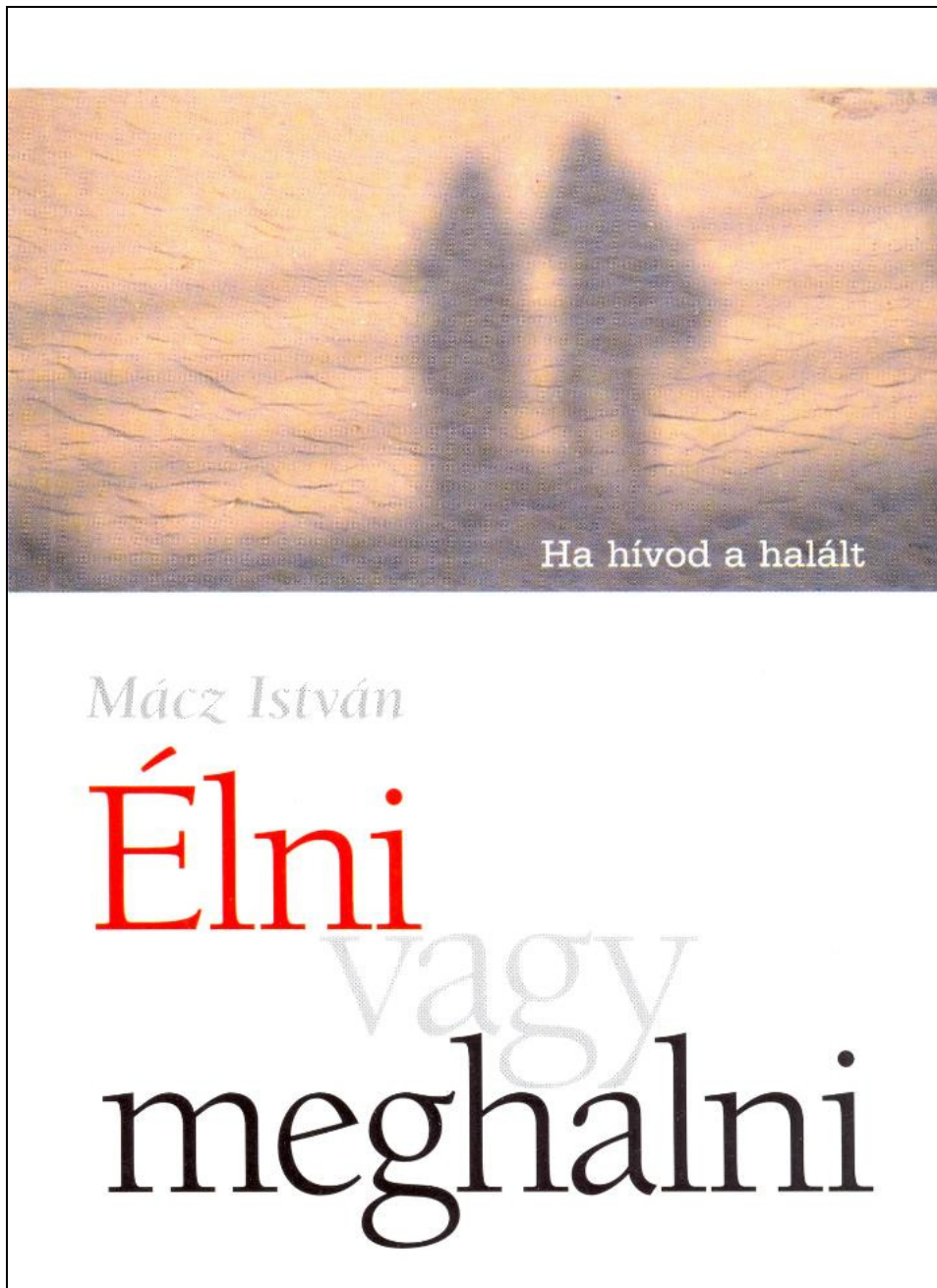


Mácz István

Élni vagy meghalni?

mű a Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár (PPEK)
– a magyarnyelvű keresztény irodalom tárháza – állományában.

Bővebb felvilágosításért és a könyvtárral kapcsolatos legfrissebb hírekért
látogassa meg a <http://www.ppek.hu> internetes címet.



Impresszum

Mácz István
Élni vagy meghalni?

A könyv elektronikus változata

Ez a publikáció az azonos című könyv 3. javított kiadásának elektronikus változata. A könyv 2004-ben jelent meg a Szent István Társulat gondozásában az ISBN 963 361 547 x azonosítóval. Az elektronikus változat a szerző engedélyével készült. A könyvet lekipásztorni célokra a Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár szabályai szerint lehet használni. Minden más jog a szerzőé.

Tartalomjegyzék

Impresszum.....	2
Tartalomjegyzék.....	3
Mottó.....	4
Bevezető.....	5
Az első levél elmondja: MIÉRT ÍROK NEKED?.....	6
A második levél kérdezi: ÖNGYILKOS AKARSZ LENNI?.....	7
A harmadik levél újra kérdez: AZ ÉLETEDET AKAROD KIOLTANI?.....	8
A negyedik levél állítja: ÁDÁM AZ ÉLETET VÁLASZTOTTA.....	9
A ötödik levél töpreng: MEG TUDNÁL ÖLNI VALAKIT?.....	11
A hatodik levél kiáltja: ÉLETVESZÉLYBEN VAGYI.....	12
A hetedik levél kételkedik: JÓZANUL TESZED?.....	13
A nyolcadik levél nem érti: MIÉRT VÁLASZTASZ ÉRTELMETLEN HALÁLT?.....	15
A kilencedik levél szeretné: BÁR ISMERNÉD RASZKOLNYIKOVOT ÉS SZONYJÁT... 16	16
A tizedik levél kéri: NÉZZ A TÜKÖRBE!.....	17
A tizenegyedik levél mondja: KÖTELESSÉG IS AZ ÉLET, NEM CSAK ÖRÖM.....	18
A tizenkettedik levélben vallom: BARÁTOM!.....	20
A tizenharmadik levél elbeszéli: MIÉRT DÖNTÖTT HAMLET AZ ÉLET MELLETT?.....	21
A tizenegyedik levél könyvet ismertet: „ÉLET AZ ÉLET UTÁN”.....	23
A tizenötödik levél nyugtat: HÍVÁS NÉLKÜL IS MEGÉRKEZIK A HALÁL.....	25
A tizenhatodik levél elmondja: FAUST HALLJA A HÍRT – ÉS NEM ISSZA KI A MÉREGPOHARAT.....	27
A tizenhetedik levél hiszi: „KÍSÉRTÉS A KÁRHOZATRÁ” – LEGYŐZHETŐ!.....	29
A tizennyolcadik levél figyelmeztet: SZERETNEK – CSAK NEM VESZED ÉSZRE!.....	31
A tizenkilencedik levél szemed nyitja ki: A TÁRGYAKRA, A NÖVÉNYEKRE, AZ ÁLLATOKRA.....	32
A huszadik levél állítja: VALAKI MINDIG SZERET!.....	33
A huszonegyedik levél tanít: AZ ÉLET ÉRTELMÉRŐL ÉS CÉLJÁRÓL.....	35
A huszonkettedik levél tanácsolja: ISMERD MEG – FOGADD EL – SZERESD ÚJRA ÖNMAGAD!.....	37
A huszonharmadik levél szerinti megoldás: A LÉTEZÉS ÖRÖMÉBEN ÉLNI és/vagy A VILÁG KÉPTELENSÉGÉNEK SÚLYÁT VÁLLUNKRA VENNI.....	39
A huszonnegyedik levél tudja: ÉS MOST FOLYTATÓDNAK A MINDENNAPOK.....	41
A huszonötödik levél leírja: AMIRŐL NEM ÍRTAM, AMIRŐL NEKED KELL ÍRNOD VAGY SZÓLNOD.....	43
A huszonhatodik levél ajánlata: CÍMEK ÉS TELEFONSZÁMOK.....	44

Mottó

„...néha úgy rémlett neki, hogy az egyetlen, amit megoszthat másokkal: a kétségbeesés.”

(Graham Greene)

„A REMÉNY egyedül az emberé. Mert a remény erkölcs. Mert erkölcsé csak az embernek lehet. Döntése is az életre, halálra...

S bármi gyász, pusztulás, rettenet, kínzatás, szorongás, szorítás, barbárság, magán az emberen s az emberségen: kell hogy gyöngéd fényével, virágillatú melegével letörölje veritékes arcát az értelem reménye. A remény értelme, hite.”

(Juhász Ferenc)

Bevezető

Elmondom, kiknek írtam leveleimet.

Nemrég kezembe került egy napló. Lapozgattam. Meglepődve láttam, hogy napról napra, hónapokon át egyetlen mondatot írt bele tulajdonosa: „Szeretek élni!” – Aki így érez, annak életkedvét erősíti ez a könyv!

Évekkel ezelőtt azonban kezemben volt egy olyan napló is, melyben ezeket a sorokat olvashattam: „Bár véget érne az életem! Senki nem szeret. Hitványabb vagyok minden embernél. Egyszer biztos megölöm magam!” Ezek a megállapítások, indulati kitörések, elhatározások a naplóban más szavakkal, de az egész évet jellemzően ismétlődtek. – Aki így érez, aki nem kíván tovább élni, sőt hívja a halált, az olvassa el leveleimet.

Ahhoz is szólnak soraim, aki már túlélt öngyilkossági kísérletet.

Bár az önpusztítás örvényébe soha nem kerültem, alig 13-14 évesen naplómba nagybetűkkel írtam be egy római szónok megállapítását: „A bölcselkedés kezdete: gondolni a halálra.” Úgy gondolom, aki gyermekként, ifjúként, felnőttként a saját halálával néz szembe, elkezd bölcselkedni. Olyan kérdéseket tesz fel, melyek mindenkor foglalkoztatták az embert. Mi az élet értelme, mi a célja, érdemes-e élni? Aki hívja a halált, nem az eszével közelíti meg a kérdéseket, melyek mögött az élet és halál titkai vannak, hanem egész lényével. Ezért nem idegen tölem, aki önként akar meghalni. Rokonságot érzek vele.

Közös bennünk a halál gondolata. A különbség az, hogy amíg én csupán tudomásul veszem egyszeri, majdani halálom tényét, és életemmel vagyok teljesen elfoglalva, ő *hívja* a halált, sőt önkéntől akar meghalni. Bele sem gondol, mire vállalkozik.

Életének-halálának kérdésében bíró akar lenni, holott az ember önmaga ügyében aligha lehet igazságos.

Saját ügyében védő és ügyész kíván lenni, holott a vádat és a védelmet két jogász szokta ellátni.

Saját magán akarja végrehajtani az ítéletet. Önmaga *hóhéra* és egyben a kivégzett lesz.

Félek, milderre nem gondol. És még sok másra. Ezért írok. Neki.

Leveleim célja nem a rábeszélés, nem a lebeszélés, hanem az együttgondolkodás. Aki hívja a halált, várjon egy kicsit. Aki *vár*, az még nem veszít semmit. Várjon és olvassa el a levelekben írottakat. Az élet kérdéseit, a halál siettetését lássa másvalaki szemével is.

Természetesen, kérem, fogadja el leveleim közvetlen hangját, melyet az élet tisztelete, a válaszút előtt álló személyének megbecsülése, a bizalomnak és egy különös szeretetnek érzése hat át.

Személyes hangú leveleimben én szólok Valakihez, akinek nem tudom a nevét, a címét. Azt tudom: ember, legyen bár gyermek, ifjú vagy felnőtt. Ember, akinek érző szíve van és bátorsága faggatni az életet, hívni a halált. Aki roppant vívódásaiban, a döntés előtt emberi szavakra vár. Neki írok.

Kérem, olvassa el.

Az első levél elmondja: MIÉRT ÍROK NEKED?

Neked írok, bár nem ismerlek. Ismeretlen vagyok én is neked, mégis kérlek, olvasd el leveleimet. Miért írok? VAN-E EMBER,

- aki égő házból ne mentené a bentrekedt gyermeket vagy öreget?
- aki, ha úszni tud, ne ugrana fuldokló után?
- aki az út szélén hagyott vérző ember mellett meg ne állna?
- aki a jajra, nyöszörgésre ne figyelne oda, hogy segítsen?

Nincs érzékű ember, aki ne mentené a másik veszélybe sodródott életét.

Miért írom soraimat?

Egyszerűen mert ember vagyok, aki együtt érez azzal, meghallgatná azt, akinek élete *önszívétől és önkezétől* van veszélyben. Titokban.

Akkor olvassad soraimat, ha ebben a titokban élsz, ha az önpusztító szándék örvényében vergődsz, sírsz, és szívedet nem keselyűk tépik, hanem a kérdés kínozza: élni vagy meghalni?

Hozzád nem lehet odafutni, mint az égő ház foglyaihoz; nem lehet melléd ugrani, mint a sodró víz fuldoklójához; látható sebektől nem vérzel s nem kiáltasz segítségért;

nincs más választásom:

írok neked.

Kérlek, olvasd el, éppen most, amikor dönteni készülsz életedről és halálodról.

TALÁLKOZZUNK!

Így: egy ismeretlen ember írását olvassa egy másik ismeretlen. Valami ősismeretség mégis összeköt minket. Ember vagy és ember vagyok. Valami összükséglet elkerülhetetlenül egymáshoz vonz minket. Életed veszélyes örvényként húzza feléd szívem, és írásra mozdítja kezem.

VAN-E ÉRTELME?

Ne kérdezzük. Egy véletlen találkozás a vonaton a beszédbe elegyedőket nem kötelezi semmire. Beszélgetnek. Figyelnek egymásra. Ennyi az egész. Vagy kevesebb? A miénk több lesz...? Mert párbeszéd ez is, hiszen most, hogy írom a sorokat, magam elé képzelek, és

neked írom,

mert tudom, hogy élsz,

és szeretném, ha szeretnéd az életet.

Írok, hogy élj,

írok, hogy éljünk,

írok, hogy az **ÉLETRŐL GONDOLKOZZUNK EGYÜTT.**

Az életről, mely benned él, akar, szeret, érez, sír, és most (magad előtt ne tagadd le) *most*, mikor a halált akarja, tiltakozik a halál ellen. Írok neked, bár címed nem tudom.

Keresztneveden nem szólíthatlak. Nem tudom, lány vagy-e vagy fiú? Gyermek, ifjú vagy

felnőtt? Csak azt tudom, életed lángja belső vihartól van veszélyben. Írok, mert valakire vársz

– hát itt vagyok leveleimben én, csak én, mégis valaki, akiből talán már elegend is van, s kiáltod:

– Nincs értelme az életnek!

– Talán a halálnak van értelme? – kérdem én.

– Nem akarok élni! – kiáltasz újra.

– Abban biztos vagy, hogy meg akarsz halni? – kérdem én.

Látod, van mit mondanunk egymásnak.

A második levél kérdezi: ÖNGYILKOS AKARSZ LENNI?

Értelek.

Ember vagy. Az ember olyan élőlény, akiben a jóra és a rosszra, az életre és a halálra egyaránt kísértések örvénylenek. „Rettenetes a kísértés a jóra” – írja Bertolt Brecht egyik színdarabjában. Iszonyúbb a kísértés a pusztulásra.

Öngyilkos akarsz lenni?

Megértelek,

hiszen van-e olyan ember, aki ritkán vagy gyakran ne akarna elaludni, álomba menekülni kínjai, gondjai elől? Menekülni szenvedéseiből, megalázottságából, kiúttalanságából. Aludni. Többé talán fel sem ébredni.

Csak téged került volna el ez a vágy?

Elgyöngült benned az élet szép ösztöne. Megfáradtál. Belső sebtől vérzel. Halál felé vonzódol a szívedben.

Értelek,

de állj meg egy pillanatra! Ki vagy mi dönti el: élj vagy meghalj?! Te magad, vagy a kísértések ösöszöne?

Mert tudnod kell, a kísértés a jóra, a rosszra nem egészen te vagy, bár ereidben folydogál, idegeidben izzik,

nem te vagy.

Az érzések robbanó ereje, esetleg gyöngesége, mely eláraszt, nem te vagy, bár tied minden érzés, minden érzélem.

Te majd lehetsz az IGEN, lehetsz a NEM az életre, a halálra, de abban az IGENBEN, abban a NEMBEN az értelméd szóljon, jusson szóhoz a szíved, szabadon az akaratod, a végső döntésben egész személyiséged legyen benne.

Megértem, hogy most sodródsz. Kételyek, szomorúság, depresszió, álmatlan éjek, a csak te tudod hatalmak sodornak,

de állj meg.

Ne „áldozat” légy, hanem „hős”,

mert ember vagy.

Megértelek.

A harmadik levél újra kérdez: AZ ÉLETEDET AKAROD KIOLTANI?

Biztos ez? Nem tévedsz?

Életedben csalódtál? Az életed teher, és csak teher? Az életed kibírhatatlan és csak kibírhatatlan? Nem inkább a betegség, a sikertelenség, a csalódás, a magány, a szomjúság a szeretet után, valaki, valami után,

ami és aki mégsem a te ÉLETED, még ha annyira része is az életednek, még ha átítatja tested, lelked egyaránt... (?)

Mi az, mondd, kiáltsd, suttogd el önmagadban, mondd magnóra, hallgasd vissza... újra mondd!

Ha kimondtad, ha leírtad, ha magnóról visszahallgatod, akkor tárgyilagosabban *látod*, hogy nem is te vagy, csak rész az életedből, ami önpusztításba édesget vagy kegyetlenül sodor,

nem az életed maga;

akkor hát miért oltanád ki az életedet?

Ami elkészerít, ami önpusztításra készítet, része csupán az életednek, nem pótolhatatlan, nem nélkülözhetetlen, nem kibírhatatlan. A rész miatt ne áldozd fel az *egészet*.

Rossz üzlet lenne.

Nem éri meg.

Rész helyett *egészet*:

betegség helyett magad?

kudarccal helyett magad?

csalódásod helyett magad?

másvalaki helyett magad?

Ha van akkora erő, hogy képes lennél önmagad életét kioltani, akkor az az erő akkora, hogy képes megszüntetni az okot, mely a pusztító vihart támasztotta lelkedben, ha pedig megszüntetni lehetetlen, akkor képes az az erő szívedben úrrá lenni rajta.

Ha kioltod életedet, mit oldasz meg?

Éppen kudarcaidat, veszteségeidet, fájdalmadat fokoznád a végtelenségig. Életeddel kell győznöd a csak előtted ismeretes „ok” fölött.

A negyedik levél állítja: ÁDÁM AZ ÉLETET VÁLASZTOTTA

Ismered Ádám történetét? Madách Imre *Az ember tragédiájában* játszatja el az emberiség és az ember történelmi útját. Ádám, az ember végigél szerelmet, csalódást, sikert, kudarcot, megkóstolja a gyönyört, a könnyet; rabszolga és hatalmas úr, tudós és tudatlan; szóval végigéli az emberi sors elképzelhető szerepeit. Végül megcsömörlik. Megretten a jövőtől. Nem vállalja. Inkább a halált, mint az életet. Sziklára áll tehát Ádám, hogy a mélybe vesse magát. Pusztuljon el élete.

Am ekkor eléje lép Éva. Az „ember” másik fele. Nem is sejti, Ádám mit akar. Boldogan mondja neki, hogy gyermeket vár. Gyermeket, mely kettőjüké.

Mit érzett a halálra készülő Ádám? Mire gondolt? Még Madách sem tudta leírni, csak az ádामी döntést:

AZ ÉLETET VÁLASZTOTTA.

Éva szavai nyitották fel Ádám szemét – talán –, hogy élete nem csupán az övé, hanem másoké is. Élete nemcsak annyi, amit ő maga megél, érez, lát, ítél, hanem annál több.

Élete túlnő önmagán és önmagából,
élete *másvalakiben* is élet,
akiért felelős.

Ha ő meghal, meghal a másik is.

Öngyilkossága merénylet szerettei ellen.

Ha „mindent” végigéltél már, mint a madáchi ember, ha sziklára akarsz állni, hogy halálba vessed magad,

várj,
már elindult feléd Éva, a te „Évád”,
elindult feléd Ádám, a te „Ádámod”;
valaki eléd áll,

aki szól, aki nem is sejti szándékodat, nem tudja, mit akarsz. Mondja, szeret. Egyszerűen néz.

Látnod kell, hogy életed az ő élete is, meg másoké, a meg nem születetteké, akik a mindenség méhéből öntudatlanul vágynak, törekszenek a létre, az életre,
de ahhoz a te szerelmed, a te életed kell!

Életed pedig már megfogant azokban, akik szeretsz, akik szeretnek téged.

Sziklán álló ember, várj. Kérlek, várj... Ha senkiben nem remélsz már, itt ez a könyv, melyet neked írok, a magam nevében, sok-sok ember nevében,

mert aggódom érted, nemcsak az Életben hiszek, de hiszek a te életedben is,

különös szeretettel vagyok irántad, ebben az állapotodban, melyben nem kiáltasz, némán készülsz meghalni,

holott élni születted,
szíved dobbanását érzem,

kezedben írásom (melyet mások talán kinevetnek, de te megérted), ezért reménykedve szólok:

nem halhatsz meg, hogy mások ne halnának bele.

Neked az életed fáj, de mennyien leszünk, akiknek a halálod fog csillapíthatatlanul, jóvátehetetlenül fájni.

Élned kell, mert életed másokat éltet. Halálod mennyi öröm, érzés, remény, bizalom halála lenne!

Élned kell, hogy majd éljenek életedből születő, életed által fenntartott életek: gyermekek, barátok, szerelmek.

Ha magadért – úgy gondolod – élned nem érdemes, érdemes élned másokért.

– Jogom van a saját halálomhoz.

– Nincs jogod mások halálához.

– Magammal azt teszem, amit akarok.

– Másokkal nem tehetsz bármit. Halálod ezernyi halál lenne. Életed ezer életet jelent.

– Mit tegyek?

– **ÁDÁM AZ ÉLETET VÁLASZTOTTA.**

Ugye a szikláról te sem ugrasz le?

Az ötödik levél töpreng: MEG TUDNÁL ÖLNI VALAKIT?

Megborzadsz a kérdésre.

Hogyan tennél olyat? Más életet kioltani?

Még arra sem lennél képes, hogy haragosod véresre verjed, hát még azt bántani, aki *bízik* benned? Minden élet legelőbb önmaga felé hajlik. Minden emberi szív önkéntelen, ősi érzéssel önmagát szereti mindenki előtt; így szereted magad, még ha tagadod is. *Bízol* magadban. Magadban kell bíznod, hiszen könnyen van, aki örömet megossza. Veled örül, veled nevet, de könnyeid ízét ki tudja (ki akarja) megkóstolni? Fájdalmaiddal oly hamar magadra maradsz, most is, titkos terveddel, melyet keserűség szült benned. Ebben az állapotban kibén bízhat, ha nem magadban? **MAGADBAN PEDIG AKKORÁT NEM CSALÓDHATSZ**, hogy magad hagyod cserben, önmagad ellen emelsz kezet.

Megölni senkit?

Akkor magadat se bántsad! Ne légy gyilkosa önmagadnak. Különben a gyilkosnak könnyebb, mint az öngyilkosnak. A gyilkos életben marad és

- tettét beismerheti,
- tévedését elismerheti,
- vétkét megbánhatja,
- magyarázhatja tettét,
- megértést remélhet,
- számíthat bocsánatra,
- őt még embernek tekintik,
- vállalhatja a büntetést,
- felmenthetik,
- egyszerűen: él.

Az öngyilkos halott lesz csupán. Nem szólhat, hogy mi törte össze szívét. Fel nem menthetik az alól az ítélet alól, melyet maga mondott ki és hajtott végre. Igaz volta ellen igaztalanul. Nem kapja meg az utolsó szó jogát. A halál után mit remélhet?

Megölni senkit nem tudnál. Elhiszem. Önmagad gyilkosa se légy!

A hatodik levél kiáltja: ÉLETVESZÉLYBEN VAGYI

Aki életveszélybe kerül,

kiált, ordít, suttog, nyöszörög, kezét nyújtja, dörömböl, fut, menekül, valamit tesz, hogy elkerülje a halált. Jelet ad, hogy segítsenek neki.

Aki önszívétől és önkezeitől kerül életveszélybe, nem kiált, nem suttog, nem fut, nem menekül – hallgat. Hallgatsz te is? Elmondta már valakinek szándékodat?

Magadba vonultán ápolod lelkedben gyilkos tervedet. Érzed, hogy ez nem természetes állapot. Ha az lenne – mivel életveszélyben vagy – szólnál, kiáltanál, nyújtanád kezéd. Azért őrződ titkod, mert magad bizonytalan vagy abban, jó-e, rossz-e, amit tenni szándékozol. Magad sem látod, *megoldás* lesz-e, ha megszűnik életed?

Életveszélyben vagy. Adj jelt magadról!

Biztos ismered az óriáshajó történetét, mely süllyedni kezdett. A Titanic. Több ezer emberrel. Világgá röptették az S.O.S. jelet. Mentsék meg lelkeinket – az életünket!

Arról is tudhatsz, hogy hazánkban felépült több S.O.S. gyermekfalvó, melyekben árva gyermekek, fiatalok kapnak otthont. Árvaságuk hangosan (legtöbbször halkán) otthonért kiáltott. Emberi életért.

A Titanic utasai közül néhány száz megmenekült. Magyarország árváiból otthonra talál több száz fiatal.

Tudod-e, hogy hazánkban évente egy városkára való ember, 5000 ember, köztük gyermek, fiatal és öreg életveszélybe kerül, hívják a halált és végezni akarnak magukkal? Ha te sem akarsz tovább élni, akkor ennek a feltérképezhetetlen városnak a lakója vagy. Segítenénk, de nem tudjuk: „hol” laksz, hol laktok. Magatokba zárjátok magatok. És nem adtok jelet.

Menekülj!

– Nincs, aki segítsen – mondd.

Nincs, amíg nem szólsz. Kérlek, adj jelet,
beszéljess.

Nyisd meg a szíved, hogy megtalálja az, aki megért. Keresd azt, aki rád néz, együtt érez veled. Nem lehet, hogy ne találj meg. Micsoda kaland az élet?! Már ezért érdemes élni, hogy keressük azt, aki ránk vár, *vár!* Lehet, már elindult feléd. Mint ez a levél, melyet tulajdonképpen nem vártál. Csak úgy a kezébe került. Levél, mely több, mint papír, nyomdafesték. Több. Gondolatok, érzések, bennük *valaki*, aki szól.

A Titanic utasaiból sokan megmenekültek, nem mind. Magyarország több ezer árva gyermekéből az S.O.S. gyermekfalvóban több százan emberi életre találnak. Az önpusztító városából te megmenekülhetsz: ÉLETÖRÖMBE AZ ÉLETVESZÉLYBŐL.

– Honnan tudod? – kérde.

– A hatodik levelet olvasod. Ha nem lenne benned több, mint magadról ítéled, akkor már rég letted volna ezt az írást. De olvasod. Ez nekem jel. Rólad. Értékeidről. Bízom benned. *Higgy* önmagadban! Élni fogsz.

A hetedik levél kételkedik: JÓZANUL TESZED?

Bocsáss meg a kérdésért. Így kérdezhetsz tapintatosabban: meggondoltad, átgondoltad, hogy mit is akarsz? Szabadon döntesz? Nem kényszerít félelem, szorongás? Nincs valami zavar a szívedben? Téves gondolat nem foglalja le értelmédet? Talán betegség lappang benned, melynek egyik következménye ez a teljes elkeseredés.

– Meggondoltan és szabadon döntök! – állítod.

– El kell fogadnom, amit mondasz. Ilyen esetek előfordulnak. Orvosok, lélekgyógyászok ismernek hasonló tényeket, de csak ők, és ők (orvosok, lélekgyógyászok) kevesen vannak. A többség, akiket ismersz, *másként* ítéli meg az öngyilkosokat. Majd rólad is úgy beszélnek, ahogyan általában az öngyilkosokról szólnak.

Átmeneti örültség vette hatalmába,

nem tudta, mit tesz,

megháborodott

(ideg-összeroppanás!)

szegény,

nem tehetett róla.

Akarod, hogy így ítéljenek meg? Ez a célod? Könnyen lehet, másról álmodozol. Azt szeretnéd, hogy majd sírjanak, keseregjenek utánad, magukat vádolják halálod miatt. Halálodban ismerjék fel, hogy ki voltál. – Alig van esélyed erre.

Az élők öngyilkos halottjuk mellett gyorsan felmentik magukat a felelősség alól. Egyszerűen a megállapítással: nem tudta, mit tesz. Még neves költők, Juhász Ferenc is szeretteinek önpusztító halála után, így kiáltozott utánuk:

*„Mert gyáva, hazug, kurva, rongy mind, aki más szívére dönti választott halálát,
mint gyerek-vállra cementes-zsákot a csődörnek se férfi. Polipcsillag-álmát...*

Nem tudátok, a létből nem lehet kijutni: a szép halálig!

Hogy lehet, Halott Buták, hogy lehet sose tudni! Egyik se másik!

Ti Gyámoltalanok, Gyávák, Mást-kínzó Őrült Boldogok: ez megoldás?

Ti Öngyűlölő Bátrak, Büszke Dacosok, Kankanca Téboly-rabok:

ez nem megoldás!”

(Latinovits Zoltán koporsója...)

Olvasod? Ugye nem szeretnéd, ha rólad hasonlóan vélekednének, még akkor sem, ha a kemény szavakat a fájdalom préselné ki a gyászolók szájából. Gyászolókból, akiket mégiscsak szeretsz.

Józanul az élet mellett dönthetsz, mert csak az élet győzelem.

Sokan hiszik, hogy a názáreti Jézus halálával győzte le ellenségeit. Ám keresztre feszítése, halála után már három nap múlva újra él. Feltámadt. Élőnek hitték és hiszik, mert igazán elevenen győztes Ő.

Ismered Gróf Monte Christo történetét? Ártatlanul az If vár tömlőcébe vetik. 16 év a sziklákba vajt tömlőben. Az elítélt nem a halálra gondolt, nem hívta a halált. Inkább félt meghalni, mert élni akart, hogy igazságot tegyen. Ha meghal, hogyan mutathatná meg, ki ő? Ártatlan és erős. Élettel akar rációzni ellenségeire. Sikerül neki. Megmenekül. Élőn áll ellenségei elé. Döbenten ismerik fel. Már ez maga győzelem volt. Az elítélt győzelme. Mi lett volna, ha öngyilkos lesz? Soha nem derül fény ártatlanságára. Ha megöli magát, ellenségei csak annyit mondtak volna: szerencsétlen, nem bírta tovább a rabságot.

Rólad senki ilyet ne mondhasson.

Józanul dönts.

Bízzál, sorsod győzelemre fordul. Ma. Holnap. Évek múlva. Ha életedet rendbe akarod tenni, nem a halál a megoldás, hanem az élet.

A remélt győzelem: siker. Az, hogy egyszer elfogadnak olyannak, amilyen vagy, aki vagy. Felismerik szíved értékeit. Titkát életednek. Ez a remény már értelmet ad az életre. A magad életére.

Józanul kell döntened.

A nyolcadik levél nem érti: MIÉRT VÁLASZTASZ ÉRTELMETLEN HALÁLT?

Ha hiábavalónak ítéled az életedet, sorsodat miért tetézed értelmetlen halállal?

Értelmetlen halálnak tartják a közlekedési balesetet. A baleset áldozatait kivédhetetlenül, váratlanul érte a halál. Tulajdonképpen nem kellett volna megtörténnie. A közlekedési balesetnél van értelmetlenebb halál. Az öngyilkosság. Ugyanis ez elkerülhető.

A legyőzhetetlen betegségben az ember harcol, ellenáll, szól, jajgat teste-lelke. A szenvedésben jelen van. Megéli saját énjét. Mikor érzi, hogy erősebb a halál, *elfogadja*. Saját halálával hal meg.

Jókai Mór „meséli” el A *Kőszívű ember fiai* című könyvében a fiúk apjának halálát. Az apa tudta, még 60 perc van életéből s utána megáll a szíve. Magához rendeli feleségét, fiait. Intézkedik. Búcsúzik. A közeledő halál perceiben *arcát* mutatja övéinek. A saját halálával hal meg. Élete tetteit halálával koronázza.

Az öngyilkos elrejtőzködik. Félrevonul. Az *arcát* se lássa senki. Sejti, nem igazi énje cselekszik. Ő az első, aki nem tudja elfogadni halálát. Nem azonosul vele. Magának sem meri bevallani, inkább élni, *másként* szeretne élni. Ha önkezéddel szándékozol kioltani életedet, akkor amellet, hogy haláloed értelmetlen lesz, még csak a sajátodénak sem mondhatod. Az öngyilkosság jelenségével foglalkozó világhírű francia tudós állítja, hogy az egyént a közösség törekvései hatják át, és készítetik öngyilkos tetteire. Vannak társadalmak, melyekben az önpusztítás járványként szedi áldozatait. Akit megfertőz, aki ettől a „mérgezettségtől” szabadulni nem tud, az vet életének önkezével véget. Ezért az öngyilkos, aki elveszettnek, elrontottnak tartja életét, még halálát is elrontja. Olyat tesz, ami nem természetes.

Így érzel te is. Szíved az életet akarja. Ha most még mint árnyék fedi be az önpusztító vágy, győzd le.

Szíved még nem dobogta el minden dobbanását, melyre született. Ha elkerülöd az értelmetlen halált, értelmessé válhat életed, s a haláloed egyszer majd a sajátod lesz.

A kilencedik levél szeretője: BÁR ISMERNÉD RASZKOLNYIKOVOT ÉS SZONYJÁT

Miért szeretném, ha ismernéd Szonyja és Raszkolnyikov történetét? Előbb elmondom röviden, ami történt velük.

Raszkolnyikov baltával megölt egy öregasszonyt meg egy fiatal leányt. Senki sem tudta, hogy ő tette. A gyilkosság szörnyű terhe azonban belül kínozza. Arra gondolt, öngyilkos lesz. Elkerülné a megszégyenítést, az ítéletet, a szibériai kényszermunkát.

Utcai balesetnél találkozik a szőke, csinos, 18 éves Szonyjával. A lány, hogy pénzt keressen, az utcán árulta magát. Raszkolnyikov azon töprengett, hogy tud ez a lány gyalázatban, aljasságban élni, belül mégis ártatlan. Okosabb volna vízbe ölnie magát. Erre Szonyja is gondolt. Mikor azonban Raszkolnyikov ezt meg is kérdezi tőle, Szonyja csak azt válaszolja kistestvéreire, boldogtalan, félőruült anyjára utalva: És velük mi lesz? – Értük kell ártatlan szívvel aljasságban élnie.

Raszkolnyikov lelkét egyre erősebben kínozza a gyilkosság terhe. Egyre többet sétál a Néva folyó partján. Vízbe ölje magát? Szonyjának elmondja tettét. Bevallja a gyilkosságot. *Kimondja* önmagából a terhet.

A lányt rémület tölti el. Meredten nézi, hátrál, ágyára ül, arcát párnába fúrja, majd feláll. Megfogja Raszkolnyikov kezét. „– Mit csinált, hogyan tehette ezt magával? – kiáltotta kétségbeesve; nyakába borult, átölelte.

– Furcsa teremtés vagy te, Szonyja, ölelsz, és csókolsz, most, amikor *ezt* megmondtam neked?”

Szonyja kéri, vállalja a szenvedést, a büntetést tettéért. Így váltsa meg magát, hiszen kínnal élni nem lehet.

Raszkolnyikov tovább vergődik. Izgalma olykor őrzítő félelemig fokozódik föl. A Néva-parton járkal. Ott jut eszébe egy ismerősének mondata, aki sejti bűnét: „Ne vesse meg az életet, sok van még maga előtt.” Élni vagy meghalni – a döntés az övé. Mit tegyen? Tudta, gonosz, de érezte, szeretik, Szonyja, a húga, az anyja; bár nem érdemli meg. „Minek éljek? minek?”

Raszkolnyikov vívódásában végül győzött a szíve, mely érezte, szeretik. Elment a rendőrségre. Vállalta az ítéletet, és a büntetést: 8 évi szibériai kényszermunkát.

Szonyja vele ment. Odaköltözött abba a városba, ahol a férfi raboskodott. Az első év betegségek, kétségek között telt el. A második évben „a szerelemben támadtak fel, mindkettejük szívében az élet kiapadhatatlan forrása fakadt a másik számára”. Így vállalták a hátralévő éveket, mely boldogságuk pillanataiban csupán hét röpké percrek tűnt.

Raszkolnyikov és Szonyja történetét Dosztojevszkij regényében ismerheted meg. A címe: *Bűn és bűnhődés*.

Az ő sorsuk megmutatja,

- hogy nem lehet olyan elrontott élet, melyből ki ne lehetne kerülni, melyben ártatlannak ne lehetne maradni!
- nem lehet olyat elkövetni, melyet mások és önmagunk ne bocsáthatnánk meg,
- bármi történik az emberrel, el lehet viselni, ki lehet bírni, és nem hiábavaló a szív reménye. Bárki „Raszkolnyikov”, megtalálja Szonyját és bármelyik „Szonyjára” rátalál egy Raszkolnyikov. Ha nekik sikerült, neked miért ne sikerülne?!

A tizedik levél kéri: NÉZZ A TÜKÖRBE!

Kérlek, nézzél a tükörbe! Ne egy percig, míg a hajad megfésülöd. Most ne fésülködj. Csak nézzed magad. Nézzed az arcodat. Arcod vonalait.

Nézzed a szemed, vizsgálj tekintetedet. Nézz szembe önmagaddal.

Ilyen arc még nem volt a világon. Ilyen arc többé nem lesz. Hogy „szép” vagy semmi rendkívüli benne, nem tudom, mégis nézzed, mert arcod a tiéd, csak a tied. Arcod egyetlensége pótolhatatlan. Innen arcod értéke. Képes lennél összetörni?

Nézz szembe önmagaddal. Ismered saját éned? Aki vagy. Ha ismernéd, nem a halálra, az életre készülnél.

Mennyi lehetőség, mennyi képesség, mennyi titok, mely arra vár, hogy kibontakozzék, hogy

legyen, növekedjék és éljen.

Valamit egyedül csak te adhatsz a világmindenségnek. Egyet, egyetlenegy: önmagad csak te adhatod szüleidnek, testvéreidnek, barátodnak, ismerősödnek.

Nézzél a tükörbe.

Nézzél önmagadba.

Ismerd meg magad.

Ha ismernéd magad, sejtenéd, mit érsz. Sok minden van, ami csodálatos a világon, de az embernél semmi nem csodálatosabb – tanítja egy görög bölcs. Rólad is igaz!

Nézzél a tükörbe: csodálatos vagy. Ember vagy. Életre születél. Hogy rút is, rossz is, talán gonosz is van benned, az csupán annyi, mint az *árnyékod*. Ha fényre állsz, árnyékod eltűnik. Ha *jól* látod magad, az igazság, a jóság, a szépség értékeinek szemüvegén keresed éned benső alkotóelemeit, látod, hogy

jónak és jóra,

igaznak és igazságra,

szépnek és szépségre születél.

Érdemes élni, hogy *az a jó* jobb legyen, az az igazság legyen igazabb, az a szép legyen szebb,

ami egyedül benned és általad valósulhat meg.

Ne tedd szegényebbé a világot.

Nézd, nézzed magad a tükörben, nézzed az arcod – bár láthatnám én is – megsimogatnám, mint csodálatos felszínét emberi lényed titkainak.

Nézzél hosszan, csöndesen a tükörbe. Ha könnyek csordulnak ki a szemedből, attól tisztább lesz az arcod és békésebb a lelked. Nézz szembe önmagaddal. Lenne szíved saját szemedbe mondani: megöllek téged?

Bocsásd meg önmagadnak gyilkos terveid, vágyaid. És suttozd, kiáltsd: élni akarok! élni fogok!

A tizennegyedik levél mondja: KÖTELESSÉG IS AZ ÉLET, NEM CSAK ÖRÖM

Örülni, örülni, örülni akarunk mindannyian. Természetes, hogy örülni akarsz, a boldogság mézízét érezni a szívedben és a szádban, de mert könnyeid sós íze marja most a nyelved, lelked kudarcok keserősége tölti be, halálra szánod magad, mert örömtelen az életed.

Kemény szavakat kell írnom, de a sebész kése sem lágy, mikor gyógyítva vág. Írnom kell, az élet nem csupán öröm, élvezet, szórakozás, hanem az élet alapvető kötelesség.

KÖTELESSÉG

ÖNMAGADDAL SZEMBEN.

Az élet több, mint a halál. Életed megismételhetetlen csoda. Ilyen még nem volt s nem lesz soha. Csak most van. Első vigyázója te lettél, első számú őrője te vagy. Nem ölheted meg magad!

Aki ismer, majd így kiált: *miért* tetted? Ez a kérdés döngetné koporsód. A kérdezők szívét pedig összetörné.

Önmagad értékéért felelős vagy. Mivé válhatsz? Mi jót tehetsz? Életedből mi terem?

Aki életre születik, élnie kötelesség. A növények magukat nem pusztítják el, az állatok öngyilkosok nem lesznek, csak az embernek van ilyen „szerencsétlen” hatalma, hogy a halál mellett dönthet. De inkább így fogalmazom: csak az embernek van ily „szerencsés” hatalma, tökéletessége, hogy dönthet saját életének, halálának kérdésében. Teljesítsd kötelességed: dönts az élet mellett! Légy ember, aki a legfontosabb kérdésben tökéletes.

KÖTELESSÉG AZ ÉLET

TIEID MIATT.

Bármilyen egyedül élsz, bármennyire úgy érzed, senkid nincs, egyedülléted fáj a legjobban, mégsem vagy csupán a magadé. Valakinek valakije te vagy, te voltál, te *leszel*.

Kötelességed, hogy magadat adjad. Mi, emberek egymásból élünk. Miattad kik s hányan maradnak éhen? Nem foszthatod meg szüleidet a gyermektől, barátodat a baráttól, szerelmed a szerelmesétől, ellenséged az ellenségétől. Szüleid miatt tennéd? A többiek nem érdemlik meg. Szerelmed hagyott el? A többi veled maradt. Ugye ne folytassam?

Ha megfosztod őket magadtól, senki nem pótol többé.

Úr, üresség, betölthetetlen hely,
vérző seb

marad utánad, helyetted.

Holott öröm, cél, tartalom, szeretet, gond,

édes gond, küzdelem,

élet,

valaki lehettél volna nekik.

Tieidnek.

De még akkor is kötelesség élned, ha egyetlen ember számít rád. Terád. A szemedre, simogató kezedre, a hangodra, terád, ahogy vagy, aki vagy.

Élned kötelesség.

KÖTELESSÉGED ÉLNED

AZ EMBERISÉG MIATT.

Nagy szó: emberiség. Kisebbit azonban nem akarok írni: család, haza, város. Az egészet írom: emberiség,

pedig talán nincs is ilyen, hogy „emberiség”, hanem emberek vannak, egyedek, *ének*, személyiségek,

akik *együtt* alkotják a nyüzsgő, forrongó, mélyében végtelenre törő *egészet* a történelem hajnalától a beteljesedésig. És ebben van szereped.

SZEREPRE SZÜLETTÉL.

Nem lehet, hogy az első felvonásnál meghalj, sem a másodiknál. Szereped egész életre szól. A magad életére, melybe semmiféle rendező nem tervezte be a „meghívott halált”. Csupán hivatlan, váratlan halálról lehet szó.

Szereped van. Veled lenne értelme, ki tudja, hány órának, napnak, évnek, eseménynek, *mások* életének.

Biztos ismered a sakkjátékot. Király, bástya, paraszt, futó. Mindre szükség van a játékhoz. Egyik sem felesleges. Az emberiség hatalmas játékában a történelem színpadán, a napok fekete-fehér kockáin szerepet játszik minden ember. Az egész játékhoz szükség van mindegyikre. Senki sem felesleges! Mi lenne az emberiségből, ha nem lennének elnökök, kormányfők, nem lennének közkatonák, polgárok, vagy csak egyik nem lenne? Mi lenne, ha nem lenne úrhajós, de mi lenne, ha a föld mélyébe nem menne le a bányász? Hiába a filmszillag, ha nincs, aki névtelen szürkeségben utcát takarít, hogy az autó közlekedjék.

Szereped van. Személyiségedre, nevedre van kiosztva az emberiség színjátékában. Játssz végig. Kötelesség!

A tizenkettedik levélben vallom: BARÁTOM!

Talán ez a szó hiányzik neked. Talán egy másik: kedvesem, szerelmem, szeretett gyermekem –

egyetlen szó hiányzik, s elcsitul benned a vágy, hogy önkezedtől szűnjön meg életed.

Kérlek, figyelj. *Hallgass* magad körül figyelmesen. Van valaki, aki mondja neked: barátom. Lehet, mást mond, azt, amire vágyol: szeretett gyermekem – kedvesem – szerelmem. Lehet, hogy kiáltja. Csak te *nem* hallod. Úgy ne járj, mint a bibliai Júdás.

Ismerjük történetét. A názáreti Jézusnak 12 barátja volt. Júdás, az egyik tanítvány elárulta Mesterét és ellenségei kezére játszotta 30 ezüstpénzért. Elárulta. Jézust letartóztatták, halálra ítélték, keresztre feszítették. Júdás ezt, a halált már nem akarta. Árulásától kétségbeesik. Döbbenetében visszaviszi megbízóinak a 30 ezüstpénzt. Menekült önmagától. Kötelet fogott és felakasztotta magát.

Sajnálom Júdást, mert elkeseredésében nem jutott eszébe éppen az árulás pillanata. Ugyanis akkor, amikor áruló jelként megölelte Jézust, az elárult Mester ezt mondta neki: Barátom. Mert szerette. Még akkor is, még árulásában is. Júdás azonban nem hallotta meg. Nem emlékezett vissza a szóra: barátom. Pedig, ha hallja, ha eszébe jut kétségbeesésében, akkor nem fogja a kötelet, nem fut a fához, nem végez magával. Megsiratja tettét és tovább él.

Szívedben honnan a kétségbeesés? Mi sodor az önpusztítás felé? Hiányzik egyetlen szó, mit hallani szeretnél. Már elhangzott! Emlékezz most vissza, lehet, egy órával ezelőtt mondta valaki, egy nappal előbb, vagy a múlt héten. De mondta. Emlékezz! Egyetlen ölelés hiányzik. Nem éppen téged ölelt meg valaki, akit szeretsz, aki szeret? Ölelésének melege már ruhádon nem lelhető, de szívednek éreznie kell. Aki akkor megölelt, az vár, szeret, akar, és keserűen sírni fog, ha úgy kell megtalálnia téged, azt kell hallania rólad, ami Júdással történt.

A szó nem hiányzik – halld meg. Ha még Júdásnak is volt, aki mondta: barátom! Elhagyatottságod jégpáncélja egy ponton olvad, szeretnek, vedd észre. Ha hallod, ha érzed, akkor az úton *megállsz*, a fához nem jutsz el, a kötelet kiejti a kezéd. De jó emlékezni szavakra: barátom, szerelmem, szeretett gyermekem...

Tudom, ismeretlen vagyok előtted. Bár egyre jobban megismersz, amint soraimat olvasod. Vonaton találkozott két ismerős? Ennél már több. Együtt érzek veled. Ha emlékeidből nem hangzik fel a várt szó: engedd, hadd mondjam én:

Barátom...

Szívesen találkoznék veled.

A tizenharmadik levél elbeszéli: MIÉRT DÖNTÖTT HAMLET AZ ÉLET MELLETT?

Ki ne ismerné a dán királyfi történetét, melyet Shakespeare beszél el híres tragédiájában? Hamlet, az ifjú királyfi lelkét bú, keserűség nyomja. Apja halott, anyja, megszakítva a gyászt, férjhez akar menni sógorához, aki már elfoglalta a trónt.

Hamlet még nem tudja, hogy apja gyilkosság áldozata lett, de már akkora a szomorúsága, hogy öngyilkosságra gondol. Nem érti, „mért szegezte az Örökkévaló az öngyilkosság ellen kánonát” (törvényét). Majd keserűen kiáltja: „*Ó, Isten, mily unott, üres, nyomasztó nékem e világi üzlet! Phi! rút világ!*”

Lelki válsága akkor tetőzik, mikor megismeri apja meggyilkolásának körülményeit. Apja édestestvére, aki most készül anyját feleségül venni, mérgezte meg a királyt. Csalódott édesanyjában is, aki cinkosa volt a gyilkosnak. Gonosszá vált előtte az ember, az egész emberiség. Hamlet lelkét hatalmába vette az önpusztítás örvénye.

*„Lenni, vagy nem lenni: ez itt a kérdés...
Meghalni, – elszunnyadni, – semmi több;
S egy álom által elvégezni mind
A szív keservét, a test eredendő,
Természetes rázkódtatásait:
Oly cél, minőt óhajthat a kegyes.
Meghalni, – elszunnyadni, – és alunni!
Talán álmodni: – ez a bökkenő;
Mert hogy mi álmok jőnek a halálban
Ha majd leráztuk mind e földi bajt,
Ez visszadöbbsent...*

– Ki hordaná e terheket,

*Izzadva, nyögve élte járadalmin,
Ha rettegésünk egy halál utáni
Valamitől – a nem ismert tartomány,
Melyből nem tér meg utazó – le nem
Lohasztja kedvünk’, inkább túrni a
Jelen gonoszt, mint ismeretlenek
Felé sietni?...”*

(Arany János fordítása)

Figyeled, mi zajlik le Hamlet lelkében? Talán hasonló zajlik a tiédben. Üres, nyomasztó, rút a világ. És meghalni, elaludni, álmodni. Így oldani meg a feszültséget, a külső kudarcot.

Hamlet mégsem emel kezét önmaga ellen.

Fél, retteg. Mi biztosítja neki, hogy a halál megoldás? A halál a béke „álma”. S ha nem az? Csupán megsemmisülés? És ha az ismeretlen tartomány szenvedéseket tartogat, különösen az öngyilkosoknak, amint azt akkoriban hitték (ma is vannak, akik vallják). Inkább *túri* a jelen gonoszt, mint sietnie az ismeretlen felé.

Kérlek, ha hasonló vagy Hamlethez abban, hogy szíved keserűségében a halálra vágyol, légy hasonló hozzá gondolataiban is. Gondold át, amin ő elmélkedett. Senki és semmi nem biztosítja, hogy a jelen rosszat jobb váltja fel. Hamlet bátor volt bevallani, hogy fél. Nem szégyen, ha szíved megremegett a halál utáni vágy, ha tenni induló szándékod bénítja a le nem gyűrhető kérdés: mégis, mi lenne utána...

Dönts, mint Hamlet! Ő az életet választotta.

Természetesen legyünk igazságosak Hamlethez. Nem csupán a halálon túli ismeretlenség fogta vissza kezét, hanem a tett vágya, mit neki kellett még megtennie. Amikor az életet választotta, amellet is döntött, hogy

CSELEKSZIK. Igazságot kell tennie apja halála miatt. Igazságot a gyilkos testvéren, a cinkos anyán. Cselekszik. A gyilkost leleplezi. Anyja áldozata lesz a „férje” előkészítette cselszövésnek. Hamlet intézkedik hazája jövője felől. Végül párviadalban hal meg.

Hamletet becsülöm, mert az önként hívott haláltól való félelme bátorságot, tettekkészséget váltott ki énjéből. Lehet nagyszerű ember, aki hívja a halált, de teljesebb értékű, aki az élet mellett dönt. Az élet pedig tetteket vár. Rád milyen tettek várnak?

„Lenni, vagy nem lenni?” – kérdi Hamlet. „Élni vagy meghalni?” – kérded te. Félj, mint Hamlet. Dönts, mint Hamlet. Élj és tedd, amit tenned kell!

A tizennegyedik levél könyvet ismertet: „ÉLET AZ ÉLET UTÁN”

Világhírű könyv jelent meg hazánkban. Bár kezredbe kerülne. Raymond A. Moody, orvos kutatta, hogy akik „majdnem meghaltak”, tudományosabban, akik a klinikai halálban voltak, azok eszméletre térésük után mire emlékeznek, miről tudnak beszámolni.

150 emberrel beszélgetett az orvos. Mind a százötvenen megízlelték a halált a klinikai halál állapotában. Volt köztük, akit öngyilkosság vitt a halál mezsgyéjére.

Egy férfi így beszélt Raymond A. Moody orvosnak: „Nem tenném meg újra. Ha eljön az időm, természetes módon fogok meghalni. Világossá vált előttem, hogy életünk a Földön csak rövid szakasza az időnek, és rájöttem, hogy amíg itt vagyunk, sok tennivalónk van. Halálunk után az örökkévalóság következik.”

Másvalaki elmondta, hogy csapdában érezte magát; az öngyilkosságot előidéző ok, vagyis a „halál” előtti állapot sorozatosan újra meg újra megismétlődik.

Raymond A. Moody azt írja könyvében, hogy mindazok, akik öngyilkosság után kerültek a „halál” ilyen állapotába, mindnyájan belátták, hogy kísérletük semmit sem oldott meg. Sőt, tehetetlenül kellett nézniük, hogy milyen kellemetlenségeket idézett elő tettük. Tanúként kellett nézniök, hogy milyen fájdalmat okoztak másoknak.

Ilyet akarsz átélni? Ha nem tévedtek, ha valóság volt tapasztalatuk, melyről az orvosnak beszámoltak,

akkor téged is zsákutca vár,
a végleges megoldhatatlanság fog kínozni,
talán,

ám ez a „talán” elég ahhoz, hogy „más kárán tanul az okos” és nem próbálsz meg elpusztítani magad.

Egyben biztos nem tévedett a klinikai halálból visszatért férfi: „...amíg itt vagyunk, sok tennivalónk van”.

Neked is. Amit csak te tehetsz meg.

– Ilyen nincs – mondod kishitűen.

– Van – válaszolom –, az életed. Most. Az ÉLETBEN!

Tudom, könnyű ezeket tanácsolnom. A súlyosan szenvedők közül többen így panaszkodnak:

„– Élet az enyém? Kín és tehetetlenség! Jobb lenne minél előbb a halál a pokollal együtt, ott bizonyára nem szenved az ember annyira, mint ebben az életben.”

Akiből így szól a fájdalom, az előtt tisztelettel és döbbenetben állok. Fájdalmát enyhíteni nem tudom. Kínját nem szüntethetem meg. Csak arra kérhetem, hogy gondolja meg: a szenvedés is tett! Ha sorsa feladatul ezt adta neki, tegye! A fájdalomnak a természet rendjében célja van. Az üdvösség rendjében pedig Jézus Krisztus szenvedését teljesíti be, egészíti ki.

Szeretném megéreztetni Veled, bármily nagy a szenvedésed, azért még *szerethetsz ... és szeretnek!* Szükség van rád. Bármily terhes önmagadnak az életed, annak értelme és tartalma van! (Bár ismernéd JONI történetét!)

A pokolban nem szenvednek annyit?

Tudod, mi az?

Hiány! Értelmét és célját vesztett vergődés. Hiány. Üresség. Nem szeretnek és képtelen vagy szeretni! Se Istent, se embert! A pokol állapot, melyben az ember önmagába zuhant szerencsétlenség.

Ez az állapot váltsa fel a mostanit, mely kínozz, és amúgy is véget ér?!

Döbbenet álok előtted, hisz szenvedésedben halált akarsz és poklot kívánsz –
mit tegyek?
kiáltsam vagy suttogjam?
Írom csupán:
„ÉLET AZ ÉLET UTÁN” csak akkor vár rád, ha magad azt ki nem oltod!

A tizenötödik levél nyugtat: HÍVÁS NÉLKÜL IS MEGÉRKEZIK A HALÁL

Tulajdonképpen azzal, hogy önmagad kívánod megszüntetni életedet, sietteted az amúgy is bekövetkező halált. Miért sietteted? Mindennek, a sírásnak, a nevetésnek, a születésnek, a halálnak: megvan a *maga* ideje.

Eszembe jut egy érdekes regény, melyet Thornton Wilder írt, az amerikai író. *Szent Lajos király hídjá* – ez a könyv címe. Arról ír, hogy Peru legszebb hídjá 1714. július 20-án leszakadt. Öten voltak rajta. Mind az öten a mélybe zuhantak. Meghaltak.

Az öt közül az egyik Esteban volt. Manuel ikertestvére. Anyjuk, születésük után kosárba helyezte, és utcára tette a testvéreket. Irgalmas idegenek vették fel őket, és úgy nevelkedtek fel. Szerették egymást. Eltérhetetlennek gondolt kapcsolatukat szétszakította a halál: Manuel gyógyíthatatlan betegségben meghalt. Esteban messze, nagyon „messze” akart menni.

Régi ismerősével, Alvarado kapitánnyal találkozott, aki éppen tengeri útra készült. Hívta őt is. Esteban habozott. Ne, ne menjen! Messze, el ... Aztán megfordult a fejében valami. Alvarado nem sejtette, mi.

– Menj, szedd a cókókodat, s indulunk! – mondta neki.

Ami ezután történt, a könyvből másolom eléd.

„Esteban lassan ballagott föl a lépcsőn. A kapitány várta őt és oly sokáig várta, hogy egyszerre maga is föltámolygott a lépcsőn a fele útig s hallgatózott. Eleinte csönd volt, aztán olyan zajokat hallott, amelyeket képzelete rögtön felismert. Esteban kaparta a vakolatot a gerendáról s köréje épp egy kötelet erősített. A kapitány reszketve állt a lépcsőn.

»Talán ez a legjobb – gondolta magában. – Talán magára hagyom őt. Talán mást nem is tehet.«

Majd mikor egyéb hangot is hallott, az ajtónak rontott, berohant a szobába, elkapta a fiút.

– Tessék menni innen – kiabált Esteban. – Tessék hagyni engem! Ne tessék most bejönni.

Esteban arccal a padlóra esett.

– Egyedül vagyok, egyedül, egyedül – kiáltotta.

A kapitány csak állt-állt, egyenesen, nagy, nyílt ráncos arcával, melyet elszurkított a fájdalom. Ő most a saját régi óráit élte át újra.

Csak a tenger csodáiról tudott beszélni, különben nehéz helyen állott nála a szó, de vannak pillanatok, amikor nagy bátorság kell ahhoz, hogy közhelyeket mondjunk. Nem volt biztos abban, hogy a padlón heverő alak figyel-e rá, de azért így szólt:

– Azt tesszük, amit tehetünk. Tengődünk, Esteban, ki-ki úgy, ahogy bír. Nem tart sokáig, tudod. Az idő folyton halad. Majd te is meglepődöl egyszer, milyen gyorsan múlik az idő.

Elindultak Limába. Amikor a Szent Lajos király hídjához érkeztek, a kapitány lement a folyóhoz, hogy felügyeljen pár poggyásza átszállítására, de Esteban gyalogszerrel haladt át a hídon, s azzal együtt zuhant le.”

Így beszélte el Thornton Wilder Esteban öngyilkossági kísérletét és halálát.

Olvasod. Érzed, miért írtam le neked ezt a különös történetet? Esteban miatt, miattad és magam miatt. Magam miatt, hogy sejtsem, mi játszódik le bennem (hiszen nem csupán én szeretnék megismerni, te is kíváncsi lehetsz rám); nos, a kapitány reszketve állt a lépcsőn. Nekem sem közömbös, mennyien készülnek önként meghalni! Aztán Alvarado arra gondolt: talán magára hagyom őt. Bennem felmerül: írjak (miért írok), útjára küldjem leveleimet?!

Amint a kapitány nem tehetette meg, hogy ne törje be az ajtót, nem tehetem meg én sem, hogy ne írjak, neked, bárki vagy...

És te?

– Tessék menni innen! Egyedül vagyok, egyedül vagyok – idézheted Esteban szavait. Mégis, tovább írok, remélem tovább olvasol, amint Esteban hallgatta a kapitány szavait...

– Tengődünk... ki-ki úgy, ahogy bír. Nem tart sokáig, tudod. Az idő folyton halad... gyorsan múlik az idő.

Ne hívd a halált, eljön az hívás nélkül, elindult feléd – felém – születésünk óta. Elérkezik ott s akkor, amikor az Isten, a sors, a végzet elrendelte. Talán egy óra sem kell, mint Esteban esetében. Lehet 10 év múlva. Itt? Máshol? Nem mindegy? Indulj el „Limába”, indulj, ahol tenned kell, ahol élned kell, ma, holnap, holnapután.

Élj az élet perceit. Hívás nélkül is megérkezik, ne siettesd, még nem jött el az órája. Esteban így tett. Jól tett. Indulj el. A ma feladatával törődj.

A tizenhatodik levél elmondja: FAUST HALLJA A HÍRT – ÉS NEM ISSZA KI A MÉREGPOHARAT

Ismered azt a Hírt, mely Faust kezét akkor állította meg, mikor a méregpoharat – hogy megölje magát – a szájához emelte?

Faustról tudod, hogy a német költő, Goethe által megálmodott ember. Ez az ember ugyancsak eljutott az öngyilkosság gondolatáig. Megszületett benne a döntés: végez magával.

Elkeseredésében úgy látta, hogy az ember szívében a gond tanyát ver, mely elzavar nyugalmat s gyönyört egyaránt. Tetteink, kínjaink életünket gáncsolják el. Olyantól félünk, ami soha nem jön el. Azt siratjuk, amit nem veszthetünk el. Zsibvásár, molytanya az emberi élet... Mit keressen itt? Talán, ha néhányan voltak boldogok, mióta ember él a Földön. Értelmetlen az élet. Inkább jöjjön a halál. Döntött Faust.

Kelyhet fogott a kezébe, mérget öntött bele, szájához emelte, hogy kiigya. S akkor harangszó, karének hangzott fel.

*„Krisztus feltámadt!
Halandó emberek,
mind örvendezzetek,
elmosta vétkeketek,
az ősi átkot!”*

Faust keze megállt. Ajkától elvette a poharat. Hallgatta a harangzúgást, az éneket. Megszólalt.

*„Mi ez a zsongás, ez a tiszta hang,
melynek hatalma poharam után nyúl?*

...

*Hatalmas égi dallamok!
Kutatjátok, ki a porba' mászik?
Érzékenyebb lelkekhez szóljatok.
Hallom, hallom a hírt – hitem hozzá hiányzik.
Ó, hit! A csoda legszebb magzatod
Szívem ama szférákba nem repeshet,
honnán a szent hír idecseng;
s mégis a hajdani gyermekszív belereng,
és visszahív, hogy új életbe kezdjek.*

...

*Ó, égi dal, csak zeng, zengj, mindörökké!
A könnyem hull, vagyok megint a Földé.”*

(Jékely Zoltán fordítása)

Faust a hír hallatára az életet választotta. Végigélte Goethe-teremtette különös-gazdag életét.

A hír, melynek hatalma volt Faustot életben tartani, az életre lelkesíteni, még akkor is, ha már nem hitt benne, az a hír a vallás tanítása. A keresztény tanítás. (Lehet, csupán az esze

nem hitt benne, de szíve, emberi természete igaznak érezte.) Gyermekkorában jól megtanulhatta a keresztény tanítást Faust.

Van Isten!

Szeretet az Isten!

Az ember Istenhez hasonló. Az ember a világmindenség fejlődésének csúcsa. Olyan érték, mely az Istennek is megtetszett, és emberré lett. Az Isten Fia a názáreti Máriától megszületett és Jézus Krisztusnak hívták. Emberi életet élt minden örömeivel és könnyéivel.

Jézus Krisztus tanított. Tanítását *örömhírnek* nevezték el. Boldogságokat hirdetett. „Boldogok, akik sírnak.” Arról tanított, hogy egy pohár víz, melyet a szomjazóknak adunk; a kenyér, melyet az éhezőknek nyújtunk; a vendég, ha befogadjuk; a beteg, ha meglátogatjuk: mind-mind olyan érték, amit érdemes tennünk, amiért érdemes élnünk. Egymásnak tett cselekedeteink értelmet adnak mindennapi életünknek.

Ismeri szívünket. Új parancsot hirdetett meg: Szeressétek egymást, amint én szerettelek titeket!

Halálon túli életet ígért azoknak, akik szeretetben élnek. – Azért jött, mondta, hogy életünk legyen. Természetesen, aki ilyen programot hirdet, annak követelése is van. NE ÖLJ! – önmagad életét se oltsd ki!

Mindez a keresztény örömhírből eszébe juthatott Faustnak. A hír nagyszerűsége visszatartotta a méregpohártól. „Vagyok megint a Földé!”

Mikor fontos kérdésben kell dönteni, mindent számításba vesz az okos ember. Az élet-halál kérdésében még inkább.

Ismered a hírt? Ha igen, elevenítsd fel. Ha nem, törekedj megismerni. Ha hiszed, erősebben higgyed és megint leszel a Földé.

Aki a hírt meghirdette, az tökéletes ember volt. Az Ember. A hívők pedig úgy hiszik, maga az Isten.

A bibliai Bölcsességek Könyvében üzenet van Róla és nekünk. „Ne törekedjete a halálba életetek elhibázott útján, ne sietessétek romlásokat kezetek tetteivel! Mert a halált nem Isten alkotta, ő nem leli örömét az élők pusztulásában... Akik nem félik az Istent, kezükkel és szavukkal hívják a halált, emésztődnek az utána való vágyakozásban, mintha a barátjuk volna, és szövetséget kötnek vele, mert méltók rá, hogy az osztályrészévé legyenek.” (1. fejezet, 12., 13., 16. versek.)

Méregpohár van a kezében? Várj. Mit vesztesz, ha vársz és közben felteszel egy lemezt? „Jézus Krisztus Szupersztár.” Ha megvan, hallgasd meg, hallgass bele Mozart Missa Sollemnisébe is.

Várj. Mit vesztesz vele? Menj be egy templomba. Keresd meg a lelkészt. Beszélj vele. Titoktartás kötelezi.

Figyelj. Nem hallik hozzád a harangszó délben, reggel? Vagy este? Van otthon Bibliád? Nyisd fel. Benne a hír. Üzenet neked. Halld meg, olvassad, csak nyerhetsz vele, mint Faust. Megnyered az életet. Újra a Földé leszel, s a hír szerint megnyered az Eget.

„Boldogok, akik sírnak, mert őket megvigasztalják.”

A tizenhetedik levél hiszi: „KÍSÉRTÉS A KÁRHOZATRÁ” – LEGYŰZHETŐ!

Graham Greene angol író beszéli el *A kezdet és a vég* című regényében Scobie kapitány lelki történéseit, aki hisz Istenben, szereti a feleségét, közben kapcsolata van egy lánnyal. Érti, hogy magatartása vét a szeretet ellen. Vétkes kapcsolata sérti az Istent, bántja a feleségét és keserűséget okoz a lánynak. Kiutat keres. Kiút keresése közben sodródik abba az örvénybe, mely nemegyszer a vallásos embert sodorja az önpusztítás felé.

Scobie kapitány önmaga fölött mond ki szörnyű ítéletet. A kedvesével folytatott beszélgetés részletei megsejtetik velünk lelkivilágát.

„– *Feladtam a reményt – mondta Scobie.*

– *Mit adott jel?*

– *A jövőmet. Kárhozatra ítéltem magam.*

– *Ne légy színpadias. Fogalmam sincs, miről beszélsz. Különb is, most jelezted a jövődet a rendőrfőnökségen.*

– *Én az igazi jövőről beszéltem – az örök jövődőről.*

– *Ezt már ezerszer elmondtad. Hatni akarsz rám. Te éppúgy nem hiszel a pokolban, ahogy én.*

Scobie megragadta a csuklóját, s dühösen megszorította.

– *Azt mondtam: hiszek. Hiszem azt, hogy elkárhozom az örökkévalóságig – ha csak nem történik valami csoda. Rendőr vagyok. Tudom, mit beszélek. Amit elkövettem, rosszabb, mint a gyilkosság – mert az csak egyetlen cselekedet, egy ütés, egy szúrás, egy lövés: megtörtént, és azzal vége, de én magammal hordom a romlást. Már a gyomornedveimben is. Sose tudok tőle megszabadulni többé.”*

Olvasod: kárhozatra ítélem magam... magamban hordom a romlást... elkárhozom. Szerencsétlen ember, akit ilyen gondolatok nyomnak, ilyen sötét érzések sodornak reménytelenségbe!

Ha tőled távol állnak ehhez hasonló gondolatok, örülj! Ha ismerős neked a kapitány okoskodása, sőt, úgy érzed, azt fogalmazta meg, amit Te is hiszel, érzel, akkor, kérlek, vigyázz!

Önmagadra.

Örvényben vagy.

Nem a bűn sodort ebbe az állapotba, a bűn, melyet elkövettél, vagy amelyben élsz, hanem az, hogy *szíved szerint gondolkozol Istenről, és nem Isten szíve szerint látod önmagad!*

Hogy néz Ő rád?

A bűnös asszonyhoz így szólt Jézus: **BŰNEID BOCSÁNATOT NYERNEK!** – Az eléje vitt bénát, mielőtt meggyógyítaná, így nyugtatja meg: **EMBER, BŰNEID BOCSÁNATOT NYERTEK!**

Ismerned kellene azt a jelenetet, amikor házasságtörő asszonyt állítanak Jézus elé. Agyon akarják kövezni. Jézus rájuk néz, mondja nekik, az dobjon követ az asszonyra, aki maga bűn nélkül van. Senki nem dob egyetlen követ sem. „Senki nem ítelt el?” „Senki, Uram.” „ÉN SEM ÍTÉLLEK EL. MENJ, DE TÖBBET NE VETKEZZÉL!”.

Isten Fia nem elítélni jött a lelkeket, hanem megmenteni. Téged is. Jézus szemével nézd önmagad és akkor megmozdul benned a bánat és hallod szavait: **ÉN SEM ÍTÉLLEK EL.** Érezd majd, hogy a jó Isten valóban örül tékozló gyermekeinek visszatérésén.

Ha most egymással szemben ülnénk, talán közbeszólnál: én úgyis a pokolba kerülök.

Érdekes. Honnan tudod? Az egyház már igazán sok mindent tud. Mégis azt tanítja, még abban sem lehet senki biztos, hogy üdvözülni fog. Hogyan lehetne azt tudni biztosan, hogy elkárhozunk?

Pokolba jutni? Nehezebb, mint a mennyországba. Hiszen ahhoz olyan vétséget kell elkövetni, melynek gyökere a gyűlölet. Gyűlölni az Istent – messze állt Scobie kapitánytól és távol áll tőled is. Miért várná rád a pokol?

Az elkárhozás *lehetőségénél*

erősebb, igazibb az a *tény*,

hogy Isten mindenkit üdvözíteni akar!

Akkor is akar Téged, ha úgy imádkozol Hozzá, mint Scobie kapitány.

Scobie imája: „Nem bírom már, hogy hónapról hónapra: sértelek... Nem kérek könyörületet. Elkárhozásra ítélem magam, bármit jelentsen ez. Békére vágyódtam, s a békeséget nem ismerhetem többé ... S elfeledhetsz majd engem, Istenem, egy örökkévalóságig.”

Így imádkozik, hosszan elmélkedik, míg egyszerre, mintha teste mélyéből jönne elő, hang szól hozzá. Isten válasza.

„Azt mondd, szeretsz engem, s mégis ezt teszed velem – örökre megfosztasz magadtól. Én nem vagyok neked a TE URAD ISTENED, csak közönségesen: *te*, ha megszólítasz, éppoly alázatos vagyok, mint minden koldus. Én hűséges vagyok hozzád immár kétezer esztendeje. S mindössze ezt kell tenned: meghúzol egy csengőt, belépsz a fülkébe és meggyónod ... a bűnbánat már benned van, a szívedben feszül... Ha életben maradsz, előbb vagy utóbb, visszatálasz hozzám.”

Kérlek, lassan olvasd el újra a fenti sorokat. Vajon nem hozzád is szólnak?

Őszintén megírom, a regény szerint Scobie kapitányt magával ragadta az örvény. NEM TELJESEN!

Eszméletének utolsó tiszta pillanataiban mintha kiáltást hallott volna, valakinek szüksége van rá. Végző ereje utolsó leheletével felkiáltott: Édes Istenem, szeret ... A megkezdett szót hangosan már nem tudta befejezni.

Ha életben maradsz, előbb vagy utóbb visszatálasz Hozzá. VALAKINEK SZÜKSÉGE VAN RÁD!

Örvényben vergődsz? VALAKI szól benned: én hűséges vagyok hozzád immár kétezer éve.

Kiálts fel: ÉDES ISTENEM, SZERETLEK!

ÉDES ISTENEM, SZERETLEK!

Kiálts, mondd végig a szót, a vallomást,

mert ezt a vallomást csak Te mondhatod,

csak Te *élheted* –

SZERETLEK, ISTENEM! TIED AZ ÉLETEM!

... és a kárhozat örvényéből

a mindennapok lépcsőin naponta lépdelve

az üdvösség egébe emelkedsz...

A tizennyolcadik levél figyelmeztet: SZERETNEK – CSAK NEM VESZED ÉSZRE!

Ha a tüdő nem kap levegőt, fuldoklik. Ha a szív nem kap elég szeretetet, szenved. Ady Endre versében írja: „Szeretném, hogyha szeretnének / S lennék valakié.” Lehet, te másként érzed, mást írsz naplódba, mást mondasz barátodnak.

„Nem értenek meg.”
„Meg se hallgatnak.”
„Nem vesznek komolyan.”
„Csak rám nincs idejük.”

Mások a mondataid, de a szeretetéhség sír a szavaidból. Valóban nem szeretnek? Biztos vagy ebben?

Van eset, amikor az embert tiszta és elegendő levegő veszi körül, mégis fuldoklik. Nem kap a szervezete elég levegőt, mert a tüdővel van baj. A légcső beteg. Pedig van elegendő levegő. Édesanyám, betegségénél fogva, gyakran fuldoklott. Akár hegyek között élt, akár tengerhez közel, akár az Alföldön. Böven vette körül tiszta, friss levegő, de szervezete nem bírta magába fogadni. Fuldoklási rohamain úgy segített az orvos, hogy tanácsolta: „Lazítson, kedves néni, ne akarjon mindenáron, görcsös erőfeszítéssel levegőt kapni. Hagyja el magát, majd szervezetébe árad a levegő.” Anyám úgy tett, amint az orvos tanácsolta. Bár tüdeje nem lett egészséges, levegőhöz jutott, mely éltette.

Előfordulhat bárkivel, hogy szeretet veszi körül, de nem érzi. Benne, a „vevőben” van hiba. Orvos, lélekgyógyász tud segíteni.

A légszomj görcsbe rántja a testet. A szeretetszomj görcsbe szorítja a szívet. Mondom neked, mint anyámnak tanácsolta az orvos:

Kérlek, hagyd el magad, ne akard mindenáron, hogy szeressenek. Hagyd el magad egy kicsit,

hagyd el magad,
ne várj semmit senkitől,
figyelj,
telik az idő,
te szeress,
egy nap, két nap, egy hét,
és amint szívedből a görcsös akarás oldódik,
érezni kezded: szeretnek,
szeretnek!

És ez nem csoda. Lehet, semmi nem változik körülötted. Az emberek nem lesznek mások. Te változol. Ökölbe szorított kezvedbe lehet virágot tenni? Görcsben vergődő lényedet érintheti a szeretet? Szeress! Megnyílik a szíved. Csak a kinyílt szirmokba képes mézet csókolni a Nap. Csak a szeretetben megnyílt, bizalommal kitárult szívedbe talál be mások szeretete.

Próbáld meg. Érezni fogod.

Eszembe jut a nyár. Verőfényvel, melegen süt a Nap. Aki siet, aki nem tárja testét a Napnak, bőre nem ihatja be sem barnító fényét, sem melegét. Ám, aki napozik, elhagyja magát, átadja magát a Napnak... Lazíts. Érezni fogod: szeretetben élsz.

(Erről beszél a következő levél.)

A tizenkilencedik levél szemed nyitja ki: A TÁRGYAKRA, A NÖVÉNYEKRE, AZ ÁLLATOKRA

A Mindenség alapszövege a szeretet. A világ léte és élete szeretettől van áthatva. A szeretetben létező valóság tárgyokban, növényekben, állatokban lép eléd, körülvesz, csak észrevedd s érezd, akkor már ezt vallod: SZERETEM, HOGY SZERETNEK! Nemes Nagy Ágnes írja egyik verssorában: „Szívemben boldogok a tárgyak.”

A TÁRGYAK: egy könyv, egy autó, egy játék, egy ruha, bármi, ami a tied. Szívedhez nőtt. Emlék. Neked szép. Emlékek színesítik, élményeket idéz fel. Hasznos, naponta használod. Csak te tudod, mit jelent. Hozzád nőtt. Részed lett. Így van? Akkor miért nem veszed őket észre, miért nem értékeled tárgyaidat? Némán mesélnek. Életed eseményeit tanúként őrzik. Nincs életük, mégis élnek. Képtelenek szeretni, mégis szeretet sugároz belőlük. Füzet. Napló. Levél. Mikor érkezett? *Üzenet*. Fénykép a falon. Ő. Ő. Néz. Mennyi tárgy, mely körülvesz! Nincs szívük, de van jelentésük, és saját módjukon sugározzák a szeretetet. – Érzed? Nézz szét magad körül!

A NÖVÉNYEK. Üde virág a vázában, muskátli a cserépben. Fa az udvaron. Házad ablaka előtt. Mennyi megadás, mennyi hűség, illat, odaadás – néma hódolat – a virágban irántad. Mintha neked nyílna. Élete függ tőled, hogy öntözd. Hallgatása kérés: gondozzál! Hallgatása hála: köszönöm. Nyíljon ki szemed növényeidre. Lehetetlen, hogy ne *érezze* szíved, bár nekik szívük nincs, szépséges létezésükkel, életük illatával szeretnek.

AZ ÁLLATOK. Ha van állatod, nem érezheted magad egyedül. Hiszen az állat sem bírja a magányt. Gazdája mellé húzódik. Rá figyel. „Isten” nélkül nem élhet, s neki te vagy az „isten”.

Ha van cicád, mely dorombol, ha van kutyád, mely csahol, mikor hazaérsz, ha van ketrebe zárt madarad, énekes rabod, akkor most *nézzél* a szemükbe, azonnal ...

Láttad „tekintetét”? Mintha lelke volna,

hisz neked, bízik benned: ne hagyd el, gondozzál, ki szeretne így, mint engem te?

Az állatoknak sincs olyan szívük, mint az embernek. A maguk módján azonban törődést, szeretetet kívánnak, és szeretetet adni képesek. A Mindenség alapszövege a szeretet. Érintsd, simogasd, engedd, hogy hassanak rád a tárgyak, a növények, az állatok,

érezzed a világot,

már nem vagy egyedül.

Robinson, a hajótörött azért nem bolondult meg egyedüllétében a szigeten, amint tudod, mert társai lettek a sziklák, a csillagok, a növények, az állatok, mert életébe fogadta őket. Nem hívta a halált, hanem élt. Úgy érzem, szólni akarsz.

– Amit mondasz, lehet, mind igaz, de nekem kevés. Ádám sem érezte jól magát a „szeretettől átszótt” világban. Robinson is kívánta, ember legyen mellette, aki szót vált vele, aki szereti és ő szeretheti. Érted szenvedésem? Emberre vágyom, akinek szíve van.

– Panaszodra a következő levél válaszol.

A huszadik levél állítja: VALAKI MINDIG SZERET!

Hogyan is mondtad az előbb? „Emberre vágyom, aki szeret.” Válaszom annyira igaz, mint egyszerű: Valaki mindig szeret.

– Most senki nincs.

De már *volt*. Ezt ne tagadd. Volt, aki szeretett. Nos, arra a szeretetre gondolj. A szeretet erősebb, mint a halál. Emlékezz. Támaszd fel a szívedben. Ápolgasd. Ha akkor szeretett, most az emléke él.

– Meghalt – hallom könnyeid közül.

– Benned él! Az a fontos, ami benned van, az az igazi életed. Él benned. Halhatatlanná teheted. Benned nem halhat meg, ha szeretett.

– Elhagyott – panaszolod.

– Szívedből magát ki nem tépheti. Ha egyszer gyökeret vert szeretetével, kivirágzott idegeidben, lelkedben szerelmével, nem képes teljesen elhagyni téged. Énjéből az égett bensőd mélyére, ami a legfontosabb: a szeretet. Lehet távol tőled, te azért még szeretheted.

– Emlékeim nem segítenek – állítod röviden.

– Álmodni talán tudsz. Hiszen életre születted és akkor álmokra is születted. *Álmodj!* Képzeld el, akire vágysz, akit magadnak akarsz, hogy szóljon, öleljen, csókoljon kedvesen, mint anya gyermekét, szerelmes szerelmesét, testvér testvérét. Lehet, hogy ő szintén álmodik. Érzed? Rólad. Álmodja hangod, arcod, szemed, lelked, beszéded, te kellesz neki és ő akaratlanul neked *érik*. Idő kérdése minden. Álmodj és várj.

Eléd lép majd a barát, eléd a kedves, Ő, akivel szeretetben eggyé lesztek, és elfelejtet, hogy magányban voltál valaha.

– Múlt, jövő nem él, kevés nekem – szólsz közbe.

– Akkor – kérlek – nézz körül! Már írtam, mindig szeret valaki valahol. Talán félénk, mint te, talán nem meri mondani. Nézz körül, figyelj, nehogy úgy járd, mint az az ember, aki napjaink jellemzésül szomorúan panaszolta: „*Tegnap kinyújtottam kezemet valaki felé, s nem vette észre; ma felém nyújtotta ki valaki, és én vagyok az, aki nem veszem észre.*” (Hamvas Béla) Van valaki, aki éppen feléd nem a kezét, hanem a szívét nyújtja, mert szeret, a

KÖZELEDBEN,

talán együtt laktok,
egy utcán jártok,
egy boltban vásároltok,
rokonod,
ismerősöd,
testvéred,
iskolában, munkában társad,
az anyád, az édesapád,
aki elhagyott (mert belül még szeret!)
akit elhagytál (vár rád s megbocsát)
valaki,
én tudjam, mikor *téged* szeret?!
Higgyél a szeretetben!

A szeretet úgy átszövi a létet, az emberi létet, mint a természet minden más törvénye, ösztöne. Nem csaphat be, nem akar félrevezetni. Célja, hogy az élők egymásra találjanak. Csak te lennél kivétel?

Szeress! A szerető szív mágnesként vonz magához szerető szíveket. Ismét Hamvas Bélától idézek: „*A boldogságot csak az bírja el, aki elosztja. A fény csak abban válik áldássá, aki másnak ad belőle.*”

Éppen te ne találkoznál valakivel, aki boldogságát akarja megosztani, fényéből akar más részéssíteni? Éppen ebben az állapotodban, mikor is a boldogtalanság kiüresítette szíved, és lelked sötétségébe vonta a keserűség?

Találkoztál már igazán vallásos emberrel? Akár fiatal, akár öreg, ha igazán vallásos, áthatja az a hit, hogy VALAKI mindig szereti. Isten. Hitüket a már említett örömhírből veszik. Hisznek a Szeretben.

Ha nem vagy vallásos, attól még lehet és kell, hogy legyen *hited*. A hit óriási IGEN az életre, mely felszíne ellenére, valósága mélyén *szeretet*. (Erről énekel Juhász Ferenc hatalmas verseiben.) Csak akkor érezheted át, hogy valaki szeret, ha élsz. Várj. Nincs messze tőled. Talán már benned dereng, mint hajnalokban a felkelő Nap...

A huszonegyedik levél tanít: AZ ÉLET ÉRTELMÉRŐL ÉS CÉLJÁRÓL

Megértem, hogy keresed életed értelmét és célját. Mióta ember az ember, öntudatának legfontosabb kérdése, ami téged most foglalkoztat. Miért? *Érteni* az életet, érteni saját életünket.

Érteni? Mindig mindent érteni. Szükséges ez? Nem elég, hogy élünk? Éljük az életet önmagáért.

Észrevetted, hogy az ártatlanok – kicsiny gyermekek – nem kérdezik, miért élnek, hanem élnek.

Egyszerűen: élnek. Örülnek az életnek. Vannak „bölcsek” öregek, akik már túl vannak az élet faggatásán. A megértés kényszere nélkül, „csak” élnek. Várják a holnapot, teszik, amit tenniük kell, és természetesnek veszik, hogy majd a maga idejében eljön a halál. Nem kérdezik, hová, honnan, és miért? Van valami ösbizalom, őshit az ártatlanokban és az öregekben.

Magatartásukon el lehet gondolkozni, még irigyelni is lehet őket, követni azonban alig tudjuk. Bennünk izzik a kérdés, hogy mi az élet értelme, célja. S keressük. Keresed.

Keressed! *Önmagadban.*

Önmagadból indulj el. A veled született értékcsírák szeretnének kibontakozni énedben. Általad. A cél, hogy JÓ LÉGY, hogy IGAZ LÉGY, hogy SZÉP LEGYEN VALÓD. Ma, holnap, iskolában, önmagaddal szemben és társaiddal. Embertársaidd között. Igen, ez fontos: mások iránt. Magadban keresd, magadban rejlik és másokban találod meg a CÉLT.

Mit ér jónak, igaznak, szépnek lenni, ha egyedül maradsz? Az értelmes emberi élet nem maradhat egyedül. Nem is kell. Hadd idézzem Juhász Ferenc szavait:

„Az ember azért nincs egyedül, mert az ember a mindenség hegedűje. Az embersorson a csillag hegedül, s a csillagsors az embertől nem magányos.

Az a boldogság, ha azt tudod:

léted nemcsak egyszerű emberállapot, de részese a léttömény egésznek, s résznek azért születélt, hogy az egészet kimondd!

A boldogság az a gond, hogy tudtál-e a törvény szigorú, buja, szelíd, okos, zsúfolt, könyörtelen szava lenni éneddel?

*Volt-e gyönyörű emberhaszna annak, amit kimondtál?
és volt-e?”*

Ő énekről beszél, szavakról, amiket kimondasz, de tudnod kell, ének és szó:

minden tetted,

a munkád,

a mosolyod,

a könnyed,

a küzdelmed,

az örömed,

a kínod,

az, aki és ami vagy:

ének és szó

magadból másoknak

és a másokból visszatükröződött ének magadban.

A szeretet valósítja meg énedben és énedből a benned szunnyadó értékeket. A szeretet teremti meg benned jószágod, igazságod, szépséged. A szeretet viszi, adja, ajándékozza másoknak, ami és aki vagy. Értékeidet.

Mi az értelme életednek és mi a célja?

Szeretni önmagad és szeretni másokat.

Az emberi élet célja a MINDENSÉG SZERELME. Szerelmet írok, mert az izzó szeretet, égő szeretet, tevékeny szeretet. Akit betölt az élet szerelmes szeretete, mely önmagából indul, embertársain folytatódik, s azon túlnőve magába foglal mindent, ami él és van, az ilyen ember megtalálta élete értelmét és megtalálta célját

a mának,
a holnapnak,
a tettnek, munkának,
a betegségnek,
a hiánynak,
a gyönyörnek,
a könnynek,
a halálnak.

Levelem elején említettem az ártatlanok és bölcsék magatartását. Nem kérdeznek, „csak” élnek. Még elmondom egy másik titkukat: *szeretnek*.

A megélt szeretet a Teljesség felé viszi az emberi életet.

Most félek, hogy többen lesznek, akik olvassák leveletemet, és azt mondják: ha ismerne minket, engem, nem írna így és ilyet az élet értelméről, céljáról. Félek, többen lesznek, akik önmagukról nem hiszik el, hogy ők is erre a nagyszerű, előbbieken felvázolt szép életre születtek.

Te elhiszed? Kérlek, hidd el. Tudom én, amit leírtam, lenyűgözőnek tűnik a maga tartalmával. De megvalósítható! Aki embernek született, annak vérében, ösztöneiben, idegeiben szunnyad, lappang a legősibb érték: jószág, igazság, szépség. Aki embernek született, szeretetre született.

Ha ismernéd emberi természetedet, ha ismernéd önmagad sajátosságait, akkor, akkor nem kételkednél: neked szól az a gyönyörű életcél, melyet – nagyjainktól tanulva – levelemben leírtam neked.

Hidd el, embernek születni csodálatos dolog.

Hidd el, érdemes élni.

A huszonkettedik levél tanácsolja: ISMERD MEG – FOGADD EL – SZERESD ÚJRA ÖNMAGAD!

Aki az Élet mellett dönt, a saját élete mellett dönt. Nem mindegy, hogyan éled az életed. „A jó élet titka mindenekelőtt az, hogy ismered önmagad” – tanítja a görög Szókratész. Ismered magad? Elég jól? Bocsáss meg, nehezen hiszem el. Ha ismernéd magad, akkor nem jutna eszedbe az önpusztítás. (Emlékszem, erről már írtam néhány sort, de fontossága miatt néhány dologban ismételnem kell magam.)

Ismerd meg a TESTEDET,

az arcod, a kezed, az alakod, a szemedet, véred áramlását, ismerd meg tested erejét, gyöngességét, szépségét és örömét, mert van öröme:

szemed látja a színeket, nyelved ízeket érez, füled hangokban gyönyörködik, orrodát illatok töltik be, kezeden jólesik a bársony meleg puhasága.

Ismerd meg BELSŐ VILÁGODAT, mely oly végtelen, mint ami rajtad kívül van. A lelked. Értelmed mire képes? Emlékezeted mit őriz? Érzéseid zenéje mit muzsikál? A vágyaid – mekkora erő van bennük – akaratod mozgósítja célja felé. Képzeleted messze visz, messzebb, mint szárnyak a madarat.

Ne csak a rosszat lásd, ne csak a jót. Együtt láss magadban értéket és értéktelent. Úgy, ahogy van. Ember vagy, sárból és napfényből kevert élőlény – Madách hasonlata szerint.

Ha ismered *mi* és *ki* vagy,

akkor tudod, hogy *ki* és *mi* lehetsz.

A jó élet másik titka: FOGADD EL MAGAD olyannak, amilyen vagy. Fogadd el magad, légy bár félénk vagy bátor; erős vagy gyöngye; szép vagy átlagos; gyakorlati vagy elméleti; sikeres vagy kudarcoktól gyakran vesztes. Különböző ez a „vagy-vagy” nem igaz. Hiszen mindenkiben van bátorság és félénkség. Egyik ember fél szólni, a másik írni nem mer. Bátorságuk fordítva jelentkezik. Példákat te magad is tudsz. A lényeg: elfogadni önmagad. Mert bármilyen vagy, *alkalmas* vagy arra, hogy *valaki* légy: önmagad.

Fogadd el magad, mert nem véletlen, hogy éppen ezekkel az adottságokkal rendelkezel. Így van szüksége rád a világnak! Így tudod betölteni az emberek között azt a szerepet, melyet csak te tölthetsz be.

A színészt dicsérik, ha jól játszik. Dicsérnek majd téged is, ha *azonosulsz* önmagaddal. Igaz valóságodból megalkotod megálmodott énedet, azt, aki szeretnél lenni és akinek kell lenned. Kemény és boldogító munka!

A jó élet harmadik titkát így fogalmazom meg: SZERESD ÚJRA ÖNMAGAD!

Az önismeret, önmagunk elfogadása, első lépés az önszeretet útján. Folytasd ezt az utat.

„Ha szereted önmagadat, mindenki mást is úgy szeretsz, mint önmagadat. Amíg mást kevésbé szeretsz, mint magadat, addig magadat sem sikerül igazán szeretned, de ha mindenkét egyformán szeretsz, magadat is beleértve, akkor egy személyként fogod szeretni őket, és ez a személy egyaránt Isten és ember. Így hát nagy és igazságos személy, aki önmagát szeretve mindenki mást is egyformán szeret.”

(Meister Eckhart)

Szeresd azt, ami vagy,
szeresd azt, aki vagy,
szeresd azt, aki voltál,
szeresd azt, aki lehetsz,
szeresd azt, aki és ami lehetnél.

Így élsz majd jól a szeretetben. Nemcsak tudod, hanem érzed és éled az élet – életed – értelmét, s megtalálod célját.

A huszonharmadik levél szerinti megoldás: A LÉTEZÉS ÖRÖMÉBEN ÉLNI és/vagy A VILÁG KÉPTELENSÉGÉNEK SÚLYÁT VÁLLUNKRA VENNI

Olvastam Sík Sándor „Hat szonett a csodálkozáshoz” című versét. Abban kérdezi: Hogyan lehet az, hogy valami van? – Aztán olvasójához fordul: Kérdezted már, mi az, hogy „ÉN VAGYOK”? Majd a csodálkozásban reménykedik, hogy az fényt gyújt meztelen énjéhez. Megmondja neki, mi az, hogy „Én vagyok”.

Tudom, inkább azzal foglalkozol, hogy értelmetlen és képtelen a világ, az életed. A francia Camus-nek adsz igazat, aki szerint a világ képtelenségére lázadással kell felelni. A lázadás pedig: elfogadni nyugodtan a halált; sőt, az igazi lázadás az öngyilkosság.

Mégis, kérdelek tőled, gondolkodtál már azon, hogy 15 vagy 25 vagy 40 évvel ezelőtt még nem voltál? Fogantatásod pillanatától azonban létezel. LÉTED KIFE-JEZHETETLENÜL TÖBB, MINT A NEMLÉT. Részesülsz a létezésben. Nem akárhogyan.

Létezik a kő. Van. Létezik a fű, a fa, a virág, melyek már növekszenek, szaporodnak. Létezik a kutya, a ló, az oroszlán. Az ember léte, a tiéd mindezeknél több, másabb, mert öntudattal rendelkezik. Sőt, az ember felismeri, hogy a létezők „lépcsőinek” tökéletességeit bírja, azokat az ismeret és a szeretet magasára képes emelni. Rokonnak és egyidősnek érzi magát a mindenséggel.

Tehát, mint Ember létezel. Végtelenül több ez, mint 15, 25 vagy 40 évvel ezelőtt, mikor nem léteztél. *Létezel*: ez több, mint amit cselekszel, amit elérsz. Léted, hogy *vagy*, több, mint amit elveszthetsz vagy nem érsz el soha. Hiszen, aki és ami *vagy*, az cselekszik, az nyer, és az veszít. LÉTEZÉSED ÖRÖME HASSON ÁT!

Sőt, azzal, hogy *ez* az ember *vagy*, a magad egyedülvalóságában a világtörténetben pótolni ugyan lehet, de nélkülözni nem! Az Örök Ember egyik kísérlete *vagy*. Van tökéletesség, mely csak benned és általad valósulhat meg. Egyetlenséged igazolja a tükör, ha benne arcod nézed, hiszen ilyen arc még nem volt s nem lesz. Ujjlenyomatod a többmilliárdnyi embertől megkülönböztet, mert ilyen csak neked van.

„KÉRDEZTED MÁR, MI AZ, HOGY »ÉN VAGYOK«?”

Ha kérdezted, ha rácsodálkoztál létezésed nem mindennapi mindennaposságára, akkor, akkor

értékeled magad,
akkor fontos vagy magadnak,
akkor tudod, hogy valami végtelent kaptál felszínén tünékeny létedben,
létedben, mely sír és nevet;
létedben, mely ismer és szeret;
létedben, mely nem volt,
de nem lehet, hogy eltűnjön végképp,
még a halál sem semmisítheti meg teljesen!
A létezés öröme énekeljen benned.

Ha a létezés öröme áthat, életed lényegében megoldódott. Tovább nem is érdemes olvasnod e levelet. Örülj és élj! Ha mégis rád nehezedik a gondolat, érzéseidet gyöngíti az, hogy értelmetlen és képtelen a világ. Nincs célja, vakság és a semmi lelke hatja át. Lázadni

kell ellene: elfogadni, sőt hívni a halált? – Bátor tett. Egyik válasz a létezés öröme, értéke mellett tapasztalható kínra, szenvedésre.

A legemberibb válasz?

Vannak, kik e választ megfutamodásnak tartják. Az effajta lázadás inkább gyávaság, mint kiállás. Így is beszélnek. Mit mondok én? Újra írom: létezésed nagy titkára, ha „rásejtesz”, csak egyetlenegyszer, ha időt adnál magadnak,

csupán egy órácskát,

vagy néhány napot,

amikor nem menekülnél a munka, a szórakozás, a kétségbeesés kábulatába, bármilyen tevékenység ködébe,

ha inkább *lenni* akarnál, mint *tenni*,

ha egy hónapra beérné azzal, hogy élsz és nem figyelnél arra, értékeli-e más az életedet;

ha elfogadnád *létezésed* csodáját különleges elismerés nélkül;

akkor, akkor, akkor

ÖNMAGAD LENNÉL,

és elpusztítani nem akarnád a magadban rejlő értéket, a valóságos csodát, mely Te vagy!

Halállal válaszolni a világ képtelenségére?

Azokkal értek egyet, akik azt vallják, hogy a világ abszurditására a legemberibb válasz a világ képtelenségének vállalása. „MAGUNKRA VENNI A VILÁG KÉPTELENSÉGÉNEK SÚLYÁT, MINTEGY BEÖLTÖZVE A LÉT ÉS TULAJDON ELLENTMONDÁSAINK TERHÉBE.” (Pilinszky)

Az emberiség történelmét nagybetűs emberek irányítják, írják, de a kisbetűs névtelenek élik és teremtik meg. Történelem lenne áldott és véreskezű hadvezérek, államférfiak nélkül, de soha nem lenne a történelmet mindennapi egyszerűséggel és hősiességgel megélők nélkül. Milliárd és milliárd ember „beöltözik” e teherbe. Méltók az ember névre. Érdemes volt megszületniök. Nemhiába részesültek a létben. Emberi létezésük minden cseppjét megisszák akár édes az, akár keserű.

És Te?

„Kérdezted már, mi az, hogy „ÉN VAGYOK”?

Létezésed ereje és öröme hasson át.

Képes vagy rá.

A huszonnegyedik levél tudja: ÉS MOST FOLYTATÓDNÁK A MINDENNAPOK

Úgy érzem, magad látod igazán, nem a körülményeid változtak, illetve változnak meg; nem az önpusztításba sodró ok szűnt, illetve szűnik meg. Ennél fontosabb történt és történik.

IGENT mondasz az életre. Az igen, melyet kimondtál önmagadnak, felszabadította a bensődben szunnyadó erőt: van erőd élni. Élni jó, élni szépen még akkor is, ha szíved, ha szemed olykor egyaránt sír.

IGENT mondtál. Az igenben személyiséged szólalt meg. Hiszel önmagadban. Hitednek alapja van. Erőd, reményed, szereteted, mellyel önmagad felé fordulsz. Az önszeretet nem bezár. Mások felé kinyit. Társakat hoz neked. Társként visz mások felé téged. A mindennapokban, melyek jönnek.

(És itt villan fel bennem, ha te nem csupán hívtad, hanem meg is kísérelted a halált, de visszahoztak az életbe, akkor hogyan nézzél az emberek szemébe? *Nyugodtan*. Nincs mit szégyellned. A gyöngeség, az emberi elesettség, a kétségbeesés, az erkölcsös emberben nem az ítélkezést váltja ki, hanem a segítőkészséget, az együttérzést. Akiknek érdemes véleményére adni, azok nem elítélni akarnak téged, hanem segíteni. *Nézz a szemükbe*. Hiszen túlélted tettetted. És ez a döntő: IGENT mondasz az életre. Akarsz hinni és szeretni. Tudsz hinni és szeretni, még azokat is, akik értetlenül néznek nyílt tekintetedbe.)

Ha még van türelmed olvasni soraimat, hadd ismertesselek meg néhány, a gyakorlati életet megkönnyítő tanáccsal.

1. Napi munkádat képességeid szerint a legjobban végezd el. A munka visszahat rád. Alakít. A jól végzett munka a megelégedettséget ajándékozta neked. (Óvd magad a „versenyitől”, amely másokhoz mér, hogy mennyit végeztél, értél el. Az elvégzendő feladatot saját képességeidhez, erődhöz mérd, s így az eredményt is. Elkerülni így tudod az önelégedetlenséget, a hajszát, a túlterhelést.)
2. Tégy jót. Jobb adni, mint kapni.” Adj. Van mosolyod, van megértő szavad, tudsz érdeklődni más gondja, öröme után. Van időd. Legalább néhány perc. Ne rohanj, érij rá szeretni. Meghallgatni a másikat.
3. Olvass naponta. Az újság kevés! Olvass egy regényt. Naponta néhány oldalt. Vagy legalább egy verset, ízlésed, igényed szerint. Hasznos lenne olyan könyvet, amely önismeretre segítene.
4. Zene nélkül ne múljék el napod. Énekelj egy dalt. Kapcsold be a rádiód. Forgasd le kedvenc lemezed.
5. Naponta vedd észre a természet eléd kerülő szépségét. Felhők az égen. A lomb megadó bókolása a szélnek. A csillagok! Verebek az utcán. Arcod mossa az eső. – Szóval, naponta tudatosan *érintkezzél* a természettel, mely körülvesz. (Már írtam: valamiképpen szeret.)
6. Ajándékozd meg magad néhány perces csönddel. Igen, jól olvasod: néhány perc csönd naponta. Amikor egyedül vagy. A csönd segítség. A zaj ártalom. A csönd ünnep. Magaddal találkozhatasz benne.
7. Szíved szomjas az örömről. Adj neki inni. Naponta. Egy kortyot. Abból az örömből, mely felderít. Ismered öröm-igényedet? Elégítsd ki! Öröm nélkül ne múljék el napod.

Bizonyára észre veszed, hogy ez a hét tanács mily egyszerű. Szükség van rájuk azonban, hogy a hétköznapi lehangoló szürkesége elviselhető legyen. Arra segítenek, hogy egyéniséged egészséges „kondícióban” tartsd. S mindehhez nem pénz kell. Csak figyelem.

IGENT mondtál az életre. Kezedben van sorsod. Alakítsad. Rengeteg múlik rajtad. Korunk lángelméjű fizikusának megállapítása – ezzel fejezem be ezt a levelem – segíti veled:

*„Az élet értelme azokban az értékekben van, amelyeket mi magunk létrehozunk,
azaz mindenki saját maga adja meg életének értelmét.”*

(Heisenberg)

A huszonötödik levél leírja: AMIRŐL NEM ÍRTAM, AMIRŐL NEKED KELL ÍRNOD VAGY SZÓLNOD

Lassan végére járok mindannak, amit szerettem volna megírni. Vajon te mit gondolsz? Lehet, elégedetlen vagy, mert azt állapíthatod meg, hogy éppen olyan témáról hallgattam, ami téged leginkább izgat, foglalkoztat. Valóban, nem írtam arról,

- ha valakit az édesanyja nem szeret,
- ha valakit az apja nem bír elviselni,
- ha valakit gyermekei elhagynak,
- ha valaki önmagával elégedetlen,
- ha valakin úrrá lett az elkeseredés,
- ha valakit a kétségbeesés fojtogat,
- ha valaki gyógyíthatatlan beteg,
- ha valaki itálnak, kábítószernek a rabja,
- ha valakit elhagyott a szerelme,
- ha valakiról lánya vagy fia nem gondoskodik,
- ha valakit elnyom a gond, a munka,
- ha valaki munkanélküli,
- ha valakit sikertelenség ér ismételten,
- ha valaki... ha valaki... ha...

Így folytathatnám. Folytathatnád éppen azzal a gondoddal, problémáddal, mely leveleim elolvasására késztetett. Ám kérem megértésedet. Hogyan írhattam volna a TE PROBLÉMÁDRÓL – amelyet csak te ismersz – KONKRÉTAN?

Amiről én nem írhattam, arról neked kellene írnod. Leghelyesebb, ha szólnál róla. Beszélj arról, ami belül nyom.

Beszélj barátodnak, szüleidnek, kedvesednek. Akivel együtt jársz. Keress fel egy orvost. Tud segíteni! Keressél fel egy lelkészt. Neki hasonló a feladata. Orvost, papot titoktartás kötelez. Segítenek.

(Azt ne hidd, hogy igaz a mese: Münchhausen báró, mikor lovastól süllyedni kezdett a mocsárban, saját magát hajánál fogva kihúzta! Senki önmaga orvosa nem lehet!)

Van telefon, amelyen hozzáértő, megértő emberek válaszolnak kérdéseidre. Tanácsot adnak. A telefonszámokat közlöm. Hívjad fel őket.

Az újságoknak van levelező rovata. Írj oda. Választ kapsz. Saját címedre is. Miért foglalkoznának veled? Olvasd el újra első levelem. Fogadd el, sokan gondolkodnak úgy, amint korunk nagyszerű embere, Albert Schweitzer. Ő írja: „Az ember csak akkor erkölcsös, ha magát az életet tartja szentnek, a növényekét és az állatokét éppúgy, mint az emberét, és igyekszik a lehetőséghez képest segítséget nyújtani minden szükséget szenvedő életnek.”

Nem írok tovább. Indulj, hogy fölkeressél valakit. Tártsázd a megadott számot és beszélj, vagy vedd kezébe tolladat és írd, kérdezzél arról, amiről én nem írtam.

A huszonhatodik levél ajánlata: CÍMEK ÉS TELEFONSZÁMOK

CÍMEK, amelyeket neked kell megkeresned, de lehet, a legfontosabbat már magad is tudod.

Első: a körzeti orvos. Légy bizalommal hozzá, ha szólsz neki, hogy négy szemközt akarsz vele beszélni, ad rá lehetőséget. Ha szükségét látja, beutalót ad ideggyógyászatra. Ezen ne lepődj meg, hiszen az ilyen gondolatok, tervek, vívódások az idegeket megviselik, vagy egyéb ok miatt kifáradt idegek idézik fel benned az önpusztítási készségeket.

Második: pszichiáter. Lelki bajaink szakorvosa ő. Magyarul: lélekgyógyász. Önpusztító félelmeink, gondolataink, érzéseink, ösztönzéseink feloldásán elsősorban ő tud segíteni. Hol találsz őket? Ideggondozó Intézetekben. Kórházak pszichiátriai osztályain. Beutaló kell? Biztos vagyok benne, ha beutaló nélkül keresed fel bármelyiket és elmondod ezt az okot, fogad, segít.

Harmadik: pszichológus, az emberi lelki élettel foglalkozó szakember. Nehéz ilyen találni. Érdeklődj lakóhelyed orvosánál, hol találsz megfelelő pszichológust?

Negyedik: lelkészségek. A papok is szakemberek, akik nagy tapasztalattal és sok tudással állnak az ember rendelkezésére, a vallás ügyei mellett más kérdésekben is. Fordulj hozzájuk, ha az előbbiekhöz nincs bizalmad vagy nem érheted el őket.

Amiket és akiket felsoroltam, azok mind „hivatalból” foglalkoznak veled. Természetesen nagyon jó lenne, ha olyannal is megosztanád gondodat, aki jól ismer és szeret. Szülő, nevelő, barát.

Nyújtsd ki a kezed, szeretettel fogják megfogni!

TELEFONSZÁMOK, melyek vonalainak másik végén olyan emberek ülnek, akik várják a hívásokat. Azok hívását, akiket például éppen az élet-halál kérdése nyom. Szakemberek ők. Szívük és eszük van ahhoz, hogy tanácsot tudjanak adni. Bizalmadra szeretetük a válasz. – Beszélj! Meghallgatnak.

ÉJJEL-NAPPAL FOLYAMATOSAN MŰKÖDŐ LELKI ELSŐSEGÉLY TELEFONSZOLGÁLATOK

BUDAPEST

ÉLET Lelki Elsősegély Telefonszolgálat 80-505-525

BÉKÉSCSABA

SOS Telefonos Lelkisegély Szolgálat..... 66-441-300

DEBRECEN

„SEGÍTŐKÉZ” Lelkisegély Telefonszolgálat..... 80-505-510

GYŐR-MOSON-SOPRON

SOS Lelki Elsősegély Telefonszolgálat..... 80-505-507

„HEGY”

Lelki Elsősegély Telefonszolgálat
(Hatvan-Eger-Gyöngyös)..... 80-505-506

MISKOLC

Lelkisegély Telefonszolgálat 80-505-515

SZEGED

SOS Telefonos Lelkisegély Szolgálat..... 80-820-111

SZOLNOK

„BIZALOM” Lelkisegély Szolgálat 80-505-501

VESZPRÉM

„Kapcsolat” Telefonos Lelkisegély Szolgálat 88-422-205

Napi 12 órás vagy annál rövidebb ideig működő szolgálatok**Tagszolgálatok****BALASSAGYARMAT**

Lelkisegély Telefonszolgálat 80-505-502

BUDAPEST

Caritas Lelkisegély Szolgálat..... 80-505-503

Református Telefon Lelkigondozás..... 1-201-0011*

DUNAÚJVÁROS

Élet-Esély Telefonszolgálat 25-411-111

HÓDMEZŐVÁSÁRHELY

Lelkisegély Szolgálat 62-249-529

KAPOSVÁR

SOS Élet Telefonszolgálat 80-505-509

KECSKEMÉT

Lelki Elsősegély Telefonszolgálat 80-505-511

KISKUNHALAS

Lelkisegély Szolgálat 80-860-001

MAKÓ

Lelkisegély Szolgálat 62-212-515

MISKOLC

„Esély” Lelkisegély Telefonszolgálat..... 80-505-512

PÁPA

SOS Telefonos Lelkisegély Szolgálat..... 89-324-713

SALGÓTARJÁN

S.I.T.I. Lelkisegély Telefonszolgálat 32-311-600

SZÉKESFEHÉRVÁR

Telefonos Lelkisegély Szolgálat..... 80-505-517

SZEKSZÁRD

SOS Telefonos Lelkisegély Szolgálat..... 80-505-518

SZOMBATHELY

Lelki Segély Telefonszolgálat..... 80-505-519

Társszolgálatok**KAZINCBARCIKA**

Lelkisegély Telefonszolgálat 80-505-588

PÉCS

SOS Élet Telefonszolgálat 80-505-390

ZALAEGERSZEG

Lelkisegély Szolgálat 80-505-599

**A szolgálatok általában a saját körzetükből,
illetve régiójukból fogadnak hívásokat.
A 80-as számok a MATÁV által támogatott zöld számok.
* jelzi, ha a szolgálat hívása nem ingyenes.**

„Lehet gyógyítani igazsággal, lehet gyógyítani törvénnyel, lehet gyógyítani késsel, de minden gyógyítás közül a legjobb az, amit a szent szó végez, a szent szó, mely az igaz ember szivéből sugárzik”

(Zarathustra)