

szetesen bomlik ki az élet pulzálásából. A legszebben is mindig jelenlévő csorba szinte tökéletesen belesimul a világról és önmagunkról alkotott képbe. Hamvas e kötetében remekül ötvözi a világ racionalista szemléletét az emberi természet sajátosságaival, és e kettő találkozásából nem születhet más, mint egy abszurd és groteszk kép. Am a kötet narratívája túlmutat a groteszk kategóriáján, s ez adja a mű intenzitását, valamint ez által lép túl saját korának szellemiségén, s válik minden kornak kritikájává.

Az „univerzalitás” követelményének és Hamvas írói küldetéstudatának látkepe a *Beszélgetés az Akropoliszon* című írás, melynek sorai — első pillantásra — megrendítő egyszerűségükkel mégis az árnyalt és sokrétű olvasatot teszik lehetővé. Hamvas szerint a mű szavai akár a sivatag, vagy tenger: „nem csábít, mégis örök látvány, s bár egyáltalán nem látványos, sőt egyszerű, csaknem közönséges, mégis kimeríthetetlen”. (490.) Mint ahogyan a groteszk hangvétel képviselőjében, például alkotó éveinek kortársa, Örkény István — saját megvallása szerint — maga nem nevetett az egypercesek megírásakor egy percre sem, úgy a Hamvasnál megjelenő humor sem az önfeledt szórakozás vágyának tesz eleget. Szatírájának egészét a kötet kezdő darabja, a *Juregia* című mű filozófusának, Janusnak az alakja hatja át, akinek „két arca volt, amelyikkel a múltba nézett, nevetett, amelyikkel a jövőbe, sírt”. (13.) A kollektív értékek „minőségében” már Hamvas korának, de a ma emberének arcát is könnyű áztatja. Alakja az egész kötetben végigvonul, és nem kevesebbel vádolható, mint azzal, hogy a már-már non-kulturális szellemiség égisze alatt fogja, és kifordítja sarkaiból a világot, s mindezzel előidézi emberi mivoltunk hanyatlását. Az értékek illetően hamis és önző kiforgatásának és átrendezésének tükrökre *A nagy ember avagy a hírnév elveszti a hőst* című darab, amely a ma kialakulófélben lévő — a Mario Vargas Llosa által alkotott fogalom szerinti — látványcivilizáció görbe tükrékként aposztrofálható. Ezen darabbal és kulturális-kritikai szemlélettel mutat analógiát a *Ruvenzori*, az egyik olyan írás, amely a leginkább állítja pelengérré a korszellemet, annak minden rútságával. Ebben nem csupán az értékek átértékeléséről, hanem egyenesen ezek meghamisításáról, az ember morális hanyatlásáról van szó. Hamis értékekkel teremtünk hamis világot, s ahol eme „értékek” révén nyerni vágyunk, szükségképpen veszíteni fogunk. Ez a hazugság nem más, mint létmegtagadás — írja Hamvas a lírai önvallomását magába foglaló *Interview* című munkájában. Az önmagát és környezetét elhazudó ember megszűnik jelen lenni, többé már nem au-

tentikus egzisztencia, hanem önmagától és hitétől, így pedig pozitív létehetőségeitől megfosztott *szubegzisztens* létállapotba süllyedt létező. Az a személy, aki önmaga előtt sem jelenvaló, szükségképpen nem fog tudni értelmes párbeszédet folytatni környezetével sem, úgy, ahogyan *A káposztáskert* szereplői is tökéletesen elbeszélnek egymás mellett. Hamvas mégis reményt lát az önmagát kifosztott ember szemében, s a *Jubileum* szereplői egy pillanatra visszaállítják az eltorzult értékrendet, rámutatva arra, hogy az aranykor — mint állapot — nem vészett el mindörökre, hanem mindig és mindannyiunkban jelen van, mint lehetőség, s csupán megvalósításra vár. Nem egyszemélyes küldetéstudatról van szó, hanem az emberiség egészét érintő *metafizikai* sorsközösség vállalásáról és az érte viselt felelősségről. A hamvasi *Oidipusz* története is erről szól, melyben a szereplők egymás életének láncszemei, sorsuk szorosan összekapcsolódik, akkor is, ha ezen kapcsolódásoknak nincsenek tudatában, vagy esetleg — olvashatjuk az *Interview*-ben — „nem akarják. Senki sem akarja. Félnék tőle, és iktóznak tőle. De az egész, úgy, ahogy van, csödbe kerül, és minden, ami nem igazi, kiiktatódik. Végül a valódinak meg kell valósulni.”

Világ- és önképünk élhetővé és értékessé formálása nemcsak önmagunk iránti felelősség, hanem egymásért viselt keresztényi kötelesség is. Ezt üzeni a szatírák világán át Hamvas Béla a 20. századból, nekünk és a jövő nemzedékeknek, akikről még semmit sem tudott, de mindent sejtett. (*Medio Kiadó*, Budapest, 2016)

GOMBOR LILI

## VERSEGI BEÁTA-MÁRIA: LEHETŐSÉGEK — A KIÉGÉSEN INNEN ÉS TÚL

Az interjúkötetben Baranyai Béla és Kámán Veronika újságírók beszélgetnek Versegi Beáta-Máriával, a Nyolc Boldogság Közösség tagjával, keresztény antropológussal, főiskolai tanárral. A téma sokakat érdekelhet, hiszen a kiégés veszélye mindnyájunkat fenyeget, szülőként, házastársként, barátként, munkatársként, tanárként, diákként is kiéghetünk.

Versegi Beáta-Mária sokáig tette a dolgát, legjobb belátása és tudása szerint, de egy ponton azt érezte, hogy elfogyott a fizikai és pszichikai energiája. „Lemerültem, kimerültem.” (12.) Személyes tapasztalatot szerzett a kiégésről, és ha már így alakult, szeretne volna megérteni, mi történt vele. A kiégés okait személyes és környezeti tényezőkre osztja. A kifáradás e kettő

kölcsönhatásából és egy kritikus mértékű túlfeszítettségéből fakad. A kiégés jellemzője az érzelmi kimerültség, az elszemélytelenedés és a fokozatosan csökkenő teljesítőképesség. Versegi Beáta-Mária utal Thomas Bergner német pszichológusra, aki a kiégés három fázisáról beszél. A kifáradásban lévő ember az első fázisban agresszióval és haraggal igyekszik védekezni, a másodikban menekül és visszavonul, a harmadikban pedig — mivel az ereje egyre kevesebb — az elszigetelődés és a passzivitás ígérkezik olyan lehetőségeknek, amely a túlélést elősegíti. Hézszer Gábor pasztorálpszichológus tizenkét szakaszt különböztet meg, de Versegi Beáta-Mária nővér figyelmeztet: bármilyen fosztást veszünk, tudatában kell lennünk annak, hogy az egyes szakaszok átcsúsznak egymásba. Amikor belekerülünk ebbe a folyamatba, azt úgy képzelhetjük el, mint egy sodródást. „Komoly odafigyelés, elhatározás kell ahhoz, hogy kikerüljünk belőle. Ha nem így teszünk, a mechanizmus magával ragad bennünket. Befogunk abba, hogy túlélési stratégiákat gyártsunk, ezek azonban csak arra elegendőek, hogy fenntartsunk egy nem kívánt, terhes működésmódot.” (40.)

A beszélgetésből egyértelmű, hogy a kiégés jellemzője, sőt, előidézője, amikor a munka kerül az élet középpontjába, egyre nagyobb területet hódít el az életünkben, ráadásul már bele is törődünk, „a munka az életem, nem tehetek ellene semmit”. (54.) Minden szükségletünket alárendeljük a munkának, csak akkor jelenhet meg bármi és bárki más, ha a munka megengedi. Lassan eltűnik az életünkben mindaz, amitől az ember jól érezheti magát, a vidámság, a humor, a megihittség. Megszűnik a magánéletünk, a másik ember sem érdekel már úgy, mint korábban, a meghitt kapcsolatokat is tehernek érezzük, fokozatosan felmorzsolódnak a családi, baráti kapcsolataink. Éjszaka is azon jár az agyunk, hogyan találhatnánk megoldást az előző napon felmerült problémákra egy-egy feladat esetében. Hosszú távon mindez kedvezőtlenül hat a teljesítményünkre, s az egészségünk is megsínyli.

A kérdésre, kapunk-e visszajelzést a környezetünktől, hogy valami megváltozott bennünk, Versegi Beáta-Mária felidézte: esetében nem érkezett egyértelmű visszajelzés. Környezete csupán annyit vett észre, hogy már kevésbé kreatív, nem volt nyitott, nehezen fogadta el a kritikákat. A rosszul értelmezett tapintatból virágnyelven megfogalmazott figyelmeztetés nem volt világos számára, ahhoz pedig már fáradt volt, hogy ér-

telmezni tudja azokat. „Egyszer csak úgy éreztem, hogy elfogyott minden ötletem és minden erőm. Beszűkültem, minden elvárást elviselhetetlen tehernek éltem meg, és személyes bántásnak.” (83.) Ezen a mélyponton fogalmazódott meg benne, hogy ideje segítséget kérnie. S bár ekkor már sok barátot elvesztett — akik úgy élték meg, hogy mivel neki rengeteg fontos dolga van, ezért nincs is rájuk szüksége —, szerencsére maradtak még néhányan, akikhez oda tudott fordulni, és meg tudta kérni őket arra, hogy nagyon határozottan álljanak mellé, figyeljenek rá.

Versegi Beáta-Mária nem titkolja, hogy a gödörből való kikászálódás nem diadalmenet, „sokszor megcsúszik a lábunk alatt a talaj, sokszor kell újrakezdenünk”. (104.) A kiégésből való felépülés során felismerhetjük, hogy „képesek vagyunk az újrakezdesre, képesek vagyunk arra, hogy érzékeljük a határainkat. Képesek vagyunk viselni a szenvedést. A teher nem temet maga alá, tudom hordozni is. A korlátaimból fakadó nehézséggel még akár előre is haladhatok.” (105.) Ugyanakkor mindig szükségünk van éberségre, mivel a munkában, az életben bármikor adódhatnak megterhelő időszakok. Az új kihívásoknak mindig akkor kell megfelelnünk, amikor éppen megérkeznek. A lelki ellenállás és teherbírás képességét folyamatosan karban kell tartanunk ahhoz, hogy ne kerüljünk bele újabb örvényekbe. „A kiégés nem olyan, mint a bányahimlő, amin ha az ember egyszer átesik, egy életre védettséget szerez vele szemben.” (118.)

Emellett kiemelten fontos komolyan venni azt is, hogy a második isteni személy, Jézus Krisztus megtestesült, vállalta az emberi élet korlátait, a szenvedést, észrevette a rászorulókat és segített nekik, voltak barátai, akikkel meghitt, személyes kapcsolatot épített ki. Találkozott az agresszióval, a brutalitással, a szenvedéssel, és nem futamodott meg, hanem megélte azt is. A kereszten elhangzott mondatai, sóhajtásai arról tanúskodnak, hogy a szenvedés extrém pillanataiban is a szeretet, a bizalom és a remény szavait szólaltatta meg. Így földi élete „számunkra is iránymutató lehet... számunkra is felkínálkozik a választás lehetősége, hogy a szenvedéseinket életigenlő vagy életellenes módon éljük meg”. (106.) (*Magyar Kurír — Új Ember Kiadó*, Budapest, 2017)

BODNÁR DÁNIEL