idomítása*)

1) A Sigmund Freud által megalapozott pszichodinamikus szemlélet szerint vágyaink biológiai természetünkhöz tartozó ösztöneink lelki reprezentánsai. Biológiai adottságként mértékükről nem érdemes vitát nyitni, annak optimalizálásáról az evolúció gondoskodik. A túlélés szempontjából minden emberi univerzalitás optimálisan működik. Ugyanakkor a társadalmi együttéléssel az ösztönök problematikussá válhatnak, azok szabályozása nemcsak az egyén, hanem a társadalom érdekévé is válik. Társadalmiasult jelenségekként pedig már érdekek is kapcsolódnak hozzájuk, így mértékletességük, mértéktelenségük is vizsgálatunk tárgyává válhat.

2) Erik Erikson fejlődésről kidolgozott elméletében nagy hangsúlyt fektet a kérdésre, hogyan illeszkedik egymáshoz egyén és társadalom, optimális esetben hogyan tudják egymást kölcsönösen segíteni identitásuk megőrzésében és (ki)alakításában. Bár a fejlődés szakaszait univerzálisnak te-

kintette, antropológiai megfigyelései mentén azzal is tisztában volt, hogy az univerzális elvek minidig az adott kulturális-társadalmi közeg által meghatározott felszíni jellegzetességeket magukon hordozva válnak megfigyelhetővé. A gyermeknevelésben történetileg és kulturálisan megfigyelt sokszínűséget megengedő módon úgy jellemzi, hogy bármely társadalmilag meghatározott gyermeknevelési praktika elfogadható, amennyiben eléri adott szükséglet minimálisan szükséges kielégítését és nem haladja meg annak maximálisan tolerálható túréspontját. Ilyen értelemben az egészséges fejlődéshez elengedhetetlen a gyermeknevelési szokások, a kultúra mértékletessége.

3) Ferenczi Sándor a 20. század első évtizedeiben pszichoanalitikus pedagógiai írásaiban még amellet érvel, hogy „a gondolatelfojtás talaján álló erkölcsnevelés” (például a „nem szabad haragudni” elve) több szempontból is káros a gyermek, majd a későbbi felnőtt lelki fejlődése szempontjából. Az elfojtás szorongóvá, autonóm gondolkodásra és felelősségvállalásra képtelenné, tekintélyimádóvá teszi az embereket, mivel a belső tartalmainkra vakká tesz. Nem engedhetjük meg magunknak, hogy a teljesen természetes, ámde a nevelés által letiltott, démonizált tartalmakra rálássunk, hiszen a saját magunkról alkotott kép leértékelésével kellene fizetnünk érte. Helyette rugalmatlan dogmákkal (például az „így kell” elvével) bástyázzuk körül magunkat, és ezen elvek mentén mások felett is ítélkezni kezdünk, miközben nem tudjuk, hogy ezáltal csak önmagunkról alkotott képünket védjük. Megoldásként a pszichoanalitikus módszert javasolja Ferenczi – nemcsak a neurózisok kezelésében, hanem a nevelésben is. A felszínre hozott elfojtott tartalmak nem a vágyak korlátlan kielégítése által, hanem az „önismereti vakság” gyógyításával orvosolják a helyzetet. Szembesülve önmagunkról alkotott elképzeléseinkkel vagy a társadalmi együttélést veszélyeztető törekvéseinkkel az ítélkezés tudattalan énvédelmével szemben a megítélés tudatos stratégiája alkalmazható. Így valaminek a meg(nem)tétele már nem rigiden beépült, automatikus „kell”-ek követéséből, hanem tudatos döntésből adódik.

4) A társadalom átalakulásával a 21. század gyermeknevelési kihívásait egészen máshol kell keresnünk. Gyermekkel foglalkozó pszichológus szakemberek elmondása alapján a rendelőkbe elfogytak a szorongó, neurotikus tüneteket mutató gyermekek. Helyettük a viselkedéses és szerfüggőségek, a személyiségfejlődés elhanyagolásból fakadó torzulásai váltak vezető tünetekké. A gyermeknevelés kritikus kérdései sem elsősorban a gyermeki vágyak felszabadítása, sokkal inkább az egészséges határok, korlátok kijelölése körül forognak. Hogy miért is fontosak a határok, korlátok? A szülői felelősségvállalás – a gyermek aktív irányítása, tényleges nevelése – lehetővé teszi, hogy a gyermek megmaradjon gyermeknek, biztonságban érezze magát. Elmondhassa, hogy van egy szülője, aki gondját viseli, aki segíti abban, hogy a társadalomba beilleszkedni képes, egészséges felnőtt legyen – még ha aktuálisan ez lemondással vagy fájdalommal is jár akár a gyermek, akár a szülő, akár mindkettejük számára. Michael Winterhoff gyermekpszichiáter könyveiben a szülő-gyermek kapcsolat elmúlt évtizedekben megfigyelhető radikális átalakulásról beszél.

Gyermekeinket egyenrangú partnerként, önértékelésünket meghatározó tükörként, vagy éppen önmagunk elválaszthatatlan részeként kezeljük. A korlátozást és a határok kijelölését – bár ezek a nevelés szükséges elemei – a szülő a gyermekkel való kapcsolatát veszélyeztető kockázatként észleli. A szülők meglátása szerint az aktív nevelés (korlátozás, határ- szabás) megbontja a harmóniát, kockára teszi gyermekük rájuk irányuló szeretetét. Gyermekük mint különálló személy felismerésén keresztül pedig kénytelenek saját hiányosságaikkal szembesülni, amelyek pótlására eddig gyermekükkel való kapcsolatukat, gyermeküket használták. Azért, hogy ne kelljen a konfliktusok elviselésére és megoldására való képtelenségünkkel, önértékelési problémáinkkal és hiányainkkal szembesülni, feláldozzuk gyermekeinkkel való hiteles kapcsolatunkat és a jövőjüket.

5) A mindent lelketlenül, ám erkölcsi imperatívuszok által feljogosítva büntető és a kapcsolat látszólagos harmonikusságának megóvása érdekében bármit megengedő szülői szélsőségek, úgy tűnik, egy tőről fakadnak. Az önmagunkkal – kellemetlen, szégyenteljes késztetéseinkkel vagy éppen bizonytalanságainkkal, hiányainkkal – való szembenézés képtelenségéből. Ez a képtelenség nemcsak az „önismereti vakságot” gyógyítani képes szakemberek után kiált. Szükség lenne olyan társadalmi intézményekre is, amelyek támogatják az önmagunkkal való szembenézés, az önismeret mélyítését. Az év vége, az új év kezdete – legyen szó az egyházi évről vagy a hónapok elé kerülő új évszámról – a remény ideje. Ez Erikson szerint a legkorábbi életszakaszunkban megszerezhető identitáselem, karaktererősség. Ha tudunk reménykedni abban, hogy vágyaink beteljesülnek, talán a hiányainkkal való szembenézés is lehetővé válik. Ennek mentén pedig gyermekeink felé is autentikusan, valós szükségleteiket felismerve tudunk fordulni. De ezt csak akkor tudjuk megtenni, ha felnövünk az érett felnőttkor által elélt állított feladathoz: a következő generációról való gondoskodáshoz. Ehhez gyakorolnunk kell a mértékletesség erényét, hiszen ha nem is a vágyainkról, de az önmagunk körül forgó perspektívánkról le kell mondanunk.

Liber Endre

Népzeneész

MÉRTÉKLETES GONDOLATOK

Hát igen... amikor leültem végiggondolni a *Vigilia* idei körkérdését, azonnal szembesültem vele, hogy a mértékletességről való elmélkedésnek az alfája és ómegája az önvizsgálat. Az pedig – mint tudjuk – nagyon kellemetlen tud lenni. Egy kicsit ahhoz hasonló, mint amikor a fürdőszobai nagytótükörben szembesülünk a szeplőinkkel, ráncainkkal vagy az alattomosan, lehetetlen helyeken fel-fel bukkanó ormótlan szőrszálakkal. Gyorsan el is döntöttem, hogy hiába van tele a tarsolyom bölcs tanácsokkal, nem fogok ezekkel előhozakodni. Mégsem volna ildomos, ha az prédikálna vizet, aki bort iszik. Úgyhogy ne ijedjenek meg, nem fogom kioktatni önöket helyes éltetvitelből, viszont ígérem, jómagam újujt erővel indítok harcot a rám leselkedő fránya gyarlóságok ellen, hogy mértékletes és jó emberré, igazi zsinórmértékéletű állampolgárrá válhassak.

A tréfát felretéve, az emberiség mindig is igyekezett a megküzdési stratégiákat, a felhalmozott közösségi tudás legjavát átadni a következő ge-

nerációknak, hogy ne kelljen mindenkinek egyesével feltalálnia a spanyolviaszt. Így van ez az erkölcsi normák terén is. A keresztény országokban élők számára például még a nem hívők között is többé-kevésbé ismertek a tízparancsolat és a Miatyánk erkölcsi kívánalmai. Az iskolában mindnyájan tanultunk Horatius szélsőségektől mentes életet hirdető arany középút-elméletéről, vagy mi magyarok, Szent Istvánnak fiához, Imréhez írt intelmeiről. (Ha valaki kevesebbrel is beéri, elég körülnéznie az interneten, se szeri, se száma a különböző színvonalú bölcsességgyűjteményeknek.)

Aztán ott vannak a pszichológia legújabb eredményei is. Mi, a boomer korszak végén születettek már tudjuk azt, amiről a szüleink még csak nem is hallhattak, hogy a testi és lelki betegségek összefüggenek. Hogy gyakran a lelki eredetű traumák és a tartós stressz betegíti meg a testet. A lelki instabilitás pedig szorosan összefügg a mértéktelenség különböző formáival; a féktelen dajdajozással, vagy éppen a munkamániával, az önjutalmazó túlévással, a problémák elől menekítő túlivással, az egyéb eszközök hiányából fakadó szóbeli és fizikai agresszióval, vagy éppen a valódi társas kapcsolat igényét zárójelbe tevő élvhajhászással. Azonban hiába világos ma már, hogy az egészség egyik fele testi, a másik fele meg lelki természetű, mintha csak készakarva igyekeznénk kitartó, szívós „munkával” tönkretenni mindkettőt (persze, ha nagy a baj, akkor hirtelen észhez kapunk, sajnos többnyire már későn).

„Minden tudás csak akkor bír valódi beccsel, ha cselekvésre képessé tesz.” Annak idején, az Eötvös József Gimnázium diákjaként iskolába menet és iskolából jövet minden nap szembejött velem a folyosón ez az iskola névadójától származó gondolat. Örökre bevésődött az agyamba, ma is próbálok megfelelni ennek, több-kevesebb sikerrel. Ha körülnézek, másoknál is azt látom, hiába tudjuk, hogy mi volna számunkra a legjobb, amikor tettekre kerül a sor, rendre elbukunk. Persze védhetjük botlásainkat, gyengeségeinket azzal, hogy az ember alapvetően ösztönlény, és az ösztönök kordában tartása elfojtáshoz vezet. Az meg ugye hosszú távon nem kifizetődő, jobb tehát, ha hagyjuk az ösztöneinket szabadon garázdálkodni. No, ennél még a „mindennek ellen tudok állni, csak a kísértésnek nem” típusú hozzáállás is szimpatikusabb, mert abba legalább szorult egy kis önirónia.

Egyben biztos vagyok, a mérték megtartása kiegyensúlyozottságot, határozottságot, tartást és sok-sok tartalékenergiát igényel. Szerintem ezeknek egyik fontos feltétele, hogy az ember olyasvalamiben teljesedjen ki, amiben jobb, vagy még inkább sokkal jobb az átlagnál. Az pedig csak hab a tortán, ha még szeretjük is azt, amit csinálunk. A tehetség sok időt és energiát takarít meg, mert hatékony. Ha tehetséggel megáldott tevékenység tölti ki az életünket, az jó eséllyel vezet megelégedettséghez. Az elégedett ember pedig kevésbé hajlamos a szélsőségekre. Annak korai felismerése azonban, hogy kiben milyen talentum rejtőzik, a közösség feladata. Elsősorban a szülőé, akinek nagyon jól meg kell ismernie a gyerekét, és tudatosan kell keresnie, kutatnia a benne szunnyadó lehetőségeket. Tapasztalatból mondom, a szülő felelőssége az is, hogy e lehetőségek kibontakoztatásában támogatón, sok szeretettel és türelemmel vegyen részt. Ha parancsoló, erőszakos és türelmetlen, az dacot szül, és a gyerek csak azért sem fogja azt csinálni, ami egyébként neki is érdekében állna. A felelősségi körön belül vannak a pedagógusok is. Esetükben a tehetséggondozásnak kellene prioritást élveznie

mindenekelőtt, és árgus szemekkel kellene lesniük, hogy a rájuk bízott gyerekek miben lelő igazán örömet, mi okoz számára stabil sikerélményt. Mindezt ráadásul a szülővel szövetségben. Tudom, könnyű mondani...

Na tessék, egy kicsit nem figyelek oda, és máris túl komolyan veszem magam. Egyébként sem kell ezt a mértéktartás-kérdést túlbonyolítani. Egy kis önismeret, és már kész is vagyunk. Elég, ha elkezdünk „dolgozni” magunkon, ahogy a pszichológusok mondják. Aztán már csak annyi a teendőnk, hogy ezzel az áldásos tevékenységünkkel ne álljunk le életünk végéig. Higgyék el, valamikor útközben felbukkan majd a mértékletesség is. Bagatell, nem?

Lovas Rozsi

Színművész

MÉRTÉKLETESSÉG

Miként határozható meg a megfelelő mérték? Hogyan állapítható meg, mikor történik káros határátlépés? Ami egyeseknek sok, másoknak kevés – mi szükséges az élhető forma egyéni megállapításához?

A mértéktelenségről nekem első körben a fizikai, anyagi, testi vágyainkkal kapcsolatos képek jutnak eszembe. A mértéktelen fogyasztás, ami körülvesz minket, és eláraszt a jóléti társadalmunkon és az online világon keresztül. Ahogy látjuk, érzékeljük, tapasztaljuk, hogy szinte belesodródunk egy „kell” érzésbe. Születik bennünk egy mesterséges hiány, ami aztán nyugtalanítani kezd és megváltoztatja, talán meg is határozza a természetünkől tisztán fakadó gondolatainkat a világról és benne magunkról. Többet, jobbat, mást akarunk enni, inni, vásárolni, látni, birtokolni, kipróbálni, magunkévá tenni, mint amire valójában szükségünk van, vagy amit valójában be tudnánk fogadni. A mesterségesen gerjesztett vágy vagy az igaz kíváncsiságnak vélt hiányérzet viszont a kellő belső béke nélkül be tudja zárni az egyént egy örökös, bénító elégedetlenségbe. Ez pedig már nem egy fizikai szükséglet-ről, hanem a belső szabadságunkról, boldogságunkról szól. Nem hiszem, hogy egy határon túl a sokat többel és még többel érdekesebbé, izgalmasabbá lehet tenni. Nem hiszem, hogy valós önismeret és harmónia nélkül a világ elénk terített kincsei igazán feldolgozhatóak lennének.

De honnan tudjuk, mi az igaz és mi a mesterségesen belénk ültetett vágy? Honnan tudjuk, hogy mi a tiszta kíváncsiság, ami előre visz és mi a határátlépés, ami egyszer csak rombolóvá válik és idővel felemészti a gazdáját?

Én a saját munkám, hivatásom és családi életem relációjában mostanában kezdtem el igazán mélyen elmélkedni ezekről a kérdésekről.

Szakmámból és természetemből fakadóan, ami kettő között nyilván van összefüggés, én egy folyamatos önelemző, önvizsgáló, helyzeteket, jelenségeket értelmező alkat vagyok, aki érzékeny a világ és a saját maga változásaira. Ez talán annyiban szerencsés együttállása a dolgoknak, hogy bár örökösen nagyon sok bizonytalanság és kérdés munkál bennem, van egy viszonylag pontos és hangos belső berendezésem, ami jelzi, ha valami megváltozott, már nem komfortos, nem esik jól, nem igazi. Ugyanakkor van egy társadalmi rendszer, amiben élek, dolgozom, teljesítek, gyereket

nevelek, kiemelkedőt alkotni próbálok, igyekszem tartani a tempót. És egyszer csak rá kellett jönnöm, hogy ez a menetszél, amiben élem és hajtom az életem, valószínűleg a kelletnél többször nyomja el a belső, igazi mélységből előtörni kívánó hangomat. A belső mértékemet. És még ha meg is hallok vagy elismerem a létezését, akkor is nagyon egyszerű elnyomni azzal a bizonyos „kell” motivációval. Hogy meg kell csinálni, meg kell mutatni, most van rá lehetőség, szóval bele kell menni, el kell vállalni, bírni kell, hiszen eddig is bírtam, mások is bírják, és közben ilyen vagy olyan életet, körülményeket, lehetőségeket kell biztosítani a családomnak és magamnak. Persze jól is kell lenni, példát is kell mutatni, motiválnak is kell maradni és lehetőleg nyugodt, boldog életet kell élni. Még ha egy igazi logisztikai és érzelmi zsonglőr is az ember, ez így leírva maga a mértéktelenség.

Hosszan vitt engem ez a „kell”. Ami sokáig természetes kíváncsiságból, tanulni akarásból induló vágy volt. Nagyon sok mindent megtapasztaltam, megismertem, megtanultam, elértem ennek köszönhetően. És közben hittem benne, azt gondoltam, hogy meghallottam az Isten szavát és a helyemen vagyok. Talán ez így is volt. Aztán valami megváltozott. Vagy én változtam meg.

Nekem a lelkem, az elmém, aztán a testem kezdett jelzéseket küldeni arról, hogy átléptem a mértéket. Egyre jobban kezdett feszíteni belülről valami, hogy ez már nem az a tempó, nem az a helyzet, nem az az állapot, amiben nekem jó érzés magamnak lenni. A felimerés pedig, hogy talán nem a helyemen vagyok ebben a teremtett világban, pedig soha mást nem akartam, csak figyelni, meghallani és megélni Isten nekem szánt terveit, az igazán bénítóan hatott rám. Különösen, hogy azt hittem, világosan látok, kellően figyelek, eleget vagyok csendben és tisztában vagyok magammal és a teherbírással. Ezek a vészjelzések mégis megérkeztek. A felismerés után pedig jött az igazi feladat, hogy az ijedtséget és kétségbeesést félretéve hogyan tudom visszakormányozni magam oda, ahol újra megtalálom a nyugalmat.

Én hajlamos vagyok hibáztatni és felelőssé tenni a világot és a rendszereket, amiben élünk. Mert bár mi, együtt hoztuk létre és alakítottuk ki őket, mégiscsak valahogy az irányítóinkká, életünk mércéjévé, meghatározójává váltak, elvesztettük benne a szuverenitásunkat, a szabad döntés lehetősége sokszor csak illúzióknak tűnik. Pedig nem az. Mert bár a rendszer nem vigyáz ránk, legalábbis nem úgy, ahogy arra szükségünk lenne, és sokszor nem is segít eligazodni a káoszban, de a lehetőség mindig, minden pillanatban ott van, hogy mi magunkat mértéketlenségre intsük.

Ebben a törekvésben nem jó egyedül lenni. És mégis rengetegen próbálják elrejtetni a kétségeiket, bizonytalanságukat, továbbra is valami erőt vagy hasonulást mutatni, vagy csak egyszerűen nincs lehetőségük megosztani saját elgyengülésüket másokkal. Pedig szerintem valahol itt kezdődhet a gyógyulás. Mert bár mindannyian mások vagyunk, máshol vannak a határaink, máshol kezdődik a mértéketlenségünk, mégis a megosztás, a meghallgatás, a másik ember, a közösség és a saját emberségünk közös ügyé tétele olyan csodálatos erőt tud adni, hogy talán könnyebben

találunk vissza a saját hangunkhoz. Mert amikor elveszik a mérték és egyre kétségbeesettebben keressük az origót, akkor nem olyan egyszerű nyugodtnak maradni, elcsendesedni, igazán imádkozni. Mert olyankor jó lenne azonnal rájönni a megoldásra és nem olyan könnyű visszatalálni a mértékletességhez vagy új mértékeket szabni az életünkben.

Viszont ér elfáradni, ér kimondani, ér segítséget kérni, sőt, az én tapasztalatom szerint csodálatos meghallani a fentről jövő segítséget egy másik ember szavaiban.

Madas Edit

Irodalom- és
művelődéstörténész,
medievista

„JÓZAN OKOS MÉRTÉK”

„Józan okos mérték. Ez folyamok partja,
Mely rohanó tettek árját visszatartja.”
(Arany János: *Buda halála*)

Mértékletesség szavunk a 15. század közepén bukkan fel először latin szövegekben és latin–magyar szószedetekben. A 16. század végéig a következő latin szavak mellett olvashatjuk, mint magyar megfelelő: *temperantia*, *temperamentum*, *retinentia*, *parsimonia*, *frugalitas*.¹ Közülük ma egyébként csak a *temperantia* jelent mértékletességet, a többi szó jelentése: ‘a megfelelő mérték, középút’; ‘visszatartás, korlátok közé szorítás’; ‘takarékoság, böjt’; ‘okos gazdálkodás, rendszeret, becsületesség’. Ez az akkoriban a mainál gazdagabb tartalmú szó a szóbeliségben már jóval korábban megszülethetett a *mér* igéből a *mérték* főnéven keresztül, akár a németben (*messen*, *Maß*, *Mäßigung*).

Én magam nem mint erénnyel találkoztam a *mértékletességgel* gyermekkoromban, hanem a szerénységgel és az önfegyelemmel együtt családi nevelési elv volt, legalábbis szándék. A szeretet és a példaadás tette akkor elfogadhatóvá számunkra. Később tudatosult bennem, hogy mekkora ajándékot kaptunk a viszonylag szigorú neveléssel, persze a mainál jóval szegényebb világban.

Az erények és bűnök teológiai tartalmával, illetve a róluk szóló egyházi tanítás alig felmérhető gazdagságával középkoraszként ismerkedtem meg közelről. Morton W. Bloomfield egy több mint 6500 tételt tartalmazó katalógusban sorolja fel a középkor utolsó négyszáz évében született latin művek kezdősorait ábécé-rendben,² ami valamelyest segít eligazodni a legkülönbözőbb műfajú művek sűrűjében. Sok százezer példányról van szó, melyek az egyetemi tudományosságtól a híveknek prédikáló, gyóntató papok segédkönyveikig terjednek, s a középkori erkölcsi gondolkodás és tanítás közvetlen tanúi. Az első átfogó monográfia, mely a négy kardinális erény – köztük a *temperantia* – jelentőségét vizsgálja a nyugati kereszténység etikai gondolkodásában a 4. századtól a 14. századig, 2011-ben

1 Berrár Jolán – Károly Sándor (szerk.): *Régi magyar glosszárium. Szótárak, szójegyzékek és glosszák egyesített szótára*. Akadémiai, Budapest, 1984, 490.

2 Morton W. Bloomfield et al.: *Incipits of Latin Works on the Virtues and Vices, 1100–1500 A.D.* The Mediaeval Academy of America, Cambridge, Massachusetts, 1979.

jelent meg. A magyar származású történész, Bejczy István mintegy 100 kiadatlan, kéziratoss forrásra is támaszkodik.³

A legfontosabb írás, amely a mértékletesség hitbéli mélységét és kegyelmi megalapozottságát megérttette velem, Josef Pieper 1996-ban magyarul megjelent könyvecskéje volt a négy sarkalatos erényről.⁴ Aquinói Szent Tamás *Summájának* középpontba állítása és aktualizálása mint középkorászt is közvetlenül érintett. Méltán lett a könyv – 30 év után – a *Vigilia* körkérdésének kiindulópontja.

Vajon milyen mértékletességgel teheti tönkre magát az ember, és hol észlelhető kultúránkban a mértékletesség veszélye?

A mértékletesség a belső rend és béke egyik fontos feltétele, melyhez befelé irányuló figyelemre van szükség. Az információéhség és annak folyamatos kielégítése jelentéktelen hírekkel, a megszakítás nélküli jelenlét a közösségi médiában, figyelmet megosztó, függőséget okozó, viszonylag új veszély. A befelé figyeléstől, a lelki élettől veszi el az időt és egyáltalán, az igényt is rá. Kiszolgáltatottá, befolyásolhatóvá, indulatosá teheti az embereket. A valóság személyes megtapasztalása helyett egy mesterséges világ hatása alá kerülünk, pedig a megismerés-megfontolás-cselekvés folyamatában megismerni nem az influenzaszerek világát érdemes elsősorban, hanem a sajátunkat, beleértve önmagunkat. A digitális világnak ezer előnye van, fejlődése megállíthatatlan, perspektíváiról fogalmunk sincs, veszélyeivel szakemberek foglalkoznak. Mi csak saját magunkat fegyelmezhetjük, a legkisebbeket óvhatjuk, és elmerenghetünk azon, hogy vajon mihez kezdenénk, ha egyszer csak megszűnne a villanyáram.

Vajon miként határozható meg a megfelelő mérték?

A legegyszerűbb válasz erre, hogy a józan ész szabja meg a mértéket, amire Arany János is hivatkozik. A teológiában az elsőszámú sarkalatos erény, az okosság a másik három erény irányítója, ami a mértékletesség esetében a lelkiismeretet jelenti. A gyakorlatban talán az, hogy a szükségesnél nem több. Hogy mi a szükséges, embere válogatja, de a mértékletesség belső szabadságot ad és távol tartja az irigységet. A megfelelő mérték megtalálása függ a helyzettől, a tapasztalattól és az önismerettől.

A mérték tartás legtanulságosabb példáját 1994-ben Nyugat-Szibériában tapasztaltam meg. Nem az antik alapokon nyugvó keresztény erényét, hanem a körülményekhez való alkalmazkodás tökéletes egyensúlyáét. Ekkor már óriási problémát jelentett a nyugati világban a jóléti társadalom fejlődését és kényszeres pazarlását kísérő szemét. A réntartó, félnomád hanti család, mely megosztotta velünk nyári szállásán a sátrát, szinte észrevétlenül élt az őt körülvevő törékeny természetben. Az erdősztyeppe növényzete nagyon gyér, csak annyit vettek ki belőle, amennyi a táplálkozáshoz és az öltözködéshez (télen -40 C° hideg) szükséges volt. A réneket és az elejtett hattyúkat házigazdáink az utolsó porcikájukig felhasználták,

3 István P. Bejczy: *The Cardinal Virtues in the Middle Ages. A Study in Moral Thought from the Fourth to the Fourteenth Century.* Brill, Leiden–Boston, 2011.

4 Josef Pieper: *A négy sarkalatos erény. Okosság. Igazságosság. Bátorság. Tartás és mérték.* (Ford. Körber Ágnes.) *Vigilia*, Budapest, 1996. (Első megjelenése: Josef Pieper: *Zucht und Maß, über die vierte Kardinaltugend.* Kösel, München, 1939.)

nem volt szemetük! A férfi kitűnő vadász volt, az asszony megállás nélkül dolgozott a ház körül, méltósággal éltek, a természet isteneit nagy tiszteletben tartva. Az elmúlt 30 év alatt sokat változott ott is a világ, az olajkitermelés és a területeikért fizetett anyagi kárpótlás megváltoztatta életkörülményeiket. Az évezredek tapasztalat, mely ideális egyensúlyhoz vezetett ember és természet között, a falusi-városi életben már nem érvényesülhetett. Védtelenek voltak az alkohollal szemben, sem írni, sem oroszul nemigen tudtak. Csak a következő generációknak sikerült az asszimiláció, s ébredt fel bennük elveszőben lévő anyanyelvük és kultúrájuk iránt a felelősségtudat.

A *Vigilia* szerkesztői a körkérdés bevezetőjében felvetik, hogy a *mértékletesség* fogalma a vágyéval szemben „elhasználatlan” maradt. Keresztény értelmezése valóban háttérbe szorult, de a mindennapokban az emberek többsége mégiscsak él vele, a társadalom védekezik a sokszoros túlkínálat ellen. Újabb nagy irodalma van a fegyelemnek és az önuralomnak, vagy népszerű „A kevesebb több” mozgalom. Talán nem lenne hiábavaló, ha a *Vigilia* Kiadó a folyóirat karácsonyi számával párhuzamosan online hozzáférhetővé tehetné Josef Pieper könyvét is.

Marton Zsolt

Váci megyéspüspök

A MÉRTÉKLETESÉG ERÉNYÉRŐL

Amennyire elhasználódtak, megkoptak a „vágy” vagy „szeretet” szavaink, ennek az ellenkezője igaz a „mértékletességre”. Sőt, talán el is felejtettük, hogy van ilyen szavunk. Úgy tűnhet, mint valami antik szótári formula. Ha egy hangzatos jelmondatot kéne adnom korunk jóléti világának, ezt mondanám: Élvezz, fogyassz, birtokolj! Ez a dinamikus szólam mintha magában hordozná azt a mondanivalót, hogy ne a mennyiségre, a limitre és a szabályokra figyeljünk, mert ezek gúzsba kötnek, elveszik szabadságunkat.

A „mértékletesség” fogalmunk szemben áll az élvezet mértéktelenségével, a fogyasztás korlátlanásával és a birtoklás határtalanságával. A kérdés az: valóban ezek tesznek-e boldoggá bennünket? Nyilván, nekünk keresztényeknek van erre válaszuk a *Katolikus Egyház Katekizmusa* alapján. Tudjuk, hisszük, hogy ezek nem tesznek boldoggá minket, és szükség van erényekre, mert „az erény maradandó és erős készség a jó megtételére”. „Az erényes ember minden testi és lelki erejével a jó felé törekszik; konkrét tetteiben azt keresi, azt választja” (KEK 1803). A mértékletesség erény, sőt mi több, az egyik sarkalatos erény, tehát jó. Mi szeretjük a jót, de valóban? Eszerint is élünk?

Mit jelent az életünkben a mértékletesség, mint jóra való készség, „amely mérsékli az élvezetek vonzását, és készségessé tesz a kiegyensúlyozottságra a teremtett javak használatában. Biztosítja az akarat uralmát az ösztönök fölött, és a tisztesség határai között tartja a vágyakat” (KEK 1809). Mit jelent ez testi, lelki, szellemi életünkben?

Miféle mértéktelenséggel teheti tönkre magát az ember? Érdemes lehet ma mértékletesen élvezni, korlátozottan fogyasztani valamit és nem határtalan birtoklásra törekedni?

Talán többünknek van élménye az egykori általános iskola alsó tagozatos környezetismeret órákról. Amikor például ellátogattunk egy virágoskertbe, megcsodálhattuk a virágokat és megszagolhattuk azok illatát egy rövid ideig. Azután vége lett, és vissza kellett mennünk az iskolába. Egy másik esetben, a nyári szünetben, szülői felügyelet mellett mehettünk be a strandon a vízbe, de legfeljebb félóra. Esti televízió-műsört csak szombaton nézhettünk, maximum egy filmet, ha nem volt korhatárhoz kötve. Ezeket korlátozósként éltük meg, de javunkra váltak. Az én korosztályom – a mai közel hatvan évesek – gyermekkori élménye, hogy sorban kellett állnunk a boltban, nyitásra várva. Nem volt naponta édesség, a hétköznapi ebédnél hús sem volt mindig. A mi falunkban nem volt vezetékes víz a rendszerváltásig, és többször átéltünk áramszünetet. Ezek ellenére boldog gyermekkorom volt. A közelmúltban ifjúsági hittanos fiatalok kérdeztek a gyermekkori életmódjáról. Amikor a fentieket elmondtam – vagy arról meséltem, hogy a kecskeméti piarista konviktusban úgy lehetett zuhanyozni, hogy egy kézzel nyomva kellett tartani a csapot, hogy jöjjön a víz, így nem pazarolhattuk a vizet, vagy hogy telefonálni csak a postán lehetett, és nem korlátlanul, mobiltelefon pedig egyáltalán nem volt –, tágra nyílt szemekkel néztek rám, mint olyanra, aki a történelemlönyvből lépett ki. Ma a konzumvilágnak, a digitalizációnak és az internetnek köszönhetően ezek már mesébe illő problémának tűnnek. Szinte minden korlátlanul és mértéktelenül rendelkezésünkre áll, ha van időnk és pénzünk rá.

A generációkutatók már kimutatják, hogy a fiataloknál, akik a közösségi média használata miatt óriási inger mennyiséghez szoktak, megvonási tünetek jelentkeznek, ha korlátozzák náluk az okoseszközök használatát. Ezt a mértéktelen és korlátlan hozzáférést az információhoz sokan ártalmasnak látjuk.

Mai világunk mintha azt sugallná, ha nem vagyunk állandóan „online üzemmódban”, lemaradunk életünk legfontosabb pillanatairól. Véleményem szerint nem kell mindent (is) tudnunk, azonnal! A felületes információk birtoklása nem egyenlő az elmélyült tudással és a bölcsességgel. Márpedig ez utóbbiakról van bizonyítékunk, hogy képesek boldoggá tenni, előbbiről nincsenek. Szükségünk van időre, csendre, „unalomra”, amikor megszületnek az értékes gondolatok bennünk.

Mit tudunk tenni a mértéktelenséggel szemben? A Duna mellett élek, ahol időnként bemegyek úszni a folyóba, de nem mindenütt lehet belépni a vízbe, csak bizonyos partszakaszokon, azért, hogy az ár el ne sodorja az embert, valamint az uszályok és a hajók el ne üssék. Mindig a part közelében kell maradni. A mértéktelenség, korlátlanság, határtalanság vonzásában van-e „partunk”, ami biztonságot ad?

Felnőtt embernél rendkívüli önfegyelmre van szükség, gyermekeink nevelésében pedig következetes, okosan korlátozó szeretetpedagógiára. Szerintem ehhez erőtt a személyes imádságon túl egy élő hitű, jó közösségből meríthetünk, ahol merünk őszintén beszélni ezekről a problémákról, és igyekszünk kidolgozni valamiféle „stratégiát”, hogy miként tudunk szembeszállni ezekkel a tendenciákkal. Véleményem szerint sok kortársunk nem szándékos rosszaságból enged a mértéktelenségnek, hanem mert nincs kultúrája annak, hogy a mértéktartás jó, személyiséget és közösséget építő valóság. Korunk fiataljai alig hozzák már magukkal ezt az értéket a

családból. Mit tehetünk? Gyakran utazom vonaton Vác és Budapest között. Bosszankodhatom magamban azon, hogy a fiatal miért foglal el három helyet a vonaton, föltéve a cipőjét a szemben lévő ülésre, vagy miért bőmbölteti a zenét fülhallgatón keresztül is, vagy a felnőtt ember miért beszél olyan hangosan a mobiltelefonjába, mintha csak ő lenne a szerelvényen. Egy ideje azonban eszembe jutott, hogy Szent Pál nem véletlenül mondja: „Ne engedd, hogy legyőzzön a rossz, inkább te győzd le a rosszat jóval” (Róm 12,21). Manapság – azon túl, hogy én nem így cselekszem –, egy rövid fohász és nagy levegővétel után odamegyek a másik emberhez, és magabiztos, de szelíd szeretettel felhívom a figyelmét arra, hogy mások is vele utaznak. Legtöbbször az illető elnézést kér, és másként viselkedik. Nem olyan rosszak az embertársaink, mint amilyenek gondoljuk őket, csak merünk-e ilyen helyzetben is bátor szeretetgesztusokat tenni? Ehhez azonban először magunkon kell elkezdenünk a mértékletesség gyakorlását.

A mértéktelenség véleményem szerint összefügg az önzéssel. Hiszek abban, ha szembe merjük állítani az önzés műveletlenségével a szeretet kultúráját, mi magunk is formálódunk az evangéliumi mértékletesség irányába.

Nádas Péter

Író

GORGÓ SZEMÉBE NÉZVE

Érzékeny kérdés, korérzékeny, annyi biztos. Nem rettennék el tőle, hogy fordított sorrendben gondolkodjak róla.

A biológiai adottságokhoz tapadó, személyes tulajdonságokkal megszínezett óhajnak, sóhajnak, hajlammak, epekedésnek, törekvésnek, sóvárgásnak, szomjúságnak, késztetésnek, ácsingózásnak, vágyakozásnak, azaz a vágy különböző formáinak mindig tárgya van. Nincs olyan vágy, aminek ne lenne tárgya. Egy tárgya van. Személyre vagy dologra irányul. Pontosan olyan energiával tapad tárgyára, ahogy a vágy az emberi fiziológiára. Nincsenek meg egymás nélkül. Egymásról le nem választhatók. A neuronjaimat nem tudom lecserélni, mégis némi szégyenkezéssel kell tudomásul vennem, hogy bizony minden vágy animális. Adhatok neki udvarias formát, egyházi formát, útszéli formát, jó polgári formát, akkor is csak animális. Bespájazok, hiszen hat óránként éhes leszek. Ebből támad a felhalmozási vágy és a növekedési kényszer, az egész közgazdaság. Tudás is tárgy. Abból is bespájazok. A híresen szép Alkibiádész a ronda Szókratész tudására vágyik. Szókratész azonban különbséget tesz tudás és vélemény között. Látja ő, hogy Alkibiádész a legszebb ifjú Athénban, aki szépségét adná neki a tudásért cserébe, ami botorság, ő ugyanis nem Alkibiádész, hanem a szépséget szeretné megérinteni. Nem az árnyképet, hanem a valóságát. Aminek a vágya nem animális. S így a vele való közvetlen érintkezés jelentékeny szintváltás az emberi tudat történetében. Fogalommal érintkezem, s még több, a fogalom extraktumával, szubsztanciával. Amitől nagy hirtelen látom vágyam tárgyait, a vágy helyét tárgyival együtt a világegyetemben. A tudás természeti törvényeknek engedelmeskedik, a vélemény vagy a szerelmi cserekereskedelem ezzel szemben a természet tárgyaitól lenyűgözött, engedetlen és esetleges. Gyorsan bomló, szertefoszlik, hogy átadja helyét mindenféle más, talán még tola-kvóbb, még bomlékonyabb véleménynek.

A mértékletesség erénye sem áll önmagában, mérték a feltétele. A mértéknek társadalomtörténeti a feltételrendszere. Nem személyes. Végzetlen szabadságomban én magam döntök, így vagy úgy, így igaz. Miként elégtsem ki felhalmozási és szaporodási vágyam kívánságait, ám mértéket e művelethez egyedül nem teremthetek. Nincs miből. Ha mégis, akkor a görögök hübrisznek nevezik, kevélységnek és mértékletelenségnek. Valami olyasmit tettem, amire nincsen felhatalmazásom. Senkinek. A mérték közös szellemi alkotás. Meglehet, a nullát valaki találta fel az óindiai és az óarab világban, de amíg használata nem lett általános, addig nem volt számolás. Később a pozsonyi városháza falán őriztek egy rőföt, azon mindenki megmérhette a vásznat, amit a piacon megvesz. Látni, mi mennyi. A közös mértékegységet illetően legfeljebb korrekációs lehetőségeim vannak. Ajánlatot tehetek, hogy ne könyökkel, lábbal, ne lábbal, rőffel. Rebiliót szíthatok, ledönthetem a városházát. De közösen használatos mértékegység még akkor sem lesz belőle, ha Bach, Einstein, Marx vagy Raffaello néven teszem közzé kiáltványomat. S hogy mégis mikor és miként alakul a mérték és a mértékegység, ezekhez képest pedig miként alakul majd a mértékletesség és a mértékletelenség, igen nehéz lenne a mindenkori kulturális áthatások rengetegében tévelyegve megmondani.

Amióta véget ért az európai típusú emberiség nagy mitikus korszaka, s az univerzális realitást nem istenek, félistenek, gigászok, héroszok, démonok, múzsák, faunok és szatírok történeteinek léptékével mérjük ki a saját becses életünkben, úgy látom, hogy háromféle utópia váltotta le a sokféleség történetét. Háromféle egy. Mi lenne egyedül üdvözítő. Az egyetlen lehetőség sok közül. A görög antikvitás szóhasználatával élve, a nemlétező hely, az *u toposz*, mint egyedüli iránytű és tájékozódási pont.

Mértékletességem egy szabadon választott utópiára bízva. Lehet piaci. Mérték a tárgyak mennyiségére és minőségére bízva. A felhalmozás vágyára, a túlélés animális ösztönére. A piaci utópiának az egyre több, az egyre jobb, az egyre messzibbre és az egyre magasabbra a búvszava. A gyarapodási jelszavak hajszálpontosan illeszkednek a felhalmozási vágyhoz és a fejlődés igényéhez. Versengési láz vezeti az egyént az egyedül üdvözítő sikeréhez. Nekem, nekem, egyre több, egyre nagyobb, egyre jobb. Legyen télire. Legyen tető a fejem fölött, minél többet halmozzak fel édes kis családomnak és önmagamnak még ezen a héten. Megkerülhetetlen genetikai parancs. Ami egyben az egyetemesnek kikiáltott haladás feltétele. Habár a mókusz és a hód ugyanezért és ugyanígy teszi, bár feltehetően nem ismerik a mókusz és a hód egyetemes haladásának eszméit. Lehet vallási a három közül a másik egyetlen utópia. Gondviselésre, gondviselőre bízva. Mértékét, mértékletessége erényét nem a felhalmozási vágy élettani önkénye, nem a személyes ösztönkielégítés öröme vezérli, dacol akár a halállal, hanem egyetlen néven nevezett kivételes személy követése. A piaci utópia tárgyias. A spirituális utópia követésre szólít. Ami Szókratészéhez hasonlóan megint csak hatalmas ugrás a tudat és a gondolkodás történetében. El az első természettől. Távolodás és elvonatkoztatás az animális vágy és a nyers vágykielégítés primer természeti anyagától. Amitől nem áll olyan messzire a harmadik, a kommunisztikus utópia jövőbe kihelyezett bizodalma és absztrakciós kényszere. El az egyéntől. Vissza a közösbé. Nem kiválasztott személyt, minden egyes személy születését, a születés

szubsztanciális szentségét, a születés egyediségének és egyenlőségének, az egyenlők szabad választásának és szabad társulásának elvét követi, a testvériség jegyében. Schiller és Beethoven sem kíván mást vagy többet a kilencedik utolsó tételében.

A piaci, a gondviseleti és a választójogi utópia léptékei és mértékegységei mindazonáltal felette különbözők. A pozsonyi mérce csak az egyiket méri ki, a másik kettőt nem. A követésnek pedig van etikája, de nincsen mércéje.

Az utópiák birodalmában mégis együtt élnek. Közös jegyük, hogy nem annyira egymással, hanem a mitikussal és a mágikussal kerülnek szembe. Olyan embertörténeti korszakokkal, amelyekből leszarmaztak, amelyekből kinőttek, amelyek azonban közel sem azonosak a tudattörténeti korszakokkal. Tudati zárvaikkal, legendáikkal, hiedelmeikkel, rítusaikkal minden nap minden óráján visznek vissza a természettörténeti időben. Mit, hogy visznek. Visszahajlítanak. Vagy löknek, húznak. Lemerítenek. Mágiának áldoznak fel, mítoszokat gyártanak.

Ezen a nevezetes karácsonyon három utópia, a piaci, a spirituális és a választási egyként megrendülten és tehetetlenül figyel együtt, ahogy Gorgó feje emelkedik és emelkedik a súlyosan szennyezett tengerekből. Aki pillátlan szemébe néz, kővé mered.

Remény volt az utópiák közös alapszava. *L'espoir fait vivre*. Éltető remény. Amely az emberi élet, az emberi létezés és természeti létezés brutalitásától kicsit eltérít, felemel. Olykor ugyan jóval butább lesz az ember a reménytől, mint ahogy megszületett, elkényelmesedik tőle, vagy kereskedelmi érdekeitől vezetve másokat is derűsen elbutít. A haszon vágyának kielégítését helyezi a jövőbe, s a tranzakció hasznát közben berakja a zsebébe. *Die Hoffnung stirbt zuletzt*. Azaz remény hal meg utoljára. Akárha túlélne engem is. Az utópikus gondolkodási minta közös reményelve hatalmasabb a személynél. Kétkelkedem, hogy természeti törvényt követne. Inkább egy korábbi korszakból leszarmazó rituálé, mégpedig a mágikus ráolvasási láz rítusának hagyatéka. Ahogy az etnográfusok mondanák, népi búvólő. A remélt jövő jegyében teremtett irdatlan szakadékot óhajtja sóhajokkal és óhajokkal kitölteni. Ne lássék. Vajha úgy lehetne, ahogy nincs. Lábam alá ne nézzek. Optimizmus a kényszeres. Zsarnoki. Mindenkit borúlátónak bélyegez, aki látva lát. Bárcsak ne adnám fel. Reményem ha teljesülne.

A Cicerónak tulajdonított antik bölcsélet szerényebb. *Dum spiro spero*. Inkább leíró jellegű. Csaknem tudományos. Míg lélegzem, remélek.

Pavlovits Tamás

Filozófus

A MÉRTÉKLETESSÉG ERÉNYE MA

Számomra nagyon fontos a mértékletesség, mégis nagyon nehéz írni róla. Ez a magyar szó azért különleges, mert görög, latin, francia, angol megfelelőivel ellentétben magában hordozza a *mérték* kifejezést, és ezzel kihangsúlyozza, hogy nincsen mértékletesség a mérték ismerete nélkül. A *Vigilia* idei körkérdése, amely több oldalról járja körül a mértékletesség aktualitásának problémáját, egyetlen kérdésbe sűrűsödik a számomra: erény-e ma a mértékletesség? Ami annyit jelent: vajon pozitív, mások által

elismert tulajdonságnak számít-e ma, ha valaki mértéktartó, és érdemes-e erre törekedni? Erre a kérdésre én, rövid gondolkodás után, igennel felelnék, bár nehezemre esik megindokolni, miért. Tanácstalan vagyok ugyanis a tekintetben, honnan lehetne nem csupán szubjektíve, hanem általában, filozófiai értelemben mértéket nyerni a mértékletesség erénye meghatározásához. Ennek megértéséhez egy kis történeti kitérőt kell tenni.

A vallásos görög gondolkodás számára a hübrisz a legnagyobb bűnnek számított. A hübrisz, avagy a gőg mindenekelőtt annak bűne volt, ha az ember nem tisztelte az isteneket, azaz istennek tekintette magát. Ez pedig a halhatatlan istenek és a halandó emberek közötti mérték szem elől tévesztését jelentette. Az ősbűn és az így felfogott mértékletlenség közötti kapcsolat a Bibliában is megjelenik. Az Édenkertben a kígyó azzal az ígérettel veszi rá az emberpárt a jó és gonosz tudása gyümölcsének elfogyasztására, hogy: „akkor olyanok lesztek, mint az Isten” (1Móz 3, 4). Ez az Éden elvesztését vonta magával. Hésziodosz a *Munkák és napokban* az aranykor elvesztését és az emberiség folytonos elértéktelenedését a hübrisz fokozatos növekedésének tulajdonítja. Az ember véges, halandó lény: ez jelenti számára a mértéket, amelyet tiszteletben kell tartania. Feltehetően erre utalt a delphoi jósda egyik felirata is: „Semmit sem túlságosan!”, azaz „Mindig tarts mértéket!” A mértékletlenség tehát a görög hagyományban a *par excellence* bűnt, a mértékletesség pedig a bűntől való tartózkodást és az erényes életet jelentette. Ez a jelentés tovább élt a filozófiai gondolkodásban: a mértékletesség erénye helyet kapott a négy sarkalatos erény között. Platónnál és Arisztotelésznél elsősorban az örömök, a vágyak, az indulatok és egyéb szenvedélyek megzabolázásának és korlátozásának képességével volt azonos. Ám a négy sarkalatos erény viszonyrendszerében a mértékletesség szorosan összekapcsolódott a másik hárommal. Számomra a mértékletesség erénye elsősorban ebben az összefüggésben érdekes. Hajlamos vagyok olyan képességként értelmezni, amely a mérték megismerésére, elsajátítására és állandó érvényesítésére vonatkozik az életünkben, nemcsak a vágyak, örömök és szenvedélyek esetében, hanem sokkal általánosabb értelemben. A sarkalatos erények természete, hogy mindegyik nélkülözhetetlen az erényes élethez. A *gyakorlati bölcsesség* elengedhetetlen, hogy körültekintően belássuk, mit kell tennünk ahhoz, hogy cselekvésünk az erény kifejeződése legyen. A *bátorság* az erényes cselekedet ellenében ható belső félelem és a külső veszélyek leküzdéséhez szükséges. A *mértékletességre* pedig a helyes mérték felismeréséhez és elsajátításához, illetve a vágyak és indulatok mérsékléséhez van szükség. A cselekvést csak e feltételek teljesülése esetén jellemezheti az *igazságosság*, amely minden erény erénye. Így a mértékletesség erénye az emberi cselekvések és az élet egészének vonatkozásában a helyes mérték felismerését és elsajátítását jelenti. Megismerni a mértéket az igaz és a hamis, a jó és a rossz, az igazságos és igazságtalan között, továbbá életünk mértékévé formálni annak érdekében, hogy képesek legyünk igazságosan élni. Mivel a mértékletesség erénye magával a mértékkal tart közvetlen kapcsolatot, központi jelentőségűvé válik az erényes élet szempontjából. Az antik-középkori gondolkodásban az élet mértéke, amelynek a forrása transzcendens volt, beleíródott a természetbe, és megmutatkozott annak kozmikus rendjében. A keresztény gondolkodás szerint abban a Logoszban

nyilvánult meg, amely a Szentírásban jutott szóhoz, és amely a teremtés rendjében is kifejeződött. A modernitást megelőző európai kultúránk ismereték tehát a mértéket, és belőle eredeztették a rendet, amely, ha nem is reális, de legalább ideális értelemben nemcsak kozmikus, hanem politikai és etikai rend is volt. Ebben a hagyományban az embernek el kellett sajátítania a mértéket ahhoz, hogy az életét rendezetté tegye.

Közhelyes megállapítás, hogy ez a mérték a modern fordulattal elveszett. Talán Hobbes fogalmazta meg a leglényegretörőbben azt az átalakulást, amely kultúránk mélyén zajlott a 17–18. században. „Figyelembe kell vennünk, hogy az életben a boldogság nem az elégedett lelki nyugalmat jelenti. Mert olyan *finis ultimus* (végső cél) vagy *summum bonum* (legnagyobb jó), amit a régi erkölcsfilozófusok könyveikben emlegetnek, nem létezik. [...] A boldogság a vágy állandó előrehaladása az egyik tárgyról a másikig, ahol azonban az előbbi elérése csupán a másik eléréséhez vezető út.” Hobbes ebből vezeti le az ember legfőbb törekvését: „Ezért az egész emberiség általános törekvésének elsősorban az újabb és újabb hatalom iránti örökös és szüntelen vágyat tartom, amelynek csak a halál vet véget.” Van-e bármilyen mértéke ennek a váagnak? Hobbes diagnózisa szerint a modern kultúra hedonista, ahol a vágykielégítések szüntelen hajszolása végső soron a hatalom akarásában ölt testet. Ebben a folyamatban látszólag nem találni mértéket, hiszen a horizontja a határtalanra nyitott, és a mértéktelenség nem minősül benne helytelennek. Sőt! Milyen mérték érvényesülhet a tőkefelhalmozásra irányuló kapitalista gazdasági folyamatokban és a szabadpiaci versengésben? Milyen mértéket állapíthatunk meg a sportban, ahol a legfőbb erény a határok újabb és újabb legyőzése? Milyen mérték adódik a technikai innováció és fejlesztés terén, amely teljesen átalakítja az életünket, és a végső emberi korlátok teljes felszámolásával kecsegtet? Hol a mérték a világ és az ember tudományos megismerésében, a tudományos tények felhalmozásában, és ennek nyomán a természet átalakításában? Úgy tűnik ugyanakkor, hogy ezeknek a határtalannak tűnő folyamatoknak is van mértéke, de az nem túl szívmenlengető: a legvégső határ, amely Hobbes szerint maga a halál, azaz a civilizációnk és az emberiség esetleges végső pusztulása. Az ennek belátásából fakadó mértéket azonban senki nem teheti magáévá, nem integrálhatja az életébe, mivel könnyen lehet, hogy a felismerésére már nem marad idő. Hát ez teszi végtelenül nehézé számomra az arra a kérdésre adott pozitív válaszom megindoklását, vajon erény-e ma még a mértékletesség.

Személyes meggyőződésem, hogy a mértékletesség ma is erény, és hogy van mérték, amely belső irányítúként lehetővé teszi a különbségtételt az igaz és a hamis, a jó és a gonosz, az igazságos és az igazságtalan között, és hogy ennek a mértéknek kellene az életünket irányítania. Mindenképpen fel kellene ismernünk és el kellene sajátítanunk ezt a mértéket, és vele együtt a mértéktartás erényét, ha nem akarjuk, hogy a civilizációnk az összes folyamatával együtt katasztrófába sodródjon. Filozófusként, vagy mértéktartóbban: szenvedélyes gondolkodóként, ehhez a mértékhez keresek nyelvet, gondolatokat és érveket. Ám tisztában vagyok vele, hogy ellentmondás azt gondolni, létezik ilyen mérték, miközben a világban és a kultúránkban sehol

sem lelhető fel, és sem a gondolkodásom, sem az érveim nem alkalmasak arra, hogy bárki olyant meggyőzzenek létezéséről, aki szerint nincsen ilyen. Ám ennek az ellentmondásnak a felismeréséből vajon szükségszerűen arra kell-e következtetni, hogy csak az lehet hiteles filozófia, amely szigorú következetességgel kétségsbe vonja minden mérték létezését? Én úgy gondolom, hogy nem. Fel van adva hát a lecke: miként lehet meggyőző érvet találni annak alátámasztására, hogy a mértékletesség ma is erény.

NE VÍGY ENGEM A KÍSÉRTÉSBE

Radics Viktória

Irodalmár, műfordító

„Megőrültél?!” „Megőrülök!” „Hát én mindjárt megbolondulok!” Gyakori kiáltásaink ezek. Többnyire játszunk csak az őrülettel, csapkodunk, viccelünk, s ha elkiáltjuk ezeket a tőmondatokat, akkor ezzel már ellenállni próbálunk a lélekleben lappangó, kitörésre kész káoszunknak. Az őrület a pszichében és az agyban, vagy inkább az egész szervezetben ólálkodik, velem szemben az archaikus „ne vígy minket a kísértésbe” belső ellenállásra szólít fel. Amikor ezt a mondatot ismételve, saját magamat figyelmeztetem arra – netalán valami/valaki figyelmeztetne, óvna? –, hogy a gyökeres Rossz – *le Mal absolu* – lesben áll, és meg szeretné szállni a lelkeket, az elméket; a gyökeres Rossz expanszív, agresszív és hódító, neki az lenne a jó, ha ordítanék, tombolnék, legalább magamban – ha engednék a mértékletesség kísértésének.

A mértékletesség erényét gyakorolva az indulatok, a mély érzelmek szintjén lappangó *mindennapi őrületnek* állok ellent. Lehet, hogy túlzás a nap mint nap kísértő megzavarodásra, az indulatkitörésre, a szenvedélyesség csábítására az „őrület” szót használni, csak hogy a belső készletet, hogy engedjek a felhorgadásnak, a fellobbanásnak vagy a kirobbanásnak, az *action gratuite*-nek, az elmében is elváltozásokat okoz; az elme hajlamos igazolni az ártó gondolatokat és cselekedeteket, igenelni tudja az öngyilkosságot is, vagy a verbális bántást, és a háborút is szorgalmasan igazolja.

A mértékletesség *szellemi* követelmény, ezt csakis a szellem óhajthatja – az a gyanúm, hogy a lélek úgymond „természetes” része a mértékletességre és a zabolátlanságra hajlik. A mértékletesség erénye állandó reflexív és hiperreflexív résenlétet kíván, megfontolást, visszafogottságot, felettébb nagy józanságot, a „természetes” önzés és akaródzás leszerelését, és egy olyan *szellemi, mentális kontextust*, mely meghaladja az ösztönkésztetéseket, az indulatok és a közvetlen érzelmi megnyilvánulásokat, az úgynevezett „önkifejezés” szintjét. Egy olyan korban, mint a miénk, amikor nincs meg a mérték, ez a mentális munka a mértéknek a fáradhatatlan (és kritikai) keresését, türelmes kitapogatását követeli.

A minap a legnagyobb békességben merengtem a kis teraszomon a csillagos-repülő égbolt alatt, és egyszeriben *tudatosodott* bennem, amit pedig tudtam, hogy ezeken a kis koncentrikus körökön túl háború vesz körül: a Közel-Keleten, Ukrajnában, Afrikában, Ázsiában... Az eszméletnek ebben az ugrásában tudatosult bennem a hála azért, hogy Európában élhetek. Az

eltökélten nem-háborúzó Európa, a körültekintő szellemi lét lehetőségeit valahogyan mégiscsak biztosító posztháborús, törődött, összezsugorodó Európa létem fölírta. Azon az estén a béke és biztonság szigeteit őrző Európa dicsérete indult meg bennem, szemben az elharapózó posztkolonialista bírálattal.

„Megőrültél? – mordult fel Egill. – Mit hadonászol itt egy töltött pisztolylyal? Egyáltalán hol találtad?” – olvastam aztán egy regényben, és alá húztam ezt a mondatot. A legnagyobb örület, mégpedig sok helyütt mindennapi örület, gondoltam, a háborúzás. Vagy ahogy mondani szokták, a „fegyveres konfliktusok”. Úgy is gondolhatom, hogy amikor a teraszomon ültem a nyárestében, akkor az *kegyelmi állapot* volt. Ezekon a csöndes körökön túl most is háború van emerre és amarra, bombázás, üldözés, erőszakos halál. Következésképp világszerte a túlérlett gyűlölet arat.

„A gyűlölet minden esetben mértéktelen, aki gyűlöl, az a mértéktelenségnek adja át magát. A mértéktelenség a gyűlölet belső természetéhez tartozik, nincsen mértéktartó gyűlölet. S mivel éppen a mértéktelenséget nem lehet kispórolni belőle, nemcsak arra nézve káros, akit gyűlölnek, hanem romlásba dönti, aki gyűlöl. Nem tud olyan indokolt lenni, hogy erkölcsileg ne lenne halálos. Az európai és amerikai metropolisokban az elmúlt évtizedek alatt mégis csöndesen kicentizték, s igen finom munkával össze is hangolták ennek a kontinenseket áthidaló mértéktelen gyűlöletnek a demokratikus normák szerint elfogadható mértékét” (Nádas Péter).

Kertész Imrét hívom segítségül (egy szellemet), aki azt írta, hogy a legeredetibb gondolkodás a normális gondolkodás. És ő valóban maximális intellektuális erőfeszítéseket tett élethossziglan annak érdekében, hogy általa leleplezett ontológiai képtelenségek, történelmi katasztrófák, egyéni és kollektív züllések, a gyűlölet diadalai, a „végső kocsma”, a lét abszurditása és az ismétlődő kollektív örületek ellenében normális, racionálisan, ugyanakkor radikálisan gondolkodni és szeretni képes ember maradjon. Ez itt a kérdés: megfontolás vagy radikalizmus. Jól tudta, hogy mi a gyűlölet, a megvetés, a bosszúvágy és az öngyilkosság, a felszámolás vágya. Amikor fiatalon gondolkodásra adta a fejét, akkor mértékletességre, a saját radikalizmusának a mérséklésére intette magát. „Hogyan lehetséges, hogy ő, B., mindvégig, s mindennek ellenére normális maradt? Egy bizonyos értelemben véve nem erkölcstelenség ez? Vagy talán épp ez a kietlen józanság az én örüitem? – töpreng.” Ő tudta és tapasztalta a legtöbbit közülünk a történelmi és a mindig aktuális örületekről, a normalitás viszonylagosságáról, a felbomlásról, a felszámolási ösztönről és indítékról, és mindennek ellenében csiszolta a mértéktudatát. Európa – neki is ez volt hívószava.

És Nádas Péterre gondolok, akinek a szemléletében a *mértéktelen* kulcsszó, ő teljes szívvel és képzelőerejével át tudja élni a mértéktelenség gyönyörét – mert nagy örömforrás lehet ez – és az iszonyatát is, és azért ír, hogy csináljon valamit ezzel a nagyon emberi készlettel, a belső áradás fenyegetésével, ami élvezettel is megkínál. Mi más az írás, ha nem a mértéktelen kordában tartása, szemmel tartása és a mérték kicentizése,

ellenőrzése egy mondaton, egy szövegen belül? Nádas nemcsak a szubjektivitásban, hanem a tág közösségi terekben is utána megy az írásaiban a mértéktelenség kísértésének és praxisának, pozitív és sokkal gyakrabban negatív, pusztító végkicsengéseinek. Akár így, akár úgy mértéktelenség az elviselhetetlennel határos. Ahogy Kertész számára a gondolati erőfeszítések, úgy az ő számára a mondat, a bekezdés, a szövegépítés, a hiperreflexió a mértéktartás organonja.

Segítség kell nekünk ahhoz, hogy mértéktartók legyünk. Kertészt és Nádaszt említettem most, de az olvasás és az írás azért nyúl ide meg oda, hogy megkeresse a mértéket, ami nem egyszer s mindenkorra elvégezhető, hanem mindennapos feladat, nem szűnő próbálkozás. Feladatnak nevezem? Úgy erkölcsi feladat ez, hogy maga az eszmélet adja fel, s az eszmélet helyez kilátásba más, bonyolultabb örömeket, mint amilyenekkel az eksztázist és gyönyört vagy a gonosz kielégülést ígérő mértéktelenség kísért.

Buddha fogalmazta meg legtökéletesebben a mértéktelenség mibenlétét a *Tűzbeszédében*, sorra véve, hogy mi minden „áll lángban”, a percepcióinktól kezdve az értelemig, a gondolkodásig. „Mi gyújtotta lángra? A szenvedély tüze, a harag tüze, a balgaság tüze gyújtotta lángra; a születés, az öregség, a halál, a bánat, a fájdalom, a szenvedés, a szomorúság, a gyöttelelem gyújtotta lángra, mondom nektek” (Vekerdi József fordítása). Amit a szerzeteseknek javasol – az elfordulás, a kivonulás, a vágytalanság, hogy ne legyen többé közük az élethez –, az a közönséges európai ember számára nem járható út. Számunkra a reflexió és a reflexió reflexiója, a tudásgyűjtés és a tudás örökös felülvizsgálata, a méricskélés, az önismeret és a világismeret gyakorlása, a tudat (a saját agyunk) kémlelése, a nyelvi univerzumban való bolyongás és a vizuális vizsgálódások jelentik az élnetlenséggel szemben – ami a mértéktelenség másik neve – az élhető élet ígértétét – talán. A talánjaink szünetei, amelyek nem mások, mint a mértéktartás eszközei.

MÉRTÉKLETESÉG ÉS KONZUMIZMUS

Sárkány Péter

Filozófus

Különböző formában, de a mértékletesség erényét minden kultúra ismeri, hiszen erősen kapcsolódik az ember alapvető szükségleteihez. Éljen az ember bár a legszerényebb körülmények között, a mértékletességre irányuló reflexió fontos szerepet kap az életvitel és az életvezetés szempontjából. Mindez különösen igaz azokban a társadalmakban, ahol a mértéktelenség kultúrává vált, a hétköznapi élet megszokott „természetes” jellemzője. Az ember biológiai, szociális és szellemi szükségleteiből egyenesen következik a fogyasztói magatartás és ezzel együtt a hajlam a mérték figyelmen kívül hagyására. Ezért nehéz a mértéktelenség ökológiai erényét saját személyes életünkre vonatkoztatni és gyakorolni, hiszen olyan természetesnek tűnik a gondolat, hogy még ezt vagy azt megengedhetjük magunknak. Ráadásul felment bennünket az a tényszerű és nyilvánvaló körülmény, hogy nem az egyes ember az igazán felelős az ökológiai válságért. Többek közt Erich Fromm hívta fel a figyelmet, hogy a fogyasztás tulajdonképpen birtoklás, amely enyhíti a szorongást, de egyúttal készíti a fogyasztót, hogy még

VIGILIA
1103

többet birtokoljon, mert a korábbi fogyasztás hamar elveszíti jutalmazó jellegét.¹ A fogyasztás tehát természetes és élvezhető folyamat, de a mértéktelenség egyik legnyilvánvalóbb jele az, amikor az identitásunk szerves részévé válik, amikor nagyrészt ezek által engedem meg magamnak, hogy az legyek, aki vagyok. Mélyen beépül önmagam elfogadásának folyamatába. Az így rögzült önfogadás pedig szervesen kihat az egyes személy önfelülmúlásának konkrét gyakorlatára, amelyben az ember egy meghatározott ügy iránt elkötelezetten vagy egy másik ember irányába vállalt áldozatvállalással cselekszik. Márpedig az öntranszcendencia a humánium megnyilvánulásának egyik legsajátabb formája.² Ezt befolyásolja jelentős mértékben a mindenre kiterjedő fogyasztói viszonyulás. Már rég nem kizárólag gazdasági folyamatról van szó, hanem egyfajta jelrendszerként érvényesül, amelyen keresztül az ember, a valós szükséglettől elszakadva, már nem tárgyakat, hanem jelentéseket fogyaszt. Baudrillard gondolatmenetéhez kapcsolódva mondhatjuk, hogy a „túlburjánzás társadalmában” élünk, amely már nem növekszik, hanem dagad.³ A konzum-szemlélet eluralkodása miatt továbbra is szükségünk van a fenntarthatóság eszméjére, de nem olyan utópiaként, amely végső soron a fogyasztás „új” formáit ösztönzi. A fenntarthatóság regulatív eszméjére és narratívájára van szükségünk, amely irányítúként szolgál a lelki- szellemi értelemben vett ökológiai mértékletesség gyakorlásához.

A reflektált és a napi szinten gyakorolt mértékletesség erényét kiváltképp igénybe veszi a mai kor egyik legsajátabb fogyasztási kísértése, az állandó jelleggel fenntartott digitális jelenlét és az ezzel járó információs zaj. Az ember figyelme fontos árucikké vált. Sokan gazdagodnak meg abból, hogy – szinte bármi áron – figyelmünket elterelik. Meglehetősen nehéz az önvallomás ezen a téren is, mert szembe kell néznünk azzal az önmagunkkal is, aki hosszú órákat tölt el a különböző digitális tartalmak és közösségi médiafelületek végtelenített görgetőfelületein. A digitális jelenlét, az okostelefon használatán keresztül, olyan identitásformáló dimenzió, amelyhez elengedhetetlen tudatosan viszonyulni. A mértékletesség erénye a digitális fogyasztás vonatkozásában nem a nélkülözést vagy az elszigeteltséget jelenti, hanem a kritikai reflexiót, a hétköznapi élet érvényesített szemlélődő gyakorlatot, vagy a tudatos lelassulás életművészet elvét. Nehéz kihívás elé néz az, aki megpróbálja ezeket az erkölcsileg átgondolt elveket és gyakorlatokat alkalmazni, mert noha a globálisan érvényesülő kaptalista rendszer a hagyományos értékek mellett áll ki, mégis a felfokozott termeléshez igazodó fogyasztást támogatja. Ennek megfelelően, hangsúlyozza az osztrák katolikus szociológus Manfred Prisching, tudományos alapokon értékeli át a klasszikus erények értelmezését. „A mértékletesség és a szerénység erényeitől meg kell szabadulni, és a korábban bűnnek számító mohóságot és mértéktelenséget kell értékékként felmagasztosítani. Az értékek ilyen átértékelése könnyebben megvalósítható, ha nem közvetlenül, a normatív szinten, hanem a tényállások leíró

1 Erich Fromm: *Birtokolni vagy létezni? Egy új társadalom alapvetése.* (Ford. Hidas Zoltán.) Akadémiai, Budapest, 1994.

2 Viktor E. Frankl: *A tudattalan Isten. Pszichoterápia és vallás.* (Ford. Varga Judit, Bircsák Anikó, Varga Zsófia.) Ursus Libris, Budapest, 2018.

3 Jean Baudrillard: *De la croissance à l'excroissance.* *Le Débat* n° 23 (1983/1), 4-7.

szintjén próbálják meg átalakítani az alapvető beállítódásokat, vagyis ha újfajta valóságértelmezést vázolnak fel [...] és a rendszer természettudományosan igazolt határtalan »logikáját«. A kereslet elégtelensége felett érzett aggodalom a határtalan világ vízióját kényszeríti ki.”⁴

A fentiekkel összefüggésben magától értetődően merül fel a kérdés, hogy mi az értelmiség szerepe a helyes mérték megállapításában és az ennek megfelelő mértéketesség gyakorlásában. Gyakori tapasztalat, hogy a mértéketesség hiányának köszönhetően könnyen feladjuk a kritikai tudatot vagy átruházzuk a mesterséges intelligenciának. Kiszámíthatatlan folyamatokkal jár együtt a kritikai észnek a divatos ideológiák felőli értelmezése is, amelyek a toleranciát intoleráns módon hirdetik. A kulturális és hétköznapi életünket áthatja a politika jelentőségének túlhangsúlyozása, ami gyakran bénítja az emberek közötti kommunikációt és együttműködést. Márpedig a jóindulat által vezérelt kommunikáció és a gyakorlati intelligencián (*fronézis*) alapuló együttműködés nélkül nehezen fogunk válaszolni a közösségeinket ért kihívásokra. Véleményem szerint ma sincs más terápia, mint az emberi méltóság helyreállításáért elkötelezett hagyományos gyakorlatok. A vallás, a filozófia és a művészet segítségével újra és újra el kell merülnünk a valóság teljességének titkában, amely minden értelem forrása.

„[...] te kivettél minket a pusztaságból, és elvezettél minket a lugasba. És szánkra tetted a bort, és szánkra tetted a szót, hogy többé mi már ne tévelyegjünk.

Hogy sem mi, sem unokáink, sem azok unokái ne hibázzák el a mértéket, a csendet és a tisztánlátás kegyelmét. Hogy ne szomjúhozzunk többé mást, mint a napfényt, mint a tiszta és egyenes beszédet. Igéket, melyeknek múlt idejük van, jelenük és jövőjük. Szavakat a szóközök mögött.”⁵

MÉRTÉKETESSÉG EGY MÉRTÉK NÉLKÜLI VILÁGBAN

Schmal Dániel

Filozófus

A mértéketlenség a modern fogyasztói társadalmakban nem csupán az emberi mohóság szimptomájaként jelentkezik, melyet az emberi természetből kiirthatatlan hibaként már az ókori moralisták is ostromoztak, hanem a fogyasztói kapitalizmus szerkezeti problémájaként. Meglepő, hogy a modernitás kezdeteinél John Locke milyen alaposan foglalkozott annak a mértéknek a kérdésével, amely meghatározza a magántulajdon jogos terjedelmét. Nézete szerint e mértéket a természet eredetileg az emberek munkájának és szükségleteinek a terjedelmével szabta meg, ezért eleinte „senkinek a munkája sem tudott mindent leigázni vagy kisajátítani”. Ez a mérték alakult potenciális mértéketlenséggé a pénz megjelenésével, amely – mivel tartós anyagra váltotta a romlandó természeti értékeket – lehetővé tette a felhalmozást. Locke tudott e mérték bizonytalanságáról: a természeti állapotban „bizonytalan a tulajdon élvezete”, hiszen nincs olyan „érvényes, rögzített és ismert törvény, amelyről közös beleegyezéssel [...]”

4 Manfred Prisching: „Vásárolok, tehát vagyok”. A személy a kapitalizmusban. (Ford. Berger Viktor.) *Fordulat* 4. évf. 15. szám (2011), 72–96, 41.

5 Halmosi Sándor: A fenntartható csodákról – az éneklőmesternek, az életnek zsoldára. In uő: *Gileád* (versek). Noran, Budapest, 2009, 41.

elismernék, hogy a jó és a rossz *mértéke*...” Locke szerint e bizonytalanságot orvosolja az állam, amely mindenki számára egyformán érvényes törvényi mércéjével, bírói és végrehajtói hatalmával lehetővé teszi az immár megsokszorozott tulajdon zavartalan birtoklását.

A modernitásnak erre a stabilizációs ígéretére ma hajlamosak vagyunk gyanakvással tekinteni, hiszen a Locke által népszerűsített gazdasági és társadalmi szerkezet – minden sikere dacára, sőt épp e sikernek köszönhetően – mára a mértéktelenség kultúrájává változott. A népességrobbanás, a fogyasztás, a gazdasági folyamatok, valamint a globalizációs és deglobalizációs erők logikája együttesen feltartóztathatatlan ütemben teszik egyre komplexebbé a világunkat. Nem véletlenül utal nyolcmillió ember sűrű kapcsolatrendszerére korunk egyik népszerű megnevezése: „túló modernitás” (*surmodernité*). A kifejezést megalkotó Marc Augé az események és a jelentések túlburjánzásához kapcsolja a kereteknek azt az új formáját, „amit »szürmodernitásnak« nevezhetünk, így utalva lényegi modalitására, a mértéktelenségre”.

Mindez önmagában is indokoltá teszi a mértékletesség bizonyos formáit, amelyek rendre meg is jelennek életmódreformként, a kibocsátás csökkentésére tett ígéretekként, az ökológiai lábnyom csökkentését szolgáló intézkedésekként. Ám e törekvések nem a mértékletesség kultúráját hozták el: az erőfeszítések nemcsak a káros anyagok kibocsátását nem csökkentették, de a jövővel kapcsolatos szorongásunkat sem. S ami a legrosszabb: az egyes ember könnyen erőtlennek érzheti magát egy olyan rendszerben, ahol a jó szándékok is elvesznek a rohanó kommunikáció, a gazdasági és politikai érdekek útvesztőjében. Ha pedig ez így van, nem helyesebb-e arra törekedni, hogy egyéni integritásunk eszközeként kultiváljuk a mértékletességet egy mértéktelen világban? E törekvés bizonyára helyes lenne, ha nem tudnánk, hogy az egyén nem elszigetelt hatalom: annak lélektani, sőt metafizikai szerkezete, amit „önmagunknak” hívunk, ezer szálon kötődik létezésünk társas feltételeihez.

Mit jelent tehát a mértékletesség erénye egy olyan világban, amelyet nemcsak a személyes mérték hiánya, hanem a világunk szövetét csaknem minden ponton átjáró rendszerszerű mértéktelenség is jellemez? Jelentheti-e, mint Cicerónál és Szent Tamásnál „az ész javának érvényesítését az észnek ellenszegülő szenvedélyek ellenében” (ST II^a-IIae, q. 141 a. 3 co.)? Hihetünk-e ma egy olyan ész kontrollfunkciójában, amely a rendszer inherens komplexitása miatt a legtisztább emberi intenciók mellett is szükségképp kalkulálhatatlan mellékhatásokat termel? Locke-nál az emberi világ konstrukciós műveletei a természet kimeríthetetlen térségeiben zajlanak, de nem vesz tudomást arról a helyről, ahol a harc folyik. „Ki beszélt valaha is arról, hogy hol harcol egymással az úr és a szolga?” – kérdezi Michel Serres, aki a mai környezeti krízisre utalva így folytatja: „A föld, a vizek és az éghajlat, a néma világ és a hallgatag dolgok, amelyeket valaha csak dekorációként helyezettünk az életképek köré, [...] most kegyetlenül és minden figyelmeztetés nélkül ellentámadást indítanak manipulációinkkal szemben.” Mivel minden emberi cselekvés erőforrásokat használ és salakot hoz létre, ezek bizonyos kvantitatív határt átlépve egy bonyolult rendszer nehezen uralható kockázati tényezőiként köszönnek vissza. Mai környezetünket a „mellékhatások forradalma” (Ulrich Beck) alakítja, s nehéz hinni az ész szenvedélyeket

fékező erejében, amikor régiókban egy mértékletes embernek is csaknem akkora az ökológiai lábnyoma, mint egy mértéktelen fogyasztónak.

Engem e dilemmákkal szembesülve az a gondolat foglalkoztat, hogy vajon nem fordíthatjuk-e javunkra a bizonytalanságot, amely elszívni látszik a levegőt az erény klasszikus fogalmától. A mértékletesség latin neve, *temperantia*, arra utal, hogy életünk összetevőit megfelelő arányban elegyítve kell harmonikus egészet létrehozunk: nem feladni kell a vágyainkat, hanem az ész szempontjait hozzáadva egy kevésbé erős, a határokat – ember voltunkat – tiszteletben tartó arányt szükséges magunkban kialakítani. Tegyük fel tehát, hogy az ész által ismert formák helyett inkább épp azt a kiküszöbölhetetlen maradványt vesszük alapul, amely szükségképpen kicsúszik az intencionális kontroll alól, ami tehát kiszámíthatatlan kockázatként van jelen minden észszerű törekvésben. Mi történik, ha ennek tudatát adjuk az összetételhez? Igaz, ez önmagában inkább óvatosságot és visszafogottságot indokolna. Önmérséklet akkor lehet e magatartásból, ha önmagunkon végzett munka járul hozzá, vagyis ha nemcsak a kockázatok által indokolt óvatosságot tesszük magunkévá – ami inkább a biztonsági rendszerek szaporítását indokolná. Ha turbulens környezetünkben többet várunk az önmérséklettől, mint hogy a rugalmas alkalmazkodás, a fittség vagy a reziliencia eszköze legyen, akkor a *temperantia* a biztonsági kockázat helyett a „kalkulálhatatlanság” egy egészen másfajta jelentését kell hogy az elegy részévé tegye.

Elgondolkodtató például Oidipusz király története. Théba mitikus uralkodója minden pozitív intenciójával valami mást valósított meg, mint amit célként maga elé tűzött, így vaksága az emberi sors feletti kontroll kudarcának fájdalmas szimbóluma. Különösen beszédes lehet ma e kép annak fényében, hogy cselekvéseinkkel mi magunk is mindig megvalósítunk valamit, amivel nem számolunk (vagy amit egy külön ügyosztály, a hulladékgyártás gondjaira bízunk): mellékhatások sorát indítjuk el, amelyek kiszámíthatatlanul interferálnak, hogy váratlan csapásként bukkanjanak fel világunk egy-egy másik pontján. Nem véletlenül lehet ma szükség „arc nélküli etikára” (Stéphane Chauvier), mert bár a mellékhatások nem *face-to-face* kapcsolatokban jelentkeznek, etikailag mégsem lehetnek közömbösek számunkra. Az önmérséklet gyakorlatai mindennapi életünk anyagába írhatják azt a tudást, amely mellett vágyaink pazarló kiszolgálása érzéketlenül megy el.

De még egy további hatása is lehet az elegy e komponensének. Oidipusz üres szemgödre egyszersmind az epifánia helye is a görög drámában: isten hatalmának megnyilatkozása az ember életében. Egyszersmind annak a reménynek is helyet biztosíthat tehát emberi habitusunkban, hogy az elveszni látszó mérték a maga mértéktelenségével akkor is utat találhat világunkba, ha mi egy kiismerhetetlenül komplex térben apóriák foglyai vagyunk. Oidipusz sírhelye a mítosz szerint áldást hoz arra a földre, amelyik nem tagadni akarja, hanem befogadja.

Székely János

Szombathelyi

megyéspüspök

MÉRTÉKLETESSÉG

Az én jó Szüleim a mértékletesség szép és vonzó példáját élték elénk, és ezt adták tovább nekünk, a gyermekeiknek. A mi családjunkban nem a birtoklás, nem a fogyasztás, nem a csillogás volt az igazi érték. Autónk soha nem volt, és egzotikus nyaralásokra sem mentünk soha. Nálunk az igazi érték a hit volt, a családi esti imák, a zene, a nyelvtudás, a közös kirándulások, a vidám társasjátékok, a meghitt ünnepek.

A mértéktelenség, a habzsolás, a mennyiségi növekedésre való törekvés pontosan ezt veszi el az embertől. Az igazítól foszt meg, és hamis, felszínes csillogást kínál helyette.

Ez a világ Atya, Fiú és Szentlélek örök szeretetéből lett. Az Atya szüntelen mindent odaad a Fiúnak: öröktől fogva mindörökké „szüli” Őt. Bizonyos értelemben az Atya szegény. Semmit sem birtokol. Mindent szüntelenül odaad. A szeretet örök eksztázisában él. A Fiú mindent befogad, és mindent azonnal visszaad az Atyának. Öröktől fogva mindörökké „születik”. Az Atya olyan, mint a Nap, amely minden fényt átad. A Fiú olyan, mint a tükör, amely minden fényt azonnal visszaad. A Szentlélek pedig maga a Fény, amely árad Atya és Fiú között. Ebből a Titokból lett a világ: az atommagok és elektronok tánca, a férfi és a nő szerelme, a nyíló virágok, a nevető gyermekarcok. Ebből a Titokból sarjadt ki a mi életünk is. Arra születünk, hogy szeressünk, hogy ajándékká tegyük, odaadjuk az életünket.

Egy véges energiaforrásokkal és véges anyagmennyiséggel rendelkező bolygón korlátlan mennyiségi növekedés nem lehetséges. Az emberiségnek nem mennyiségben, nem a GDP és a fogyasztás növelésében kellene növekednie, hanem minőségben: emberi kapcsolatokban, tudásban, művészetekben, játékban, örömben, spiritualításban.

Boldog Orosz Péter Pál vértanú általában csak egyszer evett naponta. Azt mondogatta, hogy szeretne könnyű lenni, mint a madár, hogy szárnyalni tudjon.

Egy alkalommal egy udvari főember, Arisztipposz azt mondta Diogenésznek, a híres görög filozófusnak, aki éppen egyszerű lencsefőzeléket evett: „- Ha hízelegnél a királynak, nem kellene lencsét enned.” Mire Diogenész így felelt: „- Ha megtanulnál lencsén élni, nem kellene hízelegned a királynak.”

Egy gazdag ember meglátogatott egy híres rabbit. Amikor belépett a rabbi házába, meglepődve látta, hogy a szobában alig van valami: csak egy asztal, egy szék, meg néhány könyv. A gazdag ember megkérdezte: „- Rabbi, hol vannak a bútoraid?” A rabbi visszakérdezett: „- Hát a tied hol vannak?” A látogató csodálkozva felelt: „- Én átutazóban vagyok.” Mire a rabbi ezt mondta: „- Én is.”

A mértékletesség megajándékoz az igazán lényegessel. Könnyűvé tesz, hogy tudjunk szárnyalni, szeretni. Felszabadít a mások előtti hajbókolás béklyói alól. Emlékeztet arra, hogy csak átutazóban vagyunk ezen a világon.

A KIS ZABÁLÁS

Tompa Andrea

Író

Nagyszüleim minden tekintetben sokkal mértékletesebbek voltak, mint a szüleim. Nem hinném, hogy azért állítom ezt, mert a szülők nemzedékét jobban kritizáljuk, mint a nagyszülőkét. Ők, a nagyszülők nem zabáltak, hanem ettek, étkeztek, szabályos időközönként és lehetőleg együtt. Nem tudok tivornyákról, falási rohamaikról, fölösleges felhalmozásokról. Általában (bölcsen) nem helyezték az asztalra a lábost, fazekat, tálat, hanem kivettek belőle annyit, amennyit elégségesnek ítélték és azt ették meg. A maradékot becsben tartották, és újra felhasználták. Egyik nagyszülőmet sem láttam részegen, elhízottan. Nem láttam őket éjt nappallá téve dolgozni sem; igaz, mindez társadalmi osztály kérdése volt mindig is. Ők a háború előtt szocializálódtak és lettek felnőttek, alakították ki szokásaikat és hétköznapi gyakorlatait. Sportoltak is, régi teniszütők és sítalpak, szánok voltak a padlásunkon, kirándultak, olvastak, színházba jártak és társaságba. Mai szemmel nézve is egészségesen éltek (volna, ha nagyapám nem szív el naponta egy doboz szűrő nélküli cigarettát, ami aztán el is vitte); a nők sokkal tovább éltek ebben a polgári világban is. Nem idealizálom ezt a világot, ezt a középosztályt, polgári réteget, vagyonosnak nem voltak mondhatók, kétszobás házrész birtokoltak, és egy nyaralót a város szélén. Csak a nagyapámnak volt munkahelye és képzettsége; a nők a tanuláshoz és szakmához ritkán jutottak hozzá akkor még.

A szülők nemzedéke azonban egy olyan világba érkezett, amely ugyan aszkézist hirdetett és reklámozott („kommunista aszkézis”), ám maga az élet rettentően leértékelődött és vált nyomorúságossá, különösen Romániában. Az 1950-es évektől a diktatúra egymásra rakódó rétegei a testeket, ezeket a társadalmi képződményeket alapvetően megnyomorították. A testhez való szereteteli, de legalábbis figyelmes és mértékletes viszony elveszett, a saját test ellen való agresszió, pusztítás viszont elszabadult. Annyi alkoholista, amennyi Erdélyben volt – és vélhetőleg sok más helyütt a háború után minden társadalmi rétegben, egy olyan világban, amely azt hazudta, hogy mindenki egyenlő és az osztályok megszűntek, tapasztalatom szerint csak Oroszországban fordult elő. A menekülések ebből az elnyomó világból sok irányba történtek – itálba, tivornyába, alkotásba, rengeteg munkába.

A menekülés azonban mértéktelenséget szült. Az ünnepek, főleg az egyre áruhiányosabb Romániában, gigantikus vállalkozásokká váltak, túlzássá és valami erényfitogatássá: ki mennyi mindent tudott összespórolni, -szerezni, -sütni. Legalább ekkor legyen egy valódi, kiadós zabálás. Ennek a nemzedéknek a társadalmi teste ebbe a mértéktelenségbe roppant bele: itálba, olykor evésbe, mértéktelen munkába. Bár csak felületes ismereteim vannak e korszak szexualitásáról, a test leértékeléséhez ez is masszívan hozzátartozhatott.

1973-ban készült *A nagy zabálás* című francia film. A Nyugat, melyről „mi” arrafele rettentő keveset tudtunk, már a fogyasztás kritikáját fogalmazta meg ekkor. 1968 után vagyunk, megjelent a mértékletesség (szerintem) legfontosabb manifesztuma, amely éppenséggel a fogyasztás kritikája és ilyen módon a fogyasztói társadalom mértéktelenségének legfontosabb filozófiai dokumentuma: Guy Debord *A spektakulum társadalma* című

műve. Abban a világban, amelyben minden – az árutól kezdve az emberi testig és gondolatig – látványná, spektakulummá lett, semmi sem értékelődött le annyira, mint a látványt, látványosságot nélkülöző, azt elutasító mértékletesség. Az ugyanis halk – nem akar megjelenni, kérkedni, mutatni magát, forogni mások szeme előtt, nem feltűnő. Nem is látható tulajdonképpen. Egyenesen unalmas. És főleg: nem adható el.

(Maradék) szüleink, akik megélték a rendszerváltást, máris válthattak arra az új világra, amelynek középpontjában a fogyasztás, felhalmozás, teljesítmény és mindennek a láthatósága állt. Aminek ők és mi is a fogságába kerülünk. Beköszöntött számunkra is a vágyott spektakulum társadalma.

Ma egy olyan látványvilágban élünk, amelyben egy birodalmi vezető neve hatméteres aranybetűkkel áll kiírva egy róla elnevezett épületen. Egy másik birodalmi vezető egy hat méter hosszú asztalnál tárgyal partnereivel, palotájának hálóterme pedig kétszázhatvan négyzetméter, bár aki ezt leleplezi, annak halál jár cserébe. Egy harmadik (piciny) birodalom vezetője titkon egzotikus állatokat vásárolt birtokára, zebrákat meg antilopokat. Az idolfocista 230 millió dollárt keres egy szezonban, vagyis egy sportoló egyetlen szezonban 77 milliárd forintot keres. A világ leggazdagabb emberének pedig tizennégy gyermeke van négy anyától, ebből némelyik béranya. Ezek történetesen mind férfiszereplők.

Ebben a világban nincs ma kisebb és jelentéktelenebb, lenézettebb érték, mint a mértékletesség. Tökéletesen elvesztette szerepét, filozófiai jelenlétét és jóformán értelmét is. Ki hinné el, hogy a mértékletesség boldoggá tesz, belső egyensúlyod tartja meg? Hogy hosszabb és jobb életet élsz, ha mértékletes vagy? Hogy mértékletesnek lenni annyi, mint felismerni a valódi szükségleteid?

Ha már az imént előkerült a kétszázhatvan négyzetméteres hálóterem. Milyen minőségű alvás lehet abban a teremben? Milyen pihenés? Milyen álmok? Milyen szexuális élet? Ezek lennének az emberi szükségletek?

Aki látszani akar ma, annak kötelező mértéktelennek lenni. Márpedig ez a látszás, a láthatóság, a spektakulum jelene. Nem elég, hogy valaki könyveket olvas, néha, esetleg elmegy futni, ha kedve van. Főz, ha úgy alakul. Megfogalmaz valamiről véleményt, esetleg politikait. Elvértve utazik is. Gyalogol. Kutyát sétáltat. Alkot. A látszáshoz ez mind nem lesz elég. Sokat kell olvasni és folyton, és egyre *úgyabbul*, nyilvánosan; főzni profin és egzotikusait és mesterszinten; utazni feszt, nem beszélve a sportolásról, ott aztán dübörögjenek a kilométerek. És publikálni, amennyit csak lehet. És véleményt formálni, sokat, intenzíven, egyre növekedni mindenben, kérem. A spektakulum társadalmában minden áruvá vált, mondhatnám: áruvá váltunk és mértéktelelné.

Döbbsenten néztem az evést, a fogyasztást kritikátlanul istenítő újabb francia alkotást, *A szenvedély ízét*, amit 2023-ben mutattak be. Hogyan lett az evés, egyfajta spekulatív evés, a mértéktelen fogyasztás, látványosság minden kritikai szemlélet nélkül témája egy alkotásnak? Ez a kortárs kis, de igencsak költséges és kifinomult zabálás szobrot emel annak, amit egy fél évszázada még kritikai vizsgálat tárgyává tett a művészet – az evés spektakulumának.

Aki mértékletességgel akar találkozni, keresse a halkat. Saját magában a halkat, csendeset, látszani nem akarót, semmi feltűnővel nem rendel-

kezőt. A mértékletesség szelíd és látványkerülő, egyenesen rejtőzködő. Rejtőzködő, mint minden, ami szép.

MEDITÁCIÓ A MÉRTÉKLETESSÉGRŐL

Tverdota György

Irodalomtörténész

Egyetemista koromban Hume-nak egyik tételével szembesültünk: abból, hogy eddig minden reggel fölkel a nap, nem következik szükségszerűen, hogy holnap is fel fog kelni. Így vagyunk a világgal is, amelyben élünk. Évezredek során alakult olyanná, amilyennek tapasztaljuk. Egyrészt az anyagi javak egyenlőtlenül és aránytalanul vannak elosztva, s ez a többség számára a viszonyok szűkösségével jár. Természetes igényünk, hogy többre tegyünk szert időben, anyagi javakban, mint amennyivel bírunk, jobb feltételek között folytassuk életünket, mint amiben eddig részünk volt. Azért, hogy szinten tartsuk magunkat és családjunkat, esetleg javítsunk állapotainkon, rendszeres munkát kell végeznünk. Vajon mit kezdenénk a ránk szakadt szabadidővel, ha például a gépeknek, az automatizációnak, a robottechnikanak köszönhetően a jelenleginél sokkal kevesebb erőt és időt kellene munkára fordítani? Mi lenne, ha a természetesnek hitt létfeltételeinkben egyetemesen radikális javulás, megkönnyebbedés állna be? A válasz során szükségképpen játékba kellene hoznunk a mértéktartás fogalmát.

Kiderülne, hogy az ember két lábon járó válságjelenség. Hogy állva maradjunk és el ne dőljünk, az egyensúlyérzékünknek jól kell működnie. A gravitáció állandósága nélkül elemi biztonságérzékünk is eltűnne. A levegő belélegezhetősége nélkül megfulladnánk. A hőmérséklet bizonyos határok között tartása nélkülözhetetlen az emberi létezés számára. A felsorolt aggályokról legjobb megfeledkezni. Azt a tanulságot azonban mindenképpen le kell vonnunk belőlük, hogy az embernek a maga részéről a legoptimálisabban hozzá kell járulnia, hogy a világ a továbbiakban is olyanként álljon fenn, amilyenként beleszülettünk. Ennek a belátásnak a gyakorlati oldala az, amit a mértékletesség gyakorlásának nevezünk. Talán többről is van szó itt, mint erényről. Az erény az ember dísze, ahogy a gyöngeségek, a bűnök az ember szégyellnivalói. A mértékletesség elemi iránytűnk kell legyen. És van itt még valami, ami további nehézséget okoz. Az ember lépten-nyomon tapasztalja, hogy nem elegendő, ha magamra nézve érvényesnek tekintem ezt a parancsot. Ahogy az országúton nagyon gyakran a véten vezető esik áldozatul egy vele szemben felelőtlenül közlekedő másik autósna, úgy az egyénnek a saját mértékletessége mellett ügyelnie kell arra, hogy a kötelességet kiterjessze a családtagjaira, barátaira, környezetére, és azokra a tágabb közösségekre, amelyekbe természetesen beletartozik.

Természetesen a költők és az írók azok, akik a szó művészeiként a legközvetlenebbül fölvetik és tárgyalják a felmerülő legkényesebb, legfogasabb kérdéseket. A modernség korában működő két legkedvesebb szerzőmre szeretnék itt hivatkozni. Az egyikük Móricz Zsigmond, a *Tragédia* című novella szerzője. Kis János történetét meséli el, egy, az ínség világában élő emberét, aki egy ünnepi alkalom révén szembetalálja magát a bőség világával. Hogy magyar parasztról van szó, egy adott történelmi korban, azt most tegyük zárójelbe. Maradjunk meg az elvont képletnél. A szűk befogadóképességű egyén elveszíti a mértéket, élményszerűen birtokolni

VIGILIA

1111

akarja a javaknak azt az irdatlan mennyiségét, amely keze ügyébe kerül. Móricz voltaképpen a relációk egyensúlyának katasztrofális felborulását ábrázolja művében.

A másik példát kedves költőm, József Attila szolgáltatja. Mindig ámulattal és elképedéssel szemlélem, mennyire magától értetődőnek vélik olvasói, elemzői a költő *Ars poetica* című versének nevezetes mondatát: „A mindenséggel mérd magad!” Megvallom, nem igazán értem, mit akart mondani ezzel a mondattal József Attila. Mert ha elfogadjuk mértékegységünknek a mindenséget, akkor először is porszemeknek, parányoknak kell látnunk magunkat, és végtelenül jelentéktelennek kell éreznünk énünket az univerzum mérhetetlen nagyságához képest. Másrészt a nagy léptékű változásoknak végtelenen kitett, sebezhető, változékony, függő mivoltunkat kell tudomásul vennünk. Vajon ez-e az idézett mondat üzenete? József Attilának ismerjük egy fiatalkori, Bécsben írt kis versét, a *Hangya* című költeményt, amely ezt az értelmezést látszik alátámasztani. A vers beszélője – úgymond – észrevesz egy elaludt parányi lényt, egy hangyát, akit egy szalmaszállal megpiszkálva akar kíméletesen felébreszteni. De aztán meggondolja magát, mert esni kezd, és az eső elől menedéket kell találnia. De akkor mi fog történni a viharban a hangyával? Persze a mértékek felborulásának nem ez az egyetlen helye József Attila költészetében. Kései korszakában talál rá a túgoló világ-egyetemnek a korban terjedő teóriájára. Arra a tapasztalatra, hogy a világ, amelyről azt hisszük, hogy állandó, szilárd, örök, valójában egy széthulló halmaz. Élete utolsó hónapjaiban az emberi mértéktartás parancsát helyezi szembe – még akkor is, ha ez hiábavalónak bizonyulna – a világ állhatatlan mivoltával: „énvelem a hűség van jelen / az üres űrben tántorgó világon”. Ez igazán nem sok, de ennél többet magam sem remélek...

A MEGTARTÓ MÉRTÉK KARÁCSONYI MEDITÁCIÓ A VÁGYRÓL

Urbán József
SchP

Piarista szerzetes,
teológus

A felkérés a mértékletességről való gondolkodásra hív, de nem egyszerűen aszketikus összefüggésekre irányítja figyelmünket. Azzal, hogy a vággyal való kapcsolatát nevezi meg, alapvető emberi hajtóerők erőterébe helyezi, ahol a mértékletesség nem a vágyat kioltó öncélú tiltásként, hanem a szétesés formátlanságától óvó határként jelenik meg. Hogyan lehet úgy élni teljes emberi életet, hogy a szenvedély, a növekedés, a vágy ne váljon önpusztítóvá, s a mérték ne szűkösséget jelentsen, hanem távlatot?

Hadd válaszszak mégis egy másik kiindulópontot. Nem a mértéktelenség formátlanságát, hanem a hiányt: a kudarc szétesettségét.

1. A kudarc: amikor a természetes szétesik

Félreértjük az isteni szeretetet – mondja egy helyütt Jeromos atya (*Lehetőségek és dallamok. A belső élet iskolája*) –, ha azt hisszük, az emberi szeretet felől megérthető, mintha annak a tökéletességig vitt fokozása lenne. E gondolat hallatán alighanem elsősre a negatív teológia figyelmeztetése idéződik fel bennünk: az isteni valóság nem egyszerűen az emberi törekvések szép sikere és nyugvópontja; a természetfeletti nem vezethető le a természetesből. Innen oda a határ nem léphető át.

Van azonban egy másik út is az Istenhez, vagy pontosabban: Istennek van egy másik útja az emberhez. Ez ott tárul fel, ahol a természetes nem teljes, nem működik, széteső, zilált, töredékes, sebzett, szétfoszló: nem porózus – mert a porózusság jó lenne, hiszen átjárhatóvá tesz, szellőssé –, hanem repedezett, széthasadó.

Ilyenkor a természetfeletti mintha közvetlenül lenne jelen, hiszen a természetes hiányzik. Nem a természetes tart meg, hanem a kegyelem. A kegyelem a résekben van jelen. Nem hiányként, hanem a hiányban. Nem a negatív teológia értelmében tehát, hanem konkrétan: a hiányban, a törésben, a repedésben.

Az egyszerűségében is kedves kis történet a tengerparti fövényen párhuzamosan futó két lábnyomról – az Istené és az emberé – segíthet megérteni ezt. Amikor az ember visszatekint az életére, és a legnehezebb pillanatokban csak egyetlen pár lábnyomot lát, megkérdezi: miért hagytál magamra? A válasz: karomba vettelek, hordoztalak.

Ilyenkor nem az Isten nincs, hanem az ember: az emberi szereplő felmondja a szolgálatot, erőforrásai végére ér, kifogy önmagából. Az emberi világ, a mi szerkezeteink esnek szét, az emberi *temperantia* omlik össze. A mérték itt nem a saját erőmből kimért adag, hanem a hordozottság. A széteső, a teljes beomlás határáig eljutó életet valami mégis megtartja.

2. Mértéktelenség és haladás: a Történelem angyala

A továbbblépés, a már-volt formák meghaladásának vágya mögött gyakran a szertelenséget, az újdonság hajszolását sejtjük. De mintha lenne itt valami alapvetőbb: a menekülés a töredékesség formátlanságától, az emberi esendőség és szenvedés irtóztató látványától. Nem annyira unalom ez, mint iszony: meghaladni akarjuk, de valójában menekülünk.

Ennek a menekülhetnének a modern civilizációt közösségi szinten jellemző vonását ragadja meg Paul Klee *Angelus Novus*ának képe, amelyet Walter Benjamin a történelem angyalaként értelmez. Benjamin szerint az angyal „[...] arcát a múlt felé fordítja. Ahol mi események láncolatát látjuk, ott ő egyetlen katasztrófát lát, mely szüntelenül romot romra halmoz és mindet a lába elé sodorja. Időzne még, hogy föltámassza a holtakat és összeillessze, ami széttörtött. De vihar kél a Paradicsom felől, belekap az angyal szárnyaiba, és olyan erővel, hogy nem tudja többé összezárni őket. E vihar feltartóztathatatlanul űzi a jövő felé, amelynek hátat fordít, miközben az égig nő előtte a romhalmaz. Ezt a vihart nevezzük haladásnak” (*A történelem fogalmáról*). Vagyis a „haladás” a romok látványától való elfordulás, folyamatos távolodás.

A Paradicsomból messiási ígéret szele érkezik, de e világi, immanens formájában a forradalmiság történelmi erejévé válik, amely haladást ígér, miközben elnyomja magában a szenvedés és végső emberi kudarc katasztrófikus látványa miatti mélységes iszonyát.

Civilizációnk, a kultúra, amelyben élünk, és amely a zsigereinkben születő válaszok mélyrétegében ható módon kínál bizonyos formájú válaszokat, és tilt – vagy tesz szinte lehetetlenné – másokat, arra ösztökél, hogy meneküljünk a töredékesség és a formátlanság látványától. Ráadásul a megváltás reményében, sőt a megváltás aktusaként: „Tovább, tovább! Oldjuk meg! Tegyük rendbe! El innen!”

A rendezés, a „tisztázó szigorúság” (Bereményi Géza – Cseh Tamás: *Nyugati pályaudvar*) forma-adó vágya ebből az iszonyból táplálkozik. Olyan rendszerszintű, kulturális üzenet és hajtóerő ez, amely olykor a teológiai szemléletmódot és a spirituális törekvéseket is meghatározza. Paradox módon a már-volt formákhoz ragaszkodás is ennek megnyilvánulási formája. A paradicsomi állapotba visszavágyás hátrálva tett odébb lépést eredményez, éppúgy, mint a történelem angyalának mozgása.

A valóságot rendelkezésre állóvá (angolul *disposable reality*) alakítani akaró emberi törekvés – amelyet Albert Borgmann (*Power Failure*) szembeállít a minket irányító valóság (*commanding reality*) elfogadásával – a valóságot egyben eldobhatóvá (*disposable*) is teszi. Ezért intő vészjel a bezárkózás, a tantételek mögé bújó merevség, a legalizmus, a kontroll aszketikája: mindegyik mögött a valóság elutasítása, s az ilyen értelmű „haladás” áll.

3. Karácsony: megtartó mértékadó forma

Karácsony – és tágabban a megtestesülés, vagyis Isten és ember kapcsolatának egész története – a menekülés fordítottja. Isten nem fordítja el tekintetét a romoktól, hanem belép közéjük. A megtestesülés nem Isten elérhetetlenségéről szól, hanem éppen ellenkezőleg: paradox és érthetetlen elérhetőségéről. Ki gondolta volna, hogy így van jelen? Ki gondolta volna, hogy így jelen van?

Jelen, de nem a negatív teológia értelmében – az emberi világra mondott „nem”-ben, a természetes tagadásában –, hanem a szegényben, a szenvedőben, a peremen levőben. Vagyis ott, ahol az emberileg jól felépített rendszer szétesik, és kiderül lényegi és végletes törékenysége. Isten nem hézagpótló hipotézis, hanem a lényegi hézagosságban – sebzettségben, törékenységben és összetörtségben – megjelenő jelenlét.

És talán még egy lépést kell tennünk. A megtartó jelenlét nem pusztán a túlélést szolgálja, nem a vegetálás peremén tart, hanem kiteljesít: átalakít egy szinte már nem is vágyott bőségbe. A kánai menyegző bora – ahogy Massimo Recalcati megjegyzi – abból a vízből lesz, amely az étkezés előtti mosakodásra szolgált. Nem ivóvíz ez, hanem az a víz, amellyel az út porát mossa le magáról a menyegzőre érkező. A perem anyaga válik középponttá: a kegyelem nem a határokon túl jelenik meg, hanem ünnepi alakba rendezi azt, ami formátlan.

Ekkor történik, hogy „ami élettelen, hétköznapi és szürke, átizzik azon az élet”, írja Tóth Sára, s idézi Eliot *Négy kvartettjéből* ezeket a sorokat: „A nemlét és a létezés közt. / Váratlanul egy napsugárban, / Még miközben táncol a por, / Gyerekek nevetése tör ki.” Az evangélium üzenete nem az a világról, hogy „transit gloria”, hogy dicsősége elmúlik. Hanem az, hogy a kegyelem megtartja, és méltóságot adó formába öltözteti. Ezért nem hiábavaló dolgozni e világ építésén. Úgy a világban lenni, hogy közben nem a világból vagyunk. A hamu, amit a fejünkre szórunk, nem a világégés hamuja, hanem a kegyelem jele. A „Por vagy, porrá leszel” tétel a méltóságunk legpontosabb megfogalmazása, mert a leglényegesebb pontra mutat rá: a kegyelem ad szép formát.

Ezért mondjuk a liturgiában: „Halálotat hirdetjük, Urunk, és hittel valljuk feltámadásodat, amíg el nem jössz.” A feltámadást nem a halálón aratott győzelemként hirdetjük. A hit a keresztre feszítettben látja meg a feltámadottat – és tartja fenn a kettő feszültségét, amíg az Úr újra el nem jön.

A „már és még nem” hitvallása nem hézagkitöltő világmagyarázat, nem is negatív teológia, nem aszketikus visszafogottság; hanem a hiányban, a sebnél maradás, ahol vágyunk a Jelenlétben találni otthonra, megtartó mértékre.

AZ ELÉG EVANGÉLIUMA

Varga Gyöngyi

Evangélikus lelkész,

teológus

A nyolcvanas évek végén nőttek föl. Sok családhoz hasonlóan minket sem vetett föl a pénz. Ha az akkori vágyaimra, kis céljaimra gondolok, ez a mondat visszhangzik bennem: „Kislányom, ezt most nem vesszük meg, mert másra kell a pénz.” A hónap vége felé általában elapadtak a forrásaink. Anyai nagyanyám főzött az egész családra, és megfigyeltem, hogy az utolsó héten mindig krumplis tésztát, tökfőzeléket babfasírttal vagy épp bundáskenyeret tett az asztalra.

Akkoriban egyáltalán nem tűnt föl nekem, hogy „spórolós ebédet” eszünk, sőt, azóta is ezek az ételek a kedvenceim. Csak később, gimnazistaként döbbsentem rá, milyen találékony és előrelátás kellett ahhoz, hogy kicentizzük hóvégéig a bevételeinket. A szűkösség alapérzése mellett persze volt más is. Emlékszem arra az örömrre, amikor Ausztriában élő rokonaink évente kétszer-háromszor meglátogattak minket, és nagy szemeteszsákokban elhozták unokatestvéreink kinőtt, kinyúlt ruháit némi Milka csokoládé kíséretében. Órákon át tartott a ruhapróba, illegettük magunkat a felnőttek előtt, és közben nagyokat nevtünk együtt.

Azt hiszem, az örökség, amit a családomtól kaptam, és ami mind a mai napig elkísér, az a beállítottság, belső készítés, hogy megbecsüljem azt, ami van, ami adatik. Jóanyám és nagyanyám szinte királynői méltósággal tudták viselni a szűkösség terhét. Már tudom, hogy méltóságuk a hálájukból fakadt. Nem hallottam, hogy bármikor is felcsattantak vagy dühösen szitkozódtak volna a rájuk mért sors miatt. Sőt, inkább viccelődtek a helyzetünkön.

És még valami belém égett a felnőtté válásom éveit alatt. Erre is a nagymamám tanított: amit a tévében, rádióban vagy az újságban reklámoznak, nem szabad megvenni; ebből lehet tudni, hogy valami baj van vele. Az igazán jó és szép dolgoknak nem kell promóció, hírverés, cégér. Ott vannak az orrunk előtt. Szabadon használhatjuk és megoszthatjuk egymással. És végső soron nem lesznek kevesebbek attól, ha megosztjuk...

Ennek már sok évtizede. Azóta felnőttem, lelkész és biblikus teológus lettem. Olvasom a Szentírást, és elámulok, hogy mennyire egybecseng a jézusi evangélium azzal, amit gyermekként otthon megéltem, hallottam, útravalóként kaptam. Jézus nem arról tanít, hogy ne legyenek vágyaim, kisebb és nagyobb céljaim; nem arra motivál, hogy aszketikusan éljek, és a szüntelen lemondás gyakorlata által váljak végül szenvedélymentessé. Még csak azt sem várja tőlem, hogy feláldozzam magam mások boldogságáért, és jobban szeressem a másik embert, mint önmagamat...

Az evangéliumi tanítás radikalitása abban áll, hogy az „elég”, az „elegendő” bölcsességére épít, ennek „kutúráját” építi, terjeszti az emberek között. A megelégedés és hála gyakorlata ahhoz vezet, hogy megvalósul a „közös jó”, amikor a másoknak, az embertársnak is jut elegendő. Az, hogy újra és újra, minden helyzetben megérezzük, felismerjük, mi az elég, azt

VIGILIA

1115

hiszem, nagyobb kihívás és felelősség, mint valami számunkra fontosról egyszer s mindenkorra lemondani.

Különös, hogy az Ószövetség világában a szegényre, az elszegényedettre, elesett emberre használt héber szó: „ani” első renden azt a személyt jelöli, aki tudja, hogy mindenestül Isten irgalmára szorul. A szegény élete egészen Istenhez kötődik, az ő teljességéből, gazdagságából él. Csakis rá számíthat. Az ószövetségi próféták ennek az Istenre szorultságnak az „ikonjai”. Sorsukban és szavaikban tükröződik az a bölcs belátás, hogy a „veled vagyok” Istentől kapott ígérete elég erős ahhoz, hogy merjünk a hiányok közepette szabadon élni. Az egyszerűséget választani mindig bátorság. Ezt tette a Názáreti is.

És még valami eszembe jutott erről. A hetedik nap megszentelésének felhívása egy olyan tanítás a Tórában, amely lényegében a mértéktelenség fékjeként is értelmezhető. A nyugalom napján minden olyan tevékenység végezhető, aminek nincs teljesítmény-vonzata, munka-jellege. Szabad énekelni, az Örökkévalót dicsérni, egymással beszélgetni, imádkozni, táncolni, megajándékozni a másikat figyelemmel, szeretettel, gyöngédséggel... A szombat az „elég” ünnepnapja.

Ahhoz, hogy az ünnep ízére ráérezzünk, s hogy belegyakoroljuk magunkat a mértéktartásba, kapunk Istentől egy tantörténetet, egy nagy példázatot is. A bibliai Exodus-narratíva (Kiv 1-15) arra nevel és érzékenyít, hogy felismerjük, mi az elegendő, és hogyan születik meg a közös jó etikája egy közösség életében.

Egyiptom a szentírók szemében az a világhatalom, amely nem ismeri az elég titkát, sem a közös jó útját. Egyiptomban dübörög a gazdaság, a piramis-alakú, hierarchikus rendszerben kevesek kezében összpontosulnak az anyagi javak, értékek, a jövő biztosítékai. Egyiptomban nincs szombat, nincs közösségi ünneplés. A szüntelen robotolás kiöli az emberekből (a héber szolgálkból) a közös jó iránti fogékonyságot. Csak a túlélés számít. Az egyén túlélése.

Az exodus: a kivonulás eseménye egy alternatív társadalmi valóság felé tett első nagy lépés Izrael számára. Egyiptom a kvóták, a kíméletlen, életellenes törvények, az érzéketlen személytelenség és a kontroll világa. Innen mindenképpen ki kell vonulni. Ez nem is kérdés. Ám ami Izrael népét a pusztában várja, az valami merőben más. Zavarba ejtő. Nem kiszámítható, nem tervezhető. Izrael ott, vándorlása közben a gondviselés különös formáival találkozik. Mindennapi mannával, tiszta vízzel, az úton tovább vezető, erős ígéretekkel. Az elég evangéliumával.

A Sínai-hegy lábánál pedig végbemegy a hatalomváltás. A fáraó értéktelen szolgálóiból Isten szövetséges népévé válnak. Ajándékba kapják az élet törvényeit: a tíz ígét. És milyen meglepő: a legrészletesebb útmutatás ebben az „életszabályban” éppen a szombatra vonatkozik (Kiv 20)! Izrael elköteleződik Isten mellett, hogy az ő teljességéből, gazdagságából él ezentúl. A közös jó, a közösségi boldogulás útjára lép. És igyekszik továbbadni nemzedékről nemzedékre a bölcs tanítást: Bízattok az Élet Istenében, aki vezet titeket, és gondoztatok a testvért, a társat! És így minden jó lesz végül.

Mindnyájan, akik ma is úton vagyunk az ő nyomában, részesülünk ebben az ajándékban. Erőt kapunk ahhoz, hogy a magunk életén, érdekén túl gondját viseljük a világnak.