

# Haszontalan FECSEGÉS

Jézus például így fogalmazott: „...mondom néktek, minden haszontalan szóról, amelyet kimondanak az emberek, számot fognak adni az ítélet napján ...”. (Mt 12,36). A Buddha szerint pedig a helyes beszéd azt jelenti, hogy nem hazudunk, nem terjesztünk híreszteléseket, amivel másoknak árthatunk, nem beszélünk haragosan, indulatosan, másokat sértegetve, szidalmazva vagy kigúnyolva, és nem fecsegünk fölöslegesen, hosszasan, semmitmondóan, csak azért, hogy hallhassuk a saját hangunkat.

## Sok a szöveg

Mint az idézetekből kitűnik, az emberek évezredekkel ezelőtt is szerettek sokat beszélni, habár erre nem mindig volt lehetőségük és megfelelő hallgatóságuk. Egy hegyi pásztor például ritkán találkozott emberekkel, gyakran volt egyedül, elmélkedve, spontánul meditálva, önmagával szembenézve.

A modern világban a személyes beszélgetéseket kiegészíti, részben helyettesíti az „elektronikus kommunikáció”, a telefon, az sms, az e-mail, nem utolsósorban a nyilvános közösségi portálokra való megnyilvánulás lehetősége, ahol mindenki tetszés szerint dicsérheti önmagát, helyezheti fel a szelfi fényképeit, és lájkolhatja az ismerősei hasonló megszólalásait.

Kérdés azonban, hogy ha az emberek ilyen sokat beszélnek, vajon mit tudnak mondani, közölni. Évtizedekkel ezelőtt Amerikában fiatal szociológusok érdekes vizsgálatot végeztek, amelynek során elegáns állófogadásokon elvegyültek az emberek közé, és rejtett mikrofonokkal felvették a beszélgetéseket. A módszer persze morálisan kifogásolható, hozzá kell tenni azonban, hogy a hatalmas mennyiségű szövegből semmit nem hoztak nyilvánosságra, csupán statisztikát készítettek a felvételek számítógépes elemzésével, hogy különféle szavak milyen gyakorisággal fordultak elő a beszélgetésekben.

Az eredmény az volt, hogy a leggyakoribb 100 szó tette ki a teljes szövegterjedelemtől több mint 90 százalékát, és ezen belül is, a sor elején, főleg olyan szavak szerepeltek, amelyek a beszélő személyére vonatkoztak. A gyakorisági sorrendben első helyen állt az én szó, majd ezt követték ennek különféle rago-

Manapság a telefontársaságok díjkedvezménytel hirdetik, hogy beszéljünk minél többet az okostelefonokon, akkor is, ha nincs mondanivalónk. Úgy tűnik, a sok beszéd hozzátartozik a modern civilizációhoz, és ma már nemcsak az energiát és a természet erőforrásait pazaroljuk, de a szavainkat is. Tény azonban, hogy a fölösleges beszéddel kapcsolatban már az ősi időkben ismerünk intelmeket.

zott és prepozíciós alakjai, például: nekem, tőlem, velem, rólam, nélkülem, hozzám, előtttem, utánam stb.

Az emberek főleg önmagukról beszéltek, és nem nagyon érdekelte őket, hogy mások mit mondanak önmagukról, de azért mindenki úgy csinált, mintha figyelne a másikra, arra várva, hogy ő is beszélhessen önmagáról.

## Harsog a világ

Nem biztos azonban, hogy mindez csupán haszontalan fecsegés. Sok jel mutat arra, hogy az efféle önkibeszélés egyfajta pszichoterápia szerepét is betölti egy olyan társadalomban, ahol nagyon sok ember szenved neurotikus tünetektől. Nekik szükségük lehetne szakszerű pszichoterápiára, de úgy gondolják, hogy számukra ez fölösleges, vagy nincs erre elég idejük vagy pénzük.

Az egyik ok az lehet, hogy a modern ember szinte állandóan stresszállapotban van, hiszen teljesítménycentrikus, versenyszellemű világban élünk, ahol mindennél fontosabb az egyéni érvényesülés. Az ősi, „primitív” közösségek mentalitása még kooperatív volt. Nem legyőzni kellett a törzs többi tagját, hanem együttműködni velük.

Ráadásul túl hangos világban élünk, ahol zúdulnak ránk a külső ingerek rádióból, tévéből, internetről, kéretlen reklámlevelekből, hatósági értesítésekből, és még sorolhatnánk. Így azután főleg kifelé figyelünk, és csak ritkán befelé, ahol a valódi önmagunkkal nézhetnénk szembe.

Már Jung is megállapította, hogy a modern ember a személyiségének egyik felét elnyomja, elfojtja. A spekulatív, racionális gondolkodás elnyomja az érzelmet, az érzékelés az intuíciót, az extrovertált „kifelé élés” az introvertált befelé fordulási hajlamot, a racionalizmus a vallásosságot. Emiatt a modern ember szorong, szenved, és a szenvedését igyekszik azzal kompenzálni, hogy anyagi javakkal veszi magát körül, és azt hiszi, ettől megoldódnak a gondjai.

Egyre kevesebben hisznek azonban ma már abban, hogy a teremtés és a fogyasztás minden határon túl történő növelése tényleg megoldhatja az emberiség valamennyi problémáját.

Jung arra is felhívta a figyelmet, hogy a nyugati hagyományokon nevelkedett modern ember számos égető gondolja összefügg túltengő

individuális éntudatával, ebből ered túlzott anyagiassága és célratörő, agresszív racionalizmusa. Nem csoda, hogy a modern ember viselkedésében egyre több az irracionális jelenség, ami a háttérben szorított és elnyomott jobb agyfélteke lázadásának tünete lehet.

## A döntés felelőssége

A nyugati civilizáció a taoista bölcsélet terminológiája szerint is jang típusú, férfias, aktív, agresszív, anyagi és racionális. A jang túlsúlya nagyon erős a jin tényezők, a szelíd, nőies, intuitív, bölcs, vallásos, misztikus oldal rovására.

A kérdés azzal is összefügg, hogy az emberek személyes szabadsága ma sokkal nagyobb, mint régen. A szabadság azonban döntésekre kényszeríti az embert, ami felelősséggel jár, hiszen egy-egy elhibázott döntés eredménye akár katasztrófa is lehet. Minden döntésünkben ott a kockázat, amely Arany János szavaival így fejezhető ki: „Repül a nehéz kő: ki tudja, hol áll meg?”

Régebben az embereknek gyakran megmondták, hogy mit kell tenniük, és a következményekért a döntéshozó felelt, többé-kevésbé mentesítve az egyént az utólagos önvádtól. A nagyobb szabadság nyomozó lelki terhet már évtizedekkel ezelőtt fölfedezte az egzisztencialista filozófia, amelynek a kezdetét alighanem Martin Heidegger 1927-ben megjelent *Lét és idő* című műve jelentette, eszmevilágát pedig a második világháború után Jean-Paul Sartre, Albert Camus, Simone de Beauvoir és mások fejlesztették, gondolták tovább.

Bárhogyan van is, a modern embernek senki nem mondja meg, hogy mit tegyen. Magának kell döntenie. Mivel pedig a vallásban egyre kevesebben hisznek, helyette a tudományhoz fordulnak, innen sem kapnak azonban hiteles választ. A probléma nem új, már Lev Nyikolajevics Tolsztoj is úgy vélte, hogy a tudomány értelmetlen, ha nem képes választ adni olyan alapvető kérdésekre, hogy mit tegyünk, és hogyan éljünk.

A modern tudományba vetett hit mindazonáltal töretlen, olyannyira, hogy ma már a hívő vallásos ember is racionális tudományos igazolást szeretne látni a hite alátámasztására. Magasan képzett tudósok kutatják Noé bárkájának maradványait, és bonyolult műszerekkel vizsgálják Krisztus torinói leplét.

## Mi a megoldás?

Az emberiség alighanem megérett a spirituális megújulásra, amelynek során majd ki kell egyensúlyozni a személyiségünk jang és jin oldalait, és tudomásul kell venni, hogy az ember egyszerre racionális és intuitív, egyszerre materiális és spirituális lény, akinek szüksége van vallásra is és tudományra is, mivel ezek egymást kiegészítő, egymást feltételező ellenpólusok.

A tudománynak nincs szüksége vallásra, és a vallásnak sincs szüksége tudományra. Az embernek azonban mindkettőre szüksége van. Nem a kettő szintézisére van szükség, hanem a kettő dinamikus, harmonikus játékára, örök mérkőzésére, ahogy azt a jang-jin elvből megtanulhatjuk. Nincs kizárva, hogy civilizációnk jövője azon múlik, sikerül-e megtalálni ezt a harmóniát.

Ha ezt felismerjük, és időnként elzárkózva a külvilág információözönétől, szembenézünk saját belső önmagunkkal, előbb-utóbb kiderülhet, hogy nincs is igazán szükségünk haszontalan fecsegésre.



Dr. Héjjas  
István