

Újraindítás

Eleinte csak tárgyakkal próbálkoztam, mint például összeragasztani a porcelánbögrémet, vagy fölvarrni a leszakadt gombot a kabátra. Aztán elkezdtem a dolgok mélyére nézni, mert ahogy a lottószámok föladásánál is mindig mondják: csak próbálkozni kell, s egyszer megtalál a szerencse. Ugyan sosem hittem a sikkes reklámoknak, ez a kósza gondolat nem ment ki a fejből.

Elkezdtem azon gondolkodni, vajon az embereknek mi fontos annyira, hogy időt szánjanak a megjavítására. Merthogy köztudott, a mai ember egyszerűen csak „lecserél“, ahelyett hogy megjavítana. Talán mert nem fontos annyira, hogy energiát fektessen bele, vagy éppen most fogyott el. Lehet, sosem érdekelte, de túlságosan sok idő lett volna valami újat találni, s most, hogy már nincs tovább, lelkiismeret-furdalás nélkül teszi meg a következő lépést. Képes mindennemű érzelem nélkül lemondani, mintha sosem kötötte volna hozzá semmi. De mi is az, ami annyira hidegen hagyja, hogy fejét sem fordítja felé?

Sok töprengés után arra jutottam, hogy az ember bármit képes föladni. A törött porcelánbögrétől kezdve, a kapcsolatokon keresztül az álmokig. Nemes egyszerűséggel dobja el magától élete lehetőségét, vagy taszítja el azt az embert, akit a világon a legjobban szeret. És mindezt miért? Mert elfáradt, mert nincs kedve, mert azt hiszi, lehetetlen, mert nem képes túllépni saját gátlásain, büntetve ezzel magát és másokat. Túlságosan egoista.

Következő gondolatként az jelent meg, hogy az ember önpusztító életmódot folytat, s hogy talán az egyetlen dolog, amit újra kellene építenie, az saját maga. Mert ő felelős a pusztításért, amit már-már vészesen nagy törekvéssel próbál helyre hozni. De ezek mellett képtelen belátni, hogy nem a környezetén, hanem saját magán kellene változtatnia.

Az ember természetétől fogva többre vágyik, a baj csak az, hogy a kíváncsiság néha túllő a célon és azonnali önpusztításba kezd, még mielőtt annyit mondhatnánk: ezt elrontottuk. És bizony elég sok mindent rontunk el. Olyanok vagyunk, mint az ajtó, egy idő után nyikorogni kezdünk. Van, aki azonnal megolajozza, és van, aki hónapokkal később sem. A megolajozott ajtó egy új fejezetet kezdett, míg a nyikorgó egyre több hibát halmoz föl. Meg kell látnunk a saját hibáinkat, és meg kell olajoznunk magunkat, hogy meg tudjuk oldani őket. Ez nem egyszerű, viszont nem lehetetlen.

El kell hagyunk az előítéleteinket, és kompromisszumokat kell kötnünk. Néha csöndben maradni, ahelyett, hogy szólnánk és néha kiállni az igazunkért. *„Az igazi alázat nem az, hogy rossz véleménnyel vagyunk magunkról, hanem az, hogy pontosan látjuk magunkat.“* (Max Lucado) A lényeg tehát nem az, hogy magunkat tegyük felelőssé minden apró hibáért, hanem az, hogy mindenfajta szépítés vagy csúfítás nélkül lássuk a lelkünket. Ne áltassuk magunkat fölösleges kifogásokkal, ha tudjuk, úgysem igazak. A tükörben nem a felszínt kell kémlelnünk. A saját áthatoló tekintetünk elől nem menekülhetünk el, hisz ki más ismerne minket jobban, mint az, aki visszanéz onnan?

„Önmagunkról alkotott kép és a szokásaink jellemzően együtt mozognak. Változtasd meg bármelyiket és a másik automatikusan változni fog.“ (Maxwell Maltz) Miután farkasszem néztünk magunkkal a tükörben órákon keresztül, kerestük azt, ami elromlott az évek, hónapok, napok során, általában élesen rajzolódnak ki a körvonalak. A kérdések megváltoznak és fölváltja a kétségbeesett kapálózás a szakadék szélén: min és hogyan kéne változtatni? Én úgy vélem, újra kell alkotnunk azt, hogy kik is szeretnénk lenni ezután, majd lépéseket tenni felé. A tetteink, szokásaink és az önképünk kézen fogva járnak egymással, ahogyan az idézet is mondja. A gondolkodásunk meghatározza a tetteinket, a tetteink meghatározzák a szokásainkat,

a szokásaink pedig visszafordulnak a gondolataink felé. Ha úgy kelünk föl reggel, hogy aznap teszünk valami jót, legyen az bármennyire aprócska, a tetteinket egész nap a „jó“ felé fogjuk irányítani. Mindennap ezzel a gondolattal indulunk el, akkor is ha éppen szürke felhők takarják az eget és lassan vízözön kerülget. Észre vesszük, hogy megváltozott a gondolkodásunk. Ezeket követik a tetteink, végül pedig egy teljesen más képet látunk majd magunkról. Újraíndítottuk lényünket. Olyan ez, mint egy újjászületés vagy második születésnap. Nevezzük bárhogyan, a lényeg ugyanaz marad: valami megváltozott, az a valami pedig nem más, mint mi magunk.

Természetesen így gondolatban levezetve minden nagyon szépnek tűnik, de gyakorlatban véghezvinni már nem annyira egyszerű. Kell egy ok, hogy miért is akarunk mindent fölforgatva újraíndítást végrehajtani. Kell egy erős elhatározás, hogy ne a mentegetőzés mellett kössünk ki. És nem utolsósorban kell egy pár olyan ember, aki támogat minket ezen a göröngyös úton. Olyanok, akikre az életünket is rábízánánk, és akik akkor sem hártanak, ha a dolog balul sülné el. Merthogy ez is lehetséges... Annyira próbálkozunk, hogy észre sem vesszük tetteink következményét, mert kimaradt a legfontosabb lépés, az olajozás. Nem az a cél vezérel minket, hogy megjavítsuk a hibáinkat, hanem az, hogy minél inkább megfeleljünk a társadalom, a barátaink, szüleink elvárásainak. Tudatosítanunk kell, hogy a változás elsősorban a mi javukat szolgálja, azért kell változtatunk, hogy lelkiismeret-furdalás nélkül tudjunk tükörbe nézni a nap végén. S nem pedig azért, hogy mások kezükben egy pohár borral nyugtázzák, ez is sikerült. Úgy kell akarnunk ezt, mint ahogyan kisgyerekként randalírozunk egy zacskó cukorkáért. Ha jól csináltuk, a végére fölnövünk, és a cukor is a polcon marad.

Visszanézve talán már nem lesz olyan kellemes folyamat, ugyanis hirtelen mintha egy halom hiba tornyosulna mögöttünk, amit nem szívesen mesélünk a tábortűz mellett ülve. De el kell fogadnunk, hiszen az is a mi részünk volt, de úgy döntöttünk, megnyomjuk a piros gombot, és egy visszafordíthatatlan lavinát indítunk el. Az újraíndítás része az is, hogy elfogadjuk azt, ami volt és szégyenkezés nélkül vállaljuk föl, ha megkérdezik, kik voltunk két évvel ezelőtt. Van, aki nevet rajta, milyen buta is volt, és talán ez a legjobb módja, hogy elfogadjuk. Érvelünk a fiatalsággal, a szerelemmel, hogy nem tudtuk igazán, mit csinálunk, akkor még más idők jártak és követtük a terendet. Aztán elemeséljük a gyerekeinknek, unokáinknak, akik csodálattal hallgatják, és alig várják, hogy ők is hibát hibára halmozzanak, majd megnyomhassák a piros gombot.

Minden meghatároz minket. A tetteink, a hibáink, a változásaink, az, hogy ma milyen esernyővel vágunk neki a viharoknak, és hogy félig teli van-e a poharunk vagy üresen tátong. Ezekről az apró dolgokról leszünk mi igazán önmagunk, és néha bizony ezek azok a dolgok, amiket újra kell indítani. Az, hogy valahol kisiklottunk, nem jelenti azt, hogy nem kezdhettük előről, lehetőségünk ugyanis mindig van, csak élnünk kell vele. Ne hagyjuk, hogy a fejünk fölött repüljenek el a lehetőségek. ne csak nézzünk utánuk, fogjuk is meg. Ellenben vegyük észre azt is, ha egyszerre túl sokat próbálunk egy kezünkben tartani. Lássuk meg azt, ha a saját viselkedésünk pusztítja a társadalmat vagy a környezetet.

Hogy mit kéne újraíndítani? Talán a fél éve elromlott mosógépet, esetleg a filozófia szakkört, vagy a divatból kiment trendeket. Igen, ezek nagyon szép dolgok, értékesek. Bár én azt hiszem, önmagunkon kéne megnyomni a piros gombot, és mindenekelőtt újraíndítani.

Petrik Zsófia
MTAG Duna u. Pozsony