

**SOS LELKI LESŐSEGÉLY TELEFONSZOLGÁLATOK
XX. ORSZÁGOS KONFERENCIÁJA**

VESZPRÉM
2007. AUGUSZTUS 24-26.

A konferencia szakmai előadásai

1.

dr. Várszegi Asztrik püspök úr, pannonhalmi főapát

2.

dr. Varga Gábor pszichiáter, a Győri Petz Aladár Megyei Oktatókórház főigazgatója

3.

dr. Péterfalvi Attila adatvédelmi biztos

4.

dr. Lajkó Károly egyetemi adjunktus, a Szegedi Tudomány Egyetem orvosi karának pszichiátriai tanszékéről

5.

dr. Kálmánchey Albert pszichiáter, addiktológus

Tisztelt Vendégeink!

A 20 éves Veszprémi Telefonos Lelki Segély Szolgálat nevében nagy szeretettel és tisztelettel köszöntöm a Telefonos Lelki Segély Szolgálatok 20. országos találkozásának valamennyi résztvevőjét.

Örömmel és izgalommal vártunk benneteket, és szívből reméljük, hogy tartalmas, szép két napot töltünk együtt. Engedjétek meg, hogy valamennyi megjelent vendégünket bemutatassuk egymásnak.

Tisztelettel köszöntjük Debreceni János Polgármester Urat, a házigazda, Veszprém Megyei Jogú Város képviselőjében. Üdvözljük Zelenák József és Juhász Béla urakat az Országos Kríziskezelő és Információs Telefonhálózat képviselőjében.

Nagy tisztelettel és várakozással köszöntjük találkozóink szakmai előadóit, egyben köszönjük, hogy elfogadták meghívásunkat. Dr. Várszegi Asztrik püspök úr, pannonhalmi főapát. Dr. Varga Gábor úr, pszichiáter, a Győri Petz Aladár Megyei Oktatókórház főigazgatója. Dr. Péterfalvi Attila, adatvédelmi biztos. Dr. Lajkó Károly úr, egyetemi adjunktus, a Szegedi Tudomány Egyetem orvosi karának pszichiátriai tanszékéről. Dr. Kálmánchey Albert úr, pszichiáter, addiktológus.

Szeretettel üdvözljük a határon túlról érkezett kedves vendégeinket. Erdélyből érkezett kedves vendégeinket egy pillanatra megkérem, hogy álljanak fel. Újvidéket képviselő kedves vendégeinket, és Belgiumból érkezett kedves vendégünket.

Szívből köszöntjük a Lelki Elsősegély Szolgálatok Országos Szövetségének tagszolgálatait. Kérem a szolgálatok említésekor, hogy a helyükről egy pillanatra álljanak fel.

Békéscsaba, Caritas Budapest, Budapesti Élet Alapítvány, Debrecen, Eger, Pápa, Salgótarján, Sopron, Szeged, Győr, Hatvan, Kecskemét, Makó, Miskolc, Mosonmagyaróvár, Székesfehérvár, Szolnok, Szombathely, és Veszprém. Társzolgálatainkat képviselő Zalaegerszeg és Esztergom, őket is szeretettel köszöntjük.

Most pedig felkérem Debreceni János polgármester urat, hogy Veszprém város nevében köszöntse a találkozó résztvevőit.

Szeretettel köszöntöm önöket hölgyeim és uraim. Veszprém város nagyon büszke arra, hogy a 20. konferencia megrendezésére itt kerülhet sor.

Hogy nagyon nagy szükség van az önök munkájára, azt ugye nekem itt nem kell bizonygatnom. Annál is inkább, mert sajnos úgy látom, és ezzel nem vagyok egyedül, hogy Magyarország morális válságban van. És ebben a politikusoké a súlyos mulasztás, a súlyos elhanyagolt szerep. Persze nem felejtettem el azt, hogy én is politikai beosztásba kerülhettem a lakosság többségének a bizalmából, de ez mellett van egy becsületes szakmám is, ami az építészethez köt.

Amikor 1994-ben először képviselő lehettem a városban, akkor egy-két év elteltével egyik újságírónk azt kérdezte tőlem, hogy „János, mond már meg, hogy te hogyan politizálsz, mert semmiféle politikai elvet nem látok a munkádban, így téged majd nem fognak megválasztani 1998-ban”. És én azt válaszoltam erre, hogy én a munkámmal politizálok. Jóindulatú mosoly volt rá a válasz, majd kinövi a kiscserkész, aztán vagy tanul belőle, vagy nem tanul belőle. Persze ugye magamban még azért hozzátettem egy-két gondolatot, ilyeneket, hogy véleménynyilvánítással, megjelenéssel, magatartással, és mindazokkal, amiért az embernek érdemes élni, és úgy, hogy egy közösségnek a hasznos tagja lehessen.

Aztán '98-ban megválasztottak nagy főlényel, aztán 2002-ben megválasztottak nagy főlényel, ami persze nyilván valamennyire az én érdemem, másik érdem pedig azoké, akik a döntő szót kimondják, azzal, hogy a cédulát a nevemre kiállítva helyezték a szavazó urnába. És így történt ez legutóbb októberben is, mert nem csak polgármesterként – bocsánatot kérek

a „csak”-ért – hanem képviselőként is nyertem a Jeruzsálemhegyi városrésznek nevezett veszprémi választókerületben.

Amikor a kampányra készültünk, és már folyt is javában a kampány, akkor megint voltak hozzáértők, és azt mondták „hát János, te ezt a versenyt, ezt a megmérettetést el fogod veszíteni a hivatalban lévő polgármesterrel szemben, hiszen nem támadunk.” De miért kellene nekem támadni? Ha csak annyi maradt nekem az én eszköztáramban, hogy úgy tudjak egy vetélytársamon felülkerekedni, hogy okkal, ok nélkül, alappal, alap nélkül támadom, és így bizonyítom, hogy én jobb vagyok nála, akkor az a siker nekem nem kell. És lám megint nem nekik lett igazuk, mert én kaptam meg a bizalmat Veszprém város lakosságától, jelentős fölényvel. Amit ezúttal is, itt is megköszönök mindenkinek.

És amikor a választásokat követő második vagy harmadik nap hajnalán, kora reggelén a jeruzsálemhegyi pékhez mentünk kenyérért, akkor nagyon sokan gratuláltak, olyanok, akik egyet értenek az én elképzeléseimmel – akik nem, azok nyilván nem – és mikor ki akartam lépni az ajtón, akkor a nyakamba borult egy úr, és könnyezve gratulált, és én ennek nagyon örültem, csak a folytatásnak már nem. Ugyan is azt mondta, hogy a hétvégén disznóölés volt, és majd öltre mentek a bátyjával, mert ő MSZP-s színeket képvisel, ő meg ugye FIDESZ-es színeket képvisel, és nekem ebből kevés jó származik. Ugyanis azt gondolom, hogy nem először a történelemben, azt gondolom, hogy arról szól a történet, hogy mindenkit hagyjunk békén, hogy nyugodtan politizálhasson úgy ahogy ő gondolja, akikhez kötődik, persze elfogadni nem kell, erről szól a történet, ettől színes a világ, és tartsuk egymást tiszteletben.

De hogy egymást tiszteletben tudjuk tartani, ahhoz az kell, hogy saját magunkat tudjuk becsülni, saját magunkra odafigyeljünk. Ezért tetszik nekem rettentően Janus Pannoniustól származó idézet, mely erre hívja föl a figyelmet, indirekt fogalmazás módban – már neki nem indirekt – így fogalmazta meg azt a szófordulatot, ami egyébként a meghívón is rajta van.

És nagyon-nagyon fontos, hogy az embereknek legyen belső tartása hogyha éppen ingoványos talajra tévedt, mert nem figyel oda saját magára, nem hiszi el, hogy a lélekkel is törődni kell, akkor van hová fordulni, névtelenül, arctalanul, mert maguk ott vannak a vonal végén, és életüket mentenek meg, sorsokat, családokat mentenek meg.

Azt hiszem ezért önöket nagy tisztelet illeti, és én azt ígérem Veszprém város nevében, hogy eddig is segítettük a szolgálatnak a munkáját, ezután is segíteni fogjuk, és annyit még hadd mondjak hozzá – mert az asztal talán rejthet ennyire – hogy arra pedig nagyon büszke vagyok, hogy a régió központja Veszprém. Jó munkát kívánok!

Köszönjük szépen Polgármester úr kedves szavait!

Most pedig felkérem dr. Bóvíz Gábort, telefonszolgálatunk országos szövetségének elnökét, hogy nyissa meg a XX. találkozót.

Tisztelt Polgármester Úr, házigazdáink, kedves külföldi vendégeink, kedves munkatársaim! Engedjétek meg, engedjék meg, hogy a Magyar Lelki elsősegély Telefonos Szolgálatok Országos Szövetsége nevében sok szeretettel és tisztelettel köszöntsem önöket, köszöntselek benneteket a jubileumi XX. veszprémi országos találkozó alkalmából, amely dupla jubileum, hiszen a veszprémi szolgálat is 20 éves. Emiatt sok szeretettel gratulálunk nekik is, és további jó munkát kívánunk.

Mikor készültem, hogy mit is mondjak erre a köszöntőre, illetve bevezetőre, kezembe került a veszprémi Naplóból – hát kicsit nálam is lejt a pálya, hiszen veszprémi vagyok én is, Pápáról származom – egy színi előadásról olvastam kritikát, amely a Margit romoknál történt. Azt hiszem, aki sétált, az látta, hol vannak a Margit romok – szent Margit élt abban a kolostorban, még a Margit sziget előtt, az ő életét dolgozta fel az a színésznő, aki előadta. És úgy indít a kritikus, hogy lehet-e szenvedélyesen szeretni úgy, hogy mindenről, a legdrágábbról, a legféltettebből is megemlékezzünk. El lehet-e egyáltalán hinni, hogy az ember legfőbb vágya

az, hogy leprások és kitaszítottak, a ma AIDS-eseinek és hajléktalanjainak lelki gondozását vállalja. Különösen, ha ez a valaki egy magas rangú személy. Ez szent Erzsébetről szólt, aki a szegényeket gondozta, a szegényeknek a támogatója volt, és azt hiszem, ha szent Erzsébet ma élne, akkor itt ülne közöttünk és a lelki segély szolgálatnak a munkatársa lenne.

És eszembe jutott, hogy ez kicsit illik ránk is, hogy mi a szerencsétlen sorsú, krízis helyzetű embereknek a segítésére vállalkoztunk, és önkéntesek vagyunk, tehát szabadidőnkben, munkánkon kívül, éjszaka és hétköznap és ünnepnap és vasárnap, nem számít, karácsonykor, szilveszterkor dolgozunk. És hát ezért úgy gondolom, hogy ez az országos találkozó, amely most a XX. a szívünkben, arra is jó, hogy egy kicsit megálljunk, elbeszélgessünk, milyen gondjaink, problémáink vannak, hogyan tovább.

Ez a mai világban nagyon fontos kérdés, hiszen elég sok gonddal, bajjal küszködik a szolgálat, a szövetség, nagyon sok olyan problémánk van, ami úgy tűnik, hogy nehezen tudunk megoldani. Névtelenül ott vagyunk a telefon végén, és hívhatóak vagyunk. És én bízom benne, hogy ez a továbbiakban is így marad, az összes nehézség ellenére.

Én kívánok mindenkinek nagyon jó szakmai feltöltődést, a szabadidős programokhoz nagyon jó szórakozást, előadóinknak köszönjük szépen, hogy elfogadták a meghívásunkat, és én bízom benne, hogy igen magas szakmai színvonalú előadásokat fogunk hallani, amelyeknek a továbbgondolása, továbbfolytatása a workshopokban, kiscsoportokban fog folytatódni.

Köszönöm szépen mindenkinek a megjelenést, köszönjük szépen Veszprém városának, hogy helyet biztosított számunkra. És ezennel a XX. jubileumi országos konferenciát megnyitom. Köszönöm szépen!

Köszönjük Gábor!

Mielőtt sor kerülne a szakmai előadásokra, egy szép hagyományt folytatunk a következő percekben. Minden évben az országos találkozóon a szövetség Szabó Pál díjat adományoz egy szakmai és egy civil szervezetnek, vagy személynek, akik, vagy aki sokat tett, vagy tettek azért, hogy az országban működő, sokszor nehéz körülmények között lévő telefon szolgálatok minél magasabb szakmai színvonalon, és a lehető legmértőbb feltételek között végezhesék segítő tevékenységüket.

Szabó Pál, a díj névadója, pszichiáter szakorvos volt, aki 1970-ben megszervezte az első telefonos lelki segély szolgálatot Magyarországon, Debrecenben. Az elismerést dr. Bövíz Gábor elnök úr adja át a szövetség nevében.

20 éve alakult meg a veszprémi telefonos lelki segély szolgálat, az akkor még Megyei Művelődési Központ szakmai és anyagi támogatásával. Mint önkormányzati, akkor még tanácsai intézmény, feladatának tekintette a nehéz élethelyzetben lévő emberek számára a segítségnyújtásnak ezt a formáját biztosítani. A város önkormányzatának folyamatos figyelme és támogatása mellett végezhetjük, és végezhetjük munkánkat. Hivatalosan 1996-ban kötöttünk együttműködési megállapodást, melynek értelmében vállaljuk az ellátási területünkön élő emberek számára a telefonon történő lelki elsősegély nyújtását.

Az önkormányzat vezetése, polgármester úr, alpolgármester úr, valamint az illetékes önkormányzati bizottságok vezetői munkánk fontosságának elismerésével figyelték és támogatták tevékenységünket. Ezt a támogató odafigyelést megköszönni javasolta a veszprémi szolgálat, Debreceni János polgármester úr, és Veszprém Megyei Jogú Város Önkormányzatának, Szabó Pál díjjal való elismerését. Köszönjük Polgármester úr, és a jövőben is számítunk megtisztelő figyelmére.

Dr. Varga Gábor pszichiáter, a Győri Petz Aladár Megyei Oktatókórház főigazgató főorvosa. 30 éve foglalkozik a humán segítség egyik különleges ágazatával, a telefonos lelki segély szolgálatokkal. 1977-től a győri SOS telefonos lelki segély szolgálat szakmai vezetője, kiképző tréner.

2000 óta Mosonmagyaróvár, Győr és Sopron összefogásával létrejött a Kisalföld Megyei Telefonos Lelki Segély Szolgálat, amely 24 órában lát el ügyeletet. Dr. Varga Gábor vezetésével történik a stábtagek kiképzése, a szolgálat szakmai munkájának irányítása.

2000-ben két könyvet írt a lelki segély szolgálatok munkatársai számára, mely az első magyar nyelvű összefoglaló munka e témában.

Dr. Varga Gábor hosszú éveig töltötte be a lelki segély telefonszolgálatok országos szövetségének elnöki, alelnöki tisztét, és jelenleg is kiképzője, szakmai vezetője, tanácsadója a régió telefonos segítőinek.

Egy interjúban így nyilatkozott. „A telefonos segítők a társadalom legfontosabb mentálhigiénés kapuói.” Szerinte a telefonszolgálatok vonzerejét éppen a névtelenségben rejlő kockázatmentesség adja, és a lelki krízisben szenvedő emberek számára sokszor a telefonos szolgálatok jelentik az utolsó kapaszkodót.

Dr. Varga Gábor három évtizedes telefonos múltját, szakmai tudását, és segítő szándékát, emberségét a Szabó Pál díj odaítélésével köszöni meg a szövetség.

XX. országos találkozókat a szakmai előadásokkal folytatjuk.

Felkérem dr. Várszegi Asztrik püspök urat, pannonhalmi főapátot, ossza meg velünk gondolatait. Előadásának címe: A segítő hangja a pasztorál pszichológiában.

Kedves munkatársaim az emberekért végzett munkában. Én azt gondolom mindannyian kolleginák, kollégák vagyunk, mert hiszen valahol a szolgálatoknak a közvetlen célja az ember, az egész ember. Nagy szeretettel köszöntöm mindannyijukat, gratulálok a kitüntetetteknek, a polgármester úrnak, Gábor neked.

Én annak ellenére, hogy a cím szakmai dolgokról beszél, sokat tünődtem, hogy mit mondjak az én kedves vendégeimnek, illetve hallgatóimnak 30 perc lefolyása alatt. Beszélhetnék valóban a segítő beszélgetésről, hiszen lelki pásztorként, pedagógusként – ne botránkozzanak meg – szerelmi ügyektől a szociális és egyéb egzisztenciális válságig, az ember mindenben szügyig gázol, amikor kamaszok között van, amikor fiatalok között van. És az életem java részét fiatalok között tölthettem, és vagyok most is.

Három részletben gondoltam megközelíteni a mondandómat. Én a vallásról, mint gyógyító módról szeretnék beszélni. Én azt gondolom, hogy talán nem is várnak tőlem mást, mint hogy erről néhány szót.

Megközelítésként: valahol Exupéry-nél olvastam, ez nem A Kisherceg-ben íródik. Azt mondja a francia író, hogy ha meg akarod győzni, vagy nyerni az embereket, hogy tengerre szálljanak és megismerjék a tengernek a végtelenségét, akkor ne deszkákat, csavarokat, egyéb eszközöket gyűjts, hanem ébreszd fel az emberekben a vágyat a végtelen tenger iránt. És hogyha ez a vágy, ez a belső motiváció ott van, akkor szárnyakat fognak kapni. És ezek a szárnyak hozzásegítik ahhoz is, hogy mindazokat a kellékeket, amelyek az élethez illetve a végtelen tenger megéléséhez, élményéhez szükségesek, megkapják.

Sokszor jönnek Pannonhalmára és érdeklődnek iskolánk iránt, hogy áruljuk el a titkot. És akkor azt gondolják, hogy itt valami csodálatos keverékkel, módszerrel, vagy drákói szigorral, csirizzel ragaszthatjuk le gyermekeink nadrágját a padhoz, hogy éjjel-nappal tanuljanak és imádkozzanak, és azért lesznek olyan kiváló gyerekek. Nem erről van szó. Hanem mindennek a kulcsa – és itt elhangzott a bevezetőben is, különösen elnök úrnak a szavaiban – a szeretet.

Ez a lejáratott, és agyoncsépeelt szó, amelyet mindig új és új tartalommal kell megtölteni, egyre mélyebben kell értenünk, és akkor ez tápláló, tanító, eligazító lesz számunkra is.

A keresztény közösség, illetve a vallási imák, erőforrás, ez lett volna az első tézisem, aztán a kereszténység erőforrása, közösségi megtartó, nevelő hatása, ez a második tézisem, és a keresztény közösségek szociális karitatív szolgálata.

Most hogyha itt, önök előtt beszélek, talán ez lenne a legegyszerűbb. Én ma, mint modern pap, illetve tegnap este oda ültem laptopom elé, az interneten megkerestem a katolikus honlapot, ott is az egyház szociális intézményeit. Ha hiszik, ha nem, mindent ki is nyomtattam, akit érdekel, itt tudom hagyni. És lehetne vele itten kicsit lobogtatni, dicsekedni, hogy az egyház hány helyen, milyen módon tart a gyermekek, az anyák, a drogosok, az alkoholosok, az idősek, más deviánsok, tehát hogy hol mindenhol jelen van az egyházon kívül is a magyar társadalomnak a szolgálatában.

De ez talán olcsó megoldás lenne, hogy én csak az intézményi felületekről beszélnek. Egy kicsit úgy vagyok itt, a hölgyek nem veszik rossz néven, lehet, hogy ők is lányként, kislányként úgy gondolkodtak. Én amikor 1956-ban kaptam egy bukfencezős repülőgépet, egy kis játékgépet, hát két napig csodáltam, hogy hogyan bukfencezik, utána szétszereltem, mert kíváncsi voltam, hogy milyen a bele. Mi az, ami azt mozgatja?

És akkor itt vagyunk a témánál, hol van a szeretetnek a forrása? De amikor végig néztem én a hallgatói közösségemen, akkor azt mondtam, hogy fejetetejére állítom a mondandómat, és a harmadik témával kezdem: a keresztény közösségek karitatív szociális szolgálata, illetve láncolata.

Kérem, hogy egy történelmi túrát, kis visszatekintés tegyenek meg velem, s azt gondolom, hogy mind az a gond, probléma és kihívás, amiben most benne vagyunk, és mindannyian szenvedünk, valahol világosabb lesz. Mindettől csak okosabbak leszünk, megoldást nem találunk, mégis, aki tisztán lát, és jól különböztet, annak már azért eszközök vannak a kezében.

Egyszer volt, hol nem volt egy Magyarország, egy magyar társadalom: jobbára így közelítjük meg. Ez a magyar társadalom nem csak X mennyiségű városból, mezővárosból, faluból és tanyából állt, hanem minden településnek, minden politikai, közigazgatási egységnek konkrét személyei, emberei, lakói voltak, és ezek az emberek egy történelmi folyamatosságban – vegyünk metszetet 1945-1948 – valamilyen vallási felekezethez tartoztak.

És én itt a kereszténységről beszélek, mert ránk ez volt, és ez még most is gondolkodásmódunkban a leginkább jellemző és kézen fogható. Beszélhetnék most az Iszlámról, de ez nem aktuális nekünk itt és most, és az önök munkájában. És gondoljuk végig, Soprontól Záhonyig, Vácraótól Battonyáig és keretbe-kasba. Minden nagyobb városokban működtek a parókiák, az egyházközségek, tehát a hitéletnek a kiinduló pontjai, gyűjtő pontjai, közösségei, a maguk kisugárzásában. Minden felekezet, - én most a keresztényekről beszélek – minden felekezet rendelkezett átlósan óvodával, elemi iskolával, középiskolával. A gyülekezetek, az egyházközségeknek a peremén, vagy azon belül, más kisebb közösségek, akkor egészségügyi intézmények és minden: rövidre fogom, értik miről van szó.

Az egész magyar valóságot, a társadalmat, túl a politikai, a gazdasági, a nemzeti hovatarozások valahol a mélyben egy karitatív, szociális, én így mondanám a kettőt egyesítve, spirituális lelki hálózat összekapcsolta. Szorosabban, vagy lazábban. De mind az, aki süllyedt, aki krízisbe került, aki gondokkal küzdött, valamilyen irányba ha nyúlt, bele akadt, még akkor is hogyha nem kereste. Mert egyszerűen adva volt ez a fajta spirituális lelki hálózat. A megesett fiatal nőktől, az öngyilkossággal küszködők, az alkoholizmusnak és így tovább, tehát ezt tudnám tovább sorolni.

Most jött egy erőszakos olló, ami ezeket a közösségeket, illetve ezt megelőzően ezeket a kisugárzó vonalakat, szálakat nagyon tudatosan, nagyon határozottan keresztül vágta. És elindult egy, ezekben a közösségekben, először is elveszítették a külső közösségeiket, akik lazábban, polgáribban kötődhetek volna a társadalommal, ahol meg lett volna az átjáró lehetősége. utána belülről próbálták bomlasztani ezeket a közösségeket. Tulajdonképpen 1990-ig megmaradt a rút szimarita váz, itt-ott egy maroknyi ilyen ember.

Igen ám, de ezzel párhuzamosan a társadalomban az emberek lelkében nem csak a spirituális hálózat szakadt szét, hanem hihetetlen lelki deficit keletkezett. És ennek most a regenerálása,

az újjá szervezése, az újjá fonása ezeknek a szálaknak, bizony hihetetlen sok türelmet, tudatosságot, és újra csak azt mondom, szeretetet és mélységet igényel.

Az ahol az egyházak felekezetei ma az intézményeiben külső alkalmazottakkal – akik nagyon derék munkások, de esetleg fogalmuk sincs a keresztény karitásról, a felebaráti szeretetről, még akkor is, ha esetleg szakmailag jól vannak képezve – bizony nehéz ezeket az intézményeket tartalmasan, tartalmilag működtetni. Éppen ezért van szükség, hogy az egyházi közösségek belső forrásaikból is egyre inkább táplálkozzanak, elsősorban saját maguk. Mert csak az tud adni, aki valamilyen módon megtapasztalta, birtokolja azt a nagyobb szeretetet, amely alkalmas arra, hogy a másikért energiát, időt, szeretetet, gyógyító tevékenységet folytasson. Ez volt a harmadik.

De most itt az első pontom. A másik dolog. Egy nagyon egyszerű, a 2x2 bonyolultságával szeretném felhívni a figyelmet arra, és az első tételre térek, a vallás, mint humán erőforrás. Ha az egyházakat, és az egyházak jelenlegi helyzetét nézzük a magyar társadalomban, akkor azt kell mondani, hogy a felszínen rendkívül vitatott. De míg fecseg és veszekszik a felszín, addig remélhetőleg nem csak hallgat, hanem mélyül a mély, és táplálkozik a mélység abból, aki az energiát, az erőt, a humán erőforrást ajándékozza nekünk.

Isten és ember egymást föltételező valóságok, személyek. Maradjunk csak ennél.

Amikor emberről beszélünk, az ember igényeiről beszélünk, akármilyen boldog, valahol benne foglaltan benne van a végtelen iránti vágy, amelyet senki más nem tud kielégíteni, nem tud választ adni rá, csak az az Isten, akinek a lényege a szeretet.

XVI. Benedek pápa - 2, 2,5 éve pápa – az első és legfontosabb megnyilatkozása az volt, és azt szokta mindig öniróniával mondani, amikor a kereszténység bajban van, akkor észbe kap, hogy a leglényegesebből kell beszélni. Ez a leglényegesebb, a szeretet, mert a pápának az enciklikájának, a tanításának ez a kezdő szava, ez a címe: Deus caritas est, az Isten, szeretet. És megpróbálja végigvenni a szeretetnek a formáit, viszonyulásait.

És itt szeretnék rámutatni röviden arra, mindannyian ismerjük az evangéliumból vagy így, vagy úgy, és kérem nem hittan órát akarok tartani, csak tudatosítani valamit. Amikor az írástudó – mert értelmiségiek voltak az ókorban és vannak a XXI. században – oda áll Jézus elé és azt mondja: a zsidóság rendelkezik egy csomó törvénnyel, azon belül van 10 törvény ami nagyon fontos, a tízparancsolat. Most rabbi, mond meg nekünk mindenféle kertelés nélkül, mi az a legfontosabb, amire te meg akarsz bennünket tanítani. És akkor hangzik el az evangéliumi szakasz. Jézus ezt felelte: szeresd uradat, Istenedet, teljes szívedből, és lelkedből, és teljes elmédből. Ez a legnagyobb, az első parancs. A második hasonló hozzá: szeresd felebarátodat, mint saját magadat. Ezen a két parancson alapszik az egész törvény, és a próféták.

Kedves hallgatóim! Nagyon várom most már. Ebben az egyetlen bővített mondatban, tehát: Isten, ember, önmagunk szeretete, tulajdonképpen az életünk teljes és egész kihívása benne van.

A XV. századi Eckhart mester, misztikus azt mondja: Isten kacájában, jókedvében teremtette meg ezt a világot. És a világnak az éhsége az Istenre irányul. És az gondolom, hogy lélektannal foglalkozóknak érdemes megjegyezni: minden vágyunk, az éhségünk csillapítása, a szexualitásunk, a hatás, minden, a szeretet igényünk, egyáltalán az ember-lét éhsége, amit hordozunk magunkban, ez az éhe a szépnek, a jónak, az igaznak, ez mind szinte genetikailag van belénk kódolva, hogy erre választ kapjunk. Ahogy a nagy egyházatya, Ágoston mondja vallomásainak könyvében: magadért, magadnak teremtettél bennünket Urunk, és nyugtalan a szívünk, amíg benned békességet, hazát nem találunk. És az Isten szeretet dimenziója, mélysége vagy magassága, az a válasz és az a forrás, az a személyes kötődés, ahonnan az ember az energiáját nyeri.

A másik felebarát – mert az pontosan olyan mint te, ezt föltételezi a valós önismeret, és én azt gondolom, hogy önök tudják megmondani, hogy ma kortársaink, minden kedvessége,

szeretetre méltósága, esendősége mellett egyszerűen saját magukkal nincsenek tisztában. És ez hihetetlen zavarokat okoz, mert vagy másra kenik-tolják az okot, vagy előre menekülnek, vagy vissza menekülnek.

Ezt kérem ne tessenek kommentálni, én azt szoktam mondani, Magyarországot testületileg be kellene egy klinikára rendelni, és nagycsoportos kezelést végrehajtani. Itt még minősíthetek, hogy így kollektíve. Kedveseim! Tehát azért mert, ha ezt az ember így kimondja akkor mindenképp olyan dolog, hogy Valahol olvastam ezt az aforizmat, hogy nincsen szent, ha ilyet mondunk akkor még az ateista is megsértődik, mert magát szentnek tartja. Azt gondolom, hogy mindannyian betegek vagyunk, pontosan a mi hivatásunkból, szakmánkból tudjuk azt, hogy amíg nincsen bennünk betegségtudat, addig gyógyulni sem tudunk elkezdni. Amíg Magyarországon nincsen betegségtudat, addig ezt a nemzetet nem lehet meggyógyítani, sem tagjaiban, sem helyzeteiben.

De visszakanyarodva: ugyanakkor amikor kisebb felebarát és önmagunknak a helyes szeretete, akkor ez rávilágít arra is, hogy az élet, hogy az emberek többsége szereti magát önös módon. Azt pedig megint a pszichológia nagy könyveiből tudjuk, hogy minden önmagát önösen szerető ember lényegében gyűlöli saját magát. Tehát meg kell tanulnunk – és talán erre nekünk is példát kell adni, a helyes ön szeretetre, az önmagunkat korlátozó önszeretetre.

És ha ez a hármas: Isten, ember, másik, akkor ebbe kedveseim tulajdonképpen benne foglaltan benne van a világgép is. Azaz hogy van Isten, van teremtés, ebben a teremtésben én is benne vagyok, hogyan sorolódom be ebbe a teremtésbe. Hihetetlen hogy mit ad egy ilyen fajta kijelentés. Tehát itt nem ópiumról van szó, hanem arról, hogy ebben a világban el tudjam helyezni magamat.

És arra most már idő nem jut, ennek a gyógyító, és ne feledjék el, tudják azt, hogy a kereszténység kifejezetten gyógyító vallás. Ezt az illúzióját elfelejtettük. Az újkori protestáns ihletésben, a katolikus egyházban is megjelenő úgynevezett karizmatikus gyógyító, nem szép ez a szó szekta, finomabban úgy szoktuk mondani, hogy egyházi jellegű közösség. Ezek a karizmatikus közösségek újra fölfedezték ezt a forrást, hogy igen is lehet gyógyítani. De most kedveseim, ebből nem lehet sportot üzni, mert akkor ez csak félre viszi a nótát, a mesét. De van erre példa, van erre lehetőség. De úgy nem, hogy én most téged meggyógyítalak, nem. Meg fogsz gyógyulni.

Az egyház a maga hagyományos módjai, és erre szeretném nagyon gyorsan felhívni a figyelmet, hogy először is ott van, amit úgy mondunk, hogy gyülekezet, vagy a szent mise közössége. Ha külsődlegesen nézzük, akkor ez egy rituális vagy szakrális közösség, tehát, hogy szent dolgokról van szó. De ha megnézzük humán emberi olvasatban egy ilyen közösségnek a funkcióját, akkor azt kell mondani, aki egy ilyen közösségbe jár, az megtanulja azt, ilyen spontán, így szocializálódik, hogy mit kell csinálni egy közösségben, ha összejönnek. Mindig van egy sáf, egy góré, aki köszönti a jelenlévőket, aki megnevezi az alkalmat, hogy miért vagyunk együtt, akkor megbeszéljük adott esetben hogy miről van szó. Teljes interperszonális akció sorozat az egész mise. Csak mi ezt szakrális nyelven ezt úgy fejezzük ki, hogy liturgia : közös mű, közös munka, Isten és ember, ember és ember közötti munka.

Aki ilyen helyre jár, adott esetben megtanul például ülni, tehát azt, hogy a depóját használja ülésre, nem a hátát. Megtanul szembenézni, mert amikor egymás felé fordulunk és békejobbot nyújtunk egymásnak, egymás szemébe, egymás tekintetét, tehát a szemkontaktust. Megtanulunk ráfigyelni arra, aki éppen szól, hogy megajándékozunk bizalmunkkal, a figyelmünkkel. És akkor még tovább lehet tudni azokat a dimenziókat. Isten szavát halljuk, a logoszt, mely alkalmas arra, hogy újjá teremtsen bennünket.

És hogyan kapcsolódik valaki ehhez a közösséghez: a keresztség révén. Mi azt a kis gyereket le szoktuk loccsantani vízzel ugye. Tehát hogy tulajdonképpen egy alámerítésről van szó, aminek az üzenete, ma így mondanánk talán a lélektanászok, hogy a keresztségben

meghaltunk az egónknak. Az önös énünknek. Hogy újjá szülessünk és feltámadhassunk. És hogy már ne önmagunknak éljünk, ahogy a mise szövege kifejezi, hanem annak, aki értünk meghalt. És így tovább. A bérálás az újabb időkben egy társadalmi aktussá, családi ajándékozási alkalommá lett.

Ezek mind a beavatás, az Istennel való bensőséges kapcsolat elmélyítésének, a személyes találkozásnak a lehetőségei, egészen addig, kedves hallgatóim, hogy bizonyára tapasztalták, vagy hallották elbeszélésből, hogy az valami csodálatos dolog. Nem az, amikor az ember a súlyos beteghez elviszi az utolsó kenetet, hanem a betegeknek a szentségét megteremti. És ez a rítus hihetetlen megnyugvás ajándékoz, hozzá járul ahhoz, hogy el tudja fogadni jólélekkel azt, ami kikerülhetetlen. És följújítsa a kereszténységet. Egy hallatlan nagy esély az, hogy fel tud készíteni a halálra.

Egy egyetemista orvos, német, még NDK-s barátom, leült a sarokba a szobámba, egy hamburgi diák, orvostan hallgatót próbált képzésben részesíteni, és azt mondta a fiatalember, én csak úgy elfüleltem hallottam a beszélgetésüket. „Tudod bennem hatalmas nagy ambíció volt, mint orvostanhallgatóban és szerettem volna a rák gyógyszerét megtalálni. Azt látom, hogy már nem fogom, de rengeteg beteg között vagyok, és egyet megtanultam, hogy segítek fölkészülni az embereknek a halálra. És ne botránkozz meg, ne lepődj meg, mint orvosnak, vagy leendő orvosnak egyik legnagyobb szolgálatomnak tekintem ezt. Ezt egyikünk sem fogja kikerülni, erre föl kell készülni.”

Nos így, ezek azok, tehát az egyházi jelenlétek, működések ebben a világban, ebben a társadalomban, ahol nem – így mondanák elegánsan *expressis verdis* – tehát nem mindig egyfajta lélektani, pszichológiai tudóskodással, vagy megoldási készlettel, de a keresztény hívek életstílusa, célkitűzése, hogy az élet forrásával hozzon bennünket bensőséges, személyes kapcsolatba. Ez teremti meg azokat a feltételeket, egy egyre inkább szekuralizálódó társadalomban. Tehát az önmagára maradó, öntörvényűségét követő társadalomban a keresztények ezt a fajta szolgálatukat ki tudják fejteni. De ezt nagyon tudatosan. És ezt szeretném hangsúlyozni, hogy ehhez nem pusztán az anyagiak kellene, mert ez nem csak anyagi, nem csak szervezeti.

Rendkívül fontos a képzés, a tudás. De ha a tudást nem járja át ez a mélyből jövő szeretet, ez a bensőség, amely empátiásként belülről éli meg és szenved el az embertársaknak a szenvedését. És éppen ezért néha pusztán csak a jelenléttel tud segíteni, vagy egy jó szóval tud segíteni, a vigasztalásnak a szavával, vagy a megerősítéssel, akkor ezek a kellékek fontosak, de azt gondolom mindannyian megértjük azt, hogy hiába valók. De legalább is gyenge az eszköztárunk, ha nem belőlünk fakad.

Hát kedveseim az időm lejárt, azt mondták, hogy 30 perc, és én nem akarom a pszichiáter úr mélyen megalapozott szakmai előadásától az idő elvenni.

Azt gondolom, hogy a tekintetükből és a mosolyukból azt látom, hogy értjük egymás nyelvét. Ha gyógyítani akarnak, már pedig mindannyian szeretnénk a gyógyítás szolgálatába állni, ébresszék fel a vágyat a gyógyulás iránt a kedves pácienseikben. Eljék át velük a mélységeket és a magasságokat, a szenvedést, de maguknak keressenek kapaszkodót és forrást, ahol belsőleg biztonságban lehetnek, és hogy mindig rendelkezzenek azzal a többlet szeretettel, amit át tudnak áramoltatni.

És nem tudom, mert nincs a homlokura írva, hogy távolabb-közelebb vannak a kereszténységhez, én azt kérem ebben a nagyon beteg világunkban, ne a felszínt nézzék, hanem keressék az evangéliumoknak egy újabb olvasatát, hiszen Jézus küldetése ebben nyilvánul meg. Egy csodálatos mondatot érdemes megjegyezni: hirdette Isten országának örömhírét. Tehát nem lesújtott, megtaposott, kritizált, diszkrimizált, amit mi olyan nagy szeretettel és előkelőséggel tudunk csinálni. Tehát hirdette a jó hírt, a vigasztalást, hogy szeretet az Isten, és mindenkit meggyógyított. És ilyen értelemben akár a vallásnak a dimenziójában, akár egyfajta civil vagy szekuralizáltabb módban, de mindannyian egy

ugyanazon úrnak a munkatársai vagyunk. Mert hiszen az életet, az embert szolgáljuk. Köszönöm szépen!

Köszönjük Várszegi Asztrik kedves szavait, szép gondolatait.

Természetesen az összes előadótól lehetőségetek lesz az előadás után kérdezni, de mivel főapát úr sajnos nem tud velünk tartani egész délelőtt folyamán, most ha valakiben felmerült egy kérdés felteheti. Amennyiben még emésztitek a hallottakat, és nem szeretnétek semmit kérdezni, akkor folytatjuk a délelőttöt.

Felkérem friss Szabó Pál díjasunkat, dr. Varga Gábor pszichiátert, hogy tartsa meg előadását, melynek címe: Az asszertivitás helye a kommunikációban, a terápiás munkában.

Nagyon sok szeretettel köszöntök mindenkit!

Azt gondolom, hogy nem könnyű a helyzetem, két szempontból is. Mindig azt szoktuk mondani, hogy ha segíteni akarunk, akkor meglepetést kell okoznunk. Hát azt gondolom, hogy két dolog lepett meg ma nagyon. Az egyik, a vágyakat írtam fel elsőnek én is a témában. Főapát úr ugyanezzel fejezte be, nagyon örülök ennek az összefűzhető gondolatkörnek. A másik pedig ez a fajta felfedezés, hogy a mélyült szakmai, én igyekszem én sem nagyon szakmai megközelítést tenni, hiszen én úgy gondolom, az élet maga nem szakma.

Ha mi itt a társadalmat, önmagunkat akarjuk a helyre tenni, az identitásunkat akarjuk stabilizálni, hova tartunk, honnét jövünk, dinamikánkat keressük, akkor nagyon nehéz lenne szakmai érveket adni. Ha létezne ilyen, hogy életszakma, akkor talán az lenne a szakmaiság.

A másik dolog, ami a meglepetés, maga a díj. Én azt gondolom, hogy ez a küldetésünk: ha akarsz segíteni, okozz meglepetést. Hát most én is ebben a helyzetben vagyok, hogy nagyon meglepett ez a díj. Köszönöm azoknak, akik rám gondoltak, a magyar telefonszolgálati szövetség minden munkatársának.

11 pontban gyűjtöttem össze ezt az egy oldalt, mert én is úgy gondoltam, hogy nem vetitek, nem akarok itt semmi olyat, bevészhető szabályt végig gondolni, amit a 30-33 éves telefonos munka alatt összegyűjtöttem magamba, csak megpróbálok.

Minden ilyen évfordulónál az ember arra sarkalódik, hogy próbálja meg végig nézni, hol vagyunk, hová akarunk eljutni, mi van most jelenleg ezzel a telefonos kérdéskörrel. Ugye ez egy Krisztusi kor, 33 éve van nálunk is a telefon szolgálat. Ez a kor, ahhoz, hogy van egy 1000 éves Magyarország, az hogy a kultúránknak a múltjára visszanezünk, ez egy kicsi dimenzió. De igazán a telefonszolgálati segítő munkában azért mégis csak egy olyan kor, hogy el kell gondolkodni, hogy mit tudunk mi ebben a hálózatban csinálni, mik a kihívások, be vigyük-e a társadalmat a terápiába, ha lesz hozzá tb kártya, mondjuk ez a jelenlegi állás, a teljesítmény volumen nem korlátozza-e a társadalom terápiáját.

A másik az a gondolatkör amit írtam föl Lacan-nál, amit Almási Maritta szokott mindig idézni, hogy az analitikus gondolkodás eléggé uralja a telefonszolgálati munkát. Lacan mindig azt mondta, hogy a vágyak dinamizálnak, az úr az, amit keresünk. Meg kell tartani ezt az ürességet. Egyszer Várszegi Asztrik főapát úr egy előadását hallgatva maradt meg bennem az, hogy az unalom, a csend az, amikor találkozunk önmagunkkal. Ezt a csendet kell néha a telefonban, lehet dinamikus csendnek, aktív csendnek bárminek nevezni. Ott formálódik meg a vágy az egyénben.

Hogyan lesz megrendelő a hívóból? Hogyan lesz megrendelő a társadalomból? De én azt gondolom, hogy akkor tudjuk bevinni a társadalmat gyógyulni, ha megrendelőt csinálunk belőle. Borzasztó nehéz megrendelőt csinálni. Vágyat kelteni. És ez alatt, a gondolatnak a lényege pedig, hogy átmeneti tárgyak vagyunk, ha minket szid a hívó, akkor igazán mi csak egy átmeneti tárgy vagyunk, mi csak egy szimbólum vagyunk. Ha az egyházat szidja, Asztrik, nem magával van valami tisztázni valója. Ha valaki az értékekkel bajlódik, valószínűleg

önmagával van valami, olyan feldolgozatlanság, amit a fekete meg a fehér kettősségét nem tudta feldolgozni. Vagy a jónak és a rossznak, ugye amit Choelo mond, hogy mindig kell a rossz, meg a jó, hogy valamihez viszonyítsuk magunkat.

Ez a gondolkör azt gondolom, hogy a legfontosabb hogy bennünk legyen ez a kozmikus perspektíva, ez a többlet, ez a transzcendens állapot iránti vágy, ami nem egy konkrét, tárgyiasult szükséglet kielégítés, hogy kisfiam, vagy az orvoshoz elmenő azt mondja, hogy fáj a fejem, akkor fájdalomcsillapító. Várjunk egy kicsit, várjuk azt, hogy annak a mögöttese mi lesz. Igazán ez a szállító szalag, a vágynak a szalagja, ami kihozza azt, amit mi úgy érezzük, hogy igazán találkozás élményt fogunk nyújtani.

Másik Buda Béla gondolatra jutottam a kettes pontban, hogy a telefonos munka, egy prostituált munka. Mert hogy mi mindig azzá válunk, amivé a hívó minket szeretne minket tenni. Hogy egy nagyon rugalmas vágy képzetet keltünk ebben a kafei kastélyban. És azt próbáljuk meg, hogy úgy mondjam behelyettesíteni a barátnőt, ha apát, ha anyát vár, ha bizalmat, empátiát, ha nyugalmat, akkor mi ugyan úgy szolgáltatjuk ezt.

Most egy kicsit ez a prostituáltság egy nehéz kérdés. Ugye ez a 11 percről Choelot érdemes, vagy 14 perc, vagy Veronika meg akar halni, vagy nagyon jó érzés volt hallani, a halálközelség az egy nagy kihívás. De miért kell az embernek halál közeli élmény ahhoz, hogy önmaga értékeit, meg a világban a küldetését megkeresse. És valóban az az érzés, a pszichológiában is az a tapasztalat, hogy halál közeli élmény nélkül az egyén nem döbben rá arra, hogy hova tart. Mi az ami még tenni valója van a világban. Miért kell valakinek a szülőjének valamelyikét elvesztenie, hogy végig gondolja, hogy nem végtelen a létem. Hogy ezek a, ugye Choelonak ez a könyve, amiben Ljubljában Veronika meg akar halni című dologban azt mondja, hogy ennyi napod van hátra, és közben ez egy blöff, terápiás blöff a pszichiáter részéről. És ez az egyén küzd és számolja a hátra lévő napjait. És akkor kezd el újra energiát kapni, és vágyakat indukálni magában, hogy hát azért még ennek bele kéne férni, annak bele kéne férni. És elindul egy úton.

Szóval ez a prostituáltság egy nagyon kétélű dolog. Ha egy hívó, aki nem tudom én, minket éppen egy önkielégítésre használ, utána haza menni az ügyeletből nem egy könnyű érzés. Ugye tegnap is ezt beszéltük este, hogy az egyik fiatal ügyelőknek az első élménye volt. Mondtam na és. Szóval hogy ez egy roppantul nehéz kérdés. Mondhatjuk, hogy átmeneti tárgyak vagyunk, nem nekünk szólt ez a dolog, de azért van egy olyan, olyan, jó lenne megtisztulni utána mikor egy ilyen hívás volt. Vagy ugyan úgy gondolom egy lelkes megéli ezt hogy gyónnak nála olyanok, hogy ennek a témának a közelébe menni is, eléggé meg kell kapaszkodni.

A másik amit fölírtam harmadiknak, hogy a telefon fenomén. Ma a telefonnak mint kultúrának, mint eszköznek a helye a társadalomban borzasztóan megváltozott. Gondoljatok bele, ez az SMS örület, ez a bárhol szélessávú interneten, lappal bárhol kiülök a tengerpartra és akkor letöltöm én nem tudom hány ez van az van a világban. Szóval olyan információ özönben, olyan, nem a folyópartra ül ki a nem a *(egy bizonyos folyó)* partján ültem című helyzet. Nem a folyópartra kell ülni, hogy lássam a múltat meg a jövőt, hova tart ez a folyó, hanem leül valaki ehhez az özönhöz. És akkor hogy tudunk ezzel a fenoménnel bánni. Van-e az SMS-nek asszertív tréning kommunikációja?

Gondoljatok bele ebbe a betömörített kommunikációba, hogy minden eltűnik, csak ilyen tilitoli van, vagy kör-SMS, kör-email. Hová jutottunk? A személyességnek ez föllazulása borzasztó érdekes, és van-e erre nekünk megoldásunk? De a medicina ugyan így gyötrődik. Nem rég voltam New Orleans-ben egy nemzetközi konferencián, ahol az informatika és a medicina volt a téma. Döbbenet hallgattam egy előadót, aki Alaszkában orvos. Arról beszélt, hogy átlagban 3-400 km-es körzetben egyedül van. És akkor ott videón nézik a sebeket, az akármit, és az asszisztensnőnek a videó kép után mondja, hogy hogyan varrja, mit csináljon. Ez a telemedicina dolga. Na most hol lesz ebben a személyes? Majd az egyház is

telemedicina, vagy telespiritualizmust fog csinálni? Borzasztó nehéz ma ezt tudomásul venni, hogy ez része a mindennapoknak.

Most ne beszéljünk a terek szakralitásáról. Egy mondat arról, hogy ülsz a vécén és telefonhívásod van. Adva van, hogy fölvegyem, ne vegyem? Biztos hogy volt mindenki ilyen kellemetlen helyzetben. Mert nagyon- nagyon megalázónak érzed a másikkal szemben, ugyanakkor meg azt mondd, félóra múlva biztos, hogy a lépcsőn megyek le, akkor fog hívni. Tehát jobb, ha most esek túl a dolgon.

Ez a fajta telefon fenomenon ez azért hol van ahhoz, amikor a postás kisasszony ült a központban és dugdosta a telefont, és mondta, hogy a kettes fülkébe tessék bemenni, mikor Pécssett egyetemista voltam, és akkor nyitott ajtónál beszélhettem, hogy anyu még egy kis zsebpénzt, vagy kajapótlékot küldjél. A szomszéd ugyanezt kérte a másik egyetemista, de a mama számlájára kérte a visszahívást. R-beszélgetés. Ehhez képest nagyon megváltozott a világ.

A másik, a modalitás, amit negyedikként írtam fel. Nem győzünk ezzel a kérdéskörrel közel 50-60 éve bánni, hogy ugye (egy személynév) 1952-ben egy kommunikációs iskolában kidolgozott egy csomó munkatárssal, kibernetikussal, pszichológussal, kommunikációelméleti szakemberekkel egy modellt, amit neurolingvisztikus programozásnak hívnak. Nagyon megváltoztatta a világot, a marketinget, a tömegtájékoztatást, a pszichoterápiát, a segítségnyújtás kultúráját. Azt hogy, bizony az emberek, bizonyos modalitásokat kedvelnek, szeretnek, azon könnyebben kommunikálnak, ugye ebből alakult ki ez a bizonyos vagog módszer, hogy a vizuálisok 80 %, 10% akusztikus csatornával dolgozók, a kinezetikusok 5 %, és akkor ne feledjük 3 és 2-vel a szaglással és a gusztatórikus ingerekkel dolgozók. Így jön ki a vagog módszer. Na most ezeken a csatornákon bejövő ingerekkel az a baj, hogy, hogy még szűrőket is rakunk, kihagyunk, torzítunk és általánosítunk, utána jönnek ezek a csúnya metanyelvek.

És akkor miért nem szeret senki. Hát ki nem szeret? Hát a Sanyi elhagyott tegnap.

Na most ezzel se a lelkész, se a pszichiáter, se az asszertív tréning terapeuta nem nagyon tud mit kezdeni. És tele vagyunk metanyelvvvel. Kihagyás, torzítás, általánosítás, ilyen zagyvaságok. Meg a legdurvább dolog, amit anyámról szoktam mondani, meg a szomszédasszonyáról a Lidikéről, akik szoktak kommunikálni, mindig ugyan ezt játsszák, „ne mondja Rózsika!” mikor anyám valamit pletyózik, „ne mondja!” amikor befejezték, „hát most mondja meg!”

Kommunikációs zavar van, és nem tudjuk feldolgozni. Viszont aki most azt mondja, hogy egyre sötétebb előtte a világ, annak azt mondani, hogy úgy érzi, keserű íz maradt a szájában ebből a problémából? Ugye váltunk, modalitást, nem megy. És az a baj, hogy a marketing nyomja nekünk ezt az egészséget, és tudjuk, hogy mindegyik csatornán el akarnak adni valamit, és megtudjuk milyen a Pepsi érzés, a Tsibo vagy akármi. Tehát borzasztóan ki vagyunk téve a tömegtájékoztatás kultúrszennyének, és szinte betömik a fülünket. Gondoljanak arra, mikor vadászni megy valaki, órákat kell a vadásztársasági házban tölteni, hogy a fülét újra hegyezze azokra a finomságokra, amit az erdőben kell hallani. Attól a zajtól el kell menni, ahol élünk. Ez a zaj borzasztó nehéz, és elég feldolgozni.

A másik amit még felírtam ötödiknek: időnyomás. Miért lényeges ez? Az egész kultúrában a *Moravia: Unalom*-tól elkezdve sorolhatnám, a *Veronika meg akar halni Choelo*-tól, hogy időnyomásba tenni valamit, vagy az *Aviator*, vagy a *Szamszara*, egy csomó most divatos jelenség hordozza ezt, vagy *Kerouac: Az úton*, vagy a *Szelíd motorosok*.

Mi ennek a jelenségkörnek a lényege. Az ember az idő dimenzióval borzasztó nehezen birkózik meg. Az időbeliséget, az egyediséget a megismételhetlenséget, megélni borzasztó nehéz. Borzasztó nehéz. Mindenki időalagútba akar menni, mindenki időnyomásban szenved, mindenki szeretne visszamenni. A sci-fi irodalomnak a gyöngyei, hogy ide-oda eljutni az

időalagútban. Meg milyen jó elmenni a csillagrendszerbe, megnézni, hogy mikor jött, mikor kezdődött az egész. Gyönyörködünk ezzel az idődimenzióval.

Csak egy probléma van, minden nap azt éljük meg, hogy ez az időnyomás ez borzasztó. Igen. Szerzünk hozzá időspóroló eszközöket. Telefon, kocsí, mosógép: mindent beszerzünk. Mindegyikkel időt spórolunk meg, mert gyorsabban megyünk, a mosás gyorsabbá válik, mert berakom a mosni valókat és kész, kiszedem. Oké. És megmarad az idő. És mit érünk vele? Tized annyi időnk nincs, hogy egy szép eszközt faragjunk. Gyönyörködünk a középkorban.

Gyönyörködtem a legutóbb, mikor Erdélyben voltam, Székelyderzsen az 1300-as freskókat megnézni, és ott a templom körül megnézni azt az építményt, az erődtemplomot, amelynek bástyáiba minden család elviszi a szalonnát, sonkát füstölve, minden családnak van négyszöge. A négyszög, az minden családban apáról fiúra öröklődik. Mi van benne a faluban, óriási bizalom. Egy évben egyszer nem fordul elő, hogy másik szalonnát vágnak le. El tudunk képzelni ma a mi kultúránkban egy ilyen közös falusi szalonnagyűjtő bástyát? Borzasztó nehéz. Nincs bizalom.

Tehát az a fajta bizalom veszett el bennünk, ami ahhoz kell, hogy ezt ki tudjuk várni, tudjunk késleltetni, tehát az időnyomás a legnagyobb veszély. Nem merünk unatkozni. Futnak az emberek, és akkor walkman-nel sétálgatnak, ahelyett, hogy hallgatnák a madárdalt. És akkor biztos mindannyian megélik, akiknek tinédzser gyerekeik vannak, utazik a család, végre egy közös hét, és akkor hátul walkman-nel ül a gyerek. És mivel tudod leszedni? Hogy tudod megszakítani ezt az egészet? Milyen meglepetést tudsz okozni: fékezel egy nagyot? Nem tudjuk mit kéne csinálni.

De magyarul: ez az időnyomás, ez borzasztó nehéz. És az, hogy ebben az egészben az emberek külső dinamikát keresnek. Nem baj, hogy hová megyek, az úton legyek. Kerouac. Ugye? Mászkalok. Vagy a Szelíd motorosok. Hány ilyen unatkozó 50 év feletti ember ül be egy ilyen chopperbe, és akkor azt mondja ámen. Tudod az az érzés milyen? Hát mondom sejtem, de nem nagyon vágyom rá. Hát próbálgassuk!

Tehát itt az unalomnak a megélése, a találkozás élmény. Mondjuk a pszichológiában, hogy a csend dinamikája. Nem biztos, hogy a hívóé. Vagy nem is érzi, hogy most ez a hallgatás mit jelent. Szóval politikai szempontból is nehéz, mert aki hallgat, bölcsen, arra azt mondják nem elég aktív, nem szidja a másikat. Nagyon tetszik ez a dolog. Valóban hallgatni, befogadni ma nem nagyon divat. A másik. A percemberből lehet csinálni késleltetés nélküli fogyasztót. Gyártják esztergapadon a késleltetni nem bíró akció embert, aki aznap veszi meg akcióban azt, amit másnap fél áron megvehet.

Hatodiknak írtam ezt a kérdéskört, hogy Királynék Városa. Tetszett itt Bóvíz Gábornak a bevezetője, mert nekem is a kedvenc helyem volt. Én is Pápára jártam, Győrbe, sokat töltöttem itt középiskolás koromban, meg az egyetemi továbbképzés, vagy előkészítőre ide jártam a Veszprémi Egyetemre, és mindig az volt a kedvenc helyem. Nem tudom mi fogott meg ebben a városban, de gyönyörű ez a rész. A Királynék Városa.

Végig gondolta már valaki, hogy most milyen jó nekünk ez a XX. évforduló? 30 éves körülbelül a szövetségünk. A telefon fenoménja, a telefon archetípusa, az egy nő archetípusa. Igazán befogad, empatizál, meghallgat, ápol, gondoz. Nem behatol, nem legyőz, nem alávetett, meg nem dominál. Egy férfi archetípus nem nagyon a kell a telefonhoz. A Buda Béla mikor ezt a prostituáltat mondta, azt is mondta még, hogy nézzük meg hány férfi ügyelő van. Nagyon kevés. Az a kérdés, hogy mi mit keresünk itt páran.

Na most ez a nő archetípusához annyit akarnék itt hozzáfűzni, ma már a kutatások a pszichológiában odáig jutottak, hogy van önállóan női depresszió, férfi depresszió. Női alkoholizmus, férfi alkoholizmus. Női öngyilkosság, férfi öngyilkosság. Sőt odáig elmentek, egy rendes, specifikus, nemhez kötött prevenció program kell. Mást kell üzeni a nőnek, mást kell üzeni a férfinak. A nemi identitás bizony átszövi ezeket a jelenségeket. Vajon mi

ki alakítottuk-e a nemektől függő meghallgató stílust. Lehet, hogy a férfiak ezt többet gyakorolják otthon, de nem biztos, hogy erre ők kiképződnek.

No a hetedik pontnak írtam föl a következőt. Hogy az asszetivitas mint jelszava ennek a konferenciának, én ebből csak néhány mondatot ragadnék ki, mert az igazán erre specifikus szakmai előadás utánam jön.

Az őszinte és nyílt kommunikáció jó lenne, hogyha tudna a telefonszolgálat csinálni. Na most mi gátol bennünket ebben. Ugye itt Várszegi Asztrik főapát úr is mondta, hogy Isten az ember, önmagunk szeretete. Ez lenne az a lánc, ami a folyamathoz, önmagunkra való rátaláláshoz visz. Én is ezzel kezdtem, hogy az Isten, a társadalom, a medicina, az egyház, a szolgálatok, a szervezetek, az egyének, önmagunk, ugyan ez a lánc. Végig tudjuk-e vinni az őszinteséget, a nyíltságot úgy, hogy közben a telefonszolgálatra is, az egyházra is a gyóntatásnál is, meg a lelki segélyszolgálatra is az anonimitás rá van kényszerítve. Hogy tudunk mi egyszerre nyíltak, őszinték lenni anonim módon. Még egy probléma lesz majd ezzel, amit a következő, a titok. Ugye a telefonszolgálat is, az egyház is még mindig analitikus modellben gondolkodunk. Abban meg absztinencia szabály van: tartsd vissza magad. Várd meg míg ő közöl. Csinálj csendet neki. Fogadd be. Nem interpretáld. Ne adj tanácsot. Ezt az absztinenciát hogyan lehet összehozni a nyíltsággal és az őszinteséggel. Tulajdonképpen rejtegetőzünk egy kicsikét, várunk, nekünk lennének elképzeléseink, de tilos direkt tanácsot adni, ugye, mert akkor tönkre teszem, akkor megint az van, hogy akkor nem a vágyakat a cselekvési energiákat akkumulálja, hanem receptet visz haza, és nem váltja ki a gyógyszert. Most szimbolikusan mondom. Ez egy nagy dilemma.

És én fölírtam azt is, hogy az analitikus modellben hasonlítva a medicinához. Volt egyszer a sebészeti korszak, nyeszetteltek borbélyok, mindenki, a harctéren, ez könnyű volt, mert amputáltak, mindent csináltak. Utána jött a belgyógyászat, ráhallgattak, abszultáció, fonendoszkóp, kopogtattak, ők jó borászok, nagyon jó belgyógyászok lettek. És akkor ugye jön a következő: immunológia, szimun-immunológia. Minden sejtünk képes reagálni. Egy depressziós kevésbé pótolja a központi idegrendszer szürkeállományában az idegsejtek pusztulását. A reprodukció. Hát akkor rájöttünk, hogy a hangulat befolyásolja a regenerációt, az immunrendszer felismerő képességét. Az ölösejteknek az aktivitását, a felismerő képességét. Hát ennyire összefügg ez az egész? Akkor jött ugye a szimun-immunológia után a pszichológia, pszichiátia korszaka a medicinában.

Na most ha ezt a vonulatot végig nézzük, és akkor ma a világ összes rokkantsága lehet hogy voltaképpen öt: lélektani eredetű, további kettőben súlyos lélektani következményei vannak. Ehhez képest van Magyarországon 600 pszichiáter, a 3000 szükséglethez képest. Ugye kivándorol mindenki.

Borzasztó nehéz kérdés, hogy a társadalom hova tart? Miért űzi azokat, akik valamilyen szinten a lélekben visszajelzést tudnak adni. Valami lelkiismereti problémája van a társadalmunknak? Vagy az aktuális vezetésnek? Miről szól ez a történet? Ne menjünk mélyebbre.

A másik, hogy keressük a modelleket. Hát ha analitikus modellekben gondolkodunk – ezt írtam föl nyolcadiknak – hát meg kell állnunk. Ez az analitikus modell nem elég. Projekció, elfojtás. Nem megy. Nem elég modern. Ahogy Freud foglalkozott a libidóval, meg a drive-val, hogy mi hajtja az egyént, akkor Lacan már eljutott a vágyakig, Bálint Mihály azt mondta, hogy a folyón úszik a fa, akkor az valahogy ottan hátulról meg kell lökődni aztán nem lesz árvíz. A krízis modellünk is erről szól. Analitikus modellekben gondolkodunk.

A karkai kastélyba beszorulunk, és ott a mindenható lelkész, vagy az őt képviselő rendszer, vagy a telefonszolgálatos, vagy a pszichiáter, bölcsen mond valamit, mert ő az élet bölcse. Nincs ilyen. Ugye a terápiában is használjuk ezt, hogy mit mondana erre a nagyapám. Ha a bölcshöz fordulnál, mit hallanál. A bölcs ilyeneket fog mondani: én azt tanácsolom, gondolkodj el rajta. Ez a modell kicsit sántít ma, amikor élethelyzeteket kell megoldani, és azt

kapja vissza, hogy gondolkodjon el rajta. Na de hát már hetek óta ezt teszi, és nem jutott semmire. Hát akkor most tranzakció analízis? Asszertív tréning? Neurolingvisztikus programozás? Viselkedés terápia? Pszichodráma? És akkor mindenféle nemet mondás *just say no* című modelleket dolgozunk ki? Nehéz.

Kilencediknek azt írtam fel, hogy egy picit az asszertivitás felé közeledve nézzük meg, hogy az asszertivitásnak mi a célja. Azt mondtam, hogy ne találkozzunk itt Lajkó Karcsinak a személyes zónájával. Én a szervezet oldaláról nézem az asszertivitást, és akkor nem lesz fedés egymás között. Az asszertivitás célja ugye a kölcsönösség, az egyenlőség, a megbízhatóság és az egyediség tisztelete. Ezt a négy dolgot kéne az asszertivitással elérnünk.

Most menjünk sorba. A szervezeten belül meg tudjuk-e ezt oldani. Van-e kölcsönösség? Egalitárius rendszer jó, vagy hierarchikus rendszer. Ez az egyházaknak is állandó problémája. Az egészségügynek állandó problémája. Progresszíven sehol nincs nyoma se. Egalitárius rendszer. Minden orvos-kliens találkozó, minden lelkész-hívő találkozó, bármelyiket nézzük, az lenne az igazi, hogy ott egyenrangú felek, és egalitárius hálózatban döntést hozhatnak. Hiszen a segítő foglalkozások ma megszülték azt a modellt, amiben az a lényeg, ne vedd át tőle a kontrollt, mert most nem tudja gyakorolni, penitenciával, terápiával, bármivel. Utána mond azt, hogy delegálok a döntésszereket, visszaadom, mert most már túl van azon a bizonytalan időszakon. És a lényeg, hogy ruházd fel a döntésszereket újra. Akkor engedheted el a kliens, ha újra tud döntést hozni a jó és a rossz között, a reális célok és a nem reális célok között. Most ezt a fajta kölcsönösséget azt egy egalitárius rendszer tudja csinálni.

Át kell gondolni a szövetségi struktúrát például. Át kell gondolni azt hogy mennyire vagyunk a centrum és a periféria gondolat körében. Ugye Kézdy-Kovács 25 éve ezt kezdte a pszichiátriában aztán a telefon szolgálati rendszerre is, hogy igenis minden térségnek magának kell centrumként működni. Azt, hogy a politika szeret egy centrumban gondolkodni, az nem azt jelenti, hogy a civil társadalomnak nem térségi centrumban kellene gondolkodni. Nem akar bejönni a politikába sem az regionalitás. Boldog vagyok, hogy Veszprém régió központ. Győr is valószínű az lesz. De ehhez a mi fejünkben kellene elfogadni, hogy nem felmegyünk Budapestre. Tehát valahol bennünk van ez a fajta érték.

Én ha odáig jutok, hogy elmegyek Sepsiszentgyörgyre, vagy Székelyudvarhelyre, vagy Székelyvárosra, hogy tisztuljon a fejemben ez az egy-centrikus modell, ami Magyarországon működik. Én a március 15-ét lassan Erdélyben ünneplem, meg az augusztus 20-át Szlovákiában, mert azt gondolom, hogy az identitásnak sokkal nagyobb dimenzió kell, mint az aktuális két 25 ezres csapat, aki meccsezik, hogy jobb vagy baloldal. Szóval, hogy nekünk ebben a dimenzióban a civil hálót jobban kéne szőni. Ez a kölcsönösség kérdése, ami fölmerült.

A másik az egyenlőség. Az egyenlőség dolga. Ma sincs. Milliárd dologban látjuk, hogy nincs egyenlőség. Se a forrás elosztásban, semmiben. Ahogy nem lehet egy rendszert működtetni úgy, hogy van egy 24 milliós forrás, 14 a centrum, 10 a 36 szolgálaté. Mondjuk az egészségügyben ugyan ez van. Minden rendszerben. Nem vagyunk hajlandóak ezeket a kontrollokat kiengedni. Azt hisszük, hogy a döntés joggal a felruházott kismember, kismegvalósító, kis civil nem tud döntést hozni. Infantilizáljuk a társadalmat, páternalista gondolkodás maradványokkal gyötörjük. Nem. Az egyénnek belül kell.

Nekem nagyon tetszett az erdélyi nagy építészünknek – segítsetek már – Koós Károlynak a gondolata. 83 évesen azt mondja, hogy mindenkinek magának kell a természethez való viszonyát kialakítani és tisztázni. Egyedül, saját magának. Nem lehet általában elmenni természetet gyönyörködni. Vagy van viszonyod a természethez, a patakhoz, a folyóhoz, a hegyhez, és véded a környezetet belül, és ehhez élményed van, biológiailag, fizikailag, érzelmileg, akkor működsz. Tehát ezt az egyenlőséget gondolom hogy meg kell teremteni.

Megbízhatóság, kiszámíthatóság. Ez is nagyon fontos. A politika mindig késleltet. Visszatart információkat. Gyenge hatalom az, amelyik az információ visszatartással dolgozik. De ehhez

szoktunk. Le kell szoknunk arról, hogy az információn ülni, az információt bespájzolni, és az információ visszatartás csurgatásával díszlegelni. De mi ezt a gyenge modellt dolgozzuk. Nem volt ez a görögségbe se, nem volt ez a latinoknál se divat. Az angolszászoknak ez a hihetetlen, azt kell, hogy mondjam számomra agresszív nyomulásában pont az információ visszatartás hiányzik. Az, amivel dominálnak.

A másik, az hogy az egyediség tisztelete. Gondoljunk ebbe bele, hogy ha a vallásos identitást, az Isten képet nem tiszteljük az egyénekben külön-külön. Én az egyének a vágyait a pszichoterápiában nem tiszteltem, akkor nem oda fogok vele kilyukadni, ahová ő vágyott eljutni, hanem ahová én gondolnám célszerűnek, hogy eljusson. Szóval nem szabad nekünk a saját céljainkat eléje tenni valakinek, és nézegetni, hogy oda talál-e. Kutya idomításnál célszerű, de egy humán lény, aki képes fölülelemelkedni, döntést hozni.

Ezt a fajta egyediség tiszteletben tartását, amire azt is mondanám, hogy a telefonszolgálatok szervezeteinek, a civil intézményeinek az egyediségeinek a tiszteletben tartása. Miért kapja például azt Győr sokszor, hogy ki a vezető? Most miért nem lehet elfogadni, hogy nem egyszemélyes vezetés van, hanem 4-5 fő team-ben vezeti a rendszert. Bizonyos fajta feladat megosztás van: az egyik kiképez, a másik szervez, a harmadik pénzt szerez és adományt csinál, és finanszíroz, az ötödik meg a stáb mentálhigiéniével foglalkozik, szupervizoroz. Miért kéne ezeknek a szerepeknek összezsúfolni. Miért hisszük, hogy ez ilyen egyszemélyes omnipotencia hittal működő rendszer. Ha az egyház ezt hitte volna, nem lenne több ezer éves múltja. Szóval nekünk is tudomásul kell venni, hogy egy egalitárius szervezetben a szerepkészletek bonthatók személyekre. És kell hogy bontsuk személyekre. Egy voluntáris szervezet önkéntesekből nem vállalhat, nem kumulálhat szerepeket.

Csak Magyarországon divat sokszor a politikában, hogy megyei ez XY, meg országgyűlési képviselő, meg ott több bizottságnak a tagja, meg még az EU-s nem tudom én milyen tanácsadó is. És még négy Kft.-nek a tulajdonosa. Vannak emberek, akik a Moreno szociális vagy kulturális atom modelljében rengeteg szerepet tudnak hordozni. De örülök, hogy ezt a jelenlegi szerepemet, amire aláfutottam, ezt cipelem, és igazán élvezem, mikor telefonos kiképzést csinálhatok, mert annak látom igazán a hozadékát, az értelmét.

No. A másik, az asszertivitás típusai hogy működnek a LESZ-ben vagy az IFOTESZ-ben. Ez már egy kicsit belső ügynek tűnik. Én azt érzem, hogy nagyon lényeges, hogy próbáljuk meg azt mondani, hogy kölcsönösség, egyenlőség, magabiztosság kialakítása a kapcsolatokban, az azt jelenti, hogy gondolatok, érzések kifejezése a kapcsolatokban, őszinte és nyílt kommunikáció az, amit meg kell valósítani. Most borzasztó jó lenne ezt végig gondolnunk, hogy vannak-e éppen agresszív megnyilvánulások a rendszerben, vagy éppen a nyuszi effektus is néha működik a rendszerben, akár pont a forráselosztásnál, vagy a kommunikáció miatt.

Hát én ebben keresném azt is hogy van-e innováció. Tehát tudjuk-e azt a fajta megújulási szándékot, nem intézményesültünk-e túl korán. Minden önkéntes segítő rendszernek az az igazi csapdája, hogy ha intézményesül. Mikor meglátom, hogy az egészségügy havonta hoz 35 paragrafust, négy jogászunk dolgozik azon, hogy az aznap keletkezett jogszabály, egészségügyi miniszteri rendeletet, éppen mit csináljak ma.

Az egész reform úgy zajlott, hogy utólag megtudtuk, hogy mennyit kellett volna teljesíteni. Így nem lehet hatalmat gyakorolni. Függetlenül attól, hogy milyenek a célok. A cél nem egyenlő azzal, hogy milyen módon jutok el. Tehát nagyon lényeges például itt a telefonos dolognál is, hogy az innováció benne legyen. Új funkciókat kell kitalálni, új struktúrákat kell kitalálni, vannak-e mentálhigiéniés műhelyek ezek mögött, vagy misztifikálják egyedül a vokális csatornát. Tehát ezek a műhelyek valóban egymás között működnek-e, képesek-e nyílt napokat tartani, képesek-e *face-to-face* találkozásokot is lehetővé tenni. Képesek-e a környező pszichiátriai, egészségügyi, egyházi hálózatokkal napi kommunikációt létesíteni.

Nem tud szigetként működni egy ilyen hálózat. Nagyon lényeges lenne, azt gondolom, hogy ez a fajta nyitás, ami itt kezdődik az egy nagyon fontos része kell hogy legyen.

Tizenegyedikként írtam fel utolsó pontnak, mert aztán nekem is az időm, ahogy ígértem a harminc perc, az lassan a vége felé jár. Azt a címet adtam a tizenegyedik pontnak, hogy szervezetfejlesztés kell. Szóval két és fél éve csinálom ezt a kórházigazgatást, de már látom, hogy abszolút nem tudunk szervezetszerűen működni. A célok teljesen kaotikusak. Van egy eszme, mire lecsurog, addigra teljesen hülyeség lesz belőle. Ugye ez a tipikus tömegjelenségnek a dolga.

Na most gondoljunk bele, hogy 800 önkéntes dolgozik a telefonos szolgálatoknál. Hogy jut el a kommunikáció egymáshoz?

Szervezetfejlesztési szempontból három pólust kell kitalálni, hogyha ezt át akarjuk gondolni. Az egészségügyben is ugye mindig ez a probléma, hogy kell a reform, csak olyan tempóban, hogy annyi ablakot nyiss ki – ugye ez a krízis intervenció modellje – amennyit be tudsz csukni. Annyi helyzetet, szituációt, törvényt, szabályzat változtass, amennyit tudsz kontrollálni. Alaptézis. Nem tartják be. Tehát nem rögtönzések színháza.

Jacob Levy Moreno nagyon jó volt a pszichodramában, Kafkának és Pethőnek a szobatársa volt, sok mindent kiagyalhattak ott Bécsben. Egy biztos, hogy ő eljutott odáig, hogy a spontaneitás és a kreativitás az egyetlen emberi tényező, amit csiszolni kell, és akkor kész a gyémánt. Na most hát lehet spontán meg kreatív egy gyilkos is. Lehet spontán megy kreatív Irakban egy amerikai katona is.

Szóval bocsánat, ez egy nagyon fontos dimenziója a létünknek. De hol van az érték. Hol az az értékteremtő, értékközvetítő gondolat. Hol van a vágy, a cél, amit nagyjából el tudunk fogadni ösztársadalmilag. Szóval én azt gondolom, hogy a funkció az egyik pillér. Mi a telefonszolgálat funkciója. Át kell újra meg újra gondolnunk, hogy mi mindent tudunk szolgáltatni. Ez nem csak a három, a mentálhigiénés prevenció, a krízis intervenció, és az öngyilkosság megelőzés. Ezt mondjuk 30 éve. Lehet, hogy van egy negyedik, van egy ötödik. Bocsánat! Gondoljuk végig! Tudjuk-e ezt mind teljesíteni? Ez az egyik. A funkciók tisztázása. A műhely jelleg. A térség mentálhigiénés kapuőr funkciója. Az hogy ott a műhelynek nyílt napokban, egyebekben kell.

Én a napokban Székelyudvarhelyen, vagy Sepsiszentgyörgyön sok mindent tanulok. Legalább annyit tanulok, mint amennyit ott próbálok a tréningeken eljuttatni. Tehát ez egy nagyon lényeges kérdés, hogy a funkciót át kell gondolni, újra definiálni.

Másik a struktúra. Struktúraváltás nélkül a rendszer nem tud működni. Tehát ahogy át kell rendezni a sorokat, a stáboknak az időstruktúráját, a célstruktúráját, a kiképzések struktúráját, a beválasztásnak, a bennlevésnek, a benntartásnak, a búcsúztatásnak a struktúráját ki kell találni. Ki kell találni a regionalitás struktúráját. Amit már Hamvas Béla megmondott, hogy nem ugyan az a kultúr régió jellemzi mondjuk a Nyugat Dunántúlt, vagy a Dél Alföldet vagy éppen Pannóniát, az egyik inkább Rómára tekint, mi pedig ugye tudjuk „vigyázó szemetek Párizsra vessétek” ez az Észak Dunántúl. Most lehet, hogy a Sárközit kell figyelni. Bocsánat itt az aktuál politikáért. Ezt a struktúrát át kell újra gondolni. Hiányzik a regionalitás. Nekem ez egy régi vesszőparipám. Amíg nem lesz regionális, decentralizált a rendszer, nem képes innovációra.

A kultúra a harmadik dimenziója ennek a rendszernek, szervezetfejlesztésnek. Milyen kultúrát vigyünk ebbe bele. Azt mondja hogy a regionalitás kultúrája, a régióknak a saját kultúrájának megtalálása, a lazult nemzeti kultúrában a kis regionális hagyományoknak, tradícióknak a szokásoknak a kultúrája. Tudjam hol tartok, honnét jövök, hová készülök. Van jelen múlt és jövő. A belső értékeknek a teremtése, képzése. Ezt a fajta értékközvetítő dolgot. Szóval hogyha visszagondolunk, Goethe-ig és Janus Pannoniusig kell vissza mennünk, hogy értékeket tudjunk a falra tenni. Nagyon jó gondolatok ezek, csak talán a ma dilemmája nem biztos, hogy a krízis ablakban derül ki. Tehát, hogy ma lehet, hogy más az üzenet. Tényleg

nehogy úgy járunk, mint az anyám, „hát most mondja meg!” mikor elmondom szertartáson akkor valaki azt mondja hát most mondja meg mit kéne csinálni.

A másik, hogy azzal kezdtem, hogy identitás probléma. Amikor a freudi időszak volt az analízisben, akkor mindenki a libidóról beszélt, a drive-ról, az energiáról, a csakrák, minden. Ez divat ma is. Energiát eléggé elfelejteni. Inkább lényeges ma az identitás. Ki vagy te? A személyes identitás, a personal identiti, meg a social identiti. Én még egy identitást kitalálnék, a szociálpszichológusok nem nagyon szeretnek, az pedig az lehetne, hogy a közösségeknek, a kis közösségeknek az identitása. Tehát ha ez a három identitásfajta stabil lenne, akkor van iránytű, van hova tartani, tudom, hogy ki vagyok, mi a vágyam, hová készülök. És ma a pszichológiának ugyan olyan központi kérdése az identitás, és az identitás válságok kezelése, mint régen a libidó volt, vagy a drive-ok, a miért csináljuk. Ugye a Cannon vészreakciók és a Selye stressz elmélet után kicsit már fölbredhetünk, hogy ma már az a probléma, hogy ki vagyok én? Reggeltől estig ez a kérdés, és ebben Moreno sem sokat segít, hogy rakd össze a kulturális atomodat, és akkor benne lesz, hogy te apa vagy, hogy mit tudom én te szőlősgazda vagy, tréner vagy. És ez mind ilyen kommunikáció. Hol van az én önmegvalósításom, hol van az én örömszükségletem. Honnét töltődök. Hát ezek a pontok lennének.

Én azzal a mondattal fejezném be, hogy a telefonszolgálat továbbra is fejlődni és továbblépni tudjon, mert ugye fordulóponton van a hálózat, a szövetség, az egész telefonos munka. Meg kell keresni azt, hogy hogy csinálunk megrendelőt a társadalomból, aminél feladja a megrendeléseit felénk, és a hívóból hogy lesz megrendelő számunkra.

És nem akarok itt az előző előadásnak a pasztorál pszichológiai gondolataira újra visszatérni, de bocsássák meg ezt nekem. Ugye a szamaritánus asszony történetében is az van, hogy oda megy Jézus, és azt mondja: adjál vizet. Kér valamit, és utána indul el a beszélgetés. Tehát nekünk is az a kultúránknak a lényege, előbb kérjünk valamit a társadalomtól. És érdekes módon, akkor kérnek tőlünk. Én azt szeretném, hogyha ezt a kérést mernék artikulálni mint telefonosok. Köszönöm szépen!

Köszönjük szépen dr. Varga Gábor előadását. Természetesen kérdéseket tehetnek fel neki is, majd valamennyi előadás elhangzása után. Most újra szeretném megköszönni főapát úrnak, hogy megtisztelt bennünket, és ellátogatott hozzánk a találkozóra egyúttal átadom Payrich Máriának a veszprémi telefonszolgálat vezetőjének a szót.

Szeretném én is megköszönni a főapát úr nyitó előadását. Én úgy érzem, hogy az egész most hétvégi közös munkánknak, és talán a következő hónapok, következő évek munkájának is egy olyan alap hangot, alaptónust adott meg, és olyan útmutatást nyújtott a számunkra, amit nagyon fontos lesz mindig visszaidézni, hogy a szeretet az minden munkánkban, az emberekhez való viszonyulásunkban, a munkáinkhoz a saját magunkhoz való viszonyulásunkban, mint ahogy az Istenhez való viszonyulásunkban is benne legyen. Köszönjük szépen! És szeretném a köszönetünket kifejezni egy emlékkal az ön számára. Egy veszprémi emlékkal. Sági Margit veszprémi festőművésznék kis akvarelljével, hogy a főapát úr a mostani veszprémi részvételére emlékeztesse a továbbiakban. Gratulálok!

Most pedig felkérem dr. Péterfalvi Attilát, adatvédelmi ombudsmant, hogy tartsa meg előadását.

Köszönöm szépen!

Mielőtt megkezdeném az előadásomat, szeretném megköszönni egyrészt a szervezőknek, hogy meghívtak, és így az adatvédelem alapjairól tarthatok egy kis előadást. Illetőleg mielőtt ezt megkezdeném, nem csak adatvédelmi biztosként, hanem úgy is mint az állampolgári jogok országgyűlési biztosának jogkörében, tehát az általános ombudsman jogkörében is

eljáró országgyűlési biztos, de ezen túl még magán emberként is szeretném nagyrabecsülésemet kifejezni önöknek az önök munkájukért, és külön megköszönni azt, hogy ezt a tevékenységet nagyrészt karitatív alapon végzik. Teszem ezt úgy is, mint több mint 10 éve a Lion's club tag, tehát ezen a területen kollegák vagyunk, hiszen ez gyakorlatilag a jószolgálati tevékenység fontos terepe. Köszönöm szépen!

Az előadásomban az adatvédelem jelentőségéről, vagy az adatvédelem és a lelki segély vonalak működtetésének lehetséges adatvédelmi összefüggéseiről szólnék.

Természetesen én is megnéztem a honlapot és próbáltam kikeresni azokat a kapcsolódási pontokat, ahol az adatvédelem és a lelki első segély telefonszolgálat működése kapcsolódik egymáshoz, illetőleg a szakmai kritériumok szerint megjelenhet az adatvédelem. Gyakorlatilag ez az operátorok képzésénél jelenhet meg, az operátorok kiválasztásánál, amennyiben valamilyen szakmai pszichológusi vizsgálat történik. Ezeknek az eredményei vonatkozásában megjelenik az anonimitás kérdése magánál a beszélgetéseknél, és természetesen ezzel összefüggésben, a statisztikai összesítésnél is, de ez is úgy mint az anonimitásnak a kérdése.

Mi az adatvédelemnek a jelentősége, erre azért szeretnék nagyon röviden utalni, mert nagyon sokan gondolják úgy, hogy az adatvédelem túl dimenzionált Magyarországon, sőt túl szigorúak a szabályai az Unió szabályozáshoz viszonyítva is. Nem szeretnék nagyon mélyen történelmi előadást tartani, de annyit azért szükséges tudni, hogy a rendszerváltást megelőzően az állam filozófiája, vagy a társadalom filozófiája az volt, hogy az állam mindent igyekezett megtudni az állampolgáiról, ebbe beletartozott még az olyan, ma már jogállami eszközöknek nem minősíthető szolgálat is, mint a titkos rendőrség, vagy a besúgó hálózat üzemeltetése.

Ezért nagyon fontos szempont volt már a rendszerváltást megelőzően, hogy az állampolgárok számára biztosítsák a magánélet sérthetlenségéhez fűződő jogot, azt a jogot, hogy az állampolgár ne legyen átlátható a hatalom számára. És ezért 1989-ben megállapodtak a régi és az új erő képviselői, hogy az alkotmány módosítása során ez alkotmányos alapjog lesz.

Mégpedig az alkotmánybíróság gyakorlatát figyelembe véve egy nagyon szigorú alkotmányos alapjog, hiszen az emberi méltósághoz fűződő jogból vezethető le a személyes adatokhoz védelméhez fűződő jog. Ennek az a lényege tehát, hogy az ember maga jogosult eldönteni hogy magáról adatot, információt szolgáltat-e, és erről kinek szolgáltat, milyen mélységű adatot. Vagyis ez az úgynevezett információs önrendelkezési jog. Ez különösen fontos, és nagyon szigorú kritériumok vonatkoznak az úgynevezett különleges adatok gyűjtésére. Különleges adatok csak az érintett írásbeli hozzájárulásával lehet kezelni. Azonban az is fontos alapelv, hogy ha az érintett maga kezdeményez valamilyen eljárást, akkor a hozzájárulását és az önkéntességét vélelmezzük.

Milyen jogi alapjai vannak az adatvédelemnek? Természetesen az emberi jogok egyetemes nyilatkozata, az el nem fogadott, de nagyon fontos rendelkezéseket tartalmazó, bár Magyarország aláírta az európai alkotmány szerződést, az előbb említettem már az alkotmányt, az adatvédelmi törvényt, az alkotmánybírósági határozatok illetőleg az adatvédelmi biztos állásfoglalásai.

Az alapfogalmakat is érintettem már részben. Személyes adat minden élő emberre vonatkozó információ, illetőleg az információkból levonható, adatokból levonható következtetés is. Tehát minden következtetés. Például benyújtom a hitelkérelmemet, és azt mondja a bank, hogy ön rossz, vagy nem megfelelő adós számunkra. Ez az info egy következtetés, ez a következtetés is az én személyes adatom.

Az azonosíthatóság kérdése. Az azonosíthatóság kérdése különösen érdekes az önök tevékenysége során, hiszen az adatvédelmi törvény szerint bármely tulajdonsága alapján, ha azonosítható a személy, akkor adatkezelésekről beszélhetünk. Az adatkezelésnél gyakorlatilag, tehát az a feltétel, hogy egy azonosítható személyről legyen szó. Az azonosítás

pedig nem csak a név és nem csak a különböző azonosító adatok alapján, születési idő, hely, anyja neve, lakhely alapján, igazolványszám, állapítható meg, hanem megállapítható például az önk tevékenysége során esetleges beszéd hibából, vagy hanglejtésből, amely alapján esetleg egy ismerőst be lehet azonosítani. Vagy olyan információk is alapot adhatnak az azonosításra, például mondjuk olyan viselkedést mond magáról, vagy olyan tulajdonságot a telefonáló. Például tudjuk róla esetleg hogy pedofil, vagy tudjuk róla hogy valamilyen bűncselekményt követett el, és az a bűncselekmény ténye, az adott városban ismert volt. És mondjuk elmondja, hogy nemrég szabadult a börtönből. Tehát minden olyan adat, tulajdonság azonosítja az érintett személyt.

Az előbb említettem már, hogy a különös adatoknak fontos jelentősége van, hiszen szigorúbb ezeket az adatokat kezelni. Viszont az önk tevékenysége során általában a különleges adatok jutnak szerephez. Hiszen lehet valakinek egészségügyi problémája, szexuális identitásával kapcsolatos problémája, valamilyen szenvedélybetegsége, vallási, nemzetiségi hovatartozással kapcsolatos problémája, ezek mind olyan adatok, amelyek különleges adatnak minősül.

Személyes adat kezelésének minősül minden személyes adatokon végzett művelet, tehát az adatoknak a rögzítése. Külön említi az adatvédelmi törvény a kép és hangfelvétel készítését, és azt mondja, hogy minden egyes adat kezelést külön kell értékelni. Külön kell értékelni azt az esetet, amikor önk a telefonálóval beszélgetnek, és külön értékelendő, az is egy önálló adatkezelési művelet, amikor ezeket az eseteket szakmai képzések keretében megbeszéljük, hiszen ez egy önálló adatkezelési művelet.

Ez különösen azért lehet érdekes és problematikus, mert ezeknek az eseteknek az ismertetése adott esetben az operátor számára anonimként jelentkező hívónak valamely tulajdonsága, vagy azonosítási pontja alapján elképzelhető, hogy ezeken a képzéseken a csoport valamely tagja számára azonosíthatóvá válik az illető személy.

Az adatkezelésnek a jogalapja, miután említettem, hogy ez egy alkotmányos alapjog, vagy törvényi felhatalmazás. Ilyen az önk esetében nincsen, vagy az érintett hozzájárulásával lehet. Hozzájárulásnál az előbb említettem, hogy különleges adathoz az írásbeli hozzájárulás kell, és nagyon fontos, hogy a hozzájárulásnak önkéntesnek kell lenni.

A szepturális jogszabályoknál egyetlen egy dolog nagyon fontos, az hogy az önk tevékenységére vonatkozik az a szabálya az elektronikus hírközlési szolgáltatásról szóló rendelkezéseknek, amely maximálisan biztosítja, hogy a hívó fél anonim maradjon. Ez azt jelenti, hogy a szám azonosításra nincsen lehetőség.

A személyes adatok kezelésével kapcsolatos bármely probléma, jogellenesség feltételezése esetén, de konzultációs ügyekben is az adatvédelmi biztoshoz lehet fordulni. Az adatvédelmi biztosnak a jogosítványait látják (*a kivetítőn*). Az a fontos, hogy az adatvédelmi biztosnak az új szabályozás értelmében erős jogosítványai vannak, vagyis kötelező érvényű döntést hozhat. Vizsgálati kompetenciája mindenre kiterjed, a köztársasági elnök adatkezelésétől elkezdve a civil szervezetekére is, tehát így az esetleges lelki segély telefonvonalak adatvédelmi vonatkozásainál is. Konkrét ügyek kapcsán megilleti vizsgálati jogosultság az adatvédelmi biztos, míg az általános ombudsmant például ezen a területen nem.

A következőkben azokat szeretném röviden ismertetni, hogy milyen esetekkel találkoztunk. Az első ilyen kapcsolódó esete az általános biztosnak volt. Mégpedig ebben a jelentésében az általános biztos, Gönczöl Katalin azt vizsgálta, hogy mennyire biztosítottak az anonim telefonvonalak. És ebből a jelentésből egy mondat ragadt meg bennem. És azért említettem az előbb az anonimitás kérdését, nekünk hivatalosan adatvédelmi biztosként semmiféle információnk nincs erről, de ez a bizonyos vizsgálat megállapítja, hogy a telefonhívások egy része rögzítésre kerül épp az esetmegbeszélések kapcsán. Ezért hívtam föl a figyelmet az anonimitás és az adatrögzítés kérdésére.

Csak az érdekességek kedvéért maximálisan kiállok a HIV szűrések anonimitásának valódi biztosítása mellett. Hiszen ezekben az esetekben is azt gondoljuk, hogy az állampolgárok alkotmányos jogai maximálisan előbbre valók, minden más érdeknél.

Fontos kérdés, és adott esetben ez az önök tevékenységét is érintheti, bár az én vizsgálatom és jogszabály módosítási kezdeményezésem nem terjed ki erre, úgy hogy igyekszem megjegyezni, hogy legalább egy hivatalos jelzést kérjek, hogy ha az esetlegesen megszülető törvénymódosítás újra hivatalba jár, akkor véleményezéssel kiegészíteni tudjuk. Ez pedig a szociális munkások tanúskodási kötelezettsége. A jelenlegi szabályok szerint a szociális munkást nem illeti meg sem a polgári eljárás során, sem a büntetőeljárás során az a jog, hogy a tanúvallomás tételi kötelezettségét megtagadja, és adott esetben arra kötelezzék, hogy az ő feljegyzésüket a hatóság rendelkezésére bocsássák. Én úgy gondoltam a vizsgálat lefolytatása után, hogy ez maximális hátrány a szociális munkások számára. Azt gondolom, hogy az ő tevékenységük, nem különb módon az önöké is, tehát itt azt szeretném mondani, hogy legalább annyira olyan, mint a papi gyónási titok. Tehát mindenképp meg kell, hogy illesse az önök munkáját is a tanúskodási kötelezettség megtagadási joga. Itt ami miatt mi esetlegesen nem figyeltünk oda, és ez a kérdés lehetséges, hogy akadémikusi vita, bár azt gondolom, hogy nem, hiszen azt feltételezzük, hogy önök semmilyen módon nem tudják azonosítani, pont az anonimitáson keresztül a hívó felet. Azonban ez nem biztos, hogy minden esetben így van, nem lenne baj, hogy ha a jogi lehetőség, a vallomástételi kötelezettség megtagadása az nevesítve önökre is kiterjedne. Én az állásfoglalásomról és a véleményemről az igazságügy minisztert is és a szociális minisztert is tájékoztattam, és kértem őket a jogszabály módosítás előkészítésére. Mind a két helyről kedvező választ kaptam, tehát remélem hogy ez megindul.

Csak abban a vonatkozásban, hogy esetlegesen van-e lehetőség rögzíteni hívásokat vagy nem, akadémikusi kérdésként kezelve itt ami fontos, az az európai adatvédelmi biztosnak az álláspontja, és eszerint határozottan nemet mondott a telefon hívások rögzítésére oktatási célból.

Ha bármilyen vonatkozásban esetlegesen konzultációs kérdésük vagy más beadvány miatt az elérhetőségünket szeretnék megtudni, az utolsó ábraként ezt írtam föl.

De azért az előző előadásokhoz szeretnék egy dologgal kapcsolódni. Én nem csak a személyes adatokhoz fűződő jogot védem, hanem a közérdekű adatok nyilvánosságát is. És itt szó volt az információ csöpögtetéséről, vagy az információ hiányról, úgyhogy ebbéli biztosi pozíciómban mondom, hogy bátran bármilyen adatot kérjenek a közfeladatot ellátó szervektől. Hiszen a másik fontos akkori 89-es alkotmányos megállapodásnak éppen az volt a lényege, hogy szemben az állampolgár átláthatóságával, az állam viszont az állampolgárok számára nem volt átlátható. Én azt gondolom, hogy ma sem átlátható a kívánatos mértékben. Ezen úgy lehet segíteni, ha minél többen és minél több információt kérnek az államtól.

Köszönöm, hogy meghallgattak!

Köszönjük szépen! Most felkérem dr. Lajkó Károly egyetemi adjunktus urat előadásának megtartására, melynek címe az asszertivitás hatótényezői.

Szeretettel köszöntöm a hallgatóságot! És hát a szervezőket is, hogy megtiszteltek azzal, hogy elmondhatom, hogy a főorvos úr által bejelentett szakmaiságon kívül tán lehet, hogy egy kicsit unalmasabb lesz, de talán a végén valami haszna is lesz ennek az előadásnak.

Na most amikor az ember előadásra készül, akkor próbálja kitalálni mi az a vágy ami érdekli, lehetőleg motiválja az embereket, miről is tartsak előadást, hogy tudom kielégíteni azokat az elvárásokat, vágyakat, és hát a címek, egy-két dolog segít abban, hogy mire lehet szüksége a hallgatóságnak.

És én azt gondolom, hogy az asszertivitásról van szó, tehát a hatótényezői, végül is mi is mozgatja az asszertivitást, milyen irányban lehet elmenni, és hogyan tudjuk kapcsolni az önök

mindennapi munkájukkal, munkájukhoz, a saját személyes életükben hogyan tudnák hasznát venni, meg hát a telefonos munka során is. Úgy hogy ezt a címet találtam ki, hogy az asszertivitás hatótényezői.

Akkor az első ábra tulajdonképpen azt mondja, hogy mi is az asszertív viselkedésnek a célja. Azt a szót emeltem ki, hogy szinkron. Az emberek nincsenek egymással szinkronban, mást várnak el, egymástól és ha összefoglalni akarnánk a legfontosabb szót, hogy hogy tudjuk szinkronba hozni olyan emberekkel akikkel találkozunk minden nap, akik fölényeskednek, akik kihasználnak bennünket, akik nem viszonzják az érzéseinket és akik büntudatot keltenek. Na most ez a beosztás vissza fog még jönni, hogy miért pont ilyen derűsen fogalmaztam meg az asszertív viselkedés célját. Nem véletlenül történt. Ma erre visszatérek rá.

Azonban ugye vannak itt nehézségek, elmondjuk itt mindig, hogy hogyan kellene viselkedni, mi volna a jó, mi volna a helyes, milyen normarendszerek szerint kellene, és az emberek általában nem tudnak úgy viselkedni. És azt tudjuk, hogy igazából arról van szó, hogy a viselkedésünk csapdában van, és ezt mindnyájan tapasztaljuk, amikor szeretnénk nem ingerültek lenni, szeretnénk nem nyuszik lenni, a fogyókúrát vagy az alkoholt megállni és sajnos mindig csapdába kerülünk és hát igazából ennek az asszertív viselkedés példáját szeretném bemutatni, tulajdonképpen hol is van itt a bukta, hol van itt tulajdonképpen a csapda.

Hát először is az asszertivitás, formai jegyekkel leírt viselkedési forma. Viselkedés, igen. Na most minden formához hozzátartozik egy funkció, és hát ezek a funkciók tulajdonképpen nagyon függenek a kontextustól, de még ennél sokkal inkább fontosabb, hogy a funkció a környezet változásaival adható meg. Hogy én milyen változást idézek elő abban a környezetben. Na most ezt hívjuk operáns viselkedésnek. Van egy formája és van egy funkciója. És mi általában a formára tudunk figyelni, de igazából a funkcióra kellene figyelni, az nehezebb egy kicsit. De végül is a funkció az amelyik mozgatja az életünket, változtatja a környezetünket, és tulajdonképpen mint emberek leginkább úgy viselkedünk, hogy annak funkciója legyen, hogy környezeti változást tudjunk előidézni.

Azonban a probléma az, hogy viselkedésünk döntő mértékben az aktuális környezeti tényezők hatása alatt áll. Ugye most gondoljuk csak azt el, hogy ha találkozunk egy olyan emberrel, aki lesöpör bennünket, aki kihasznál bennünket, vagy büntudatot kelt, nem tudunk úgy viselkedni vele szemben ahogy szeretnénk. Itt van a bukta, itt van a csapda, hogy akkor most mit is tudunk tenni, hogyan tudunk kilépni ebből az ördögi körből. Hát akkor próbáljunk ezzel egy kicsit foglalkozni.

Na mostan először is nézzük meg, hogy mik a hibák. Ugye viselkedést kell várnunk, viselkedésünket kell megváltoztatnunk, ha nem vagyunk elégedettek bármilyen téren nem vagyunk elég asszertívek, vagy a többi amit felsoroltam. Na mostan ha információt adunk az nem elég, hiszen az a laikus megközelítés, és nagyon jól tudjuk, hogy nem csak nem elég, hanem sokszor veszélyes lehet. Mert én helyette ezt csinálnám, miért nem ezt, miért nem azt, és hát ezzel ugye olyan elvárásokat keltünk, aminek az illető nem tud megfelelni, akkor talán még rosszabbul érzi magát. Na mostan az egészen az a lényege, hogy az asszertivitás eredendően viselkedés terápiás technika.

Én örültem annak, hogy Varga Gábor itt mondott mást is, hogy más szelek is fújdognak itt a telefonos szolgálatok körül. Hát ugye ez kifejezetten egy viselkedés terápiás technika, úgy indult el. Na most a technikák önmagában mechanikus dolgok lennének és ezt a viselkedés terápia meg is kapta azt a jelzőt, hogy mechanikus nagyon, és hát ugye az operátorok is mondják. Azonban nem így van, ha ismerjük az alapját, az elméleti alapját, az pedig a viselkedés tan, a behaviorizmus, aminek itt Magyarországon nincsen igazán jó csengése, azért mert félreértik, félreértelmezik, nem igazán belülről nézik. Na most ez is csak egy eszköz a viselkedés tan, igazából segít abban, hogy egy irányt ad nekünk a gyakorlati munkánkban. Na

mostan igazából ha az irány megvan, kell nekünk egy energia, és az energia egy motorja hogy változzunk, ez pedig a lelki szenvedés. Most tulajdonképpen visszatértünk a második ábrához, hogy mi a lelki szenvedés forrása.

És akkor felsoroljuk azokat hogy mikor is szenvedünk még. Igazából olyan kis történetek érhetnek bennünket, amelyek a közvélemény szempontjából nem is olyan fontosak, de ha egy kicsit is azt érezzük, hogy lekezelnek bennünket, kicsit is fölényeskednek velünk, bárki, akár a gyerekünk vagy a szomszédunk, vagy a hivatalban, akkor ez megmarad bennünk. Aztán a személyes térnek a beszűkülése, itt leginkább az asszertivitás innen indult ki, a *nem* mondásnak a képessége, vagy képtelensége inkább. Hány ember szenved attól, ha megkérjük hogy csináljon valami szívességet, nem tud nemet mondani. Itt nem a térről van szó, nem az szűkül be, hanem az időnk, más használja a mi időnket, amikor nem tudunk neki nemet mondani. És a ragaszkodás igényben a frusztrálása. Hát ezeket összefoglalón úgy hívjuk, az etológiai dimenzió negatív történései. Ezek mindig kis dolgok, legtöbbször kis dolgok, jelentéktelen dolgok, de valahol lélektanilag úgy működünk, hogy rágódunk rajtuk, rossz lesz a kedvünk.

Vagy ha éppen nem negatív irányba mennek el a dolgok, hanem pozitív irányba, amikor egy kicsit emelkedünk a rangsorban, fontos emberek velünk kedvesek lesznek, nagyon rendesek, akkor ugye olyan jó kedvünk van, madarat lehet fogatni velünk. Vagy amikor az embernek sikerül megvédenie magát, akkor egy asszertív tréning kapcsán sikerül nemet mondania, a szomszéd mindig kihasználta, akkor olyan jó kedve van az illetőnek. És hát a ragaszkodási igény, ami alapvetően bennünk van, és hát ennek a frusztrálása szokta megmagyarázni azokat a lelki szenvedéseket, amikor a fiatal tinédzserek öngyilkosságot követnek el. Hát miért? Mert a barátjuk visszautasította. És ez mind mutatja azt, hogy ezek az ősi viselkedés meghatározók, amit összefoglalóan az etológiai dimenzióknak hívunk, milyen nagy hatással van az ember lelki életére, és az itteni kudarc az nagyon fontos szállítója, forrása a lelki szenvedésünknek.

Na most ha itt tudunk változtatásokat elérni akkor ugye előre léptünk, akár a telefonos szolgálat klienseivel kapcsolatban, akár a saját magánéletünkben.

Na és van egy következő, ami még inkább úgy mondhatnánk etológiai dimenzió, az állatoknál ugyan úgy meg van, megfigyelhető, ha valamelyik állat lecsúszik a rangsorban, számára az nagyon sokat jelent, a létét kérdőjelezi meg, mert a rangsor azt jelenti, hogy elsőbbségem van a forrásokhoz, a forrásokból. És ha valahol csökken a rangsorban az illető egyed, állat, akkor ez azt jelentheti, hogy a fizikai léte veszélyeztetve van.

Na most ez az állatoknál, embereknél egyaránt így van, viszont az embereknél hozzá jönnek még úgy a források, és ezt pedig úgy foglalnám össze, hogy az elítélhetőség kontextusa. Nem csak egy fizikai világban élünk, hanem mondhatnánk, egy virtuális világban is és ebben az emberi nyelv alakít ki egyfajta teret, amelyben mi rangsorolva lehetünk. És általában ha egy közösség a káros tagjának minősített bennünket kis jelzőkkel, „ügyetlen vagy”, „jaj, ha nem volnál ki kellene találni”, vagy ilyen kisebb megjegyzések elegek ahhoz, hogy az ember előítéleti kontextusát kiérezze és elég nagy lelki szenvedést tud ez igazában elő idézni.

Na most a lelki szenvedésnek egy érdekes, leginkább emberi formája az, hogy a jövőtől félünk a szorongás, nem a múlt, nem azt nézzük, hogy mi történt velem, hanem azt, hogy mitől fél. A jövőre irányultság. És ha megnézzük, akkor a szenvedésünk legnagyobb része a jövőre irányultság. Természetesen meg van a múltbeli tapasztalata mindezeknek.

Na mostan, ha ez így van, akkor mit tudunk tenni, hiszen nem elég csak fölvázolni a problémás helyzeteket, hanem megközelítenünk, és változtatnunk kell rajta. Na most én nagyon határozottan a viselkedés szempontú megközelítést javasolnám, és egy pár dolgot föl is sorolnék, hogy miért is. A viselkedés az élet alapmozzanata. Ez a legfontosabb, a legegyszerűbb élőlények is először viselkednek, aztán utána érzékelik a külvilágot. De a viselkedés tulajdonképpen az alapmozzanat. Nem beszélve a percepció, úgy néz ki már az is

viselkedés. Na most a viselkedésünk legfőbb funkciója a fennmaradásunk biztosítása. Hát először is a külső veszély elhárítása, az igényeinknek a kielégítése.

Na mostan az ember ugye mondtuk, hogy bemegy egy környezetbe, és mivel végletesen szociális lények vagyunk, és igazából a másik viselkedése, a másik várható viselkedése a mi környezetünk. Mit fog hozzá szólni apám, anyám, feleségem, vagy a mit tudom én a szupervízorom hogy most ezt tettem, ezt kellett volna tennem. Mi lesz a reagálása. Tehát a környezet is tulajdonképpen a másik ember viselkedése, hiszen a fizikai veszélyek már viszonylag kisebb jelentőségűek, illetőleg ha meg is vannak érdekes módon nem okoznak akkora szorongást, depressziót, mint a másik embernek a várható viselkedése.

Na mostan a kommunikáció. Állandóan erről beszélünk, különféle helyekről hallunk a kommunikációról, de egy valahogy mindig kimarad, hogy a kommunikációnak a lényege a másik viselkedésének a befolyásolása. Na most itt is megint a viselkedés, mint bűvszó kerül elő. Aztán amiről már itt az előbbiekben is volt szó, hogy a jövőbeliséget az alapján ítéljük meg, hogy a jelenben mire vagyunk képesek. És hát tudjuk azt, hogy a viselkedésünk csapdában van, a környezeti tényezők csapdájában van, sokkal jobban, mint amennyire mi gondoljuk. A szabad akarat az nem annyira szabad. Illetve a determinizmusnak és a szabad akaratnak egy nagyon érdekes játéka van, amibe most nem mennék bele, de mindnyájan éreztük néha a szabadságot és néha pedig a kérélhetetlen determinizmust. Mindenesetre azt kell megállapítanunk, hogy nem vagyunk annyira szabadok mint amennyire azt hisszük, meg amennyire azt szeretnénk.

Tehát akkor milyen megoldásokat tudnánk erre javasolni. Először is egy rövid áttekintés, hogy igazából tudományosan hogyan közelítik meg az emberi viselkedést. Három szintet tudnánk, három dimenziót tudnánk elkülöníteni. Az első a viselkedés és a környezet találkozása. Tulajdonképpen a tanulás és a tapasztalatok is, gyermek, csecsemőkortól kezdődően is alapvető, az egész emberi életen végig vonuló tapasztalatokat a gyermekkorban szerzünk.

Aztán ugye nem vagyunk egyformák biológiailag, ez nyilván valahogyan belejátszik abba, hogy másként reagálunk bizonyos helyzetekre. Azonban itt nem kell nekünk belemenni abba hogy mi is a viselkedés biológiai meghatározása. Sőt a filozófusok mondják azt hogy egy agykutató, aki ismeri a sejteket, a sejt szerveződéseket, sokkal rosszabb helyzetben van annak tekintetében, hogy megítélje mások várható viselkedését, mint egy laikus ember, aki ismeri a környezetét. Tehát a tudomány felől, az igazi klasszikus tudomány felől mi nem tudjuk megítélni olyan jól az ember viselkedését, mint amennyire, ezt gondolnánk. És a tudomány sokszor túlzottan is reklámozza is magát, főleg az agykutatás területén, ez nem volna annyira indokolt.

Na most visszatérve tehát a biológiai tényezők ott vannak, és igazából a biológiai tényezőket környezeti terminusukban lehet megfogalmazni. Bizonyításokban. Ugyan úgy, mint ha valaki allergiás a tejre, akkor nem az allergiának a mechanizmuság, hogy hogyan szaporodnak fel az anyagok, mi miatt mi fog történni, sokkal inkább azt tudjuk, hogy a tejre allergiás. Ugyan így a viselkedésnél is meg van az, hogy ki mire izgul, mi a megerősítője, mi a büntetője. Különbözők vagyunk és könnyű a helyzet, mert megfogalmazhatjuk külső, mindenki által ismert tényezőkkel, hogy mi mozgatja az illető viselkedését. Karrierista, vagy a családja, vagy a művészet, vagy nem tudom, attól függően, hogy milyen dimenziókba megyünk el. Na mostan ezért itt van az önök lehetősége, nem kell önöknek annyira ismerni a tudomány legújabb eredményeit. Sokkal jobbak lesznek, ha nem ismerik ezeket, amit az orvosok. Főleg pszichiátereknél látjuk ezt, hogy mennek ilyen konferenciákra, amelyeket általában gyógyszergyárak szponzorálnak, és vetítik föl az ábrákat, és a szerotonin, és a nem tudom én mivel bűvészkednek. Nagyon nagyon távoli ez a sík az emberi viselkedéstől. Ne legyen kisebbségi érzésük, hogy nem olyan nagyszerűen ismerik a biológiát, az ember különféle

részeit. Lehet hogy a viselkedést sokkal jobban ismerik. És abból a szempontból, abból az elvárásból jobbak, mint a nagy tudósok.

Na most volna a harmadik sík, a nyelvi, vagy szimbolikus szabályozás. Ugye itt a szociális környezetnek normái előírnak, írott, íratlan szabályok. Az előadás amit itt hallottunk. Hogy milyen normák szerint menjünk, hogy kell viselkednünk, és hogy nem kell viselkednünk. Mind ez bennünk van, és áthatóan befolyásolja a viselkedésünket. Az egyénnek azért van egy kis szabadsága itt, hogyha elkezd gondolkodni, bizonyos kikövetkeztetések révén valamire rájön, eljut. Na most problémák vannak, főleg akkor, hogyha az etológiai dimenzióban, a rangsorban, territórium védelemben, ragaszkodásban rosszul áll az illető, akkor sajnos elcsúsznak ezek a kikövetkeztetések. Olyanokkal találkozunk, paranoid, pszichopata emberekkel, akinél hiába próbálunk logikai eszközökkel, nem tudunk meggyőzni, hiszen az etológiai dimenziók, a biológiai részek eléggé nagy csorbulással rendelkeznek. És ezek a kikövetkeztetések sokszor fölöslegesen lelki szenvedést okoznak az emberek számára.

Hát akkor mit is tudunk tenni? Na most egyetlen egy elv van, amit itt elmondok, mind a háromról lehetne bővebben beszélni, nincs rá időkeret. Ez a legfontosabb sarokpont az egész emberi viselkedés szabályozásában, viselkedés, érzékünk közvetlen következményeire. Hát ugye én azt gondolom, itt már van egy kicsit a kezünkben, valamit már meg tudunk fogni, nem vagyunk annyira reménytelen helyzetben. És a mások nem kívánt viselkedését a mi viselkedésünkkel látjuk el következményekkel. Nyilván ezen múlik az egész, és erről szeretnék egy kicsit beszélni, hogy hogyan is működik ez a mindennapi gyakorlatban. Na most visszatérünk még egy picit az asszertív viselkedés formai elemeire. Azt tudjuk, hogy azáltal, hogy az ember viselkedése csapda helyzetben van, környezettől függ. Ugyan akkor a környezetet szeretném megváltoztatni, ez így nehéz együtt. Ezért szeretnék egy új környezetet teremteni, egy segítő közösséget, amelyben egy feladat játszó helyzetben el tudjuk, meg tudjuk ezt a varázst, ezt a viselkedési beállítottságot megtörni. És egy kitalált szituációban, na akkor hogy mondasz nemet. Vagy ha pedofil hív föl téged, vagy telefon maszturbátor, akkor igazában hogyan is kell erre válaszolni, milyen legyen a viselkedésnek a formai jegyei. Most egyelőre csak a formai jegyeiről szöveg.

Hát ugye itt a telefonvonalban nincs, de a magánéletben van telefon kontaktus, illetőleg tekintet kontaktus, megfelelő testtartás, gesztusok, van aki túl gesztikulál, van aki nagyon merev. Hozzá kell igazítanod a helyzethez. Tagolt, hangos, nyugodt beszéd, nagyon fontos. Politikusokat is látunk borzasztó hosszú hatásszüneteket tartanak. Azzal olyan nagy nyomatékot adnak a mondandójuknak, lehet hogy nincs is olyan nagy mondani valójuk. De nagyon hatékonyan tudnak bánni, ezzel a hatásszünettel. Nehogy fölismerjenek valakit.

Na most ugyan akkor itt van egy viselkedésnek az elvárása, hogy van egy csoportfoglalkozás, vagy akármilyen terápia, ahol a következő alkalommal megkérdezzük, hogy na sikerült-e az anyósna ezt mondani, hogy sikerült-e a hivatalban így viselkedni. Ez egy enyhe presszió. Az illető, ha nagyon erős viselkedési gátoltsága van, akkor ez nem megy olyan könnyen neki, de dolgozik egy következő alkalommal, és aztán ebből a csapda helyzetből a csoportnak a jóindulatú elvárása kisérti. És akkor beszámol nagy örömmel, hogy húha sikerült, és jaj de jó volt. És aztán ez, az etológiai dimenziókban változást idéz elő, és más lesz a jövőképe az illetőnek. És nem kell a kognitív distorzióval annyira foglalkozni, sokkal kényelmesebb és egyszerűbb módszer ez, hogy ha az ember az etológiai dimenziókban próbálja fölemelni az illetőt. A személyeket akikkel kapcsolatban van.

Na mostan ezek voltak a formai jelek. Igazában a hatótényezők a cím, és van aki már hallott engem, úgy hívjuk ezt a módszert, hogy „körülmények megkülönböztetés módszere”. Amiről mi beszélünk, az általában ürügy. Na most igazában a lényegre kell válaszolnunk, mert ha az ürügyre kell válaszolnunk, akkor mindig magyarázkodunk, mindig elmaradunk, mindig rossz érzésünk van, mindig alárendelt helyzetben érezzük magunkat. A lényeg az, hogyha érezzük, hogy valami nem stimmel az illetővel, valami stressz számláló kattán bennünk egyet, akár a

telefonos beszélgetés során, akár a magán életünkben, akkor gondoljunk arra, hogy mi itt a lényeg. A lényeg az, hogy indokolatlanul negatívan minősített valaki engem, valahogy nem direkt módon, rejtett módon legtöbbször. De valahol érezzük azt, hogy a rangsorban csökkentünk, csökkent a presztízszünk, megint lóvá tettek, kihasználtak bennünket, visszautasítottak bennünket. És ha ezeket észre vesszük, akkor igazában ezekre kell válaszolnunk. Vagy van itt még, hogy az elítélhetőség kontextusáról van szó, rejtetten büntudatot keltettek bennünk.

Na mostan mi legyen a válasz tartalma. Hát általában az, hogy összevetjük a másik viselkedését, hogy mit is mondott valójában, hogy amit ő mond az oké-e, hogy van-e elég információja arról, hogy rólunk negatív véleményt formáljon, vagy sugalljon ilyen formában. Ezt össze tudjuk verni az együtt élés írott vagy íratlan szabályaival, és ez segít az illetőnek abban hogy egy kicsit meg hőköljön. Nem velem kerül szembe, hanem az ő viselkedésében van egy olyan elem, amit a közösség ítél el, mert indokolatlanul fölényes volt velem, vagy lekezelt, vagy kihasznált, vagy indulatot keltett. Na most ez az egésznek a lényege, hogy hogyan tudjuk az ürügy mögött a lényegét megtalálni. És ehhez kell egy kis tréning. Akik választották azt a workshopot amiben az asszertivitásról lesz szó, ezt fogjuk majd gyakorolni. Azt hiszem voltak már páran akik hallottak erről, tehát ebbe most nem mennék bele. Ha kérdeznek, akkor elmondhatom, de túl nagy a itt közösség ahhoz, hogy szakmai részébe bele tudjunk menjünk. Sajnos mégis azt kell mondani, ez a dolognak a lényege, hogy hogyan tudjuk eltalálni az ürügy, a tartalom mögött, hogy mi a lényeg, a lényeges üzenet. Az ami a lelki állapotunkat negatívan befolyásolja, és ebből következően viselkedési gátoltságot is idéz elő.

Na mostan egy pár szót akkor az ürügy-lényeg megkülönböztetésének módszeréről. Nagyon fontos, hogy azonnal kell a viselkedést következményekkel ellátni. Az a módszer, amikor a gyerekünknél valami rosszat tett és fél nap múlva büntetjük meg, az semmit nem fog az ő rossz viselkedésén változtatni, mert akkor rég más a helyzet. Tehát azonnal kell ellátnunk. Itt az ürügy-lényeg megkülönböztetés módszerében ha ott van a face-to-face kommunikáció, azonnal tudunk reagálni a másik fölényére, vagy manipulatív szándékára. Na most az nagyon fontos abból a szempontból, hogy tisztázza két ember kapcsolatát, hogy minek is néz engem a másik. Hogy férj-feleség viszonylatában a feleséget csak egyfajta csicskásnak tekinti. Hát akkor mindjárt tudunk erről pontos képet alkotni, leltárt fölvenni, hogy miről is szól a mi életünk. Na most amit mindjárt itt ki is fejttem, hogy tisztázza és nyomatékosítja, hogy igazában mi is az együtt élés normája. Nem megy el egy család, vagy egy közösség egy eléggé irreális ideológia felé. És hát ugye a legfőbb cél az, hogy a lehetőséget ad azoknak az embereknek, akikkel nem vagyunk szinkronban egy kultúrált konfliktus megoldásra.

Én most tulajdonképpen az orvosi pszichológiának kutatok, és néhány példát mutatok erről, hogy milyen érdekes az ürügy-lényeg megkülönböztetés módszere. Az merem állítani a hallgatóknak, akik először ezt megdöbbenve fogadják, hogy az orvos-beteg kapcsolatban mind a betegség, mind az orvostudomány csak ürügy. Igazából a lényeg a bizalomra épülő együttműködés megteremtése. Ez egy kicsit furcsa, de ha ebből a nézőpontból néznénk, és ilyen orvosokkal találkoznánk, akik ezt így fogják föl, hogy először a két ember kapcsolatát kell tisztázni és ezt mindkét oldalról lehet, mert ugye vannak problémás orvosok, vannak problémás betegek, problémás helyzetek. Na most ha ezeket nem tisztázzuk mondhatnám az ürügy-lényeg módszerével, akkor az egész orvostudomány tevékenység mindig el fog akadni és olyan irányba fog bukni, hogy minden lesz csak nem együttműködés.

Most önöknek beszélve eszembe jutott egy kis történet. Két nappal ezelőtt – ez egy kis dicsekvés – találkoztam a folyosón egy fiatalemberrel, aki rám köszönt, hogy helló, szia, és én nem ismertem, és akkor kiderült, hogy 10 évvel ezelőtt, rezidens orvos volt, és akkor tartottam nekik egy képzést, és azt mondja, egyik legnagyobb hasznát ennek vette. Most három éve Írországra dolgozik, és azt mondja, ez volt a legnagyobb neki a

rezidensképzésben, ez a nézőpontot, hogy mi is az adott helyzetben az ürügy, kiszűrni mi a lényeg és mindig erre a lényegre válaszolni. Ennek vette a legnagyobb hasznát.

Na most ha ezt rávetítjük a munkásokra akkor jobban látszik, hogy a segítő és kliens kapcsolatában a probléma-ürügy. Igazából azt mondhatnám, hogy a bizalomra épülő együttműködés megteremtése. És ugye vannak problémás helyzetek, problémás kliensek, és a segítőknél az önismerete. Na most a problémás kliens. Azt gondoltam az egész előadásnak az lenne a lényege, az asszertivitás ugye, hogy szegény mentálhigiénés segítő telefonosoknak elég sok bajuk van különféle egyre nagyobb számban növekvő pszichopata emberekkel, pedofilekkel, telefonmaszturbátorokkal, vagy nem is tudom, egyszerűen pszichopátákkal, amit termel ez a kor. És egy kicsit saját védelmünkben lett ez megszervezve, hogy akkor hogyan is kell asszertíven viselkedni velük szemben. És nagyon nehéz, mert nekünk segíteni kell, másrészt pedig határt kell szabni az ő nem kívánt viselkedésüknek.

Én azt hiszem, hogy – ennek az előadásnak most már a végére is jutottunk – csak egy figyelem fölkeltő arra, hogy vannak módszerek, viselkedés terápiai módszerek. Hogyan lehet ezt összekapcsolni a mindennapi élet történéseivel, hogyan tudunk olyan segítséget kapni, amelyet már akár holnap, vagy az elkövetkezendő időszakban tudunk használni, és valahogy jobbak leszünk, kézségünk lesz, és ha kézségünk lesz, a jövőt akkor sokkal pozitívabb színben fogjuk látni.

Hát röviden ennyit kiragadva. Nem tudom, hogy mennyire ez volt-e az elképzelésük, de azt gondoltam, hogy talán valami ilyesmire lesz szükségük.

Köszönöm szépen a figyelmük!

Köszönjük szépen az előadást! Szakmai napunk utolsó előadójaként hallgassuk meg dr. Kálmánchey Albert pszichiáter gondolatait, Az én Jódom: egy beszélgetés anatómiája címmel.

Igen tisztelt elnökség, kedves hallgatóság, kedves szolgálatosok!

Az én Jódom. Nehéz feladatra vállalkoztam, nem tudtam a többi előadás címét. Attól tartok, hogy nehéz lesz az előadás. Készüljete fel a legrosszabbra. Rosszul kezdődött, hátha jól fog végződni.

Az én Jódom. Nem olyan régen súlyos krízishelyzetben lévő középkorú férfi fordult hozzám. A telefon mellett a kibontakozó sors transzcendens állapotba hozott. Nehéz együtt létünk, együtt haladásunk ideje és útja alatt meg kellett valamit értenünk. Azt, hogy a beszélgetés végére a lélek által ajándékol adatott nekünk. Kivel beszélgettem? Azt hiszem Jóbbal. Igen, Jóbbal. Illetve egy mai Jóbbal. Az is lehet, hogy mindkettőjünkkel. Jóbbal beszélgettem, de azt határozottan tudom, hogy egy 45-50 év körüli, volt üzemvezető helyettes, két gyermekes, nős férfi. Munkahely megszűnés miatt máshová, alacsonyabb, és kevesebb fizetéssel járó beosztásba került. Ezt megalázónak érezte, szégyellte magát, elhúzódóvá vált, otthon is hangulatlan lett, egyre több lett a vita, a veszekedés. A feleség élhetetlen pipogyának nevezte. Egy idő után gyomorfekélyt, szívinfarktust kapott. Az állandó feszültség és nyomottság enyhítés céljából alkoholt is kezdett fogyasztani. A felesége, miután az ő karrierje emelkedett, kiszervezi az életéből. Ezután semmi sem volt fontos a számára. A család, a gyerekek után a munkahelye is oda lett. Anyjánál húzta meg magát átmenetileg, ugyanis néhány hete elesett, eltörte a karját, gipszben van. A gyerekeit fél éve nem látta, szégyell a szemük elé kerülni, még mit szólnának ha így látják. Jódom tehát feltárta életét, ami egy pontig jól ment neki. Megbecsült, elismert, nem rosszul kereső ember volt. Jó hírnév, szorgalom, haladás és igazságosság (...). Egyszer csak számára érthetetlen és felfoghatatlan csapás sorozat zúdult rá. A felesége nemes egyszerűséggel csak ennyit mondott neki, hogy átkozd meg az Istent és halj meg. Miután több mondanivalója nem volt, valószínűleg előtte sem volt sok, felszívódott, szereptelenné vált.

- Isten csapásai lennének rajtam? De hát miért? Na én ebbe nem nyugszom bele. Ez lehetetlen, hogy tehetett ilyet a teremtő. Büntelen, kerülő, sőt féltő és rendes, dolgos ember voltam. Hozzám, meg főleg tőle nem méltó, hogy így elbánt velem. De fel fogom világosítani igazságtalanságáról és perre is viszem vele a dolgot. Értem én, értem én, meg tudom is mit kell tennem.
- Ej Jób! Ugye milyen öntelt, önhiitt ember vagy? Hogy vagy képes letagadni bűnös és gonosz múltadat, ami miatt jogosan szenvedsz? Napok óta igyekszünk neked hárman is bebizonyítani, hogy ahova jutottál, az nem amiatt van mert igaz, tiszta és hibátlan voltál. Hogy állíthatsz ilyet. Ez hazugság. Már ne haragudj, Isten nem büntet ártatlant. Mert vagy te vétkeztél, vagy fiaid, vagy mindhárman. Utána nézhetnél a teremtőnek. Találnál ott gonoszságot? Szeles vagy, biztos fecsegtél valamikor, eljárt a szád. Egyébként melyik Istennek akartál használni? Na most mit értél el vele? Beképzelt és makacs vagy! Megvoltak az okai Istennek, hogy így megbüntetett.

„Kik ezek Jób? - kérdeztem tőle.”

„A barátaim – mondta szomorúan.”

„Nahát, nem is tudom, mit gondoljak róluk. Ennyi tapintatlan szemrehányást. Tudják szenvedései okát? Nincs elég baja, és még el kell túrnie az okoskodásaikat is?”

„Á, egyébként nem rosszak ők. Tudja, hét nap, hét éjjel voltak velem, szótlánul, csendesen, s bizony jó volt velük lenni fájdalomban és elhagyatottságomban. Csakhogy aztán ez az együtt érzés parázs vitákban fordult. Amikor a türelem hamarján megszűnik, elfogy a megértés, és csatára indulnak az érvek. Hiába hajtogattam a magam igazát, hiába ragaszkodtam álláspontomhoz, tetteben és ügyben nem találtam megértésre. Egyszóval a testem is teljesen kimerült, de mégis jobban fájnak a kíméletlen és igaztalan lelki vádak. Pedig ők is járhatnak így.”

Sajnálom, nehéz volt hallgatni értelmetlen küzdelmét a barátaival. Nagy hatással volt rám.

„Elviselhetetlenné tette a testi szenvedések közben védekezni, és érvelni a barátaival felől áramló vádaskodások és bántások ellen. Nem találták a feleletet, csak kárhoztatták magát. Nem tudták, vagy nem akartak arról tudni, hogy azt hiszi, aki áll, annak vigyáznia kell, hogy el ne essen. És saját tudásuktól voltak eltelve. Meg is zavarták magát a viselkedésükkel.”

„Úgy érzem magam, ha elhiszi, hogy a lelki igazságtalanságok jobban sértenek, képtelen vagyok másként gondolkodni, és nem vagyok képes a dolgokat másként látni.”

„A saját igazságról beszéltünk? Mert szerintem egy bizonyos képesség hiányáról, amely valamit valami nagyon fontosat megakadályoz, a jelent lehetetlenné tesz. Ugye jól értettem? Nem az lehet-e a probléma, hogy az igazságról vagy az igazságtalanságról nincs teljes, az igen csak szűk földi kereteinket meghaladó, az égi dimenziókat elérő fogalmaink. Ha úgy véljük nincs, akkor nem-e sokszorozza meg nyomorúságainkat és homályosítja el értelmünket és szemeinket. Nincs-e alárendelve a földi igazság az éginek? Ez szerint látunk és ez szerint ítélkezünk. Én úgy érzem, a mi igazságaink meglehetősen szubjektívek.”

„Maga is oktatni akar? Szememre veti tisztánlátásom hiányát. Ezúttal mégis a barátaim mellé áll.”

„Ó dehogy, egyiket sem teszem. Sőt. Szívesen áttekinteném a helyzetet, ha beleegyezne.”

„Az új igazságért?”

„Lehetséges. Keressük együtt. Okozhat egy kis többlet szenvedést. Vállalja?”

„Az igaz igazságosságának megismeréséért? Tudásáért? Hát legyen. Köszönöm!”

„Igen, nem lesz könnyű egyikünknek sem. Először a barátairól szólnék.”

„Tudna nekik mondani valamit? Reménytelen dolog. Kifogytam velük szemben az érveimből.”

„Nem adtak érdemi választ. Tanácsstalanná tették, olyan érzést erőltettek volna rám, hogy semmi haszna nincs annak, ha az égiekkel békességben akar lenni az ember. Ha harc, akkor legyen harc. Bizonyítani fogok. Igaz voltam és igaz is maradok. Azt hiszik megalázhatnak? Valld be Jób! Ha nem, akkor vess magadra. Nem, persze nem.”

Azt mondta, hogy tanácsstalanná tették, és addig macerálták, míg haragra nem gerjedt.

„Én nem tehetek velük valamit?”

„Mire gondolsz?”

„Nem jutott eszükbe, ki a legfőbb csodálatos tanácsos. Bölcs magatartás minden élethelyzetben tanácsot kérni, és nem tetszelegni a magunk ítéletén nyugvó bölcsességgel.”

„Ó, ezt mindnyájan elfelejtettük.”

„Nos én nem szeretném megbántani a barátait, de ahogy a lelki szemeimmel látom viselkedésüket, és ahogy hallottam szavaikat, azt kell mondanom, hogy bizony csak okoskodtak, keresték szavaikat, és érdemi választ kérdéseire nem adtak.”

„Nem is nagyon tudtam megcáfolni az ön érveit. Együtt érzést, baráti szeretetet nem tapasztaltam részükről. Nem éreztem vigasztalásukat igaznak. Sértettek a feltételezéseik.”

„Jó. De további véleményemet akkor folytatom, ha megengedi, hogy ne legyek személyválogató, hízelgő és elfogult. Jó?”

„Jó.”

- Szeretem Jób a te igazságodat, és ahogyan ezt kifejtetted. De mit szólnál az én véleményemhez.
- Ki vagy te?
- Ervin vagyok! Folytathatom?
- Igen.
- Érthető, de hiába való az igyekezeted. Bizonyságot az igazságról csak Isten tehet. Egyébként észre vettem, hogy barátaid sem őt, sem szenvedéseinek értelmét nem fogták fel. És önvédelmének érdekében előállt indokait nem tudták megcáfolni.
- Nem bizony, jól látja. És Isten sem tudja. Elébe viszem azokat, és jó lenne minél előbb. Igaz, hogy félek tőle, de bátor leszek, persze jobb lenne, ha még ma feleletre méltatna. Jó az neki ha nyomorgat? Azt hiszi, hogy ezt ki lehet bírni? Milyen megfontolásból teszi ezt velem?

„Ugye azt szeretné, ha konkrét bajaira egyenként konkrét indoklást kapna tőle. Sokan gondolkodnak így. (...) Nem igaz, hogy nem felel. Van hogy kétszer is. Csak hogy nem figyel rá senki sem. Álomban is szól, és szólít próbára tevéssel. És amit mi büntetésnek gondolunk, kitoltak veled, hogy elhagyott. A családodnak meg a barátoknak is csak addig kellettél amíg pénzed volt. Szóval amit igazságtalannak vélsz, az az elhomályosult látásodból fakadó ítélet. A negatív események ugyanis létezésednek csak időleges, átmeneti tartozékai, küldetésük van. Csakhogy földi értelemben nem, csak másféle tudással bogozzható ki.

Jób. Nincs szükséged neked erre a tudásra? Istennek nem kell figyelmébe ajánlanod az igazságot. Ha perre viszed vele az ügyedet, ő kérdezni fog téged, de akkor torkodon fog akadni a szó. Mert egyedül nála van az ok, az igazság és az élet. Ha valaki belátja szűk látókörű igazságát, azt a teremtő megszenteli az ő igazságával és megáldja őt a hűsége miatt. Egyébként minden szinten igazad van.”

„Bánom, hogy nem figyeltem hamarabb bizonyos jelzésekre, és nem kerestem az értelmüket. Nagyon el lehettem magammal foglalva.”

„Mindent tudsz a teremtőről, csak a szándékát nem. Ezért alázat és válaszkérés helyett makacsul saját utad megvédésével közeledsz magad felé. Állítson minden válasz mellé a teremtő magyarázó angyalt? Egyébként megteszi, csak ki figyel? (...). Nem gondold, a

szenvedés okait kutakodó, meddő és bosszantóvita helyett, annak a célján kellett volna töprengeni?”

(telefon csörgés)

Érzem, nagyon bántja, hogy padló alá került. Tele van keserúséggel és a múltján való rágódással. Meg kellene próbálnunk közösen elébe nézni, szenvedni mindenki tud, de abból erőt merítve fordítani, nem ez jelentene-e egy igazi férfi tettet?

- Elmondtam mindent amit tudtam. Megérdemeltem én ezt? Hát van-e így az életnek értelme? Hiszen senkim és semmim nincs, de akkor mi az élet értelme?
- Az élet értelme? A szereteté és minden (...) tevése. De a kérdés, a kérdések kérdése az, hogy feltehető-e másképpen is. Például, van-e az életben szenvedéseimnek értelme? Mindig új nézőpont, új út választásának és elfogadásának üzenetét kínálja fel. Az égiekkel való terméketlen hadakozás, vagy a káromkodó szidalmazás helyett ez megfontolandó lehetne. Vagy például, hogy mi lehet a szenvedésének az értelme. Mi több, a célja.
- Megfontolásra ajánlja?
- Én nem gondolom, hogy értelmetlen lenne, ha szánna rá egy kis időt? Egész éjjel hallgattam, miként veszítette el kapatosan mindenét, és hogyan lett a családjáért hajtó, mindenkivel jól kijövő, sok képzést megszerző emberből egy megkeseredett, saját várába bezárkózó, kiüresedő valaki. Azért mondom így, hogy valaki, mert most ez még ismeretlen. Mindkettőnknek. Leginkább persze magának. És ez egészséges szembenézésre készíti. Olyan ez mint a talonba tett kártya. Ismerkedjünk meg vele. Vajon ki is lehet ez a valaki? Aki másként is gondolkodhatna, jobban képviselhetné önt, és más dolgok felismeréséhez is elvezetné.
- Jó, tegyük.
- Amint mondtam, viszonylag rövid idő alatt túl sok negatív esemény érte. És ezeket szívesen elkerülte volna. Érzékletesen beszélt például a házassága csődjéről, de tudhatjuk-e előre, hogy párkapcsolatunk hogyan végződik?
- Nem, dehogy. Hát honnan tudtam volna?
- Nem, senki nem tudja. Minden választás esetleges. Minden így van. És ha tudja bele ment volna abba a kapcsolatba?
- Biztos, hogy nem!
- Más dologgal is így lehetünk. Nem? Mifelénk az emberek, még olykor a barátok is bennünk nem az embert keresik, hanem azt, amilyenek nem vagyunk. És egyáltalán tudhatjuk-e bárminek is a bekövetkeztét? Akár jónak, akár rossznak.
- Ilyesmit biztonsággal nem jelenthetünk ki, csak a szerepeink tudjuk.
- Mindig újra és újra csak azt képzeljük el, hogy csak szép és jó történhet meg velünk. És akkor semmi aggodalmunk nincs is.
- Az ellenkezőjét is kizártnak és elfogadhatatlannak tartjuk.
- Nos, ha nem tudunk előre biztosan semmit, még a magunk akaratát, szándékát sem, a véletlenről nem is beszélve, nem hogy egy másik emberét. Akkor miért nem fér bele tudásunkba, hogy az események például úgy is alakulhatnak, mint a magáé, rosszul. Hol történik a szív értelmezése, vagy az érthetetlen dolgok rejtélyének ismerete?
- Úgy látom, el kell fogadnunk, hogy akár jó, akár rossz történik is az emberrel, az az emberi értelemmel nézve, nem értelmetlen. Az ember helyét keresi a világban, és e keresés közben gyakran megbotlik, gyakran eltéved. Énvelem is ez történt.
- Egyébként mi esett volna jól, ha magával (...), meg akit a bajaival(...)?
- Ha nem csak meghallgatnak, hanem meg is hallanak engem. Ha nem vágják a fejemhez fölényeskedően álságos bölcselkedéseiket. Ha amikor már nem törődöm a

lelkemmel sem, és utálok már az életemet is, szóval, ha tudták volna, kihez forduljak tanácsért.

- Tanácsot kérni sohasem könnyű. Egyébként lehet, hogy tudták, csak nem mondták, mert ők is féltek.
- Az a helyzet, hogy valamit én is nagyon rosszul tehetek, de velük szemben kénytelen vagyok védekezni.
- A szenvedés, sokszor még a látása is, beszűkíti elménket. Az jutott az eszembe, hogyan fogadta volna barátainak azt a kijelentését, hogy (...) hogy szerény tudásunk által bizonyosságot tegyünk tiszta életünk mellett. (...). Belegabalyodtak a megoldásba. Fel sem merült bennük, hogy szenvedésének a célját keressék.

Jódom áhitattal, türelemmel hallgatott. Érezte, hogy lelkében az igazi dráma ezután hamarosan elkezdődik. Feszültsége nőttön nőtt. Ugyan akkor testének kínjai, mintha elsodródtak volna tőle. Mintha szégyellték volna magukat. Rádöbrent arra, hogy csak abból lehet haszna, (...). Másképpen, mit ér el azzal az ember, ha saját igazát hajtogatja, csak azért is hangoztatja a fel nem foghatóval, a meg nem ragadhatóval, az egész anyagi világ teremtőjével szemben. Semmit. Csak locsog, fecseg, csapkod. És ez a hétköznapiok bölcsességének terméke, amely felszínes értékelésű. (...) Az élet a jó és a gonosz szüntelen ütközete. Tudomásul venni, elfogadni bizony már egy csipetnyi bölcsesség. A beszélgetés továbbra sem tűnt könnyűnek. Nagyon kellett figyelnem az akadémikus emberre. Az viszont már látszott, hogy Jódom feszültsége, gyötrődése, a nagy belső tusakodás során az igazi nehéz kérdéssel, a nehéz kérdés feltevésével fokozatosan gyengült, ellenállása szelídült, és tágabb határok között kezdi szemlélni magát, és (...) a mindenséggel. Az értelem és a bölcsesség lelőhelyét keresi. És ebben mellette, és vele kellett lennem. Ilyen kérdéseket fogalmazott meg. Miért veszíti el az ember a fejét attól, amit nem lát azonnal? Illetve amit nem lát át? Vagy nem akkor látja amikor szeretné. Miért akarja az ember megszabni az égieknek, hogy azok cselekedeteik meglépéséhez emberi mércét használjanak? Miért ragaszkodik az ember ahhoz, hogy jobb és igazabb legyen az égiektől? Még olyan sem lehet, nem hogy jobb. Milyen hasznot akar remélni az ember abból, ha az Isten hitét, igazságát az Istenével akarja összemérni?

Jódom szégyenkezve nagyokat sóhajtott. Bizony ezek nagyon megfontolandók. Az égiek nem vonhatók kérdőre. Az ember csak a maga képétől retteg és a maga képére haragudhat. Földi gondolkodással csak a földi viszonyaink korlátaiban ütközünk. S úgy vész el, mintha a pók hálójába került volna. A derék bölcsek is csak néznek, de nem látnak. Az igazi bölcs messze nem innen veszi tudását.

- Azt mondta nekem az előbb, hogy szereti az én igazságomat. De mi az igazság? Hol akadhattam el, hogy perre készültem az égiekkel szemben.
- Az az igazság, hogy mindig a magunk igazát keressük. Ezt teszi mindenki. A beosztott, a főnök, a gyerek, a szülő, a férj, a feleség, a tolvaj, a hazug, a csaló, a bíró, az elítélt, a szomszéd, a testvér, az üzlettárs. A hibátlan itt mindenki, Isten persze hibás. És egyedül csak ő. (...).
- Miket beszél? Miket beszél itt össze-vissza? A saját igazságom legyen inkább hazugság, Istené helyett? (...)
- Nem, nem téved az Isten. Ő tudja a te igazságodat. De te az övét sohasem. Remélem bármilyen nehéz is a sorsod, belátod. Akinek van esze, ezt tudja. Arra, amit nem látok át, csak ő taníthat meg. Vele szemben igazságunk, és tudásunk fitogtatása melléfogás, hűtlenség, bűn és megszegés.
- Ha igazságunk nincs, mi értelmé tudásunknak? És mi az a tudás?

- A tudás? Hogy ő ismeri az igazságot. Egyedül ő az abszolút igazság birtokosa. Nincs szüksége szószátyár bizonygatásra, csodára. És aki őt szereti (...) csak nem akkor és nem úgy ahogy ezt az ember szeretné. Akkor és úgy hajol le hozzá, amikor nem is várja, és kegyelmébe veszi, és visszaadja neki az igazságát. A szenvedés valódi célja önmagunk, de legfőképpen az égiek megismerése.
- És addig?
- Istennel szemben nem tiltakozni kell, hanem az ő ítéletét, határozatát elszenvadni. És megkérdezni tőle, mire akarsz engem tanítani? Majd türelmesen és csendesesen várni a válaszra. Tudni, hogy neki perlekedéssel sem a vétkes, sem az igaz nem árthat. Nem vádolhatja igazságtalansággal. Nem hozhat fel ellene semmit. Nem hivatkozhat semmiére sem. Nem taníthatja, nem javíthatja ki. Az ő rendelése általunk meg sem közelíthető bölcsesség szerint van. A mi életünk értelme a tűrés és az alázatosság bölcsessége és közelségének keresése. Félrehúzódsodban kárhóztatni akartad Istent, s kérdőre is vontad volna. Az égi képes volt földivé válni, míg fordítva a földinek esélye sincsen.

„Az előbb azt feszegette, hogy rendes, mindent elvállaló, (...) senkinek gondot nem okozó ember volt. Tette a dolgát és a magával történt igazságtalanságba, állásvesztés, válás, bírósági végzés, és a többi, nem tud belenyugodni. (...) Kevés és felszínes. A veszteségeink vezethetnek el értékesebb és igazibb önmagunkhoz. Veszteségünk belátásához.”

„Így van! Na de semmim sincs. Amit nehezen elértem, mind oda lett. Miért érdemeltem én ezt meg?”

„Azzal nem számolni, hogy bármi, bármikor megtörténhet velünk, a tudás hiánya. Azzal számolni, hogy bármi megtörténik velem, annyi eszem legyen, hogy ezt mindig helyesen értékeljem, a tudás megléte. Sértett elszántságaimban, leblokkolásaimban, része van a rövidlátásban meg a fantázia hiányában is. Mert a tévállmoknak élő ostoba nép nem tudja elképzelni, hogy egyszer másképpen is lehet. Elhiszi ezt?”

„Hát nem is tudom mit mondjak.”

„Igaz-e, hogy kifogástalan ember volt, semmi alapja nem volt a magát ért csapásoknak?”

„Hát legyen igaza!”

„Megint ez egy olyan megállapítás, mint az, hogy most nem érdekli semmi, céljai sincsenek. De mit szeretne kezdeni, vagy elérni igazságával?”

„Semmit se.”

„Ha nincsen semmim sem, akkor nem érdekel semmi. Nem is tudom mit mondjak erre. (...)”

(telefon csörgés)

- Úgy látom, elbizonytalanodtál. Az jár a fejedben, ha valaki ennyire elcseszte az életét, annak csak lehet egy kis vaj a fején.
- Akkor mit tanácsolsz?
- Kérdezem, miért érdekli a semmi? Mire jó neki? Megütközne-e mostani viselkedésén? Az ember elvesztheti mindenét, de önmagát soha sem, mert lelke van.
- Halló! Értem! De úgy érzem, hogy valamit nagyon is értek. Ez a semmi. Mondja, miért tűri ezt a semmiért, miért ragaszkodik hozzá? Óvja, nehogy egy kis változás érje. Napról napra ezt teszi. Ezúton szeretné bizonyítani az igazát? Leköti a semmi, a semmit tevés, az ágyban fekvés, a plafonbámulása, a cigarettázás, ivás. Nem lehet azt, hogy már este szükségesnek tartja, hogy a holnapi célja a céltalanság legyen? Nem kíváncsi-e másik önmagára, amelyről azt mondja, hogy
- (...). Valamit tudhat, és az a valami nagyon értékes.
- Az ember sajnos mindent önös érdekből közelít, értékkel. Csak abból merít, és leli örömét, amiből hasznot lát. Mindig több vagyunk, mint amennyit magunkról tudunk.

- El kellene gondolkoznom ezen. El kellene.
- A valódi én: rejtély. Megfejtése: boldogság. Minden előre lépés esély, a rátalálás öröm, s az öröm titka az előre nézésben rejlik. Az embernek először magába kellene nézni, mielőtt hozzá kezdene a hibáztatáshoz. Nem? Hát azt hiszem értem. Igen. Vagyis ha belenehezülök a sárba és letapadok nehézségeim mellett, hagyom, hogy folyton a védekezés és az öngazolás kényszere emésszen. Ezzel nem jutok sehova. Feladom igazságom elszánt védelmét. Lehet, hogy szenvedéseinknek igazi okát létünk egy másik állapotában ismerjük meg? Lehet, hogy akkor már késő lesz. Az igazi önmagunkhoz való eljutáshoz a (...), is benne önmagunk alázatos szemlélésére lenne szükség. Bizony. Kár a kaput becsukni. Megfogantatáskor a (...) csak bonyolítja és súlyosbítja és hosszabbítja szenvedéseinket. Viszont ha ezekre más szemszögből nézünk és üzenetnek vesszük, új és egy más úton való elindulás erőforrásra lelünk. Ezekben a kritikus élethelyzetekben mindenki elhagyhatja, még az esze is. De a lelke, és az akitől kapta, sohasem. A csend a magány lehetővé teszi, hogy meghallgassuk a világot. Éppen arról a tudásról és hitről, hogy része vagyunk a világnak, s benne valaminek, és valakinek.

„Most már többet, mást és másként látok. Látom a teremtőmet, és kezdem észre venni magamban a hibákat. Csodadolgok ezek. Bánkodom, és hibáztatom magam, mert tudatlanul vádoltam az örök rendet. Azt képzeltem magamról, hogy ilyen velem nem történhet meg, hogy engem rúgnak ki, én kerülök idegen munkakörbe, elpártolnak tőlem, lenéznek, elválnak tőlem, és az anyámnál egésznap nézem a plafont és keresem az igazságomat. És átkozom a sorsot, meg az Istent. A plafonra nincs az igazság felírva. Az igazságot máshol és máshogyan kell keresni. Az égiek szenvedéseink által segítenek bennünket, azért hogy közel kerülhessünk megismerésünkhöz. (...) mondta, nézz mélyebben magadba és (...).

„Messzebbre, sokkal messzebbre látok most már, és érzem, képes leszek felfordítani azt a lapot, hogy tovább léphessek. Köszönöm a beszélgetést!”

„Köszönöm a hívást!”

A jegyzőkönyv végére a következőket írtam. Nehéz beszélgetés volt. Nagyon sokat tanultam, és nekem is szerfölött össze kellett szedni minden tudásomat, amit persze kevésnek érzek. Viszont nem félek attól a látásmódtól, hogy a földi lehetőségeink kimerülése esetén sincs reménytelenség, mert az ég nem felejtkezik el arról az emberről, aki oda akar tartozni. Vajon elég-e, ha csak önmagában bízik az ember. Vagy ameddig Krisztusban. A Vertelek és a Jóbok megizzasztják az embert, de tetszik is. Le kellett írnom még a hosszú nap (...). Ugye nem haragszotok. Köszönöm szépen!

Nagyon köszönjük az elhangzott érdekes és értékes előadást. Most lehetőség van, a rövid kérdések feltételére, amelyekre rövid válaszokat várunk az előadóktól.