

Egyszerű, mert jegyzetsorom talán azt mutatja, hogy a — széles értelemben vett — európai emberek nagy része számára a karácsony egy közös, hasonló, emelkedett évszaki időszak lett, mégpedig a vallástól és a közvetlen egyházi hovatartozástól függetlenül.

S bonyolult, mert nem felejthetjük el, hogy nem szűnnek meg a szenvedések, egyenlőtlenségek és kiszolgáltatottságok egy napra vagy egy hétre. De hogy ezek is megszűnhetnek, azt a reményt tartja fenn a karácsonyi csillag, mint a *reménység jelképe*.

A karácsony tehát nem egyszerűen egy kivételes eseményre való visszatekintés ünnepe, hanem — s talán ma már ez az igazi értelme — az előretekintés alkalma: az egész emberiségre szétáradó harmónia harangzúgása és szivárványa.

TRINGER LÁSZLÓ  
egyetemi tanár

## Békesség nekünk

*Illuminare his qui in tenebris et in umbra mortis  
sedent: ad dirigendos pedes nostros in viam pacis.*  
(Lk 1,79).

Az emberek közötti nézeteltérések az emberek közötti nézet-eltérésekre vezethetőek vissza, írja Kelly, a neves pszichológus. Vagyis a békétlenség forrása a dolgokról vallott különböző felfogások.

A béke és békétlenség végpontjai között vajon hol a helyünk?

A vágyva vágyott külső és belső béke sokak számára úgy jelenik meg, mint valami abszolutisztikus adottság, állapot, amelyre vágyunk, amelyet el akarunk érni, amely azonban gyakran elszűnik a szemünk előtt. A békére vágyunk, a békéért könyörgünk, az Úr békéjét kéri ránk a pap. Ugyanakkor a hétköznapi életben újra meg újra leromboljuk a béke palotájának félig felhúzott falait.

### A lerombolt béke

A béke szóhoz általában pozitív gondolatokat társítunk. A történelem ugyan gondoskodik arról, hogy az ellenkezőjét bizonyítsa. Sok-sok „békét” kötöttek már, amelyek inkább szenvedést, megaláztatást, pusztulást hoztak, győzőnek és legyőzöttnek egyaránt. A Béketáborban sokunknak békétlen élet adatott. A fegyverek békéjét (Treuga Dei) még az Istenre hivatkozás is csak robbanás előtti csenddé tudta szelídíteni, mely után újult erővel lángholtak fel a harcok.

A béke tiszta fogalmát nézetrendszerek, filozófiák is korrumpálják. Kíméletlen verseny folyik az eszmék piacán. A silány, talmi eszmék pozitív értékek felmutatására, pozitív önmeghatáro-

zásra képtelenek lévén a konkurrens eszme (irányzat, szekta, politikai áramlat stb.) lejáratására törekcsenek.

A béke tiszta eszméjét a tudomány nevében is lerontják. A tudományos kutatások területén rövidtávú verseny folyik, amely a „minél többet tudni minél kevesebből” elvet és magatartást kedvezményezi. Az egyetemek „szakembereket” képeznek, akik nem látnak túl saját területük szűk korlátain. Szakmájuk érdekviszonyait abszolutizálva azokat általános, nemegyszer összemberi érdekeként tüntetik fel. Kiművelt emberfők sokasága helyett professzionális szakspecialistáké a terep, akik gyakran egymás nyelvét sem értik. A másik szakterület eltérő érdekei szükségképpen békétlenséget vonnak maguk után.

A békét orvosok és pszichológusok is veszélyeztetik, amikor a lélek behegedt sebeit vakmerően feltépik, hozzá nem értésből, türelmetlenségből, az empátia hiányából kifolyólag. Máskor áltudományos vagy még igazolatlan hipotéziseik képeznek alapot a „beavatkozásra”.

A lélek békéjét gyakran papok is felbolygatják, amikor az isteni tökéletesség pozíciójából ostorozzák az emberi gyengeséget, a lélek nyomorát, a neurózist, a depressziót.

#### A béke forrása

A béke forrása belül van. A békétlenség szokványos megjelenési formái (házastársi, családi, rokoni, baráti konfliktusok, munkahelyi nehézségek, etnikai feszültségek, vallási viszályok, politikai, nemzetközi nézeteltérések) a békétlenségnek nem annyira okai, mint inkább következményei. Az emberi lélek sajátos működése a projekció: a belső harmónia-hiány a külső térbe vetül. Az alkoholisták férj nem azért iszik, mert kimondatlan önbizonytalanságát mossa el alkohollal (das Über-Ich ist alkohol-löslich), mert szánalmas rabja egy kémiai szernek, hanem mert „felesége elhidegült”, mert „munkahelyén nem méltányolják” stb..

Békétlenség ott van, ahol megbomlik az egész és a részek közötti összhang. Ahol a rész-ismeret nem illeszkedik az egészbe. Ahol nagy ellentmondás feszül aközött, amilyen vagyok és amilyennek ismerem magam. Az emberi lélek sokféleképp bontható mesterséges rész-elemekre. Érzelmek és értelem, önismeret és a valós én, vágyak és képességek stb.. Békétlenség fakad a részek közötti feszültségből. A belső nyugalmat újra és újra felkavarja, ha másként látnak és tükröznek vissza ismerőseim, barátaim, mint amilyennek magamat tudom (hamis, torz önkép). A kóros soványságban szenvedő (anorexia nervosa) nem tudja elfogadni önmaga testi valóját (mivel azt „kövérnek tartja”), ezért akár halálra is fogyasztja magát. A neurotikus (természeténél fogva békétlen) akkor is önmaga elfogadtatásáért küzd, amikor értékeit senki nem kérdőjelezi meg. Hiába száz százalékos valami, egy kis porszem elrontja az egésznek az örömét.

A békétlenség sokféle változata a „van” és a „kell” egyensúlyának zavara. A béke-hiány (szorongás, szenvedés) azt jelenti, hogy

a lét (van) megragadására, átélésére képtelen személy a „kellek” világába menekül. Az önfogadásra (önszeretetre) képtelen egyén az „ilyenek kellene lennem” fényében önmagát mintegy görbe tükörben látja viszont. Az önkép és az énídeál („van” és „kell”) egyensúlya (nem egybeesése, de nem is extrém távolsága!) a lélektani alapja annak, hogy belső béke kibontakozhassék.

Az önkép és az énídeál közti eltérés húzóerő lehet, irányt mutat, törekvéseket mobilizál. Túlzott eltérés azonban bénító hatású, a „kellek” világába vezet, belső békétlenség forrása.

A béke lehetőségét önmagunkban hordozzuk, azt belülről sugározzuk kifelé (mint a békétlenséget is). A belső béke forrása az önmagam elfogadása, a helyes önszeretet.

**A „harmadik főparancs”**

Az „agapészeisz ton plészion szou hósiz szeauton” (Mt 22,39) parancsnak két tárgya van, tehát kettős üzenetet hordoz: „szeresd felebarátodat” és „szeresd önmagadat”. Nem csupán a felebarát szeretetét írja elő, hanem mintaként, kiindulásként, „referenciaként” az önszeretetet állítja elénk. Szívesen nevezném ezt „harmadik főparancsnak”.

A békétlenség végső soron a helyes önszeretet hiánya, amelynek irracionalitása a teremtményi mivolt elfelejtéséből fakad. A végtelen isteni tökéletesség, jóság egy morzsája, akármilyen csekélyke is, szeretetre méltó. A „harmadik főparancs” a „nárcizmus korában” (Vö. Lasch: *The Age of Narcissism*) különösen időszerű, hiszen egyre többen összekeverik az önszeretetet az önimádatall (a második főparancsot figyelmen kívül hagyják). Az önszeretet nem öncél, hanem a felebaráti szeretet mintája, s a kettő harmóniája teremtheti meg azt a karácsonyi békét, amely nem treuga Dei, hanem az isteni Léttel való élő kapcsolat.